

시즈쿠이시초 트레킹

시즈쿠이시초 북서부는 도와다하치만타이 국립공원에 속해 있으며, 시즈쿠이시내에는 몇 개의 산이 있습니다. 이 산들은 다양한 등산로로 연결되어 있습니다. 일본 백명산 중 하나인 이와테산(해발 2,038m)을 비롯해 에보시다케 산, 아키타고마가타케 산, 미쓰이시산 등에 갈 수 있습니다. 등산 경험자는 물론, 느긋하게 걷고 싶은 사람도 이 지역의 아름다움을 만끽할 수 있습니다. 이곳에서는 시즈쿠이시초의 주요 하이킹 코스를 소개하면서 시즈쿠이시초에서 더욱 알차게 시간을 보낼 수 있는 정보를 소개합니다.

아웃도어 액티비티를 즐긴다면 ‘아미하리 비지터 센터’를 추천합니다. 이 센터는 도와다하치만타이 국립공원 내에 위치하며, 2020년에 리뉴얼되었습니다. 레크리에이션 활동 외에 이와테산을 비롯해 국립공원 구역 내에 있는 산들의 자연과 역사에 관한 정보를 AR(증강 현실) 등의 인터랙티브 기술을 활용하여 제공하고 있습니다. 등산 경로를 나타내는 지형도 등의 정보도 다국어로 제공하고 있습니다. 센터 밖에는 1시간 정도면 돌아볼 수 있는 산책로도 있어 계절과 관계없이 하이킹을 즐길 수 있습니다.

이와테산

이와테현의 최고봉 이와테산(2,038m)의 남서쪽 기슭에 있는 곳이 시즈쿠이시입니다. 이와테(岩手)라는 지명은 ‘바위 손’을 뜻합니다. 유명한 전설에 따르면 사악한 요괴가 지역 사람들을 괴롭히자 신이 별로 바위산에 요괴를 묶었다고 합니다. 신은 풀어달라고 간청하는 요괴에게 다시는 인간을 괴롭히지 않겠다는 약속을 받아내어, 이에 대한 맹세의 표시로서 바위 중 하나에 손자국을 찍게 했다고 합니다. 그 후 수 세기에 걸쳐 이 지역 사람들은 이 산을 신성한 곳으로 여겨 산악신앙의 대상으로 삼았습니다. 아미하리 비지터 센터에서는 이와테산의 역사 및 이와테산이 지역의 종교와 문화에 끼친 영향에 대한 정보를 제공하고 있습니다.

시즈쿠이시에서 이와테산에 오르는 코스로는 ‘오미사카 코스’와 ‘아미하리 코스’ 2개의 주요 경로가 있으며, 모두 상급자용 코스입니다. 아미하리 코스는 아미하리 온천 스키장을 기점으로 하고 있습니다. 7월 초부터 10월 중순까지의 특정일에는 스키 리프트를 타고 1,350m를 올라 등산로 입구까지 갈 수 있습니다. 또한, 가을에는 단풍을 보러 오는 사람들도 스키 리프트를 이용합니다.

미쓰이시산

미쓰이시산에는 협곡을 따라 걷는 중급자용 다키노우에 코스와 거리가 짧아 인기

있는 오쿠산도 코스, 이렇게 두 가지 코스가 있습니다. 미쓰이시산은 일본 혼슈에서 가장 먼저 단풍을 볼 수 있는 곳으로 알려져 있으며, 겨울에는 서리와 눈으로 덮인 기괴한 수빙 숲 ‘스노 몬스터’를 보기 위해 방문하는 등산객들로 붐빕니다.

아키타 고마가타케 산

이 산을 오르는 구니미 온천 코스는 중간 정도의 난이도를 가지고 있으며, 여름에는 많은 고산식물이 꽃을 피우는 것으로 알려져 있습니다.

에보시다케 산

에보시다케 산에는 센쇼가하라 온천을 지나는 상급자용 코스 ‘다키노우에 온천 코스’가 있습니다. 센쇼가하라에는 ‘천 개의 늪’이라는 뜻을 가진 이름처럼 1,000 개에 가까운 늪이 있으며, 다양한 고산식물이 서식하고 있습니다. 스튜디오 지브리 애니메이션 속 한 장면에도 등장합니다.

아미하리 숲

이와테산의 남쪽 기슭에 펼쳐진 너도밤나무와 물참나무를 중심으로 한 아름다운 숲으로, ‘아미하리 숲 자연 탐방로’가 정비되어 있으며 꽃, 야생 조류, 곤충, 단풍, 눈, 동물의 발자국 등 그 계절만의 즐거움을 만끽할 수 있습니다. 한 바퀴를 돌아보는 데 약 1 시간이 소요되어 이 지역의 자연을 탐방하기 위한 코스로 제격입니다. 어느 계절에 방문해도 가치가 있는 숲이지만, 특히 가을 단풍 시기의 풍경이 아름다우며, 겨울에는 스노슈를 신고 즐기는 산책도 추천합니다. 인접한 아미하리 비지터 센터에서는 스노슈와 전통 설피(일본의 강설 지대에서 옛날부터 사용된 나무로 만들어진 타원형 스노슈)를 빌릴 수 있습니다. 눈 위를 걷는 하이킹 체험 투어도 정기적으로 기획되고 있습니다.

하이커 분들께 드리는 조언

앞으로도 이용객들이 즐길 수 있도록 자연환경 보호에 협조해 주시기 바랍니다. 마주친 식물과 야생동물에게 경의를 표하고 쓰레기는 모두 가지고 돌아가십시오. 또한, 꽃을 꺾거나 새와 동물에게 먹이를 주지 마십시오. 이 지역은 반달가슴곰의 서식지입니다. 배낭이나 트레킹 폴에 방울을 다는 등 곰이 접근하면 방울을 울리도록 하십시오. 하이킹을 계획할 때는 경로 상황과 자신의 체력을 고려하고, 날씨에 맞춰 적절한 복장을 갖춰 입어야 합니다. 더운 계절에는 탈수 증상과 열사병을 예방하기 위해 충분한 양의 물을 휴대해 주시기 바랍니다. 경험이 풍부한 하이커는 여름에도 별레를 피하기 위해 긴 소매 상의와 긴 바지를 입습니다. 등산로를 걸을 때는 지나가는 사람에게 “안녕하세요!(Hello!)”라고 인사를 하는 것이 관습입니다. 하이킹을 떠나기 전에는 만일에 대비하여 자신의 행선지를 다른 사람에게 알려 두시기 바랍니다.