

玉村山の会 2019年度 月例山行計画

月別	第 1 山		第 2 山	
	山名と標高	特徴	山名と標高	特徴
4月	谷川岳 1977m(オキの耳)	谷川岳は群馬・新潟の県境にある三国山脈の山である。日本百名山のひとつ。周囲の万太郎山・仙ノ倉山・茂倉岳などを総じて谷川連峰という。	袈裟丸山 1878m	袈裟丸山は栃木県日光市・群馬県沼田市と群馬県みどり市にまたがる山であり、前袈裟丸山・中袈裟丸山・後袈裟丸山・奥袈裟丸山・法師岳の総称のこと。ツツジ。シャクナゲの宝庫。
5月	鳳凰三山 地蔵(2764)、観音(2840)、薬師(2780)	南アルプス北東部にある地蔵岳・観音岳・薬師岳の3山の総称として特に鳳凰三山とも呼ばれる。南アルプス国立公園内にあり、日本百名山。	備前楯山 1272m	備前楯山は足尾銅山そのもの山で、展望はよく、北から西にかけて男体山、中禅寺湖南岸の社山、黒檜の山々、庚申山から皇海山方面のパノラマが一望できる。
6月	皇海山 2144m	栃木県日光市と群馬県沼田市との境界にある山である。足尾山地に属する。栃木県側の銀山平から庚申山・鋸山をへて皇海山にいたる伝統的なルートと、群馬県側の不動沢からのルートがある。及び、六林班峠を経由してのルートもある。	庚申山 1872m	皇海山の前衛峰である鋸十一峰の最初の山が庚申山である。登山基地は銀山平で、かつて足尾銅山隆盛時に銅の精錬のための木材集積地であった。絶滅危惧II類のコウシンソウの自生地としても知られている。
7月	岩手山・姫神山 2038m、1123m	岩手山は日本の東北地方、奥羽山脈北部にあり二つの外輪山からなり、岩手県の最高峰であり、県のシンボルの一つとされている。姫神山は岩手県盛岡市にある山。ピラミッド型の山容が美しく山頂からは迫力の岩手山と盛岡の町並みが望めます。	浅草岳 1585m	新潟県境に接する浅草岳は、夏でも雪が残る大雪渓の山として人気がある。鬼ヶ面山の豪快な岩場、神秘的な沼の平、山頂附近の高山植物の群落など変化に富んだ山で、毎年多くの登山者が訪れる。山開きは6月第4日曜日に行われ、10月下旬まで登山シーズンとなる。
8月	槍ヶ岳 3180m	飛騨山脈南部にある、日本で5番目に高い山で、名前の如く天に槍を衝く形が特徴的な高山であり、穂高岳などと共に多くの登山者の憧れの的となっている。登山に興味を持ち始めた人で、まず槍ヶ岳の頂上に立ってみたいと願わない者はないだろう。	雁ヶ原摺山縦走 1874m	雁ヶ腹摺山は富士山が綺麗に見られる山として人気があり、登山口から最短で1時間ほどで絶景が望めるので、初心者にもおすすめ。雁ヶ腹摺山は山梨県大月市にある山で、渡り鳥であるガンがその腹をこするようして山を越えていったことから、雁ヶ腹摺山と呼ばれている。
9月	県境トレイル① 毛無峠～浦倉山～四阿山	県境稜線トレイル、100kmの南端に位置するこのエリアには百名山の四阿山が控え、登山者でにぎわう反面、毛無峠から浦倉山への稜線は、登山者が少なく静かな山歩きが楽しめます。夏場は、浦倉山東面のスキー場からのゴンドラを使えば、ほとんど歩くことなく標高2,000mの稜線に立つことができます。	県境トレイル② チャツボミゴケ公園・渋峠コース	東アジア最大級ともいわれるチャツボミゴケ群生地帯を通り抜けるコース。緩やかな登山道が草津白根山の火山活動によって形成された湿地、川、沼をつなぎます。公園内は植物保護のために一部木道が整備されているなど、初心者の方でも安心。
10月	茅ヶ岳(公募山行) 1704m	「日本百名山」の著者深田久弥の終焉の地として有名です。富士山、甲斐駒ヶ岳をはじめとする南アルプス、八ヶ岳といった有名な山々を一度に見ることができるのがこの山の魅力で、山行時間4時間半程度の登りやすい山です。	鳥甲山 2037m	長野県下水内郡栄村にある山で、上信越の秘境とも言われる「秋山郷」の裏手にそびえる峻峰。登り応えのある山とのんびりとした温泉を楽しむ山旅ができる。
11月	両神山 1723m	埼玉県秩父郡小鹿野町と秩父市の境目にある山。山岳信仰の霊峰であり、両神山、三峰山、武甲山をあわせて「秩父三山」という。4月下旬から5月中旬、山頂一帯にアカヤシオが咲く。自然林が多く残され、紅葉が美しいことでも知られている。	男山天狗山 1851m,1883m	長野県の南相木村と川上村との間には東西に1本の高い山脈が走って、その山脈には、顕著な岩峰が2つ相対してそびえている。これが天狗山と男山である。天狗山はこの山脈の最高点。男山山頂は360度の展望があり、八ヶ岳の眺望は抜群です。
12月	身延山 1153m	山梨県南巨摩郡身延町と早川町の境にある山である。参拝客のほか、頂上からの眺望がよいため観光客も多く訪れる。ダイヤモンド富士が見られるのも有名な山。	奥久慈男体山 654m	茨城県常陸太田市と久慈郡大子町の境にある山である。西面と南面が断崖絶壁になっており、標高では推し量れない鋭い山容を呈している。山頂には一等三角点がある。
1月	加波山 709m	茨城県桜川市と同石岡市との境に位置する。北から御嶽山、雨引山、燕山、加波山、丸山、足尾山、きのこ山、弁天山、筑波山の順に連なる筑波連山北部の山のひとつである。、JR水戸線岩瀬駅よりスタートし、筑波連山を縦走する登山者も多く、関東ふれあいの道のコースにもなっている。		
2月	高ボッチ・鉢伏山 1665m、1929m	両山とも筑摩山地に属し、長野県岡谷市と塩尻市との境にある。高ボッチ山と鉢伏山は好展望の山として広く知られ、ほとんど信州の真中で見えない山を捜すのが難しいほどだ。山をじゅうたんのように彩る6月のレンゲツツジは見事である。	宇都宮アルプス 榛名山524m、男山527m、本山561.6m、飯盛山501m	篠井富屋連峰は、栃木県宇都宮市北部山系を成す山域の総称である。南東側に田川、北西側に鬼怒川が流れ、両川に挟まれた形で山地が形成されている。宇都宮アルプスと呼ばれることもある。変化に富んだ里山歩きが期待できる。
3月	飯士山 1112m	新潟県南魚沼市と南魚沼郡湯沢町にまたがる山。頂きからの360度の眺望は谷川連峰をはじめ、越後三山や巻機山などの雄大な山景色が望める。また天気の良いと佐渡を見ることもできる。登山道の頂上付近では5月初旬にツツジやタムシバを楽しめる。	坪山 1103m	山梨県上野原市にある小さな山頂が名前の由来と言われている。春になるとヒカゲツツジなどの花々で山全体が彩られ、多くの登山者が訪れる。さらに、秋には鮮やかに色ついた紅葉の美しさも格別。坪山を訪れる登山道は年々増加し、人気が高まっている。