

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
239	ハイキング	関西	大台ヶ原・大峰山	5/1	5/4	5/1町田20:30=東名高速=伊勢自動車道(途中仮眠)=5/2大台山上駐車場9:00→日出ヶ岳9:45→尾鷲辻10:40→大台山上駐車場11:30→七ツ池分岐12:00→七ツ池12:40→開拓分岐点13:40→大台山上駐車場15:00=オートキャンプ 場沢谷16:50 5/3キャンプ 場沢谷6:50=行者還トンネル西口7:50→奥駈道出合8:50→弥山10:40→八ヶ岳ヶ岳11:10→弥山11:50→奥駈道出合13:50→行者還トンネル西口14:30=伊勢自動車=東名高速=5/4町田3:00(解散)	今回宿泊のオートキャンプ場のバンガロー広く清潔で好評でした。因みにバンガロー8畳、5名12,000円 1名追加1,000円でした。
240	ハイキング	岐阜・福井	猿ヶ馬場山・荒島岳	5/1	5/4	5/1鶴川=岐阜羽鳥(合流)=白川郷(暮営) 5/2白川八幡神社4:50→7:00宮谷林道出合(30分のロス有)7:40→10:00帰雲山10:20→11:40猿ヶ馬場山12:10→帰雲山13:20→林道出合14:50→16:10白川八幡神社=九頭竜湖(暮営) 5/3九頭竜湖=みずこう登山口6:40→8:50小荒島岳9:20→シャクナゲ9:50→11:00荒島岳12:00→シャクナゲ平12:50→小荒島岳13:20→15:30登山口=九頭竜湖(暮営) 5/4九頭竜湖=越前大野=勝山駅(解散)=福井駅=米原駅=鶴川(合流)から(解散)までの移動は5/1相模大野駅東口集合 相模大野20:30=13:30沢渡(仮眠) 5/2沢渡6:00=7:00上高地→ババ平→大曲(暮営)13:30 5/3大曲5:00=6:00水俣乗越→7:15北鎌沢出合→10:00北鎌の谷→13:15独標→15:00暮営 5/4暮営地5:20=6:30北鎌平→8:00槍ヶ岳→8:30槍ヶ岳山荘8:45→9:40大曲→10:30槍ヶ岳ヒュッテ→15:30上高地=沢渡=入浴 5/5沢渡4:30=8:25相模大野 解散	今山行のメインたる「猿ヶ馬場山」登山には、予定を変更して天気安定している5月2日を当てた。 残雪の道なき道を10時間以上歩く。途中で分岐点を見逃して30分程のロスがあったが、地図を読みながら修正することが出来た。 大汗をかき、水は1.50程飲んだ。アイゼンをつけることは無かった。 荒島岳の中出コースは花盛りであった。しゃくなげ平からは、大勢の人々と楽しく登ることが出来た。 大阪の山仲間と偶然に出会い、世間の狭さに驚いた。 4日は雨のため大台ヶ岳の登山を取り止めて、大野の芝桜を愛で、アイゼンで見る1長年の目標だった北鎌尾根。雪は少なく、アイゼンで見るゴゴロする道(?)と雪と岩とを交互に歩く。2日・3日は晴れて暑くさに苦しめられたが、3日の早朝に大曲から独標を越えて10時間の行動で進むことができた。4日はあいにくの雨交じりの天気となったが、槍ヶ岳山頂を独占。その後、一気に上高地まで下山した。荷物をかついでのバリエーションは辛いけどとても達成感のある山行だった。
241	雪山	北アルプス	槍ヶ岳北鎌尾根	5/1	5/5	京王よみうりランド8:38=8:38調布8:47=9:19高尾9:28=9:38相模湖駅9:45=9:55石老山入口10:05→10:30頤境寺10:35→12:10石老山12:50→13:45大明神展望台13:50→14:30渡し船14:45=相模湖公園14:45→15:15相模	暑かったので帰りの相模湖の渡し船は快適でした。
242	ハイキング	陣馬・高尾	石老山	5/2	5/2	町田6:10=八王子=7:08梁川駅7:20→7:45登山口→9:22立野峠→10:07倉岳山→11:18高畑山12:00→石仏→14:10JR烏沢駅14:22=15:32町田	倉岳山頂の登り・下り(約15分間)はザレバの急登で捕まるものもなく、緊張を強いられる。高畑山の下り始め3分間も同様で、短文スタイルをオーバーしてしまった。
243	ハイキング	中央沿線	倉岳山・高畑山	5/2	5/2	町田6:39=笹子駅8:35=核森公園9:20→(寂しょう尾根)→滝子山12:25→槍ヶ岳13:30→藤沢子神社→初狩駅	ツツジを期待して寂しう尾根を登りましたが、例年より早く終わっていました。
244	ハイキング	大菩薩	滝子山	5/2	5/2	下調べ不足で「もう少し簡単な山かと思いましたが 入山手→岩岳山のコースは崩落が酷く通行止の為 案内の通りの荷小屋峠経由で歩きました。5月3日は岩嶽神社のお祭りの日で神主さんの後を歩き神社には年配の参拝者、天竜市の山岳救助隊の方々もお参りしました。此処までの登山道もかなりの崩壊状況で緊張。又ヤシオツツジが純林をなしており その群生地としては貴重とされています。今年は先週が見頃のようにでしたが登山客は山奥にも拘わらず多かった。この登山口には大井川沿いより天竜川沿いの上がっていくのが道路良いです。	お天気は快晴で、山頂は大勢の人でにぎわっていました。新緑、マメザクラを見ながら楽しい山歩きができました。 観音茶屋ではトイレが設置されました。
245	ハイキング	南アルプス深南部	岩岳山→高塚山→京丸山	5/2	5/3	5/2町田8:00=(新東名)森掛川IC=県道、信州街道、県58、国362=ベンションシンフォニー跡(暮営) 5/3P5:00→やしおの里6:20→最後の水場7:15→分岐8:45→9:00岩岳山9:30→9:50岩嶽山神社→竜馬ヶ岳→20分歩く→岩嶽山神社10:45→12:30やしおの里→13:35P=町田	槍ヶ岳山頂は山スキーヤーだけでなく、ボーダーや歩き組の登山者で賑わっていた。360度の大展望で山座同位を楽しんだ後、滑降に移るが、気持よく滑れたのは上部の箇所だけで、途中からスキー滑走面に汚れが付き滑れなくなった。まったり走らなくなり、下部の樹林帯をやや苦労して御池駐車場へ下る。
246	ハイキング	丹沢	塔ヶ岳	5/2	5/2	5/2 18:00 JR関内駅=首都高=25:00東北自動車道 前沢SA車中仮眠 5/3 5:30前沢SA=10:00大鱉IC=弘前市内=津軽・岩木スカイライン八合目PK→10:30→14:00岩木山往復→PK=17:30青森市内(車中泊) 5/4 5:15青森市内=7:00酸ヶ湯温泉PK→7:40→13:00八甲田大岳往復→酸ヶ湯温泉=観光=19:30大間港付近(車中泊) 5/5 6:00大間=7:00→13:00青森観光=14:00→15:00八幡平=青森IC=東北自動車道=25:30増田自宇汁解散	お天気は快晴で、山頂は大勢の人でにぎわっていました。新緑、マメザクラを見ながら楽しい山歩きができました。 観音茶屋ではトイレが設置されました。
247	山スキー	尾瀬	燧ヶ岳	5/2	5/3	5/2町田=会津高尾尾瀬口→小豆温泉駐車場 5/3小豆温泉6:00→三岩小屋(避難小屋)13:00 5/4三岩小屋6:00→大戸沢岳→会津駒→大津峠(テント)15:00 5/5大津峠7:00→大杉岳→御池ロッジ16:00 5/6御池(バス)8:50=会津高尾尾瀬=福島	雪のある時しか通れない三岩岳から会津駒の稜線を御池まで縦走する。越後三山と日光、那須連山を眺めつつの雪山は縦走登山の醍醐味だ。
248	雪山ハイキング	東北	岩木山→八甲田山	5/2	5/5	5/3奥多摩バス7:45=8:03熱海8:20→10:00倉戸山→樫ノ木尾根→12:30鷹ノ巣山→13:00鷹ノ巣避難小屋(暮営) 5/4テンノ10:00→浅間尾根→12:30峰谷 バス12:55=奥多摩駅	時間ができ、近間の山中で新緑を満喫しようと、日帰可能コースを1泊2日で出かけた。たっぷりの時間は持て余すこともなかった。鷹ノ巣山山頂は多くの人でにぎわい、鷹ノ巣避難小屋は幼児3人を含め満杯(11人)。小屋上広場にテント2張り。
249	雪山	尾瀬	三岩岳→会津駒→大杉林道	5/2	5/6	町田6:06=八王子=7:19大月駅(タクシー)=大峠8:20→雁が腹掛山9:30→槍ヶ岳山頂→泣坂ノ頭13:25→15:30上和田バス停16:05=16:45大月駅16:49=八王子=町田	雁が腹掛山山頂から槍ヶ岳山頂に移ると緑の深さが増すのがよく分かりました。小さなアップダウンが続くコースでしたが、脚踏み用のメンバールンなので予定通り山行ができました。今年初めてのシロヤシオを見ることができました。
250	ハイキング	奥多摩	鷹ノ巣山	5/3	5/4	町田=新松田8:10=バス(箱根登山鉄道)=矢倉沢9:00→11:00矢倉岳11:45→13:15足柄方薬公園(足柄道)→14:05地藏堂=バス=新松田=東海大学前(温泉)=町田	天気が薄曇り、曇らず寒からず快適な山行が出来た。途中の登山道には数多くの草花が咲いていて富士山は雲の中からチラチラと顔を覗かせた。
251	ハイキング	大菩薩	雁が腹掛山	5/4	5/4	5/4栗野駅17:00、相原駅17:30=談合坂SA19:00=安曇野IC=南安タクシー=21:30(仮眠) 5/5南安タクシー=5:00=中房温泉登山口6:00→合戦小屋9:30→燕山荘11:30→13:20→燕山岳10:00→14:20→燕山荘14:50(暮営) 5/6登山場5:15→大天井岳9:00→東天井岳10:30→常念小屋12:20→13:10→常念岳14:15→常念小屋15:40(暮営) 5/7登山場6:00→沢登山口9:00=南安タクシー=営業所9:30=日掃り温泉(湯多里山ノ神)9:50→11:30=安曇	天候にめぐまれ、終始黒部、槍ヶ岳高の山々を眺めながら縦走を楽しめた。稜線の残雪はほとんどなかったが、合戦尾根やノ沢尾根の登下降では、残雪期のアイゼン歩行ができた。大天井岳の登りはトラバースルートは歩行禁止となっていて、急な直登ルートに登ったが、浮石が多く落石にやや注意が必要だった。
252	ハイキング	伊豆・箱根	矢倉岳	5/4	5/4	5/5町田=相模原愛川IC=信濃町IC=戸隠中社11:30→菅の宮→飯綱山13:50→14:20→瑪瑙山→戸隠中社16:30=戸隠キャンプ場(暮営) 5/6キャンプ場=大橋P5:40(西新道)→天狗岩→大池→黒姫山10:20→11:00→しらたま平→大橋P13:40=信濃町IC=町田	2日間快晴で高妻山をほしめ火打、妙高、雨師山、鹿島槍・・・の大パノラマを楽しんだ。黒姫山は雪がたっぷりあり、西登山道を登る人は無く、トレース、マークもほとんど無く広い雪原では地形図、コンパスを駆使して新道後線に上がる。ここでは事前情報で12本歯アイゼンにしたのは正解だった。
253	雪山	北アルプス	燕岳→常念岳	5/4	5/7	新百合ヶ岳駅7:38=8:21栗野8:35=8:57養毛9:00→11:15大山12:15→13:10見晴台13:30→13:50(女坂)→14:35大山ケーブル駅14:35=14:55伊勢原駅	5月7日の石鎚山山行は、朝方より雨だったが、その後、晴天になり、さらに曇り一時雨と目まぐるしく天気変化。例年に比べて残雪は少なく、歩きやすかったが、鏡嶺は雨でぬれていたので巻き道に登った。5月8日の剣山は快晴で愛的な山行だった。剣山から次郎岨までの縦走路は歩きやすかった。
254	ハイキング	上越	飯綱山・黒姫山	5/5	5/6	5/6 名古屋駅 7:30(貸切バス)=16:35つるぎ町(山荘しらす泊) 5/7 7:00土小屋登山口→8:40 弥山→天狗岳往復 山頂10:30→11:00夜明け峠→11:20前社森→12:00 石鎚神社成道社→13:00成就→14:00 下谷出(バス移動)→17:00 つるぎ町(つるぎの宿岩戸)(泊) 5/8 5:00宿出発(バス移動)=6:00見ノ越→7:00西島→8:30 剣山山頂→9:30 次郎岨→10:50丸石→11:55奥祖谷から橋=13:45つるぎ町宿着=15:55つるぎ町宿出発(貸切バス)=名古屋駅(21:30)	飯土山の沢コースは残雪のためスキー場からのコースに変更、いわゆるちわ、イワシタムシの花が見られ、ゲレンデではフキのお花畑、坂戸山ではカタクリの群生が素晴らしい。
255	ハイキング	丹沢	大山	5/6	5/6	町田発7:23=7:56栗野=バス8:18発=ヤビツ峠9:10→大山山頂10:30→見晴らし台→阿夫利神社下社→大山ケーブル駅=バス停12:50=伊勢原駅=町田	
256	ハイキング	中国・四国	石鎚山・剣山	5/6	5/9	5/7 21:00 相模大野駅(車)=湯沢=5/8 9:00六日町登山口→坂坂コース→飯土山山頂→薬師尾根コース→登山口=湯沢(泊) 5/9宿=7:10飯土山登山口→山頂→スキー場周遊(3時間半)帰途に就く	
257	ハイキング	上越	飯土山・坂戸山	5/7	5/9	町田発7:23=7:56栗野=バス8:18発=ヤビツ峠9:10→大山山頂10:30→見晴らし台→阿夫利神社下社→大山ケーブル駅=バス停12:50=伊勢原駅=町田	
258	ハイキング	丹沢	大山	5/8	5/8		

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
259	ハイキング	津久井	石老山と津久井観音 壺場めぐり	5/8	5/8	町田駅6:33=橋本駅 バス7:07=三ヶ木 バス8:01=相模 湖林間公園入口着8:07…15番正覚寺着8:20…第13番 宝珠寺着8:41…第14番願鏡寺着9:45…石老山(昼食) 発11:35…第4番福寿院着13:10…第2番運乗院着 15:25…バス停大鐘16:12着=JR藤野駅着16:44=八王子着	天候にも恵まれ、石老山登山と2回目の津久井巡礼寺ウォー キングを楽しめた。
260	ハイキング	南アルプス前 衛	入笠山	5/9	5/9	町田7:00=相模湖IC=富士見10:20=沢入登山口10:30…入 笠湿原11:15…沢入登山口12:10=富士見12:30=諏訪IC=松 本IC=乗鞍高原14:00	
261	ハイキング	伊豆・箱根	矢倉岳	5/9	5/9	鶴川6:53=海老名=新松田=8:32足柄8:45…10:15足柄峠… 足柄万葉公園…11:45矢倉岳12:00…13:00矢倉沢…14:15 アサヒビール神奈川工場見学16:00=新松田=鶴川	前線の影響で予報がコロコロ変わり、延期するか決断がつか ねたが多少の雨を覚悟して実行する。足柄駅からの足柄古道 は雰囲気のある山道で癒される。矢倉沢からアサヒビール工場 までは早足で舗装道路を7.5分、速かった。
262	講習/岩ト レ	陣馬・高尾	中央線・高尾山周辺	5/9	5/9	軍畑駅9:20…惣岳山南東尾根…惣岳山手前分岐(昼食) …平溝川右岸尾根下降…軍畑駅15:00	参加者多数のため2班に分かれての初級読図山行となった。私 語を控えて的確に地図を読み、コンパスを正しく合わせ、周囲 の状況からも現在地点を判断することにより道迷いは極力減る でしょう。
263	ハイキング	伊豆・箱根	金時山	5/9	5/9	7:50小田原駅(バス)=8:30仙石バス停…9:00金時神社 登山口…9:40金時神社分岐…10:15…11:10金時山山頂 (昼食)…11:30矢倉沢登山口…12:00仙石バス停=13:45箱 根湯元駅=16:00入浴・解散	大涌谷の水蒸気は普段の10倍以上に見えました。
264	岩トレ	御坂	三つ峠	5/9	5/10	5/9海老名駅西口駐車場20:00集合 奥車使用 海老名 20:00=三つ峠裏登山口(蕎麦) 5/10登山口6:00…7:30屏 風岩 岩トレ 15:00終了…16:00裏登山口=海老名解 散一般ルート、中央カンテ、などで岩トレ	朝早く起きて、たつぷりと岩トレできた。午前中は風が冷たく て寒かったが、昼には暑くなり、虫も出てきた。三つ峠に虫よ けは必須だ。
265	山スキー	北アルプス	乗鞍岳	5/9	5/10	5/9各地=中央道=松本IC=乗鞍高原 山栄荘(泊) 5/10山栄荘7:00=三本滝駐車場7:45=8:07谷ヶ原山 荘8:30=肩の小屋口11:00…12:30三本滝駐車場…山 栄荘=松本IC=町田	今シーズン最後の納会です。風力強く、頂上ガスの為、肩の小 屋付近まで。滑降は、雪を拾いながら三本滝駐車場まで、充実 したスキーシーズンを過ごし、納会を無事終了する事が出来た 事を感謝します。
266	ハイキング	甲府	帯名山	5/10	5/10	JR湘野辺7:00=帯那山駐車場9:30…帯那山10:20…帯那山 駐車場13:20	新緑のなか綺麗な富士山をながめながらゆったり過ごしまし た。
267	ハイキング	南アルプス前 衛	楡形山	5/10	5/10	町田6:00=相模原愛川IC=南777バスIC=県民の森=8:20みは らし平8:40…アヤマ平…10:30標山11:00…パラボタン平 …11:50楡形山12:10…三角点ピーク…楡形山…パラボタン 平…原生林コース…アヤマ平…平成峡(水神の滝)…15:00み はらし平=甲府南IC=相模原愛川IC=町田	原生林の新緑にただただ感嘆！ 南777バス富士山もたつぷり眺 め、平成峡では滝を眺め楡形山を満喫しました。
268	ハイキング	富士・御坂	倉見山	5/10	5/10	町田6:18=八王子=大月=三ツ峠8:20…9:00日山神社…倉 見山分岐…11:30倉見山…12:00見晴台…14:00堂尾山公 園…15:00クマガイ草公園…16:00三ツ峠駅=大月=高尾 17:30	
269	岩トレ	丹沢	広沢寺	5/10	5/10	小田急線本厚木駅東口改札口7:45 本厚木ハイツター 8:00=8:30広沢寺温泉8:45…9:30現地15:30…16:00広沢 寺温泉入口=本厚木駅前(解散)=町田	
270	岩トレ	湯河原	幕岩	5/10	5/10	集合9:30 幕岩公園駐車場 幕岩公園駐車場…10:00… 15:00幕岩にて岩トレ…駐車場解散	幕岩は空いていた。主に悟空スラブでマルチピッチの練習を を行った。
271	ハイキング	丹沢	檜洞丸	5/11	5/11	町田6:00=神ノ川ヒュッテ7:30…神ノ川林道…尾根取付 …(北尾根)…檜洞丸(10:50 11:30)(源蔵尾根)…三番堰 堤…神ノ川林道…神ノ川ヒュッテ14:30=町田	ゲート前は駐車禁止となっていてヒュッテに駐車する。取り付 き不明との報告もあったが全く問題なく北尾根・源蔵尾根共に マーキングがうるさいほどあり特に危険なところもなかった。 気の早いシロヤシオ、のんびりのミツバツツジが緑の中に映え 癒される静かな山行だった。
272	ハイキング	大菩薩	大菩薩嶺～笹子雁ヶ 腹摺山	5/11	5/12	5/11八王子6:30=7:49塩山=福ちゃん荘8:45…大菩薩嶺 9:50…小金沢山12:45…牛奥・雁ヶ腹摺山13:30…黒岳 14:45…湯ノ沢峠…15:30湯ノ沢峠避難小屋(泊) 5/12 避難小屋5:00…大蔵高丸…ハマイノ6:00…大谷ヶ丸7:10 …コンドウ丸…大鹿山…米沢山10:30…笹子雁ヶ腹摺山 12:00…13:00新中橋バス停=大月=八王子=町田	富士山を眺め、木々の芽吹きから輝く新緑までの移り変わりに 心いやされながら。気持ちの良い尾根歩きを楽しんだ。湯の沢 避難小屋はさすがに良い水場、トイレもあり、小屋内には重 灯もあつた。米沢山から笹子雁ヶ腹摺山への下りは、ガレてい て歩きにくく慎重に下った。
273	ハイキング	関西	熊野古道・中辺路	5/13	5/16	5/13町田6:30(車)=横浜町田インター、東名、新東 名、伊勢湾岸、伊勢道=12:00伊勢内宮14:00=紀勢道 =17:00古道ヶ丘キャンプ場(泊) 5/14古道ヶ丘キャン プ場8:30(車)=熊野古道館…8:50滝尻王子…11:00高 原熊野神社…16:00近路王子跡…16:30民宿(泊) 5/15 民宿7:00…糺根王子…12:40猪鼻王子…伏拝王子…16:00 熊野本宮大社 =16:40湯の峯温泉(泊) 5/16旅館 7:50=8:50熊野連玉大社=9:30熊野大滝…那智大社11:10 (車)=伊勢湾岸、東名、新東名、=横浜町田インター =19:10町田(解散)	3日間天候に恵まれ、よい古道歩きができました。車の搬送は 事前に「いろいろ」に依頼していたればガソリン代で「熊野本 宮大社」まで搬送してくれたのと、車、又、「熊野古道」は歩か れる方の70%は外人で豪州、フランス、スペイン、ドイツ人 の方が多かった、彼らの宿泊予約が早いとの話なので、民宿や 旅館は早めに予約するをお薦めします。長い距離とアプゾウ ウンの多い古道歩きの後、湯の峯と山菜の豊富な料理は格別に最 高でした。(いろいろ、滝の峯共に)
274	ハイキング	中央沿線	扇山～百蔵山	5/15	5/15	町田駅6:38=八王子駅=高尾駅=鳥沢駅8:20…梨木平…大 久保ノコル…扇山…大久保ノコル…コタラ山…百蔵山 14:05…p907…猿橋駅16:35=町田駅(解散)	
275	ハイキング	中央沿線	倉岳山・高畑山	5/16	5/16	町田6:18=6:44八王子6:54=7:28線梁川駅8:20…立野峠… 11:20倉岳山12:20…穴峠…石仏…15:10JR鳥沢駅=町田	夜中の雨のせい1組に出会っただけ。穴峠に下る途中の散 見された山ツツジの赤が新鮮だった。
276	ハイキング	伊豆七島	神津島・天上山	5/16	5/17	5/16竹芝桟橋8:00=伊豆大島=神津島11:10着=宿…温泉= ジュリア祭=宿 5/17宿7:20…鳥島登山口7:30…千代池 …砂漠分岐…表砂漠…裏砂漠…不動池10:15…天上山 10:50…表砂漠…黒島展望山12:00…黒島登山口12:55… 神津島港=多幸浜15:10=新島=竹芝桟橋18:00	5月16日、ジュリア祭というお祭りに参加、東京韓国学校女 子の素晴らしい舞と太鼓に感動！ 17日朝は霧の中、午後後 は青空、ジャングルに砂漠あり、天上山は、なんとも不思議な山 でした。
277	岩登り	上越	一の倉沢衝立岩中央 稜	5/16	5/17	5/9(高沼海岸13:10=藤沢13:30)=16:06高崎=水上 =17:52土合駅18:10…19:10一の倉沢出合 幕営 5/10出合 4:50…6:10中央稜取付…中央稜…下降9:30…12:10出合 …テント撤収13:00…13:45ベースステーション14:05=水 上14:57=高崎=新宿 解散	ピーカンの晴天の中、中央稜を登攀。ややあっけない感じがし た。でも、やはり雪のある5月はアプローチが楽で良い。岩場 もあまり混雑しておらず、とても快適な一の倉の一日だった。
278	ハイキング	丹沢	シダゴ山	5/17	5/17	鶴川7:03=海老名=8:01新松田8:25=8:50寄寄9:00…10:10 シダゴ山10:30…11:30宮地山…12:10田代向12:50=新 松田	
279	ハイキング	南アルプス前 衛	日向山	5/17	5/17	町田=日向山登山口駐車場…矢立岩8:55…日向山10:20… 矢立岩13:00=町田	
280	ハイキング	丹沢	大山	5/17	5/17	町田=秦野=養毛BS8:40…10:00ヤビツ峠…11:30大山 12:00…13:00見晴台…13:20下社…14:20ケーブルBS=伊 勢原=町田	
281	ハイキング	富士・御坂	鳥坂山～釈迦ヶ岳	5/17	5/17	町田6:00=河口湖IC=新鳥坂トンネルP8:00…鳥坂峠…鳥 坂峠…9:20 1276P…金谷…10:00神屋山10:30…12:00釈 迦ヶ岳13:00…屏風岩…13:25駒山…13:50すずらん群 生地…新鳥坂トンネルP=町田	いつも中央道から見ると 格好の良い釈迦ヶ岳に久々に登りま した。長めのコースで鳥坂峠から歩き始めましたが 誰にも会 わないう静かな新緑の中の尾根歩き！ 道標も赤ふも無く2箇 所ほど迷いそうな所もありました。確認しながら歩き 神屋山 からは三角形の釈迦ヶ岳が望めます。手前の岩の斜面を登れ ば山頂。文句無い展望。これから先はちょうどミツバツツジの 回廊歩きとなり、なかなか かつ度の季節。すずらん群生地では 優しい 日本すずらんのお花も楽しめました。
282	岩トレ	御坂	三つ峠	5/17	5/17	相模原6:00=高尾山IC=河口湖IC=裏三つ峠P7:30…屏風岩 基部8:30(終日登攀練習) 15:00…16:00裏三つ峠P=各宅	今シーズン最初の岩トレ。右フェースのマルチピッチをつるべ で登り、懸垂下降後、一般ルートでリード登攀を繰り返し練習 する。その間に、アプミ登攀の基本練習を行った。
283	ハイキング	九州	霧島山・開開岳	5/19	5/22	5/19羽田=鹿児島空港=えびの高原12:40…五合目…14:20 韓国岳…16:00硫黄山…16:20えびの高原=民宿「みちや 荘」 泊 5/20宿=高千穂河原登山口8:50…お鉢…11:05高 千穂峰…12:50登山口=いかいもん山麓公園泊 5/21宿=2合 目登山口7:30…5合目…10:40開開岳…13:50登山口=圭屋 Y日泊 5/22宿=山頂駐車場6:30…6:45魚見岳…7:00駐 車場=鹿児島空港=羽田	硫黄山周辺は5月1日に入山規制が解除されたばかりです。霧島 山は各山ともミヤマキリシマが咲き誇っていました。特に高千 穂峰では山の南斜面全部をピンクに染めていました。開開岳登 山口には成人=登山3時間下山2時間30分、子供=登山3時間30分 下山2時間30分、高齢者=登山3時間30分下山3時間着板があり ましたが全くその通りで高齢者時間で計画した方がよさそう です。桜島の降灰で黒のレタカが全身灰色になりました。

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
284	ハイキング	関西	武奈ヶ岳比良縦走	5/20	5/22	5/20傾斜 4枚1ハベ×23.20→5/2100:00京都11:00→7.24聖田 タクシー=〒8:10→権現山→蓬萊山→比良岳→烏谷山→15:00金峯峠(暮菅) 5/22テンバ4:40→武奈ヶ岳→釣瓶岳→地藏山→蛇ヶ峰→14:00くつき温泉 15:20(シャトルバス)=学校前15:34=16:02安曇川 16:27→20:30町田	朝一番の急坂を登れば権現山、感嘆の声、琵琶湖が一望です。その後は緩線の展望歩きと色濃くなった木立の中を快適に歩き蛇ヶ峰へ。曇りの中、蛇ヶ峰からの展望を得て下山。天候に恵まれた快適な2日間でした。
285	ハイキング	南アルプス前衛	日向山	5/21	5/21	町田6:30=愛川 I C=須玉 I C=矢立石登山口10:00→日向山11:40→綿滝13:45→矢立石登山口 14:30=須玉 I C=愛川 I C=町田 20:30	日向山は花崗岩の風化でできた白い砂山で、新緑と岩肌と360度のパノラマの山々(八ヶ岳・甲斐駒ヶ岳・鳳凰三山など)が観られて皆々「あっー素晴らしい」感嘆の声(全てが画の世界で観る)又、真青空と雲の流れもこの所みられない自然の景観に感動!芽吹いたばかりの唐松林の新緑も最高!又、秋の紅葉時期もも薦めの山ではある。
286	ハイキング	丹沢	大山	5/21	5/21	伊勢原駅=大山ケーブル9:10→女坂→大山下社→大山山頂12:10→唐沢峠→不動尻 →14:25広沢寺=本厚木駅	唐沢峠への道ではヤマツツジが見頃。不動尻ではジャクツイバラが花盛り。ツクバネウツギなどの花も咲いていました。
287	ハイキング	富士・御坂	石割山	5/21	5/21	町田6:30=10:00二十曲峠→11:30石割山→14:00二十曲峠=17:00町田	素晴らしい富士山でした。
288	岩トレ	中央線沿線	甲府幕岩	5/21	5/21	9:30甲府幕岩駐車場(大谷車)フリークライミング 豊穣の森エリア イエローウンテン5.9、なべちゃん5.8、わさび5.10b、ピリカ5.10b/c、動物がいつぱい5.10b、木の実がいつぱい5.10c、WORK ON 5.11a、ワイルドトットちゃん5.10b/c 5:00 双葉SA解散	気持ちのいいクライミング日和。双葉SAのスマート I C を利用。帰路は中央道の集中工事渋滞に遭遇。
289	ハイキング	丹沢	三ノ塔	5/22	5/22	秦野駅=養毛10:25→春嶽湧水地→六本松林道→11:55養毛=秦野駅	天候が不安定のようなので、柏木林道の途中からエスケープ。
290	ハイキング	上州	赤城山	5/22	5/22	湖野辺駅6:30 (車)=高尾 I C 関越道=前橋 I C=大洞(おのこP) P9:40→赤城神社→黒檜山登山口10:00→黒檜山11:40→駒ヶ岳13:20→P14:20	ガイドブックに載っている立ち寄り温泉のみはらしの湯は7月まで休館です。
291	ハイキング	大菩薩	黒川鶏冠山	5/23	5/23	町田駅6:00=柳沢峠駐車場8:00→鶏冠山11:00→柳沢峠駐車場13:25=町田駅17:30	歩きやすい登山道。鶏冠山(神社)山頂は岩場にて緊張感有。澄み切った空気に春セミの音が響く。
292	ハイキング	奥多摩	雲取山	5/23	5/24	5:23奥多摩駅9:00=バス=9:45鴨沢10:00→13:35ブナ坂→14:15奥多摩小屋→15:40雲取山荘テント場5/24雲取山荘6:00→(1:30雲取山頂往復)→雲取山荘8:00→9:55白岩小屋→10:47お清平11:00→11:35霧凇が峰→12:00炭焼坪→12:40三峰神社	下山は、バスの時間の都合で金時入口に変更。新緑の緑がきれいでしたが、残念ながら山頂からの富士山は、ガスで見えませんでした。金時茶屋で今年は、天候のせいか花が少ない。との事。箱根大涌谷の噴気は多かったです。浜松の中学生250名ほどの団体と一緒に楽しみ少し時間が、かかってしまいました。天気も良くのんびりと気持ちの良い山行でした。
293	岩トレ	湯河原	幕岩	5/23	5/23	9:15湯河原幕岩公園駐車場集合 フリークライミング 茅ヶ崎ロック 桃源郷:シルクロード5.7、サンセット 5.10a、5.10a アリババの岩場:コンクラック5.9、アリババ5.10b マコロンランド:シャワーコン5.10a シンデレラフェイス:シンデレラ5.7 ガリバーの岩場:あかずきんちゃん5.9 4:00 駐車場解散	シーズンが終わり、人出が少なかったと思ったが、にぎやかな湯河原幕岩だった。
294	ハイキング	奥多摩	蕎麦粒山～川苔山	5/26	5/26	八王子6:34=拝島7:07=8:02奥多摩駅8:10=8:30東日原8:45→ヨコスズ尾根→11:30一杯水非難小屋12:00→仙元峠13:00→蕎麦粒山13:30→川苔山15:45→赤尻尾根→古里駅18:25=町田	昨年のシロヤシオの報告にあこがれて訪れたが、季節は移り変わっていた。ハルゼミの合唱の中、新緑の葉に涼しい風を贈られ何とも気持ちのよい山歩きだった。緑の葉の中心ときわ鮮やかな朱色のヤマツツジやドウダンツツジに励まされて歩いた。古里の里では、ホトトギスもなま初夏となっていた。
295	ハイキング	伊豆・箱根	金時山	5/27	5/27	東名向ヶ丘高速バス9:00=10:15乙女口バス停11:00→11:48乙女峠→12:50長尾山→13:30金時山14:10→14:40金時神社分岐→15:50金時登山口16:11=16:45箱根湯本箱根湯本16:47=柿生	下山は、バスの時間の都合で金時入口に変更。新緑の緑がきれいでしたが、残念ながら山頂からの富士山は、ガスで見えませんでした。金時茶屋で今年は、天候のせいか花が少ない。との事。箱根大涌谷の噴気は多かったです。浜松の中学生250名ほどの団体と一緒に楽しみ少し時間が、かかってしまいました。天気も良くのんびりと気持ちの良い山行でした。
296	ハイキング	大菩薩	滝子山	5/27	5/27	J R町田6:05=八王子=7:33椎子駅 8:00→道証地藏→滝子山12:00→松平→初狩駅15:00=17:00町田	山行日と新緑の中、滝を眺めながらのんびりと山行を楽しむ。唐松の新緑は少し濃色になった(今年は全てで1-0日早い)。下山道のつづも殆ど咲き終わっていた
297	ハイキング	奥武蔵	武川岳	5/28	5/28	大口5:39=八王子=東飯能=7:34飯能 バス7:45=名郷バス停9:00→天狗岩頂上10:10→前武川岳11:00→武川岳11:30→12:00→焼山13:30→雄岳14:30→雌岳14:50→声ヶ久保駅16:20	バス停から先登山道の入口に「健脚者向きコース天狗岩・武川岳」の標識がある。山行終了時にシミジミの文句が実感として迫る。天狗岩の岩場・焼山から見る武甲山・急登・急降下が半端では無いのが飽きかたない登山道であった。崩落でそこ所地形図と違う道を迂回する。途中昭文社の地図を作る為調査している人と一緒に楽しい話を聞き、調査が反映されるというH29年版を購入する約束をしてお別れした。
298	ハイキング	丹沢	樽洞丸	5/28	5/28	6:30愛甲石田駅=7:35 神の川ゲート前8:55→9:45樽洞丸北尾根取付→13:10樽洞丸13:30→13:55タギ尾根取付→15:50神の川ゲート前16:00(解散)=町田駅=愛甲石田駅	樽洞丸北尾根はブナの新緑・シロヤシオツツジ・トウコクミツバツツジ・アセビ等の林相が美しく何度訪れても感動する。今回は植物に詳しいメンバーの参加があり、山行の楽しみも倍増した。
299	ハイキング	丹沢	樽洞丸	5/28	5/28	新松田バス7:15=8:26西丹沢自然教室8:45→ゴウ沢沢出合→12:00樽洞丸→熊笹ノ峰→大越路遊難小屋→用木沢出合→16:10西丹沢自然教室=新松田 (解散)	ツツジ新道のシロヤシオは概ね咲き終わっていたが、樽洞丸の下山は展望と沢山のミツバツツジを見ながら大斧、小斧を慎重に通過。汗をかきながらも涼風のある一日でした。
300	ハイキング	丹沢	樽洞丸	5/28	5/28	町田6:20=7:03新松田7:15 バス=8:30西丹沢自然教室8:40→ゴウ沢沢出合→12:10樽洞丸13:00→(往路を下山) →15:50 西丹沢自然教室16:25=バス=新松田=町田戻り19:00	お目当てのシロヤシオは今年不作(昨年最高でしたのでやっぱり 隔年結花なのでしょう。来年に期待!)代わりに、東国ミツバツツジが頑張っていましたよ。山頂で佐々木弘子さんグループよりスイカいただきました。今年初めてうまい感謝!
301	ハイキング	奥武蔵	和名倉山	5/29	5/30	5/29町田6:24=八王子=塩山=(タクシー)=三ノ瀬9:30→山ノ神土→三ノ瀬分岐14:20(幕菅) 5/30テン場→和名倉山16:00→造林小屋跡→反射板→秩父湖吊り橋11:10→秩父湖 B S=西秩父駅(解散)	山の神土からの出発は曇り空ながら墨絵の世界でシャクナゲもお出迎え。教員の雨と鹿との遭遇で和名倉山へ登頂は翌日にする。夜は大雨。翌日は雨に洗われた緑の中を和名倉山山頂へ。事前の「避難者多し」の情報から急勾配を歩きながら近年設置されたとと思われる標識があり迷わず秩父湖へ。長い急下降を厭わなければ誰とも出会わない快適な静かな山行だった。ジャンボタクシー代12,000円。
302	ハイキング	大菩薩	笹子雁が腹指山	5/30	5/30	J R町田駅前ホーム6:00集合6:06発=6:31八王子6:35=7:33笹子→12:00→曲り沢峠→13:20お坊山→15:30笹子雁が腹指山→17:30笹子駅=八王子=町田	ロングコースを9時間たつぷり歩きました。汗もたつぷりかき良いトレーニングとなりました。途中沢谷山にクローンツツジがとても綺麗に咲いていました。
303	ハイキング	陣馬・高尾	陣馬山	5/30	5/30	陣馬高原下11:00→和田峠→陣馬山15:00→陣馬高原下	天神尾根の登山道の荒れが通るたびにひどくなっている、その為かほとんど人に合わない。
304	ハイキング	丹沢	丹沢三	5/30	5/30	町田6:10=戸沢8:00→(政次郎尾根)→塔ノ岳10:30→丹沢山11:40/12:00→塔ノ岳13:00→(天神尾根) →戸沢15:30=町田18:00	お天気に恵まれ気持ち良い汗をかきことが出来ました。
305	ハイキング	奥武蔵	武甲山	5/30	5/30	町田駅6:18=八王子=東飯能=8:43横瀬駅=生川9:15→武甲山11:30→浦山口駅15:00=町田駅17:45(解散)	鈴蘭幼稚園入園以来人気になった国産スズランを鑑賞した。三ツ峠には満員の登山客が運ばれていたが、隣のはちらは至って静か。山中にはカメラマン・トウゴクミツバツツジなども。帰路は河口湖からの高速バス利用(1750円)。スズラン峠下の沢谷山は崩れ気味箇所あり。
306	ハイキング	富士・御坂	御坂黒岳	5/30	5/30	鶴川5:55=町田6:18=河口湖9:00=三ツ峠入口9:40発→御坂峠10:55→黒岳11:55着12:50発→スズラン峠→スズラン畑13:40 (バス)=川15:50発=河口湖=新宿	さがが男体山!人の多さにビックリして泣いた。4合目より上部でシロヤシオが満開で素晴らしい。2日目は千手ヶ浜より西ノ湖まで足を延ばし、クリソウ・千手の森を堪能しました。
307	ハイキング	日光・那須	男体山	5/30	5/31	5/30町田5:30=横浜=町田IC=清滝IC=二荒山神社中宮9:40→13:40男体山14:20→17:30二荒山神社中宮=中禅寺湖畔 5/31中禅寺湖畔=菖蒲ヶ浜駐車場7:40→竜頭の高→高山入口→9:10高山→25→熊笹ノ峰→千手ヶ浜→11:35西ノ湖12:00→千手ヶ浜→熊笹ノ峰→14:30菖蒲ヶ浜駐車場=清滝IC=雄谷=町田IC=町田	シーズン始めの沢慣れを兼ねて、公開登り講習の近辺のエリア偵察を兼ねての登り。進行途中にて、懸垂下降の練習をしました。懸垂下降に時間を割きましたので、900mより善六のタワを詰めました。帰路途中の本棚の景観を楽しみました。
308	沢	丹沢	モロコボ沢	5/30	5/30	集合6:45山崎北口=8:45白石キャンプ場跡9:20→大谷9:40→(懸垂下降訓練)→水沢沢出合11:30→標高90012:00→善六のタワ緩降12:30→本棚13:30→14:00西丹沢自然教室=雄谷	富士山は顔を出してくれませんでした、天気に恵まれ、快適な山行でした。
309	ハイキング	陣馬・高尾	高尾山・城山	5/31	5/31	京土よみぐりランド7:31=7:38調布7:45=8:16高尾山口8:40→(6号路) →10:20高尾山10:35→11:05→丁平13:25→13:47小仏城山14:00→14:55小仏バス停15:10=京王高尾駅北口(解散)	低気圧通過予定がややずれ込み天候回復が遅れ、峠の茶屋避難小屋から三本槍岳に向かう様子は強風が吹き荒れていて、時々飛ばされそうになった。強風時に安定して歩くには、ストックと沢の徒渉講習で経験したザックのウェストベルトをつかんでのスクラム歩きが有効なことがわかった。沢の徒渉と強風時の安定歩行は同じ技術が役立つことを実感する。
310	ハイキング	日光・那須	那須岳	5/31	5/31	箱根原4:30=坂IC(中央道、首都高、東北道)=那須IC=峠の茶屋駐車場8:00→峠の茶屋避難小屋8:50→三本槍岳10:30→能見曹峰→隠倉12:20→三斗小屋温泉13:00→13:50→峠の茶屋避難小屋15:00→駐車場15:30→日帰り温泉(那須湯元)=那須IC(東北道、首都高、中央道)=箱根IC=各支	低気圧通過予定がややずれ込み天候回復が遅れ、峠の茶屋避難小屋から三本槍岳に向かう様子は強風が吹き荒れていて、時々飛ばされそうになった。強風時に安定して歩くには、ストックと沢の徒渉講習で経験したザックのウェストベルトをつかんでのスクラム歩きが有効なことがわかった。沢の徒渉と強風時の安定歩行は同じ技術が役立つことを実感する。