

尾瀬简介

尾瀬是尾瀬国立公园的简称，它位于日本最大的岛屿——本州岛中部，横跨群马、福岛、新潟（潟，音同“戏”）和栃木4县，拥有广袤的山脉和众多湿地。

得益于日本国内最高级别的环境保护计划，尾瀬的自然环境几乎没有被人类干扰的迹象，该地区的地形和野生动、植物保留了数千年来形成的多样自然和生态特征。

尾瀬是日本最大的高沼地之一，覆盖了西部尾瀬原和东部尾瀬沼两大盆地。尾瀬原长6公里，宽2公里，平均海拔1400米；尾瀬沼位于海拔1660米处，周长9公里。大约200万年前，火山喷发产生的熔岩流造就了一个独立的洼地，继而形成了这片高原。洼地逐渐演变成大片泥炭湿地，湿生植物在此茁壮成长，其中不乏各种色彩缤纷的野花。

尾瀬原被海拔2000米左右的群山环抱，最高一座是2356米的燧岳。除了至佛山以外，其他山峰均由火山活动形成，如今被茂密的森林覆盖。至佛山的矿物成分不太适宜植物生长，因此它的林线比其他山峰低，徒步旅行者可以在这里将向东延伸的广袤湿地一览无余。

尾瀬国立公园内没有道路，公园入口是从几个山口延伸出来的森林小径，它们有的通往周围山峰，有的则与前往湿地的下坡道相连。位于群马县一侧的鳩待峠（音同关卡的“卡”）是最热门的公园入口。山间的徒步路径维护良好，路标明确。湿地上铺设了木栈道，纵横交错，十分利于保护环境。园内徒步有多种路线可选，既有一日游的路线，也有需要在公园过夜的较长路线。

尾瀬国立公园的开放时间为5月上旬至10月下旬，尽管不长，但在不同的海拔高度和天气条件下，尾瀬依然会呈现出多种多样的面貌：清晨，随着泥炭湿地上的雾气慢慢散去，周围群山的轮廓渐渐分明，令人难忘；尾瀬天气多变，由晴转阴、由阴转晴都可能发生在瞬间；彩虹更是常见。来访者中大部分都是摄影发烧友，他们来到尾瀬就是为了捕捉它的千姿百态。

公园冬季不开放，因为这里会有大量积雪且气温低至零下10°C。因海拔较高，即使夏季气温也很少达到30°C，夜晚则会非常寒冷。

公园有两个游客中心，知识渊博的工作人员随时可以帮助游客了解公园，包括它的自然环境、野生动物的生态和其他特点。他们还可以就山间路径、木栈道路线以及服装和装备提供实用性建议。公园周围有 3 处露营地和 20 多栋山间小屋，为徒步旅行者提供住宿、餐饮和沐浴的地方。

多年来，尾濑一直是自然保护活动家、山间小屋经营者、公园管理者以及来访者共同努力保护的核心对象。尾濑国立公园将不断致力于守护环境，与来访者分享自然美景。