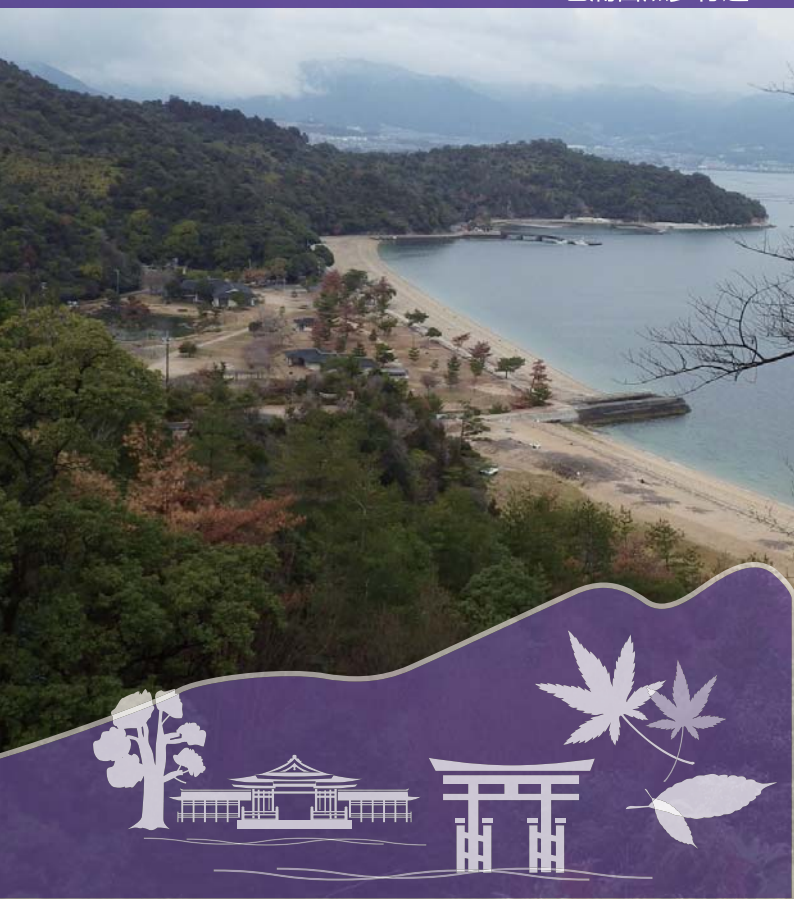


宫岛大自然散步地图

4 宫岛大自然巡游路线

大圣院路线~索道
~包浦自然步行道



索道和渡轮运行状况

- 宫岛索道运行时间 [大约每15分钟一班]**
- 12月~2月 9:00~16:30 (下行末班17:00)
 - 3月~10月 9:00~17:00 (下行末班17:30)
 - 11月 8:00~17:00 (下行末班17:30)
 - 黄金周/盂兰盆节 8:30~17:30 (下行末班18:00)
- 渡轮运行时间 [大约每15分钟一班 (白天)]**
- [宫岛松大汽船] [JR西日本宫岛联络船]
 - 宫岛口发船 7:15~20:35 宫岛口发船 6:25~22:42
 - 宫岛发船 7:00~20:15 宫岛发船 5:45~22:14

※运行时间数据截至2013年3月31日。
因索道和渡轮均有特别运行期间，详细情况请询问各自运营公司。

还有其它典型路线

- 1 宫岛大自然巡游路线** 大圣院路线~索道~包浦自然步行道
- 2 动植物观赏路线** 大元路线~红叶谷路线
- 3 地形地质观察路线** 大元路线~红叶谷路线

可从下面网页下载地图。

Website
http://chushikoku.env.go.jp/nature/miyajima_guide_map/

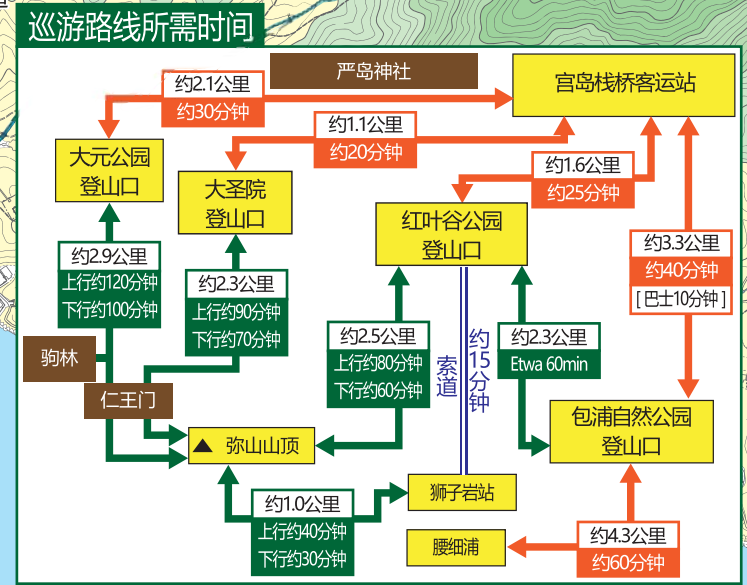
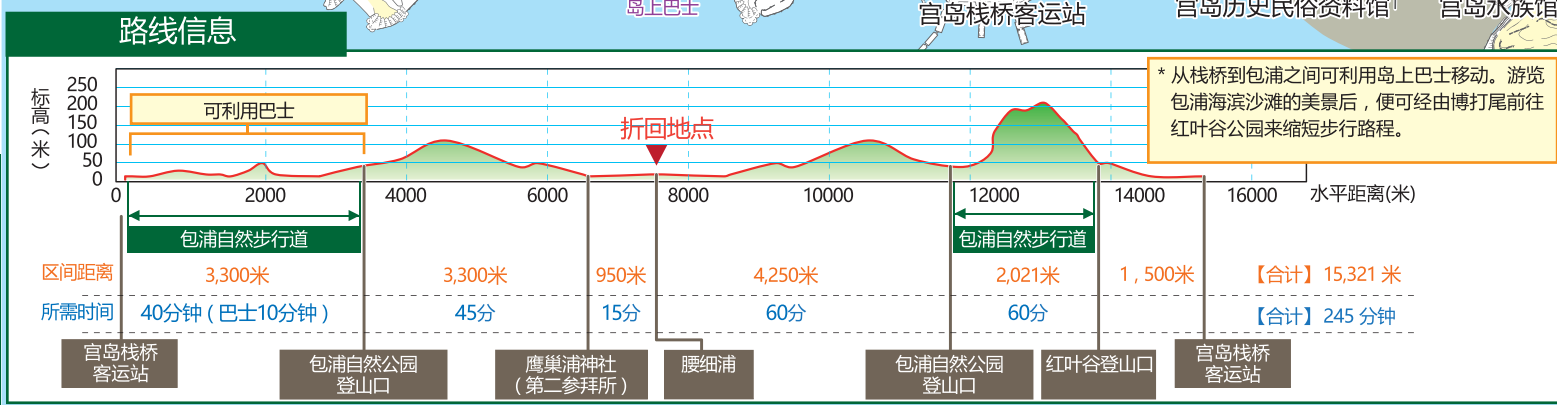


4 历史文化体验路线

包浦自然步行道

在该路线中可巡游七浦神社（严岛神社分神社）中的三个参拜所以及毛利元就足迹等不同于一般观光的文化和历史，富有严岛海峡独特的魅力。

- 【距离】 合计约15.5公里
- 【所需时间】 约4~5小时
- 【登山难度】 郊游等级



4 [历史文化体验路线] 的观光景点

在历史文化体验路线中，可沿着“包浦自然步行道”及严岛海峡沿岸享受郊游乐趣。

包浦自然步行道的动植物

从博奕尾到包浦沿着山脊可以看到很多生长在日光良好地带的植物，如：赤松、杨梅、香樟、铁芒萁、里白等。在山谷等较阴暗地带还可观赏到尖叶栲、青刚栎、大叶冬青、羊舌树等常绿阔叶林。

沿途中的主要自然景观

长浜神社



位于长浜神社正面的长浜有一座漆成朱红色的鸟居(牌坊)。在宫岛代表性节日之一的管弦节中，严岛神社的女神乘御驾神船从地御前神社回来，在此祝词，合奏管弦乐。管弦节曾是平清盛在严岛神社举行的祭神仪式，也是以濑户内海为舞台展开的宫岛特有的优雅节日。

位于长浜神社正面的长浜有一座漆成朱红色的鸟居(牌坊)。在宫岛代表性节日之一的管弦节中，严岛神社的女神乘御驾神船从地御前神社回来，在此祝词，合奏管弦乐。管弦节曾是平清盛在严岛神社举行的祭神仪式，也是以濑户内海为舞台展开的宫岛特有的优雅节日。

杉之浦神社(第一参拜所)

【标记编号】E-03-1



这是祭祀底津少童命进行御岛巡式的第一参拜所，御岛巡游参加者全体登陆，钻过茅草圈，祈求巡岛平安无事以及参拜者人身安全。

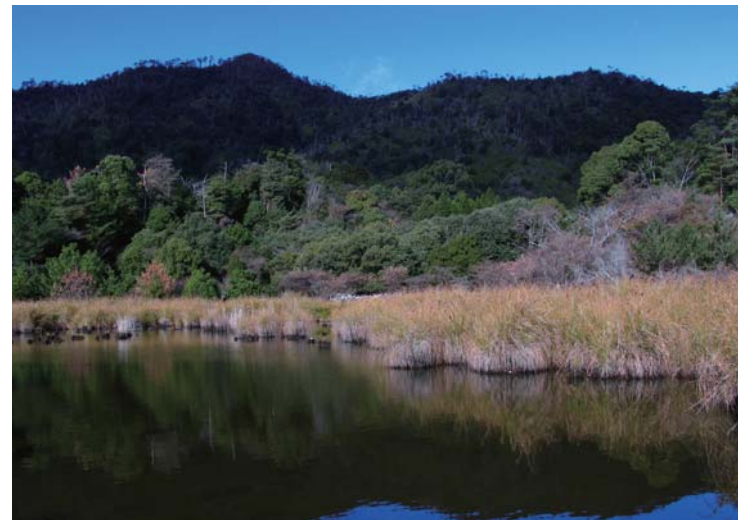
包浦自然公园



这是可同时体验海滨与山景的自然公园。在广阔的区域里，除包浦海水浴场外，还设有网球场、运动场、小木屋、宿营地、海滨旅店等各种设施，从家庭到团体都可在此尽情享受。海岸呈美丽弯弧曲线的沙滩，平浅舒缓，很适合一家大小戏水娱乐。夏季时这里游客络绎不绝，热闹非凡。

这是可同时体验海滨与山景的自然公园。在广阔的区域里，除包浦海水浴场外，还设有网球场、运动场、小木屋、宿营地、海滨旅店等各种设施，从家庭到团体都可在此尽情享受。海岸呈美丽弯弧曲线的沙滩，平浅舒缓，很适合一家大小戏水娱乐。夏季时这里游客络绎不绝，热闹非凡。

入浜池



入浜池是宫岛山上流下来的淡水与海水混合而成的半咸水池。池塘周围算盘子属及舟山新木姜子等灌木丛生，池内簇生着华克拉莎植物。濑户内海的自然海岸约7成已流失，几乎看不到半咸水池。入浜池是可轻松观察半咸水池的宝贵场所。

鹰巢浦神社(第二参拜所)

【标记编号】E-09-1



这里祭祀伊邪那岐父神从黄泉国返回举行祓禊仪式时诞生的底筒男命。是向供奉宫岛七浦的神社(严岛神社分神社)进行祈祷“七浦巡游”的第二参拜所。鹰巢低处设置炮台时，便迁移到入浜的沙滩上。鹰巢浦神社(第二参拜所)

宫岛自然散步时的规则

宫岛的整个岛屿划为国立公园特别区域，还被列为特别史迹和特别名胜。并且，弥山原始林被指定为国家天然纪念物，其周边一带的国立公园特别保护区内，严禁捕获动物、采摘植物、破坏岩石以及篝火等。为了使宫岛这罕见的大自然永远保存下去，让我们一起来遵守这利用规则吧！



切勿采摘植物



切勿捕获动物



不要喂食野生动物



严禁篝火

腰细浦神社(第三参拜所)

【标记编号】E-10-1



到各种各样的生物。

这里祭祀伊邪那岐父神从黄泉国返回举行祓禊仪式时诞生的中津少童命。是向供奉宫岛七浦的神社(严岛神社分神社)进行祈祷“七浦巡游”的第三参拜所。腰细浦一带拥有着东西延伸的沙滩和卵石，在此可观赏

博奕尾

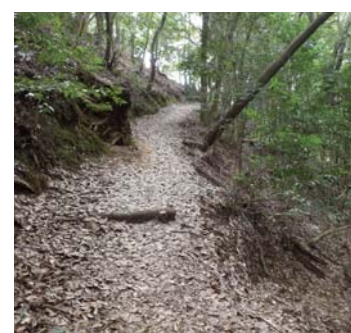


1555年9月30日夜晩，毛利元就在包浦登陆，并在第二日10月1日未明，翻越山峦登上了陶军背后的博奕尾峰。战前元就曾鼓舞士兵“博奕开战，这场战斗已决定我们胜利了”。清晨，在陶军还尚未做好战斗准备的情况下直袭了陶军本阵。这就是日本三大奇战之一的“严岛合战”落下了帷幕。

1555年9月30日夜晩，毛利元就在包浦登陆，并在第二日10月1日未明，翻越山峦登上了陶军背后的博奕尾峰。战前元就曾鼓舞士兵“博奕开战，这场战斗已决定我们胜利了”。清晨，在陶军还尚未做好战斗准备的情况下直袭了陶军本阵。这就是日本三大奇战之一的“严岛合战”落下了帷幕。

清晨，在陶军还尚未做好战斗准备的情况下直袭了陶军本阵。这就是日本三大奇战之一的“严岛合战”落下了帷幕。

包浦自然步行道的动植物



从博奕尾到包浦沿着山脊可以看到很多生长在日光良好地带的植物，如：赤松、杨梅、香樟、铁芒萁、里白等。在山谷等较阴暗地带还可观赏到尖叶栲、青刚栎、大叶冬青、羊舌树等常绿阔叶林。另外，包浦一带还有成群的野鹿，在此能经常与大鹿小鹿们相会。

町(丁)石



町石是古代在通向弥山的路上设置的石材路标。以前曾以山顶为二十四町(丁)，大约每隔109米(1町)设置一个。最古老的町石上残存着庆长4年(1599年)的铭记。

利用散步路线时的注意事项

- 所需时间是以40~50岁登山经验者为对象，按少人数当日往返准备登山装束，并在晴天时步行的条件下计算。没有包括观察自然、参观、旅游、休息等时间，所以请按此程度灵活运用。
- 日落前，这里非常危险。请注意确认索道等交通机关的运行状况以及末班时间等，须在日落前3小时准备下山。
- 所有路线都要行走登山道。即使是郊游或轻度登山，也请穿上适合登山的服装和鞋袜，备上应急干粮和饮料等。
- 小心危险生物。(毒蛇、马蜂等)

宫岛代表性的自然环境

宫岛的动植物

宫岛上自然生息生长着各种各样珍奇的动植物，如：被指定为国家天然纪念物的弥山原始林、洼地罕见的冷杉自然林、沿岸海滨植被和盐沼植被、以及该地独有的宫岛蜻蜓等。另外，宫岛到处都散养着鹿群。它们是野生动物，请大家自觉爱护，不要擅自喂食。

宫岛的地形与地质

宫岛地势险峻，到处是奇岩巨石等。地质以花岗岩为主，球状风化、方状风化等风化现象；海蚀洞、海蚀壶穴等侵蚀现象随处可见。海岸地带，由风化细沙土形成的沙洲和沙滩、海涂和海滨、潮汐湿地等丰富多变。

宫岛的历史与文化

宫岛拥有着列为世界遗产的严岛神社，以及弥山、大圣院，大愿寺等众多神社寺院和历史遗迹。除宫岛外围供奉的7个浦神之外，还有严岛合战的古战场等名胜古迹。

严岛神社(世界文化遗产)



1996年，宫岛严岛神社被列入世界文化遗产名录。利用潮水涨落设计神社这在世界上前所未有，与周围的自然景观融为一体的壮观建筑获得了高度评价。

弥山原始林(国家天然纪念物)



被指定为国家天然纪念物的“弥山原始林”，是以针叶树为主同时混杂着一些南方植物的森林。在这里可以观察到原生态生长的昆栏树等原始植物。

列为拉姆萨尔公约的湿地和宫岛蜻蜓



宫岛蜻蜓被列为日本环境省和广岛县濒临灭绝生物I类中，也是仅在宫岛上栖息的珍稀物种。其栖息地的宫岛西南沿岸区域，于2012年7月列入《拉姆萨尔公约》。

冷杉自然林(大元公园)



冷杉是喜欢在寒冷山地生长的针叶树，然而生长在海岸却极其罕见。大元公园一带海岸附近野生着冷杉、日本铁杉、日本榧树等寒冷山地生长的针叶树，这在植物学上有着非常珍贵的价值。

七浦神社(严岛神社分神社)



通常为从右侧观赏弥山乘船绕行宫岛外围约30公里，古时起就在供奉七浦的神社(严岛神社分神社)进行“七浦巡游”祈祷。

海边的生物



宫岛还保留着海涂和海滨、潮汐湿地等多样性自然海岸。特别是从严岛神社到大元公园之间的海滩上，生息着各种各样的贝类及螃蟹等，最适于观察学习。