























# Berge Japan

Blatt 210

100 Stück 01 / 05

<p>1</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>りしかざん 利尻山 (北海道) 標高 1,721m. 日本百名山 では、日本最北の山。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>2</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>らうすだん 種白岳 (北海道) 知床半島の最高峰で 標高 1,661m。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>3</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>しゃりだけ 斜里岳 (北海道) 標高 1,547m. 裾野が優美 に延びる名山。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>4</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>めあかんだけ 雌阿寒岳 (北海道) 標高 1,499m. 近くには 雌阿寒温泉がある。 <b>スミヤクダ</b></p>
<p>5</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>たいせつざん 大雪山 (北海道) 北海道最高峰の山。 標高 2,291m。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>6</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>とむらうしやま トムラウシ山 (北海道) 付近一帯は新巻麦の産地。 標高 2,141m。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>7</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>じゅうだけ 十勝岳 (北海道) 真正正統の活火山、標高 2,077m。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>8</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>ぼろしりだけ 幌尻岳 (北海道) 登頂が難しい孤高の山として 知られる。標高 2,062m。 <b>スミヤクダ</b></p>
<p>9</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>うつふしやま 後方羊蹄山 (北海道) 蝦夷富士とも呼ばれる。 標高 1,899m。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>10</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>いわきざん 岩木山 (青森県) 標高 1,625m. 浮城富士 とも呼ばれる。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>11</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>やましろざん 八甲田山 (青森県) 花々の美しい温泉が有名。 標高 1,586m。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>12</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>はちろざん 八幡平 (岩手県・秋田県) 標高 1,619m. 花の名山 としても名高い。 <b>スミヤクダ</b></p>
<p>13</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>いわてざん 岩手山 (岩手県) 岩手富士・両子片富士とも 呼ばれる。標高 2,038m。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>14</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>むろざん 早池峰山 (岩手県) 高山植物の種類が多い北上山 地の名峰。標高 1,917m。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>15</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>うつふしやま 烏海山 (秋田県・山形県) 庄内富士とも呼ばれる東北の 名山。標高 2,296m。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>16</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>がっざん 月山 (山形県) 出羽三山信仰で知られる 霊山。標高 1,984m。 <b>スミヤクダ</b></p>
<p>17</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>あさひだけ 朝日岳 (山形県・新潟県) 標高 1,871m. 豪雪がもたら した原生林が美しい。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>18</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>さざいざん 蔵王山 (宮城県・山形県) 人気のある山で、特に紅葉シーズン は観光客が多い。標高 1,841m。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>19</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>おしだいだけ 大日岳 (山形県・福島県・新潟県) 登頂には高度な技術が必要。 標高 2,128m。 <b>スミヤクダ</b></p>	<p>20</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>しあつまやま 西吾妻山 (山形県・福島県) 標高 2,035m. 吾妻山は 2,000m近い峰々の集合体。 <b>スミヤクダ</b></p>

























# Berge Japan

Blatt 211

100 Stück

02 / 05

<p>21</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>あなたらやま 安達太良山 (福島県) 「蕎麦子」にも自産する福島 の名山。標高1,700m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>22</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>はちまんたいざん 磐梯山 (群馬県) 空庭でも取れる「いるる」名山。 標高1,816m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>23</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>あいづこまがたけ 会津駒ヶ岳 (福島県) 標高2,133m。空々とそび える山容の名山。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>24</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>なすだけ 那須岳 (福島県・栃木県) 百名山では茶臼岳を指す。 標高1,915m。 <b>スミヤータ</b></p>
<p>25</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>えちこまがたけ 越後駒ヶ岳 (新潟県) 越後駒で知られる越後三山の 主峰。標高2,003m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>26</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>ひらかたけ 平ヶ岳 (新潟県・群馬県) 山頂部は温泉が広がり景色 が美しい。標高2,141m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>27</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>まさほたけ 巻機山 (新潟県・群馬県) 夏、頂上付近の花畑は人気が 高い。標高1,967m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>28</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>ひだかたけ 燧ヶ岳 (福島県) 標高2,356mで東北以北 の最高峰の山。 <b>スミヤータ</b></p>
<p>29</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>しろつたん 至仏山 (群馬県) 標高2,228m。花の名山 として名高い。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>30</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>たにがたけ 谷川岳 (新潟県・群馬県) 一の谷沢の大岩壁は1,000m。1 歩みがある。標高1,977m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>31</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>あまかぜりやま 雨飾山 (新潟県・長野県) 山麓の小谷温泉も魅力の 一つ。標高1,963m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>32</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>なえばさん 苗場山 (新潟県・長野県) 広大な山頂温泉が魅力。 標高2,145m。 <b>スミヤータ</b></p>
<p>33</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>みょうこうざん 妙高山 (新潟県) 山頂部からの展望が魅力。 標高2,454m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>34</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>ひろやま 火打山 (新潟県) 高山植物が咲く名山。 標高2,462m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>35</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>たかつやま 高妻山 (新潟県・長野県) 山岳信仰の修験の山。 標高2,453m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>36</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>なんたいざん 男体山 (栃木県) 頂上からの360度の眺望が 魅力。標高2,486m。 <b>スミヤータ</b></p>
<p>37</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>ひだしろねさん 日光白根山 (栃木県・群馬県) 北関東最高峰の山。 標高2,678m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>38</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>すかいざん 皇海山 (栃木県・群馬県) 全山が樹林に覆われ、東西に長い 後背をもつ。標高2,144m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>39</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>ほたかやま 武尊山 (群馬県) 過去は山の修験者の道場とし て有名。標高2,158m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>40</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>あかぎやま 赤城山 (群馬県) 標高1,828m。山容は標高 以上に雄大。 <b>スミヤータ</b></p>
























# Berge Japan

# Blatt 212

100 Stück 03 / 05

<p>41</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>もしろなだけ 本白根山 (群馬県) 標高 2,171m。新日火山で 構成される大きな山。 <b>スジャータ</b></p>	<p>42</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>あすまやさん 四阿山 (群馬県・長野県) 山麓には広々とした牧場が多く ある。標高 2,354m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>43</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>あさやま 浅間山 (群馬県・長野県) 関東を代表する山の一つ。 標高 2,568m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>44</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>つくばさん 筑波山 (茨城県) 万葉集にも詠まれた名峰。 標高 877m。 <b>スジャータ</b></p>
<p>45</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>しろやまだけ 白馬岳 (長野県・富山県) 大雪渓・高山植物と魅力が 多い名山。標高 2,932m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>46</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>こりゅうだけ 五竜岳 (長野県・富山県) 頂上一帯が巨岩に覆われ風情 のある山容。標高 2,814m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>47</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>かしまりかだけ 鹿島槍ヶ岳 (長野県・富山県) 後立山連峰の中央に聳える。 標高 2,889m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>48</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>つるぎだけ 剣岳 (富山県) 岩壁が続く頂上への登頂は 難関。標高 2,999m。 <b>スジャータ</b></p>
<p>49</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>たてやま 立山 (富山県) 古くから信仰の対象となっ た名峰。標高 3,015m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>50</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>やくしだけ 薬師岳 (富山県) 重層感のある山容は迫力が ある。標高 2,926m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>51</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>くろべだけ 黒部五郎岳 (富山県・岐阜県) 花畑もある美しい名山。 標高 2,840m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>52</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>くろだけ 黒岳 (富山県) 別名水晶岳。氷室に似た鉱石が山頂 付近にある。標高 2,966m。 <b>スジャータ</b></p>
<p>53</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>はちりょだけ 鷲羽岳 (長野県・富山県) 北アルプス最深部に聳える。 標高 2,924m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>54</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>やりだけ 槍ヶ岳 (長野県・岐阜県) 頂上付近の岩盤が特徴で存在 感がある。標高 3,180m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>55</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>おくはかだけ 奥穂高岳 (長野県・岐阜県) 日本第三位の高峰。 標高 3,190m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>56</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>じょうゆんだだけ 常念岳 (長野県) 頂上からは槍ヶ岳・穂高岳を 眺望できる。標高 2,857m。 <b>スジャータ</b></p>
<p>57</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>かさかだけ 笠ヶ岳 (岐阜県) 美しい笠型の山容が特徴。 標高 2,898m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>58</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>やけだけ 焼岳 (長野県・岐阜県) 頂上から上高地・穂高連峰を 眺望できる。標高 2,455m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>59</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>のくらだけ 乗鞍岳 (長野県・岐阜県) 多くの高山植物を見ることが 出来る山。標高 3,026m。 <b>スジャータ</b></p>	<p>60</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>おんだだけ 御嶽山 (長野県・岐阜県) 山岳宗教の聖地の美しい山。 標高 3,067m。 <b>スジャータ</b></p>

























# Berge Japan

## Blatt 213

100 Stück 04 / 05

<p>61</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>うつくしきはら 美ヶ原 (長野県) きれいなアルプスを頂上から眺める ことができる。標高 2034m。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>62</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>さきのがねら 霧ヶ峰 (長野県) 標高 1925m。ニッコウキスゲ の群生が有名。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>63</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>こてしなやま 夢科山 (長野県) 八ヶ岳連峰最北端の独立峰。 標高 2531m。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>64</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>あかだけ 赤岳 (長野県・山梨県) 八ヶ岳連峰は日本アルプスに次ぐ 高峰の集合体。標高 2899m。 <b>スシヤータ</b></p>
<p>65</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>ちようがみせん 両神山 (埼玉県) 標高 1723m。登山には 技術が必要な岩山。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>66</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>くもとりやま 雲取山 (埼玉県・東京都・山梨県) 東京都の最高峰。 標高 2017m。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>67</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>こぶしがたけ 甲武信ヶ岳 (埼玉県・長野県・山梨県) 三県の境に聳える名峰。 標高 2475m。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>68</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>きんぶさん 金峰山 (長野県・山梨県) 頂上に岩塔(五丈岩)を持つ。 標高 2599m。 <b>スシヤータ</b></p>
<p>69</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>みずがきやま 瑞牆山 (山梨県) 岩塔群のある岩峰。 標高 2230m。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>70</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>だいぼさつれい 大菩薩嶺 (山梨県) 標高 2057m。山腹には 花畑が広がる。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>71</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>たんだろせん 丹沢山 (神奈川県) 標高 1567m。丹沢山系最高 峰は怪ヶ岳(標高 1673m)。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>72</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>ふじさん 富士山 (山梨県・静岡県) 日本最高峰(3776m)の山。 世界文化遺産。 <b>スシヤータ</b></p>
<p>73</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>あまきさん 天城山 (静岡県) 主峰は万三郎岳。 標高 1406m。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>74</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>さそこまがたけ 木曾駒ヶ岳 (長野県) 中央アルプスの最高峰。 標高 2956m。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>75</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>うつぎだけ 空木岳 (長野県) 木曾駒ヶ岳の南に聳える 名山。標高 2864m。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>76</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>えなさん 恵那山 (長野県・岐阜県) 古来、山岳信仰の山。 標高 2191m。 <b>スシヤータ</b></p>
<p>77</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>かいてまがたけ 甲斐駒ヶ岳 (山梨県・長野県) 黒戸尾根は日本三大急登。 標高 2967m。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>78</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>せんじょうがたけ 仙丈ヶ岳 (山梨県・長野県) 南アルプスの花の名山。 標高 3033m。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>79</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>かんのがたけ 観音ヶ岳 (山梨県) 霧ヶ岳・横谷ヶ岳・地理ヶ岳を総称して 霧ヶ岳と呼ばれる。標高 2841m。 <b>スシヤータ</b></p>	<p>80</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>きただけ 北岳 (山梨県) 日本第二の高峰。 標高 3193m。 <b>スシヤータ</b></p>

























# Berge Japan

## Blatt 214

100 Stück

05 / 05

<p>81</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>あいのだけ 間ノ岳 (山梨県・静岡県) 北岳、奥鳥岳と白峰三山を 形成する。標高3,180m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>82</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>しおみだけ 権見岳 (長野県・静岡県) 標高3,047m。南アルプスの 中央に聳える。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>83</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>わるとりだけ 善沢岳 (長野県・静岡県) 東岳とも呼ばれる荒川三山 の一山。標高3,141m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>84</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>あかいしだけ 赤石岳 (長野県・静岡県) 山頂から悪沢岳、権見岳、仙丈ヶ岳、 北岳を眺望できる。標高3,121m。 <b>スミヤータ</b></p>
<p>85</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>ひじりだけ 聖岳 (長野県・静岡県) 標高3,013m。風格のある 山容で知られる。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>86</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>てかりだけ 光岳 (長野県・静岡県) 聖岳の南に位置する名峰。 標高2,592m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>87</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>はくせん 白山 (岐阜県・石川県) 北陸の最高峰。 標高2,702m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>88</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>あらしだけ 荒島岳 (福井県) 大野富士とも呼ばれる。 標高1,523m。 <b>スミヤータ</b></p>
<p>89</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>いぶきやま 伊吹山 (岐阜県・滋賀県) 山頂部の花輪が有名な山。 標高1,377m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>90</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>おたけ 大台ヶ原山 (三重県・奈良県) 熊野川、吉野川、室川3本の大河の 源流が流れている。標高1,686m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>91</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>はつかりだけ 八経ヶ岳 (奈良県) 近畿最高峰の山。 標高1,915m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>92</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>だいせん 大山 (鳥取県) 中国地方最高峰。伯耆富士とも 呼ばれる。標高1,729m。 <b>スミヤータ</b></p>
<p>93</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>つるぎさん 刺山 (徳島県) 西日本第二の高峰。 標高1,965m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>94</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>いしづちさん 石鎚山 (愛媛県) 山岳宗教のメッカ。西日本 最高峰(標高1,982m)。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>95</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>れんざん くじゅう連山 (大分県) 峰々が幾重にも重なる。最高 峰は中岳(標高1,791m)。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>96</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>そぼさん 祖母山 (大分県・宮崎県) 頂上からは広大な原生林や、阿蘇山 が見渡せる。標高1,756m。 <b>スミヤータ</b></p>
<p>97</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>あそさん 阿蘇山 (熊本県) 世界最大級のカルデラ火山。 標高1,592m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>98</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>さびしやま 霧島山 (宮崎県・鹿児島県) 春の霧島つつじの美しさが 有名。標高1,700m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>99</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>かいらんだけ 開聞岳 (鹿児島県) 薩摩富士とも呼ばれる奇麗な 山容を持つ。標高924m。 <b>スミヤータ</b></p>	<p>100</p>  <p>日本の山100選 乳脂肪5%</p> <p>みやのうらだけ 宮之浦岳 (鹿児島県) 屋久島にある九州の最高峰。 標高1,936m。 <b>スミヤータ</b></p>