

2026/7/24 No.8

旭岳・天人峡ネイチャーレター

旭岳自然保全員が毎週お届けします！

姿見の池園地

一周約1時間(1.7km)の
散策路・登山道

姿見の池園地で見られるチングルマは終盤に差し掛かり、綿毛に変わった姿が早くも見られます。
チングルマの後にはミヤマアキノキリンソウやミヤマリンドウが目立ってきます。

チングルマの綿毛



ミヤマリンドウ



ミヤマアキノキリンソウ



●姿見散策おすすめスタイル

7月下旬の気温は約19℃、麓の町より10℃ほど涼しい園地内ですが、晴れた日は暑くなります。サングラス、帽子、日焼け止めなど紫外線対策必須です。水分補給もお忘れなく。



姿見の花の本
売店で販売中！



サングラス



帽子



日焼け止め



ポールや杖



飲み物

姿見駅にレンタル長靴
あります！(一足500円)



傘や雨カッパ

山は天候が
急変することも。
雨具もあると
安心です！

●ツガザクラのおはなし

チングルマと一緒によく見られるツガザクラを観察すると、色の違いが数種類確認できます。

エゾノツガザクラが濃いピンク、アオノツガザクラが黄緑色、コエゾノツガザクラが薄いピンク。

エゾノツガザクラとアオノツガザクラが交雑するとコエゾノツガザクラになります。



旭岳温泉

探勝路・高山植物園・
日帰り温泉・野営場

ゴゼンタチバナ



旭岳青少年野営場や探勝路では、姿見の池園地とは違う植物が見られます。
蚊やブヨなどの虫が多いので、虫対策は必須です。

天人峡

羽衣の滝・柱状節理・
足湯・日帰り温泉

キツリフネ



公共駐車場から遊歩道を15分ほど歩くと、羽衣の滝があり、北海道最大の落差270mを有しています。
遊歩道沿いでは、キツリフネや、北海道の固有種ハゴロモトトギスが見られます。

羽衣の滝



日々の最新情報
旭岳自然保全員の
Instagramへ！



旭岳ロープウェイの
運行状況
料金など



東川町大雪山保護協会「自然保護対策事業」
受託者・発行元:NPO法人大雪山自然学校

July 24, 2026 No.8

ASAHIDAKE & TENNINKYO NATURE WEEKLY

Weekly updates from Asahidake Nature Keepers

Sugatami

The whole Trail(1.7km) takes about an hour

It's the season when Aleutian Aves are in full bloom! Various alpine flowers are also blooming. While listening to the birds singing, please explore and discover your favorite scenic view.

Aleutian Aves seed heads



Miyamarindou
(Gentiana nipponica Maxim.)



Golden Rod

●We recommend you to bring:●

Temperatures in late July are around 19° C. Don't forget UV protection such as sunglasses, a hat, and sunscreen, and be sure to stay hydrated.



Sugatami Flower Guide Book - Now Available at the Gift Shop!



Water



Sunglasses



Hat



Sunscreen



Trekking poles



Rental boots available 500/pair!



Rain Gear

Bring rain gear mountain weather can change quickly.

●About the Genus Phyllodoce●

Observing the Phyllodoce often seen growing alongside Aleutian Aves, you can identify several color variations. Ezonotsugazakura (Phyllodoce caerulea) is deep pink, Phyllodoce aleutica is yellow-green, and when the two hybridize, they produce the pale pink Koezotugazakura (Phyllodoce caerulea var. yezoensis).



Asahidake Onsen

Alpine plant botanical garden · Trails · Onsen · Campsite

At the Asahidake campground and the Marshland Trail, you can find plants different from those in the Sugatami area. Mosquitoes and blackflies are abundant, so insect protection is essential.

Bunchberry Dogwood



Tenninkyo

Hagoromo waterfall · Columnar joint · Foot bath · Onsen

Yellow touch-me-not

A 15-minute walk from the parking area leads to the Hagoromo waterfalls (270m Hokkaido's greatest drop). Along the trail, look for Yellow touch-me-not and Hagoromo-hototogisu, a Hokkaido endemic.



Hagoromo Waterfalls

Latest Updates
Instagram



Informations of
Asahidake Ropeway



Higashikawa protection society for Daisetsuzan national park
「Nature Protection Project」
Organizer/ Publisher : NPO Daisetsuzan Nature School