

チベットの山河と湖 / Rivers, Lakes, Mountains in Tibet/
 藏區山河湖名 / bod gyi ri chu mtsho

1. 河川 Rivers

日本語	英語	中国語	チベット語 (Wylie)
【ヤルツァンポ】			
■ ヤルツァンポ	Yarlung Tsangpo	雅魯藏布江	yar klung gtsang po
> 下流はインドに入って Dihang River となり, Dibang River および Lohit River と合流して ブラフマプトラ (河) [Brahmaputra (River)] となる.			
.....			
■ ブラフマプトラ河	Brahmaputra River	布拉馬普特拉河	——
【怒江】			
■ ナクチュ	Nak Chu	那曲	nag chu
* 源流からチャムド [Chamdo: 昌都] 地区に入るまで			
.....			
■ ングルチュ	Gyalmo ngul Chu	怒江	rgyal mo rngul chu
* チャムド [Chamdo: 昌都] 地区内			
.....			
■ 怒江	Nu Jiang	怒江	——
* 雲南省に入ってから > 下流はビルマに入ってサルウィン河 [Salween River: 薩爾溫江]			
【瀾滄江】			
■ ズァチュ	Dza Chu	扎曲	rdza chu
* 源流から青海省を経てチャムド [Chamdo: 昌都] 地区まで			
.....			
■ 瀾滄江	Lancang Jiang	瀾滄江	——
* 雲南省に入ってから > 下流はラオスに入ってメコン河 [Mekong River: 湄公河] となる			
【長江】			
■ マルチュ	Mar Chu	沱沱河	dmar chu
* 本流: 源流から青海省内でチュマル [chu dmar: 楚瑪爾] と合流するまで			
.....			
■ チュマル	Chu mar	楚瑪爾	chu dmar
* 本流の北側を並行して流れる支流			

■ 通天河 Dri Chu 通天河 'bri chu
* 合流後の青海省内

■ 金沙江 Dri Chu 金沙江 'bri chu
* 四川省とチベット自治区の省境

■ 金沙江 Jinsha Jiang 金沙江 ———
* 雲南省に入ってから宜賓まで

■ 長江 Chang Jiang 長江 ———
* 宜賓で岷江と合流後の下流

【黄河】

■ マチュ Ma Chu 瑪曲 rma chu
* 河源から甘肅省甘南藏族自治州瑪曲縣に入って最初の屈曲部まで

■ 黄河 Huang He 黄河 ———
* 最初の屈曲部以下の下流

【雅礮江】

■ 雅礮江 Yalong Jiang 雅礮江 nyag chu
> 四川省内の攀枝花市の保果で金沙江に合流

■ 理塘河 Litang He 理塘河 li chu
* 西側に並行して流れる支流

■ 鮮水河 Xianshui He 鮮水河 phyag ru chu
* 東側に並行して流れる支流

【大渡河】

■ 大渡河 Dadu He 大渡河 rgyal mo rngul chu
> 四川省内の樂山で岷江に合流

【岷江】

■ 岷江 Min Jiang 岷江 zung chu
> 四川省内の宜賓市で金沙江に合流し長江となる

【沱江】

- 沱江 Tuo Jiang 沱江 ——
 >四川省内の瀘州市で長江に合流
-

【嘉陵江】

- 涪江 Fu Jiang 涪江 ——
 >嘉陵江の西に流れる支流. 重慶市合川区で嘉陵江に合流
-

- 嘉陵江 Jialing Jiang 嘉陵江 ——
 >重慶市で長江に合流
-

【ツァキヤ ツァンポ】

- ツァキヤ ツァンポ Tsakya Tsangpo 扎加藏布 rtsa skya gtsang po
-

【インダス河】

- センゲ ツァンポ Sengge Tsangpo 獅泉河 seng ge gtsang po
 > Tashigang にてガルツァンポ [Gar Tsangpo : 噶爾藏布] と合流
-

- ガル ツァンポ Gar Tsangpo 噶爾藏布 sgar gtsang po
 >インド領に入ってインダス河 [Indus River : 印度河] となる
-

- インダス河 Indus River 印度河 seng ge gtsang po
-

【サトレジ河】

- ランチェン ツァンポ Langchen Tsangpo 朗欽藏布 glang chen gtsang po
 >インド領に入ってサトレジ河 [Sutlej River : 薩特萊傑河] となる
-

- サトレジ河 Sutlej River 薩特萊傑河 glang chen gtsang po
-

2. 湖 Lakes

日本語	英語	中国語	チベット語 (Wylie)
[新疆ウイグル自治区]			
◆アヤククム湖	Ayakkum Lake	阿牙克庫木湖	——
[青海省]			
◆ オリン湖 * 黄河源流：西側の湖	Ngoring Lake	鄂陵湖	mtsho sngo ring
◆ キャリン湖 * 黄河源流：東側の湖	Gyaring Lake	扎陵湖	mtsho skya ring
.....			
◆ 青海湖	Qinghai Lake	青海湖	mtsho khri shor rgyal mo mtsho sngon po [略称]
[チベット自治区]			
◆ ラクシャスタル湖 * カイラス山近くの聖湖【西側の湖】：スヴェン・ヘディンはサトレジ河の河源とする	Rakshastal Lake	拉昂錯	lag ngar mtsho
◆ マナサロワル湖 * カイラス山近くの聖湖【東側の湖】	Manasarovar Lake	瑪旁雍錯	ma pham g.yu mtsho
.....			
◆ タリナム湖〔ツォ〕 * 阿里地区の湖	Trarinam Lake	扎日南木錯	bkra ri gnam mtsho
.....			
◆ タンラユム湖〔ツォ〕 * 那曲／阿里／日喀則地区の境界にある南北に長い湖：ボン教の聖湖	Tangrayu Lake	當惹雍錯	dwangs rwa g.yu mtsho
.....			
◆ セリン湖〔ツォ〕	Siling Lake	色林錯	ser gling mtsho
.....			
◆ ナム湖〔ツォ〕 * ラサの北の聖湖	Nam Lake	納木錯	gnam mtsho phyug mo
.....			
◆ ヤムドク湖〔ツォ〕 * ラサの南の聖湖	Yamdruk Lake	羊卓雍錯	yar 'brog g.yu mtsho

3. 高山／聖山 Mountains

日本語	英語	中国語	チベット語 (Wylie)	標高
[チベット自治区内]				
▲ カイラス山	Kailash	岡仁波齊峰	gangs rin po che	6656
▲ ナムナニ山	Gurla Mandhata	納木那尼峰	gnas mo sna gnyis	7694
▲ ルンポカンリ	lhunpo gangri	冷布崗日	lhun po gangs ri	7095
* 中国語では、囉波鋒／倫布康日とも表記				
▲ シシャパンマ	Shishapangma	希夏邦馬峰	shi sha sbang ma	8027
▲ ラプチ	Lapche	拉布吉	la phyi	7367
▲ チョモランマ	Everest	珠穆朗瑪峰	jo mo glang ma	8848
* 中国による公式の標高は、8844.43。地図上には広く知られる 8848m (氷雪を含む) を表記				
▲ カンチェンジュンガ	Kangchenjunga	干城章嘉峰	gangs chen mzod lnga	8586
* ネパール東端、インド・シッキム国境				
▲ ニエンチェンタンラ	Nyenchen Tanglha	念青唐古拉峰	gnyan chen thang lha	7162
▲ ツアリ	Tsa-ri	扎日神山	rtsa ri	5722
▲ ポンリ	Bonri	本日神山	bon ri	—
* Nyintri の南。ボン教の聖山。標高は不明				
▲ ナムチャバルワ	Namcha Barwa	南迦巴瓦峰	gnam lcags 'bar ba	7782
[雲南省]				
▲ カワカブ	Kawagarbo	卡瓦格博	kha ba dkar po	6740
(梅里雪山)	Meili Snow Mountains	梅里雪山	sman ri	
* 梅里雪山は連山で、その最高峰がカワカブ				

▲ 玉龍雪山	Yulong Snow Mountain	玉龍雪山	—	5596
[四川省]				
▲ ミニャコンカ	Minya Konka	貢嘎山	mi nyag gangs dkar ri bo	7556
▲ 峨眉山	Emei	峨眉山	glang chen 'gyang ri	3079
[新疆ウイグル自治区内] 崑崙山脈の北から甘肅省へ				
▲ チョゴリ (K2)	Chhogo-ri	喬戈里峰	—	8611
▲ ムズターグ	Muz-Tagh	慕士山	—	6638
▲ スラムターグ	Sulamu-Tagh	蘇拉木塔格	—	6295
▲ ユスパリクターグ	Yusupalik-Tagh	玉蘇普阿勒克塔格	—	6163
[甘肅省]				
▲ アルトゥン山	Altyn-Tagh	阿爾金山	—	5798
▲ 祁連峰	Qilian	祁連山	ke ri leb ri bo	5547
[チベット自治区内]				
▲ ムズターグ	Muz-Tagh	木孜塔格峰	—	6973
▲ カンダリ	Kangtrak-ri	崗扎日	gangs brag ri	6305
[青海省]				
▲ ブカダバン	Bukadaban	布喀達坂峰	—	6860
▲ コラタルドン	kolha dardong	各拉丹冬峰	kolha dardong	6621
▲ タンラ	Tang-la	唐古拉山	gdang la	6205
▲ タンラ峠	Tang-la Pass	唐古拉山口	mkhal dmar mkhal sngon la	5231
▲ ヤラタクツェ	Yaratak-tse	雅拉達澤峰	g.yag rwa stag rtse	5214

▲バエンカラ	Bayan Har	巴顏喀拉山	ba yan ha ri	5266
.....				
▲アムネマチン	Amne Machin	瑪卿崗日	rma chen gangs ri	6860
.....				
▲ニエンポユツェ	Nyanpoyu-tse	年保玉則峰	gnyan po g.yu rtse	5369

[甘肅省]				
▲テウオ	Tewo	迭山	the bo	4811

3. 山脈 Ranges

日本語	英語	中国語	チベット語 (Wylie)	標高
崑崙山脈	Kunlun Mountains	崑崙山	khu nu ri bo	—
ヒマラヤ	Himalayas	喜馬拉雅	hi ma la ya	—