

霧ヶ峰 ネイチャーパートナーカード

自然公園のマナーを知っていただくためカードを作りました。
長野県自然保護レンジャーや霧ヶ峰パークボランティアからの
手渡し、霧ヶ峰自然保護センターなどで配布しています。
霧ヶ峰の豊かな自然環境を大切にしましょう。

表面

自然公園の
マナー

裏面

霧ヶ峰の
風景写真
(8種類)

自然公園のマナー

Rules and manners in
Nature Parks



動植物を傷つけない、持ち帰らない
Do not harm or remove
any plants or animals.



登山道(遊歩道)以外に立ち入らない
Do not enter areas outside hiking trails
or walking paths.



ごみは捨てずに持ち帰る
Pack out what you pack in.



指定地以外でのキャンプは、原則行わない
As a general rule, no camping outside
the designated areas.



地域ごとのルール(ペット・ドローンの扱い等)を遵守する
Comply with local regulations, including
those concerning pets and drone usage.

長野県PRキャラクター
「アルクマ」
©長野県アルクマ

長野県諏訪地域振興局環境課
Environment Division,
Suwa Regional Promotion Bureau,
Nagano Prefecture
長野県霧ヶ峰自然保護センター
KIRIGAMINE
Nature Conservation Center



センターHP



KirigamineHP

自然公園のマナーを日本語と英語で記載しました。わかりやすく
ピクトグラムでも表示しました。QRコードから長野県霧ヶ峰自然
保護センターのホームページにアクセスすることができます。
「センターHP」は日本語、「KirigamineHP」は英語のページです。

霧ヶ峰などのボランティア
作業に参加した方には、
特製のキラキラカードを差
し上げます。



長野県PRキャラクター「アルクマ」©長野県アルクマ
Nagano Pref. PR Character, "Arukuma" © Nagano Pref. Arukuma

…………… 問い合わせ先 ……………

長野県諏訪地域振興局環境課

☎0266-57-2952 (直通)

(平日 9:00 ~ 16:30)

✉ suwachi-kankyo@pref.nagano.lg.jp

きりがみね

霧ヶ峰 KIRIGAMINE

ハケ岳中信高原国定公園
YATSUGATAKE-CHUSHIN KOGEN QUASI-NATIONAL PARK



グライダー Glider

撮影：宮坂忠彦

霧ヶ峰は日本のグライダー発祥の地とされています。強清水の南
側にある霧ヶ峰グライダー滑空場では、上昇気流に乗って飛翔す
るグライダーの雄姿を目にすることができます。

きりがみね

霧ヶ峰 KIRIGAMINE

ハケ岳中信高原国定公園
YATSUGATAKE-CHUSHIN KOGEN QUASI-NATIONAL PARK



夏の八島湿原 Yashima Marsh in summer

撮影：宮坂忠彦

八島湿原は日本を代表する高層湿原で国指定の天然記念物です。
約1万年の歴史があり、湿原とその周辺には多様な植物が生育し、
夏は緑と青のコントラストが楽しめます。

きりがみね

霧ヶ峰 KIRIGAMINE

ハケ岳中信高原国定公園
YATSUGATAKE-CHUSHIN KOGEN QUASI-NATIONAL PARK



ニッコウキスゲ Nikko Daylily

撮影：宮坂忠彦

霧ヶ峰を代表する高山植物のニッコウキスゲ。夏の見ごろになる
と多くの方々が訪れ、車山肩などで美しい黄色のお花畑を楽しむ
ことができます。

きりがみね

霧ヶ峰 KIRIGAMINE

ハケ岳中信高原国定公園
YATSUGATAKE-CHUSHIN KOGEN QUASI-NATIONAL PARK



夕焼けの車山気象レーダー Kurumayama Weather Radar Station at sunset

撮影：宮坂忠彦

車山山頂に設置された気象庁のレーダー施設で、観測されたデー
タは天気予報などに利用されています。高い標高からのハケ岳や
蓼科山の絶景を望むことができます。

きりがみね

霧ヶ峰 KIRIGAMINE

ハケ岳中信高原国定公園
YATSUGATAKE-CHUSHIN KOGEN QUASI-NATIONAL PARK



夕焼けの霧鐘塔 Mushotou Bell Tower at sunset

撮影：宮坂忠彦

その名の通り、深い霧で覆われることが多い霧ヶ峰には、視界不
良時に位置や方向を知らせるために霧鐘塔が設置されています。
霧ヶ峰のシンボルとしても親しまれています。

きりがみね

霧ヶ峰 KIRIGAMINE

ハケ岳中信高原国定公園
YATSUGATAKE-CHUSHIN KOGEN QUASI-NATIONAL PARK



夜景 Night View

撮影：宮坂忠彦

夜景と星空も、昼とはまた違った高原の魅力の一つです。霧ヶ峰
のビューポイントからは、諏訪地域の夜の街明かりと満天の星の
共演を楽しむことができます。

きりがみね

霧ヶ峰 KIRIGAMINE

ハケ岳中信高原国定公園
YATSUGATAKE-CHUSHIN KOGEN QUASI-NATIONAL PARK



霧氷 Frosted Trees

撮影：宮坂忠彦

霧が樹木に付着し凍結してできる霧氷は、条件が整わないと現れ
ません。厳しい寒さの霧ヶ峰ならではの冬限定の芸術作品です。

きりがみね

霧ヶ峰 KIRIGAMINE

ハケ岳中信高原国定公園
YATSUGATAKE-CHUSHIN KOGEN QUASI-NATIONAL PARK



冬の八島湿原 Yashima Marsh in winter

撮影：宮坂忠彦

植生が休眠期を迎える冬の八島湿原には、夏とはまた違った、静
かな佇まいの雪原の風景が広がります。