

豊潤の森 麗し三嶺 2
ゴールデンコース

劍山國定公園

高知と徳島にまたがり、西日本オ2の剣山と
筆頭に1600mオーバーの美しい山々が連なる。
この稜線からは360°の大パノラマが広がる
雄大な景観を眼にめながら、天空山歩が
楽しめる。

夕彩な光と豊富な水を湛え、多くの
森の生き物を育む豊潤の森だ。

山頂の池は、ほかの山にはない
三嶺の魅力のひとつ。

劍山・高瀬へ

中東山まで 2.2km
石立山まで 6.4km

平和丸

水のこと"も みくまりちゃん
分水嶺に生まれた みくまりちゃん
吉野川に行くのが、物部川を
下るのか。
大きな分かれ道です。

水溜りの中に
虫とじこめる
こともできる。

美しい甘原

ミル沢
分岐
(沢ぞい)

マイナーコースなので
人はめったに通らない。
コンクリートや黄色い杭を目印に
すること。(国有林境界標)

シカの食害 →
ひびい。保護ネット

劍山・次郎^の・三嶺
よく見えて爽快。

大崩壊

ナ株

シルズ
分岐
屋根ざい

山
4m

石立山入

最鞍部

別府(

奥物部の森林は
食糧のヤマ天然林を
産出していた。
藩政時代は土佐藩の
御宝山の中でも最も
すぐれた「御宝山」、
「土佐十宝山」に指定せ
らる人が伐採すると
厳しく禁んでいた。
ヤマは川流による
冲刷が困難なこと
あり、豊かな自然林が
最後まで残った。

明治期から昭和戦前までは
たくさんの人々が山と共に
自然の再生力を生かして
暮らしていた。生活を支えたのが
焼畑農業と炭焼であった。
ヒエアワ、大豆、豆、ソバ、
小麦、利用し、15~20年休
ませ、地力を回復させる。
そんなかたちで山を循環的に
利用し、よりよく暮らしていた。

平和丸
1700.8m

ロマン豊か

水場の
標識

白髮小童

登りをじっくり

菲生越

王冠型の个
三嶺を正面に見る。

カヤハゲ
(東熊山) 1720m

ダケカンバ林

急な のぼり
あえぎながら 思われ
天をあおげば、まるで
空に向かて登っていく
ような 錯覚を 覚える

鎖場

天狗岩

カラハケ谷

フスバヨリ谷

山を歩く。
少しずつ心が軽くなる。
日々の焦りや怒りや
汚れに森の土が
すいとりしてくれる
ように。

10月コメツツシガ
レンガ色に染まる

三嶺の深いふところ
 すごしていると、自分
 ほんとに自然の中の
生態系の輪の中の
 一部なんだなあと
 いうことを感じる。

さおり)が原へ
(又ル谷のナロ)

案内 丈チビくシロ

三嶽の案内犬とい
登山者に愛され
たチビ(♂)が
2013年7月23日 息を
引いた。
1997年生まれ。7年。
はじめて会ったのは2005
12月。はじめて三嶽に
登った時だった。
どんな登山者よりも
三嶽に愛した犬だった。

白髪山は物部川源流部のちよど真ん中。
西半分は西熊溪谷、東半分は別府峡になる。
大橋で二つの川が合流し、物部川となり、
香長平野の里を潤い、おらんくの池、土佐湾
にそそぐ。
山頂からは雄大な1101ラマが広がり、三峯へ
西熊山、石立山方面など美しい山並みが
連なっており、見わたせる。

白髪山登山口~光石登山口 6.6km
 " ~大栃 29.0km

2013.12.15