

おすすめコース

大雪山国立公園は、青々とした湿原やコケに覆われた森、起伏に富んだ火山の頂きなど、山歩きのルートは多岐にわたります。公園全体の 300 キロにわたるトレイルには、あらゆるハイカーに適したコースが用意されています。初心者や家族連れの場合は、湖沿いの道をゆったりと進み、経験者の場合は、難易度の高い数日間のコースを選ぶこともできます。

初心者

天望山 (1,173 m) と白雲山 (1,186 m) のループ

グレード 2

この穏やかなコースは、東大雪エリアの標高の高い場所にある自然のままの湖、然別湖 (810 m) の南側の岸がスタート地点です。エゾマツ、ダケカンバ、トドマツの木立が並び、青々としたコケのカーペットが眼下に広がります。小さめの火山、天望山と白雲山が湖の脇にそびえ立ち、頂からはウペサンケ山 (1,848 m) の景色を見渡すことができます。所要時間は 3~4 時間です。ハイキングの後には、湖畔の温泉に浸かりましょう。湖の北側にはキャンプ場があります。

高原温泉沼

グレード2

ヒグマ情報センターから続くコースは、大雪火山群の北東側にある16の亜高山性の沼の間を縫うように進みます。高原温泉付近のエリアは、たくさんのエゾヒグマの棲み家となっており、木に残る爪跡や足跡など、エゾヒグマの活動の証しを見つけられることが魅力です。あるいは、ヒグマ自体に遭遇することもあるかもしれません。熊を目撃した場合は、必ずスタッフの指示に従いましょう。コースは、ハイカーの安全を守るため、開放時間と閉鎖時間が厳しく設定されています。出発前には、情報センターで熊に関するレクチャーを受けることが必須になっています。沼地を進むコースは全体で7キロにわたって延びており、所要時間は約5時間です。コース開始に関する詳細については、ヒグマ情報センターのホームページをご覧ください。

中級者

旭岳 (2,291 m) から黒岳 (1,984 m)

グレード2~4

黒岳から北海道最高峰の旭岳までの13キロのコースは、ベテランのハイカー向けの中級レベルのコースです。7月から8月にかけて花を咲かせる優美な花々が咲く高山草原、蒸気を吹き出す火口、直径2キロのお鉢平カルデラなど、さまざまな高山景色を楽しむことができます。1日で完了することもできますが(約8時間)、多くのハイカーたちは、黒岳石室や隣接するキャンプ場で1泊するのが

一般的です。いずれの方角にも進むことが可能で、北海岳（2,149 m）または北海道で2番目に標高の高い北鎮岳（2,244 m）に登ることになります。いずれの終着点にも時間を節約できるロープウェイとゆったりとリラックスできる温泉郷があり、爽快なハイキングを終えた後の体力回復にぴったりです。

十勝岳（2,077 m）

グレード3~4

石狩山活火山で、十勝火山群の中で最高峰の山です。頂へ通じるルートでは、噴火口やクレーターを見ることができます。狭い稜線や砂利に覆われた傾斜部は難易度が高いものの、美瑛岳（2,052 m）や富良野岳（1,912 m）など、周囲の山々の絶景を体験することができます。十勝岳温泉からの往復は、所要時間約7時間です。出発前には必ず、天候と火山警報を確認するようにしましょう。

上級者

ニペソツ山（2,013 m）

グレード4

この孤立した山の急峻な山頂までは、所要時間が往復約 12 時間で、万全の体調で臨む必要があります。深い森と岩の多い尾根を登りきると、樹木限界線より上の石狩山脈と十勝山脈のパノラマを一望することができます。東大雪の幌加温泉が起点です。

大雪山グランド・コース

グレード 4～5

大雪山グランド・コースは、全長 80 キロ以上のコースを進む所要日数 6～8 日間のルートです。道の途中では、ドラマチックな火山の景色、起伏に富み、とがった稜線、夏には花が咲き乱れる牧草地といった景色を楽しむことができます。コース南側には水源がほとんどないことから、南側から北上するルートを選ぶハイカーが多いようです。十勝岳温泉からスタートして旭岳へと続くコースです。そこから旭岳温泉まで行って終了ですが、黒岳へと登山を続け、層雲峡温泉でコースを終えることもできます。キャンプ場での宿泊や、食糧や水などの持参が求められるコースです。慎重な計画と経験、そして十分な健康状態が求められます。