

散歩のすすめ

えいごゆかま

※松之山の方言「歩いてみませんか」の意

雪融けを待ちわびたように一斉にブナが芽吹き、夏には「キヨロロロロ…」というアカシヨウビンの鳴き声。日が暮れれば螢の乱舞。秋には山々が色づき、そしてまた静寂な雪景色がやってくる。ちょっと足をのばして美しい自然の中に身を置き、心と身体を癒しませんか？

展望台から望む景色と野鳥のさえずりに心癒される散歩コース

秋葉神社コース

里山ビジターセンター



散策の参考に モデルコース



薬師堂

薬師如来が医薬の仏とされることから、歴史ある温泉場には薬師堂があります。湯治に訪れた人々は散歩をしながら参拝し健康を祈っていました。毎年小正月にはむこ投げの舞台となります。

湯守処「地炉」



上湯集落にあった築100年の古民家を、源泉の湯やぐら近くに移築。囲炉裏火の懐かしさと重厚な梁(はり)が古き良き田舎の暮らしをよみがえらせます。足休めや、ふれあいの場所にご利用ください。

Art 大地の芸術祭作品

宿泊者が、見た夢を綴ることが作品となる「夢の家」。松之山の草木、石、土などで様々なテーマを表現する「収穫の家」。温泉街入口にそびえ立つ「峡谷の燈籠」。ステージ上には松之山の植物をモチーフとした「メタモルフォーゼ」。古民家や豊かな自然と現代アートの不思議な出会いを体験してください。
※「夢の家」・「収穫の家」は現在閉館中です。(イベント時ののみ開館いたします)



遊歩道
秋葉神社側
(モデルコース順路)
→
薬師堂・諏訪神社側
(モデルコース順路)
→
自動車道

P
Art
峡谷の
灯籠
コンビニ・
至上越
十日町

花ごよみ

世界有数の豪雪地帯の里山(雪里)である松之山には、季節の移ろいと共に多様な花々が咲きます。雪里を特徴付ける代表的な花や果実を季節を追ってご紹介します。花ごよみを参考に、ぜひ散策をお楽しみください。



十日町市立里山科学館
越後松之山「森の学校」キヨロ
学芸員 小林 誠さん

雪どけ



マルバマンサク(マンサク科)
雪が残る早春にまず咲き始める樹木です。



カタクリ(ユリ科)



ショウジョウバカマ(ユリ科)

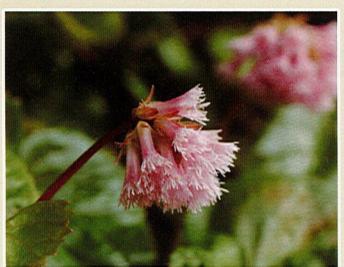


タムシバ(モクレン科)



オクチョウジザクラ(バラ科)

春



オオイワカガミ(イワウメ科)



ユキツバキ(ツバキ科)



トキワイカリノウ(メギ科)



エンレイソウ(シロソウ科)



エゾエンゴサク(ケマンソウ科)

夏



シャガ(アヤメ科)



ヤマツツジ(ツツジ科)



ヤマボウシ(ミズキ科)



ドクダミ(ドクダミ科)



メタカラコウ(キク科)



エゾアジサイ(アジサイ科)



ヤマユリ(ユリ科)



コシジシモツケソウ(バラ科)
松之山水梨で採取された標本が分類基準となるタイプ標本となり、新種記載された植物です。

秋



ツリフネソウ(ツリフネソウ科)
船を上から吊った形に見えることから名付けられました。近縁のキツリフネもよく見られます。



アキギリ(シソ科)



イヌタデ(タデ科)

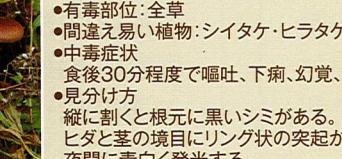
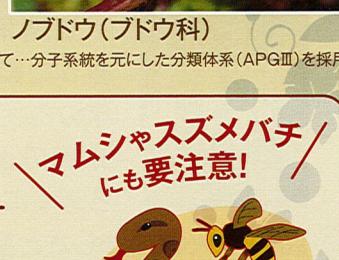
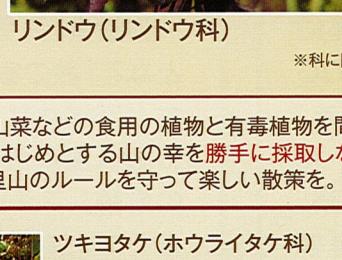
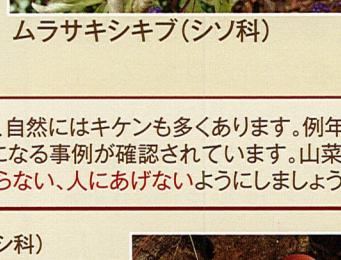
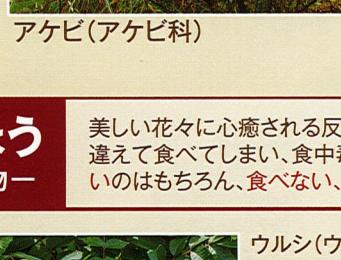
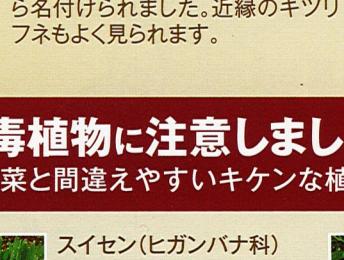


アケビ(アケビ科)



ムラサキシキブ(シソ科)

降雪



キケン 有毒植物に注意しましょう —山菜と間違えやすいキケンな植物—



スイセン(ヒガンバナ科)
•有毒部位:全草
•間違え易い植物:ニラ・ノビル
•中毒症状
食後30分程度で嘔吐、下痢
•見分け方
ニラには強いニラ臭があり、
ノビルにはネギ臭がある。
スイセンには臭いがない。



ウルシ(ウルシ科)
•有毒部位:樹液
•間違え易い植物:タラノキ
•中毒症状
皮膚炎(かぶれ)
•見分け方
タラノキの枝には棘があり
ウルシは表面がつるつる。
ウルシは芽の部分が赤い。



ツキヨタケ(ホウライタケ科)
•有毒部位:全草
•間違え易い植物:シタケ・ヒラタケ・ムキタケ
•中毒症状
食後30分程度で嘔吐、下痢、幻覚、痙攣
•見分け方
縦に割ぐと根元に黒いシミがある。
ヒダと茎の境目にリング状の突起がある。
夜間に青白く発光する。

美しい花々に心癒される反面、自然にはキケンも多くあります。例年、山菜などの食用の植物と有毒植物を間違えて食べてしまい、食中毒になる事例が確認されています。山菜をはじめとする山の幸を勝手に採取しないのはもちろん、食べない、売らない、人にあげないようにしましょう。里山のルールを守って楽しい散策を。

マムシャスズメバチ
にも要注意!



※遭遇したら、慌てずに静かにその場を離れましょう。

※科に関して…分子系統を元にした分類体系(APG III)を採用