

## しま山 100 選



島にある山の個性や魅力にスポットを当て、(公財)日本離島センターにより100の「しま山」が選定されました。本シリーズでは毎号1座ずつ、しま山の魅力を紹介します。美しい山の姿はもちろん、標高や植物、周辺情報など、実際に訪れたライターによる紀行文をお楽しみください。

登山口へのアクセス情報やおすすめ時期も掲載。

しま山 100 選《ファイリング方法》

「しま山 100 選」のディバイダーに、番号順(1~100)にファイリングしていきます。

### 【紹介するしま山一覧】

No.	山名	読み方	標高(m)	都道府県	島名
1	礼文岳	れぶんだけ	490	北海道	礼文島
2	利尻山	りしりざん	1721	北海道	利尻島
3	球島山	きゅうじまやま	369	北海道	奥尻島
4	亀山	かめやま	234	宮城県	大島
5	金華山	きんかさん	444	宮城県	金華山
6	大高森	おおたかもり	105	宮城県	宮戸島
7	三原山	みはらやま	758	東京都	大島
8	宮塚山	みやつかやま	508	東京都	利島
9	宮塚山	みやつかやま	432	東京都	新島
10	丸山	まるやま	99	東京都	式根島
11	天上山	てんじょうざん	572	東京都	神津島
12	長滝山	ながたきやま	850	東京都	御蔵島
13	八丈富士	はちじょうふじ	854	東京都	八丈島
14	大凸部	おおとんぶ	423	東京都	青ヶ島
15	乳房山	ちぶさやま	463	東京都	母島
16	八幡山	はちまんやま	101	新潟県	粟島
17	ドンデン山	どんでんやま	940	新潟県	佐渡島
18	灯明山	とうみょうやま	171	三重県	神島
19	大山	おおやま	236	三重県	菅島
20	尾山	おやま	220	滋賀県	沖島
21	石仏山	いしぼとけやま	125	兵庫県	沼島
22	大満寺山	だいまんじざん	608	島根県	隠岐の島・島後
23	高田山	たかたやま	315	島根県	隠岐の島・島後
24	焼火山	たくひやま	452	島根県	西ノ島
25	赤ハゲ山	あかはげやま	325	島根県	知夫里島
26	立石山	たていしやま	169	岡山県	白石島
27	大石山	おおいしやま	185	岡山県	六島
28	大弥山	おおみせん	159	広島県	仙酔島
29	白滝山	しらたきさん	226	広島県	因島
30	太平山	たいへいざん	268	広島県	佐木島
31	神峰山	かんのみねやま	452	広島県	大崎上島
32	一峰寺山	いっぽうじざん	449	広島県	大崎下島
33	十文字山	じゅうもんじやま	309	広島県	豊島
34	七国見山	ななくにみやま	457	広島県	上蒲刈島
35	火山	ひやま	408	広島県	倉橋島
36	古鷹山	ふるたかやま	394	広島県	江田島
37	安芸小富士	あきのこふじ	278	広島県	似島
38	弥山	みせん	535	広島県	厳島
39	金蔵山	きんぞうざん	283	山口県	柱島
40	嵩山	だけざん	618	山口県	周防大島
41	大嶽	おおだけ	271	山口県	平郡島
42	上盛山	かみさかりやま	314	山口県	長島
43	摺鉢山	すりばちやま	229	山口県	笠戸島
44	大津山	おおつやま	174	山口県	大津島
45	高山	たかやま	320	山口県	青海島
46	金比羅山	こんびらさん	148	山口県	蓋井島
47	星ヶ城山	ほしがじょうざん	816	香川県	小豆島
48	星踏山	おうとざん	394	香川県	小豆島
49	檀山	だんやま	340	香川県	豊島
50	遠見山	とおみやま	101	香川県	本島
51	心経山	しんぎょうざん	213	香川県	広島
52	龍王山	りゅうおうざん	297	香川県	高見島
53	城山	じょうのやま	222	香川県	粟島
54	積善山	せきぜんざん	370	愛媛県	岩城島
55	鷲ヶ頭山	わしがとうざん	436	愛媛県	大三島
56	亀老山	きろうざん	308	愛媛県	大島
57	小富士山	こふじざん	282	愛媛県	興居島
58	鳥屋ヶ森	とやがもり	320	愛媛県	九島
59	妹背山	いもせやま	404	高知県	沖ノ島
60	御嶽山	みたけざん	224	福岡県	大島
61	鎮山	ちんやま	187	福岡県	姫島
62	白嶽	しらたけ	518	長崎県	対馬島
63	有明山	ありあけやま	558	長崎県	対馬島
64	岳ノ辻	たけのつじ	213	長崎県	吉岐島
65	丸島の飯森山	まるしまのいもりやま	103	長崎県	度島
66	安満岳	やすまんだけ	536	長崎県	平戸島
67	志々岐山	しじきざん	347	長崎県	平戸島
68	城ヶ岳	しろがたけ	259	長崎県	宇久島
69	番岳	ばんだけ	443	長崎県	中通島
70	山王山	さんのうざん	439	長崎県	中通島
71	遠見番山	とおみばんやま	193	長崎県	奈留島
72	鬼岳	おにだけ	315	長崎県	福江島
73	七ツ岳	ななつだけ	431	長崎県	福江島
74	男岳	おだけ	150	長崎県	嵯峨島
75	鳥峠	からすとうげ	442	熊本県	御所浦島
76	天竺	てんじく	538	熊本県	天草下島
77	遠見山	とおみやま	179	大分県	保戸島
78	遠見場山	とんばやま	185	宮崎県	島野浦島
79	七郎山	しちろうざん	393	鹿児島県	獅子島
80	遠目木山	とおめぎやま	423	鹿児島県	上甕島
81	尾岳	おたけ	604	鹿児島県	下甕島
82	知林ヶ島	ちりがしま	90	鹿児島県	知林ヶ島
83	天女ヶ倉	あまめがくら	238	鹿児島県	種子島
84	硫黄岳	いおうだけ	704	鹿児島県	硫黄島
85	櫓岳	やぐらだけ	620	鹿児島県	黒島
86	太忠岳	たちゅうだけ	1497	鹿児島県	屋久島
87	宮之浦岳	みやのうらだけ	1936	鹿児島県	屋久島
88	フリイ岳	ふりいだけ	235	鹿児島県	口之島
89	御岳	おたけ	979	鹿児島県	中之島
90	御岳	おたけ	796	鹿児島県	諏訪之瀬島
91	大浦展望台	おおうらてんぼうだい	131	鹿児島県	平島
92	御嶽	みたけ	584	鹿児島県	悪石島
93	イマキラ岳	いまきらだけ	292	鹿児島県	宝島
94	湯湾岳	ゆわんだけ	694	鹿児島県	奄美大島
95	越山	こしやま	188	鹿児島県	沖永良部島
96	城山	ぐすくやま	172	沖縄県	伊江島
97	高月山	たかつきやま	131	沖縄県	座間味島
98	宇江城岳	うえぐすくだけ	310	沖縄県	久米島
99	野底岳	のそこだけ	282	沖縄県	石垣島
100	宇良部岳	うらぶだけ	231	沖縄県	与那国島