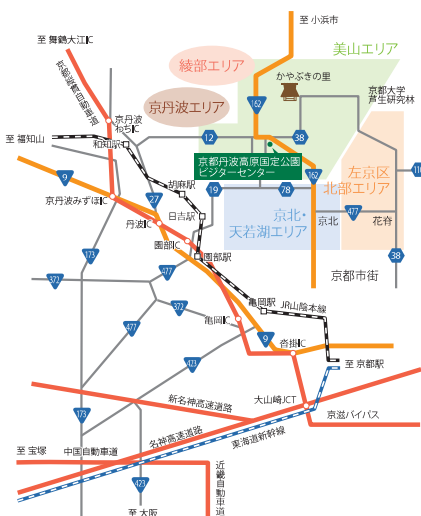


京都丹波高原国定公園へのアクセスマップ 前往京都丹波高原国定公园的交通指南



美山エリア(中・西部)
 車利用の場合
 ・園部ICから
 南丹市美山かやぶきの里まで 約40分

美山エリア(芦生地区)
 車利用の場合
 ・園部ICから
 南丹市芦生まで 約1時間20分
 (美山かやぶきの里経由)

左京区北部エリア
 車利用の場合
 ・京都市内から
 左京区花脊まで 約1時間

綾部エリア
 車利用の場合
 ・京丹波わちICから
 綾部市睡香町まで 約30分

京北・天若湖エリア
 車利用の場合
 ・京都市街から
 右京区京北まで 約1時間
 ・京都市街から
 天若湖まで 約1時間
 JR利用の場合
 ・JR京都駅からJR日吉駅まで
 JR山陰本線 約1時間
 ・JR日吉駅から天若湖まで
 南丹市営バスで 約10分

京丹波エリア
 車利用の場合
 ・京丹波わちICから
 京丹波町仏主まで 約30分

美山地区(中、西部)
 驾车…从园部IC到南丹市茅草屋之
 乡约40分钟

美山地区(芦生地区)
 车利用の場合
 ・园部ICから
 南丹市芦生约1小时20分
 (途经茅草屋之乡)

左京区北部地区
 驾车…从京都市内到左京区花脊约1
 小时

綾部地区
 驾车…从京丹波和知IC到綾部市睡香约
 30分钟

京北、天若湖地区
 驾车
 从京都市中心到右京区京北约1小
 时,从京都市中心到天若湖约1小时
 搭乘JR(铁路)
 从JR京都站搭乘JR山阴本线到JR日
 吉站约1小时,从JR日吉站搭乘南丹
 市营巴士到天若湖约10分钟

京丹波地区
 驾车…从京丹波和知IC到京丹波町
 佛主约30分钟

国定公園の利用ルールとマナー 国定公园的参观规则和礼仪

❌ ルールを守ってください

- **動植物をとらないで!!**
 生態系のバランスが崩れるだけではなく、
 あなたの次に訪れる人がそれらを見られなくなってしまいます。
- **キャンプや焚き火は
 決められた場所以外ではしないでください!!**
 植生の破壊、野生動物の接触、山火事を防ぐためです。
- **落書きは犯罪(器物破損)です!!**
 あなたの次に訪れる人が気持ちよく使えるようにしましょう。

⚠️ 人にも、自然にも優しくしましょう

- 野生動物にえさを与えないようにしましょう
- 木道や歩道から外れないようにしましょう
- ごみは捨てずに持ち帰りましょう
- 無理のない行動計画を立てましょう
- ペットは管理しましょう

❌ 請遵守規則

- **请勿采摘动植物**
 这种行为不仅会破坏生态平衡,还会导致以后来参观的游客无法看到它们。
- **禁止在非指定地区露营或生火!**
 这是为了防止破坏植被、遭遇野生动物和导致山林火灾。
- **乱涂乱画属于犯罪行为(毁坏财物罪)!**
 请为以后来访的游客着想,让他们能舒心地使用。

⚠️ 友善对待他人和大自然

- 请勿给野生动物喂食
- 请勿离开木板路和步道
- 请将垃圾带走,不要乱扔
- 请制定合理的行程
- 请照顾好您的宠物

自然公園指導員の活動について 关于自然公园指导员的活动

府内の国立・国定公園では、環境省の委嘱を受け、動植物の保護や美化清掃、事故防止等の利用者指導、情報提供などを行うボランティアが活躍しています。

受日本环境省の委托,志愿者们在京都市府内的国立和国定公园内从事动植物保护、美化清洁、防止事故等游客指导、提供信息等活动。

京都府自然環境保全課

京都府自然環境保全課

〒602-8570 京都市上京区下立売通新町西入敷ノ内町 郵便番号 602-8570 京都市上京区下立売通新町西入敷ノ内町

英語HPはこちら



中国語(繁体)HPはこちら



中国語(简体)HPはこちら



韓国語HPはこちら



※このパンフレットは令和5年度国立公園等資源整備事業費補助金を活用して制作しています。 <https://www.pref.kyoto.jp/shizen-koen/tamba.html>

*本手册使用2023年度国立公園等資源整備业务費補助金制作而成。

表紙(上)写真提供:岸本泰典(京大大学芦生研林)

京都丹波高原国定公園

森の京都～森・川・里に守り継ぐ自然と文化

京都丹波高原国定公園

森之京都～森林、河流和村落间传承守护的自然与文化



京都丹波高原国定公園

京都府の中央部にまたがる丹波高原に位置する、自然と文化が融合したユニークな国定公園です。

京都府の中央部である京都市、綾部市、南丹市、京丹波町にまたがる丹波高原の広大な区域が京都丹波高原国定公園です。由良川の源流である芦生の森は、原生的な自然を有し、希少な動植物の生息地でもあります。また、かやぶき屋根の特徴的な民家が多数残されている集落など、自然と寄り添う暮らしと、伝統文化を幾世代も受け継いできた歴史を感じることができます。京都の市街地に近接するこの地域は、日本海と京の都を結ぶ多くの街道が通る地域であり、自然と文化が融合した風致が特筆されるユニークな国定公園です。

- 所在地：京都市、綾部市、南丹市、京丹波町
- 指定年月日：平成28年3月25日、一部変更 令和2年3月31日
- 面積：当初68,851ha、一部変更後の面積69,158ha

京都丹波高原国定公園

这座独特的国定公园将自然与文化融为一体，坐落于横跨京都府中部的丹波高原。

丹波高原位于京都府中部，横跨京都市、綾部市、南丹市、京丹波町，这片广阔的区域即为京都丹波高原国定公园。由良川的发源地芦生森林有着原生态的自然环境，也是许多珍稀动植物的栖息地。另外，这里的村落还保留了许多茅草屋顶的民居，颇具特色，能让您感受贴近自然的生活，以及传统文化代代相传的历史。该地区靠近京都市中心，当地有许多连接着日本海与京都的街道，该国定公园是一座自然与文化相互交融、景观独特、备受瞩目的国定公园。

- 所在地区：京都市、綾部市、南丹市、京丹波町
- 指定日期：2016年3月25日、2020年3月31日部分变更
- 面积：最初为68,851公顷，部分变更后的面积为69,158公顷

地種区分 区域类型

<p>第1種特別地域 2,485ha</p> <p>現在の景観を極力保護する必要のある地域</p> <p>第1種特別区域、面積2,485公顷 必须极力保护目前景观的区域</p>	<p>第2種特別地域 1,850ha</p> <p>農林漁業活動について調整を図ることが必要な地域</p> <p>第2種特別区域、面積1,850公顷 农林渔业活动必须进行调整的区域</p>
<p>第3種特別地域 56,294ha</p> <p>通常の農林漁業活動については風致の維持に影響を及ぼすおそれ少ない地域</p> <p>第3種特別区域、面積56,294公顷 正常农林渔业活动对维持景观造成影响的可能性较小的地区</p>	<p>普通地域 8,529ha</p> <p>国定公園のうち特別地域に含まれない地域</p> <p>普通区域、面積8,529公顷 国定公園中不属于特别区域的区域</p>
<p>保全地域など(国定公園外)</p> <p>その他の法令により保全されている地域 保护区域等(非国定公園)</p> <p>受其他法律法规保护的区域</p>	



提供：綾部市観光協会

綾部エリア

綾部市の上林地区の頭巾山、君尾山を擁する地域で、良好な森林景観をえています。近畿自然歩道が通り、君尾山へのハイキング等に利用されています。君尾山中腹には京都府北部の建造物として唯一の国宝に指定されている光明寺二王門があります。

綾部地区

该地区包括綾部市上林地区的头巾山、君尾山，有良好的森林景观。沿穿过当地的近畿自然步道，可前往君尾山徒步旅游等。



京丹波エリア

長老ヶ岳と一体となった森林景観が見られます。近畿自然歩道等が設定され、長老山森林公園は長老ヶ岳登山の拠点のひとつとして利用されています。

京丹波地区

可欣赏与长老岳为一体的森林景观。长老山森林公园设有近畿自然步道等，可作为攀登长老岳的拠点之一。



京北・天若湖エリア

京都市右京区京北地域及び南丹市の日吉ダム周辺地域で、コナラ群落、アカマツ群落、スギ・ヒノキ植林の連続した景観が広がり、桂川と一体となった良好な森林景観です。片波川源流域には樹齢700年から1000年を超えるといわれる巨大杉の群落があります。

京北、天若湖地区

在京都市右京区京北地域和南丹市の日吉大坝周边地区，橡栎群落、红松群落、日本柳杉与日本扁柏的种植林连绵不绝，与桂川共同形成了良好的森林景观。

美山(中・西部)エリア

南丹市美山町には、由良川上中流域の河岸段丘や溪谷等のすばらしい地形を楽しむことができます。知井地区の北集落には、かやぶきの住居が多数現存します。また檜原にある石田家住宅は、年代の明らかな日本最古の農家として重要文化財に指定されています。

美山(中、西部)地区

在南丹市美山町，可观赏到由良川上中游流域的河阶地和溪谷等美丽的地貌。知井地区的北村落中保留了许多茅草屋顶的民居。

美山(芦生地区)エリア

南丹市美山町東部の芦生地区には、京都大学の芦生研究林が広がっています。この研究林は標高約350~950mに位置し、西日本屈指の広大な原生林が残され、植生区分では暖温带林と冷温带林の移行帯にあるため、植物の種類が多く、多様な生物も確認されています。

美山地区(芦生地区)

南丹市美山町東部の芦生地区有大片的京都大学的芦生研究林。研究林位于海拔350~950米之处，这里保留有西日本屈指可数的大面积原始森林，植被分类上属于暖温带林和寒温带林的过渡带，因此植物种类繁多，也有丰富多样的生物。



提供：岸本泰典(京都大学芦生研究林)



提供：京都市

左京区北部エリア

京都市左京区の花脊峠以北の地域で、都市部に隣接した山村の趣が特徴的です。北東部、滋賀県境には八丁平と呼ばれる3万年前の最終氷河期から形成されてきた西日本でも数少ない高層湿原が残っており、また府内最高峰の皆子山(971m)を擁します。

左京区北部地区

在京都市左京区花脊峠以北的地区，毗邻都市的山村风光颇具特色。在东北部的滋贺县境内，有一片3万年前的末次冰期形成的高层湿原——八丁平。

地形・景観

地形和景观

日本海側と太平洋側を分かつ 脊梁山脈特有の景観です。

将日本海一側和太平洋一側分开的水分水岭山脉，形成了独特的景观。



提供：岸本泰典(京都大学芦生学研究科)



京都丹波高原国定公園位于京都府中部，地形以中、小起伏の山地为主。东西走向の中央分水岭从公园内的近乎正中央穿过，其北侧是流入日本海的一级河流由良川水系的流域，南侧大部分为一级河流桂川水系的流域。日本柳杉・山毛榉等植物的天然原始森林等形成森林生态系统，浅滩与深淵相连的河流生态系统，孕育了珍稀且品种繁多的鱼类，这些丰富的生态系统打造出壮丽的景观，使这里成为自然风光卓绝的景区。



提供：一般社団法人南丹市美山観光まちづくり協会

芦生の森 芦生森林

芦生の森は、由良川源流域に位置する西日本有数の天然林です。気候的に日本海型と太平洋型の移行帯に位置し、植生区分としても暖温帯と冷温帯の移行帯に位置する環境から、植物や動物、昆虫などの種類が多く、アシウスギなど地域の名がついた学術上貴重な種も確認されています。

芦生森林位于由良川の源頭流域，是西日本有数の天然森林。由于所处的环境在气候上属于日本海和太平洋气候的过渡带，植被分类上属于暖温带和寒温带的过渡带，因此动植物和昆虫等种类丰富，更有许多诸如芦生杉等以地区命名、学术价值珍贵的物种。

MAP: 2-E

長老ヶ岳 長老岳

長老ヶ岳は、南丹市と京丹波町の境に位置する、標高917mの非火山性孤峰であり、古くから信仰の山としてあがめられてきました。山麓部にはホンシャクナゲが自生し、岩場一帯にイワカガミが群生しています。青空、雲海、日の出など山頂から眺める展望は絶景です。

長老岳是一座非火山性孤峰，海拔917米，位于南丹市和京丹波町的交界处，自古以来被奉为信仰之山。山麓地处长着野生的本石楠杜鹃，岩地上簇生着岩藓。从山顶眺望，可欣赏蓝天、云海、日出等绝美景色。

MAP: 2-A

大野ダム公園 大野水坝公园

大野ダムは京都府で最初の治水と発電の多目的ダムとして昭和36年に完成しました。ダム湖は「虹の湖」と称され、1,000本をこえる桜や500本をこえる紅葉がダム湖周辺を彩ります。春にはさくら祭、秋にはもみじ祭が開催されます。

大野水坝是京都府最初为治水和发电建造的多功能大坝，建于1961年。大坝的水库名叫“彩虹湖”，超过1000株樱花树和500株枫树将湖畔装点得五彩缤纷。春季会举办樱花祭，秋季会举办红叶祭。

MAP: 3-A



と きんざん 頭巾山

頭巾山は南丹市美山町と綾部市にまたがり、北は福井県に接する標高871mの非火山性孤峰です。弘法大師の雨ごいの祈とが行われたと伝えられ、古くから水の守り神として、山麓の市町村から多くの人が参拝し共同で祭りを行っています。

头巾山是一座非火山性孤峰，海拔871米，横跨南丹市美山町和綾部市，北部毗邻福井县。传说弘法大师曾在此举行祈雨仪式，自古以来被奉为水的守护神，山麓的市町村中常有人来此参拜，并在此共同举行祭典。

MAP: 1-B

八丁平 八丁平

八丁平は近畿地方ではめずらしい高層湿原です。周囲はおよそ八丁(約870m)の距離があることが八丁平の名の由来です。泥炭が堆積した湿原は豊かな自然が保たれ、ハッコウトンボなど多様な動植物が息づく、特徴的な景観が形成されています。

八丁平是近畿地区罕见的多层湿原。由于周边距离有八丁(约870米)左右而得名，泥炭堆积而成的湿地保持着丰富的自然生态，八丁蜻蛉等种类繁多的动植物在此栖息，形成了独特的景观。

MAP: 3-F, 4-F



提供：(公財)京都市森林文化協会

桂川 桂川

桂川は丹波高原佐々里峠を源とし、亀岡盆地、保津峡を抜け嵐山にて京都盆地へ流れ込み、京都府・大阪府境付近で淀川へと合流する流域面積1,100km²、幹川流延長114kmの一級河川です。

桂川源于丹波高原的佐佐里峠，流经龟冈盆地、保津峡后，在岚山流入京都盆地，在京都府和大阪府的交界处附近与淀川交汇。流域面积1100平方公里，干流长度为114公里，属于一级河流。



由良川唐戸溪谷 由良川唐戸溪谷

由良川の上流域では深い渓谷が形成され、中流域では河岸段丘が発達しています。その由良川(美山川)の上流域の唐戸溪谷では、切り立った渓谷に大小さまざまな奇岩や巨石に波しぶきをたたきつけ流れる清流や、春はツツジ、シャクナゲ、秋は紅葉と自然の雄大さを楽しむことができます。

由良川上游流域形成了幽深的溪谷，中流域分布着大片的河阶地。在由良川(美山川)上游流域的唐戸溪谷，陡峭的峡谷中流淌着清澈的溪水，拍打着大大小小的奇岩和巨石溅起着水花。春天有淡山红和石楠杜鹃，秋天有红叶，在这里您能感受到壮丽的胜景。

MAP: 2-D

植物

植物

悠久の時を刻む巨樹古木に会いに行く。

京都丹波高原国定公園には、冷温帯ブナ林・暖温帯常緑広葉樹林・温帯性針葉樹林が交錯し、スギを中心にブナやミズナラなどの自然林が西日本屈指の規模で分布しています。長老ヶ岳山頂部は北近畿では数少ない高山植物(シャクナゲやイワカガミ)の自生地となっています。ここでは国定公園内にあるシンボルの巨樹・古木、希少な植物などを紹介します。

探访留下悠久时光印迹的巨树古木。

在京都丹波高原国定公園、寒温带的山毛榉林、暖温带的常綠闊叶林和温帯針叶林相互交错，分布着以日本柳杉为主、夹杂山毛榉和水榧等的天然森林，其规模在西日本首屈一指。长老岳的山顶部是近畿地区北部罕有的野生高山植物(石楠杜鹃和岩鏡)栖息地。这里为您介绍国定公園内标志性的巨树、古木和稀有植物等。



シャクナゲ、イワカガミ

石楠杜鹃、岩鏡 MAP: 2-A

長老ヶ岳は、高山植物の宝庫といわれ、4月から5月にかけてシャクナゲ(石楠花)やイワカガミ(岩鏡)など色とりどりの花が咲き乱れます。

長老岳被称为高山植物的宝库，4月到5月期间，石楠杜鹃和岩鏡等色彩缤纷的花朵争相绽放。



芦生研究林の大カツラ

芦生大連香樹

提供：岸本泰典(京都大学芦生研究林)

芦生の象徴ともいえる巨大なカツラの木で、数十種の植物が着生しています。※大カツラは京都大学芦生研究林内のため、認定団体のガイドによる案内でのみ見学できます。

这棵巨大的连香树可謂是芦生的象征，树上还附着着多种植物。*大连香树周边等不属于一般使用区域，请务必跟队认证团体的旅行团前往。

七色の木

七彩樹

MAP: 2-A

1本のカツラの木にスギ、ケヤキ、イロハモミジ、フジ、カヤ、カエデの6種類が宿り、7種類の木が共生しているというまさに神祕の木。地上1.5m、幹周7.1m、樹高18mの太木で京丹波町指定文化財(天然記念物)に指定されています。

一棵连香树上附着着日本柳杉、山毛榉、日本红枫、紫藤、日本野桐和枫树六种树木，七种树木共生，是一棵非常神秘的树。这棵大树主干高1.5米，树干周长约7.1米，树高达到18米，被列入京丹波町指定文化财产(天然纪念物)。



提供：綾師市観光協会

花脊の三本杉

花脊的三本杉

MAP: 4-F

花脊の三本杉は峰定寺の御神木として古くから信仰を集め、樹齢は1000年～1200年といわれています。2017年11月林野庁の測定により樹高62.3mと観測され、高さ日本一と確認されました。

花脊的三本杉自古以来被供奉为峰定寺的神树，据说树龄达到1000～1200年。根据日本林野厅2017年11月的观测，测定其树高达到62.3米，是日本最高的树木。

春日神社の大銀杏

春日神社の大銀杏

MAP: 4-E

花脊八柳町の春日神社境内にある神木で、京都市域では最大級。樹高約38m、幹周約5m、樹齢は同社に残る書附から400年以上と推定されます。イチヨウは火に強く、防火用の木として寺社などで盛んに植えられてきました。

花脊八柳町春日神社内的神树，是京都市内最大的树木之一。树高约38米，树干周长约5米。根据神社流传的文书可推定树龄达到400年以上。银杏不易燃烧，多作为用于防火的树木种植在寺院神社等地方。

片波の伏条台杉

片波の伏条台杉

MAP: 4-E

片波川源流域一部は、樹齢700年から1000年を越えるといわれる巨大杉の群落があります。ひとつの株に数本の幹を育てる杉を台杉といい、その台杉が巨大に成長したものがこの伏条台杉です。見る人に生命の神祕を感じさせます。

片波川源流域一部分分布着巨大的杉树群落，推定树龄为700年至1000年以上。单棵长出多个树干的杉树称为台杉，由此成长成参天大树的就伏条台杉，让人感受到生命的神秘。

君尾山の大トチ

君尾山の大トチ

MAP: 1-A

君尾山光明寺の近くにあり、主幹の周囲は10.4m、樹高は23mあり、トチノキでは京都府一の巨木、樹齢2000年ともいわれ、京都府指定天然記念物です。

位于君尾山光明寺附近，主干周长约10.4米，树高达到23米，是京都府内最大的七叶树。据说树龄达到2000年，是京都府指定天然纪念物。