

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
1	無雪期ハイキング	海外	ネパール・マカールBC	4/21	5/11	4/21羽田空港0:20=12:25バンコック=カトマンズ(フジ・ホテル) 4/22カトマンズ=トムリントール=ヌーム(ゲストハウス) 4/23ヌーム…シマ(幕営) 4/24シマ…エクワ(学校泊) 4/25エクワ(学校泊) 4/26エクワ…カラバタール・カルカ(幕営) 4/27カラバタール・カルカ…デオラリ(幕営) 4/28デオラリ…ダップ(幕営) 4/29ダップ…ボウレボカリ(幕営) 4/30ボウレボカリ…ドハテ(幕営) 5/1ドハテ…ヤンレ・カレカ(幕営) 5/2ヤンレ・カレカ…ランマレー(ロッジ) 5/3ランマレー…マカールBC…ランマレー(幕営) 5/4ランマレー…フェマタン(幕営) 5/5フェマタン…ドバテ(幕営) 5/6ドバテ…コンマ(ロッジ) 5/7コンマ…タシガオン(ロッジ) 5/8タシガオン…ヌーム(ゲストハウス) 5/9ヌーム=トムリントール=カトマンズ(フジ・ホテル) 5/10カトマンズ(フジ・ホテル) 5/11カトマンズ13:30バンコック22:45= 5/12=6:55羽田空港	連続16日の歩行とテント泊で疲れの蓄積、高度障害もあって、メンバー2人が一時体調不良を訴えたがなんとか無事に事故なく下山できた。4200mの雪の峠からマカール(8468m)をはじめエベレスト(8850m)のチベット側東面、ローツエ(8516m)などの高峰が眺められて感激した。今年は春先に雪が降ったので雪渓が残っていて通過に少し苦労した。また、新しいルートは誰にも会わないままに秘境のジャクナグ原生林を楽しむことができた。飛行機の遅延や車の故障は相変わらずで、これがネパールです。
2	無雪期ハイキング	九州	100名山5座他	4/28	5/7	4/28かっぱ寿司大和下和田店18:00=東名高速海老名IC=三木SA(泊) 4/29三木SA=かいもんふれあい公園P(泊) 4/30かいもん山麓ふれあい公園6:30…開開岳9:00~9:30…11:50駐車場=道の駅霧島(泊) 5/1道の駅霧島6:30=大滝池登山口7:30…韓国岳10:00~10:30…13:20駐車場=道の駅大津(泊) 5/2道の駅大津=阿蘇山周辺=鍋ヶ滝=九重沢ノ戸峠(泊) 5/3沢ノ戸峠7:00…久住山11:00~11:30…13:40牧ノ戸峠=祖母山北谷登山口(泊) 5/4祖母山北谷登山口7:00…祖母山10:00~10:30…国観峠…13:20北谷登山口=道の駅竹田(泊) 5/5道の駅竹田6:00=往路を戻る 5/6=7:30かっぱ寿司下和田店	GWを自宅より九州全て、車での移動は3,500kmあったが大渋滞には会わずに済んだ。ミヤマキリシマは咲き始め、ジャクナグが満開。萌黄色の春山は天候に恵まれ、雄大で素晴らしい眺望だった。祖母山北谷ルートは荒唐著しい。
3	積雪期ピークハント/縦走	北アルプス	白馬岳主稜、杓子尾根	4/28	5/1	4/28 町田21:30=信濃大町(泊) 4/29 大町=猿倉8:30…9:50白馬尻(ペース設営・偵察) 4/30 ベース4:45…白馬岳主稜…白馬岳11:00…ベース13:00~15:30…16:30猿倉=大町(泊) 清水はスキーで白馬沢左保滑走、毛利は大雪渓でスキー、熊は大雪渓歩行で下降 5/1大町=甲斐小泉=町田	入山日は幕営後に雨とあられただったが、主稜アタック日は晴天。ただし、風がとて強く、スキーを担いだ二人は大変だった。主稜は入山者・先行が多く、パケツが安定していたが、何か所か微妙な場所もあった。山頂直下でロープ使用。下降は意外にも5分程度の時間差だった。1日は朝から雨との予報で30日に下山したが、充実した山行だった。
4	積雪期ピークハント/縦走	北陸	笈ヶ岳	4/29	5/1	4/29 橋本5:40=東名・東海環状・東海北陸道=白鳥IC=自然保護センター15:00…シライ谷の合出(下見)…16:40自然保護センター(仮眠) 4/30 自然保護センター4:00…シライ谷合出…冬瓜山…笈ヶ岳9:50~10:10…冬瓜山…シライ谷合出…15:40自然保護センター=道の駅瀬女(泊) 5/1 泊地4:30=帰京	シライ谷までの登山道はカタクリの群生。群青の空のもと山毛櫨林の稜線を銀嶺の白山をはじめ360度の展望を満喫しながら残雪の時期にしか登れない笈ヶ岳へ。下りの2時間の急斜面は慎重に行動。復路のシライ谷は増水していて渡渉の丸木橋造りに20分余りを費やす。
5	無雪期ハイキング	湘南	三浦アルプス 乳頭山・二子山	4/30	4/30	逗子7:40=8:00境橋バス停…尾根合出10:20…乳頭山10:55…11:30南中峠(六把峠)…森戸林道終点12:20~13:30…上二子山13:55…下二子山14:20…阿部倉山15:05…15:20阿部倉山登り口…16:25森戸神社バス停16:59=17:34逗子	大沢谷は、バス停の隣りから入り、源流まで殆ど浅い沢歩き。南ノ沢は、川沿いのシダの小道。道中、手書きの標識に注意！森戸川河口は、森戸神社の隣りだが、街中の足音は分りにくい。川が、雄大な海に、節句の鯉幟と一緒に流れている景色に感動した。
6	山スキー	出羽	月山	4/30	5/1	4/30姥が岳リフト下駅8:40…月山山頂12:10…牛首下…リフト下駅14:30=朝日山の家(泊) 5/1グレンデにて滑走練習	ピーカンのお天気に恵まれた。山頂頂りは風強く緊張したがのんびりで楽しかったです。
7	無雪期ハイキング	丹沢	シダゴ山~宮地山	5/1	5/1	新松田(バス)=寄バス停9:50…シダゴ山11:00~12:30…宮地山入口13:20…田代向バス停13:45=14:20新松田	シダゴ山のワラビは少し早かったようです。予報通り昼頃には雷が鳴り始め雨がポチポチ降ってきたので急いで下る。宮地山をカットしてぐっしょり濡れて田代向バス停に下りた。
8	無雪期ハイキング	大菩薩	大菩薩嶺~小金沢連嶺	5/2	5/4	5/2小田急相模原5:15=八王子=高尾=塩山7:35=大菩薩峠登山口バス停8:20…まるかわ荘11:00…大菩薩嶺12:55…雷岩13:05~13:28…14:15福ちゃん荘テラス(幕営) 5/3テラス7:09…大菩薩峠8:10…石丸峠8:45…小金沢山10:25…牛奥ノ雁ヶ原摺山11:15…黒岳13:25…14:15湯の沢峠避難小屋(泊) 5/4小屋6:15…ハマイバ丸7:55…9:10大谷ヶ丸9:30…滝子山10:40~11:30…12:26松平12:35…林道13:35…14:15初狩	3日間、富士山に見守られながらの山歩きを楽しんだ。福ちゃん荘のテラスはテント泊初心者に最適。湯の沢峠避難小屋の水場は、到着日の夕方はいきれいな水が流れていたが、翌朝は土まじりで使えなかった。我々は福ちゃん荘から必要量の水を担いで行ったので問題なし。
9	無雪期ハイキング	関西	氷ノ山・扇ノ山・那岐山・伯耆大山・道後山	5/2	5/6	5/2町田19:58=新宿20:46=21:00東京22:00(ウイラーK142)= 5/3=姫路17:00=20:00道の駅八東(幕営) 5/4道の駅=氷ノ山ふれあいの里(氷ノ越コース)6:30…氷ノ山越…仙谷分岐…氷ノ山9:00…11:00ピストンで登山口=扇ノ山 ふるさとの森P12:45…13:35登山口…14:30(扇ノ山1キロ手前地点)…15:30扇ノ山登山口=皆生温泉(泊) 5/5宿=大山寺8:30…夏道登山口…六合目…11:10大山11:10~11:50…六合目…元谷小屋…二俣…14:00休暇村吾妻山ロッジキャンプ場(幕営) 5/6登山口6:00…6:30吾妻山…7:00登山口=道後山月見が丘P9:40…阿国牧場跡…道後山10:40~11:00…11:40駐車場=姫路=町田	中国地方東部山域の残雪は未だ半分消えそうにない状況でした。扇ノ山も登山口まで車入れず往復2時間余計に要し、又登山道全く不鮮明、地図読みするも時間切れとなり引き返しました。伯耆大山は賑わっていました。
10	積雪期ハイキング	東北	八甲田・岩木山・森吉山・鳥海山	5/2	5/7	5/2相模原2:30=高尾山IC=青森中央IC=16:00八甲田・酸ヶ湯温泉公共P16:00(幕営) 5/3酸ヶ湯温泉公共P7:30…硫黄岳9:00…仙人谷9:35…八甲田大岳10:30…大岳鞍部避難小屋(10:50~11:20)…酸ヶ湯温泉P13:10=健康温泉=弘前市内(泊) 5/4熾温泉8:20(バス)=8合目P9:10…岩木山10:15…8合目P11:50…熾温泉13:20=阿仁前田駅(日帰り温泉・クウィンス森吉)=阿仁前田(幕営) 5/5阿仁スキー場8:50= Gondola 終点9:10…森吉山10:40…阿仁スキー場P13:10=健康ランド・華の湯=秋田市内(泊) 5/6秋田=由利本荘市・日帰り温泉(はいんすば新山)9:00~13:00=秋川ヒュッテ15:00(泊) 5/7秋川ヒュッテ5:30=15:00相原	GW前半の八甲田、岩木山、森吉山は天候に恵まれ、残雪期の雪山歩きと温泉を存分に楽しめた。後半は雨で停滞の後、行程をずらしたが強風のため鳥海山、月山は中止とした。
11	積雪期ピークハント/縦走	北陸	笈ヶ岳	5/2	5/2	一里野温泉ペンション花くらみ(宿)3:30=中宮温泉ビジターセンター4:30…ジライ谷合出5:00…ジライ谷ノ頭…冬瓜平…小笈ヶ岳…笈ヶ岳11:00(往復)…冬瓜平…ジライ谷合出15:30…16:00中宮温泉ビジターセンター=一里野温泉(泊)	残雪期の雪上歩きのロングコースだが、今年は雪が豊富で快適に上り下りできて、歩程は11時間半。カタクリの巨大な群生地が数多く広がり、宿で「カタクリの酢の物」が夕食にでたのに驚いた。

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
12	積雪期ピークハント/縦走	東北	会津駒ヶ岳	5/2	5/3	5/2 町田21:00=東北道=那須塩原IC=26:00道の駅番屋(泊) 5/3 番屋6:30=駒ヶ岳登山口P7:30~8:00~11:30頃 滑落事故発生 ヘリで救助後下山~16:40登山口P	
13	積雪期ピークハント/縦走	北アルプス	鹿島槍・天狗尾根	5/2	5/5	5/2 相模大野18:00=21:45安曇野松川道の駅(仮眠) 5/3 安曇野松川4:50=大谷原6:00~16:00天狗ノ鼻(暮) 5/4 天狗ノ鼻5:30~鹿島槍北峰11:30~冷池14:00~15:00赤岩尾根2230m(暮) 5/5 赤岩尾根2230m5:10~西沢下降~7:30大谷原	
14	積雪期ピークハント/縦走	北アルプス	北穂高岳・涸沢岳	5/2	5/6	5/2 相原18:00=22:30沢渡第二P(仮眠) 5/3 沢渡P(タクシー)5:00=上高地6:05~徳沢~横尾9:00~13:10涸沢(テント設営) 5/4 涸沢テニ場6:00~穂高岳山荘9:10~涸沢岳9:40~12:30涸沢テニ場 5/5 涸沢テニ場6:10~北穂沢南陵取り付きまで7:45~涸沢テニ場9:00~10:30(テント撤収)~13:50徳沢テニ場 5/6 徳沢テニ場6:00~7:50上高地=帰宅	カールからの素晴らしい眺めとコバルトブルーの空、涸沢名物おでんとジョッキビール、残雪の春山を漫喫、テントはおおよそ300張。涸沢槍方面から小さな雪崩、北穂沢でも雪崩がありました。
15	積雪期ピークハント/縦走	東北	飯豊連峰	5/2	5/7	5/2 東京22:50(東京会津若松85号)=4:50若松駅前ターミナル 5/3 会津若松5:28=山都5:54(タクシー)=川入7:30~御沢登山口8:50~16:15三国小屋(泊) 5/4 三国小屋6:00~本山小屋12:15~飯豊本山13:15~14:50御西小屋(泊) 5/5 御西小屋4:55~大日岳6:35~御西小屋8:30~9:25~15:00梅花皮小屋(泊) 5/6 梅花皮小屋5:55~石転び沢~飯豊山荘12:45~林道歩き~13:45梅花皮荘(泊) 5/7 梅花皮荘9:15=小国10:14=米沢(山形新幹線)11:31=新宿=町田	5/3~5/5は好天に恵まれ、雄大な飯豊連峰の縦走を満喫できた。丸森尾根を下る計画であったが、5/6は天候悪化の予報があり、落石・雪崩などの可能性を慎重に検討した上、エスケープとして石転び沢を下山ルートとして選択、早目に帰還した。
16	無雪期ハイキング	関西	鎌ヶ岳	5/3	5/5	5/3町田11:00=四日市IC=14:00宮妻峽ヒュッテ(泊) 5/4 ヒュッテ7:00=7:30湯の山ロッジP8:00~川鹿橋8:25~9:15長石尾根~弥ヶ岳10:05~11:30鎌ヶ岳~12:50武平峠~御在所岳14:10~ロープウェイ~15:30湯の山ロッジ(泊) 5/5 ロッジ8:00=登山口P8:30~水沢峠10:25~水沢岳11:00~水沢峠~13:15登山口P=町田	1日目は事故渋滞などで到着が遅れ、移動日としました。宿泊した宮妻峽ヒュッテは四日市市の施設で、清潔、素泊まり¥760でした。
17	沢登り	関西	南紀 高田川ナル谷~滝本北谷下降~滝本本谷	5/3	5/5	5/3 新宮11:35(タクシー)=ナル谷出合発電所13:00~6:30co390m付近河原(泊) 5/4 幕営地6:00~co459右保谷7:00~co620右支流~地藏茶屋跡12:25~滝川北谷下降12:45~林道終点17:35~18:00滝本集会所(泊) 5/5 滝本集会所8:00~宝竜滝往復~滝本10:40(タクシー)=新宮12:10~14:49=20:30新横浜	那智47滝、滝本48滝と言われ落差大の滝と巨大な崖の谷が多い新宮深部を探索。中辺路の大雲取越東側のナル谷は大滝と超巨岩で形成された谷。一か下降した西側の滝本北谷は美滝と巨大な崖、ナメが連続する厳しくも美しい谷でした。二日目は雨の中12時間の沢溜下降。雨は止まず滝本の集落で一晩お世話に。翌日も天候が安定せず、さらに巨大な滝が連続する本谷は縁越となりました。
18	無雪期ハイキング	奥多摩	奈良倉山~鶴寝山	5/4	5/4	町田駅6:48=八王子=高尾=8:08上野原駅8:30(バス)=9:35鶴峠10:00~奈良倉山11:30~11:50~松尾峠~山沢入りのスタ~15:20小菅の湯15:25(バス)=上野原駅	
19	無雪期ハイキング	奥多摩	城山・海沢・大岳山	5/4	5/4	鳩ノ巣8:30~10:10城山~大楢峠11:10~大滝(12:30~13:00)~海沢探勝路~大岳山15:25~17:15御嶽山ケーブル=17:45バス停=18:00御嶽	城山への登山口は、雲仙橋からすぐの石段。大滝周辺は、新緑でことに美しい!海沢探勝路~大岳山は、難路と記載があり、細い道で他の登山者に出会わず。大岳山への到着が、15時過ぎになったため、皆で相談の結果、安全を考慮して御岳山へコースを変更しケーブルカーとバスを利用して帰宅した。
20	無雪期ハイキング	御嶽	小秀山・経ヶ岳	5/4	5/5	5/4相模大野=乙女溪谷キャンプ場(泊) 5/5キャンプ場~4:30二ノ谷登山口~夫婦滝~小秀山9:15~10:00~三ノ谷登山口~13:15キャンプ場=帰京	二ノ谷コースは5月2日より開通。親滝~孫滝、巖岩、兜岩~と変化に富んだコースを楽しんだ。山頂正面の御嶽山の眺めは圧巻。現地の山岳会が管理しているという避難小屋は広く綺麗。経ヶ岳は天候悪化が懸念されたため中止。
21	無雪期ハイキング	富士・御坂	竜ヶ岳	5/5	5/6	5/5自宅5:00=相模原愛川IC=河口湖IC=本栖湖キャンプ場8:00~台地上のピーク8:30~あずまや9:20~下山道分岐10:10~竜ヶ岳10:30~下山道分岐11:10~13:30本栖湖キャンプ場(泊) 5/6本栖湖キャンプ場7:00=8:30自宅	登りでは、目の前に広がる富士山と青木ヶ原樹海の雄大な景色を堪能した。登山道の勾配はきつくない、階段も少なかったのでマイペースで登ることが出来た。キャンプ場では、夜に焚火をしながら過ごす時間が最高だった。
22	無雪期ハイキング	丹沢	聖峰~養毛越	5/5	5/5	伊勢原7:30(バス)=栗原8:00~登山口8:40~聖峰9:14~9:44~分岐10:24~高取山登山口11:28~東京カントリークラブ~12:10東中学校バス停=秦野	3月に鶴丸尾根から見た「聖峰」が気になって実行、栗原バス停と思い込み他のハイカーと共に下車してしまう。自由下車区間だった。地図読みながら登山口にたどり着く。未知の登山道だったが手入れが良く歩きやすい登山道。聖峰からの眺めの良さに長い休憩をとる。下山は計画変更して聖峰分岐から東京ゴルフ場経由で東中学校前に降りた。安近短で充実・満足の半日でした。
23	無雪期ハイキング	丹沢	明神山・湯船山・椿丸尾根	5/5	5/5	駿河小山8:45=明神峠9:10~明神山~湯船山~白クラノ頭~逢坂峠~世附峠~山百合橋12:30~椿丸登山口~世附~浅瀬入口16:10=新松田=18:30町田	明神峠から明神山~湯船山の登山道はブナの大木で新緑が見事であった。サンショウバラは新芽で5月下旬頃が見頃とのこと。歩き易い登山道である。登山者は余り出会わず静かや山歩きが出来た。踏査は予定通り全てのコースを計測出来た。
24	無雪期ハイキング	陣馬・高尾	景信山~高尾北尾根	5/7	5/7	高尾=小仏~登山口7:40~景信山8:30~堂所山9:30~開場峠~夕焼小焼分岐~富士見台12:30~13:00~14:00駒木野登山口~高尾	北高尾山稜は登山者も少なく静かな山城であったが、意外にもトレランの若者が多かった。
25	無雪期ハイキング	富士・御坂	黒岳	5/7	5/7	町田=八王子=大月=河口湖~三つ峠入口9:34~御坂峠11:09~黒岳12:03~12:33~破風山13:08~15:06大石荘前15:15~16:00河口湖=八王子=町田	登山者がほとんどいない静かな山行でした。
26	無雪期ハイキング	丹沢	大山	5/7	5/7	秦野7:20=ヤビツ峠8:20~イタツミ尾根~10:45大山~見晴台~下社~女坂~14:30大山ケーブル駅=伊勢原駅	中腹ではトウゴクミツバツツジが咲いていました。
27	無雪期ハイキング	富士・御坂	倉見山	5/7	5/7	町田6:39=八王子=大月=富士急みつとうげ~9:00登山口~枯木沢~倉見分岐~11:30倉見山~堂尾山公園~クマガイソウ園~16:00富士急みつとうげ=大月=八王子=18:20町田	
28	無雪期ハイキング	丹沢	三ノ塔	5/8	5/8	秦野8:18=ヤビツ峠9:05~富士見橋~三ノ塔~10:45三ノ塔~牛首~萩山林道~12:50大倉=渋沢	三ノ塔直下では、コイワザクラが咲いていました。コケリンドウも花盛り。
29	無雪期ハイキング	丹沢	弘法山	5/9	5/9	町田8:50=9:24秦野9:40~10:10弘法山登山口(車道)~弘法山10:55~11:15~12:20吾妻山~弘法の里湯13:00~14:10~14:20	草花を眺めながらのゆつくり山行でした。

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
30	無雪期ハイキング	丹沢	渋沢丘陵	5/9	5/9	町田8:51=9:29渋沢9:40…渋沢丘陵…11:00養生湖…白笹稲荷…13:00寮野=町田	リハビリ山行として選びましたが車道が多く、歩きにくかった。養生湖は新緑がうつくしく釣り人のみでしずかでした。途中、展望がよく見事なサンショウバラに会えて良かった。
31	無雪期ハイキング	伊豆・箱根	薩埵峠・浜石岳	5/9	5/9	町田6:18=藤沢=熱海=沼津=9:21興津9:40…薩埵峠11:00…浜石岳(標高400mにて折り返す)…薩埵峠…興津15:50…由比=熱海=藤沢19:00=20:00町田	薩埵峠の眺望は、春霞の中駿河湾に凜とそびえる富士山が東海道五十三次の画の世界を思い出させる景観が素敵だった。由比の街は、5月3日桜えび祭りまで70万人の入出で賑わったとの事、GWも終わり静かな由比の街を散策す。薩埵峠からの景観は、矢張り12月~2月の空気の澄んだ時期が最適であろう。
32	無雪期ハイキング	丹沢	大山	5/11	5/11	鶴川=秦野=養毛8:05…9:00ヤビツ峠…大山10:05~10:30…見晴台…13:25日向薬師=伊勢原=鶴川	天気は上々、汗ばむほどの陽気のもとを歩きました。
33	積雪期ピークハント/縦走	八ヶ岳	横岳	5/11	5/11	相模湖6:40=仙浜尾登山口P8:50…貯水池…P2262…枯木帯13:00…往路を戻る…P16:15=愛甲石田	残雪は締まっていて歩きやすかったが、時折踏みぬいてモモまではまってしまって動けなくなった。標高2489mの枯木帯で時間切れとなり下山開始した。良い歩荷トレとなった。
34	無雪期ハイキング	奥武蔵	丸山~金昌寺	5/12	5/12	町田6:25=八王子=東飯能=芦ヶ久保9:00…高篠分岐…丸山11:35~12:15…高篠分岐…金昌寺14:55=西武秩父=町田	7月並みの暑さだったというこの日、大汗をかいて丸山に登った。稜線のそここに春の息吹を見、金昌寺への下りでは自然林の心地よさを感じながら歩いた。
35	無雪期ハイキング	北アルプス	上高地	5/12	5/14	5/12新宿バスターミナル22:25= 5/13=大正池5:15=5:20上高地BT…小梨平キャンプ場…田代池…大正池…小梨平(キャビン/テント泊) 5/14小梨平…明神…徳本峠方面…明神…上高地BT=平湯BT…ひらゆの森(入浴)16:00…平湯BT16:00(バス)=21:10新宿	13日は終日小雨のため予定を変更し大正池散策。川上側は土砂の流入で一段と狭くなり「大正川」の様相。14日はうってかわってピーカン、明神岳、穂高もすばらしい。去年とは逆に今年は雪が多かった為、花はかきやみ遅れており、ニリンソウはやっと咲き始め。カラマツやズミ、ケショウヤナギなど芽吹き始めたばかりで、色々な鳥のさえずりや姿を見ることができた。
36	無雪期ハイキング	中国・四国	石鎚山・剣山	5/12	5/14	5/12羽田空港7:45=9:00高松空港 5/13高松8:30=11:00見ノ越Pリフト乗り場…剣山12:00~12:30…13:30見ノ越Pリフト乗り場=17:00道後温泉 5/15道後温泉6:30=8:30土小屋9:00…11:30弥山…天狗岳12:00~12:40…14:10土小屋=18:30福山	1日目剣山は天気が心配でしたが到着前に雨も上がり雲海が見られました。2日目石鎚山は朝から快晴でアカヤシオのピンクが青空に映えてとても綺麗でした。途中雪渓が崩れ怖い箇所がありました。鎮場にもドライシ 楽しく充実した3日間でした。
37	無雪期ハイキング	奥武蔵	伊豆ヶ岳	5/14	5/14	町田6:29=八王子=東飯能=8:31正丸9:20…伊豆ヶ岳11:20…11:44古御岳11:44~12:10…高畑山12:44…天目指峠13:41…子の権現14:55…16:10吾野=東飯能=八王子=町田	前日の雨と午前中の霧雨で岩場が濡れていたため、伊豆ヶ岳直前の鎮場(男坂)は取りやめとして女坂から登った。午後から日差しが射して、新緑が非常にきれいだった。
38	無雪期ハイキング	奥秩父	小檜山	5/14	5/14	町田6:06=塩山(タクシー)=金桜神社8:30…P1031…P1421…小檜山11:25~11:55…大沢ノ頭…P1358妙見山三角点峰…15:40鼓川温泉(タクシー)=塩山	金桜神社からフェンス開けて登り始める。新しい会員がいたので現在地を確かめ進行方向を確認しながら歩いた。鼓川温泉へのコース共、全く他の登山者と会わず新緑の静かな山行が楽しめた。
39	無雪期ハイキング	伊豆・箱根	星ヶ山・白銀山・弾正屋敷跡	5/14	5/14	①さつき郷星ヶ丘公園P9:10…星ヶ山…11:10さつき郷P ②大観山P9:00…白銀山…11:40大観山P ③大観山ターンバイクP12:30…弾正屋敷跡…14:00大観山ターンバイクP=愛甲石田16:00=17:00町田	前日の雨の為、星ヶ山・白銀山の登山道は、3m程の背丈の笹に覆われ踏み跡も定かなくてGPSを頼りに道無ルートで、笹をかき分けての踏査であった。全身ずぶ濡れになった。これまでにない厳しいルートの踏査を体験した。予定のルートを全て踏査出来た。(2班で且つ車2台で機動力を発揮した)
40	無雪期ハイキング	大菩薩	滝子山	5/14	5/14	町田6:06=八王子=7:33笹子…8:15吉久保入口…9:20道証地蔵…12:00滝子山…13:10檜平…15:30初狩=八王子=17:30町田	注意事項:霧雨から曇り空の天候に関わらずタクシー6台使用の団体もいて頂上は沢山の人で賑わっていた。
41	無雪期ハイキング	丹沢	丹沢主脈	5/14	5/14	町田5:55=6:10橋本6:20=6:51三ヶ木6:55=7:24平丸7:40…9:20平丸分岐…黍殿避難小屋…10:40炬次…12:20蛸ヶ岳12:50…14:25丹沢山…15:30塔ヶ岳…堀山の家…18:10大倉	平丸バス停から分岐まではヒル退治に足元ばかり注意を払う。立ち止まれない中、やっと平丸分岐到着。1000m以上は居ないようであった。丹沢では今の時期、イワサクラの群生があり濃いピンク色が愛しかった。豆桜?が花をいっぱい咲かせていたのでシロヤシオは未だ先です。
42	無雪期ハイキング	丹沢	塔ノ岳	5/14	5/14	町田6:40=秦野7:50(バス)=ヤビツ峠8:30…塔ノ岳12:30…花立山荘14:00…17:00大倉	山行トレーニングとして、リュック重量を10kgに調整しての山行。塔ノ岳山頂までは計画時間通りに行けたが下りでは花立山荘以降でひき痛になり加重を3kg減らしての下山になった。休憩時間も長くなり下山予定時間を1時間超過。
43	沢登り	大菩薩	大鹿川ズミ沢~曲り沢下降	5/14	5/14	笹子7:35…道証地蔵…ズミ沢…co1250m12:15…曲り沢峠12:50…大鹿山手前尾根14:30…15:20天目山温泉	雨降りしきる試練の遡行となった。前日から降り続く雨で沢は増水。この地域特有の黒コゲで大滝の登攀は1級の沢とは思えない厳しい登攀となった。それでも標高1230m付近のナメは見事。冷水シャワークライムでずぶ濡れの身にはオアシスのような感覚に。曲り沢の下降は心身的に危険と判断。尾根道で景德院方面へ。大和側の山道は濡れた形跡なく、尾根を境に大きく天候が相違する一日でした。
44	無雪期ハイキング	奥多摩	御岳山	5/15	5/15	町田7:16=八王子=立川=青梅=9:02御岳9:21(バス)=9:42ケーブル駅=御嶽ビジターセンター…神代ヶ岳…11:00武蔵御岳神社…御師集落…13:10日の出山…15:00ケーブル駅=滝本…御岳=町田	新緑がまぶしいなかにシャクナゲ、ツツジが映え、足元にチゴユリの群生があり二輪草、クリンソウにもあえました。宿坊のたたまいもゆっくりに味わうことができました。
45	無雪期ハイキング	奥多摩	蕎麦粒山	5/15	5/15	町田6:05=八王子=拝島=8:03奥多摩8:10(バス)=8:23川乗橋8:30…(鳥屋戸尾根)…蕎麦粒山13:20…一杯水避難小屋14:10…(ヨコスズ尾根)…16:00東原16:24=奥多摩=八王子	常緑樹と反対側の広葉樹のミストの色が違って幻想的。蕎麦粒山の新緑の葉は小さく、散りたての桜の花びとスマミレが咲きまだ春先。ルートを少し外れたとクマの跡あり。仙元峠の巻道は道幅狭く通行注意で稜線を歩いた。一杯水避難小屋の水は濁っていた。
46	講習/岩トレ	沼津アルプス	鷲頭山	5/16	5/16	愛甲石田7:30=鷲頭山9:00~15:30=18:00愛甲石田	
47	無雪期ハイキング	奥秩父	帯那山	5/17	5/17	町田5:55=八王子=7:55山梨市(タクシー)=登山口8:30…帯那山9:45~10:15…12:30積翠寺(タクシー)=甲府13:16=石和温泉13:40…14:55大蔵経寺山往復…15:50石和温泉16:06=18:33町田	天候を心配したが、素晴らしい景色は雲の中となった他は、多くの小鳥の鳴き声や季節の花を楽しみながら、メンバーの歩調も快調で、岡山共コースタイムで歩けた。大蔵経寺山は、登りに直線ルートを使い、他を下りにしたのは良かった。
48	無雪期ハイキング	丹沢	丹沢三峰	5/17	5/17	愛甲石田(車)=8:00塩水橋…本間の頭南東尾根…11:20本間の頭11:40…円山木ノ頭…12:10大礼ノ頭…13:40丹沢山14:00…堂平…16:40塩水橋=17:50愛甲石田	期待していたシロヤシオとトウゴクミツバツツジのコラボには出会えなかった。シロヤシオは花芽も少なめ。しかし本間の頭南東尾根ではヤマシラクヤクの大群生地のお花畑。丹沢山では満開の箱根マゼクラ。エビネやギンリウソウ、ヤマフジ等たくさんのお花々と緑を堪能のお花見山行となった。
49	無雪期ハイキング	奥多摩	日の出山	5/18	5/18	町田=立川=御岳=ケーブルカー11:00…日の出山12:00…(往路を戻る)=16:00御岳	

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
50	無雪期ハイキング	九州	宮之浦岳・開開岳	5/18	5/21	5/18羽田空港8:05＝鹿児島空港9:50＝10:10屋久島空港10:45＝淀川登山口14:10…15:00淀川小屋(泊) 5/19淀川小屋4:15…花之江河…投石平7:15…栗生岳8:40…9:00宮之浦岳9:30…焼野三叉路10:00…11:00水田岳11:10…焼野三叉路12:15…14:40新高塚小屋(泊) 5/20新高塚小屋5:55…ウィルソン株8:50…楠川分れ11:05…辻峠12:05…白谷山荘12:35…白谷雲水峽登山口13:30＝宮之浦港17:00＝指宿港18:15＝指宿駅19:48＝開開駅20:17…20:40かいもん山麓ふれあい公園(泊) 5/21かいもん山麓ふれあい公園(開開岳登山口)5:50…四合目6:30…仙人洞…8:15開開岳8:45…仙人洞…五合目…かいもん山麓ふれあい公園10:30＝開開駅14:08＝指宿駅14:34＝鹿児島空港18:35＝20:15羽田空港	ガスは屋久島空港で調達可能。携帯トイレは空港を出直ぐ左手の観光案内所で購入可能。小杉谷山荘跡(楠川分れ手前)にはトイレと水場があります(2016年版の昭文社の地図に記載無し)。かいもん山麓ふれあい公園のテント設置受付は21時まで。駅から公園までタクシー利用は厳しく徒歩で20分弱。街灯が少ない為ヘッドランプ必須。
51	無雪期ハイキング	富士・御坂	三国山	5/19	5/19	松田7:12＝7:58御殿場8:10(バス)＝龍坂峠8:43…角取山…アザミ平…大洞山…樺ノ木山…ズナ坂峠…三国山…三国峠…鉄砲木ノ頭…パノラマ台…三国山ハイキングコース入口…15:30バス停15:52＝16:22富士山駅	天候に恵まれ、タイトル通りにのんびりと三国山歩きを楽しみました。
52	無雪期ハイキング	八ヶ岳	坪庭・八千穂高原	5/19	5/20	5/19町田6:30＝相模原IC＝諏訪南IC＝女神湖探索…縞枯山荘＝蓼科高原(泊) 5/20宿8:00＝御射池＝八千代高原・日本一の白樺林＝諏訪南IC＝18:00町田	2日間とも快晴。大河原峠先通行止め変更して、女神湖・縞枯探索。次の日は八千穂高原探索・御射池とゆつたりスケッチ。雪の残る遅い春の八ヶ岳、南アルプス、中央アルプスの展望は5月ならではの、桜が咲き始め、八千穂レイクの白樺林、唐松林の若芽の景色に優しい春を感じ、癒されました。
53	無雪期ハイキング	その他	高塚山・沢口山・山伏	5/19	5/21	5/18川根温泉道の駅(仮眠) 5/19川根温泉道の駅＝山犬段7:00…蕎麦粒山7:45…高塚山10:24…蕎麦粒山13:30…14:00山犬段小屋(泊) 5/20小屋5:35…板取山7:25…天水8:05…沢口山9:20…天水11:35…板取山12:35…山犬段13:45＝真富士の里(仮眠) 5/21真富士の里＝大谷崩れP6:15…新穂乗越8:00…大谷崩れ頭8:50…山伏11:10…13:50西日影沢P＝帰宅	山犬段休憩舎までは車で入るが、5km手前からは未舗装の林道。南アルプス、深南部の山並みが素晴らしい。特に、天水、山伏頂上から眺めが良い。梅ヶ島の黄金の湯はぬるめのでゆっくり浸かれる。
54	山スキー	北アルプス	乗鞍岳	5/19	5/20	5/19相原22:00＝高尾山IC＝松本IC＝松本1:00(仮眠) 5/20松本6:45＝三本滝P8:45＝位ヶ原山荘前9:20…肩の小屋口10:50…乗鞍岳13:30…三本滝P15:20＝日帰り温泉・せせらぎの湯)＝相原	乗鞍岳山頂鞍部からの大斜面は快適に滑降できたが、ツアーコース入る箇所ではスキーを脱いでハイマツを越えるのにやや苦労した。乗鞍高原スキー場は融雪が進んでいてスキー滑降はできなかった。
55	講習/岩トレ	富士・御坂	三つ峠	5/19	5/20	5/19 河口湖＝三つ峠登山口(仮眠) 5/20 登山口6:30…三つ峠屏風岩で岩トレ8:00～16:00(中央カンテ、一般ルート、オープンザンド、No.15クワック、No.16クワック)	休日でガイド講習会などもあって昼前から混んできた。天気も良く暑いくらいで今月くらいまでがシーズンです。人が多いので順番待ちがあり、特に懸垂下降で時間がかかった。それでも色々な練習ができてよかった。
56	無雪期ハイキング	奥武蔵	丸山	5/20	5/20	八王子7:45＝東飯能＝9:20芦ヶ久保9:35…10:00芦ヶ久保果樹公園村…山の花道…11:30木の子茶屋…13:10泉民の森…13:40丸山14:00…15:00日向山分岐…果樹公園…15:50芦ヶ久保16:02＝東飯能＝八王子	丸山からの下山は時間が掛かる大野峠コースを止め、日向山分岐から果樹公園に下るコースに変更する。それにしても暑かった一日。
57	無雪期ハイキング	奥多摩	川苔山	5/20	5/20	鳩ノ巣駅8:30…大根ノ山ノ神分岐9:50…川苔山12:45～13:10…17:00古里駅	次回のテント泊山行に備えてのボッカ訓練。受講生各々、ザックを通常1泊2日の装備+3～5kg程度に水で調整して登った。自身は18kgを背負った。これまで背負ったことのない重さで、かなり堪えたが、なんとか山頂まで担ぎ上げた。登山客で賑わう山頂で水を捨てると、背中に羽が生えたように軽くなった。
58	無雪期ハイキング	中央沿線	倉岳山	5/20	5/20	町田6:18＝八王子＝7:32鳥沢8:15…石仏…穴路峠…倉岳(11:20～11:50…立野峠…14:10梁川＝八王子＝町田	参加者に多くの欠員が出て残念だったが晴天に恵まれ実践山行を終了した。今回は何時もと逆にコースを取ったが割合歩き易く木陰の道で快適だった。
59	無雪期ハイキング	奥武蔵	雁坂嶺、破風山、水晶岳	5/20	5/21	5/20十日市場6:08＝成瀬＝8:12塩山駅8:30(バス)＝9:02雁坂峠登山口バス停9:30…14:30雁坂小屋(泊) 5/21テンド場5:30…破風山8:00…水晶岳11:00…テンド場12:00…14:40みとみ道の駅	
60	無雪期ハイキング	丹沢	塔ノ岳	5/20	5/20	渋沢7:02(バス)＝大倉7:30…(大倉尾根)…塔ノ岳11:15～11:40…(表尾根)…16:00ヤビツ峠(バス)＝秦野	気温が高く、辛い大倉尾根でした。シロヤシオやミツバツツジはこれからのようです。表尾根で多くの草花に出会えました。大倉尾根も表尾根も塔ノ岳を目指す人でいっぱいでした。
61	無雪期ハイキング	伊豆・箱根	西伊豆・大瀬岬～土肥港	5/20	5/21	5/20町田7:06＝小田原8:17＝沼津9:25＝江梨10:30＝大瀬岬…(大瀬岬コース)…井田明神池12:30…16:45戸田(宿) 5/21宿8:30…(舟山コース)…ふる里村11:20…黒根13:00…14:30土肥＝修善寺＝三島＝町田	西伊豆の海と富士山を眺めながら、ハイキングを楽しみました。
62	無雪期ハイキング	奥秩父	五郎山	5/21	5/21	相原6:30＝高尾山IC＝長坂IC＝林道P9:45…五郎山登山口10:35…マキノセノ頭11:30…12:00五郎山12:40…登山口P14:00＝相原	天候に恵まれ、岩峰の登下降を楽しめた。五郎山登山口に至る沢沿いの林道は明瞭であるが、沢沿いにショートカットする登山道は一部不明瞭。
63	無雪期ハイキング	丹沢	塔ノ岳	5/21	5/21	町田6:40…8:00秦野駅8:05(バス)＝ヤビツ峠9:05…塔ノ岳15:30…花立山荘17:00…19:10大倉	前日の勉強会山行を実践すべく入山時のストレッチと地図参照を行いました。下山予定が大幅に遅れたのは自身の不調ではなく途中で合流したロシア人パーティのサポートを行ったためです。山の会HPも紹介しました。下山が遅くなりヘッドライト30分使用しました。
64	無雪期ハイキング	北アルプス	鬼無里村・奥福花自然園・一夜山	5/21	5/22	5/21町田7:00＝愛川IC＝安曇野IC＝白馬＝R406＝鬼無里村散策＝15:00鬼無里の湯(泊) 5/22ホテル7:30＝一夜山登山口P8:20…一夜山9:40…登山口P10:30＝奥福花自然園P13:00…散策…奥福花自然園P15:00＝白馬＝安曇野IC＝愛川IC＝21:20町田	2日間快晴に恵まれ、計画した「一夜山」登山と水芭蕉群生地の「奥福花自然園」に行く事が出来、大満足な山旅だった。鬼無里村までの道中は、白銀の「白馬・八ヶ岳・五竜・鹿島槍…」と田園風景がマッチして素晴らしい景色が眺めながらドライブを楽しんだ。一夜山山頂は、360度パノラマの世界で白銀の山々が眺められた。奥福花自然園は、まだ残雪の中日本一の規模の水芭蕉群生と新緑のブナ林を散策しその広大さは、尾瀬とは一味違う風情が堪能出来た。一見の価値あり。秋の紅葉の時期も又良し。
65	無雪期ハイキング	丹沢	檜洞丸北尾根	5/21	5/21	神の川林道終点トイレ前8:30…北尾根取り付き9:40…檜洞丸12:40～13:00…源蔵尾根取り付き13:30…広河原15:10…16:10神の川終点トイレ前	神の川林道の崩壊とともに北尾根北端部のザレ場も荒れが進んでいた。来年からは作業道利用が安全だろうと思われた。檜洞丸頂上に至る所休憩中の登山者が溢れていた。シロヤシオは源蔵尾根の方が花付きが良かった。イワカガミの小さいながら群生も見られた。バリエーションルート初体験の参加者も安全に慎重に、熱中症にも気を付けて下山出来た。

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
66	無雪期ハイキング	丹沢	弘法山	5/23	5/23	町田8:43=9:17秦野9:40…10:40権現山…13:00弘法山…15:00鶴巻温泉=町田	気温が高いので心配したが風がありとてもここち良い日となった。鶴巻温泉へのコースを歩き、くだりにも自信がついてきた。新緑の元で豪華なランチを頂感謝です。
67	無雪期ハイキング	奥秩父	西沢渓谷	5/24	5/24	町田7:00=愛川IC=勝沼IC=R140=西沢渓谷P9:40…西沢渓谷…15:00西沢渓谷P=勝沼IC=19:00町田	萌えるような新緑の渓谷とエメラルド色の滝壺のコントラストが素晴らしい。石楠花の花は、今年は裏年か花付きが少なく寂しい感じだった。思いのほか沢山の人達で賑わっていた。
68	積雪期ピークハント/縦走	北アルプス	焼岳	5/26	5/27	5/26 パスタ新宿22:25(さわやか信州号)= 5/27 中の湯5:05=登山口5:40…広場7:00…焼岳北峰9:50…10:50…14:00登山口=中ノ湯温泉=松本=町田	心配していた落石は無し、幸いでした。雪渓からの北峰への取り付きが分からず時間ロス。大体の登山客が間違えていた。夜行日帰りでも素晴らしい穂高連峰などの展望が出来る焼岳は一押しです。
69	沢登り	奥秩父	ナメラ沢(滝川金山沢～曲沢下降から転進)	5/26	5/27	5/26 藤が丘21:30=24:00道の駅みとみ 5/27 雁坂T料金所P7:35…ナメラ沢看板8:40…co1670m二俣10:50…co1930m11:50…12:05…青笹尾根12:20…12:40…co1735m14:00(ナメラ沢左岸尾根)…中ノ沢出合14:40(沢下降)…香切沢橋15:30…15:40…16:10雁坂T料金所P	明け方まで降り続いた雨のためナメラ沢に転進。従前より沢床は洗われたせいか、ナメとナメ滝三味の美しい溪相は磨きがかかり、随所で感嘆の声が溪に木霊してました。石楠花ロードの青笹尾根を下りましたが、沢下降のメニューを消化するため、地図読みで沢へ降り、ナメラ沢と中ノ沢出合から靴切沢までプチ沢下降しました。
70	無雪期ハイキング	中央沿線	金剛山・高倉山	5/27	5/27	藤野8:40…金剛山10:20…天神峠10:35…高倉山10:50…高倉見晴11:00…14:00藤野	新緑の木漏れ日の中を気持ちのいい風が通り抜け、静かな山行を堪能しました。
71	無雪期ハイキング	奥多摩	雲取山	5/27	5/28	5/27鴨沢バス停10:30…堂所12:25…ブナ坂14:18…14:54奥多摩小屋15:09…小雲取山(巻き道)…16:30雲取山荘テント場(幕営) 5/28テント場5:40…6:10雲取山6:30…7:00テント場7:40…白岩小屋9:30…霧露ヶ峰11:15…12:25三峰神社	奥多摩駅発のバスは何便も増発されていたが、全て満員、奥多摩小屋のテント場も雲取山荘のテント場も満員。小屋泊も満員の模様。学生の合宿として人気の様だった。初日は雲取山山頂は通らず、小雲取山から巻き道を使ったが、思ったより長かった。三峰への下山路は静かな山歩きを楽しめた。
72	無雪期ハイキング	丹沢	松田山	5/28	5/28	町田8:37、8:47=新松田…9:15松田町体育館(開会式)9:30…市街地・住宅地…松田町役場…11:00松田山・ハーブガーデン展望台(昼食・イベント)14:15…JR松田駅前公園(解散式)14:30…15:00新松田=町田(フォロー終了)	天候に恵まれ楽しく交流できた。イベントは合唱(みかんの咲く丘、山は心のふるさとよ、小さな世界)、民謡踊り(東京音頭、炭坑節)、スイカ割を楽しんだ。
73	無雪期ハイキング	東北	会津朝日岳・帝釈山	5/29	5/29	5/29相模大野=(関越自動車道)=赤倉登山口(仮眠) 5/30登山口4:40…叶ノ高手…会津朝日岳10:00…11:00…14:40登山口=18:00松枝岐温泉キャンプ場(幕営) 5/31キャンプ場7:00=西那須野IC=相模大野	山頂直下の急斜面の雪壁はステップを切りながら慎重に登る。サンカヨウ・カタクリ・イワウチウ・エンレイソウ等々の花の競演、タムシバの花のトンネル、山頂からの残雪の山々の大パノラマに只々感嘆の声あるのみ。帝釈山は登山口までの林道整備のため通れず中止。キャンプ場500円/人。
74	無雪期ハイキング	奥秩父	両神山	5/29	5/30	5/29尾ノ内自然ふれあい館(仮眠) 5/30尾ノ内自然ふれあい館5:30…油滝7:25…竜頭神社奥社9:30…10:00…(八丁尾根)…両神山11:05…11:45…東岳12:05…(天武特尾根)…天理岳北峰14:15…14:35…(中ノ沢左岸尾根下降)…16:00尾ノ内自然ふれあい館	最近地図上で破線になった、尾ノ内沢から八丁尾根に上がる八日見山道で両神山へ。下降は東岳から天武特尾根で天理岳北峰から中ノ沢左岸尾根を下降しての周回パリエーションルート。なかなかハードで面白いルートでした。
75	無雪期ハイキング	陣馬・高尾	草戸山～南高尾山稜～城山	5/30	5/30	町田6:56=7:13相原7:25=7:46大地沢青少年センター野外炊事場8:10…草戸山8:40…三沢峠9:20…大洞山10:30…大垂水峠上11:50…12:10…13:15城山13:30…14:30日影	緑あざやかな木々と爽やかなそよ風の中の山行。ホトトギスが鳴き、標高500mあたりでは春ゼミの声も聞かれた。エビネ、キンラン、ベニバナヤマシキヤクの花が見られた。蛇滝口から高尾駅へ、梅林の中の道を歩いた。
76	無雪期ハイキング	八ヶ岳	横岳(袖添尾根)	5/31	5/31	登山口P6:00…8:00中間点標識…10:15三叉峰…石尊峰…日ノ岳…11:00三叉峰…14:00登山口P	2300m付近からの雪上歩行は雪の豊富な、尾根沿いの左端から登り、上部でハイマツ越えをして北斜面トラバースにはいった。ツクモグサは日の出岳までの間に数多く咲いていた。
77	無雪期ハイキング	丹沢	焼山	5/31	5/31	橋本6:40=三ヶ木7:40=西野々8:10…焼山9:40…黍穀山10:20…姫次11:15…神ノ川ヒュッテ13:30…犬越路15:20…16:40西丹沢自然教室	道が乾いていたせいか、ヒルはいなかった。神ノ川ヒュッテから登り返して、犬越路の手前(標高950m位)は崩壊していて落石注意。その辺りで道を間違えて、30分以上ウロウロしてしまった。