**日高山脉和十胜平原**

十胜平原由日高山脉向东延伸，北接大雪山系，一直延伸至太平洋。其面积约占北海道总面积（83,424平方公里）的十分之一，是北海道最大的农业区之一。大约1300万年前，日高山脉因大陆板块相撞而起，十胜平原也是在这个时期开始形成。

板块碰撞

欧亚板块和北美板块在碰撞时受到向上的推力，北美板块发生屈曲，被挤压至欧亚板块之上，板块碰撞的边界上形成了日高山脉。北美板块的屈曲造就了日高山脉东南部的丘陵，并导致其间陆地下沉，形成了一个构造盆地。这个盆地即是十胜平原的雏形，但由于过去太平洋向内陆延伸的距离比现在远得多，它一度被海水淹没。经过数百万年，这里逐渐形成湿地，最终成为今天的十胜平原。

地质变迁过程的证据

十胜鹿追地质公园的许多景点展示了日高山脉以及十胜平原的形成过程。

扇原观景台

在扇原观景台可以眺望十胜平原及其背靠的日高山脉诸峰。山脉为南北走向，长约150公里，海拔最高处约2000米，最高峰为标高2053公尺的幌尻岳。从观景台眺望，可以感受到十胜平原之广阔以及板块构造对地形的作用。

下鹿追褐煤露头

褐煤是一种可燃的沉积岩。在沉积作用下，未完全分解的植物物质被不断压缩和加热，历经数十万年形成了褐煤。褐煤也被称为柴煤，其地质年龄通常比碳浓度更高的高级煤更年轻。鹿追南部的然别川沿岸有多个褐煤矿床露头。这些矿床的存在表明长期以来，湿地和海湾在这里交替存在，长期覆盖着鹿追的一部分及其南方。