種山ヶ原の樹木

山腹にはアカマツやカラマツなどの植林をした針葉樹の林と、ブナやコナラ、クリなどの天然の広葉樹林とがあります。

また、遊歩道には樹木が植えられ、森林公園内でも説明プレートを見ながら観察をすることができます。

オオカメノキの花
開花時期 4-6月

オオカメノキ

レンプクソウ科ガマズミ属

亀の甲羅のような丸い葉が名前の由来です。

カラマツ

マツ科カラマツ属

枝は細く鮮緑色。新緑と紅葉が美しい樹木です。

マユミ

ニシキギ科ニシキギ属

漢字で書くと「真弓」。弓を作る材料として用いられました。

ガマズミの実
開花時期 5-6月

ガマズミ

レンプクソウ科ガマズミ属

秋になる赤い実は染料として使われていました。

エゴノキ

エゴノキ科エゴノキ属

果皮に毒があり「えご(ぐ)い」ことが名前の由来と言われています。エゴノキやハクウンボクの仲間は白い垂れ下がる花が特徴で、欧米では「スノードロップツリー」と呼ばれます。

ハクウンボク

エゴノキ科エゴノキ属

白い花が連なって咲く様子が「白雲」に見えることからこの名前がつきました。比較的大きく丸い葉を付けます。

トチノキ

ムクロジ科トチノキ属

長い葉柄の先に5～7枚の小葉を掌状に付けます。果実は栃餅などに利用されます。

ヤマボウシの実
開花時期 6-7月

ヤマボウシ

ミズキ科ミズキ属

花弁のように見えるのは実は葉で、中心にあるのが本当の花です。秋には赤い実を付けます。

種山ヶ原森林公園内の植物の採集は禁止されています。

種山ヶ原の動物

種山ヶ原には、野生の生物が数多く棲息しています。イヌワシ、キジなどの鳥類から、カモシカやノウサギなどの哺乳類、オニヤンマやアサギマダラなどの昆虫類までが共生しています。

ニホンカモシカ

体長100～120cm、体重30～45kg。特別天然記念物。実はウシの仲間です。

ホンシュウジカ

体長120～160cm、体重50～80kg。オスにだけあるツノは、1年で生え替わります。

ホンドタヌキ

体長40～60cm、体重4～6kg。夜行性。人里近くで見かけることもあります。

アサギマダラ

大きさ約5～6cm。翅の黒と水色、茶褐色の文様が鮮やかです。

ホンドギツネ

体長50～75cm、体重4～7kg。動きが素早く、泳ぎも上手です。

イヌワシ

羽を広げると2mにもなります。森林の開発や伐採により、絶滅が危惧されています。

オオルリ

全長約17cm。体色は、オスが鮮やかな青で、メスが茶色です。

キジ

全長はオスが約80cm、メスが約60cmほど。オスは翼と羽根を除き美しい緑色で、メスは全体的に茶褐色。

種山ヶ原森林公園
散策ガイドマップ

イーハトーブの森林を歩こう

見渡す限りのなだらかな高原と遥かに広がる青い空。
広い広いその世界は、
岩手を代表する作家・宮澤賢治も愛した
自然のワンダーランドです。
樹木、花々、草原、動物……
それらは、四季によりさまざまな姿を見せます。
自分の目で見て、大自然とふれあいましょう！

種山ヶ原の草花

美しい紫色のタチツボスミレ、小さく可憐なニリンソウ、クリンソウの鮮やかな紅紫色、大きく見事な花を咲かせるヤマユリ……季節を彩る種山ヶ原の草花は、みんなとても個性的です。

タチツボスミレ

スミレ科スミレ属

大きさ2㎝ほどの、紫色の可憐な花を咲かせます。

開花時期 4-5月
マイヅルソウの実

マイヅルソウ

キジカクシ科マイヅルソウ属

葉の形が翼を広げた鶴に見えることから、こう呼ばれます。

フデリンドウ

リンドウ科リンドウ属

高さ5～10㎝の小さなリンドウです。

ニリンソウ

キンポウゲ科イチリンソウ属

葉の中心から2本の茎がのび、2輪の花を咲かせます。

クリンソウ

サクラソウ科サクラソウ属

仏塔の先端にある「九輪」のように咲く花が名前の由来です。

エゾアジサイ

アジサイ科アジサイ属

やや湿った場所を好み、林の中で鮮やかな青色を見せます。

ウツボグサ

シソ科ウツボグサ属

夏に花穂が褐色に変わるので「夏枯草」とも呼ばれます。

ヤマユリ

ユリ科ユリ属

高さが最大で200㎝ほどになる、大型のユリです。

種山ヶ原森林公園内の植物の採集は禁止されています。

宮澤賢治ゆかりの名勝

「イーハトーブの風景地」
種山ヶ原

宮澤賢治とその世界

資料提供 林風舎

岩手を「イーハトーブ」の地とし、その豊かな自然を幾つもの童話に記した宮澤賢治。大正6年に訪れて以来、何度かここを訪れて、この地の持つ魅力を書き残しました。その作品からは、こよなく自然を愛し、小さな動植物にも細やかな世界観を見いだした眼差しが伝わってくるかのようです。

✣童話「風の又三郎」

どっどど　どどうど　どどうど　どどう
青いくるみも吹きとばせ
すっぱいくゎりんもふきとばせ

✣童話「種山ヶ原」

種山ヶ原といふのは北上山地のまん中の
高原で、青黒いつるつるの蛇紋岩や、硬い
橄欖岩(かんらんがん)からできてゐます。

✣劇「種山ヶ原の夜」

種山ヶ原の　雲の中で刈った草は
どごさが置いだが　忘れだ　雨ぁふる

✣詩「高原」

海だべがど　おら　おもたれば
やっぱり光る山だたぢやい
ホウ
髪毛　風吹けば
鹿踊りだぢやい

筑摩書房 新修宮沢賢治全集より

種山ヶ原森林公園のなかの散策路には宮澤賢治にちなんだ名称がいくつかつけられています。

アザリア	レンゲツツジ
ラリックス	カラマツ
ブリューベル	ツリガネニンジン・リンドウ
イリス	アイリス

すみた森の案内人

すみた森の案内人は、岩手県住田町の自然の良さと暮らしの知恵を多くの人々に伝え守り育てることを目的として、平成19年4月に設立された団体です。種山ヶ原で散策会の開催や子供たちを対象にした森林環境学習を実施しているほか、一般の方に向けた散策ガイドも実施しています。ご希望の方は下記までお問い合わせください。

すみた森の案内人 お問合せ先

〒029-2501
岩手県気仙郡住田町
上有住字山脈地15-1
上有住地区公民館内

TEL.0192-48-2013
FAX.0192-48-3249

森の案内人講座の様子

種山ヶ原 おすすめ散策スタイル

種山ヶ原を散策するときは、防水性のある上着に動きやすい長ズボン、靴はトレッキングシューズがおすすめです。荷物は両手があくリュックサックにまとめましょう。帽子や雨具も忘れずに！

お問合せ先
住田町林政課
〒029-2396　岩手県気仙郡住田町世田米字川向88-1
TEL.0192-46-2111㈹　FAX.0192-46-3515
E-mail：rinsei@town.sumita.iwate.jp

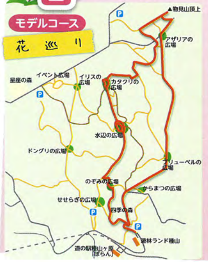
写真提供者(敬称略)：佐藤嘉宏・福島行我

春 春の花をじっくりと楽しみましょう

所要時間 約2時間30分～3時間

モデルコース

花巡り


▲物見山頂上
アザリアの広場
星座の森
イベント広場
イリスの広場
カタクリの広場
水辺の広場
ドングリの広場
ブリューベルの広場
のぞみの広場
からまつの広場
せせらぎの広場
四季の森
遊林ランド種山
道の駅種山ヶ原「ぽらん」

カタクリ

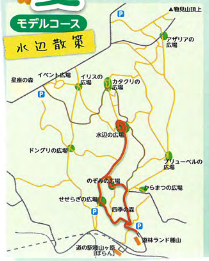
レンゲツツジ

夏 涼を求め水辺を巡ります

所要時間 約1時間30分～2時間

モデルコース

水辺散策


▲物見山頂上
アザリアの広場
星座の森
イベント広場
イリスの広場
カタクリの広場
水辺の広場
ドングリの広場
ブリューベルの広場
のぞみの広場
からまつの広場
せせらぎの広場
四季の森
遊林ランド種山
道の駅種山ヶ原「ぽらん」

高原

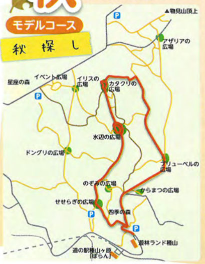
渓流

秋 秋の実りを探しにいきましょう

所要時間 約1時間30分～2時間

モデルコース

秋探し


▲物見山頂上
アザリアの広場
星座の森
イベント広場
イリスの広場
カタクリの広場
水辺の広場
ドングリの広場
ブリューベルの広場
のぞみの広場
からまつの広場
せせらぎの広場
四季の森
遊林ランド種山
道の駅種山ヶ原「ぽらん」

木々の紅葉

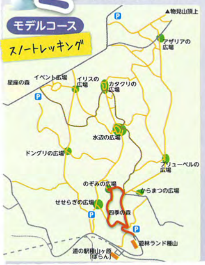
ツリフネソウ

冬 白い森には冬ならではの楽しい発見が

所要時間 約1時間～1時間30分

モデルコース

スノートレッキング


▲物見山頂上
アザリアの広場
星座の森
イベント広場
イリスの広場
カタクリの広場
水辺の広場
ドングリの広場
ブリューベルの広場
のぞみの広場
からまつの広場
せせらぎの広場
四季の森
遊林ランド種山
道の駅種山ヶ原「ぽらん」

冬の森

ノウサギの足跡

種山ヶ原森林公園内の植物の採集は禁止されています。

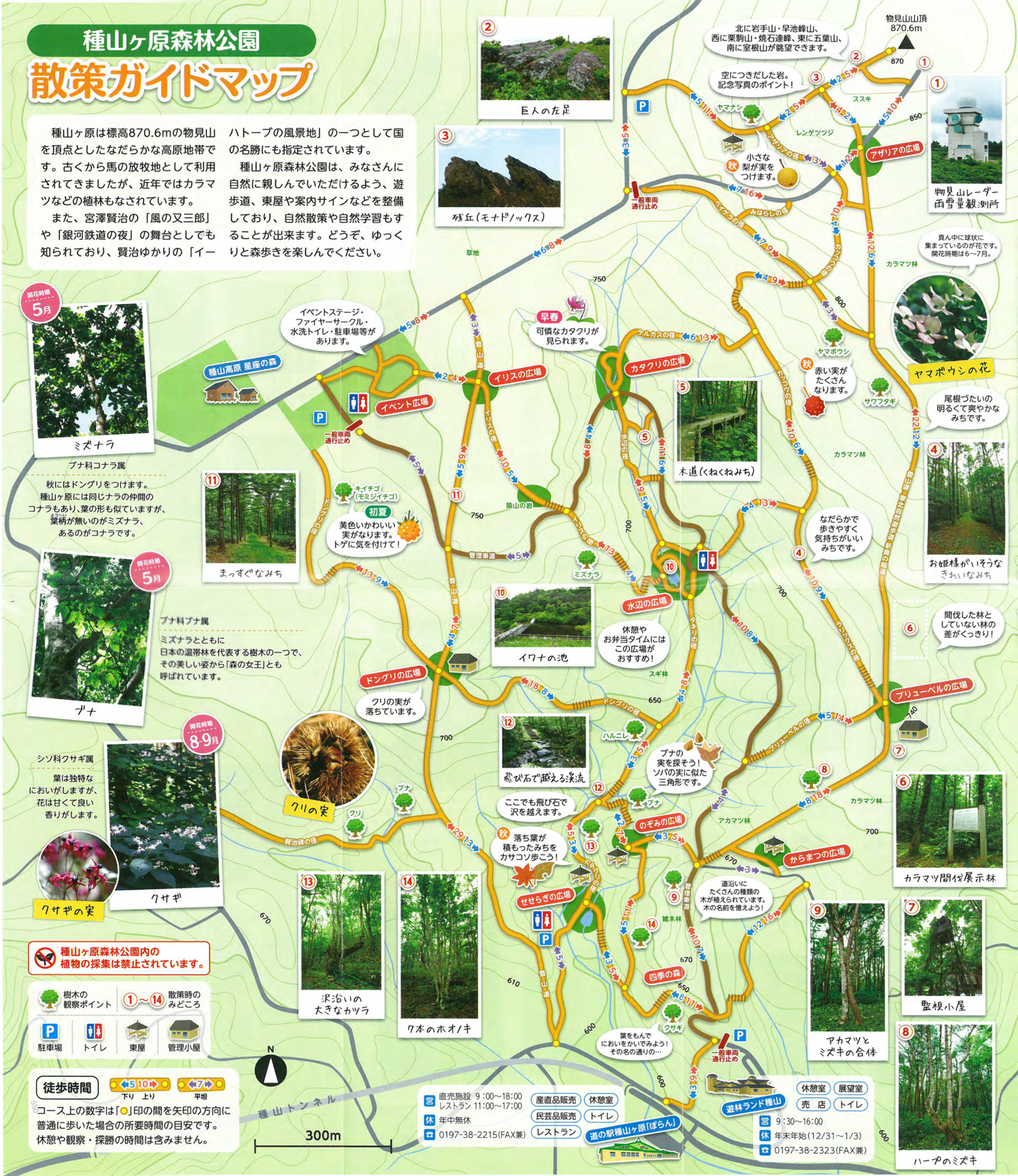
種山ヶ原森林公園

散策ガイドマップ

種山ヶ原は標高870.6mの物見山を頂点としたなだらかな高原地帯です。古くから馬の放牧地として利用されてきましたが、近年ではカラマツなどの植林もなされています。

また、宮澤賢治の「風の又三郎」や「銀河鉄道の夜」の舞台としても知られており、賢治ゆかりの「イーハトーブの風景地」の一つとして国の名勝にも指定されています。

種山ヶ原森林公園は、みなさんに自然に親しんでいただけるよう、遊歩道、東屋や案内サインなどを整備しており、自然散策や自然学習もすることが出来ます。どうぞ、ゆっくりと森歩きを楽しんでください。


物見山山頂 870.6m
870
850
800
750
700
670
650
610
600
740
北に岩手山・早池峰山、西に栗駒山・焼石連峰、東に五葉山、南に室根山が眺望できます。
空につきだした岩。記念写真のポイント！
① 物見山レーダー雨雪量観測所
② 巨人の左足
③ 残丘（モナドノックス）
ヤマナシ
ススキ
レンゲツツジ
アザリアの広場
アザリアの径
秋 小さな梨が実をつけます。
一般車両通行止め
ベイゲラの径
みはらしの径
カッコウの径
草地
カラマツ林
真ん中に球状に集まっているのが花です。開花時期は6～7月。
ヤマボウシの花
ヤマボウシ
秋 赤い実がたくさんなります。
サワフタギ
尾根づたいの明るくて爽やかなみちです。
④ お姫様がいそうなきれいなみち
登山道 東北自然遊歩道 新奥の細道
なだらかで歩きやすく気持ちがいいみちです。
⑥
間伐した林としていない林の差がくっきり！
ブリューベルの広場
ブリューベルの径
リスの径
早春 可憐なカタクリが見られます。
ケルカスの径
カタクリの広場
⑤ 木道（くねくねみち）
水辺の径
イリスの広場
イリスの径
登山道
猿山の岩
管理車道
トンボの径
ミズナラ
⑩ イワナの池
水辺の広場
休憩やお弁当タイムにはこの広場がおすすめ！
タネリの径
スギ林
ドングリの径
ハルニレ
イベントステージ・ファイヤーサークル・水洗トイレ・駐車場等があります。
種山高原 星座の森
イベント広場
開花時期 5月
ミズナラ
開花時期 5月
ブナ
⑪ まっすぐなみち
キイチゴ（モミジイチゴ）
初夏 黄色いかわいい実がなります。トゲに気を付けて！
ドングリの広場
クリの実が落ちています。
クリの実
クリ
ブナ
賢治碑の径
開花時期 8-9月
クサギ
クサギの実
⑫ 飛び石で越える渓流
ここでも飛び石で沢を越えます。
ブナの実を探そう！ソバの実に似た三角形です。
ブナ
秋 落ち葉が積もったみちをカサコソ歩こう！
のぞみの広場
アカマツ林
からまつの広場
せせらぎの広場
カタクリの径
道沿いにたくさんの種類の木が植えられています。木の名前を憶えよう！
雑木林
四季の森
葉をもんでにおいをかいでみよう！その名の通りの…
クサギ
⑬ 沢沿いの大きなカツラ
⑭ 7本のホオノキ
⑥ カラマツ間伐展示林
⑦ 監視小屋
⑧ ハープのミズキ
⑨ アカマツとミズキの合体
遊林ランド種山
道の駅種山ヶ原「ぽらん」
種山トンネル
N
300m

ブナ科コナラ属

秋にはドングリをつけます。種山ヶ原には同じナラの仲間のコナラもあり、葉の形も似ていますが、葉柄（ようへい）が無いのがミズナラ、あるのがコナラです。

ブナ科ブナ属

ミズナラとともに日本の温帯林を代表する樹木の一つで、その美しい姿から「森の女王」とも呼ばれています。

シソ科クサギ属

葉は独特なにおいがしますが、花は甘くて良い香りがします。

種山ヶ原森林公園内の植物の採集は禁止されています。

🌳 樹木の観察ポイント	①～⑭ 散策時のみどころ

🅿	🚻		
駐車場	トイレ	東屋	管理小屋

徒歩時間

○←5 10→○ 下り 上り

○←7→○ 平坦

コース上の数字は「○」印の間を矢印の方向に普通に歩いた場合の所要時間の目安です。休憩や観察・探勝の時間は含みません。

道の駅種山ヶ原「ぽらん」

営 直売施設 9:00～18:00
レストラン 11:00～17:00
休 年中無休
☎ 0197-38-2215(FAX兼)

産直品販売 休憩室 民芸品販売 トイレ レストラン

遊林ランド種山

休憩室 展望室 売店 トイレ

営 9:30～16:00
休 年末年始(12/31～1/3)
☎ 0197-38-2323(FAX兼)