

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
508	雪山	海外	ビッツ・ベルニナ及びその周辺の山	8/26	9/16	8/26成田空港発17:25=バンコク・スワンナプーム空港ス イス便に乗り継ぎタイ航空使用 8/27チューリッヒ空港着 7:25=サン・モリッツ=ポントレジーナ (12時頃到着) *ガイドセンター訪問・打合せ (8/27~9/10)ポ ントレジーナ滞在) 8/28時差ボケ調整の為のトレッキング (シャープベルグ、歩程5時間) 8/29登頂ルート偵察 の為のトレッキング (ロゼックの谷経由コルパッチ展望 台、歩程5時間) 8/30ビッツ・ベルニナ(4049m、2泊3 日)本番ポントレジーナ12:00= (馬車) =ロゼック レッチャーホテル14:00…チェルパ小屋16:00(泊) *ガイドと合流 8/31チェルパ小屋(2584m)3:40…ピアン コグラート取付(約3870m)7:00…ピアンコグラートの頭 (3995m)9:00…山頂(4049m)11:45/12:00…マルコ・ロー ザ小屋(3597m) 14:00(泊) 9/1マルコ・ローザ小屋6:30 … (天候悪化の為、ビッツ・パリュ山頂縦走はあきらめ て途中より下山) …ディアボリック展望台12:00/14:00 =ポントレジーナ15:00 9/2~13休養及びエンガディン 地方を小旅行 9/14チューリッヒに移動 9/15チューリッヒ空港13:30発 =バンコク・スワンナプーム空港にて日本便に乗り継 9/16 成田空港着15:45	現地にて高度順応等のトレーニングを行う予定だったが、天気 の崩れが早まる見通しとなり、止むを得ず現地トレを省略し本 番を前倒しで実施することとなった。ビッツ・ベルニナ登頂日 (31日)は快晴無風の最高の天気だったが、山頂付近で心配し ていた高度障害が出て最後は苦しみの登頂となった。次の 日はビッツ・パリュの山頂を越えて下山する予定だったが天 気が悪化したため山頂手前から下山した。
509	ハイキング	陣馬・高尾	高尾山	8/28	8/28	新宿8:04=高尾山口9:30…稲荷山コース…頂上11:30…高 尾山口13:00=温泉=16:00町田	雨のため木曽駒ヶ岳山行は中止。高尾山に変更した。企業の若 者20人の交流ハイイク、高校山岳部のゴミ拾い、雨具を着た 幼稚園の子も達の遠足等降ったりやんだりの小雨の中で、明 るく元気な皆さんに出会えた。
510	講習	奥武蔵	日和田山	8/29	8/29	八王子6:59=7:40東飯能7:54=高麗7:58 午前：三角巾に よる応急対応、ロープワーク 午後：ロープワーク、法 地を使った簡単な懸垂下降 ツェルトの組み立て	・小雨模様のため、2日にわたる計画を1日に短縮。・東屋を 使って、その場でできる三角巾の使いか、ロープワークなどを 中心に講習を行う。・本来なら、ストックやレインウェアを 使った負傷者搬送なども体験してもらいたかったところであ ったが、雨のためにできず、そのあたりが残念
511	ハイキング	丹沢	鍋割山	9/3	9/3	渋沢=大倉バス停7:05…堀山の家…金冷シ…11:00鍋割山 …二俣…14:20大倉バス停	
512	ハイキング	伊豆・箱根	達磨山	9/3	9/3	自宅8:20=東名川崎IC=沼津IC=(伊豆縦貫道、伊豆中央 道、修善寺道路)=修善寺IC=10:45だるま山レストハウス 11:00=11:05戸田峠11:40…12:30達磨山12:33…戸田峠 13:10=(西伊豆スカイライン、136号線)=土肥温泉(宿 泊) ※翌日帰京	雨には降られず、戸田港と富士山を望める絶好のロケーション でした。
513	ハイキング	中央アルプス	木曽駒ヶ岳・宝剣岳	9/4	9/5	9/4 20:10駅=23:00駒ヶ根・菅の台バスセンター(車中 泊) 9/5 6:00菅の台BS=しらび平駅=7:00千畳敷7:15 …宝剣山荘8:30…中岳…9:00木曽駒ヶ岳9:20…中岳巻き 道…10:00宝剣山荘…10:20宝剣岳10:40…宝剣山荘… 12:00千畳敷=しらび平=菅の台BS=相模湖駅(解散)	HLC20期同期会山行、日帰りコースに参加。宝剣岳は登り降り の登山者で大渋滞が起きていた。空木岳縦走と宝剣岳で分か れて半日のハイキングを晴天の元、楽しんだ。
514	ハイキング	奥多摩	大岳山	9/4	9/4	奥多摩駅9:00…愛宕山(9:30)…堀山(11:30)…主脈縦走 路…大岳山(12:50)…大岳神社(13:20)…御岳山(14:50) …J R 青梅線御嶽駅(16:40)	天気予報では、午後から夕方にかけて雷雨、そこで大岳山からの 下山ルートを馬頭刈山から御岳に変更、帰途、幸い半時ほど小 雨にふられたが雷雨にはならなかった。
515	ハイキング	中央アルプス	越百山～南駒ヶ岳	9/4	9/6	9/4町田15:00=相模原愛川IC=伊那IC=18:55大桑道の駅 幕営 9/5道の駅5:00=5:40駐車場5:50…福橋平6:50…御 岳見晴台…10:40越百山11:20…12:15越百山…越百山 小屋(泊) 9/6小屋5:50…6:45越百山…8:00仙漣嶺…9:25 南駒ヶ岳…北沢尾根…13:35今朝沢登山口…福橋平… 14:50駐車場15:10=温泉=権兵衛トンネル=伊那IC=相模原 愛川IC=21:35町田	越百小屋は要予約、一泊二食Y9000、定員18名のこじんまりと した小屋です。仙漣嶺の登り下りの方が南駒ヶ岳より難しく感 じる。南駒ヶ岳より岩稜部分の登山道間違いやすいところ何か 所かありまた。2450mぐらいたまは松の藪漕ぎでした。5日は晴 天に恵まりましたが6日は8:00ころから小雨になり11:00 頃より本降り風が強くあいにくの天候でした。
516	ハイキング	東北	会津駒ヶ岳	9/4	9/5	9/4町田5:30=6:00愛川IC=9:00西那須野塩原IC =12:00滝沢登山口駐車場…16:30駒の小屋(自炊・泊) 9/5小屋5:00…5:20会津駒ヶ岳5:40…6:40中門岳…8:20 駒の小屋8:30…11:40滝沢登山口駐車場12:00=16:30西那 須野IC=20:00町田駅解散	金曜日にもかかわらず、駒の小屋は、ほぼ満員状態。ここは、 食事が出ない山小屋のなので各々グループごとに自炊なが ら、いろいろな情報交換に盛り上がることしきり。翌日の山頂 アタックも雨の行軍となった。時々雲が切れてガスが無くなり そうになるので、中門岳と会津駒ヶ岳を2周回もしたものの、 結局楽しみにしていた眺望は得られなかった。しかし、駒の 小屋前の大きな池の逆さ駒や、中門岳に至る木道はさつとガスが 晴れ、そこそこ楽しめた。滑る木道で2回も転倒したのは、景 色を見ながらよそ見が原因だったようで、ケガがなかったこと は幸いだったが慎重にいきたいものだ。
517	ハイキング	中央アルプス	木曽駒ヶ岳・空木岳	9/4	9/6	9/4車にて駒ヶ根・菅の台バスセンター(車中泊) 9/5バ スセンターバス 6:15=しらび平 ロープウェイ 7:00=千 畳敷…宝剣山荘…木曽駒ヶ岳…宝剣山荘…宝剣岳…極楽 平…16:00檜尾避難小屋 9/6小屋5:00…熊沢岳…木曾敷 越…13:30空木岳…駒石…ヨナ沢の頭…池山小屋…林道 終点…菅の台16:00	檜尾避難小屋から空木岳までの道のりは、アップダウンの繰り返 しですがさすがに堪える。中央アルプスも山が雄大で、アプロ チも長いことを実感した山行でした。
518	ハイキング	上越	越後駒ヶ岳	9/5	9/6	9/5町田 6:00=愛川IC=小出IC=10:50枝折峠…明神 峠…道行山…小倉山14:00…前駒…16:00駒の小屋(泊) 9/6小屋6:30…越後駒ヶ岳7:00…前駒…小倉山9:10…道 行山…明神峠11:30…枝折峠P12:00=小出IC=愛川IC =20:00町田	登山口から暫くは晴れ間あり、途中からガスの為視界なし。予 定通り駒の小屋着約16名泊、広い床の間でマットと毛布を借 用して安眠できた。・6日は晴れて早朝山頂を踏む。山頂は3 60度バノラマで山容がクッキリと眺められた。下山途中も薄 日の差す中、少し紅葉を愛でながら楽しい山歩きを堪能!下山 したら小雨が降り出すというラッキーな山行であった。
519	ハイキング	中央沿線	大蔵経寺山	9/5	9/5	町田5:55=八王子=8:02石和温泉8:20…物部神社…山神神 社…10:10大蔵経寺山…11:50深草山…13:20岩堂峠…深 草観音…15:10要害山…15:30要害温泉=甲府=八王子=町 田	大蔵経寺山までは暑かったが、根根は涼しい風がそよいでい た。岩堂峠分岐からはp989鹿穴を巻道で歩いた為、余裕が 出て岩堂峠にて、時間と体力を見てメンバー総意のもと、要害山 に寄ることに決めた。メンバーの案で、青春18きっぷも利用で きた。甲府北口の小作の「ほうとう」がおいしかった。
520	ハイキング	奥秩父	横尾山・五郎山	9/5	9/6	9/5町田マツキヨ前6:10集合=相模原愛川IC=小淵沢IC=町 田市自然休暇村休暇村10:50…五郎山登山口…マツキヨ ノ頭…14:15五郎山…(往路下山)…16:50休暇村(泊) 9/6休暇村7:00=信州峠7:40…9:20横尾山…(往路下山) …10:50信州峠=増富の湯=須玉IC=相模原愛川IC=町田	五郎山の岩場は難行を覚悟していたがあっけなく通過するこ とができた。横尾山は曇天ながら金峰、瑞穂、茅ヶ岳、八ヶ岳と 富士山まで見渡すことができた。町田市休暇村本館は宿泊2500 円1500朝500。生ビールはサーバー不調で飲めなかったが大びん 420とリーズナブル。
521	ハイキング	甲府	羅漢寺山	9/5	9/5	町田9:18=甲府駅=9:30グリーンライン昇仙峡バス停…昇 仙峡渓谷…12:00羅漢寺山…14:50昇仙峡口バス停	タクシーで降りる場所が違ってコースが計画書と逆になっ てしまいました。昇仙峡渓谷でのんびり、ゆったりしたので ロープウェイを利用しました。

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
522	ハイキング	富士・御坂	富士山	9/6	9/7	9/6相原駅10:00=12: :50須走り5合目13:00…17:10富士山頂…18:00大湯館(泊) 9/7太陽館8:00…10:00須走り5合目下山=自宅	
523	ハイキング	伊豆・箱根	明神ヶ岳	9/6	9/6	町田6:36=新松田=大雄山駅 タクシー=道了尊(最乗寺)8:30…明神岳見晴小屋…神明水…明神水…11:45明神ヶ岳(昼食)12:15…萩山分岐…明神平別荘地…宮城野15:00(解散)	心配していた雨も、宮城野の舗装道路に出るまで我慢してくれ、秋の七草(ナデシコは会えず) や吾も紅、マツムシソウ、キンミズヒキなど色とりどりの花を楽しむことができました。分岐から宮城野別荘地へ下る森林管理道路は、かなりのヤブで足元に注意した。
524	沢登り	丹沢	セドの沢左俣	9/6	9/6	渋沢駅大倉行きバス停発7:36=7:55大倉…風の釣り橋下8:10=8:40戸沢出合9:00…セドの沢左俣…13:45表尾根…政次郎尾根…15:10戸沢…16:00風の吊り橋=大倉=渋沢=町田	前に埼玉のグループがいて、待ち時間もあったが、2つの大滝ではNさんのアドバイスをいただき、8人という集団には手際よく登ることができた。固有種のサガミジョウロウホトトギスは何箇所かで見ることができて感激!今年は花が大きい。最後は1つ手前で右俣に入ってしまったため、通常よりも少し下の登山道に出て終了した。
525	ハイキング	八ヶ岳	赤岳	9/11	9/12	9/11町田駅6:10=甲府=茅野=美濃戸口11:05…美濃戸山荘…南沢…15:50行者小屋 泊9/12行者小屋6:05…地藏尾根…8:40赤岳9:10…文三郎尾根…10:50行者小屋11:55…12:25赤岳鉱泉…北沢…美濃戸山荘…14:55美濃戸口=茅野=八王子=町田	金曜日曜の山行は人に煩わされることが少なく、快適な山旅だった。ヘルメットデビュー。意外と快適だった。登山学校以来の赤岳だったが、記憶にないことが多く、“連れられ登山”だったと感じる。地藏尾根はこんなに嫌な感じだったか(怖がりの自分にとって)…登りに使って正解だった。(登山学校の時はお下りに使用)
526	ハイキング	南アルプス	仙丈ヶ岳	9/11	9/12	9/11町田駅23:00=9/12芦安温泉P1:00=北沢峠7:20…馬ノ背ヒュッテ9:40…仙丈ヶ岳11:25…北沢峠14:50=甲府市内宿泊18:30 9/13=町田12:00	台風後の天気恵まれ、視界の良い山行でした。北岳・間ノ岳・甲斐駒ヶ岳等の南アルプス目前に見えました。
527	沢登り	上越	東黒沢=ナルミズ沢	9/11	9/13	9/11相模原21:00=高尾山IC= (圏央道、関越道) =水上IC=土合駅23:30(仮眠) 9/12土合駅5:45=土合橋駐車場6:00…入渓6:15…ハナゲの滝6:35…白毛門沢出合7:00…尾根横線10:00…ツンボキ沢出合11:10…広河原11:35…大石沢出合13:15(暮営) 9/13大石沢出合5:40…大滝6:40…二俣7:20…尾根横線9:00…ジャンクションP9:40…朝日岳10:30…笠ヶ岳11:50…白毛門12:40…土合駐車場15:00=風和の湯=水上IC=各所(解散)	ナメの東黒沢を遡行後、ナルミズ沢に出て快適な大石沢出合の左岸でタープ&テント泊。薪も豊富にあり、盛大に焚き火を楽しむ。夜間にやや雨が降ったが、増水もなくナルミズ沢の美渓を堪能した。左俣上部で一部崩れた雪渓が残っていた。
528	ハイキング	陣馬・高尾	石老山	9/12	9/12	町田駅7:41=8:45相模湖駅9:00=9:15石老山入口…顕鏡寺…11:30石老山12:00…大明神展望台…14:30プレジャーフォレスト前16:05=相模湖駅=町田	顕鏡寺にある白蓮の墓(宮崎家の墓)は駐車場の先を更に行った墓地の一番外側であった。プレジャーフォレスト入口を入った所にある相模湖温泉「うるり」は1000円(タオル付)は昨年に作られたが、ゆったりしておりお奨めである。
529	ハイキング	丹沢	大山	9/12	9/12	8:00愛甲石田=日向薬師駐車場8:30…梅ノ木尾根…大沢分岐…P893…11:30大山12:00…P893…鍵掛…鍵掛沢・屏風沢中間尾根下…ふれあいの森キャンプ場…15:00日向薬師駐車場=愛甲石田駅(解散)	日向薬師の彼岸花の群生が咲き始めていた。
530	ハイキング	富士・御坂	滝戸山・塩ノ山	9/12	9/12	町田6:10=鶯宿峠9:30…10:10滝戸山…11:00鶯宿峠…ナンジャモンジャの木=塩山温泉13:20…13:50塩ノ山…向嶽寺…14:30塩山温泉=町田	ショートコース2山の山行。滝戸山では登山者は他になし、キノコ採りの人に会うのみ。塩ノ山は四方の山が由來らしくSALTとは関係が無いようであるが古今和歌集にもでてる由緒ある山です。
531	岩トレ	御坂	三つ峠屏風岩	9/12	9/13	9/12八王子18:25=18:33高尾18:45=20:12石和温泉20:13=20:52三つ峠入口…22:20裏三つ峠登山口(幕) 9/13三つ峠裏登山口5:50…屏風岩 7:00岩トレ 15:30終了15:50…17:20グリーンセンター(入浴)18:35=三つ峠駅18:50=大月=八王子20:10 解散*中央カンテ、地藏左、十字クラック、クローワール、リーダーピッチなどで岩トレ	石和温泉からのバスで前夜に裏登山口に入ったが、約1時間半弱を要する。それでも、朝早くから岩トレをやる事が出来てとても充実した一日となった。ただ、午前中にクローワールをチョンが無くして登ったが、力尽きた感があり、最後は気疲れてイマイチだった。それでも地藏のリードも交代でやることができ、大変に楽しい岩トレだった。
532	ハイキング	南アルプス	小太郎山	9/13	9/14	9/13町田6:18=甲府9:00=広河原11:10…12:55白根御池(暮営) 9/14テン場5:20…7:00分岐…8:20小太郎山8:45…分岐…11:20テン場12:50…13:20広河原14:00=甲府(解散)	この山は北岳を目指す登山客にとっては眺めるだけの山なので分岐からは誰にも会わない静かな山行。眼の前の甲斐駒・仙丈・北岳のどっしりとした山、遠くはアルプスの山々を眺めながら過去の山行を語り合う。テン場代は今なお500円。安い!
533	ハイキング	陣馬・高尾	陣馬山	9/13	9/13	JR町田駅=八王子駅=高尾駅=相模湖駅8:10…与瀬神社…大平…明王峠…奈良子峠…陣馬山11:25…(一の尾根)和田バス停13:35=藤野駅(解散)	天気がもってくれて、近場の山で初秋の日を楽しんだ。
534	ハイキング	上越	荒沢岳・未丈ヶ岳	9/13	9/15	9/13八王子17:00=小出IC=奥只見シルバーライン=銀山平森林公園暮営森林公園9/14荒沢岳登山口6:15…前山…前くら下…前くら…10:50荒沢岳11:25…15:20登山口9/15泣き沢6:40…三又口…974P…11:00未丈ヶ岳11:20…974P…三又口…15:30泣き沢=小出IC=八王子	荒沢岳は越後駒から眺めていたなだらかに見える山容と全く違う登山道。実際は急登も多く 柱状節理状の岩壁の直登とトラバースも長く、毎年6月取り付けの鎖、梯子が無かったら一般登山者では登れません。今年の干支「未」の付く山の未丈ヶ岳は蛇の多い山で有名。Pから三又口までは草は殆ど刈り払いされておらず 蛇が出て臭い匂げない。現に マムシ一匹、赤い細い蛇、黒っぽい蛇の三匹に遭遇。マムシはなかなか退かない事が分かりました。登山道はあまり整備されていませんが展望は素晴らしいです。
535	ハイキング	富士・御坂	御坂黒岳	9/13	9/13	J R町田6:18=八王子=大月7:51=8:43河口湖 バス9:00=9:25三つ峠入口 9:40…御坂峠11:25…御坂黒岳12:30…新道峠14:10…大石Pハンソウ村16:30着…河口湖自然生活館 16:35(バス)=17:10 河口湖バス17:30=町田	御坂峠への登山道は、登り口は雑草が茂っていたが、その後は歩き易い幅広い旧街道で登山道と思えない趣。黒岳頂上からは富士山の展望が素晴らしい。河口湖駅からは8月から営業を始めたばかりの町田バスセンター行き直通高速バスに乗り(料金は片道1800円で電車より400円安かった)。帰路は乗り換えなし、トイレ付きバスのため、快適なバス旅でした。中央高速の渋滞で町田着が1時間遅れたが、それでもゆっくりと休息が取れる良いバス旅でした。皆様にお勧めです。
536	ハイキング	富士・御坂	宝永山	9/14	9/14	町田7:00=東名道・御殿場IC=表富士宮5合目P…6合目経由…火口底…宝永山…樹林帯経由…5合目P 下山して温泉入浴=帰途	
537	岩トレ	湯河原	暮岩	9/15	9/15	JR湯河原駅8:55=暮岩公園駐車場…暮岩で岩トレ15:00=湯原 桃源郷(5.7~5.10a)、シンデレラフェース(5.7~5.8)	下部桃源郷は少し蒸し暑かったが、上のシンデレラフェースは風があって涼しかった。他には1パーティのみでゆっくり練習できた。
538	岩トレ	甲府	太刀岡山	9/16	9/16	相模湖駅6:40=太刀岡山駐車場8:40…左岩稜…太刀岡山駐車場14:30=双葉S A=相模湖駅	
539	ハイキング	中央アルプス	木曾駒ヶ岳	9/18	9/19	9/18大月7:21=八王子=岡谷=11:54駒ヶ根 バス12:00=しらび平12:45=ロープウェイ13:00=千畳敷13:07…乗越浄土14:32…宝剣山荘14:40 9/19山荘6:00…分岐(巻道)6:12…駒ヶ岳6:55…中岳7:21…宝剣山荘7:37…宝剣岳8:05…極楽平…千畳敷ロープウェイ9:45=しらび平9:52バス10:05=駒ヶ根=岡谷=八王子=大月	ロープウェイで連瀑の滝と染まりだした山並みの紅葉を愛で7分間の空中散歩を楽しむ。がカールを歩き始めると ガスが始め雨の出発となった。翌日は嘘のように晴れ渡り360度の景観を楽しみ、念願の宝剣岳を越えた。 嬉しかった。シルバークの初日は通常30分間隔のロープウェイが9分間隔と大賑わいであった。

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
540	ハイキング	北アルプス	槍ヶ岳	9/18	9/21	9/18町田21:30=愛川IC=松本IC=沢渡(途中仮眠) 9/19沢渡=6:15上高地7:25=徳沢9:30=横尾11:10=槍ヶ岳キャンプ場14:00(暮営) 9/20キャンプ場6:30=天狗原分岐8:10=槍ヶ岳10:50=槍ヶ岳キャンプ場16:00(暮営) 9/21キャンプ場6:30=徳沢8:50=上高地11:30=沢渡=松本IC=愛川IC=町田22:00(解散)	三日間晴天に恵まれ良い山行が出来た。槍ヶ岳からは色づき始まっていた。
541	ハイキング	北アルプス	裏銀座縦走	9/18	9/21	新宿 バス 23:00=9/19 4:00七倉ダム タクシー 5:30=6:00高瀬ダム=11:00鳥帽子小屋=13:00鳥帽子岳=14:00鳥帽子小屋(テト泊) 9/20小屋4:20=5:40三ツ岳=7:50野口五郎岳=10:50水晶小屋=水晶岳=14:00鷲羽岳=15:20三俣山荘(テト泊) 9/21山荘4:30=5:30三俣蓮華岳=6:45双六岳=双六小屋=9:35鏡平山荘=12:20わさび平小屋=13:15新徳高温泉 バス14:45=23:35新宿	鷲羽岳、野口五郎岳、槍ヶ岳等のまさに北アルプス山銀座と初秋の紅葉を目と足で充分味わえた。しかし小屋、テント場そして帰りの高速道路は二度とは味わいたくない混み具合でした。
542	ハイキング	北アルプス	西穂高・独標	9/18	9/19	9/18松本駅 バス11:05=平湯 12:40=新徳高ロープウェイ=西穂高口14:20=丸山=15:30西穂山荘泊 9/19山荘6:15=独標往復=山荘10:00=上高地13:00=松本=町田	天気にもまれて北アルプスの展望を満喫できた。スケッチハイクとしてもいいコースであった。新人、カメラ、俳句と多彩なメンバーで心に残る山行となった。
543	ハイキング	上越	高妻山	9/19	9/21	9/19小田急相模原7:08=大宮=10:32長野=善光寺お参り=長野=14:34戸隠中社=『山の庭 タンネ』泊 9/20宿=戸隠牧場5:00=6:57=不動避難小屋=8:03五地蔵山 8:15=10:23高妻山11:02=12:44六弥勒12:53=15:00戸隠牧場=宿 9/21宿8:50=戸隠奥社バス停9:00=9:40戸隠神社奥社=鏡池=戸隠神社中社=戸隠神社中社バス停14:37=15:45長野駅=大宮=小田急相模原	高妻山はコースタイムが長く、疲れました。登りは一不動避難小屋までは何回も小さい沢を渡り返すコースで、降水直後は難しいのではないかと思います。ここからはアップダウンの繰り返し、最後は山頂に向かって長い急登でした。下りは六弥勒から新道を利用。木の根や笹の根で大変滑りやすい急坂でした。翌日はパワースポットとして人気の戸隠神社奥社を参拝。宿泊した『タンネ』はバス停や登山口までの送迎、お弁当も有り。夕食はおしゃれでおいしい洋食のコース料理でした。
544	ハイキング	中央アルプス	木曾駒ヶ岳	9/19	9/20	9/19自宅=高速バス=駒ヶ根インター=すずらん荘=周辺観光=すずらん荘(泊) 9/20 5:15しらび平=6:07ロープウェイ千畳敷=9:05木曾駒ヶ岳=12:00千畳敷=12:35しらび平=帰宅	麓に前泊することにより宿泊者先行バスに乗ることができた。天候に恵まれ早く紅葉が始まる千畳敷カールや山頂からの展望を堪能することができた。下山は上り下りが入り混じり渋滞となった。
545	ハイキング	八ヶ岳	真教寺尾根～赤岳～権現岳	9/19	9/20	9/19町田6:06=小淵沢=清里 タクシー=たかね荘10:30=13:20扇山(暮営) 9/20扇山4:30=7:40赤岳8:00=11:00権現岳11:55=三ツ頭=天女山入口15:20 タクシー=甲斐大泉=小淵沢(解散)	連体中とあって赤岳～権現岳、特に赤岳直下は多くの登山者で賑わっていた。初めて歩いた真教寺尾根、権現岳～天女山のコースは静かな山行を楽しむことができた。
546	ハイキング	中央アルプス	木曾駒ヶ岳、乗鞍岳	9/19	9/22	9/19町田=駒ヶ根IC=ルートイン駒ヶ根泊 9/20ルートイン駒ヶ根=千畳敷10:45=12:55駒ヶ岳13:15=15:00千畳敷=望岳荘泊 9/21望岳荘=豊平11:30=13:30剣ヶ峰13:45=15:45豊平=観光センター=こまきさホテル泊 9/22こまきさホテル=松本IC=町田	SW中の木曾駒ヶ岳、乗鞍岳は人がとても多く混雑してしまっていた。バスやロープウェイで山頂近くまで気軽に行けるだけあって登山者だけでなく観光客もいて歩行の際に苦労しました。
547	ハイキング	南アルプス	白根三山縦走	9/19	9/21	9/19相原駅18:00=22:10奈良田駐車場(仮眠) 9/20奈良田5:30=6:15広河原6:40=二股=肩の小屋=北岳=間ノ岳=17:15農島小屋(暮営) 9/21農島小屋5:15=農島岳=大門沢下地点=14:55奈良田駐車場	
548	ハイキング	北アルプス	毛勝山	9/19	9/22	9/18魚津ICバス停13:30 タクシー=14:00片貝山荘(泊) =登山口確認 9/19停泊(雨のため) 9/20山荘5:00=(西北尾根) =13:30毛勝山14:00=15:00南峰鞍部(暮営) 9/21テン泊7:00=8:00毛勝山9:00=片貝山荘15:00 タクシー=魚津市旅館 9/22魚津=町田	念願の剱岳北方稜線の毛勝三山に。秋晴れの中をスタートしたが、毛勝山までで予想以上の時間と体力を使ってしまった。南峰から更に歩を進め下るが、鞍部に入る体力と時間の限界を感じ、鞍部に適地を見つけて暮営、往路を戻る。毛勝山頂は広い草原状で、剱岳はじめ後立山連峰の大展望、日本海も眺められる。暮営地の夜は、星と月と、昼間見た山々の小屋の灯りであるうか、大きくなって間近見える。翌朝は濃霧で往路を戻る。暮営地で通じた携帯電話が山頂では通じず、朝一番の登山者を待って帰りのタクシーを依頼してもらった。
549	ハイキング	北アルプス	爺ヶ岳～唐松岳	9/19	9/22	9/19相原駅15:00=高尾山IC(圏央道、中央道)=安曇野IC=大町19:30(泊) 9/20大町5:30(タクシー)=柏原新道登山口6:00=9:20種池山荘=爺ヶ岳南峰10:30=爺ヶ岳中峰11:10=冷池山荘12:35(暮営) 9/21テン場5:00=布引岳6:00=鹿島槍ヶ岳南峰6:50=鹿島槍ヶ岳北峰8:00=9:30キレット小屋10:00=五竜岳14:20=五竜山荘15:30(暮営) 9/22テン場5:00=7:40唐松山荘7:50=唐松岳8:25=8:45唐松山荘9:05=八方池山荘11:20=八方ゴンドラ乗り場11:50=(タクシー)=大町12:30=日帰り温泉14:30=橋本駅19:30	天候に恵まれ、終始立山、剱の山々を眺めながら岩稜縦走を楽しんだ。5連休でもあり、冷池山荘、五竜山荘ともテント場は激混みでテントを張る場所を探すのに苦労した。
550	ハイキング	北アルプス	餓鬼岳～燕岳	9/19	9/22	9/19成瀬9:07=町田=八王子=松本=信濃大町15:03着=五十畑臨時 9/20タクシー=白沢登山口6:00=餓鬼岳小屋15:45餓鬼岳16:00=餓鬼岳小屋泊 9/21小屋6:00=燕岳=燕山荘泊15:50 9/22山荘6:10=中房温泉10:20=有明荘=穂高(バス)=帰京	餓鬼岳の山頂からは、燕岳に続く稜線の錦の紅葉が見え素晴らしい。燕岳から燕岳までは静かな山歩き。燕岳山頂は、写真撮る人で大混雑、燕山荘も大勢の宿泊客で大混雑。4時前に着くも夕食は7時50分。こんな遅い小屋食は初めて！好天に恵まれ、この秋一番の紅葉と言われ大満足の山行でした。
551	ハイキング	丹沢	丹沢山	9/20	9/20	4:45自宅=6:30大倉駐車場(車デポ)=大倉尾根=9:20=9:40塔ノ岳=10:25=10:45丹沢山=往路を戻る=15:00駐車場=18:00自宅	
552	ハイキング	八ヶ岳	ニュー	9/20	9/21	9/20JR町田6:18=松原湖駅=バス=稲子湯12:00=こまどり沢=しらびそ小屋14:30(泊) 9/21小屋6:30=中山峠=ニュー10:00=シャクナゲ尾根=稲子湯13:40=バス=松原湖=町田	
553	ハイキング	丹沢	弘法山	9/20	9/20	海老名8:19=8:41栗野駅8:45=9:45権現山10:30=11:00弘法山11:15=東海大学前=海老名	鶴巻温泉の風呂は休日1000円と高いため、東海大学前に下山して「さざんか」に入る。天然温泉で、休日750円でサービスも良かった。
554	ハイキング	北アルプス	白馬鍾温泉	9/20	9/22	9/20新宿 バス9:30=白馬町着14:14=かくひら館泊 9/21宿6:00=猿倉山荘発7:30=小日向山温泉9:30=杓子沢10:00=鍾温泉小屋着 9/22小屋発6:30=杓子沢7:20=小日向山温泉=猿倉山荘10:20タクシー=白馬ロイヤル=白馬町バス停発15:35=新宿	お天気に恵まれ、素晴らしい眺望と予想以上にお花が多く楽しんで歩きました。連休なので小屋は定員オーバーで混んでましたが温泉に入りながら満天の星、素晴らしいです。村上さんは流れ星をみました。帰路は道路渋滞で遅くなりました。
555	ハイキング	上越	妙高山	9/20	9/22	9/20町田駅11:00=愛川IC=15:30妙高高原IC=16:00カナディアンハウス(泊) 9/21カナディアンハウス5:00=5:40笹ヶ峰駐車場=7:30黒沢=8:20富士見平=9:20高谷池ヒュッテ=9:55天狗の庭=11:50火打山=13:30高谷池ヒュッテ=14:50黒沢池ヒュッテ(泊) 9/22ヒュッテ5:50=6:20大倉乗越6:30=7:50妙高山9:30=0:50大倉乗越11:15=11:30黒沢池ヒュッテ=12:30富士見平=14:20笹ヶ峰駐車場14:40=妙高高原IC=22:00町田駅解散	火打山は、楽で妙高山の岩稜は2日目の疲れも重なって厳しいと予想していたが、意に反してピーカンの妙高山には、山をやって本当に良かったと痛感した。白馬岳・剱岳が目の前で、槍・穂高岳の眺望の素晴らしさで疲れは全く感じることなくむしむしあつけない印象だった。遠く富士山もはっきり見えたのには感動の声を皆であけた。ただし、黒沢池ヒュッテの食事は最悪、自炊がお薦め。

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
556	岩登り	南アルプス	北岳バットレス下部 ブランケ〜Dガリー奥壁	9/20	9/22	9/20 9:00芦安駐車場集合 芦安駐車場9:55〜広河原 10:53〜13:30御池小屋(暮) 9/21テント3:00〜4:00二俣 …5:30取付 五尾根支稜・下部フランケ・Dガリー奥壁 …北岳山頂14:30…テント17:00 9/22御池小屋7:00… 9:20広河原10:15〜11:13芦安(入浴)〜町田(解散)	晴天に恵まれ快適な山行でした。
557	ハイキング	陣馬・高尾	草戸山	9/21	9/21	京王よみうりランド駅8:31=9:25高尾山口9:50…草戸峠 …11:30草戸山12:20…ふれあい休憩所…金比羅宮… 14:40城山総合事務所入 バス14:46=橋本駅15:03	思ったよりアップダウンがあり、日頃の運動不足もあり疲れ ました。
558	ハイキング	丹沢	塔ノ岳	9/21	9/21	鶴川=新松田=玄倉8:05…ユーシロロッジ11:00…尊弘ノ 土平12:10…13:40塔ノ岳14:00…堀山の家15:10…16:40 大倉=渋沢=鶴川	ユーシンから先の林道は荒れていた、特に熊木沢出合からはひ どい状態であった。 塔ノ岳直下の水場の水量は、湯水期の状 態より悪くなっていた。
559	岩登り	南アルプス	北岳バットレス五尾 根支稜〜四尾根	9/21	9/23	9/21新宿西口 東京モード学園前バス発着場所21:20集 合 22:00新宿=芦安 天笑園 仮眠 9/22芦安=6:13広河 原6:15…8:00二俣…ルート探索9:00…11:00バットレス 取付…11:30五尾根支稜(混雑によりDガリー大滝)…横断 バンド…13:00四尾根支稜…14:00第四尾根上…18:25 山頂…18:50北岳肩の小屋(泊) 9/23肩の小屋5:40…8:10 広河原=芦安=甲府=八王子 解散	秋のバットレス。なぜか取り付きで迷い、変な所から四尾根に 無理やり上がった。でも、ビバーク装備を担いでのルートを探 しながら登攀は、充実感たっぷりだった。その後の四尾根は快 適だったが北岳はすっかり秋で、夜は肌寒かった。
560	ハイキング	丹沢	塔ノ岳	9/22	9/22	渋沢7:02 バス=7:18大倉7:25…9:00駒止茶屋…堀山の家 …10:20花立山荘…10:50塔ノ岳11:30…11:50花立山荘… 12:30堀山の家…13:00駒止茶屋…14:10大倉 バス=渋沢	上り初めは暑かったが、途中からは爽やかな秋風に吹かれ気持 ちよく歩けた。シルバーウィークと快晴で登山客が多かった
561	ハイキング	奥武蔵	日和田山	9/22	9/22	町田駅7:08=八王子=8:23東飯能8:03=8:43東吾野…福徳 寺…10:05…10:40ユガテ11:00…北向日蔵…12:25物見山 13:05…13:50日和田山…14:45<巾着田で彼岸花観賞> …高麗駅=東飯能=町田	福徳寺から橋本山を経由してユガテに通じる新たな登山道(旧 飛脚道)が、地元の日岳会が整備された。おかげで車道歩きを しなくてもすんだ。好天に恵まれ里山歩きを楽しんだ。巾着田 は満開の彼岸花(曼珠沙華)が旺盛。多くの観光客で賑わっ ていた。
562	ハイキング	陣馬・高尾	高尾山	9/22	9/22	高尾=高尾山口8:40…10:00高尾山10:15…12:00小仏山 12:20…14:45相模湖15:15=八王子	全盲女性は初めての登山ということで緊張しましたがお天気に も恵まれ無事に下山できました
563	ハイキング	伊豆・箱根	矢倉岳	9/23	9/23	町田7:06=7:45新松田8:10=矢倉沢9:00…11:00矢倉岳… 14:20地藏堂=新松田=町田	大塚光峯ちゃんを交えた 癒し山行になりました。明日で2歳 を迎える光峯ちゃんは 登りも下りも 一部歩き たくましさ も感じました。矢倉岳山頂はススキに覆われ 大涌谷も眺め 秋の気配を感じました。
564	ハイキング	奥武蔵	棒ノ折山	9/23	9/23	鶴川=町田=川井9:30=清東橋9:50…奥茶屋…11:40棒ノ折 山12:20…白谷沢…14:10名栗湖…14:35さわらびの湯=東 飯能=鶴川	白谷沢の白孔雀の滝あたりの道は荒れているので、初心者には注 意が必要だ。
565	ハイキング	尾瀬	尾瀬ヶ原	9/24	9/25	9/24町田20:00=関越道=沼田IC=戸倉P23:00 仮泊 9/25 戸倉P7:30=鳩待峠8:00…山の鼻9:10…竜宮十字路10:45 …ヨッピー吊り橋11:20…山の鼻12:50…鳩待峠14:10=戸倉 P14:40=沼田IC=町田20:00	天候が悪く至仏山をあきらめ尾瀬ヶ原散策に切り替えました。 秋の訪れの黄金色の草紅葉を堪能しました。
566	ハイキング	上越	苗場山・佐武流山	9/24	9/26	9/24町田14:39=新宿=大宮=16:56越後湯沢駅(タク シー) 15:40=和和小屋(泊) 9/25小屋5:50=神楽峰 =10:00山頂10:40…フツベノ平1:15…3:15赤湯(泊) 9/26赤湯7:45…小日橋…12:00本橋バス停12:40=バス=越 後湯沢13:56=16:30町田	行動日が雨天のため現地に計画変更、苗場山より昌次新道を 下山しました。蔵川コースは下ノ芝あたりから紅葉を楽しまし ました。山スキーコースの夏バージョンは想定以上に楽しまし ました。昌次新道は思った以上に大変なコースでした。尚、計画書 コース高倉山からナラズ山は足跡はあるが藪状態との情報を宿 より伺いました。
567	ハイキング	南アルプス	鳳凰三山	9/26	9/27	9/26町田6:06=八王子=8:09甲府 タクシー=夜叉神峠登山 口9:35…夜叉神峠10:45…12:05大崖山頂12:20…葛平 14:10…14:40南御室小屋(暮張) 9/27小屋5:20…薬師岳 7:55…観音岳7:30…8:55地藏岳9:25…10:00鳳凰小屋 10:20…11:30白糸滝…15:05青木鉱泉15:10 タクシー=韭 崎16:10=八王子=19:30町田	登山も天候不順の予報であったため張りしなく空いて 居りました。2日間とも薄日がさし天候に恵まれラッキーで した。また、山頂付近は紅葉の最盛期で素晴らしいおまけをい ただきました。ドンドコ沢の下りは長く大変でした。青木鉱泉 〜韭崎駅までのジャンボータクシーは5人以上だとバス代より お安いです。
568	沢登り	奥秩父	鶏冠谷右俣	9/26	9/27	9/26集合20:00中山駅北口=20:30町田駅=23:00西沢溪谷 道の駅みとみ(暮宮) 9/27道の駅みとみ6:30=6:40西沢 溪谷入口市営駐車場…7:40入渓点…10:40左俣・右俣出 合…13:20 30m滝上…14:00大滝下…登山道14:30…西 沢溪谷入口市営駐車場16:30=帰宅	曇り。入渓点は暗いが、沢中は明るくナメとナメ滝が続く。倒 木多し。巻き道は地面が緩く注意。ロープは最低限使用。詰め は、40m滝下の左岸の支沢から戸渡尾根のジャクナグの林を 避けつつ登山道に上がり徳ちゃん新道を下山した。
569	ハイキング	中央沿線	棚横手山・甲州高尾 山	9/27	9/27	JR町田6:18=八王子=8:07勝沼ぶどう郷 タクシー=大滝不動 尊8:45…10:15棚横手山…11:25甲州高尾山12:10… 13:50大善寺 タクシー=14:30ぶどうばたけ 16:40… 16:50勝沼ぶどう郷駅=八王子=19:00町田	登山口から稜線への一部上り道と大善寺への下山道はやや急な 斜面である。棚横手山から甲州高尾山へ続く尾根道は開けた稜 線で心地よい山歩きであった。曇りで富士山の展望を見れな かったが残念でした。
570	ハイキング	大菩薩	大菩薩峠	9/27	9/27	町田6:00=愛川 I C=勝沼 I C=大菩薩峠登山口8:15… 10:20丸川荘…12:15大菩薩峠…13:25大菩薩峠…上日川 峠14:30…16:00大菩薩峠登山口=勝沼 I C=相模原 I C= 潮野辺	大菩薩峠の西と南では登山者数が大違い。丸川峠は静かな山 行であったが大菩薩峠はツアーも含め多くの登山者がいて混 雑していた
571	ハイキング	北陸	経ヶ岳・能郷白山・ 鷲ヶ岳	9/27	9/28	9/27平湯=飛騨清見IC=白鳥IC=奥越高原自然の家9:40… 三角山…11:30保月山12:10…12:50杓子岳13:20…15:00 奥越高原自然の家=麻耶姫湖青少年旅行村 9/28旅行村 =国157=温見峠6:50…8:50能郷白山9:30…11:00温見峠 =平湯16:05=松本=町田	福井県の三百名山の経ヶ岳は残念ながら 最短登山口の有る法 恩寺林道が探せず 時間切れで途中引き返しました。二百名山 の能郷白山は 歩程も短いので平日にも拘わらず 遠い他府県 からの登山客で賑わっていました。一等三角点を目指した登山 客も居ました。
572	ハイキング	丹沢	大山	9/28	9/28	秦野駅=養毛10:30…11:30ヤビツ峠…12:40大山山頂… 13:40大山下社…女坂…追分…14:15大山ケーブル駅=伊 勢原	山頂付近ではホソエノアザミがたくさん咲いていました。
573	ハイキング	日光・那須	日光白根山	9/28	9/29	9/28町田6:30=東名=東北道=宇都宮=日光 I C=11:00日光 東照宮=中禅寺湖畔=16:00丸沼高原(泊) 9/29 8:00日光 白根山ロープウェイ=山頂駅8:30…11:00日光白根山 11:30…14:00ロープウェイで下山・入浴15:00=沼田 I C =関越道=圏央道=町田19:30	見事な紅葉を楽しめました。
574	ハイキング	奥多摩	雲取山	9/29	9/29	9/26 J R 町田 6:29=八王子=立川=8:21奥多摩バス 8:35=9:15お祭りバス停10:00…塩沢橋…青岩谷橋…14: 00三條の湯(泊) 9/27 6:30発…青岩鍾乳洞分岐…三條 ダルミ…10:05雲取山…小雲取山12:35七ツ石山…堂所… 小袖乗越…13:10鴨沢バス停16:03=奥多摩駅=八王子=町 田	朝、横浜線が少し遅れたが1時間程の遅れで済んだ。ガスった 林道歩きは沢の音で癒されながら快適に三条の湯に到着する。 ゆっくり温泉に浸かり夕食まで歓談した。先輩の話と山の歌で 新人さん満足して頂けたかな? 2日目雲取山山頂を踏む。今 回初めての人も多くいた。
575	ハイキング	丹沢	丹沢山	9/29	9/29	渋沢駅6:40=大倉7:05…大倉尾根…10:40塔ヶ岳…11:45 丹沢山…12:55塔ヶ岳…14:30鍋割山…後沢乗越…二俣… 16:50大倉=渋沢	リンドウの花が咲き、秋の深まりを感じました。丹沢山のシロ ヨメナは花盛りを過ぎていました。

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
576	ハイキング	中央沿線	要害山～兜山	9/30	9/30	町田6:24=八王子=8:38甲府駅(タクシー)=横翠寺バス停 登山口9:00…9:50要害山…11:40岩堂峠…12:10兜山 13:00…14:20兜山入口(タクシー)=山梨市駅15:02=八王子 =17:15町田	爽やかな秋晴れの下、信玄生誕の地と言われる要害山への急坂を上って行くと、堂々とした富士山が正面に見えた。山頂で、地図やパンフレット作成用の調査かと思われる数名と出会った。他は、兜山へのルートは私たちだけで静かに歩けた。低山ながら、標識・リボン等もあり、岩場コースには鎖もあるなど楽しめた。
577	岩トレ	甲府	甲府幕岩	9/30	9/30	集合場所 町田ヨドバシカメラ前(大谷車)朝6:10集 合、8:00須玉 I C 五十畑さん合流 岩場9:30～16:00 終 日クライミング	快晴無風、絶好のクライミング日和。秋晴れの日楽しくクライミングができました。イエローマウンテン5.9動物がイッバイ10b、木の実がイッバイ10c、HIVE10a、などリード、トップロープで登攀。なお太刀岡経由の林道は通行止めのため、檜山林道を利用したがダートが8kmありアプローチが厳しい。