

A&J NEWS LETTER

MAIN CAMPUS

バギオ周辺 登山におすすめの山7選

～バギオ留学でハイキングを楽しむ～

バギオは涼しい気候と街の景色だけでなく、周辺の山歩きスポットも魅力です。初心者向けから上級者向けまで、個性豊かな山が勢ぞろい。今回は、標高や所要時間もあわせて、挑戦しやすい順に8つご紹介します。

1.Mt. Kalugong (カルゴン)



難易度：★

標高：約1,400m

歩行時間：15-30分

石灰岩の奇岩と芝生広場が印象的な小高い丘。山頂にはカフェがあり、コーヒー片手に360度の展望を満喫できます。サンセットも人気ですが、夕方は霧が出やすいので午前訪問がベスト。アクセスはバギオ中心から車で30～40分。



2.Mt. Yangbew (ヤンビュー)



難易度：★

標高：約1,600m

歩行時間：40-60分

草原の尾根道が広がる、まるで牧歌的な丘陵地。頂上からは雲海と朝焼けのコントラストが美しく、別名「小プラグ」と呼ばれることも。日陰が少なく風が強いので、帽子やウインドブレーカーは必須です。



3. Mt. Sto. Tomas (サント・トマス)



難易度：★★

標高：約2,260m

歩行時間：1-2時間

(車で高所まで進入可)

松林を抜ける道と霧の高原が織りなす幻想的な景観。山頂付近に立つ電波塔群が、自然の中に近未来感を添えます。車でかなり上まで行けるため手軽ですが、未舗装区間や強風には注意。

4. Mt. Ulap (ウラップ)



難易度：★★★★

標高：1,846m

歩行時間：4-5時間



松林から草原へと変化する稜線歩きが魅力。中でも「Gungal Rock」での記念写真は定番。ItogonのAmpucao Barangay Hallからアクセスし、ガイド必須。乾季の早朝スタートが理想です。

5. Mt. Pigingan (ピギンガン)



難易度：★★★★

標高：1,328m

歩行時間：5-6時間



観光客が少なく、静かに山を味わえる穴場。Agnon川流域の大パノラマや棚田、山村の素朴な風景が広がります。アップダウンが長めで日陰が少ないため、十分な水分を携帯する必要があります。

6.Mt. Ugo (ウゴ)



難易度：★★★★★

標高：約2,150m

歩行時間：8-10時間

(日帰り or 1泊2日)

長い松林の尾根歩きが続き、山上の集落や満天の星空にも出会えるロマンあふれるルート。Kayapa~Itogonの縦走が定番で、体力・計画力が求められます。



7.Mt. Pulag (プラグ)



難易度：★★★★★

標高：2,926m

歩行時間：6-8時間

フィリピンで3番目に高い山で、雲海・銀河・草原の頂と三拍子そろった絶景。標高が高く気温も低いため、防寒と高山病対策は必須。事前許可や予約が必要な人気スポットです。



★総括

どの山も、それぞれ違った景色や達成感を味わえるのが魅力です。普段、登山やハイキングにあまり出かけない方も、せっかく山岳都市バギオに留学しているなら、まずは難易度の低い山からチャレンジしてみませんか。自然の中で体を動かす時間は、英語学習の良い気分転換にもなりますし、友人との思い出づくりにもぴったりです。ぜひバギオの山で新しい景色と自分に出会ってみましょう。