



今年の夏は北陸の山歩きを楽しもう!

# 石川県のおすすめ山リスト

たくさんの高山植物を観察したり、山頂からの絶景を望んだり、自然豊かな石川県の山を歩いてみませんか? 夏はもちろん、季節を変えて訪れたくなる山を紹介します!



Yama list 2

## 三方岩岳

[1,736m / 白山市・白川村]

**白** 山国立公園内にあり、石川県と岐阜県の県境に位置する山。飛騨岩、越中岩、加賀岩と三方を岩壁に囲まれていることが山の名の由来となっている。白山白川郷小アイトロード内のふたつの柱石場からは、だれもが気軽に山頂を展望することができ、その山頂からは眼前に日本三名山の白山の北斜面、天候に恵まれれば立山浄光寺から、北岳、御嶽山までの山並みを一望、本格的な登山気分を楽しむことができる。春から秋にかけて、登山道沿いでは多くの山野草が見られ、秋には桜井溪谷に雲河にかかる日も多く、これを目当てに訪れる人も多い。



三方岩岳には、ニッコウキスゲをはじめ、春から夏に観察できる高山植物がたくさん。山頂へ行く道中に自生しているため、珍しい花々が人気。気軽に高山植物を探し求めるのも魅力のひとつ

- 計2時間30分
- 梅の木台駐車場
- ふくへ谷上園遊路登山口
- 分岐点
- 三方岩岳
- 1,736m

### advice

JR幸沢駅から梅の木台駐車場(50台、無料)まで、タクシーで約1時間30分。車の場合、北陸自動車道・小松ICから約1時間40分。白山白川郷小アイトロード運行あり(軽自動車1,400円、普通自動車1,700円)



Yama list 3

## 遣水観音山

[402m / 能美市]

**か** つは女人禁制の修行の場であり、白山信仰の霊場として知られている山。比較的緩やかな道が多いため、子ども連れや初心者でも歩きやすい。山頂からは加賀平野や日本海を一望することができ、白山山系が見られる穴場スポットもある。遣水観音山は多様な樹木や草花をじっくり観察するのが特長で、タイミングが合えばニホンカマシカなどのめずらしい動物にも会えることも。9月下旬から10月上旬にかけて「女かの祭り」を開催するのも魅力。登山口には平成の名水百選に選ばれた遣水観音湧水があり、水汲みに訪れる人も多い。



季節ごとにさまざまな植物を観察することができるのが魅力。6月から7月にかけてはモリアオガエルやエゾアジサイ、8月から10月ごろにはアキギリなどを観察することができる

- 計3時間
- 遣水観音山
- 1,402m
- 九社舎
- 遣水観音山
- 1,402m
- 遣水観音山
- 1,402m
- 遣水観音山
- 1,402m

### advice

JR幸沢駅から遣水観音山まで、タクシーで約30分。車の場合、北陸自動車道・美川ICから約20分。無料駐車場(10台)あり。コース途中にある分岐点「つばね新道」より「仏大寺公園」に向かえばトイレあり

Yama list 1

## 白山

[2,702m / 白山市]



石川、福井、岐阜、富山の4県にまたがり、日本3名山のひとつとしても知られている名峰。数十年前から、絶頂の噴火をくり返したことからいまの姿になった。白山は古くから山岳信仰の対象とされており、やがて登山という形に変化し、山頂に登る登山道が開かれたと言われている。ふもとの白山比咩神社は、霊峰白山を御神体とする全国の白山神社の総本宮であり、これを目当てに足を運ぶ人も多い。そのような背景から多くの登山者に愛され続けてきた白山だが、一帯の魅力として挙げられるのは、白山聖堂付近に自生するたくさんの高山植物。7〜8月頃には山肌を垣めるように高山植物が咲き誇るため、植物観察を楽しむために人がびったり。白山登山バスを利用する場合は日帰り登山が難しいので、空室で一泊してゆとりをもって山歩きを楽しむプランもおすすめ。

### めずらしい高山植物も!



イワキキョウ、ハクサンコザクラ、クロユリ、キヌガサソウ、ハクサンアフラ



右: 白山比咩神社の境内は登山客の姿でも歩きやすい。左: 白山登山の起点とされることの多い「別当谷」にある大きな湧き



白山山頂でもっとも大きな池である御池。噴火によって形成された火口湖であり、透きとおるコバルトブルーの水面が美しい

### advice

JR金沢駅から白山登山バスに乗り、市ノ瀬まで下車。市ノ瀬から別当谷までシトルバス(有料)を利用して、約2時間。車の場合、北陸自動車道・金沢ICから約1時間半。無料駐車場(200台)あり。トイレあり

- 計7時間50分
- 別当谷合
- 1,402m
- 基之助登山道小池
- 1,402m
- 別当谷合
- 1,402m
- 白山
- 2,702m
- 別当谷合
- 1,402m