

南阿爾卑斯

美麗的南阿爾卑斯山脈歡迎您的到來。南阿爾卑斯國立公園坐落於此，橫跨山梨、長野，以及靜岡三縣。自東京往返此地，交通相當便利。南阿爾卑斯千山萬壑，雀小臟全，飛禽走獸不斷繁衍；夏季雖短，卻有豐富的高山植物與花卉爭奇鬥艷。

這座被稱作南阿爾卑斯的山脈，有 10 餘座高達 3000 公尺以上的山峰，其中不少已躋身「日本百大名山」之列。南阿爾卑斯雖坐落於富士山等火山之間，其成因卻並非火山活動，而是由板塊隆起所孕育而出。這一點與北阿爾卑斯迥然不同。

南阿爾卑斯最為舉世矚目的明珠——北岳，意為「北部之山岳」。其海拔高達 3193 公尺，是日本第二高峰，僅次於海拔 3776 公尺的富士山。春末至夏季，高山植物鋪滿山坡，各色繁花爭相盛放，吸引大量健行愛好者接踵而至。南阿爾卑斯曾經冰川廣布，北岳高山植物中的大部分被認為是當時末次冰期（結束於約 1 萬年前）植物的殘遺種，諸如北岳草這種起源於末次冰期之前的古老物種，也逐漸廣為人知。

南阿爾卑斯山谷陡峭，水流湍急，林線極高。由於積雪相對較少，森林得以覆蓋高海拔較高的地區。而對於過去生活在山麓地區的人們而言，林業更是地區經濟相當重要的一部分。