



## 固有種の植物と海を眺めながらの稜線散歩

ながたきやま

## 長滝山 850m

- 距離：約1km（片道）
- 歩行時間：上り約1時間、下り約45分



※すべての地図は、国土地理院の電子地形図を加工して作成したものです。

島の中ほどに位置する長滝山。山頂（イワオが原付近）からは、平清水川の深い谷、伊豆諸島の島々まで見渡せる。登山口から固有種の草花が観察でき、稜線からも島唯一の池や太平洋の眺望が楽しめる。

山の樹木は強風のため、細く低いのが特徴。変形して大きくなれないツゲやハコネコメツツジが見られる。風の吹く方向に枝全体が傾いている木もあり、悠久の時を耐えた盆栽のようにも見える。

春から夏はクロモジ、マイヅルソウ、サクユリ、ハコネコメツツジなど、秋はイズノシマウメバチソウ、ハチジョウコメグサなど季節の花が迎えてくれる。

## \*登山道：

- ・登山口には登山の注意点やルート紹介の標識があり、歩道も定期的に整備されている。
- ・「長滝山コース」のほか、半日以上かけて御山を縦走するコースも設定されている。ハイキングマップは、御蔵島観光協会ホームページに掲載。

## \*注意点／アドバイス：

- ・島全体が国立公園の中にあり、固有種をはじめ動植物の採集は禁止されている。
- ・「長滝山コース」はガイドの同行が必要（有料）。詳細は、御蔵島観光協会までお問い合わせください。

## \*登山口までのアクセス：

- ・島内にはバスやレンタカーなどの公共交通機関なし。
- ・宿までガイドが送迎。里（集落）から登山口まで車で約20分。

## \*周辺情報：

- ・島内に8軒の民宿、3軒の商店あり。
- ・東京都で御蔵島自然ガイドの育成、認証を行っている。
- ・山の北西方向に御山や鈴原湿原があり、併せて楽しめる。

## ■島のプロフィール

島産ツゲ材の将棋駒は最高級品。原生林やイルカに学び出会うエコツアーが人気。オオミズナギドリ国内最大繁殖地。

## <周辺位置図>



### ◆ 「しま山 100 選」とは

(公財) 日本離島センターでは、海に囲まれた島の山々の個性や魅力にスポットをあて、全国の島々を対象に、「しま山 100 選」を選定しました。「しま山」を通じて、訪れる人にも、島の人にも、島の魅力を再発見してもらい、交流の促進につなげていくことがねらいです。

そもそも島とは、海の底から立ち上がった山であり、その姿は高山のような雄大さがありますが、海拔にすれば 1,000 メートル以上のしま山は少なく、体力をあまり気にせず頂を極める満足感が得られ、一年を通じて楽しめる山が多いことが魅力です。草花や生きもの、地形や地質、全方位のパノラマや多島美、史跡など、しま山ならではの特別な宝物にも出会えるかもしれません。

海を渡ると、そこは島時間。日常からちょっと離れて、島旅・山旅にでかけてみましょう。山から島を眺めれば、島の形や人々のくらしの場、島を囲む美しい海や砂浜、遠くの島々まで見渡すことができ、その島をもっと身近に、もっと好きになれるはずです。



#### 「しま山」登山は、情報集めから

本シートは、各山の魅力をまとめることで、まずは「しま山」や島に興味を持ってもらうことを目的として作成したものです。「しま山」に行くことが決まったら、より詳細な情報を集め、登山計画を立てましょう。

島旅は、季節や天候によって行程などに影響の出やすいものです。事前に、インターネットやガイドブックなどで最新情報を確認するとともに、観光案内所や宿の方などに相談してみるのも、おすすめです。