

低い山は楽なのか？

あの山は標高が高いから大変、あの山は標高が低いから楽という話を耳にします。丹沢は、富士山や日本アルプスに比べて標高が低い一方で、塔ノ岳や蛭ヶ岳の登山ルートとなる大倉尾根はきついという声もよく聞きます。

そこで、実際にどれだけの高さを登っているのか、どれだけの時間歩くのかに着目して、市販の登山地図から代表的な登山口と山頂との高低差とコースタイムを調べ、表にまとめてみました。

表を見ると、表丹沢の登山口である大倉は標高290mで、富士山、北岳、槍ヶ岳の登山口と比較すると1,210～2,015mも低いことがわかります。そのため、蛭ヶ岳山頂までの高低差は1,383mと富士山にひけをとらない差となります。

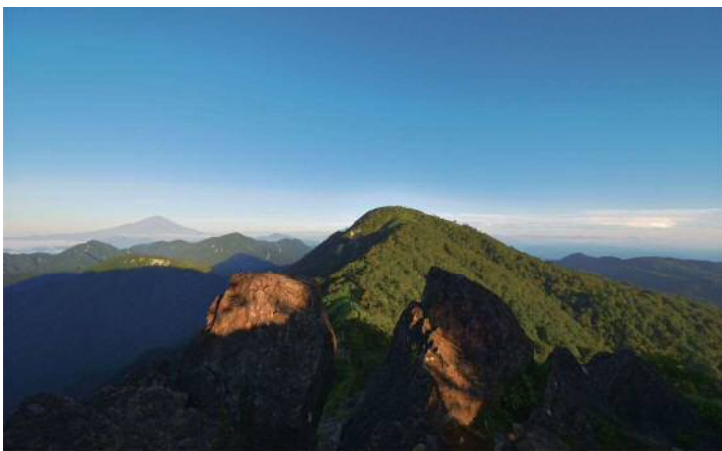
表 山頂と登山口との高低差の比較

山頂（標高）	登山口（標高）	高低差	登りコースタイム
蛭ヶ岳（1673m）	大倉（290m）	1383m	7時間20分
富士山（3776m）	富士スバルライン5合目（2305m）	1471m	6時間10分
北岳（3193m）	広河原（1520m）	1673m	5時間30分
槍ヶ岳（3180m）	上高地（1500m）	1680m	9時間50分

※コースタイムは休憩時間を含まない登りのみです。

※登山ルートが複数の場合は最短ルートのコースタイムです。

※表の高低差は、累積高低差ではありません。



鬼ヶ岩から見た蛭ヶ岳。後方に富士山。

【新型コロナウイルス感染症対策に関するご注意とお願い】

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、各施設をご利用いただく際は、手指の消毒の徹底・マスクの着用をお願いするとともに、展示室の人数制限をさせていただく場合があります。

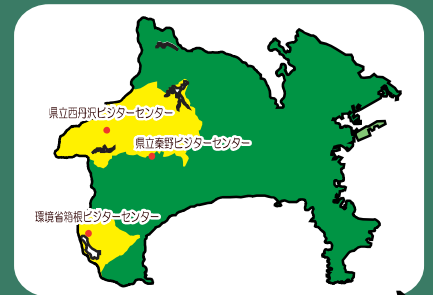
秦野ビジターセンター

また、神奈川県最高峰の蛭ヶ岳は、富士山（日本最高峰）、北岳（南アルプス最高峰・日本第2位）、槍ヶ岳（北アルプス第2位・日本第5位）より1,507～2,103mも低いですが、登りのコースタイムでは富士山、北岳を上回っています。

こうしてみると、山頂の標高だけでは、登山がきついかなのかの判断は難しいということになると思います。

本稿では体力的な面のみでのお話ですが、自分が登ろうと思っている山について、今回調べたように地図を活用して得た情報で難易度を把握し、安全に登山を楽しめる計画を立ててみてはいかがでしょうか。（執筆：森谷）

自然公園へでかけよう



環境省箱根ビジターセンター
Hakone Visitor Center
〒250-0522 足柄下郡箱根町元箱根 164
Tel 0460-84-9981
<http://hakonevc.sunnyday.jp/>

県立秦野ビジターセンター
Hadano Visitor Center
〒259-1304 秦野市堀山下 1513
Tel 0463-87-9300
<http://www.kanagawa-park.or.jp/tanzawavc/>

県立西丹沢ビジターセンター
（旧西丹沢自然教室）
Nishi-Tanzawa Visitor Center
〒258-0201 足柄上郡山北町中川 867-2-9
Tel 0465-78-3940
<http://www.kanagawa-park.or.jp/tanzawavc/>

開館日、開館時間、イベント予定等は各ビジターセンターまでお問合せください。



箱根ビジターセンター、秦野ビジターセンター、西丹沢ビジターセンターの Facebook ページ公開中！ 最新の情報をご覧ください。

秋の西丹沢

例年9月に入ってから都会の市街地は厳しい残暑に見舞われます。一方、標高540mに位置する西丹沢ビジターセンターでは、朝晩はかなり涼しくなるなど季節の移ろいを感じる時期となり、秋の登山シーズンが到来します。西丹沢では檜洞丸、畦ヶ丸、大室山が代表的な登山コースで、山頂付近では、ブナ林が秋の深まりとともに色を徐々に変えていきます。

本格登山ではなく散策やハイキングにお勧めなのが「西沢の滝めぐりコース」です。本コースは畦ヶ丸登山道にあり、ビジターセンター脇の吊橋を渡り西沢の溪流に沿った登山道が上がっていきます。途中、落差20～30mはある4つの堰堤や小滝を見ながら落差約40mの下棚(しもんだな)へ。そして一番の見どころである落差約70mの本棚(ほんだな)に到着します(棚とは西丹沢では滝のことを指します)。本棚では、滝つぼから見上げる大迫力の水しぶき(マイナスイオン)を堪能できます。また、9月後半



ダイヤモンドジソウ



イワシャジン



ミソサザイ



カワガラス

西丹沢ビジターセンター

から11月上旬にかけては、コース上の湿った岩肌に秋の代表的な花であるダイヤモンドジソウやイワシャジンが可憐に咲き、ミソサザイやカワガラスなどの野鳥も比較的よく見られます。コースの所要時間は、ゆっくりと散策した場合往復3時間程度です。

コロナ禍でマスクをする生活がまだ続きそうですが、西沢ではマスクを取って滝のしぶきや澄んだ空気の中で深呼吸し、沢の白い花崗岩、青く透き通った水に可憐な花たち、そして飛び回る野鳥たちに癒されてみませんか。

散策にお越しの際は、沢の水量や花の開花状況、野鳥の観察ポイントなどについてビジターセンターへお気軽にお問合せ下さい。(執筆:澤田)

※登山道上でも休憩場所等で密になる恐れのある場合は、マスクの着用とソーシャルディスタンスの確保をお願いします。

箱根のシカ

皆さんは箱根町内でシカ(ニホンジカ)に出会ったことはありますか。

箱根のシカは明治から大正の頃に乱獲によって絶滅したとされていました。しかし20年ほど前から、その姿が確認されるようになりました。そのシカ達はどこからやってきたのでしょうか。突然どこからか現れたのではなく、丹沢・伊豆・富士山など箱根近隣で増えすぎてしまったシカ達が餌を求めて集まってきたのです。

本来、シカなど野生動物が分布を回復したり、広げたりすること自体はいけないことではありません。しかし、現在シカ達は日本全国でその数を爆発的に増やし、林業や農業といった人間の産業に多大な被害をもたらしています。人間だけではなく、自然の生態系全般にも影響を与えていることでしょう。

箱根ビジターセンター

そんなシカ達を駆除する動きもありますが、本当にシカだけが原因なのでしょうか。現在、環境省では「箱根のシカ情報の募集」や「植生モニタリング調査」を実施しています。我々が自然に対して何が出来るのかを考えながら、大切な自然との共生を目指していきたいと考えています。(執筆:筑紫)



ニホンジカ