

関東地方にも標高の高い良い山があるんですよ！



関東に住んでいると登山というと富士山とかアルプスに目が行きがちですが関東近郊にも沢山のいい山があるんですよ！関東地方の標高の高い山ベスト10を紹介したいと思います。これからの山行の参考？にしてもらったら幸いです(^^)

関東の山・標高ベスト10 (百名山含む)



奥白根山 2,578m (群馬・栃木県) 日本百名山



別名、日光白根山とも呼ばれています（草津白根山と区別する為の意味）関東以北ではこの山を超える標高の山はありません。 登山コースは幾つかありますが群馬県側の**丸沼高原からロープウェイ**で一気に標高を稼げるコースがメジャーですコースタイムも6時間程度で往復できると思います。6月～10月中旬位がシーズンになります（季節により残雪あり注意しましょう）

No.2

男体山 2,486m（栃木県）日本百名山



いろは坂を登り中禅寺湖の北側に鎮座する円錐型の火山です。地元では別名、下野富士とも呼ばれています！ 登山コースは**中宮祠（二荒山神社）**から登るのが一般的ですね！入山料500円が必要になります(*_*;コースタイムは往復で6時間は見ておくとよいと思います！5月～10月下旬位がシーズン（季節により残雪あり注意しましょう）

No.3

女峰山 2,483m (栃木県)



日光男体山の北東7kmの並びに位置する日光三山のひとつです。名前は女峰ですが山容は荒々しく男体山と比べると真逆な印象がおもしろいですね(^^) コースも比較的ハードで健脚向きです最短ルート**の志津乗越から入山するコース**が**霧降高原から入山するコース**が一般的です。コースタイムは多目に見て往復7時間をみておくと安心です(無積雪時)5月~10月下旬位がシーズン(季節により残雪あり注意しましょう・がけ崩れ箇所あり事前に情報収集)

No.4

甲武信ヶ岳 2,475m (山梨・埼玉・長野県)日本百名山



名前の由来が山梨(甲斐)・埼玉(武蔵)・長野(信濃)の頭文字をとってつけてあります！埼玉県最高峰の山にもなりますね(^-^) 関東から登山に向かう場合のコースとしては**西沢溪谷から徳ちゃん新道**の利用が一番多いですが山頂までは6時間半は見えておく必要があるため日帰りの場合はかなりの健脚向きコースです。できれば1泊を含めた山行を考えておくことをおすすめします。(甲武信小屋で一泊など) 長野県側から登る毛木平～千曲川源流を登るルートは難所もなく日帰りのできる一般コースになります(^-^)5月～10月下旬位がシーズン(季節により残雪あり注意しましょう)

No.5

黒斑山 2,404m(群馬・長野県)日本百名山



浅間山の第一外輪山の最高峰です！浅間山の火山活動が活発化し登山禁止になった場合などは黒斑山に登山を切り替える人も多いようです(^-^)
車坂峠からトーマの頭⇒浅間山外輪山(黒斑山⇒蛇骨岳⇒仙人岳)登山コースが一般的なコースでしょうか！コースタイムは往復で5時間は見ておくとよいでしょう！概ね危険箇所も少なく安全な日帰り登山が楽しめます。5月～11月上旬位がシーズン(季節による残雪注意！)

No.6

太郎山 2,367m(栃木県)



男体山・女峰山と共に日光三山のひとつです。男体山(父)と女峰山(母)の子供(太郎)という意味があるようですね！そう思うとかわいい感じがしますが(^^; コースとしては**山王帽子山登山口～山王帽子山～小太郎山～太郎山の往復コース**が一般的かな？小太郎山から太郎山に向かう間に岩稜地帯があり慎重に歩を進めて欲しい又、残雪などがある場合初心者などは無理せず引き返すこと 5月中旬～10月下旬位がシーズン(季節により残雪あり注意！特に小太郎山～太郎山の岩稜地帯)

No.7

至仏山 2,228m(群馬県)日本百名山



尾瀬ヶ原の西端に鎮座し燧ヶ岳と共に尾瀬を代表する山になりますね！名前の由来は渋沢という沢からきているという説が定説のようです山岳宗教かな？と思ったらそうではないんですね(^^;

コースとしては**見晴十字路～至仏山コース**で5時間半程度を見ておくと良いでしょう！5月上旬～6月下旬まで入山規制があるようです情報収集をしておくといいですね！閉山解除は通常7月1日ようです。又、7月上旬は積雪も多くアイゼンなどが必要な所もあるようですね！慎重な登山が要求されます計画はしっかりですね！

No.8

草津白根山 2,160m(群馬県)日本百名山



白根山（湯釜）、逢の峰、本白根山を合わせた総称を「草津白根山」と呼んでいます。特に本白根山は本格的な登山が味わえますね(^-^) コースは**白根火山ロープウェイ山頂駅からロープウェイを利用し、鏡池・本白根山分岐～本白根山遊歩道最高地点を往復**するコースが一般的かな！3時間半を見ておくと安心です。残雪期は登山道がわかりにくい慎重に！シーズンは5月下旬～10月下旬位。現在、火山警戒レベル2（火口から概ね1Kmの範囲内）なので、十分な注意が必要です。

No.9

武尊山 2,158m(群馬県)日本百名山



北アルプスの穂高岳と区別するため上州武尊山とも呼ばれているようです！8つの峰からなる最高峰の主峰になります。 コースは日帰りで**裏見ノ滝→剣ヶ峰山→武尊山→手小屋沢避難小屋→裏見ノ滝**コースでたっぷり7時間は見ておくといいでしょう！残雪も多いので時期的には情報収集が必要です。日帰りとはいえ行動時間が長くなるのでなるべく早朝からの登山をおすすめします。シーズンは5月下旬～10月下旬位です。

No.10

皇海山 2,144m(栃木県)日本百名山



「すかいさん」と読めない人も多のでは？地名が由来の元になっているようですが誤読などもあって今の山名になっているのが面白いですね(^-^) コースとしては栃木県側の銀山平から登るコースと**群馬県側の不動沢ルート**の2つですが群馬県側からのルートが一般向けです。栃木県側からも入る登山者もいますが経験者が多く初心者にはおすすりめできません。不動沢ルートの場合で5時間半をみておくと思います！シーズンは5月中旬～10月下旬位。ルート名通り沢登りようなところがあり足場がよくない所が多々あります慎重に歩を進めましょう！

以下、11位～20位までの標高の高い山(百名山含む)

11位：平ヶ岳 2,141m(群馬・新潟県)日本百名山

12位：白砂山 2,140m(群馬・長野・新潟県)

13位：帝釈山 2,060m(栃木・福島県)

14位：白石山 2,036m(埼玉県)

15位：仙ノ倉山 2,026m(群馬・新潟県)

16位：雲取山 2,017m(東京・神奈川・埼玉県)日本百名山

17位：谷川岳 1,977m(群馬・新潟県)日本百名山

18位：巻機山 1,967m(群馬・新潟県)日本百名山

19位：那須岳 1,915m(栃木県)日本百名山

20位：赤城山 1,828m(群馬県)日本百名山

まとめ

シーズンは5月～10月位がベストシーズ！頂上ではアルプスにも負けない展望の山がたくさんありますね！しっかり情報を収集し計画を立てて山行に出掛けてみてはいかがでしょうか？魅力の山が目白押しですよ(^-^)