

田代池与田代湿地

田代池在河童桥到大正池的徒步路线中点附近，是上高地风景绝佳之处。虽然它规模不大，但四周沼泽的盎然野趣足以弥补这点不足，在这里能发现许多生存在山谷里的禽鸟和花卉。晴朗的日子里，还可以看到旁边的六百山和霞泽岳倒映在清澈的水面上。

田代池的水源是靠周边山峰积存的雨水渗入地下汇集而来。地下水中携带的大量泥沙，沉积在池底，逐渐让水面变得越来越小。1915 年时池水深 5 米，现在已经浅了许多。泥沙加上堆积在池底的大量死去的水生植物，将田代池从一个普通池塘变成了生机勃勃的湿地。

夏季的池塘周围到处都是难得一见的花草。建议找一找萱草（日本名称“禅庭花”）金黄的花朵，也不要错过羊躑躅（日本名称“莲华躑躅”，一种落叶杜鹃）那橙红的花枝。

这里栖息着日本歌鸲、红胁蓝尾鸲、大斑啄木鸟和黄眉姬鹀等多种鸟类。还有日本猕猴常常下坡游荡，可以看到它们在徒步路线两旁的植物上觅食。

秋季，池边落叶松的针叶转为金黄，引得摄影爱好者蜂拥而至。观赏枫叶最好的时间是 10 月下旬。冬季，最执著的摄影师会在破晓前出发，沿着积雪覆盖的山道徒步，去捕捉特别的绝景：冰霜覆盖的山林被朝阳点亮，水面倒映的树影如同闪闪发光的水晶柱般晶莹剔透。