

# 利尻島 甘露泉水（3合目）

北海道 利尻郡利尻富士町 2024年 6月5日

## 利尻山山麓で森林浴と花観賞



甘露泉水を両手ですくって飲む

### 本日のコース <全行程 1時間13分>

利尻北麓野営場駐車場 12:36 → 甘露泉水 13:01 → 利尻北麓野営場駐車場 13:49

昨夕、礼文島からフェリーに乗って利尻島の鴛泊港(おしどまりこう)へ到着。鴛泊港近くの旅館に宿泊して、翌日の利尻島周遊を楽しみにしていた。しかし、朝起きると残念ながら小雨……。気を取り直して8:30に予約していたレンタカーで鴛泊港をスタートした。その後半に立ち寄ったのは利尻北麓野営場。ここは利尻山の登山口となっている。今回ここから「甘露泉水」(日本名水百選)まで、プチ散策することにした。野営場からたったの560mだったが、森林浴は勿論、多くのお花たちにも出会うことが出来た。短時間だが、とても充実した散策だった。次回利尻島を訪れた際は是非、日本百名山の利尻山山頂(1721m)を目指してみたいものだ！

今日は利尻空港から**16時25分発**の札幌(丘珠:おかだま)空港行に搭乗予定。  
利尻島を楽しむ時間は約7時間。それまでの時間を有効に使いたいと、午前8時45分に鴛泊港からレンタカーで出発！我々は小雨の中、利尻島を反時計回りで一周することにした。

立ち寄った場所は… (①~⑤、⑦は最後に紹介しています)

- ① 仙法志御崎公園
- ② 南浜湿原
- ③ オタマリ沼
- ④ 白い恋人の丘
- ⑤ 姫沼園地
- ⑥ **利尻北麓野営場 → 甘露泉水**
- ⑦ 富士野園地

利尻島で楽しみにしていた利尻山麓の散策スタート！



利尻北麓野営場駐車場 **12:36** ここが利尻山(日本百名山)の登山口となる。  
今日これから目指すのは利尻山の3合目にある「甘露泉水」まで。  
さっきまで降っていた小雨も止んで嬉しい限りだ。



利尻島自然休養林・森林浴の森 日本百選・北海道自然百選に選ばれている。



甘露泉水まで560m



気温7℃。雨は降り止んだが、寒いので簡易雨具をウィンドブレーカー代わりにしている。



舗装整備された道をスタート 12:38



北麓野営場管理棟 12:40



靴の裏を洗って進む 12:41 「あれっ？」下ってくる人がいる

利尻島に雑草の種子を持ち込まないために

靴底に付着した種子や土を落としてから入山しましょう。(お願い標識より)

ここでちょうど下山してきた登山者と出会って談笑。

山形県からの登山者だったが、早朝5時頃に取り付き、約7時間で往復したとのことだった。なんという強靱な足腰だろう。別れ際に「あなたも一度利尻山に登りなさい」とエールを受けた。



いよいよ森の中に入っていく 12:43  
霧雨が降り出したが、森の中を歩くのでそれほど気にならない。



舗装道から自然に優しい木製チップ道へバトンタッチ 12:44  
地面がソフトクッションで心地いい



ミヤマスマレ



マイヅルソウ

沿道にはミヤマスマレとマイヅルソウが群生している。



雰囲気の良い針葉樹の森が続く 12:57



LAST WATER POINT  
ここから先、山頂まで水場はありません。



少し下って行くと… 綺麗な水が湧いている  
利尻山に降った雨や雪が火山性の地質に、20年～30年かけてゆっくりと浸透。  
ミネラルが豊富でまろやかな味わいの湧き水となる。



「これが甘露泉水か～」 さっそく両手ですくって飲んでみた。 13:01  
まろやかで甘い…気がした。  
水温は年間を通して 4～5℃と安定している。冷たくて旨い！



甘露泉水の看板と共に記念撮影 13:03

少し先に東屋が見える。行ってみよう！



東屋

10



東屋の先に標識があり、T字路分岐になっていた。



3合目の標識 13:08 この標高は270m  
 右に進むと利尻山や姫沼・ポン山へ。左へ進むと鴛泊市街へ。  
 もっと先へ進みたいが、泣く泣くここでUターン。



利尻山山頂まであと5590m  
次回はこの先に進みたい。



このネジネジは何？



ツバメオモト 雨に濡れ半透明で可憐な花



オオバナノエンレイソウ



大きなシダ(直径約1m)



榎松(トドマツ)の葉  
葉の先端が黄緑になっているが、その部分は今年の新しい若葉。  
一年でたったこれだけしか伸びないそうだ。



蝦夷松(エゾマツ) 13:30

トドマツの木は、比較的柔らかいことから加工がしやすく、乾燥もさせやすい特徴があります。トドマツとエゾマツは、よく似ている木です。トドマツは、「天までトドケ」なので、枝の方向は上を向いています。また、エゾマツは、「も～エ～ゾ～」なので、枝の方向は下を向いています。

(説明標識より)



ダケカンバ(カバノキ科) 13:31

この木の特徴は、寒さに強く、幹がよく曲がっているのが特徴です。

(説明標識より)

白樺(シラカバ)にとってもよく似ているので見分けが付き難い。



舞鶴草(マイヅルソウ)の群生

ハート型の葉が特徴的だが、葉が1枚のものと2枚のものがある。花を咲かせるのは全て葉が2枚のものと言われている。その2枚の葉を鶴(ツル)の羽に例えて鶴(ツル)が舞うと漢字で書いて舞鶴草(マイヅルソウ)です。 (NHK:日本百名山放送の説明より)



舗装道に戻ってきた 13:36



あと少しで野営場 13:38



靴洗い場で泥を落とす 13:39



野営場管理棟内部



利尻北麓野営場 駐車場 13:49 ゴール

霧雨も時折降る中での散策だったが、ゆっくりと利尻山の森林浴を味わうことが出来た。

雨で樹木の葉が洗われて鮮やかなグリーンが美しかった。

往復で1時間13分。甘露泉水までのお勧めプチ散策です。お疲れさまでした。

## レンタカーで周回した観光場所

### ① 仙法志御崎公園(せんほうしみさきこうえん)



今日は雨天の為、利尻山が見えない(悲)



近くに看板があったので撮影した。  
晴れていたらこんな風景になるようだ。(残念)



かつて利尻山が噴火した際、海に流れ出した溶岩でできた特徴的な海岸の公園。ここではシーズンになると、アザラシにエサやり体験が出来る。天然の水槽を一周しアザラシを探したがいなかった。近くで5～6人の漁師さんが、ウニの中身を出す作業をしていた。



磯ではセグロカモメがたくさん飛んでいた  
体長60cm(翼を広げると150cm近くまで達する大型のカモメ)

## ② 南浜湿原(みなみはましつげん)



ミズゴケが発達した島最大の高層湿原。約1kmの遊歩道があり、5月頃は水芭蕉の群生、6～7月頃はシダやワタスゲなどが成長し湿原全体が緑に覆われます。



エゾイソツツジ



ワタスゲが雨に濡れてしっとり・・・



クチベニズイセン



ツマトリソウ?

### ③ オタマリ沼



背景に見えるはずの利尻山は完全雲の中・・・撃沈



この時、雨が強く降り出してお土産屋さんで雨宿り

#### ④ 白い恋人の丘



「銘菓・白い恋人のパッケージと利尻山」

当時の石屋製菓社長が利尻島訪問の際、スイスにあるような利尻山の美しいシルエットに感銘し、「白い恋人」のパッケージに利尻山を起用したと言われております。販売依頼、秀峰・利尻山が長きにわたりパッケージに描かれ続け、その山並みはこの付近から見える利尻山が最も近いと言われております。（説明標識より）



残念ながら利尻山は見えなかった  
白い恋人の丘 → 正式名称は、沼浦展望台

## ⑤ 姫沼園地



原生林に囲まれ、風のない日は水面に映る「逆さ利尻富士」が見られます。



とても雰囲気のある散策道



舞鶴草(マイヅルソウ)の群生に圧倒される

## ⑦ 富士野園地



展望台より利尻山と富士野園地を望む



展望台で「日本百名山ひと筆書き・全山登頂達成記録」のプレートを見つけた！  
2014年4月1日、屋久島＜宮之浦岳＞への一歩から始まった日本百名山ひと筆書き「グレートトラバース」。旅人・田中陽希。人力で移動可能な区間全てを徒歩とシーカヤックのみで繋ぎあわせ、前人未到の日本百名山全山連続登頂に成功。プロアドベンチャーレーサーとして、そして一人の男としての挑戦をここに称える。これは田中陽希にとってさらなる挑戦への通過点である。



映画「北のカナリアたち」のロケ地



エゾカンゾウはオレンジ色の大きな花が特徴的な、利尻・礼文を代表する花。花畑で楽しそうに「あの青い空のように」を歌う「はる」と子供たち。映画の中でも印象的なシーンのため、1年前の花のシーズン中に島を訪れ、最も美しく花々が咲き誇るこの場所を撮影に選んだ。

今度、この映画を見てみよう！



エゾカンゾウ



7時間お世話になったレンタカー



利尻島一周を楽しんだ後、利尻空港へ



滑走路を歩いてプロペラ機に搭乗



利尻島ありがとう See you

最北限の島、礼文島・利尻島には、ヒグマが生息していないので、自然の中を安心して歩くことが出来た。しかし、キタキツネ・エゾシカ・ヘビまでいないのは驚きだった。その代りシーズンによっては、トドやアザラシを見ることが出来る。とにかく、この二日間の旅はとても興味深く、有意義で楽しい時間だった。是非、また訪れてみたい。次回はトレッキングで歩き回ってみたい。