

Check!

日光国立公園とは

山岳・湖沼・滝・湿原が織りなす多彩な自然美と荘厳な文化遺産

公園の特徴

- 指定:昭和9(1934)年12月4日
- 面積:114,908ha
- 福島県、栃木県、群馬県



日光国立公園は、昭和9(1934)年12月4日に誕生した歴史の古い国立公園です。公園区域は福島、栃木、群馬の三県にまたがり、その総面積は114,908haです。公園区域の大半は那須火山帯に属する山岳地であり、北関東最高峰である白根山(標高2,578m)をはじめ、古くから信仰の山として名高い男体山(標高2,486m)、今なお火山活動が活発な那須岳(標高1,917m)などの山岳が分布します。また、これらの山麓には高原が広がり、その中に火山活動に起因する湖沼や壮大な瀑布、紅葉の美しい渓谷が彩りを添えています。

一方で、世界遺産にも登録された神社仏閣をはじめとする数々の歴史的建造物とそれを取り巻く自然景観との見事な融合が見られます。

日光国立公園は、首都圏からの鉄道や自動車によるアクセスが良好であり、手軽に自然や歴史文化に親しむことができる場所として非常に人気があります。



日常から離れて心も身体もリフレッシュ！ 日光国立公園の大自然を満喫しよう！

神々が宿る山々 日光・鬼怒川エリア

奈良時代より山岳信仰の拠点として、人々に存在が知られていた日光。いろは坂は、元は修験者が開拓した道でした。また日光東照宮を含む「日光の社寺」は歴史的価値がある建造物群と、これを取り巻く文化的景観も含めて世界遺産に登録されています。

展望台から雄大な自然の流れを一望

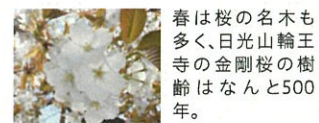
明智平には、男体山の周りに広がる中禅寺湖。そこから流れ落ちる華厳滝という、3つの名所がまとめて見ることができる風光明媚な展望台があります。



本州最大級の湿原群と、中心に佇む白樺の「貴婦人」

小田代原は、湯ノ湖から流れる湯川の西側に広がる周囲2kmほどの湿原で、「貴婦人」と呼ばれる1本の白樺の木が美しく佇んでいます。

日光エリアの四季の楽しみ方



春は桜の名木も多く、日光山輪王寺の金剛桜の樹齢はなんと500年。

夏の中禅寺湖周辺は8月でも平均気温が約23℃という、避暑地として人気です。



秋は白根山から鬼怒川までを約2ヶ月かけてゆっくりと染めていきます。

冬の日光は滝が凍る程寒くなり、神秘的な風景は氷瀑と呼ばれ親しまれています。

活火山の恩恵を受ける癒しの地 那須・塩原エリア

那須は茶臼岳を中心とした火山の恩恵で温泉地が各所に存在しており、1300年前から存在する県内最古の那須湯本温泉や、国民保養温泉地である板室温泉など、湯治場として栄えてきた歴史があります。

茶臼岳(那須岳)は初心者から上級者まで登れる火山

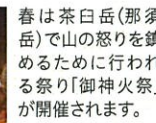
茶臼岳(那須岳)は現在も噴煙をあげる活火山ですが、9合目まではロープウェイも通っており初心者でも1時間半程度で登ることも可能です。



色とりどりのツツジが各地で群生

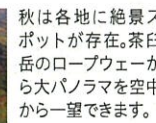
初夏にはヤマツツジ、レンゲツツジ、ゴヨウツツジなど様々な種類のツツジが咲き乱れます。群生するツツジの種類によって全く違った光景を楽しめます。

那須エリアの四季の楽しみ方



春は茶臼岳(那須岳)で山の怒りを鎮めるために行われる祭り「御神火祭」が開催されます。

夏は涼しい森を巡るのに最適。自然景観は、流れる水が青白く輝くスツカン沢がおすすめです。



秋は各地に絶景スポットが存在。茶臼岳のロープウェイから大パノラマを空中から一望できます。

冬は、美しい樹氷が見られることがあります。あたり一面が銀世界になります。



National Parks of Japan

日光 国立公園

NIKKO NATIONAL PARK

SDGs

STUDY TOUR

山岳・湖沼・滝・湿原が織りなす
多彩な自然美と荘厳な文化遺産

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



持続可能な開発目標(SDGs)とは、すべての人々にとってよりよい、より持続可能な未来を築くための青写真です。貧困や不平等、気候変動、環境劣化、繁栄、平和と公正など、私たちが直面するグローバルな諸課題の解決を目指します。SDGsの目標は相互に関連しています。誰一人置き去りにしないために、2030年までに各目標・ターゲットを達成することが重要です。

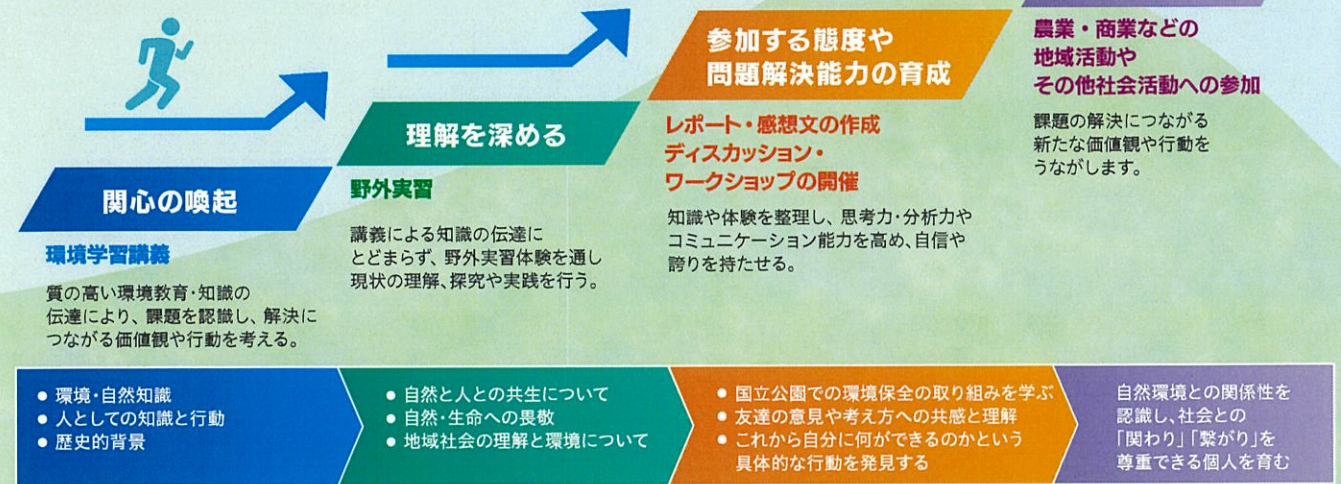
(引用元:国際連合広報センター)

日光国立公園×SDGs STUDY TOURでは、以下の項目を学習できます

<p>飢餓を終わらせ、食料安全保障及び栄養改善を実現し、持続可能な農業を推進する</p> <p>体験できるプログラム</p> <p>20</p>	<p>あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を推進する</p> <p>体験できるプログラム</p> <p>19</p>	<p>すべての人々に包摂的かつ公平で質の高い教育を提供し、生涯学習の機会を促進する</p> <p>体験できるプログラム</p> <p>12 13 21 23 26 29 30</p>	
<p>手ごろで信頼でき、持続可能かつ近代的なエネルギーへのアクセスを確保する</p> <p>体験できるプログラム</p> <p>20</p>	<p>持続可能な消費と生産のパターンを確保する</p> <p>体験できるプログラム</p> <p>10 11 17 22 25</p>	<p>気候変動とその影響に立ち向かうため、緊急対策を取る</p> <p>体験できるプログラム</p> <p>1 2 4 5 6 8 9 14 29 30</p>	
<p>海洋と海洋資源を保全し、持続可能な形で利用する</p> <p>体験できるプログラム</p> <p>3 7 14 25</p>	<p>陸上生態系の保護、回復及び持続可能な利用の推進、森林の持続可能な管理、砂漠化への対処、土地劣化の阻止および逆転、ならびに生物多様性損失の阻止を図る</p> <p>体験できるプログラム</p> <p>1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 22 23 24 26 27 28 29 30</p>		
<p>持続可能な開発に向けて実施手段を強化し、グローバル・パートナーシップを活性化</p> <p>体験できるプログラム</p> <p>18 21 29 30</p>	<p>SDGsを考える 中禅寺湖畔トレッキング</p>	<p>日光ナイトサファリ</p>	<p>ネイチャーウォッチングツアー</p>

日光国立公園 × SDGs STUDY TOURのねらい

日光国立公園では、皆様が STUDY TOUR で得た知識や経験を通して、将来、環境・経済・社会活動において、自分に何が出来るかを考え実行することができる「持続可能な社会づくりの担い手」の育成につながることを期待しています。



事前学習・事後学習の補助プログラムについて

体験プログラム(野外学習)をより効果的なものにするために、『日光自然ガイド協議会』、『那須エリア・ネイチャー・ツーリズム協議会』による事前・事後の環境学習プログラムを実施することも可能です(内容や方法等は要相談)。詳細はお問合せ下さい。

日光国立公園のSDGsに関する取り組み

- ### 1 奥日光・戦場ヶ原シカ対策

奥日光におけるシカの生息数増加に伴って、戦場ヶ原を中心とした湿原へのシカの侵入と、湿原植生の破壊が危惧されたことから、周辺の森林植生も含めて一体的に保全するために、シカ侵入防止柵を設置しました。その後はシカの生息状況や植生のモニタリングを行うとともに、捕獲を推進しています。
- ### 2 外来植物駆除

奥日光地域では、オオハongoソウなどの外来植物が繁茂し、ホザキシモツケやヤナギランなどの貴重な在来植物が脅かされていました。このため、昭和51年から多くのボランティアの協力により除去作業を実施した結果、外来植物は大幅に減少しましたが未だ根絶には至っておらず、現在も活動が続けられています。また那須地域でも、奥那須ボランティア協議会を中心に、オオハongoソウの除去活動が続けられているほか、那須高原ビジターセンターによる外来種を使った草木染め等新たな取り組みを行なっています。
- ### 3 ゼロカーボンパーク

ゼロカーボンパークとは、国立公園における電気自動車等の活用、施設における再生可能エネルギーの活用、地産地消等の取組を進めることで、国立公園の脱炭素化を目指すとともに、脱プラスチックも含めてサステナブルな観光地づくりを実現していくエリアです。那須塩原市塩原温泉・板室温泉地区及び、日光市奥日光地域は、カーボンニュートラルのショーケースとし、訪れる国内外の人たちに脱炭素型の持続可能なライフスタイルを体験していただく場作りを目指して、ゼロカーボンパークに登録しています。

番外編

足尾地区の森林復元

足尾の山々は、森林伐採、山火事、煙害等の影響により荒廃していましたが、林野庁や栃木県、民間団体等により、長年にわたり治山工事や緑化活動が進められてきました。民間団体による児童・生徒の体験植樹受け入れも盛んに行われており、治山施行地における植樹活動への参加者も年々増加しています。治山工事と相まったこれらの活動により、足尾の緑は徐々に蘇っています。



日光国立公園SDGs STUDY TOURは、日光国立公園の貴重な自然資源の中における体験を通じ、自主性、チャレンジ精神、協調性を育み、実社会と自然の関わりに理解を深める学習の機会を提供しています。

自然環境の保全・共生についての知識をはじめ、思考力、分析力などを高める質の高い学習（持続可能な開発のための教育＝ESD）を目指しています。

モデルプラン

この他にも様々なプログラムと組み合わせなど柔軟に対応できます。お気軽にご相談ください。

那須地域 1日コース

那須SDGs体験 1

- 29 森のプログラム
- 30 那須平成の森ガイドウォーク

午前

那須高原地区で昼食

那須SDGs体験 2

- 19 ツリークライミング体験
- 25 釣り体験

午後

那須塩原駅

日光地域 1日コース

日光SDGs体験 1

- 5 SDGsを考える中禅寺湖カヤック体験
- 9 SDGsを考える鬼怒川カヤック体験

午前

鬼怒川流域
周辺で昼食

日光SDGs体験 2

- 10 ネイチャーウォッチングツアー
- 12 奥日光自然ガイド

午後

JR日光駅・東武日光駅

那須・日光 地域 2日コース

那須・日光SDGs体験 1

- 20 野外炊飯（アウトドアクッキング）兼昼食
- 火起こしから調理まで、参加者が協力をして自分たちの食べるご飯を作ります。また、火起こしではエネルギーについて考えるきっかけとなります。

午前

那須塩原駅

那須・日光SDGs体験 2

- 26 ウィンディ・オリエンテーリング
- なす高原自然の家（ウィンディなす）周辺に設置された40本のポストを地図を見ながら探し、そこに書いてある記号を書き写す活動です。

午後

宿泊施設

那須・日光SDGs体験 1

- 28 森の恵みを使ったフロアリフレッシュナー作り
- 板室温泉自然体験フィールドにある植物を採取して自分だけのオリジナルフロアリフレッシュナーを作成するワークショップ。

午前

中禅寺湖畔
周辺で昼食

那須・日光SDGs体験 2

- 8 SDGsを考える鬼怒川ラフティング
- 鬼怒川をラフティングボートに乗って川を下りながらSDGsについて考えます。

午後

JR日光駅・東武日光駅

体験プログラム

Experience program

日光国立公園内で体験ができるプログラムをご紹介します！

日光 奥日光 鬼怒川 地域

2 奥日光スノーシュー体験

日光自然博物館の自然解説員がガイドを務め、奥日光の冬の森をスノーシューを装備して探索します。



人数 1名~100名
時間 3時間
期間 冬
実施 日光自然博物館
TEL:0288-55-0880



3 ラフティング、キャニオニング、SUPなどの川でSDGs体験

川で遊び、自然について考え大切にすることを育みます。



人数 3名~100名
時間 3時間
期間 春、夏、秋
実施 NAOC (Nature Adventure Outdoor Club)
TEL:0288-70-1181
(090-6497-9888) →11月~4月はこちら。



1 奥日光ナイトサファリ

ニホンジカをはじめ夜行性の動物たちがひそむワイルドナイトを、こっそり観察しましょう。奥日光での動物たちと人間、環境との関わりについても考えるひとときを過ごしましょう。



人数 10名~30名
時間 3時間
期間 春、夏
実施 日光自然博物館
TEL:0288-55-0880



4 スノーシュー・スノーサイクリングでSDGsについて考えよう

雪と遊び、自然について考え大切にすることを育みます。



人数 スノーシュー / 30名
スノーサイクリング / 5名
時間 3時間
期間 冬
実施 NAOC (Nature Adventure Outdoor Club)
TEL:0288-70-1181
(090-6497-9888) →11月~4月はこちら。



5 SDGsを考える 中禅寺湖カヤック体験

中禅寺湖でのカヤック体験を通して森や水の大切さを知り、SDGsについて考えます。



人数 10名~80名
時間 2時間
期間 春、夏、秋
実施 日光那須アウトドアサービス/栃木カヤックセンター
TEL:0288-77-2030



6 SDGsを考える 中禅寺湖畔トレッキング

中禅寺湖畔の水源地の森の中を散策して環境や生態系を見聞きしながらSDGsについて考えます。



人数 10名~40名
時間 2時間
期間 冬
実施 日光那須アウトドアサービス/栃木カヤックセンター
TEL:0288-77-2030



7 SDGsを考える 那珂川清流ラフティング

大きなダムが河口までない生態系豊かな那珂川でラフティングボートで川を下りながらSDGsについて考えます。



人数 10名~40名
時間 3時間
期間 春、夏、秋
実施 日光那須アウトドアサービス/栃木カヤックセンター
TEL:0288-77-2030



8 SDGsを考える 鬼怒川ラフティング

ダムによって水量をうまくコントロールされている鬼怒川をラフティングボートに乗って川を下りながらSDGsについて考えます。



人数 10名~120名
時間 3時間
期間 春、夏、秋
実施 日光那須アウトドアサービス/栃木カヤックセンター
TEL:0288-77-2030



9 SDGsを考える 鬼怒川カヤック体験

ダムによって水量をうまくコントロールされている鬼怒川をカヤックに乗りながらSDGsについて考えます。



人数 10名~40名
時間 3時間
期間 通年
実施 日光那須アウトドアサービス/栃木カヤックセンター
TEL:0288-77-2030



10 ネイチャーウォッチングツアー

オーダーメイドのプライベートトレッキングツアー。花々を眺める観察系や山奥の滝を目指す冒険系など。冬季はスノーシューツアー。4時間以上の場合もあり。



人数 1名~5名
(6~10名の場合は、+5,000円)
時間 3時間
期間 通年
実施 奥日光小西ホテル TEL:0288-62-2416



11 ガイド派遣

奥日光のハイキングコース全域を対象とした、修学旅行等の学生対象のガイド派遣及び、スライドトーク。



人数	1名~5名
時間	3時間
期間	春、夏、秋
実施	奥日光小西ホテル TEL:0288-62-2416



12 奥日光自然ガイド

奥日光の豊富な自然をガイド受けながら、楽しくハイキングする。



人数	ガイド1名 (1人15名程度)
時間	3時間
期間	春、夏、秋
実施	日光インタープリター倶楽部 TEL:0288-54-2497 (日光市観光協会日光支部内)



13 日光史跡めぐり

日光の歴史をガイドと共に探る。



人数	ガイド1名 (1人15名程度)
時間	3時間
期間	通年
実施	日光インタープリター倶楽部 TEL:0288-54-2497 (日光市観光協会日光支部内)



14 中禅寺湖 トレック&バックラフトツアー

中禅寺湖の遊歩道をバックラフトをザックに背負いトレッキング。浜で休憩をし、帰りはバックラフトを膨らませて湖上をパドリングして散策をする、陸と湖上の両取りアクティビティです。



人数	1名~15名
時間	3時間
期間	春、秋
実施	One Play-it (ワンプレイイト) TEL:090-5532-4953



15 SUKKAN ネイチャーハイク

高原山(たかはらやま)は、関東の水瓶となる「水源の山」。「スッカブルー」と呼ばれる神秘的な水色を見せるスッカ川沿いのハイキングルートが自然解説のご案内いたします。



人数	16名~120名
時間	3時間
期間	春、夏、秋
実施	じおらじお TEL:090-7655-0348



日光
NIKKO NATIONAL PARK
国立公園

SDGs
STUDY TOUR

16 那須高原 ネイチャーハイク

那須高原は、歴史と自然の織りなす悠久の時間を感じられる場所。歴史の那須湯本、自然の八幡ツツジ園地、自然に詳しいガイドの解説のもと、ゆったりと自然観察のお散歩をします。



人数	16名~120名
時間	1.5時間
期間	通年
実施	じおらじお TEL:090-7655-0348



体験プログラム

Experience program

日光国立公園内で体験ができるプログラムをご紹介します!

那須地域

17 工作体験 (ネイチャークラフト)

自然素材を使った工作体験。自然の恵みに感謝し、自然を身近に感じることで陸の豊かさや海の豊かさを守ることに繋がる子どもたちの感性や心を養います。



人数	10名~120名
時間	1時間以内
期間	通年
実施	NPO法人 那須高原自然学校 TEL:0287-63-5559



18 農業体験

田植えや野菜収穫などの農業体験を通して、食べ物に関することやフードロスを考えること、農家さんからは1次産業のお話を伺うことができます。



人数	受け入れ農家により異なる
時間	1.5時間
期間	春、夏、秋
実施	NPO法人 那須高原自然学校 TEL:0287-63-5559



19 ツリークライミング 体験会

ロープと安全具を使って木に登るアクティビティ。木を感じ、木と触れ合い、木と仲良くなるプログラムです。木と友達になることで陸の豊かさを大切にする気持ちが芽生えます。



人数	4名~60名
時間	1.5時間
期間	春、夏、秋
実施	NPO法人 那須高原自然学校 TEL:0287-63-5559



20 野外炊飯 (アウトドアクッキング)

火起こしから調理まで、参加者が協力して自分たちの食べるご飯を作ります。また、火起こしではエネルギーについて考えるきっかけとなります。



人数	10名~120名
時間	2時間
期間	春、夏、秋
実施	NPO法人 那須高原自然学校 TEL:0287-63-5559



21 チームビルディング

クラス単位、学年単位で参加者同士が仲良くなるコミュニケーションワークショップ。様々なゲームに取り組み、パートナーシップの大切さや難しさ、個々を尊重することを体験から学びます。



人数	10名~120名
時間	1.5時間
期間	通年
実施	NPO法人 那須高原自然学校 TEL:0287-63-5559



22 ENJOYクラフト!

自然素材を使った工作体験。「焼きベンコースター」「木の枝カトラリー」など様々なメニューの中から選ぶことができます。内容によっては大人数受け入れられないプログラムもあります。



人数	1名~120名
時間	1時間以内
期間	通年
実施	那須高原ビジターセンター TEL:0287-74-2301



23 クイズラリー(展示見学)、 映像鑑賞

那須高原ビジターセンター館内の展示を見学してクイズに答えるラリーや、那須の自然を紹介する15分映像を鑑賞することができます。



人数	10名~120名
時間	1時間以内
期間	通年
実施	那須高原ビジターセンター TEL:0287-74-2301



24 トレッキング

活火山である那須岳のダイナミックな景観を楽しみながら自然環境を理解出来ます。

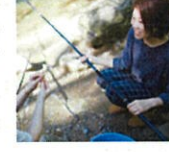


人数	5名~300名
時間	4時間未満 (それ以上も可能)
期間	春、夏、秋
実施	那須マウンテンガイド(ホテル内) TEL:0287-74-2077



25 釣り体験

自然渓流で安心・安全に釣り体験をすると同時に、新鮮な魚の美味しさや、命を頂くことの有り難さを感じよう。



人数	2名以上、 50名~100名(年50本)まで
時間	2時間
期間	通年
実施	那須フィッシングランド TEL:0287-69-0009



26 ウィンディ・ オリエンテーリング

自然豊かな、なす高原自然の家(ウィンディなす)周辺に設置された40本のポストを地図を見ながら探し、そこに書いてある記号を書き写す活動です。



人数	5名~200名
時間	2時間
期間	春、夏、秋
実施	栃木県立なす高原自然の家 TEL:0287-76-6240



27 板室温泉 ネイチャーツアー

板室温泉エリアにある素晴らしい自然環境をネイチャーガイドと共に歩き、自然の様々な魅力を感じていただくツアー。



人数	2名~15名
時間	2時間
期間	通年
実施	Moora Beat TEL:090-7194-2960



28 森の恵みを使ったフロア リフレッシュナー作り体験

板室温泉自然体験フィールドにある植物を採取して自分だけのオリジナルフロアリフレッシュナーを作成するワークショップ。



人数	4~10名
時間	1.5時間
期間	通年
実施	Moora Beat TEL:090-7194-2960



29 森のプログラム

フィールドセンター周辺のふれあいの森や、フィールドセンター内で行うプログラムです。季節に合わせてインタープリターが用意するさまざまな森のプログラムを楽しめます。



人数	10名~100名
時間	2時間(それ以上の場合も相談)
期間	通年
実施	日光国立公園 那須平成の森 TEL:0287-74-6808



30 那須平成の森 ガイドウォーク

インタープリターとともに森を歩くプログラムです。豊かな自然を満喫するトレッキング型のエコツアーといえるでしょう。豊かな森を、インタープリターの解説とともにじっくりと楽しみください。



人数	10名~100名
時間	2時間(それ以上の場合も相談)
期間	通年
実施	日光国立公園 那須平成の森 TEL:0287-74-6808



日光
NIKKO NATIONAL PARK
国立公園

SDGs
STUDY TOUR