

田辺の主な山

天然林が美しい
紅葉の名所!!



①護摩壇山 (標高: 1372m)

和歌山最高峰!



②龍神岳 (標高: 1382m)

ロープを頼りに!
スリリングな登山を楽しもう!



③三星山 (標高: 549m)

龍神様が鎮まる
信仰の山



④龍神山 (標高: 496m)

校歌にも登場する
地域のシンボル



⑥高尾山 (標高: 606m)

天を仰ぐ
無数のヒキガエル?!



⑤ひき岩群 (標高: 127m)

乙女の寝顔?
"鼻"の部分が山頂だ!



⑧半作嶺 (標高: 894m)



登らなもったいない

田辺の山を登ったことはありますか。身近に感じていても、山道に一步入ると、そこは非日常の世界。市内には、見どころ豊富な魅力ある山が多く、わざわざ県外から登山に来られる方も増えているほどです。

今月号では、注目が高まっている登山の楽しみ方や魅力、事前の準備、注意点などを紹介します。登山は、リフレッシュにも運動にもなり、市内であれば日帰りでも十分に楽しめます。是非この機会に、近くの山に登ってみませんか。

熊野本宮を一望!
クマノザクラの名所



⑦七越峰 (標高: 262m)

丹生ノ川温泉

湯の峰温泉

渡瀬温泉

川湯温泉

富里温泉

深い原生林に覆われた
滝・淵・峡の宝庫!



⑨百間山 (標高: 999m)

急な斜面を登り切った先で
360度の大展望を満喫!



⑩法師山 (標高: 1120m)

登山ガイドの仕事とアウトドアショップの経営をしながら、自身も趣味で登山を楽しんでいる新田さんに登山の魅力を知りました。

登山では、しんどい思いもします(笑)ただ、しんどい分、途中で出会った動植物、山で食べるご飯、山頂からの景色、達成感は格別です。一緒に登った仲間と、しんどさも含めて様々な感動を共有できるところに登山の魅力があると感じています。最近では、市内でも登山人気が高まっています。

高まっているのを感じています。2年前に登山サークルを立ち上げたのですが、最初10名だったメンバーは、今では70名を超えています。新しい趣味を作りたい、健康のために、そこに山があったからなど、登山を始めるきっかけは様々です。田辺市には低い山が多く、初心者でも気軽に登れる山が多いです。地上と山頂で温度差が少ないため、涼しくて登りやすい、これからの季節は特にお勧めです。是非、登山の魅力を楽しんでみてください。

登山ガイド兼
アウトドアショップ経営
新田 浩司さん



和歌山県・田辺市で楽しむ低山トラベル
(田辺市熊野ツーリズムビューロー)
ルートや歩行時間等はこちらをご覧ください。

百間山溪谷キャンプ村

百間山溪谷入り口近くにあるキャンプ場。登山や溪谷巡りの拠点としても最適です！今年の7月にリニューアルオープンし、エアコン付きバンガローなど設備が充実しています。

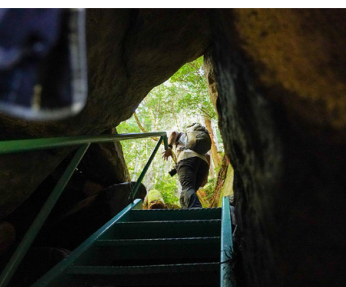
10月31日まで営業！



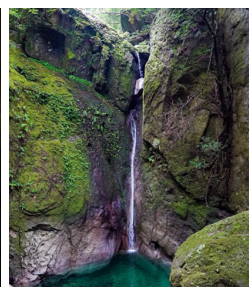
あまご雨乞いの滝



清らかな水に癒やされる！



岩のトンネル



いぬおち犬落の滝

地勢的な条件や多雨な環境が揃い、水の循環が健全な和歌山県は、清らかな川が無数に存在する世界でも稀な地域です。その中でも代表的なのが大塔山系にある百間山溪谷。溪谷に沿って登山道が整備されており、滝、淵、奇岩、甌穴など、水が創りだす美しい景色が次々と現れます。

中でも、中腹の犬落の滝までのコースは歩きやすく、ゆつくりとその景色を味わうことができます。



龍神岳と護摩壇山は、天然林に彩られ、秋は紅葉鑑賞しながら登山を楽しめます。

山の名前に注目してみると、護摩壇山は、源平の争乱から落ち延びてきた平維盛（清盛の孫）が、護摩木を焚いて平家の行く末を占ったという伝承に由来し、龍神村内には、このほかにも維盛ゆかりの地や伝承が残ります。

人が行き交う山域は、歴史や伝承が色濃く残るのも特徴。視点を

2つの山は隣接していて、山頂間を約20分で行き交うことができます！



歴史と自然を満喫！



龍神温泉

下山後は温泉で疲れを癒やせます！



変えて、地域の歴史に触れてみるのもお勧めです。

ちなみに、2000年までは護摩壇山が県下最高峰とされていましたが、国土地理院の再調査により隣の峰のほうが高いことが判明し、その峰の名前を全国から公募して、2009年に龍神岳と名付けられました。

田辺の山を登ろう！

田辺にある山は、ほとんどが標高1000m以下の低い山。しかし、低いからといって侮るなかれ。視点を変わると山の楽しみ方は様々です。山頂にたどり着いたときの達成感はもちろん、田辺ならではの自然や歴史を味わうことも。これを体感しないなんてもったいない！



地形と眺望が面白い！



ふるさと自然公園センター

ひき岩群国民休養地の中心に、ふるさと自然公園センターがあります。そこではひき岩群の自然のほかに、田辺の自然の写真や標本などを分かりやすく紹介しています。また専門知識豊富な観察指導員が、生物や自然観察についてお答えします。

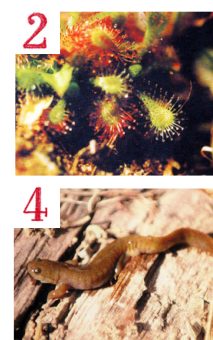
☎毎週月（休館日が祝日の場合は翌日）



観察指導員の皆さん

稲成町の丘陵地に並ぶ奇様な形の岩山は、ヒキガエルが群れをなして空を仰ぎ見る姿に見えることから「ひき岩群」と呼ばれています。標高120m程度ですが、田辺湾の眺望や岩山のダイナミックな景観（ケスタ地形）が楽しむことができます。

- ①イブキシモツケ 開花期：5月～6月
- ②コモウセンゴケ 開花期：5月～6月
- ③キイジョウロウホトトギス 開花期：9月下旬～10月
- ④セトウチサンショウウオ 産卵期：1月～3月



き、谷間の岩かげにある湿地や滝のようなどころでは、多種多様な昆虫や植物を観察することができます。かつては博物学者であり生物学者でもある南方熊楠がよく訪れ、植物や変形菌の観察や採集に明け暮れていたそうです。

大地の成り立ちや郷土ゆかりの偉人にも、是非注目してください。

自然観察教室に参加しよう！

季節ごとの自然体験・観察教室を実施しています。この知識があれば山の楽しみが増えますよ。

【秋のひき岩群を歩こう】

日時 10月16日⑨9時30分～12時
場 ひき岩群周辺
集 ふるさと自然公園センター
持 採集用具（植物・昆虫）・ビニール袋 等

【秋の動・植物を観察しよう】

日時 11月6日⑨10時30分～14時
場 本宮町皆地
集 旧皆地小学校（本宮町皆地413）
※分からない場合、9時にふるさと自然公園センターへ。
持 弁当・採集用具（植物・昆虫）等

【共通事項】

対 小・中・高校生・一般（小学生は保護者同伴）
■前日までに、はがき又は電話・FAX・Eメールで参加者の住所・氏名・年齢・電話番号をご連絡ください。
問 ふるさと自然公園センター
〒646-0051 稲成町1629
☎0739 (25) 7252
✉ hikiwa@mb.aikis.or.jp





登山を楽しむための準備をしよう

登山を楽しむために必要な持ち物を準備し、登山時のマナーや注意点を予習しておきましょう。



サングラス

山の強い日差しや照り返しを防ぎます。



ストック

体にかかる負担を軽減してくれます。登りと下りで長さが変えられるよう、伸縮可能なものを選びましょう。



持ち物

※この他に、食料・飲み物・雨具・防寒ジャケット・ト・ごみ袋・タオル・地図・救急セットなど、登山の量や時間、荷物の量を考慮して準備しましょう。

帽子

日よけや防寒用として着用しましょう。

リュック

自分の体にフィットするものを選びましょう。正しく背負って体にフィットさせると、荷物の重さが分散され、軽く感じられます。

長袖・長ズボン

ケガ防止や虫刺されを防ぐためにも長袖・長ズボンなど肌の露出を少なくしましょう。

登山靴

登山での足への負担は大きいので、履き慣れた靴で軽くて靴底がしっかりしたものを選びましょう。

服装



登山へ行く前に

登山へ行く前に
知っておいて
ほしいこと！

【注意点・マナー】

- ・山を100m登るごとに気温が0.6℃下がる。山の天候は変わりやすい。
- ・秋になると日暮れが早いので早出・早帰りをする。
- ・山登りはペースの遅い人に合わせる。
- ・危険防止のため、登山道以外はできるだけ歩かない。
- ・もしもの時のために、1人で登山に行く時は家族などに声をかけておく。
- ※警察に登山届を出しておくことも大切！
- ・トイレの場所は事前に確認しておく。
- ・マダニやヒル、ヘビ、クマなどに注意する。
- ・ごみは自分で持ち帰る。
- ・登山道は上りが優先。
- ・複数人で行くときは1列で歩く。
- ・すれ違う人に挨拶をする。
- ・山の動植物を触ったり、持ち帰ったりしない。

登山アプリもお勧め！

電波の届かない山の中でも
現在地と登山ルートが
分かるアプリもあります。



観光振興課
佐向 大輝

登山で地域の魅力を
市では、山頂を目指すだけでは
ない山の楽しみ方に注目し、「低
山トラベル」をテーマに観光振興
に取り組んでいます。
登山と聞くと、より高い山を目
指すというイメージもありますが、
低山にも魅力があり、周辺
観光と組み合わせる楽しみ方も多
くいらっしやいます。市内には
魅力的な山と観光地があるので、
これを切り口に周辺に訪れる方
フアンを増やしていきたいです。
また、私自身も市内の山をよく
歩きますが、山で気になったこと
を調べていると、この土地ならではの
植生や地形、さらには林業の教え
なども知ることができ、より地元
の魅力を感ずるようになりました。
是非皆さんも登山を通して、地
元の魅力を感じてみてください。
なお、低山だから安全というわけ
ではないので、十分な準備をして
楽しんでください。



美味しさ倍増！

山ごはん

濱田 恵さん



初めての山ごはんは、安川溪谷で食べた
ホットサンドとぎょうざです。その時の味は
忘れられません。どんなにしんどい山でも、
仲間と気持ちを一つにして登ると、感動とお
いしさが増すんです。山頂に楽しみがあると
思うと、大変な思いをしてでも、また登りた
くなります。



ホットサンド



ぎょうざ



やきそば

だから登りたい！私の山の楽しみ方

登山好きの皆さんから、山の楽しみ方をお伺い
しました！ただ登るだけではもったいない。あなたは
山でどう楽しみたいですか？



非日常を満喫！

テント泊

新田 浩司さん

いつかの大みそか、初日の出を見よう
と山へ登りました。夕日が沈むのを見な
がらその年を振り返っていました。いつ
もの夕日がその日は特別に思えたのも、
山のおかげだったのかもしれません。



しょうもりやま
城ヶ森山（奥辺路）



奇絶峡

存分に味わいたい！

自然

箱木 崇さん
祐子さん



お互いトレイルランニングにはまってしま
したが、もっとゆっくりと景色や空気を味わいた
いと思い、山登りを始めました。田辺の山は深
く、谷から尾根までの植生が違うため、色んな
景色やたくさんの動植物が見られることが魅力
です。
また、下山後の温泉やご飯も楽しみの一つで
す。



大みそかの夕日

