

## 露天大舞台：中瀨沼探勝路

1888 年磐梯山大噴發後形成了許多湖沼，其中一個就是中瀨沼。這條平坦的健行步道全長 1.2 公里，通往中瀨沼旁的觀景台，沿路會經過幾座由噴發後的泥石流形成的小山丘。登上觀景台後，不但可以遠望以磐梯山為背景的中瀨沼風光，還可以清晰看到磐梯山大噴發時山脊上的一座山峰崩塌後形成的火山口。

氣候溫暖的季節，中瀨沼一帶可以觀察到燦福蛺蝶（*Fabriciana adippe pallescens*）和曲紋黃室弄蝶（*Potanthus flavus*）等蝶類，以及有著獨特橙黃色胸羽的黃眉姬鶲（*Ficedula narcissina*）和棕色的日本樹鶯（*Horornis diphone cantans*）。這一帶也是蜻蜓、蟬和蛙類的棲息地。

到了夏天，形同雛菊的狗舌草（*Tephroseris pierotii*）將中瀨沼沿岸染成一片鮮黃，淺藍和粉色的粗齒繡球（*Hydrangea serrata var. yesoensis*）花開成片，為美景錦上添花；秋天是紅葉季，山林化身為橙色和紅色的世界；到了冬季，大地被厚厚積雪覆蓋，一片潔白。