

「御岳山」と言えば、レンゲショウマと連想する方も多いと思います。
可憐な花は人々の心を惹き付け、夏になるとこの花を見に多くの方が来山されます。

富士峰園地のレンゲショウマは、御岳山を自生地とした、自然環境の中で育成してきました。
御岳山在住の古来によると以前は、山内の至る所で見ることができた植物だったそうです。
そんなレンゲショウマですが、林業が衰退していき、森の手入れが行き届かなくなったことから、レンゲショウマの数も激減してしまいました。

そこで、富士峰園地の荒廃し薄暗い林内をレンゲショウマに適した環境にすべく、東京都西部公園の園地管理の一貫として人々の手入れが始まったのが1998年頃でした。
主に北斜面の林内を中心として、草刈り、灌木の手入れ等の整備が進んでいきました。
その活動により、徐々にレンゲショウマの株が増えていき、日本有数の群生地になりました。
今ではニホンジカ等の食圧からレンゲショウマを守る為、防獣柵が設置されています。
後世へと繋ごうとする山の人々と共生できる素晴らしい環境がこれからも続くことを願い、この富士峰園地のレンゲショウマ群生地を御岳百景に認定したいと思います。



御岳山でちょい

“ちょい”とは御岳山の方言で“休憩する”という意味♪

“ちょい”と休憩する前に「マダニ」に気を付けて!

マダニはシカやカモシカなどの野生動物が多くいる場所に生息しています。



マダニがつかないために

マダニがついていたら?!

マダニは草むらや落葉の下などの湿度を保てる場所で、動物たちが通りがかるのを待ちます。

そして通りがかった動物に取りつき、吸血して満腹になると動物から離れます。

マダニに取りつかれないためには肌の露出をおさえ、天然素材の服よりも化繊の表面が滑らかな服がおすすめです。

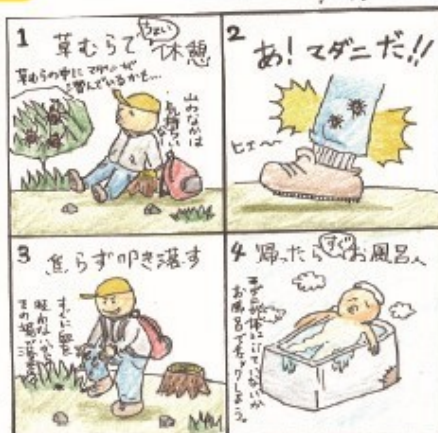


西多摩では病原体を持つマダニが3%いると言われていいます。もしマダニが皮膚に食い込んでいたら、無理に潰したり引っ張ったりせず皮膚科を受診しましょう。

刺されて1〜2週間ほどで発熱や倦怠感、発疹が出たら速やかに病院へ行きましょう。



▶奥多摩ビジターセンター「マダニに注意!!」より



バックナンバーはこちらから♪

木もれび

vol.

26

2026
夏号刊行

特集

明日も御岳山は
ここで続いていく

▼御岳百景

「富士峰園地のレンゲショウマ群生地」

▼御岳山でちょい

「休憩する前に「マダニ」に気を付けて!」



明日も御岳山はここで続いていく

Mc. Mitake will live on here tomorrow and beyond.

明日も御岳山はここで続いていく

Mt. Mitake will live on here tomorrow and beyond.

御岳山をこれから歩く方・すでに歩いた方、御岳山に来てみていかがですか？

東京とは思えない豊かな景色に出会えたのではないのでしょうか。流れる空気や景観に癒された方も多いと思います。

この景色を驚いてきたのは、目には見えづらい生きものたちの営みと利用してきた人々です。

そんな場所を未来へ訪ぎ続けるため国がこのエリアを国立公園に指定し、守っているのをご存知でしょうか。

今回はそんな御岳山がどのようにして守られているのかご紹介していきます。

そもそも国立公園って？

What is a national park?

御岳山が位置する「秩父多摩甲斐国立公園」。

この国立公園と名の付く公園は全国35カ所にあります。国立公園は、次の世代も、私たちと同じ感動を味わい、楽しむことができるように、すぐれた自然を守り、後世に伝えていくことです。そのために、国が指定し、保護し、管理する役割を担い、保護と利用のバランスを考える場所なのです。

人の力で守る
「秩父多摩甲斐国立公園カントリーコード」



National parks are protected by people.

後世へ守り遺したい国立公園には、利用する人の力で守るためのルールがあります。カントリーコードは、その地域特有の自然環境や生態系を守るために、利用者（登山者や観光客など）に求められるマナーやルールを明文化した地域ごとの規範のことです。

テントはキャンプ場で

Let's go to a campsite to set up the tent.

テントなどの設置はNG。麓のキャンプ場へ！

近隣のキャンプ場はこちら！

事前にお問い合わせの上、向かって下さい。

①川井キャンプ場（御岳山から3.5km）

②氷川キャンプ場（御岳山から12km）

御岳山プチ情報

大岳山手前のトイレには
ペーパーがありません！
ティッシュとゴミ袋必須！

御岳山の価値

The Value of Mt. Mitake

渓谷美と森林美を特色とし、76年前に国立公園に。標高929mに位置し、豊かな自然と集落が共生して、調和してきた御岳山。かつては、集落の人々の生活とともに時間が流れ、自然と山の手入れなども行われてきた場所です。

The future depends on what we do today.

山野草は目で愛でよう

Flowers are beautiful precisely because they are here.

あまりの可愛らしさに持って帰ってしまう方も…
御岳山での姿が美しく、愛おしい。
会いに来ることを楽しみましょう。

道はほとんどが私有地

A portion of the park is privately owned.

秩父多摩甲斐国立公園の4割は実は私有地。
国が個人から借りている場所も。
配慮を忘れずにたのしみましょう。

施設はきれいに

The facilities are clean thanks to someone's hard work.

山内のトイレ（一部）は御岳山集落の方々が山に入り、定期的にお掃除、ゴミの回収もしてくれています。

御岳山プチ情報

ビジターセンターの前の水道は
山の水を無料で汲めます！

ゴミ袋を持ち歩こう

Let's carry a garbage bag.

一歩、山に入ったらゴミ箱はない。
土に還らないゴミは、山の生きものたちの命を脅かすことも…
小さな袋を持って来ると◎

私たちが「明日の御岳山のため」にできること
秩父多摩甲斐国立公園カントリーコードの一部をご紹介します

自分にあった計画で

Let's make your own plan.

街灯がない山では、陽が沈む前までの下山や食べもの、飲みものの計算が不可欠！
自分の体に合った準備を！



登山道を歩こう

Don't stray from the path

あっちの方が楽そう！と道をそれると、足元の植物を傷つけることも…

ガスバーナーOK

No campfires on the ground.

山の中では山野草へのダメージや山火事を防ぐため、直火はNG。
たばこも携帯灰皿をご持参ください。



御岳山プチ情報

喫煙スポットは2カ所！
①神社近くの宝物殿横
②リフト駅横
※携帯灰皿をご持参ください。

守るべき場所として、国立公園に存在する御岳山。
そんな御岳山は明日もここに存在し、生きものたちとともに暮らしていきます。
またみなさんがここを訪れたとき、今日と変わらない御岳山でありますように。

Mt. Mitake stands as a national park—a place to be cherished and protected.
It will remain here tomorrow, continuing to exist alongside the living things that call it home.
We hope that when you visit again, you will find Mt. Mitake unchanged from the way it is today.