

# 登山入門

鍾文振

臺灣是個多山的島嶼，加上幅員狹小，有意無意之間我們就和大小山嶽發生接觸。除非我們有意逃避它，否則只要我們輕易舉頭四望，環繞著我們的都是高低的山脈。由於臺灣的獨特地形，造就了臺灣特有的山地景觀。譬如以此區區小小一方島嶼能立有東亞的第一高峯，可以想見其山勢的雄偉壯麗。而在這些巍巍大山和海岸狹窄平原之間則擠出了無數的中級山脈。即便是這些不被多數人放在心上的中級山不但擁有山的傳統雄偉特色，有的更兼具臺灣獨有的峻峭風格。以台北近郊極為熱門的皇帝殿東西峯為例，以其區區不過數百公尺的高度，竟也已經發生多起奪人性命的山難事件。面對這些不幸事件，除了心中的無限感傷之外，我們也會對這些「屈處」台灣一島的奇山異峯升起無限敬意。雖然，山險惡的一面猙獰至斯，然而山和大自然的其他景觀一樣，有著令人們為之怦然心動的美麗一面。譬如玉山山巔的日出雲海，已不知令多少崇敬它的山客為之絕倒，允為人間的第一仙境。即以雲海為例，在浩渺煙波之中，左右前側分別聳立著突兀崢嶸的玉山東峯南峯，在左稍後方則矗立著玉山北峯，彷彿幻化在洶湧波濤之上的蓬萊仙島。而在海天一線的遠方則點綴著形色各異的奇峯

異巒：北台首嶽的雪山，南台首峻的關山，全台一奇的奇萊北峯，以及東郡大山、東巒大山、無雙、合歡、奇萊、卓社等等大山宛若串串的奇珍異寶，鑲嵌在遠遠的海天線上。大山一脈的雄渾氣色，盡在宛若無垠的雲海之中展露無遺。

臺灣的複雜地形不但造就了數逾貳百的三千公尺以上的巨峯，還形成了無數的中級山峯，譬如列全台八景之一的八仙山（標高 2366 公尺），以滿山楓紅譽滿岳界的馬拉邦山（標高 1406 公尺），號稱初級山的金山角的苗栗觀音山（標高 592 公尺）等等，都是適合初入岳界的「練腳山」，也是單日往返，適合郊遊的名山。然而不分大山、小山，充實的裝備往往是旅途愉快所必備的。單日往返的行程，裝備較為簡單，一頂遮陽的草帽，一壺清水，一份午餐，和一套寬鬆的運動服及運動鞋即可。至於行程在兩天以上的裝備則必需包括：長袖、通風、吸汗的運動衫，登山褲，長的毛襪，膠底含釘狀凸粒的登山鞋、遮陽帽、睡袋、睡墊、帳篷、背包、水壺、燃料用瓦斯器具、餐器、盥洗用具、小刀、地圖、指南針、水電筒、乾糧、手套等等。積雪季節還要加帶冰斧、冰爪、太陽眼鏡等必備用品。在這諸多裝備之

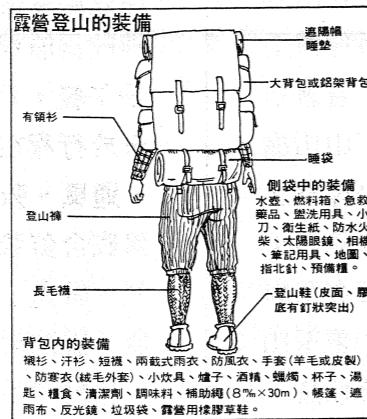
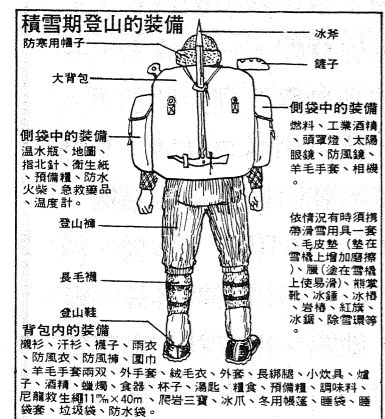
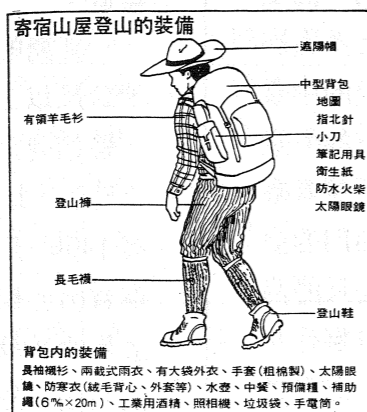
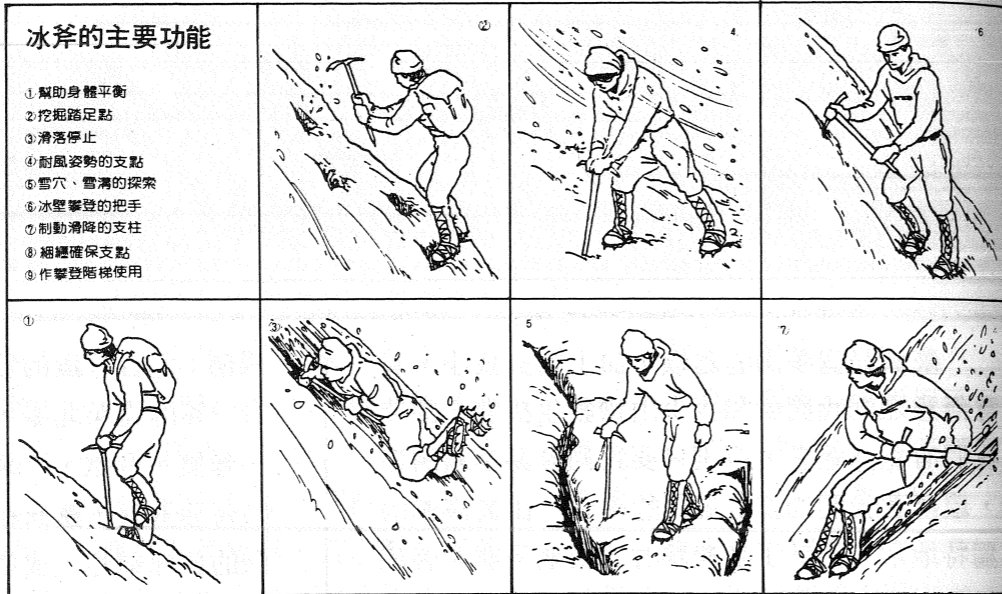
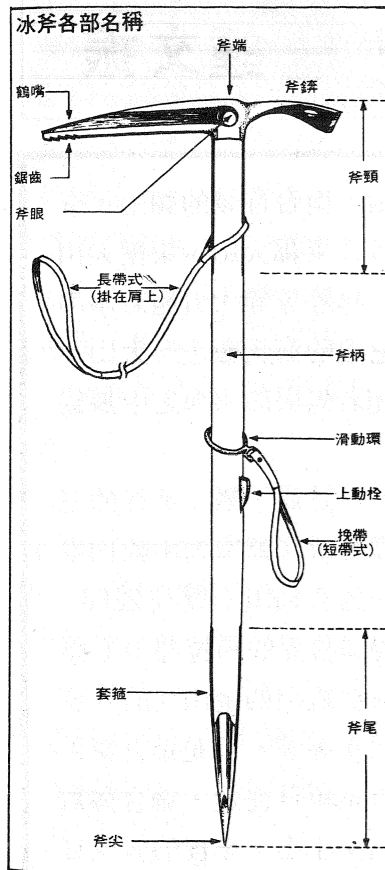
中有兩件是缺少不得的，一是簡易急救箱，一是雨衣。山不分大小有兩項潛在危險是無法避免的，那是蜂蟻等的蟲害和說來就來的山區陣雨。唯有充分的裝備才能確保旅途平安、愉快。

除開裝備之外，認識山的基本常識也是必備的，這可從書本上獲得，而跟隨登山老手在

一次次的登山活動中獲取經驗是更有趣而簡易的方法。有了充足的準備，有了豐富經驗的嚮導，再加上當時的山候氣象作為參考，一次活動就可以展開了。

以下附上一些圖表解說和台灣三千公尺級山岳一覽表，以為有興趣之同學參考。

●本表根據王雲卿所編「台灣山岳一覽表」，並經邢天正、吳澄寬、謝文城等先後校訂。



編號	山名	別名	標高(公尺)	三角點			所在地
				等級	號碼	標高	
0001	玉山	新高山, Mt. Morrison	3997	1		3997.00	南投信義鄉, 嘉義吳鳳鄉, 高縣桃源鄉
0002	玉山東峰	台東新高	3940				高縣桃源鄉, 南投信義鄉
0003	玉山北峰	斗六新高	3920				南投信義鄉
0004	玉山北北峰	北北山	3910				高縣桃源鄉
0005	玉山南峰		3900				高縣桃源鄉
0006	玉山南峰三岔點		3900				高縣桃源鄉
0007	雪山	興隆山, 西魯雅亞山	3884	1		3883.97	中縣和平鄉, 苗栗泰安鄉
0008	秀姑巒山	馬霍拉斯山	3860	2	1691	3860.00	南投信義鄉, 花蓮卓溪鄉
0009	馬博拉斯山	烏拉孟山	3805	森			花蓮卓溪鄉, 南投信義鄉
0010	南湖大山		3740	1		3740.31	花蓮秀林鄉, 中縣和平鄉
0011	凱蘭特崑山	卡南達崑山	3735				中縣和平鄉, 苗栗泰安鄉
0012	大水窟山		3724				南投信義鄉, 花蓮卓溪鄉
0013	東小南山		3709	3	7541	3709.00	高縣桃源鄉
0014	中央尖山		3703	3	6015	3703.35	花蓮秀林鄉, 中縣和平鄉
0015	雪山北峰	羽利羽利山, 雲塔夏山	3702	3	6305	3701.76	中縣和平鄉, 苗栗泰安鄉
0016	甘木林山	馬特蘭山, 三六九〇峰	3690				中縣和平鄉
0017	凱蘭特崑北山		3686				中縣和平鄉, 苗栗泰安鄉
0018	雪山北角峰	北稜角	3680				苗栗泰安鄉, 中縣和平鄉
0019	關山		3666	2	1674	3666.22	高縣桃源鄉, 台東海端鄉
0020	南湖東峰		3639				宜蘭南澳鄉, 花蓮秀林鄉, 中縣和平鄉
0021	穆特勒布山	牟特多布山	3620				中縣和平鄉, 苗栗泰安鄉
0022	玉山小南峰		3615				高縣桃源鄉
0023	奇萊主山北峰		3605	1			花蓮秀林鄉
0024	翠池三岔山	翠池山	3600				苗栗泰安鄉, 中縣和平鄉
0025	中央尖山東峰		3600				中縣和平鄉, 花蓮秀林鄉
0026	向陽山	紅葉山	3600	3	7529	3600.13	高縣桃源鄉, 台東海端鄉
0027	大劍山	巴多瓦諾敏山	3593	3	6610	3592.56	中縣和平鄉
0028	南湖大山北峰		3580				中縣和平鄉, 宜蘭南澳鄉
0029	塔比拉山	馬利加南山	3577	森			花蓮卓溪鄉, 南投信義鄉
0030	南湖中南峰		3575				高縣秀林鄉
0031	雲峰		3562	2	1684	3561.85	高縣桃源鄉
0032	奇萊主山		3559	3	5984	3558.92	南投仁愛鄉, 花蓮秀林鄉
0033	南湖東北峰		3553				宜蘭南澳鄉, 中縣和平鄉
0034	南湖北山	巴油山	3535	3	6330	3535.14	中縣和平鄉, 宜蘭南澳鄉, 宜蘭大同鄉
0035	雪山南峰		3532				中縣和平鄉
0036	品田山	波秦西崙山	3529				中縣和平鄉, 新竹尖石鄉
0037	大雪山		3529	2	1545	3528.88	中縣和平鄉
0038	玉山西峰	西山	3528				嘉義吳鳳鄉, 南投信義鄉
0039	南湖東南峰		3526				宜蘭南澳鄉, 花蓮秀林鄉
0040	奇峻山		3517				苗栗泰安鄉, 中縣和平鄉
0041	素密達山	詩美塔山	3517				中縣和平鄉, 苗栗泰安鄉
0042	南湖大山南峰		3516				花蓮秀林鄉, 中縣和平鄉
0043	頭鷹山		3508	3	6612	3508.38	中縣和平鄉, 苗栗泰安鄉
0044	大霸尖山		3505	2	1540	3504.56	苗栗泰安鄉, 新竹尖石鄉
0045	南湖陶塞峰		3500				宜蘭南澳鄉, 花蓮秀林鄉
0046	馬里亞文路山		3497				花蓮卓溪鄉, 南投信義鄉
0047	三叉山	霞雪沙山	3494	1		3493.70	高縣桃源鄉, 花蓮卓溪鄉, 台東海端鄉
0048	東郡大山		3487	1		3487.00	南投信義鄉
0049	駒盆南山		3471				南投信義鄉
0050	雪山西南峰		3462				中縣和平鄉

編號	山名	別名	標高 (公尺)	三角點			所在地
				等級	號碼	標高	
0051	布秀蘭山		3460				中縣和平鄉, 苗栗泰安鄉, 新竹尖石鄉
0052	無明山	屈社山	3449	2	1450	3449.39	花蓮秀林鄉, 中縣和平鄉
0053	巴巴山		3448	3	6339	3447.60	中縣和平鄉, 花蓮秀林鄉
0054	小霸尖山		3445				苗栗泰安鄉
0055	鬼門關山		3440				花蓮秀林鄉, 中縣和平鄉
0056	馬里亞文路東峰		3440				南投信義鄉, 花蓮卓溪鄉
0057	雲峰東山		3440				花蓮卓溪鄉, 高縣桃源鄉
0058	向陽北山		3440				高縣桃源鄉, 台東海端鄉
0059	匹匹達山		3431				中縣和平鄉, 苗栗泰安鄉
0060	馬西山	博蘭山, 西夏山	3429	1			花蓮卓溪鄉
0061	北合歡山		3422	2	1451	3421.98	南投仁愛鄉, 花蓮秀林鄉
0062	釜碗山西峰		3421				中縣和平鄉
0063	巴紗拉雲山		3420				苗栗泰安鄉, 新竹尖石鄉
0064	關山北峰	中關山	3417				高縣桃源鄉, 台東海端鄉
0065	合歡主山		3416	3	6388	3416.06	南投仁愛鄉
0066	東合歡山		3416				南投仁愛鄉, 花蓮秀林鄉
0067	烏達佩山	宇他北山	3416				南投信義鄉
0068	八通關山		3404	森			南投信義鄉
0069	卡羅樓山		3403				花蓮秀林鄉, 南投仁愛鄉
0070	大雪山北峰		3402				苗栗泰安鄉, 中縣和平鄉
0071	布陳西崙山	新達山	3400				中縣和平鄉, 新竹尖石鄉
0072	中霸尖山		3400				新竹尖石鄉, 苗栗泰安鄉
0073	中央尖山西峰		3400				中縣和平鄉, 花蓮秀林鄉
0074	奇萊池山		3400				花蓮秀林鄉, 南投仁愛鄉
0075	南大水窟山		3399	森			南投信義鄉, 花蓮卓溪鄉
0076	可樂可樂安山	尖郡山	3397				南投信義鄉
0077	八通關山東峰	馬乃可山	3390				南投信義鄉
0078	黃當擴山南峰		3388				南投信義鄉
0079	塔比拉東山	馬利加南東山	3385				南投信義鄉, 花蓮卓溪鄉
0080	東霸尖山	龜甲山	3381				新竹尖石鄉
0081	南玉山		3381	2	1685	3380.63	高縣桃源鄉
0082	奇萊裏山	杜瓦拉斯山	3380				花蓮秀林鄉, 南投仁愛鄉
0083	郡東山		3380				南投信義鄉
0084	弓水山	咁木哇浪山	3379				中縣和平鄉, 苗栗泰安鄉
0085	畢祿山		3370	3	6368	3370.00	花蓮秀林鄉, 南投仁愛鄉
0086	東轆大山		3360				南投信義鄉
0087	櫛山	瓦哈西般山	3360				南投信義鄉
0088	奇萊主山南峰		3357	2	1469	1467.23	南投仁愛鄉, 花蓮秀林鄉
0089	磐石山西峰		3357				花蓮秀林鄉
0090	能高山南峰		3349	2	1453	3348.51	花蓮秀林鄉, 南投仁愛鄉
0091	卓社大山		3343	2	1455	3343.30	南投仁愛鄉, 南投信義鄉
0092	白姑大山	白狗大山	3441	1		3340.62	南投仁愛鄉, 中縣和平鄉
0093	鋸山	鋸齒山	3340				花蓮秀林鄉
0094	本鄉山	李利哈耶山	3340				南投信義鄉
0095	巴都服山		3338				宜蘭南澳鄉, 宜蘭大同鄉
0096	新康山	新關山	3335	森			花蓮卓溪鄉
0097	南雙頭山		3333				花蓮卓溪鄉, 高縣桃源鄉
0098	志佳陽大山		3327	3	6303	3287.35	中縣和平鄉
0099	桃山		3324	3	6327	3323.59	中縣和平鄉, 新竹尖石鄉
0100	布千山		3323				花蓮卓溪鄉

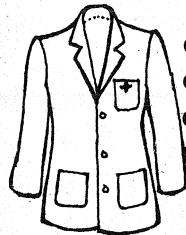
編號	山名	別名	標高 (公尺)	三角點			所在地
				等級	號碼	標高	
0101	佳陽山	阿都般山	3313	2	1462	3313.32	中縣和平鄉
0102	天南克朗山	橫郡山	3310				南投信義鄉
0103	火石山		3308	3	6613	3308.35	苗栗泰安鄉, 中縣和平鄉
0104	油婆蘭山	推論山	3304	3	6311	2799.86	中縣和平鄉
0105	巴巴山南峰		3302				中縣和平鄉, 花蓮秀林鄉
0106	池有山	塔馬拉普山, 王羅府山	3301	3	6317	3301.26	中縣和平鄉, 新竹尖石鄉
0107	奇萊南南峰	深堀山	3300				南投仁愛鄉
0108	太魯那斯山		3230				花蓮卓溪鄉
0109	伊澤山		3296	3	6251	3295.87	新竹尖石鄉, 苗栗泰安鄉
0110	卑南主山		3293	1		3292.86	高縣桃源鄉, 台東海端鄉
0111	郡大山		3292	2	1684		南投信義鄉
0112	石門山北峰		3286				花蓮秀林鄉, 南投仁愛鄉
0113	千卓萬山		3282	2	1460	3282.28	南投仁愛鄉
0114	太魯閣大山		3282	2	1463	3281.93	花蓮秀林鄉
0115	布伏奇寒山		3280				中縣和平鄉
0116	馬里亞文路北峰		3280				南投信義鄉
0117	鷹子嘴山		3280				台東海端鄉, 高縣桃源鄉
0118	魔保來山		3280	3	7524	2854.68	高縣桃源鄉, 台東海端鄉
0119	轆轤山	馬江之子山	3277	3	7530	3277.11	高縣桃源鄉, 花蓮卓溪鄉
0120	雪山西峰	博可爾山	3274				苗栗泰安鄉, 中縣和平鄉
0121	鈴鳴山		3271	3	6373	3270.85	中縣和平鄉, 花蓮秀林鄉
0122	黃當擴山		3262				南投信義鄉
0123	裏門山		3262				南投信義鄉
0124	能高山		3261	3	5957	3261.36	花蓮秀林鄉, 南投仁愛鄉
0125	白姑西山	白狗大山西峰	3260				南投仁愛鄉, 中縣和平鄉
0126	萬東山西峰	火山	3257	3	5966	2556.66	南投信義鄉, 南投仁愛鄉
0127	屏風山		3248	3	6378	3248.36	花蓮秀林鄉
0128	小關山		3248	2	1668	3247.76	台東海端鄉, 高縣桃源鄉
0129	大南山	塔浪山	3246				苗栗泰安鄉, 中縣和平鄉
0130	屏風山中峰		3245				花蓮秀林鄉
0131	丹大山		3240	森			花蓮萬榮鄉, 花蓮卓溪鄉, 南投信義鄉
0132	溪頭山		3240				高縣桃源鄉, 台東海端鄉
0133	牧山		3239	3	5969	3239.36	南投仁愛鄉, 南投信義鄉
0134	卑南北山		3238				高縣桃源鄉
0135	石門山		3236	3	6389	3236.09	花蓮秀林鄉, 南投仁愛鄉
0136	玉山前峰	前山	3236				南投信義鄉, 嘉義吳鳳鄉
0137	喀拉業山	加留平山	3132	2	1549	3131.75	宜蘭大同鄉, 新竹尖石鄉
0138	望崖山		3228				南投信義鄉
0139	劍山		3223				中縣和平鄉
0140	無雙山	馬希柔干山	3222				南投信義鄉
0141	尖山	塔芬尖山	3222				花蓮卓溪鄉, 高縣桃源鄉, 南投信義鄉
0142	斷稜西山		3220				南投信義鄉
0143	大關山	塔關山	3220	3	7535	3220.19	高縣桃源鄉, 台東海端鄉
0144	斷稜東山		3219				南投信義鄉
0145	黃當擴中山		3215				南投信義鄉
0146	馬比杉山	馬眉三山	3209	3	6336	3209.41	宜蘭南澳鄉, 花蓮秀林鄉
0147	內嶺爾山		3204				花蓮卓溪鄉
0148	詩崙山		3200				新竹尖石鄉, 中縣和平鄉
0149	北畢祿山	碧祿山	3200				中縣和平鄉, 花蓮秀林鄉, 南投仁愛鄉
0150	雪山東峰	次高東山, 明間山	3199	3	6304	3199.34	中縣和平鄉

編號	山名	別名	標高 (公尺)	三角點			所在地
				等級	號碼	標高	
0151	耶巴奧山	牙拉巴烏山	3196				苗栗泰安鄉
0152	無明山東峰		3188				花蓮秀林鄉
0153	馬路巴拉讓山		3186				花蓮卓溪鄉
0154	能高山北峰	南華山，深堀山	3183	3	5942	3182.68	花蓮秀林鄉，南投仁愛鄉
0155	頭鷹山北峰		3180				苗栗泰安鄉
0156	義西請馬至山		3179				花蓮卓溪鄉，南投信義鄉
0157	屏風山東峰		3176				花溪秀林鄉
0158	關山嶺		3174	2	1683	1174.03	高縣桃源鄉，台東海端鄉
0159	海諾南山		3174	3	7217	3172.92	台東海端鄉，高縣桃源鄉
0160	中雪山		3172	3	6611	3172.10	苗栗泰安鄉
0161	北面山		3172				南投信義鄉
0162	大南山北峰		3171				中縣和平鄉，苗栗泰安鄉
0163	喀西帕南山		3167				花蓮卓溪鄉
0164	閃山		3167	2	1467	3166.75	中縣和平鄉
0165	光頭山	知亞干山，南高盆駒山	3165	3	5956	3059.21	南投仁愛鄉，花蓮秀林鄉
0166	駒盆中山		3163				南投信義鄉
0167	拔托諾府山		3160				宜蘭南澳鄉
0168	甘薯峰	中央南山	3156	3	6362	3156.14	花蓮秀林鄉，中縣和平鄉
0169	志摩山		3156				中縣和平鄉，苗栗泰安鄉
0170	西合歡山		3144	3	6390	3143.95	南投仁愛鄉
0171	磐石山中峰		3143				花蓮秀林鄉
0172	甘薯南峰		3140				花蓮秀林鄉，中縣和平鄉
0173	卑南南山		3140				台東海端鄉，花蓮卓溪鄉
0174	審馬陣山	夜珍加羅穗山	3140	3	6325	3139.70	宜蘭大同鄉，中縣和平鄉
0175	連理山	社卡班山	3138				花蓮卓溪鄉
0176	塔比拉北山	馬利加南北山	3136				南投信義鄉
0177	新仙山		3127				花蓮卓溪鄉
0178	千卓萬東南峰		3126				南投仁愛鄉，南投信義鄉
0179	馬路巴拉讓西峰		3120				南投信義鄉，花蓮卓溪鄉
0180	卑南主山西峰		3120				高縣桃源鄉
0181	人待山		3118				中縣和平鄉
0182	盧利拉駱山		3116				南投信義鄉，花蓮卓溪鄉
0183	庫哈諾辛山		3114	3	7534	3113.54	高縣桃源鄉
0184	加利山	麥巴拉邊山	3111	3	6619	3100.80	苗栗泰安鄉
0185	白石山		3108	3	5955	3108.40	花蓮秀林鄉，南投仁愛鄉
0186	卡賀爾山		3108				南投仁愛鄉，花蓮秀林鄉
0187	六順山		3106	森	5986	3104.89	花蓮萬榮鄉，南投信義鄉
0188	磐石山	苦原山	3105	3	5985	3100.43	花蓮秀林鄉
0189	帕托魯山		3100	3			花蓮秀林鄉
0190	可汗山		3096				苗栗泰安鄉，中縣和平鄉
0191	躑躅山	紫芝姬山	3094				南投信義鄉
0192	北大武山		3090	1		3090.44	屏東泰武鄉，瑪家鄉，霧台鄉，台東金峰鄉
0193	駒盆山	宇馬薄哥山	3089	2	1693		南投信義鄉
0194	丹大山東峰		3074				花蓮卓溪鄉，花蓮萬榮鄉
0195	轆轤山南峰		3074				花蓮萬榮鄉，花蓮卓溪鄉
0196	立霧主山		3069	2	5981	3068.53	花蓮秀林鄉
0197	塔芬山	達芬山	3068	2	1679	3067.82	高縣桃源鄉，花蓮卓溪鄉
0198	安東軍山	安東郡山	3067	1		3066.75	花蓮秀林鄉，南投仁愛鄉
0199	卑南東山		3065				台東海端鄉
0200	白姑大山東南峰		3048				中縣和平鄉，南投仁愛鄉

編號	山名	別名	標高 (公尺)	三角點			所在地
				等級	號碼	標高	
0201	玉蕊山		3043	3	7527	3043.39	高縣桃源鄉
0202	鹿山		3043	3	7542	2980.76	高縣桃源鄉
0203	白姑大山中峰		3042				中縣和平鄉，南投仁愛鄉
0204	西巒大山	阿洛瓦山	3042	森			南投信義鄉
0205	雙子山		3040	3	5976	2995.90	南投仁愛鄉
0206	盧利拉駱西峰		3040				南投信義鄉，花蓮卓溪鄉
0207	布拉克桑山	武拉姑散山	3036	森			花蓮卓溪鄉，台東海端鄉
0208	羊頭山		3033	3	6354	3033.07	花蓮秀林鄉
0209	關門北山		3028				花蓮萬榮鄉，南投信義鄉
0210	望鄉山		3028				南投信義鄉
0211	巴沙灣山		3028	3	6008	3027.77	花蓮秀林鄉
0212	白姑大山東峰	白狗大山東峰	3027				南投仁愛鄉，中縣和平鄉
0213	黑岩山		3022				花蓮秀林鄉
0214	馬西巴秀山		3020	森			高縣桃源鄉，台東海端鄉
0215	雲水山		3010				台東海端鄉，高縣桃源鄉
0216	僕落西擴山		3009	森			南投信義鄉，花蓮卓溪鄉
0217	阿厓那來山		3009				花蓮卓溪鄉，花蓮萬榮鄉
0218	清水山		3007	森			南投信義鄉
0219	牡丹岩山		3005				花蓮秀林鄉
0220	烏馬冬克山		3005				花蓮卓溪鄉，南投信義鄉
0221	南馬洋山		3000	3	6300	2931.37	新竹尖石鄉
0222	釜碗山		2999	3	6609	2999.15	中縣和平鄉
0223	小雪山		2996	2	1544	2996.45	苗栗泰安鄉

## 富梨服裝社

專門訂做  
床單、被套、口罩、帽子



- 醫護人員制服 帽子
- 護士帽 士
- 實驗服
- 醫院所屬布料用品：  
床單、被套、口罩、帽子

歡迎團體私人電話訂購  
竭誠為您服務

台中市台中港路一段56號(中山醫院對面)  
☎(04)2212113(二線)

## 小林隱形眼鏡公司

全國連鎖 專業服務  
精配學生眼鏡隱形眼鏡

地址：台中市中正路  
178號  
179