

しなの木コース[遊歩道]

しなの木コースは、2つのルートがある手軽な遊歩道で、どちらもシナノキ (*Tilia japonica*) の大木へ通じている。このシナノキは、その類まれなる樹齢と樹高から長野県 (ながのけん) の特別天然記念物に指定されている。樹齢は推定 800 年で、樹高は 23 メートル、幹回りは 10 メートルある。

コースの出発点は一の瀬 (いちのせ) ダイヤモンドゲレンデで、1 つめのルートはそこからダイヤモンド湿原を通過して、シナノキへと向かう。ルート上では、5 月と 6 月になると白い仏炎苞をつけたミズバショウが湿原の水辺に花を咲かせ、夏になると今度は紫色をしたヤナギランの花の小枝が姿を見せる。2 つめは、ゲレンデを登ってシナノキへ直接向かうルートだ。

どちらのルートも全長約 2 キロメートルで、所要時間は片道 30 分。また、2 つのルートを組み合わせて 1 周 1 時間で散策することもできる。

長野県はシナノキと歴史的に深いつながりがある。飛鳥時代 (あすかじだい) (552~645) の地層から発掘された木の棒などのさまざまな史料から、「シナノキの国」の愛称で呼ばれていたほどだ。ナイロンが発明される前は、耐久性のある縄や布を作る際に特に丈夫で柔らかい素材として、シナノキの樹皮が用いられていた。