

田代池與田代濕地

田代池在河童橋到大正池的健行路線中點附近，是上高地風景絕佳之處。雖然它規模不大，但四周沼澤的盎然野趣足以彌補這點不足，在這裡能發現許多生活在山谷中的鳥類和花卉。晴朗的日子裡，還可以看到旁邊的六百山和霞澤岳倒映在清澈的水面上。

田代池的水源是靠周邊山峰積存的雨水滲入地下彙集而來。地下水中攜帶的大量泥沙沉積在池底，逐漸讓水面變得越來越小。1915 年時池水深 5 公尺，現在已經淺了許多。泥沙加上堆積在池底的大量死去的水生植物，將田代池從一個普通池塘變成了生機勃勃的濕地。

夏季的池塘周圍到處都是難得一見的花草。建議找一找萱草（日本名稱「禪庭花」）金黃的花朵，也不要錯過羊躑躅（日本名稱「蓮華躑躅」，一種落葉杜鵑）那橙紅的花枝。

這裡棲息著日本歌鵲、紅脅藍尾鵲、大斑啄木鳥和黃眉姬鶉等多種鳥類。還有日本獼猴常常下坡遊蕩，可以看到牠們在健行路線兩旁的植物上覓食。

秋季，池邊落葉松的針葉轉為金黃，吸引攝影愛好者蜂擁而至。觀賞楓葉最好的時間是 10 月下旬。冬季，最執著的攝影師會在破曉前出發，沿著積雪覆蓋的山道健行，去捕捉特別的絕景：冰霜覆蓋的山林被朝陽點亮，水面倒映的樹影如同閃閃發光的水晶柱般晶瑩剔透。