

す。

ース



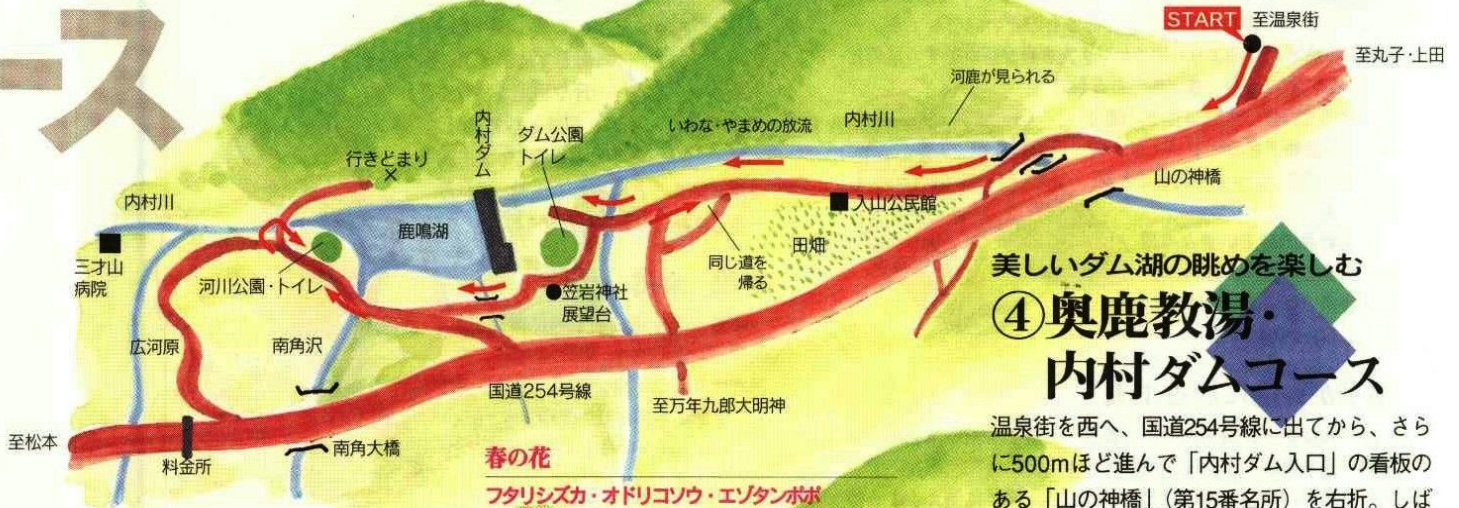
鳥

カワセミ・キセキレイ
シジュウカラ・エナガ
ウグイス・カッコウ
ホトトギス・ホオジロ
コゲラ

カッコウ



周囲の山々をうつす内村ダム(鹿鳴湖)



美しいダム湖の眺めを楽しむ ④奥鹿教湯・内村ダムコース

温泉街を西へ、国道254号線に出てから、さらに500mほど進んで「内村ダム入口」の看板のある「山の神橋」(第15番名所)を右折。しばらく進むと、田畑が左右に広がる平坦な道に出ます。そのまま歩いて、やがて内村ダム河川公園へ。さらに笠岩神社(第18番名所)へ上り、ダムの堰堤の上に出てから、さらにダム湖(鹿鳴湖)周辺をのんびりと歩きます。人工湖を囲む里山の美しい眺めをお楽しみいただけます。

- 距離 約7km
- 歩数 約10,000歩
- 所要時間 約2時間

秋の花

- ツリフネソ ウ・キツリフネ
- ツリガネニ ンジン・コシオガマ
- ヤクシノウ シラネセンニユウ
- ヒキオコシ アキノゲシ
- ヌスピハ ギ・クサボタン
- イシミカワ ナンブアザミ
- オトコエシ コウソリナ
- アレチマツ ヨイグサ
- ユウガキク ツルフジサマ
- ママコノシ リヌグイ・クワモドキ
- ゲンノショ ウコ・ホップ・ヤブシラミ



ノギク

春の花

- フタリスズカ・オドリコソウ・エンタンボガ
- ウマノアシガタ・ムラサキツメクサ・ムラサキケマン
- ヒレアザミ・ヤマブキ・ヤマフジ・ウノハナ
- ガズミ・ミツバツチグリ・ホホノキ・ライラック
- キリ・ヒメオドリコソウ・イヌナズナ・クサノオウ

沢づたいの山道歩き ③ 仏岩沢コース

鹿教湯 橋から「仏岩沢入口」まで舗装された道を上ります。左折して仏岩沢を左に見ながら進むとやがて里宮に。ここから先は危険ですので、ひと休みして、引き返して下さい。「仏岩沢入口」まで戻ったなら左折して、さらに山道(車が通りますので注意)を上ると「林道分岐点」。右へ進むと別所温泉に抜けられますがコースとしては、ここで引き返します。仏岩沢や長沢川には、やまめを放流しています。

- 距離 約8km
- 歩数 約12,000歩
- 所要時間 約2時間30分



至丸子・上田