

● 环境省 钏路自然环境事务所

邮编: 085-8639 北海道钏路市幸町10-3 钏路地方政府联合办公大楼4楼  
TEL: 0154-32-7500 FAX: 0154-32-7575

# 知床国立公园

*Shiretoko National Park*

日本の国立公园2

## 知床国立公园

### 知床紫罗兰(紫罗兰科)



画: 二桥爱次郎

*Viola kitamiana*

在知床山系的砂砾地上生长。其花的直径大约2cm, 全长不到10cm。花的颜色呈白色但中央部分是鲜明的黄色, 花叶为带有光泽的深绿色, 在经过硫磺漂白过的砂砾地里被很好地衬托映照。紧挨着一些较大的石块绽放。

● 宇登吕自然保护官事务所

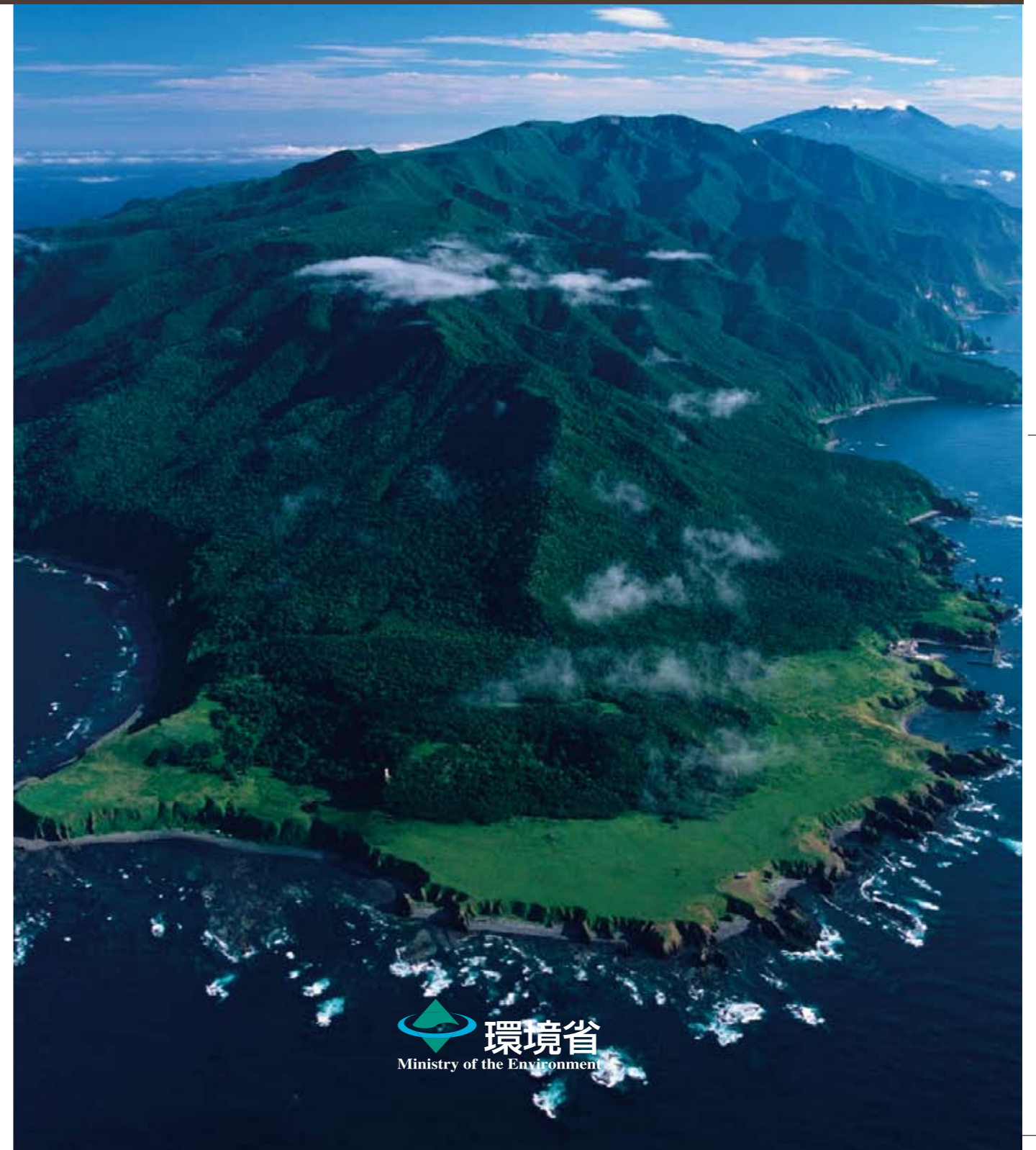
邮编: 099-4355 北海道斜里郡斜里町宇登吕东186  
TEL 0152-24-2297 FAX 0152-24-3646

● 罗臼自然保护官事务所

邮编: 086-1822 北海道目梨郡罗臼町汤之泽町  
TEL 0153-87-2402 FAX 0153-87-2468

● 罗臼来客中心

邮编: 086-1822 北海道目梨郡罗臼町汤之泽町  
TEL 0153-87-2828





# National Parks in Eastern Hokkaido

## 北海道东部的国立公园



# 知床国立公园

## Shiretoko National Park

知床(shiretoko)的词源, 来自于【斜里读得库sir-etok】, 意味着 大地(sir)·突出部分(etok)=大地突出端(尽头), 岬。

### CONTENTS

- 欢迎光临知床国立公园 ..... 002
- 照片订购的知床国立公园 ..... 004
- 地图上着知床国立公园 ..... 012
- 知床国立公园档案 ..... 014
- 关于知床国立公园的利用 ..... 018
- 如何前往知床国立公园 ..... 022
- 相关设施·机关联系处一览 ..... 023
- 国立公园档案 ..... 024
- 北海道的自然环境保护 ..... 025



欢迎光临知床国立公园

Welcome to Shiretoko National Park

## 保障众多野生生物生长的丰足的森林和海

被阿伊努族称为“斜里谿得库(大地终端的地方)”的知床半岛。

至今仍保留着原始自然景色的这片土地，

生息着被阿伊努族的人们称为“加木(神)”的棕熊和岛麝。

流冰的来到哺育着丰饶的大海，养育着河川，并给森林带来恩惠。

那片浓密而且贵重的自然，于2005年夏天，被列入世界自然遗产名录。





# 激烈粗犷的野生的气息

生活在雄伟大自然中的生物类

Shirane National Park introduced with photos



## 走在海岸边的棕熊

在日本是最大的陆上动物。除了以草本和树木的果实，蘑菇等为主食以外，在秋天还食用逆流而来的鲑鱼、鳟鱼以准备冬眠。

熊：阿伊努语称为【七门·加木】(山的·神)



## 流冰与虎头海雕、白尾海雕

在世界上也属稀少的大型猛禽类。展开两翼后超过2m。很多虎头海雕·白尾海雕在冬季从俄罗斯远东部为过冬而飞来，不过，一部分白尾海雕也在国内繁殖。在知床整年可以见到它们的身姿。

阿伊努语将虎头海雕称为【卡帕其里】、【卡帕其里·加木】、将白尾海雕称为【远内】

虎头海雕(左)，白尾海雕(右)



## 在水中飞舞的北海狮群

海狮类中最大种类的北海狮。从12月1月，可以在罗白侧沿岸见到它们的筏型群体。在环境省红名单濒临灭绝II类(VU)中榜上有名，而另一方面，也有鱼网受损和捕获鱼类受损等渔业损害，现正在摸索共存的渠道。

北海狮：阿伊努语称为【艾塔希佩】(打招呼的东西)



## 悠然飘游的逆戟鲸

不论季节，屡次在知床近海里出现的逆戟鲸。将近10m长的身体，达10吨的体重，却能以时速80km游行。

逆戟鲸：阿伊努语称为【雷·旺·加木】(在海里的神)



## 溪流中的玛红点鲑

整年生息在知床的河川中是红点鲑的一员。是知床河川里的主角，纤细的红白斑点与橘子颜色的腹部形成反差而非常美丽。同时也是岛巢等大型猛禽类贵重的饵食资源。

玛红点鲑：阿伊努语称为【鸥索·个·俄马】



照片订缀的知床国立公园图 — 2  
Wildlife from time immemorial

# 从远古时代开始持续的野生生物们的营生

那里有反复了几百年，几千年的生命的循环

Shiretoko National Park introduced with photos



## 有着尖锐目光的岛梟

展开双翼达1.8m的世界最大类的猫头鹰。阿伊努族的人们作为「科坦·克·加木」（统治村的神）对其非常尊敬。在日本国内仅生息着120头左右属稀少种类。



## 为了产卵逆流而上的细鳞大麻哈鱼

结束了在北洋周游的细鳞大麻哈鱼，到秋天时为了产卵而返回出生的河川。其中有一部分成为棕熊和猛禽类的饵料，其尸体也以丰富的营养素给知床的河川和森林带来营养。

细鳞大麻哈鱼：阿伊努语称为【淡墨鱼】、【黑墨鱼】、【托辟乌】（背上的疙瘩）



## 年轻的雄性虾夷鹿

虾夷鹿在日本国内生存的鹿中是最大的。角刺攻击是雄虾夷鹿在秋天的繁殖期显示的行动。近几年，知床的虾夷鹿急剧增加，由于蚕食造成植被的破坏而成为问题。

虾夷鹿：阿伊努语被称为【优酷】



## 飞舞着尾巴潜行的抹香鲸

长达12口18m的抹香鲸，在夏季，在罗臼海上能见到它豪快的喷水和尾鳍。捕食墨斗鱼等，一般认为在深海可以深潜至3,000m深度。

鲸鱼：阿伊努语称为【分贝】（发出“分”这种声音的东西）



## 流冰上的胡麻斑海豹

在流冰上随便躺卧，在冰海露出颜面身姿而现可爱的胡麻斑海豹。与流冰一起为了越冬·产子来到知床。随后到3月下旬，在流冰上产下雪白的子海豹。

胡麻斑海豹：阿伊努语呼为【特佳丽】（所有的海豹），【普其丽】、【克肖普其丽】（带斑点的海豹）



照片订缀的知床国立公园图——3  
Rich and varied natural landscapes

## 富有变化的自然景观

使人难于靠近的严酷环境，同时造就了超越人们想象的景观。

Shiretoko National Park introduced with photos



### 被晚霞浸染的岩尾别的悬崖

知床半岛的海岸线绵延着险峻的地形。而在其中属于斜里侧的岩尾别周围，高度100口200m的悬崖接连不断，能见到被波浪和流冰侵蚀的独特的身姿  
(📍：乙女瀑布的瀑布瞭望台)



### 流入海中的 钓鱼房泷的瀑布

从海岸到山脊一气呵成的知床半岛。它的河川被认为“没有中·下流域”，有时候瀑布同时也成为河口。  
(📍：宇登吕口知床岬航线的旅游船上)



### 晚秋的知床五湖和 初雪中的罗白岳

散布在原始森林中梦幻般的五处湖沼。投影出周围深厚的森林和知床连绵群山的身姿，可以说是代表知床的景观之一。  
(📍：知床五湖口第一湖)



### 接连成一条直线的 知床连绵的群山

知床连绵的群山由大约25万年前的火山活动形成。让人联想起世外桃源的花圃和湿原野，以及现在仍持续活动的活火山，为我们表现出各种各样的表情。  
(📍：在硫磺山附近的山脊上)



照片订缀的知床国立公园图 — 4

Rich ocean helps maintain terrestrial ecosystems

# 维持陆地生态系的丰饶的大海

流冰带来的大海的恩惠，哺育着野生生物，维持着人们的生活。

Shirane National Park introduced with photos



## 罗臼前滨的海带之林

知床·罗臼产的海带作为“罗臼海带”的最高级品种被运往关西的日式酒店等。同时，覆盖竭尽海底的海带之林作为鱼类的摇篮，哺育着鱼苗。

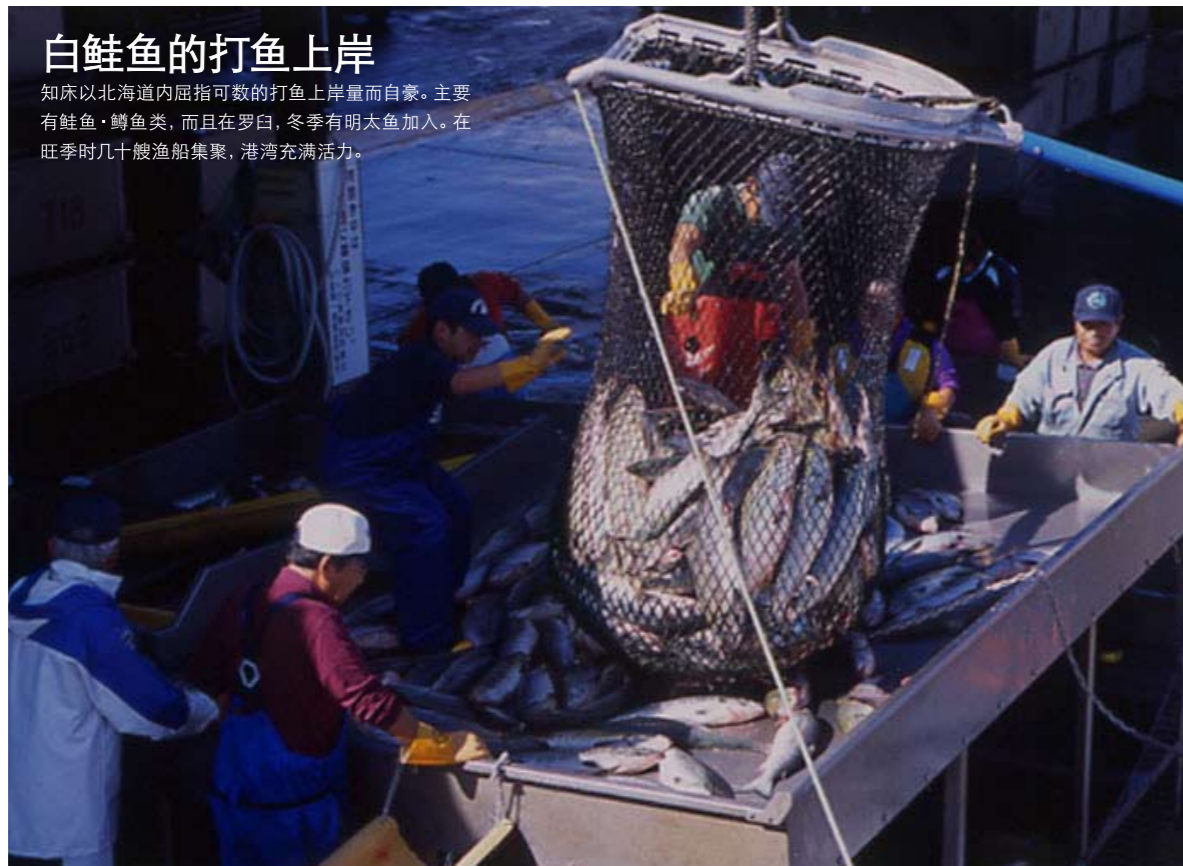


## 海带之林和细鳞大麻哈鱼群

在近岸处为了产卵来到岸边的细鳞大麻哈鱼在摇晃着的巨大鬼海带上遨游。到秋天白鲑鱼也加入到这一行列中，知床的河川里到处都是逆流而来的鲑鱼·鳟鱼。

## 白鲑鱼的打鱼上岸

知床以北海道内屈指可数的打鱼上岸量而自豪。主要有鲑鱼·鳟鱼类，而且在罗臼，冬季有明太鱼加入。在旺季时几十艘渔船集聚，港湾充满活力。



## 流冰之海的天使，冰海小精灵

与流冰一起从北方大海来到知床的冰海小精灵是象征知床丰饶大海的存在。它是不带贝壳的螺的一种。



## 填埋大海的流冰

知床位于能见到流冰的北半球南端，流冰带来的植物浮游生物的大繁殖，成为知床生态系的基础。



地图上看

# 知床国立公园

被作家司马辽太郎形容为“剑刀出鞘于大海的形状”的知床半岛，长度大约70km呈细长剑鞘的形状。并且，沿着那剑的中心线从尖端到根底有高度为1,200口1,600m陡峭的群山连绵。半岛尖端部约20km前后连道路也没有，人工物品，也只有岬上的灯架和沿着海岸散布的捕鱼者的值班小房。

夹隔群山，在西北方面有斜里町，在东南方面有罗臼町。斜里町的宇登吕和罗臼町的罗臼集中了住宿设施和信息提供设施，成为国立公园的利用据点。

连接这两个利用据点的是知床贯穿道路。作为贯穿道路最高地点的知床山巅，如果天晴，群山和大海的景色极好。再者，贯穿道路因为积雪和严峻的气象条件而在冬季（从11月上旬到4月下旬）为禁止通行，要往返罗臼和宇登吕，需经由位于半岛根底的根北山巅有两小时以上的行程。

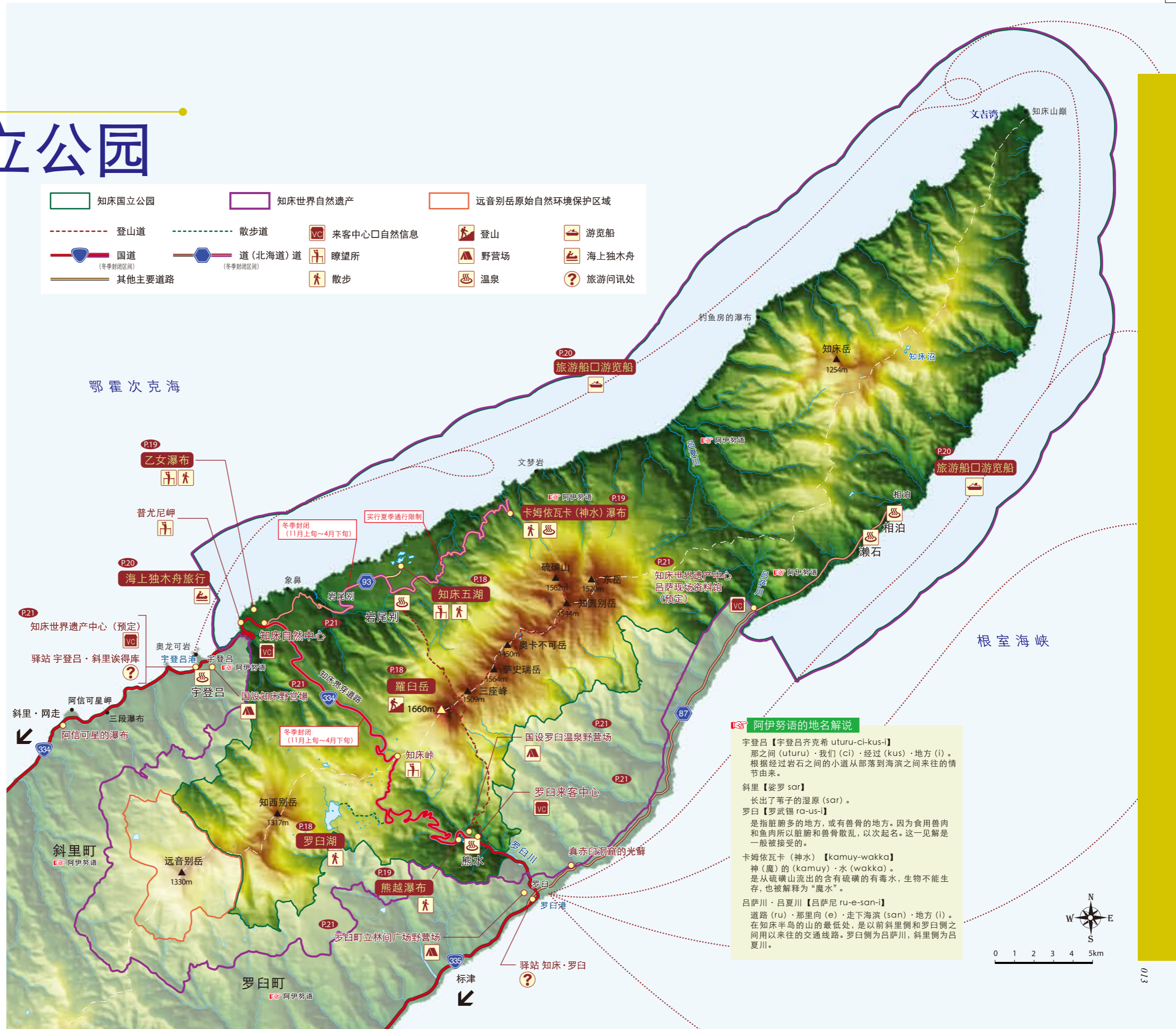
宇登吕方面的景点，有能对鄂霍次克海进行瞭望的普尤尼岬，沿着悬崖安静地流动着的瀑布是美丽的乙女瀑布，可以观赏在湖面上映照群山景色的知床五湖，此外，还有流出温泉水的卡姆依瓦卡（神水）瀑布等。

罗臼町方面的景点，是位于知西山岳东部，知床最大的湖罗臼湖和罗臼川上的熊越的瀑布等。

如果是喜欢登山的人，也是日本百座名山之一的罗臼岳，能从宇登吕侧，罗臼侧两侧进行当天来回的登山旅行，能够饱享知床独具的景观。

旅游船，从宇登吕侧，罗臼侧两侧都有航行。在宇登吕方面，与延续到知床岬峭立的悬崖织成的既严峻又雄伟的景观一起有众多的海鸟，在罗臼方面从春天开始到秋天，海豚和鲸鱼等大型海栖哺乳类，而在冬季则有流冰和虎头海雕·白尾海雕，海豹类可以观赏。

并且，在宇登吕侧和罗臼侧，两侧都有几处自然味浓厚充满个性的温泉，对消除旅途的疲劳最合适。



**阿伊努语的地名解说**

宇登吕【宇登吕齐克希 uturu-ci-kus-i】  
那之间 (uturu) · 我们 (ci) · 经过 (kus) · 地方 (i)。  
根据经过岩石之间的小道从部落到海滨之间来往的情节由来。

斜里【娑罗 sar】  
长出了苇子的湿原 (sar)。

罗臼【罗武锡 ra-us-i】  
是指脏腑多的地方，或有兽骨的地方。因为食用兽肉和鱼肉所以脏腑和兽骨散乱，以次起名。这一见解是一般被接受的。

卡姆依瓦卡（神水）【kamuy-wakka】  
神（魔）的 (kamuy) · 水 (wakka)。  
是从硫磺山流出的含有硫磺的有毒水，生物不能生存，也被解释为“魔水”。

吕萨川·吕夏川【吕萨尼 ru-e-san-i】  
道路 (ru) · 那里向 (e) · 走下海滨 (san) · 地方 (i)。  
在知床半岛的山的最底处，是以前斜里侧和罗臼侧之间用以来往的交通线路。罗臼侧为吕萨川，斜里侧为吕夏川。

Shiretoko National Park on the Map



## Description of the Shiretoko National Park

## 知床国立公园档案

在日本国内也屈指可数拥有丰富生态系的知床国立公园。2005年7月，它的自然价值被认可，被列入了世界自然遗产名录。引起全世界瞩目的知床的自然，具体有哪些惊人的地方呢。同时，它的丰富的自然保护到现在又有哪些经历呢，在此做一些解说。

## 知床国立公园的特征

知床国立公园的特征有四个。首先，有棕熊和逆戟鲸等大型哺乳类动物，以有可能灭绝的岛鼻为首的很多野生生物栖息在这里。并且，流冰到来的大海和，原始性森林残留的陆地，互相没有关联，但却形成一体维持着生态系。同时，能见到由火山活动，侵蚀活动形成的，既险峻又雄伟的自然景观。最后是，在这些自然里的人们一边过生活，一边守护着自然。



▲从知床五湖的第二湖遥望知床连绵的群山。从大海到高山带连续的生态系体现知床的价值

## i) 野生生物的密度之高

要说是知床特征的动物，是日本最大的陆上动物，棕熊。知床半岛的生态数据推测大约200头，这一密度被认为在世界上也是屈指可数的。如果注意观察的话，棕熊的足迹，尿，吃了植物后的痕迹，树上

被刻印的爪痕等在各个地方都能发现。同时，虾夷鹿和北方狐等在道路边等处频繁出现使我们饱眼福。如果仰视天空说不定还能发现打开了翅膀有2m大的白尾海雕。特别是，在冬季，有从俄罗斯飞来的为数众多的虎头海雕·白尾海雕，有时一天能见到100头以上。在海

里，以逆戟鲸为首的鲸鱼类悠然漂游，在冬季，海豹和北海狮也会来。

## ii) 大海和陆地的互相关系

有这么多的野生生物能在狭窄的范围中生活，是同鲑鱼科鱼类将流冰带来的恩惠传递到陆地，这一只有在知床才有的大海和陆地的关系有着很大的联系。每年1月下旬来到知床的流冰，伴随被称作为冰藻的植物浮游生物一起来。到春天流冰溶



## 知床的食物网

▼在靠近半岛尖端的小川河口，两头年轻的棕熊吃着漂至的水貂鲸鱼的死尸。就这样，在大海和陆地上进行着生命的循环。



解后，冰藻急剧性地繁殖，以它为食的浮游动物增加。而鲑鱼科鱼类的鱼苗，吃着这些的浮游动物从知床出发，在大海里周游几年以后再返回知床。并且，逆流而上的鲑鱼成为棕熊和岛鼻的食粮，将尿作为营养源被运送到森林中。同时，由于虎头海雕·白尾海雕吃海里的鱼，棕熊吃被冲上海岸的鲸鱼，海里的营养也被运送到陆地上。就这样，以流冰的到来作为基点形成高营养源的循环，维持着在知床为数众多的野生生物的生息。

## iii) 雄伟的景观

罗白岳和硫磺山等群山，知床五湖和罗白湖等湖沼，是由火山活动形成的，在知床散在的温泉也是火山活动的恩惠。同时，在海岸部能见到的，以及长达120m的海蚀悬崖和独特形态的奇岩群，是由火山的熔岩和累积物经过波浪和流冰的侵蚀形成的。

## iv) 保护的历史

就这样，拥有雄伟的自然景观，有高密度野生生物生活的知床，被指定为国立公园的，是在1964年。1934（昭和9）年日本最初的国立公园被指定之后，正好经过了30年。

当时的国立公园，根据期待旅游业振兴效果的当地的要求而被指定这



◀从宇登吕往直到半岛西海岸延续着绝妙的悬崖。是熔岩地形被波浪和流冰等侵蚀后形成的地形。



▲世界自然遗产地区的大约86%位于知床国立公园内。其他，原始自然环境保全地区，国家指定鸟兽保护区，森林生态系保护区等，遗产地区的自然依靠法律被加以保护。

▶在鄂霍次克海，一到冬天，海水冻住出现海冰。知床，位于这些海冰流动到达的南端。



一形式是比较普通的，不过，例外性地如知床，根据于1953（昭和28）年实施了对知床调查的植物学家·馆胁操等的强烈意见“为了原始景观的保护”而被指定的。限制严格的特别保护地区的面积指定当时占有50%（现在60%），在全国各国立公园中，可以说是最侧重于把重点放在保护上的公园。

在被指定为国立公园后，于1960（昭和35）年代前期部分开工的，是连接宇登吕和罗白的知床贯穿道路，推进建设了从岩尾别经过卡姆依瓦卡（神水）川到达吕夏的知床林中道路工程，1980（昭和55）年代，国有林的一部分采伐工程也被开发实行，特别保护地区的扩大（1984，1995年），原始自然保护环境地区的指定（1980年），国家指定鸟兽保护区的指定（1982年），森林生态系保护区的指定（1990年）等保护被强化了。

地区居民和当地自治团体的自然保护意识的高度也是知床的特征。作为当地自治团体的斜里町和罗白町，于1974（昭和49）年，制定了保护知床的宣言“知床宪章”。

同时，在1977（昭和52）年，在斜里町，开始了作为在日本的国民信托组织运动先驱的“知床100平方米运动”，并且，在1988（昭和63）年，设立了从事知床的调查·





### 去除虾夷鹿的尸体

抬出在知床五湖散步道找到的虾夷鹿尸体的知床财团的职员。是为了在游客行走的散步道周边去除会引诱棕熊的诱饵的一项重要工作。知床的自然和旅游，依靠有关人员踏实的努力共存。



▲在知床五湖跟前的道路沿线，现在还存在着几间剩下的弃农开荒人的废弃房。

研究，自然保护思想的启发与普及活动的知床财团。到2006（平成18）年，罗臼町也成为出资团体，跨越知床半岛的两町化为一体促进保护环境活动。

## 列入世界自然遗产名录

知床被列入世界自然遗产名录的时候，以下四个方面受到了高度评价。

(1) 是北半球最位于南端的流冰区域，拥有受流冰影响很大的具有特异性生态系统的生产性格，是海洋生态系统和陆地生态系统的互相关联显著的范本。

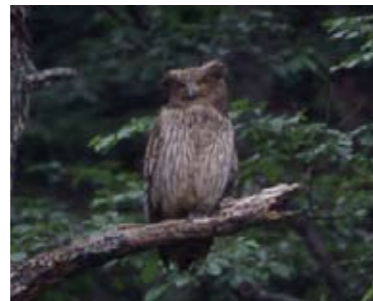
(2) 对于包括岛鼻、知床紫罗兰等在内的众多稀少种类的海洋性及陆地性的类型来说特别重要。

(3) 对含有多种鲑鱼科鱼类和北海狮以及多种鲸类的海栖哺乳类动物来说在世界范围的重要性。

(4) 作为世界上稀少海鸟类的生息地是重要的，同时，对渡来鸟类来说在世界上也是重要的区域。

当然，不仅仅光拥有这些价值，如果没有让保护那些价值成为可能的制度和当地采取的一系列措施的

话是不可能成为世界遗产的。并且，由于被列入世界遗产名录，日本政府和地区的人们，担负起了永远保护这些价值的责任和义务。



▲用大树的树洞营巢，靠吃溪流中的鱼生存的岛鼻多数生息在此，是知床健全的森林和河流存在的证据。

## 以地区的视点来保护自然

以推荐申请列入世界遗产名录为契机，在知床设置了两个会议。名称为“知床世界自然遗产候选地联络会议”（现为“知床世界自然遗产地区联络会议”）和“知床世界自然遗产候选地科学委员会”（现为“知床世界自然遗产地区科学委员会”）。在“地区联络会议”方面，不仅仅是相关行政机关，代表地区观点的团体和渔业合作组合等广范围的有关人员聚集就关于世界遗产的管理进行着协商。另一方面，在“科学委员会”方面，聚集了海洋和陆地生态系统的专家们，从科学的见地对世界遗产的管理进行着指导和进言，更进一步就需要有重点地推进配套的“海面区域的管理”，“河川建造物的改良”，“虾夷鹿的管理”这些问题，在科学委员会下设置工作小组，进行着协商。

就这样，在推进设置提供让地区的居民和渔业者参与协商的机会的同时，推进按照科学的理念和见识研究管理方针的实施。

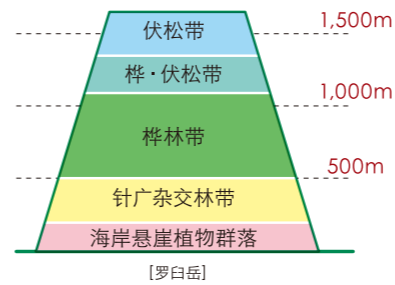
### 知床数据中心

收集了有关知床世界自然遗产管理信息的网站就是知床数据中心。可以阅览以知床为对象的报告书类以及有关的会议资料。  
<http://shiretoko.env.gr.jp/>

## 自然保护和旅游的两立

让众多的人们观赏知床极佳的自然，是国立公园应该负有的重要的任务之一。另一方面，无限制的旅游利用，有可能对自然环境带来不良影响。为此，在知床，为了讨论对知床国立公园进行妥善的保护和利用的最佳方案，以有学识经验的人士，行政机关和旅游有关人员，山岳会等当地团体等为成员设置了“利用合理化讨论会议”，规划了以对环境无不良影响的方式对国立公园进行利用的基本计划，制定了利用人员应该遵守的规则“利用知识手册”。

同时，在2004（平成16）年，以斜里町和罗臼町的旅游协会为中心设立了“知床环保旅行推进协会”，为了访访问者能深刻体验知床自然的营生与在那里生活的人们的关联，以知床独有的方式推进环保旅行活动。具体来说，制定了在知床五湖和乙女瀑布等地进行向导旅行的规则，与渔业联合进行旅游节目



### 知床多种多样的环境和植被

在知床，从海拔0米的海岸线到1600米的高山地带，各种各样类型的环境安定地被定格在各自应有的位置上。在海岸上有自然草原，在山腹里有针广杂交林和桦带等的原始林，并且在山脊上有伏松带和花圃的高山植物可以看到。



▲冬天出入罗臼港的渔船的情况。也以知床近海水产资源丰富而闻名。

的开发，对杜绝由棕熊引发的事故发生的旅游方案等进行了探讨协商。

## 游览知床国立公园的要领

知床国立公园，是原始性自然被严格保护的地方。为此，许多人能轻松地愉快地畅游的地方意外地较少。就像从小窗口窥视极佳的宝物一样。为此对如何游览和观赏知床的自然就二个要领进行介绍。

第一个，“从各种各样的角度进行观察”，即做各种体验。譬如走散步道，乘坐旅游船，参加向导旅行，去博物馆等，通过各种各样的体验，应该可以了解知道在大街游览一边倒的旅游所无法见到的知床的身姿。

第二个是“发挥想象力”。即使无法实际看到棕熊，也能通过观察足迹和爪痕等痕迹来想象棕熊的生活。

同时，在品尝美味海产品的时候，可以想象一下棕熊捕捉逆流而上的鲑鱼时的情形。一边观望在天空中飘舞的虎头海雕·白尾海雕的身姿，与此同时，可以一边思考他们的故乡俄罗斯远东部的严峻的自然。同时，有关与温泉相关的，对从远古时代开始形成了知床自然的火山活动进行联想将也是挺快乐的。

希望能慢慢地逗留，感知一下知床自然的深奥之处。

## column

### 远古时代，人们已生活在知床。

保存了原始自然的知床，在幌别川河口找到了大约8000年前绳文时代早期的遗迹。经过绳文文化期（公元0口7世纪左右），在6口11世纪的前后，由北方的萨哈林度来的海洋狩猎民族（鄂霍次克人）生活在知床半岛和鄂霍次克沿岸。从半岛沿岸的遗迹来看，使用鲸鱼骨的工具，仿照海豹和棕熊的泥偶人出土。从中也能窥视到古代的人们，曾经受赐过知床丰饶大海的恩惠。从鄂霍次克人的动物雕刻等可以想象它们的自然观，对以后阿伊努族的文化带来了影响。



海豹的泥偶人



熊的泥偶人

[照片提供：知床博物馆]



▲在知床五湖，一边听向导的自然解说一边行走的旅行很受人们欢迎。



## How to enjoy the Shiretoko National Park

# 关于知床国立公园的利用

现在还浓厚保留着原始自然景色的知床国立公园，既洋溢着众多魅力同时在利用其设施的时候，也是有必要遵守一些注意事项的区域。在这里就一些关于登山·散步路线的利用方法做些介绍。

## [登山·散步] Climbing & Hiking

在知床半岛，有登山道和散步道的地方极为有限。同时，初学者用的路线和熟练者用的路线的差异明确是它的特征，希望选择对自己的体力·本领适合的不勉强的计划。

### 罗臼岳登山 (1660m)

【DATA】从宇登吕街市到岩尾别温泉大约13km。登山到山顶大约4小时，下山大约2小时半。

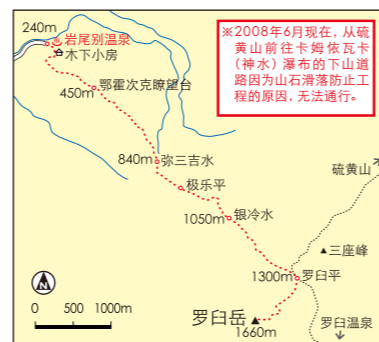
有来自宇登吕、罗臼两侧的登山道，不过，比较起来，适合初学者的是来自宇登吕方面的路线。开始后暂时沿着树林带上行，不久在超越森林界限后是明亮的沿池道。在7月中旬左右以前由于残留着雪谷而容易打滑，而从罗臼平出发的路线因为有岩石场需注意石头滑落。因为在登山道沿线没有厕所请自备手提简易厕所。再者，因为从罗臼方面出发时，雪谷直到很晚仍残留在上部容易迷路，是适合熟练者的路线。



在登山口的木下小房，可以得到有关棕熊的出没和登山道状况等的信息。也可住宿。



峰顶为滚来滚去的岩石峰比想象的要宽广。晴天的话可以将国后岛尽收眼底。



※2008年6月现在，从硫磺山前往卡姆依瓦卡(神水)瀑布的下山道路因为山石滑落防止工程的原因，无法通行。

### 知床五湖散步

【DATA】从宇登吕街市出发大约14km可到达知床五湖停车场。夏季也运行公交车。高架树道路线1周15分钟，围绕第一湖第二湖的路线40分钟，五湖全部周游一周3km路线90分钟

在知床最普遍的散步路线之一的是知床五湖。有巡游五处湖的地上步行道，和设有棕熊对策电栅栏，轮椅车也能利用的高架树道。有收费停车场，不过，假日时有时会满车，可考虑利用公交车。地上步行道因为有时根据棕熊的出没状况被封闭，请在出发前不忘向旅游协会等进行确认。往年，在5月份的连休前有雪残留泥泞之处也多。可以从各自的湖池观望到不同表情的知床连绵群山。



实施棕熊对策而被设置的高架树道。到瞭望台从停车场走15分钟左右。



地上步行道，是能便捷地感受知床自然的路线，不过，因为棕熊出没的情况也多，不要忘记佩戴避熊用的铃等做准备。



### 罗臼湖散步

【DATA】散步道入口周边禁止停车。私人汽车的话请利用知床山麓停车场，到散步道入口徒步约1小时。或乘公交车到罗臼湖入口公交车站下车。从散步道入口到罗臼湖往返大约3小时

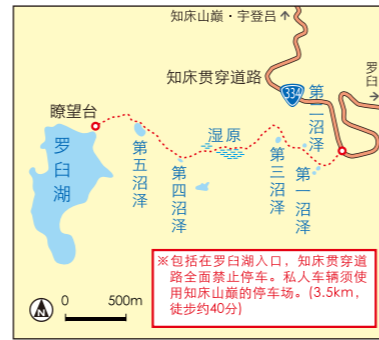
围绕大小5个沼泽，以罗臼湖为目的地的罗臼湖步行道，高度升降不多，是能同时观赏沼泽和植物以及大山的途径。与普通散步道不同，由于残雪和雾容易迷路，同时也是棕熊的高密度生息地，需要与登山同样的装备和经验。再者，因为散步道泥泞之处多，最好穿长筒靴。散步道入口周边因为不能停车，或是利用知床山麓停车场，或是利用公交车以及观光计程车。推荐利用将到散步道入口为止的交通和向导作为配套的向导旅行。



到罗臼湖的途中有三处沼泽。水面中映出的罗臼岳的身姿极佳。



有流畅山容的知西山岳，和宁静地盛满湖水的罗臼湖。



※包括在罗臼湖入口，知床贯穿道路全面禁止停车。私人车辆须使用知床山麓的停车场。(3.5km, 徒步约40分)

### 乙女的瀑布散步

【DATA】从宇登吕街市出发到知床自然中心大约4km。有停车场。也运行公交车。散步道单程大约1km，往返40分钟。四季都能利用。

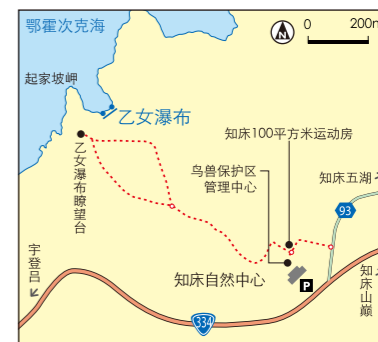
乙女瀑布又被称为“乙女泪”，是从刷地一刀断落下的悬崖的途中开始由知床峰峦的底流水刮起的瀑布。散步道从知床自然中心旁侧开始。缓慢往下步行于年轻树林中，随后来到明亮的草原并可遥望远方蔚蓝的鄂霍次克海。在草原经常可以见到虾夷鹿群，在6月份前后还可能遇见生后不久的仔鹿。从瞭望台定情瞭望瀑布悬崖的话，能观察到海鸬鹚和灰背鸥的集群。



到俯视瀑布的瞭望台从知床自然中心出发徒步20分左右。海鸟的飞舞非常壮观。



严冬季节能看到漂亮的冰柱。利用西洋楼和走板滑雪的散步也是挺有趣的。



### 熊越的瀑布散步

【DATA】从散步道入口到熊越的瀑布徒步15分钟左右。此外，知床贯穿道路因为全线上禁止拍车，请务必利用熊水露天温泉的停车场。

在罗臼川有高度大约15m的瀑布。流传着以前猎人将熊母子俩赶进这个瀑布的时候，母熊为了放跑仔熊拼命地将其往上推这样的传说。从熊水，或者从罗臼温泉野营场的停车场沿着知床贯穿道路向山麓前进大约1km的话，左侧将会出现散步道的入口处。随后在森林中前进的话，不久会走到罗臼川，在右手可以看见瀑布。距离虽短，但是，深绿色和梅花藻繁茂的清澈流水印象深刻。



虽然是从国道走马上就能到达的地方，不过，只有真正懂得的人才知道这一瀑布。下流方面的散步路，现在不能使用。



瀑布下流有熊水露天温泉。是无人，免费的设施。利用时请遵守礼仪。



### 卡姆依瓦卡(神水)的瀑布散步

【DATA】前往卡姆依瓦卡(神水)瀑布需利用从知床自然中心或从五湖出发的区间公交车(11km)。因为整年禁止通行，所以私人汽车、自行车、徒步将无法利用。从区间公交车终点站到第一瀑布徒步15分钟。

作为活火山的知床硫磺山山腰喷出的温泉流入河川，温泉水成为瀑布形成的卡姆依瓦卡(神水)瀑布。在区间公交车终点下车，桥的袖子为入口。因为酸性强，皮肤弱的人要注意。在容易滑的池中攀登，最好穿稻草鞋或泽上行(鞋)，或者是钓鱼用的不易打滑的鞋，预先将行李放入到背包里以使用双手。如果进入水塘需穿上游泳衣等。



从斜面的各处涌出的泉水与水掺杂，瀑潭成为热水塘。



因为容易打滑的地方也多，穿上专用的鞋或草鞋比较合适。光脚和穿拖鞋不可。



※2008年6月现在，因山石滑落的危险，可游览的尽限第一瀑布。另外，硫磺山登山道禁止通行。



## [自然体验旅行] Nature Tour

不仅是散步道散步,在知床有各种各样享受自然乐趣的方法。试着寻找适合自己的旅行节目。有丰富知识的向导,引导你前往各种各样的场所。

### 旅游船·游览船

海里也有知床深奥的妙趣。从宇登吕港·罗臼港出发启航的旅游船·游览船,将带你遭遇不同的知床。如果访问了知床,请务必观赏一下海中景观。

【DATA】宇登吕方面,罗臼方面均有数家公司航行。所需时间为1□2小时左右(宇登吕□知床岬航线为3□4小时)。

#### [宇登吕方面]

从宇登吕港出港的旅游船,能看到因为流冰被削成的悬崖,从悬崖的裂缝流落下来的大小不同的瀑布,众多的奇岩,能观察到黑海鵰等稀少种类的无数的海鸟等。同时,在川河口等看到虾夷鹿和棕熊的身姿也不足为奇。在半岛尖端部能感受到散在的作为渔业据点的值班小房等,与严峻自然共存的人类的营生。而在夏季,在晴天较多的宇登吕方面,能以高概率观赏到蓝天下伸展的知床岬和岬台地的景色。

#### [罗臼方面]

罗臼周围的根室海峡现在作为日本屈指可数的赏鲸活动地点受到人们关注。从春天到秋天从罗臼港乘坐旅游船的话,条件好的时候可在船的周围看到无数的鲸鱼喷气。从春天的水貂鲸鱼,逆戟鲸,抹香鲸,贝氏喙鲸,与季节变化一起看到各种类变化是极大的魅力。在冬天,也实施与流冰一起能观察到白尾海雕·虎头海雕和胡麻斑海豹等近在咫尺的流冰周观光船旅游。



### 划船竞赛旅行

【DATA】适合初学者的旅行所要时间大约3小时,费用1万日元左右

沿着险峻的海岸线以手划的划船竞赛巡游蔚蓝大海的旅行。从海面近距离仰视悬崖,犹如悬崖盖落到头上一般充满大迫力,能在眼前观察到海鸟育儿的身姿。即使是初学者也能参加的宇登吕周边旅行的话,普遍是到乙女瀑布或者男人泪为止的往返。初学者因为与向导一起乘坐到二人座的划艇能放心乘坐。此外也实施化上数天时间绕知床半岛一周的适合熟练者的旅行。



### 流冰步行

【DATA】仅在流冰靠岸时期举办。所要时间1.5□2小时左右。费用5000日元左右。

流冰散步时身穿专用的防水衣,与向导一起走到流冰上,触摸,可以在冰的裂口处的冰海中浮现的令人兴奋的旅游。有时冰吱吱嘎嘎的响声在复杂的冰垒积起来了的冰原回响,有时可见到海豹和虎头海雕,白尾海雕的身姿。同时还可以学习流冰形成的结构,由于流冰带来的大海的恩惠。



前往知床岬方面应在遵守规则的同时以自身责任进行

在知床岬等的知床半岛尖端部地区,不设有为利用者服务的设施等,特别是保留着原始性的自然。对以巡回山麓游览和划船竞赛等进入的人,针对以自身责任进行活动的重要性为了保护环境的注意事项·禁止事项等地区的规则制定了“知床半岛尖端部地区的利用知识”。

## 知床国立公园 利用时的注意事项 CAUTION

- 1 对野生动物不给予喂食  
不仅仅搞乱自然的生态系统,还会吸引棕熊,是非常危险的。
- 2 不要偏离步行道  
偏离步行道和树道走的话不仅仅危险,植物可能被乱踩,泥土被削刮。

- 3 不要采取和捕猎动植物,不威胁他们,不伤害它们,不带入动植物  
纤细的自然界,细微的行为也会使其受到大的影响。
- 4 垃圾带回  
给景观和野生动物带来不良影响,也有引诱棕熊的危险。
- 5 不带宠物行走  
有刺激棕熊的可能。
- 6 不进行在散步道上边走边吃和在野外的烹调行为  
吃漏的食物和食物本身的气味成为吸引棕熊靠近的原因。

- 7 不接近棕熊  
有被棕熊袭击的可能性。
- 8 如果看到了棕熊应该马上走开  
如举棕熊对人习惯了的话,有可能成为其他人遭遇事故的原因。请马上返回。
- 9 控制行车速度  
鹿和狐狸会飞跑出来。有可能造成大的事故。
- 10 不给渔业者添麻烦  
避开给采集海产品,给渔业活动(干晒海带等)·设施(定置网,值班小房设施等)带来障碍的行为。是他们支撑着地区人们的生活。

## 相关设施介绍

提供有关动植物的知识和有关登山道信息等相关设施,能满足尽情体验知床自然的野营场等,为了帮助你更有效地利用好国立公园,在此向你介绍相关情况。

### 资料

#### 知床自然中心

最大的看点为高12m,宽20m的巨大屏幕放映出的映像“黛娜理想”。是较多使用了空中拍摄的有震撼力的映像,将人类无法进入的知床真正的身姿,以鸟的角度呈现。同时,在知床财团提供的资料·服务台,可以获得登山道和自然观察信息。还设有能用便饭的餐馆和小卖部。



【DATA】地址/北海道斜里郡斜里町岩石字别531 tel.0152-24-2114 开馆时间/8:00□17:40(10/21□4/19为9:00□16:00) 闭馆日/12月31日 入馆费/免费(黛娜理想 成人500日元,儿童200日元)

#### 罗臼来客中心

是于2007年5月更新开放的环境省的设施。成为进行知床半岛罗臼侧的信息提供和自然保护活动的据点。在馆内,能一边体会一边了解知床的自然和历史,文化等。并且,设有综合向导服务台和授课室,能进行多种目地的利用。



【DATA】地址/北海道目梨郡罗臼町汤之泽町 tel.0153-87-2828 开馆时间/9:00□17:00(11月□4月为10:00□16:00) 闭馆日/星期一及年末年初 票价/免费

#### 知床博物馆

在斜里町中心部,正如馆名所示,丰富展示以知床半岛为首有关斜里町的历史和自然的资料。特

别是以海豹和鸕类为主介绍知床的野生动物和植物的生态,展示内容充实,剥制标本的数量也非常多。



【DATA】地址/北海道斜里郡斜里町町49-2 tel.0152-23-1256 营业时间/9:00□17:00 闭馆日/4□10月星期一(节日·换假日开馆),11□3月为星期一,节日,年末年初 票价/普通300日元 小·初中生免费

#### 知床世界遗产中心(预定)

随着知床列入世界自然遗产名录,以2009年开放为目标正在准备中的资料设施。建设预定地点为知床利用据点的斜里町宇登吕地区,将其作为世界遗产地区的入口设施,让更多的利用者了解知床作为世界遗产的价值和魅力,利用规则,礼仪的宣传等作为目的。



另一方面,在罗臼町吕萨地区推进设置“吕萨现场资料馆”。这是针对利用世界自然遗产地区半岛尖端部的利用者提供有关规则和礼仪的讲义,提供尖端部的实时信息,以达到事故防止和环境保护的目的。同时,传输海洋和陆地生态系统的关联,人和海洋的关联等,是预定成为宣传知床自然价值的设施。



### 野营场

#### 国设知床野营场

从宇登吕街市徒步大约15分钟,被称为夕阳台的宁静高地上的野营场。散在的大树营造出好心情的树阴,在晴朗时沉落鄂霍次克海的夕阳会是非常美丽的。



【DATA】地址/北海道斜里郡斜里町宇登吕 tel.0152-24-2722(开设期外) 0152-62-2211 开设期/6月20日□9月10日 利用费/成人1晚320日元,儿童200日元

#### 国设罗臼温泉野营场

利用知床贯穿道路从罗臼到知床山麓方面大约3km处有森林中的野营场。夹着道路对面有免费的露天温泉“熊水”颇受欢迎,旺季时比较拥挤。距离罗臼岳登山口和间歇泉也近。“熊水”由当地志愿者提供着维持管理,也是当地居民的休息场所,在利用时务必遵守礼仪。



【DATA】地址/北海道目梨郡罗臼町汤之泽町 tel.0153-87-2126(罗臼町区乡办环境管理课) 开设期/6月1日□10月31日 利用费/1晚300日元,学龄前儿童免费

#### 罗臼町立林间广场野营场

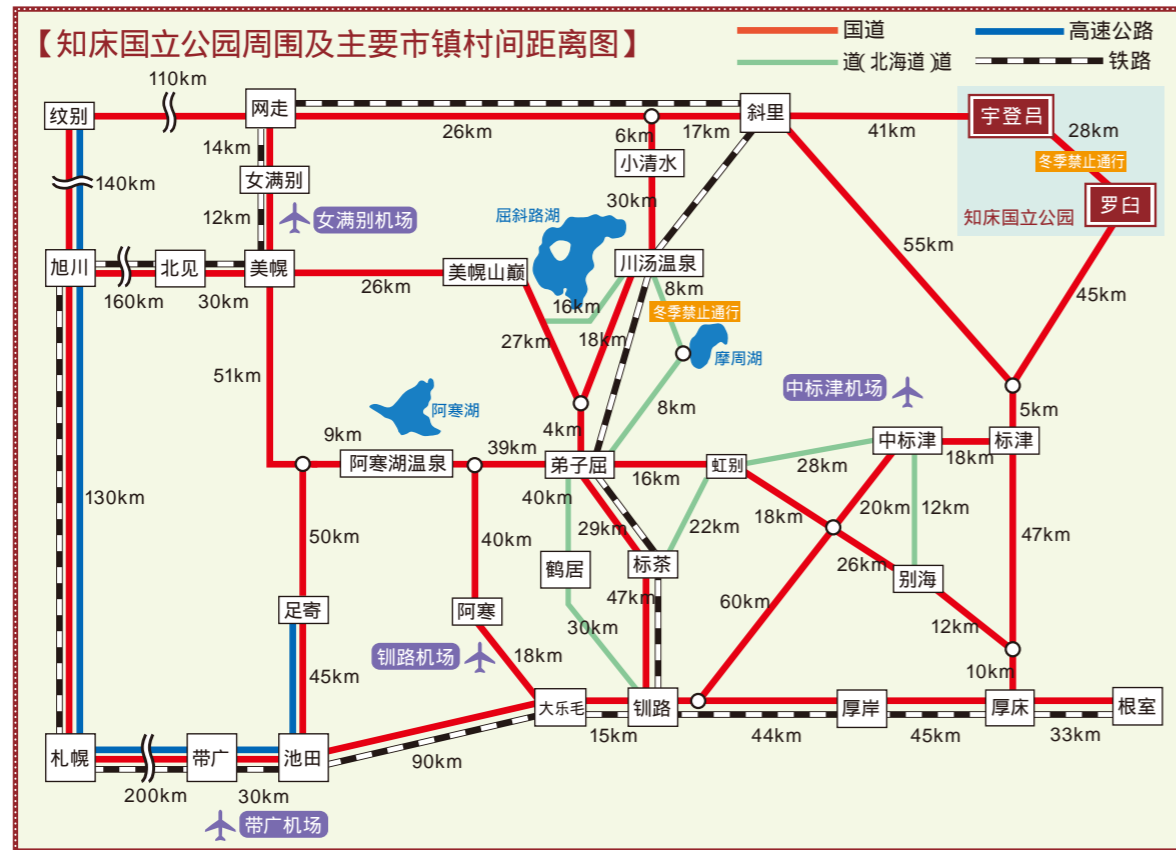
在旧罗臼町町民滑雪场里面,有着周围被森林围着的安静的野营场。利用了自然地形的场内洋溢着安定的气氛。旺季时相对比较空闲,推荐寻求安静野营者利用。沿着通往野营场的坡道继续上行的话将来到瞭望台“望乡台”,从罗臼街市可以将根室海峡,国后岛一眼望尽。

【DATA】地址/北海道目梨郡罗臼町礼文町31-1 tel.0153-87-2126(罗臼町区乡办环境管理课) 开设期/6月1日□10月31日 利用费/1晚300日元,学龄前儿童免费

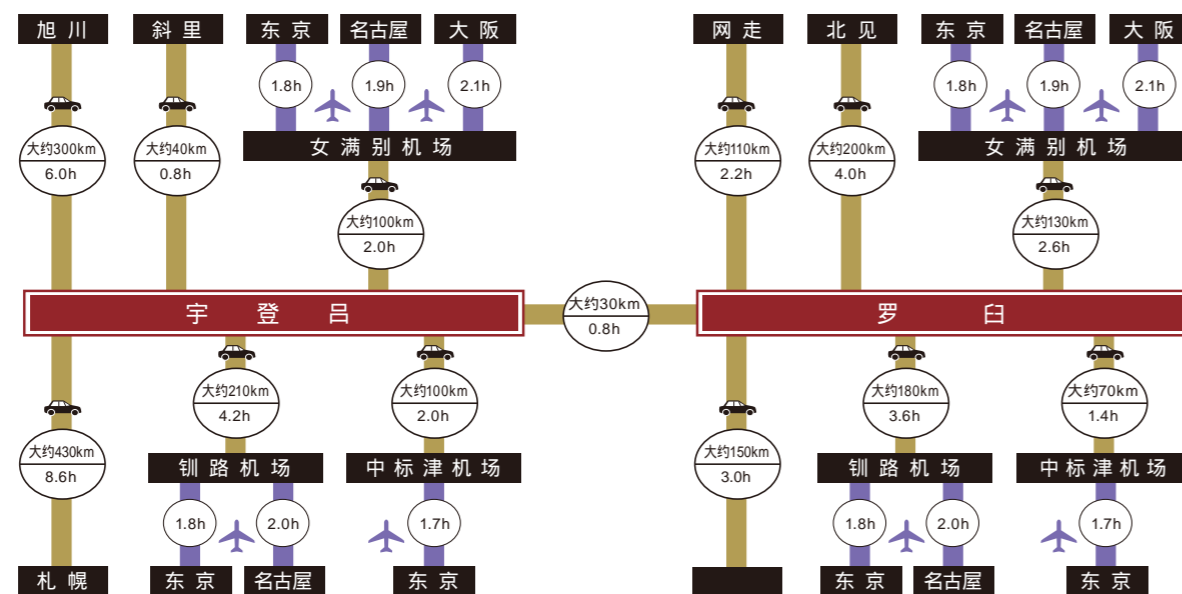


# 如何前往知床国立公园

前往知床国立公园据点之一的宇登吕可以利用汽车，或是乘坐从JR钏网本线·知床斜里站出发的公交车。前往根室川的罗臼一般利用汽车。若使用航空路线，前往宇登吕时从女满别机场，而前往罗臼时则从中标津机场走比较近。



## 【前往知床国立公园的交通示意图】



## 相关设施机关联系处一览

※主要利用设施的联系处请参阅21页。

### 飞机 (女满别机场·中标津机场就航空公司)

JAL (日本航空)	0120-25-5971
※手机专用	0570-025-071
ANA (全日空)	0120-029-222
※手机专用	0570-029-222
AIRDO	0120-057-333

### 公交车

斜里公交车总社营业所	0152-23-2451
斜里公交车宇登吕终点站 (4/28~10/31)	0152-24-2054
网走公交车网走营业所	0152-43-4101
阿寒公交车罗臼营业所	0153-87-2046
阿寒公交车中标津营业所	0153-73-4370

### 铁路 (站)

JR知床斜里站	0152-23-2634
---------	--------------

### 观光计程车

斜里包租 (斜里町)	0152-23-2100
知床包租 (斜里町)	0152-23-2010
宇登吕旅游计程车 (斜里町)	0152-24-2121
罗臼包租 (罗臼町)	0153-87-2002

### 出租汽车 (请向机场和车站等的旅游问讯处询问。)

女满别机场旅游问讯处	0152-74-4182
中标津机场旅游问讯处	0153-72-3190
知床斜里旅游向导中心	0152-23-2424
网走站旅游问讯处	0152-43-4261

### 旅游信息提供机关·设施

<b>[斜里町]</b>	
知床斜里町旅游协会	0152-22-2125
知床斜里旅游向导中心	0152-23-2424
知床宇登吕旅游问讯处 (驿站宇登吕·斜里谿得库内)	0152-24-2639
驿站 斜里	0152-26-8888
驿站 宇登吕·斜里谿得库	0152-22-5000

<b>[罗臼町]</b>	
知床罗臼町旅游协会	0153-87-3360
罗臼町旅游问讯处 (驿站知床罗臼内)	0153-87-3330
驿站 知床罗臼	0153-87-5151

<b>[广域旅游关联机关]</b>	
鄂霍次克圈旅游联盟	0152-45-1885
根室旅游联盟	0153-29-2427

### 自然信息等的提供·解说设施

<b>[斜里町]</b>	
知床森林中心	0152-23-3009
<b>[罗臼町]</b>	
罗臼町乡土资料馆	0153-87-2004

### 区乡

斜里町区乡办 (代表)	0152-23-3131
斜里町区乡办宇登吕办事处 (代表)	0152-24-2200
罗臼町区乡办 (代表)	0153-87-2111

### 警察局·消防站

斜里警察局 (代表)	0152-23-0110
斜里警察局宇登吕派出所	0152-24-2010
斜里消防站 (代表)	0152-23-2435
斜里地区消防组合宇登吕分局 (代表)	0152-24-2110
中标津警察局罗臼派出所	0153-87-2151
罗臼消防站	0153-87-2119

### 医疗设施

斜里町国民健康保险医院 (代表)	0152-23-2102
道立宇登吕卫生站	0152-24-2052
罗臼町国民健康保险医院 (代表)	0153-87-2116



# 国立公园档案

国土的7成被森林覆盖，从亚寒带到亚热带，受惠于多种多样的环境和动植物的日本列岛。代表丰裕美丽的日本自然的区域是国立公园。

日本的国立公园从1931年该制度创办以来，有着70多年的历史。现在，在全国从北海道到琉球列岛，有29处国立公园被指定，占据国土陆地面积的5%。覆盖我国有代表性的自然环境的国立公园，支撑着为了保护自然环境和生物多样性的“保护区系统”的骨骼。

在日本的国立公园中，不仅仅是原始性的森林和湿原，也包括通过人与自然的关联被形成的耕作地和村落周边的自然，以及历史的、文化的景观。对各种不同的休养和旅游，以及教育活动等的利用也是目的，重视与区域社会的共存。

日本的国立公园，不论土地所有形态而被指定。公园内的国有地，多以公园以外的目的被管理着。因此，在同以土地所有者为首的各方面有关人员协商调整产业活动和土地利用安排的同时，使自然资源的保护和持续性利用达到两立是日本的国立公园管理的基本。

国立公园的管理按照城市规划被实施。在公园区域，按照自然环境和景观的特性，被划分为受最严格保护的特别保护地区，作为公园区域主体的特别区域，然后是作为缓冲区域的普通区域这3个地域，对于树木砍伐和建设工程等给风景带来影响的活动，则被列为许可或者申报的对象。

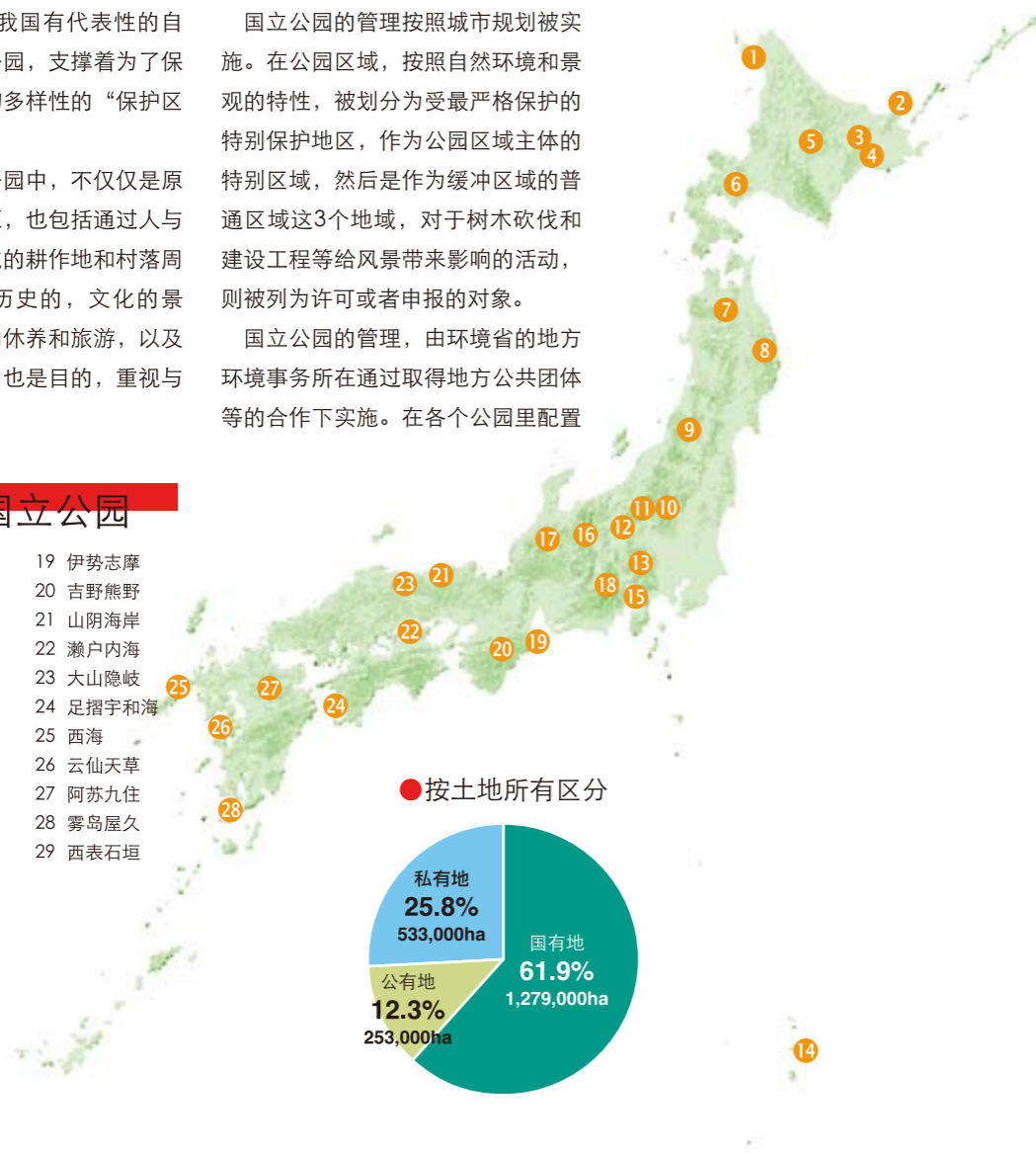
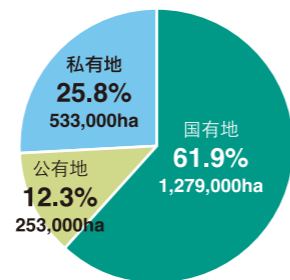
国立公园的管理，由环境省的地方环境事务所在通过取得地方公共团体等的合作下实施。在各个公园里配置

了自然保护官，从事调整开发行为，利用设施的整修，普及启发·解说，自然环境的监测等业务。

## 日本的国立公园

- |           |          |
|-----------|----------|
| 1 利尻礼文佐吕别 | 19 伊势志摩  |
| 2 知床      | 20 吉野熊野  |
| 3 阿寒      | 21 山阴海岸  |
| 4 钏路湿原    | 22 濑户内海  |
| 5 大雪山     | 23 大山隠岐  |
| 6 支笏洞爷    | 24 足摺宇和海 |
| 7 十和田八幡平  | 25 西海    |
| 8 陆中海岸    | 26 云仙天草  |
| 9 磐梯朝日    | 27 阿苏九住  |
| 10 日光     | 28 雾岛屋久  |
| 11 尾濑     | 29 西表石垣  |
| 12 上信越高原  |          |
| 13 秩父多摩甲斐 |          |
| 14 小笠原    |          |
| 15 富士箱根伊豆 |          |
| 16 中部山岳   |          |
| 17 白山     |          |
| 18 南阿尔卑斯  |          |

●按土地所有区分



# 北海道的自然环境保护

即使在以拥有丰富自然而自豪的日本，被保留下来的原始性自然最多的地区是北海道。为了保护其自然，为了与其共存，为了留给将来，在国立公园以外也有各种各样有关自然环境保护的体系。

## ●自然公园

在日本的自然公园中，除了国立公园以外，有按照国立公园的自然风景地为标准的国定公园（在全国有56处），有仅次于国立公园口定公园的自然风景地的都道府县立自然公园，成为日本最大的保护区制度。

## ●原始自然环境保护区域·自然环境保护区域

指定了几乎没有投入过人手而被保留着原始状态的区域和维持着出色的自然环境区域为原始自然保护区域（在全国有5处），自然环境保护区域（在全国有10处）。

## ●世界自然遗产区域

按照“关于世界的文化遗产和自然遗产的保护条约”，将其作为对人类有普遍价值的遗产而被国际性地保护·保存的自然区域。

## ●列入拉姆萨尔条约目录的湿地

日本在1980年，加入了以国际上重要的湿地及促进在那里生活·生长的动植物的保护为目的的“拉姆萨尔条约（特别作为有关水鸟的生活地而成为国际上重要湿地的条约）”，同时将钏路湿原列入其目录（到2008年现在，在全国有33处（130,293ha）被列入）。

## ●国家指定鸟兽保护区

为了保障鸟兽（野生生活的鸟类和哺乳类）的保护繁殖而被指定的区域（大规模生息地，集体渡来地，集体繁殖地，稀少鸟兽生息地的4个分类）。除了禁止狩猎捕获鸟兽以外，实施对野生鸟兽的保护事业。

## ●国立公园

- 1 利尻礼文佐吕别
- 2 知床
- 3 阿寒
- 3 钏路湿原
- 4 大雪山
- 5 支笏洞爷

## ●国定公园

- 1 暑寒别天卖烧尻
- 2 网走
- 3 二世古积丹小樽海岸
- 4 日高山脉襟裳
- 5 大沼

## ●道立自然公园

- |         |          |
|---------|----------|
| 1 厚岸    | 7 北鄂霍次克  |
| 2 富良野芦别 | 8 野幌森林公园 |
| 3 桧山    | 9 狩场茂津多  |
| 4 惠山    | 10 朱鞠内   |
| 5 野付风莲  | 12 天盐岳   |
| 6 松前矢越  | 13 斜里岳   |

## ●原始自然环境保护地区

- 1 远音别岳
- 2 十胜川源流部

## ●自然环境保护地区

- 1 大平山

## ●世界自然遗产地区

- 1 知床

## ●国家指定鸟兽保护区

- |            |                |
|------------|----------------|
| 1 浜顿别屈斜路湖  | 8 风连湖          |
| 2 佐吕别      | 9 厚岸湖·别寒边牛·雾多布 |
| 3 天卖岛      | 10 鹤居岛·小鹤居岛    |
| 4 宫岛沼      | 11 大黑岛         |
| 5 涛沸湖      | 12 钏路湿原        |
| 6 知床       | 13 大雪山         |
| 7 野付半岛·野付湾 | 14 天鹅湖         |



## ●列入拉姆萨尔条约目录的湿地

- |            |              |
|------------|--------------|
| 1 屈斜路湖     | 7 厚岸湖·别寒边牛湿原 |
| 2 佐吕别原野    | 8 钏路湿原       |
| 3 涛沸湖      | 9 阿寒湖        |
| 4 野付半岛·野付湾 | 10 雨龙沼湿原     |
| 5 风莲湖·春国岱  | 11 宫岛沼       |
| 6 雾多布湿原    | 12 天鹅湖       |