

南阿尔卑斯

欢迎来到美丽的南阿尔卑斯山脉。这里拥有横跨山梨县、长野县，以及静冈县的南阿尔卑斯国立公园。自东京往返此地，交通相当便利。南阿尔卑斯层峦叠嶂，雀小脏全，飞禽走兽繁衍不息；夏季虽短，却有丰富的高山植物与花卉争妍斗艳。

这座被称作南阿尔卑斯的山脉，有 10 余座高达 3000 米以上的山峰，其中不少已跻身“日本百大名山”之列。与北阿尔卑斯迥然相异，南阿尔卑斯虽坐落于富士山等火山之间，其成因却并非火山活动，而是由板块隆起所孕育而出。

北岳意为“北部的山脉”，是南阿尔卑斯最引人注目的焦点。其海拔高达 3193 米，是日本第二高峰，仅次于海拔 3776 米的富士山。春末至夏季，山坡铺满各色繁花盛放的高山植物，吸引大量健行爱好者纷至沓来。南阿尔卑斯曾经冰川广布，北岳高山植物中的大部分被认为是当时末次冰期（结束于约 1 万年前）植物的残遗种，诸如北岳草这种起源于末次冰期之前的古老物种也渐渐为人所知。

南阿尔卑斯山谷陡峻，川流湍急，林线极高。由于积雪相对较少，森林得以覆盖高海拔较高的地区。而对于过去生活在山麓地区的人们而言，林业更是地区经济不可或缺的一部分。