



みかほ森林公園で森林浴と山野草観察はいかが？

多野郡と甘楽郡を隔てる大きな山塊“御荷鉾（みかほ）山系”。
今回はその中心部に位置する県立みかほ森林公園を散策！
初心者向けの尾根歩きが中心のコースで、途中には笹に覆われた雰囲気満点の登山道、遠く富士山まで見渡せる展望スポット、めずらしい山野草など、見所がたくさん！植物図鑑を片手に、森林浴を楽しもう!!

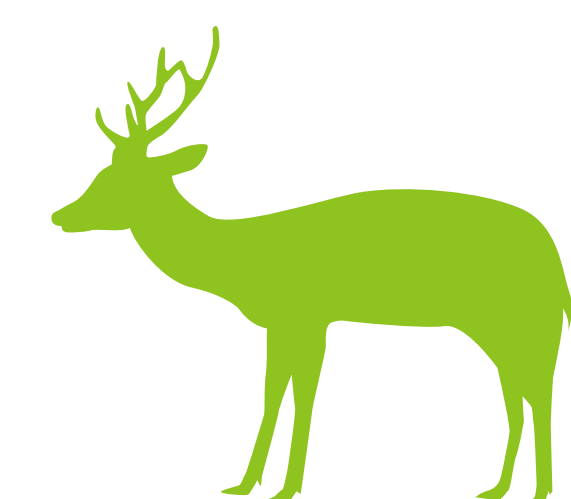


獲得標高 **1,523m(赤久縄山)**

時間 **約5時間**
(休憩時間など含む)

難易度 **初級**
(優しい尾根歩きが中心)

みどころ **山野草、
展望スポット**

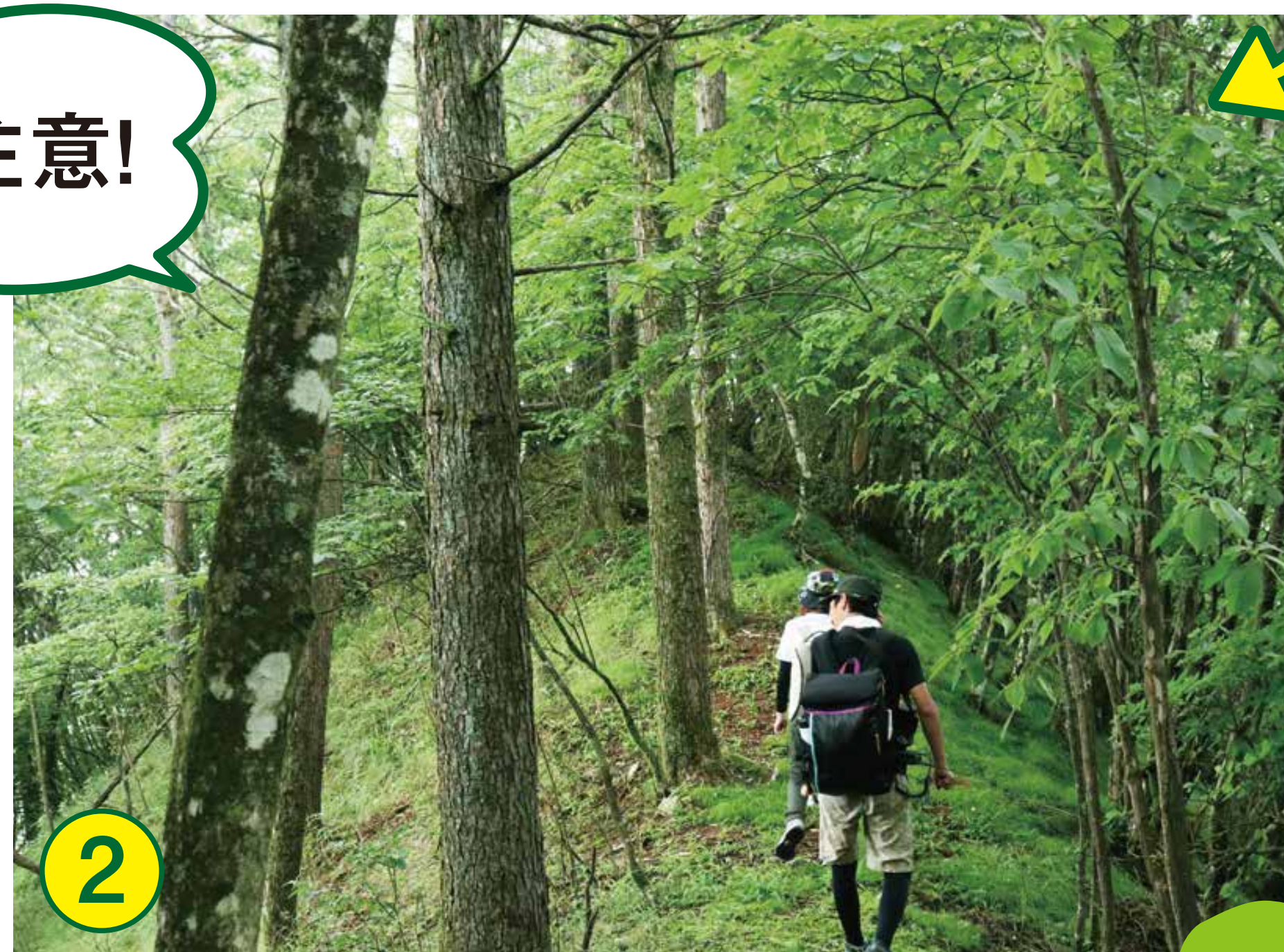


出発!



みかほ森林公園管理棟を出発!
トイレはここにしかないので、必ず済ませてこよう。管理人さんがいれば、開花時期の山野草について情報を仕入れよう!

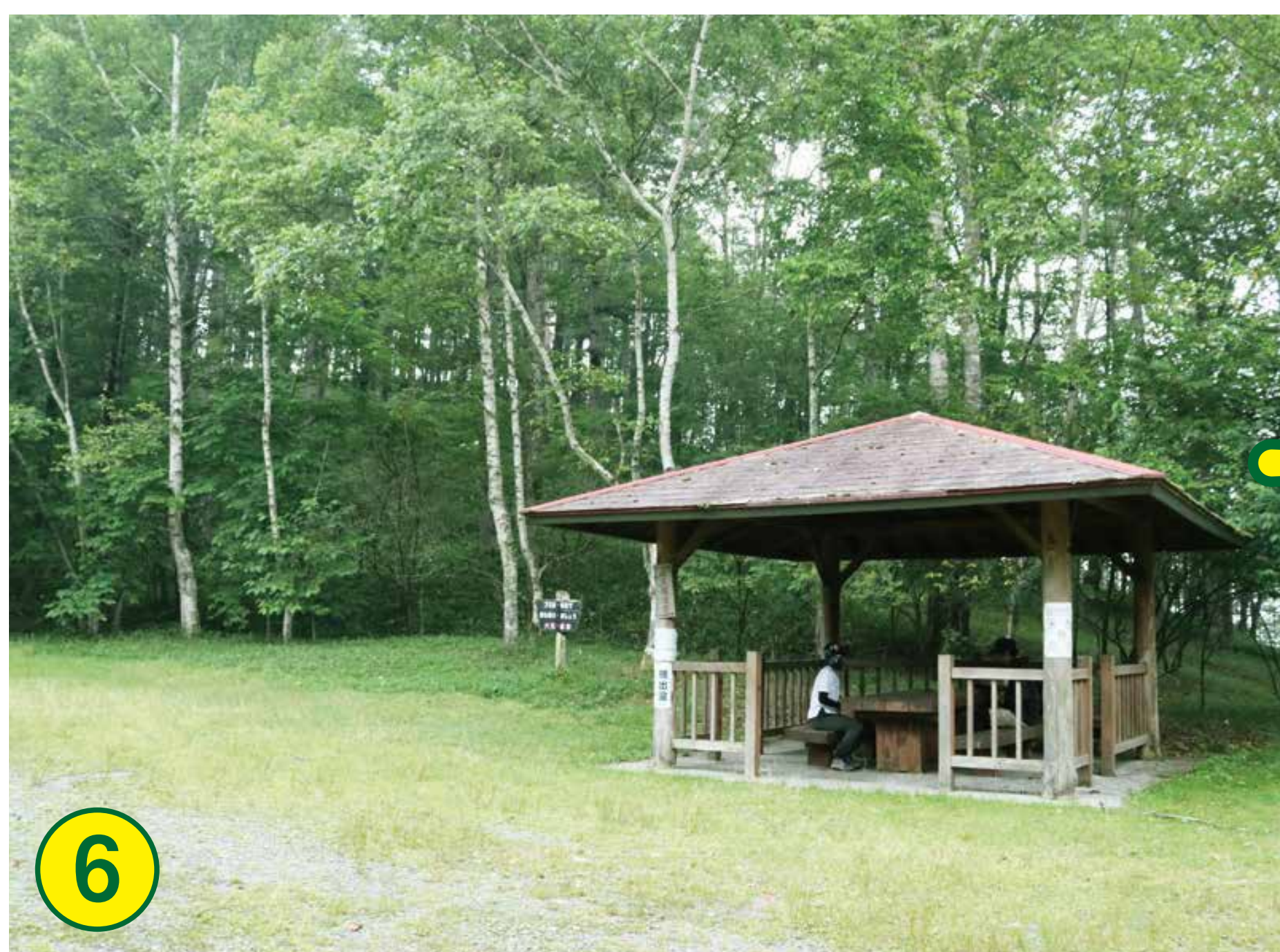
注意!



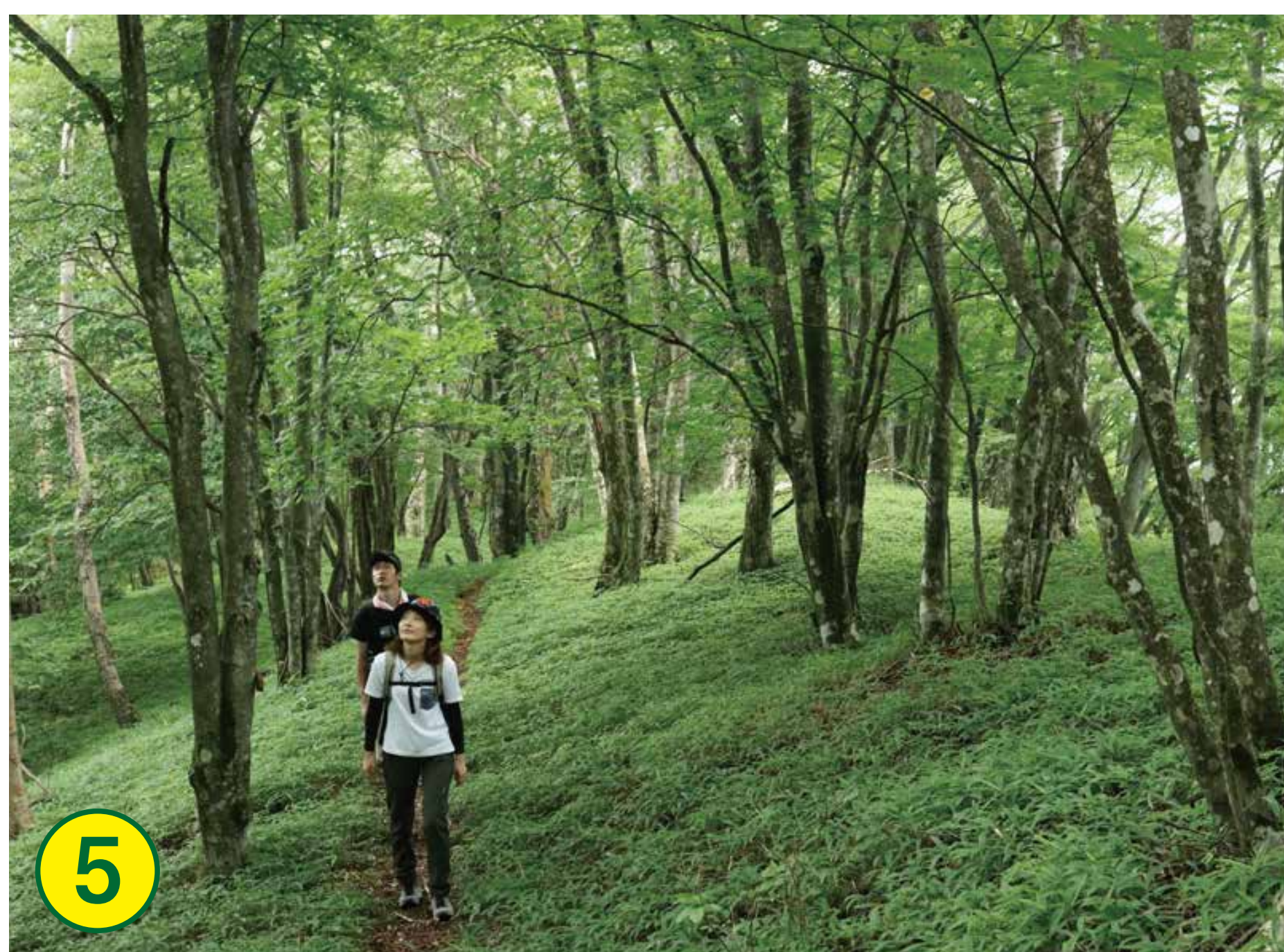
今回のコースは比較的緩やかな尾根歩きが多い。
周りの景色に目を向ける余裕もある楽しい山歩きができる! ※クマの生息域なので熊鈴は必携だ。



しばらく歩くと大きな鉄塔の下に出る。
その先では、運がよければ富士山も見える最高の展望スポットだ!



赤久縄山頂上から15分ほどで林道に出る。
すぐに登山道に戻り、もうひとつのピークを越えれば東屋に到着。ここでお昼休憩。
※森林公園内は火気厳禁



赤久縄山からの下りは笹に覆われて雰囲気抜群。
足元の山野草に注意しながら歩こう!



展望スポットから赤久縄山東登山口へ。1時間弱歩くと、神流町の最高峰「赤久縄山」(あかぐなやま)に到着!
眺望はあまりないが、開けていて気持ちがいい。

登頂!



林道を辿って、出発地点に戻る前に、少しだけ足を延ばして、公園内で一番の展望スポットへ。雲海が見られることもある!
帰りは平らな林道を歩いて戻る。

撮影は8月上旬。
他にもたくさんの
山野草が花を咲かせて
いるし、季節を変えて
訪れてもよし!

～森林公園内で見られる山野草たち～



ヤマブキシヨウマ



ヤマホタルブクロ



ヤマジノホトギス



キオン



アカバナシモツケソウ



カイフウロ



ぐんま山フェスタ

神流町

KANNA TOWN

いい山、いい水、いい空気

