

# 山のジャンルいろいろ



山の中に湧く温泉も山の楽しみの一つ  
 通年営業では日本最高所ハヶ岳本沢温泉。内湯は源泉が別



高天原温泉は北アルプス屈指の秘湯  
 通常、到着に3日掛かると言われる（超健脚なら日帰りも）



白馬鑓温泉。東方面に開け、日の出時の入浴にも定評あり  
 夏は山小屋が立ち、残雪期は自由に入れる。雪崩に注意



自分で湯船を作って入る湯俣温泉。源泉で温泉たまごも可  
 何れも歩いてしか行けない山の中の秘湯



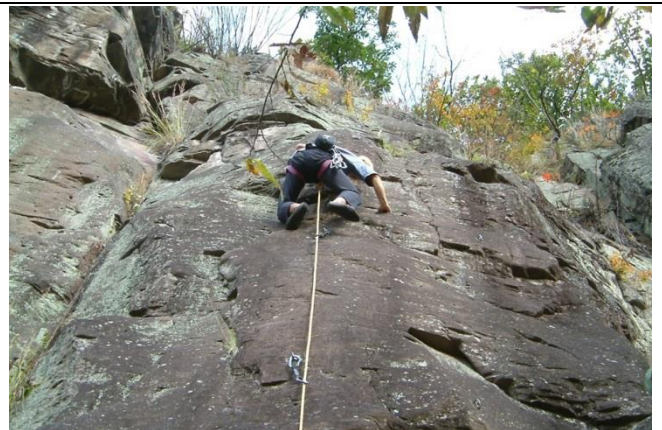
時には奥深い山の中へ入る溪流釣りも山の楽しみ  
 こんな所まで！驚くほど奥地まで魚は棲む。溪や瀬も様々



釣ったイワナをその場で焚き火しての塩焼きも最高  
 （その写真を載せたいが、写りの悪い昔の写真しか無く）



人気も高まっている沢登りも山ジャンルの一つ  
 釣行と組み合わせも良い。写真は比較的易しい焼山沢



ご存知、0室の鳶岩。難度の高いルートも多い。写真は  
 ルート開拓主宰アートウォール(真島町川合)の森山先生





ロープワークやクライミング技術習得で幅も広がる  
より安全に楽しむ上で応急手当と共に身に付けておきたい



大自然の中を滑るバックカントリースキー  
近年は安易な入山や遭難も問題になっている。大喰岳にて



雪ブロックを積み上げて作るイグルー  
即席のエスキモーハウスのようなもの



雪を掘って作る雪洞泊も楽しい。内部は意外と寒くなく、  
どんなに吹雪いてもへっちゃら。写真は根子岳



かまぐらを作って泊まる  
スノーシューハイキングも楽しい。戸隠奥社にて



山を走るトレイルランニングも近年では人気  
鏡池を忍者に仮装したランナーが走る。第1回戸隠大会



日本屈指の完走難度を誇る富士登山競走は山頂がゴール  
今年で69回目と歴史ある大会。最近では異様に人気も高い



奥多摩で行われる日本山岳耐久レース（通称ハセツネ）  
15年前のこの年にトランスジャパンアルプスレースも発足