

雪と水が織り成す四季

妙高戸隠連山国立公園の多様な景観は、この地域の豪雪と豊かな水脈に支えられている。春から夏にかけては、雪解け水が流れ込んできて、生命力を育む。秋になって夜が涼しくなってくると、森の緑は色鮮やかに変化していく。そして冬になると、公園は真っ白な雪に覆われ、最も大きな変化を遂げる。

季節の風景

春

妙高戸隠では、春の訪れはやや遅く、4月下旬になっても大雪が残る。雪解けが始まると、山頂から大量の雪解け水が流れ落ち、公園内の多くの湖や滝を潤してくれる。妙高にある高さ 55m の苗名の滝は、春になると特に印象的である。落下時の振動が大きいことから「地震の滝」とも呼ばれ、ピーク時には会話ができないほどの大音量になる。

4月中旬から5月下旬にかけて、園内の多くの湿地帯に数千本のミズバショウが咲き乱れる。スパードのような白い花びら（実は葉っぱが変化したもの）が、黄色い小さな花の茎を包んでいる。

夏

夏は、特にこの地域の最高峰では森林限界を超えると気温が低くなるため、ハイキングに最適な季節である。火打山（2,462m）や妙高山（2,454m）では、希少な高山生態系がハイマツやハクサンコザクラのような高山植物がみられる。

また、笹ヶ峰高原の夢見平エリアには、巨大なブナやミズナラ、夏の花々が咲き乱れる湿原などを巡るハイキングコースがある。

秋

紅葉は園内のいたるところで見られる。中でも、火打山の南東に位置する高谷池は、高野山の斜面に植えられたナナカマドやミヤマナラ、モミジなどが鮮やかに色づき、中央の小さな池にはイワイチョウがオレンジ色の葉をつけていて有名である。

また、「鏡池」と呼ばれる池は、紅葉と戸隠連峰の山並みを見事に映し出している。よく見ると、崖の上に小さな洞窟の入り口が見える。ここは、かつて僧侶たちが隠遁生活を送りながら修行をした洞窟のひとつである。

冬

冬の景色を一望するには、公園内にある数多くのスキー場に足を運んでみよう。高く開けた山の斜面から、遠くの山や雪に覆われた谷の景色を眺めることができる。

スノーシューやクロスカントリースキーを履いて出かけるのも、冬の森を見るのに最適な方法だ。この時期は、覆い隠された下草が枯れてしまい、むき出しの開放的な風景が広がる。静寂に包まれた原生

林と雪景色は、冬の訪問者にまったく異なる体験を与えてくれる。