

# 上野原だより



令和4年10月11日



## 上野原市内の登山情報

### 三頭山の登山について



上野原市内にはたくさんのハイキングや登山コースがありますが、今回は初級者から中級者向けの「三頭山登山道」についてご紹介をします。

このコースは、往復7～8時間程度で登山が可能です。傾斜が急な場所もありますが、三頭山山頂では、晴れていれば富士山を見ることもでき、素晴らしい眺望となっています。

気温が低くなってきているので防寒対策を忘れずに。

#### ●登山におけるポイント

秋から冬は気温の変化と体温調節に気を付けて下さい

夏山に比べて汗はかきにくいですが、早めに、小まめに脱ぎ着できる服装がおすすめです。

手袋、耳当て、マフラーなどの体温調整できる小物をうまく活用し、肌に直接触れるインナーも保温性・通気性・速乾性・防臭性に優れたものを選ぶことをおすすめします。

## 山梨県上野原警察署

〒409-0112

山梨県上野原市上野原3819

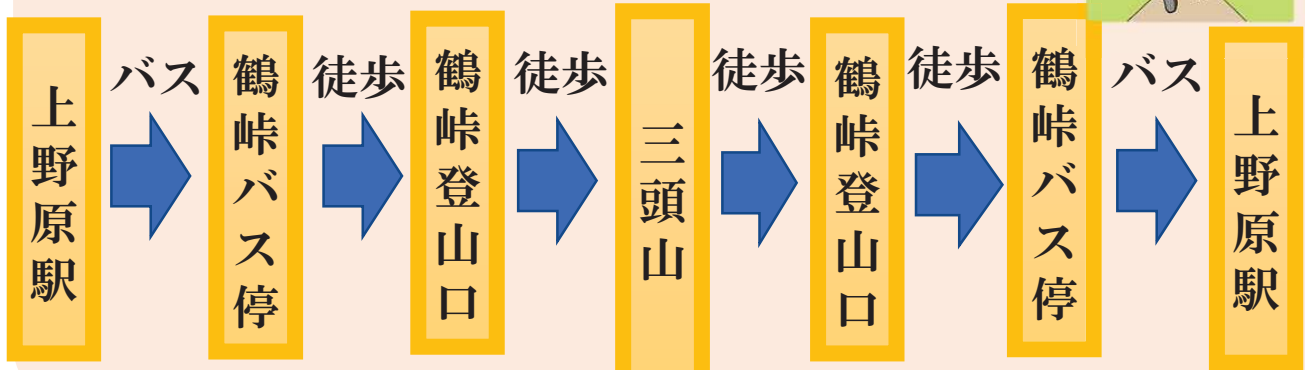
電話番号0554(63)0110



山梨県警察HP

# 鶴峠登山口から三頭山登山について

## 電車利用の場合



## ● 所要時間

## ※ 車両利用の場合

鶴峠頂上部にある駐車場を利用して下さい。

- |                      |     |
|----------------------|-----|
| ①鶴峠登山口～作業道分岐①と②      | 10分 |
| ②分岐広場（登り）            | 20分 |
| ③鶴峠・オマキ平分岐を三頭山方面（登り） | 30分 |
| ④「鶴峠～鶴峠分岐コース」方面（登り）  | 30分 |
| ⑤鶴峠分岐（ほぼ平坦）          | 70分 |
| ⑥御堂峠（登り）             | 40分 |
| ⑦三頭山山頂（ほぼ平坦）         | 5分  |
| ⑧御堂峠（下り）             | 40分 |
| ⑨鶴峠分岐（ほぼ平坦）          | 70分 |
| ⑩「鶴峠～鶴峠分岐コース」方面（下り）  | 30分 |
| ⑪鶴峠・オマキ平分岐を三頭山方面（下り） | 30分 |
| ⑫分岐広場（下り）            | 20分 |
| ⑬作業道分岐①と②～鶴峠登山口      | 10分 |

※所要時間 7～8時間程度

## 山梨県上野原警察署

〒409-0112

山梨県上野原市上野原3819

電話番号0554(63)0110



山梨県警察HP

# 三頭山登山のポイント



鶴峠頂上部の駐車スペース



鶴峠設置のトイレの状況



三頭山登山口の状況



鶴峠・オマキ平分岐の状況



## ポイント1

鶴峠頂上部には、車両が3～4台程度駐車可能なスペースがあります。

駐車場付近にはトイレがありますが、トイレ前には、バスの転回場所となっているので、駐車しないよう注意して下さい。

## ポイント2

三頭山登山道の入口は、鶴峠に設置されているトイレ付近にあります。

三頭山登山道入口は草木が生い茂っており歩きづらくなっているため南方にある作業道から登ることをおすすめします。

## ポイント3

登山道は、源流トレイルランコースにも使用されており、道は歩きやすく、道標も分かりやすくなっています。

## 山梨県上野原警察署

〒409-0112

山梨県上野原市上野原3819

電話番号0554(63)0110



山梨県警察HP



# 三頭山登山のポイント



## ポイント4

「鶴峠～鶴峠分岐コース」は、鶴峠分岐までほぼ平坦で整備された道となっています。

一方、「三頭山～オマキ平コース」はアップダウンを繰り返す、やせ尾根で、短いが急な登り下りとなっています。

「鶴峠～鶴峠分岐コース」、「三頭山～オマキ平コース」分岐の状況



鶴峠分岐の状況

## ポイント5

鶴峠分岐までは、ほぼ平坦な登りやすい道となっています。

ここでも、道標があり分かりやすい道になっているので安心して登って下さい。



御堂峠の状況

## ポイント6

鶴峠分岐から御堂峠までは登りが続きます。

三頭山頂上まで、あと少しです。



三頭山山頂の状況

## ポイント7

三頭山頂上では、天気が良ければ富士山が見えるはずなのですが、写真撮影時はあいにくの天気で見ることが出来ませんでした。



## 山梨県上野原警察署

〒409-0112

山梨県上野原市上野原3819

電話番号0554(63)0110



山梨県警察HP