

红叶台、三湖台与足和田山：从东海自然步道上眺望富士山

东海自然步道，是一条从东京延伸至大阪、全长 1697 公里的长距离步道。步道经过很多地形，包括很多段路线。其中西湖南面山丘上的路线最短，景色也最为怡人，且道路平坦，适合全家出行。这段步道途径海拔 1164 米的红叶台和 1202 米的三湖台，徒步往返海拔 1355 米的足和田山的山顶，需要 90 分钟左右。

登坡

从红叶台入口处徒步 10 分钟左右，即能看到第一个景点——万叶歌碑。这块石碑上刻有现存最古老、成书于 8 世纪的和歌集《万叶集》中收录的赞美富士山的诗文。

第二个景点便是徒步 20 分钟即可到达的红叶台。红叶台瞭望休憩驿站屋顶有瞭望露台，从这里可以将广袤的青木原树海，及其身后的宏伟富士山一览无余。在这个高度眺望，还可欣赏到广袤森林与周边群山交织的光影，并清晰地认识到这种火山地区的独特地貌，正是发生于 864 年的那场贞观大喷发的熔岩造就。

再往上走 20 分钟左右，是第三个景点——三湖台。“三湖台”实际只能看见西湖和本栖湖两个湖泊。从这里继续步行 1 小时左右，便是和田山的山顶。这里有一个独特的瞭望台，由圆木搭建而成。该瞭望台是徒步路线上海拔最高的地方，站在此处，眼底景色壮丽秀美，绝不会辜负攀山的辛劳。