

自然與歷史

蒜山高原海拔 500 至 600 公尺，是面對著「蒜山三座」（上蒜山、中蒜山、下蒜山）的牧草地。草地之上，高品質奶牛「娟珊牛」悠閒地啃食著嫩草。高原的登山道沿途，豬牙花、岩鏡等眾多野花盡情綻放。每當春天來臨，代代相傳的「燒山」活動便會在山坡等地點舉行。所謂「燒山」，是一種傳統的土地管理活動，既可促進放牧所需的新草生長，又有利於草原生態的可持續發展，維繫昆蟲、植物等生物的生長環境。若是沒有一年一度的燒山活動，植被和環境就會產生變化；尤其是近年來，蒜山特有的日本本土物種逐漸消亡——例如，2016 年被指定為日本「稀有野生動植物種」的日本毛角多節天牛等獨特的動植物。

蒜山高原是日本規模最巨、最負盛名的娟珊牛飼養地。春天，透過燒山的裊裊煙霧，遙望遠山與浮現在雲海之間的山頂，好似被蒙上了面紗一般，如夢似幻。登上位於岡山與鳥取兩縣邊境線上的鬼女台觀景台，眺望從蒜山高原到大山的壯觀全景，美得令人屏息。

戶外活動推薦

在蒜山高原，可盡情享受徒步旅行、露營、自行車環遊、騎馬等戶外活動的無限歡樂。露營場所種類豐富，既有吊掛在樹上的豪華野營常設據點，也有能夠擁抱草原動人美景的露營地。蒜山高原的自行車環遊路線長約 30 公里，徒步旅行路線則可一直延伸至周邊山脈處，登高遠眺，壯麗景緻盡收眼底。