



秋の尾瀬ヶ原



尾瀬の星空



奥只見シルバーライン

魚沼 から 船 に乗って  
尾瀬の世界へ



遊覧船から眺める奥只見湖



# 自然の宝庫 尾瀬

♪「夏がく～れば思い出す～遙かな尾瀬～遠い空」

一度は耳にしたことがあるのではないのでしょうか。歌にもなっている尾瀬は、新潟を含む群馬・福島・栃木の4県にまたがる**国立公園**で、**特別天然記念物**にも指定されています。また、国際的にも重要な湿地を保護するためのラムサール条約にも登録されています。

特別保護地区が含まれるため、動物や植物を勝手に触ったり、傷つけたりしては絶対いけないところです。区域面積は37,200haと、東京ドームの約7,900個分の大きさになります。

そのうち、東京電力は**尾瀬国立公園全体の約4割**、**特別保護地区の約7割**の土地を所有しています。尾瀬は、気象条件や地形・地質が極めて複雑で、**豪雪地帯**でもあることから、日本でも有数の**植物の宝庫**となっています。

2,000mを超える山々で囲まれた盆地状の地形となっており、**本州最大の高層湿原**が広がり、湿原の中央部は**6,000～7,000年という長い年月**をかけて今の姿となっています。



## 広大な沼と湿原

尾瀬の見どころの一つである尾瀬沼や尾瀬ヶ原は、数万年前に燧ヶ岳の噴火によって、周りの川がせき止められたことによりできたと言われています。

ひうちがたけ

### 尾瀬沼



標高 : 1,665m  
面積 : 1.8km<sup>2</sup>  
周囲 : 約9km  
最大水深 : 約9m

## 日本百名山を含む山々

### 燧ヶ岳

ひうちがたけ しぶつさん あいづこまがたけ  
燧ヶ岳や至仏山、会津駒ヶ岳と日本百名山があります。



### 尾瀬ヶ原



## 尾瀬に住む生き物たち

壮大で自然豊かな尾瀬にはたくさんの生き物たちが生息しています。

### 植物

ミズバショウ



ニッコウキスゲ



アサギマダラ



オゼコウホネ



オコジョ



ツキノワグマ



イモリ



### 動物

尾瀬ヶ原は、噴火によってできた湖に、枯れた植物が分解されずに堆積した「泥炭(でいたん)」が、少しずつ長い年月をかけて積み重なってできた広い湿原で、東西 6 km、南北 2 kmにわたります。1年間に約1mmずつ「泥炭」が積み重なって現在の姿になったと言われています。

標高 : 1,409m  
面積 : 7.6km<sup>2</sup>



オオカメキ



オゼトリカブト



ノアザミ



# 私たちが新潟の魚沼ルートから行く尾瀬の魅力をご紹介します

尾瀬へのアプローチ方法は、群馬県側から行く沼田ルート、福島県側から行く会津ルート、新潟県側から行く魚沼ルートの3つがあります。

今回はその中でも唯一、遊覧船に乗り、湖を渡って行く魚沼ルートから尾瀬取材してきました！尾瀬に到着するまでの道中も楽しめるこのルートだからこそ味わえる魅力や、撮影スポットを写真とともにたっぷりご紹介いたします。



取材の前後で新型コロナウイルスの抗原検査を実施、全行程において感染症対策を実施したうえで取材しています。

## 1泊2日コース

### 1日目

### 新潟県「浦佐駅」からバスと船で行く旅路



浦佐駅は南魚沼市に、奥只見湖は魚沼市に位置し、どちらも全国に誇る「コシヒカリ」の産地です。お米や地酒の他、旬の山菜や採れたての新鮮野菜など、絶品グルメが盛りだくさんです。

#### 奥只見湖



心地よい風を感じながら、美しい山々に囲まれた湖をしばらく走ると目の前に珍しい岩が現れます。虚空蔵岩(こくそういわ)といい、雪によって削られた奇石です。

#### 種子落としマット

登山者の靴に着いている外来種の侵入を防ぐために各入山口に設置されています。



尾瀬沼ビジターセンターでは、エリア毎に見頃を迎える植物の最新情報が入手できます。事前予約制のガイドツアーも開催されています。



ミヤマセンキュウ



ミヤマアキノキリンソウ

#### 浦佐駅

7:50

75分



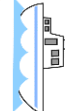
南越後  
観光バス

9:05

#### 奥只見船着場

9:25

40分



10:05

#### 尾瀬口船着場

10:10

65分



11:15

#### 沼山峠

11:30

140分

休憩  
含む



13:50

#### 大江湿原

14:40

40分



15:20

#### 尾瀬沼 ビジターセンター

16:00

30分



16:30

#### 尾瀬沼山荘

#### 奥只見シルバーライン



トンネル内はひんやりとして、薄暗いオレンジ色のライトで照らされており、洞窟内を走っている気分になります

浦佐駅から30分程走ると全長22kmのシルバーラインに突入します。19のトンネルが連続しており、かつて周辺が銀山であったことから「シルバーライン」と名付けられました。

船を降り、バスに乗り換えます。



#### 沼山峠展望台

沼山峠から30分程歩いて到着した「沼山峠展望台」にてランチ休憩。展望台からは、緑で囲まれた林の遠く先に小さく尾瀬沼が望めます。



魚沼市堀之内にあるホリカフーズさんのレスキューフーズ「牛丼」を美味しくいただきました♪どこでも温めて食べることができ、お味もGood！な優れものです。

#### 大江湿原



ノアザミ

尾瀬沼の最上流に位置する湿原です。



尾瀬沼山荘に宿泊し、美味しい夕食をいただいた後は外に出て寝転がりながら、一面に広がる星空を楽しみました。



尾瀬沼



尾瀬沼付近ではアオサギに出会いました。声をかけると「ギャー」と元気な鳴き声で挨拶を返してくれました。

日本列島を横断しながら長距離を旅する蝶です。最近では台湾に渡った例も確認されました。長距離を飛ぶためか他の蝶に比べて鱗粉が少ないそうです。

旅する蝶「アサギマダラ」



尾瀬の中心地にあたる見晴には多くの山小屋や休憩所があります。

東電尾瀬橋



福島と新潟の県境

橋を渡る途中で福島県から新潟県に突入します。

ダイセンヤマネメクジ



体長10cmを超える大型のナメクジです。

冬の間は雪の重みで吊り橋に負担がかからないよう橋板を外しています。



ヨッピー吊り橋



至仏山荘の花豆ソフトクリーム



山ノ鼻から鳩待峠までの最後の20分程度は登り階段が続きます。

ほどよい甘さが疲れを吹き飛ばしてくれます。

持っていくと便利なもの

- ◆帽子 (標高が高く紫外線が強いためあると良いです)
- ◆ポリ袋 (尾瀬はごみを全て持ち帰りのためごみ袋をご用意ください)
- ◆上下別レインウェア・ザックカバー (尾瀬の天気は変わりやすいため、天気予報が晴れでも念のため持って行くのがベストです)
- ◆懐中電灯 (夜空を楽しむ際に必要です)
- ◆その他トレッキング装備品や着替えなど

尾瀬沼山荘

7:00

90分



8:30

沼尻

8:40

120分



10:40

見晴

11:10

50分



12:00

東電小屋

13:00

120分



15:00

山ノ鼻

15:30

100分



17:10

鳩待峠

17:20

100分



19:00

上毛高原

サルノコシカケ 品種によっては漢方薬にも使われています。半円形で、サルが腰をかけるイスのように見えることからこのように呼ばれています。



湿原に所々見える池は「池塘(ちとう)」といいます。水面に浮かぶヒツジグサの葉は紅葉が始まり、綺麗なピンク色に染まっています。

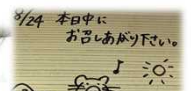


チョウジギク



アケボノソウ

午後から咲くヒツジグサの花



お昼休憩で立ち寄った東電小屋は、尾瀬の中で唯一、新潟県に位置する山小屋です。

尾瀬ヶ原



尾瀬ヶ原の真ん中に佇む1本の木が貴婦人のように見えることからハイカーの間では貴婦人ポイントと呼ばれています。



上毛高原までバスを利用する場合は事前に時刻表を確認のうえ、体力と相談しながら時間に余裕を持ってハイキングされることをオススメします。







# 尾瀬とTEPCO

TEPCO（東京電力）は、地域社会に根ざした公益事業者として、環境保全を経営の重要課題と位置づけ、様々な環境問題の対策に取り組んでおり、「尾瀬」においては長年にわたり、地域の皆さまやグループ会社の東京パワーテクノロジー株式会社とともに自然保護活動を行っています。



## 出会い

明治から大正にかけての時代、人々の暮らしに「電気」が入り始めた頃で、その需要は急速に高まってきました。

そのため、当時発電の中心であった水力発電所の建設をすすめることは国をあげての大きな課題でした。

そこで、大正時代に当時の電力会社が「尾瀬」の豊富な水を発電に活かそうと、土地と水利権（水を利用する権利）を取得し、1951年（昭和26年）、東京電力設立時に引き継がれたのが「尾瀬とTEPCOの出会い」の始まりです。



昔の東電小屋



アケボノソウ



オゼミズギク



## 尾瀬をまもり続ける取り組み

「尾瀬の自然」をまもるためには人が立ち入らないことが一番かもしれません。しかし、それでは「尾瀬」の魅力を肌で感じることはできませんし、その美しい尾瀬の自然をまもることの大切さを感じることもできません。そこで当社は、「美しい尾瀬は国民みんなの財産」と考え、土地の所有者として長年にわたって自然をまもる活動に取り組んでいます。

### 緑をまもる

その一つとして、自然に与える影響を最小限に抑えながら、自然とふれあうことができるよう、尾瀬には木道が敷かれています。その木道は、尾瀬のほぼ全域をカバーしており、総延長約65 kmに及びます。当社は、群馬県の所有地内を中心に、約20 kmの木道を敷設、維持管理しています。

材料には、折れにくく水に強い国産のカラマツ材を使用していますが、10年前後で架け替えが必要となるため、毎年計画的に整備しています。

また、当社が管理している木道には、TEPCOマークと年号の焼き印が押されており、国際森林認証(FSC)を取得した尾瀬戸倉山林の木材で作られている木道もたくさんあります。



### 空気をまもる

東電小屋で使用される電気の一部は小屋の裏側に設置された太陽光発電でまかなっており、CO<sub>2</sub>排出量の削減につとめています。



### 水をまもる

高性能の浄化槽を完備しており、自然の川に劣らない水質まで浄化してから川に戻しています。



## 新潟県にある山小屋

グループ会社の東京パワーテクノロジーが管理している山小屋は全部で5施設あり、新潟県内には、高台にある静かな山小屋「東電小屋」があります。

東電小屋は、尾瀬ヶ原の北側に位置する山小屋で、メインルートから離れていることから人通りが少ないため、自然をゆっくり楽しむ好適な場所として多くのハイカーに親しまれています。





# 編集後記

尾瀬へのアプローチ方法がいくつかある中で、多くの方が群馬(沼田)ルートを利用されていますが、今回は遊覧船と公共バスを利用して行く新潟(魚沼)ルートならではの魅力をご紹介いたしました。奥只見ダム建設の資機材運搬路として60年以上前に造られた奥只見シルバーラインのトンネルは、奥に進むほど薄暗く、ゴツゴツした岩肌がむき出しになっている箇所もあり、当時の大工事の歴史を物語っています。さらに、トンネルを抜けた先に広がる雄大な自然と、日本最大級の貯水量を誇る巨大なダム湖「奥只見湖」は迫力満点で、尾瀬に向かう道中からワクワク&ドキドキ感動の連続です。尾瀬は、春の雪解けとともに水芭蕉から始まり、夏にはニッコウキスゲ、秋には黄金色に染まる美しい草紅葉など、四季折々で楽しむことができます。

ぜひ、皆さまも魚沼から船に乗って尾瀬の世界へ行かれてみてはいかがでしょうか。そこには、美しい大自然との素敵な出会いが待っているはずです。



## 関連情報

尾瀬と  
TEPCO

尾瀬とTEPCO（東京電力）の関わりやTEPCOの取り組みについてご紹介しています。



<https://www.tepco.co.jp/oze/>  
「尾瀬とTEPCO」  
東京電力リニューアブルパワー株式会社

山荘情報  
サイト

山小屋の宿泊予約はこちらから。その他、尾瀬の見どころ情報もお伝えしています。



<https://www.tokyo-pt.co.jp/oze/>  
「尾瀬へようこそ」  
東京パワーテクノロジー株式会社

まもる  
そなえる  
こたえる

水力発電所など新潟県に所在する東京電力の4つの事業所が一体となった「新潟本社」の取り組みを発信しています。



[https://www.tepco.co.jp/niigata\\_hq/index-j.html](https://www.tepco.co.jp/niigata_hq/index-j.html)  
「新潟本社」ホームページ  
東京電力ホールディングス株式会社

奥只見湖  
遊覧船

奥只見湖遊覧船の運行状況や予約方法などの情報をお伝えしています。



<http://okutadami.co.jp/boat/>  
奥只見湖遊覧船WEBサイト  
奥只見観光株式会社



東京電力の公式YouTubeで尾瀬の美しい自然と尾瀬の玄関口となる各自治体の魅力をお伝えるプロモーション動画です。



<https://www.youtube.com/watch?v=TwNozVAJPaI>  
尾瀬紹介ビデオ2019 EXPLORING

尾瀬  
保護財団

入山の心得やマナー、尾瀬の歴史などを紹介しています。



<https://www.oze-fnd.or.jp/>  
公益財団法人  
「尾瀬保護財団」ホームページ