

No	山行区分	山行形態	タイトル	山城	山名	出発	帰着	コースタイム	感想
395	個人山行	ハイキング		奥多摩	御前山	8/1	8/1	成瀬=町田=八王子=拝島=奥多摩=奥多摩湖9:00…カス沢山13:40…12:35御前山13:00…箱口山14:20…大タワ15:00…17:40奥多摩18:17=拝島=八王子=町田	久しぶりに太陽を見ることができ歩行中は風が涼しい山行でした。ルートには崩落しているところはよく整備されていた。
396	ハイキング 企画部山行	ハイキング	⑤東京近郊の山	奥武蔵	武甲山	8/1	8/1	町田駅=八王子=東飯能=横瀬駅(タクシー)=一の島居9:20…大杉の広場10:55…11:50武甲山(昼食)12:35…15:30浦山口駅=お花畑駅・西武秩父駅=東飯能=八王子=町田	ちょうど梅雨明けとなり、久々に好転中の山行となった。武甲山表参道ルートは、昨年9月の台風の影響と思われる土砂崩れなどが何か所かあったが、迂回路が良く整備されており問題なく通行できた。帰りの秩父鉄道の時刻表が8月1日から変更となっており、事前に調べたものと若干異なっていた。(15:49⇒15:59となっていた)
397	個人山行	ハイキング		上信越	角落山	8/1	8/1	相模原=高尾山IC=前橋IC=はまゆう山荘P7:45…白沢橋7:50(男坂)…岩水・白沢分岐9:20…角落山10:00…銅の峰分岐(女坂)10:35…女坂登山道入口11:00…赤沢橋1:30…はまゆう山荘P11:50=相原	沢沿いの男坂ルートは、ところどころケルンが積まれている箇所もあるが、踏み跡が薄くなっていて迷いやすい箇所や、際どいトラバース、徒渉もあり注意が必要。稜線上から山頂までは、要所に鎖場、ロープが張られているものの、不安定な痩せ尾根の急坂を木の根も細みながら慎重に登る。
398	個人山行	ハイキング		尾瀬	至仏山	8/1	8/2	8/1愛甲石田=圏央道=沼田IC=戸倉駐車場(泊) 8/2 戸倉4:40=(圏越交通バス1,000円)=鳩待峠5:30…山の鼻6:40…10:45至仏山11:15…笠ヶ岳分岐12:40…鳩待峠14:20=(圏越交通バス0乗合タクシー)=戸倉15:00=(帰路)=愛甲石田	戸倉駐車場に停まっている車の9割以上が首都圏からだった。天候に恵まれて素晴らしい眺望と数多くの高山植物が咲き競うお花畑を堪能できた。至仏山から悪沢分岐までの西側の岩稜地帯は眺望も良く爽やかに歩けた。下山路の木道はすっかり乾いて滑ることも無かった。
399	個人山行	ハイキング		奥秩父	小川山・天狗山	8/1	8/3	8/1藤が丘駅9時=廻り目平ふれあいの森キャンプ場14:30 8/2キャンプ場 6:10-10:00小川山10:45…キャンプ場13:45 8/3キャンプ場8:45=馬越峠9:30…10:40天狗山11:15…馬越峠P12:05=藤が丘駅	小川山は樹林帯の中選った根っこに滑らないよう気を使った。山頂は境界が無いものの途中で景色が開ける所がある。天狗山は山頂での眺望が良い。また、登山時間が短いのでお気軽に行ける山でした。
400	個人山行	ハイキング		大菩薩	牛奥ノ雁ヶ腹摺山	8/2	8/2	町田=湯ノ沢峠8:40…10:00黒岳…11:45牛奥ノ雁ヶ腹摺山12:15…13:35黒岳…15:00湯ノ沢峠=町田	晴天を期待したが一日中ガスの中の山行となったが楽しめた。
401	個人山行	ハイキング		中央沿線	高川山	8/2	8/2	初狩7:40…9:10高川山…羽根根子山…鍵掛峠…大岩…11:20屏風岩山…13:20初狩	
402	個人山行	ハイキング		東北	杵差岳	8/2	8/4	8/2天狗平ロッジ(泊) 8/3ロッジ4:25…(丸森尾根)…10:15頼母木小屋10:45…大石山…13:15杵差小屋(泊) 8/4小屋4:45…杵差岳5:00…千本峰…9:15林道終点9:45…東保植物園11:30=(タクシー)=越後下関=帰京	ロッジは予約で1組のみ宿泊可。小屋の感染対策万全。杵差小屋往復15分で取水可能だが頼母木小屋の管理人の方からここから歩荷するのは賢明とアドバイスを受ける。快晴とは言えない天候ながら、イデリンドウ、ミメズオウ、マツムシソウ、ニッコウキスゲの花々を愛でながら気になって山山によるややく登頂。
403	個人山行	ハイキング		奥秩父	瑞籬山、金峰山	8/2	8/4	8/2町田=八王子=菫崎=瑞籬山荘10:20…11:00富士見平…瑞籬・大やすり往復…16:00富士見平(幕営) 8/3富士見平…金峰山11:00…14:30大砲峠(幕営) 8/4大砲峠5:15…14:30富士見(幕営) 8/5富士見5:45…甲武信小屋…徳ちゃん新道…西澤渓谷15:40=塩山=町田	
404	個人山行	沢登り		西丹沢	マスキ風沢	8/2	8/2	8/2 JR町田駅6:30=大滝橋キャンプ場P8:00…マスキ風沢…11:35権現山12:05…南尾根…13:10大滝橋キャンプ場=帰宅	沢が初めてというメンバーがいたので、初心者向けのきれいな沢として有名なマスキ風沢を選んだ。入渓点までは登山道を歩くが、途中で橋が流れているところがあり、ここで沢装備に切り替えた。8/1に梅雨明け。水量も適度で気持ちよく沢登りを楽しめた。滝は多いが、全てロープなしで登れる。巻きもなし、詰めも楽。南尾根は多少踏み後はあるが、スズルズと滑るような歩きづらい尾根だった。
405	個人山行	岩登り		北アルプス	鍋岳・八峰六峰Aフェース	8/2	8/4	8/2 大町=扇沢7:30=黒部ダム=室堂…12:00鍋前…鍋沢…15:00真砂沢ロッジ(テント泊) 8/3 真砂沢4:30…長次郎雪渓…五六のころ…8:00六峰Aフェース…13:00五六のころ…15:00真砂沢(テント泊) 8/4 真砂沢7:00…鍋沢…11:45鍋前…14:30室堂=黒部ダム=16:15扇沢=大町	梅雨の雨で黒四ダム下の橋が流されて通行不能になり梯子段乗越ルートが行けなくなったので。室堂から入山に変更した。ようやく梅雨も明けて安定した天候に恵まれたが、今年は雪が少なく長次郎雪渓では出合と中間点で崩壊して迂回を強いられた。当初の予定では六峰Bフェースを目指したが取り返しの難さが崩壊して道づけないのでAフェース中ルートに変更する。やや霧がかかっていたが気持ちよく天空のクライミングを楽しむことができた。やはり鍋岳は大きな山と実感する。コロナの影響でほとんど人がいない。真砂沢でもテントは我々のみで誰もいない。まさに貸切状態。帰りは鍋岳を鍋前まで延々と戻るが重荷もきいて疲れてヨレヨレに、さらに室堂までの階段がきつい。ここ数年夏に真砂沢に通っているが、そろそろ限界にきたかもしれない。今後は軽身で山小屋泊でゆっくり行くのがいいかなと思う。
406	個人山行	岩登り		丹沢	広沢寺	8/3	8/3	8/3 広沢寺駐車場9:00…広沢寺弁天岩…14:00広沢寺駐車場	今日は3人で独占出来てゆっくり出来た。
407	個人山行	ハイキング		中央沿線	権現山	8/5	8/5	四方津=(タクシー)=不老8:10…9:40不老山…10:30高指山…11:30和見分岐…13:00権現山13:15…14:15浅川峠…15:00浅川BS	不老下から初めて入りましたが、登りの連続でいい訓練?になりました。
408	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	8/6	8/6	高尾山口8:00…野草園8:45…蛇滝9:15…10:00野草園10:30…11:00高尾山11:30…13:00高尾山口	野草園では、レンゲショウマ、以外にも野草をたくさん見れました。水分をもっとこまめに取らないと、暑さにやられそうでした。
409	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	蓼科山	8/6	8/6	橋本=諏訪IC=中央道=蓼科山7合目P10:00…12:00 0 将軍平12:40…13:20蓼科山山頂…将軍平15:00 …16:00 7 合目P=諏訪IC=橋本	安定した天気の下界は木々しい猛暑であるが、ここでは快適な風と緑青い空に元気をもらって気持ちいいハイキングになりました。夏休みなので家族連れが多かったです。
410	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	イタドリ沢ノ頭〜矢ノ音	8/6	8/6	町田=藤野駅…8:55イタドリ沢登り口…9:35大沢の頭…9:52イタドリ沢の頭…9:55奈良本峠…10:45矢ノ音…11:40孫山…子孫山ノ頭…12:20与瀬神社…12:50相模湖	マイナーなコースなので人にも会わず静かな山行、前半の登り以外は比較的だから初心者向き
411	個人山行	岩登り		丹沢	広沢寺	8/6	8/6	8/6 8:00広沢寺集合 弁天岩にてマルチ・ロープワーク練習 16:00広沢寺解散	真夏平日広沢寺は貸し切り。ヒル被害なし。セカンドレイ中はさすがに暑いが、日陰は風があり涼しかった。それでも1本登ることにバテて水分補給しながらの練習となった。
412	個人山行	ハイキング		奥多摩	雲取山	8/7	8/8	8/7奥多摩駅=9:59鴨沢…13:45七ツ石小屋(幕営) 8/8 七ツ石小屋5:30…7:30雲取山8:00…9:40小屋10:30…13:15鴨沢=奥多摩	七ツ石小屋までの植林の樹林帯は陽射しが遮られ、猛暑にはありがたみを実感した。この夜小屋に張られていたアントは13張だったが、知人ふたりが張った二人用以外はすべてソレントだった。
413	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	碓黄岳〜赤岳	8/7	8/9	8/7鶴川 = 野辺山(前泊) 8/8野辺山4:30=本沢入口P5:45…本沢温泉(テント設置) 9:01…白砂新道…11:03碓黄岳…12:12夏沢峠…本沢温泉(泊) 8/9本沢温泉7:40…10:40碓黄岳…11:55本沢温泉12:55…14:13本沢入口P=種子湯=鶴川	1日目 白砂新道を登り尾根にでると強風とガスにて、天狗岳を断念し下山。初のマインテントの中でまったりと過ごした。2日目 山頂の天候不順にて赤岳までの縦走を断念しゆづりスタートするも、風速20m?体感温度0? 碓黄岳までが限界。貴重な経験ができ、時間の余裕もあったので、もう1泊予定を変更し下山した。続きは、また来年。

No	山行区分	山行形態	タイトル	山城	山名	出発	帰着	コースタイム	感想
414	個人山行	ハイキング		北海道	夕張岳、雄阿寒岳、アボイ岳、樽前岳・東山	8/7	8/15	8/7愛甲石田駅＝厚木西IC＝東北道SA(仮眠) 8/8東北道SA＝青森 シルバーフェリー八戸港フェリーターミナル17:30＝(船中泊) 8/9苫小牧港1:30＝夕張岳 林道P登山口5:40・冷水コース分岐…(冷水コース)→7:16馬の背コース分岐→7:55登岳台…(巻沢コース)→夕張岳(1668m)12:00…分岐…登山口14:25＝道の駅「皇の降る里あしべつ」(泊) 8/11野中温泉P＝雄阿寒岳登山口5:35…5合目7:35…8:45雄阿寒岳(阿寒富士)…頂上周辺散策…9:45雄阿寒岳分岐…11:30雄阿寒岳登山口P＝道の駅 8/12道の駅＝ジオパークビジターセンター・登山口P6:50…8:10五合目避難小屋…10:00アボイ岳(810m)頂上…往路を戻る…12:35登山口P＝道の駅「ウトナイ湖」(泊) 8/13道の駅「ウトナイ湖」6:00＝樽前山7合目ヒュッテP・登山口7:00…外輪山8:00…西山(993m)8:20…10:15樽前岳・東山(1022m)…11:15七合目登山口＝道の駅「ウトナイ湖」(泊) 8/14道の駅＝19:45苫小牧港21:15＝船中泊 8/15八戸港4:15＝東北自動車道＝厚木西IC＝愛甲石田	夕張岳登頂時は一時晴れ間と眺望・高層湿原のお花畑を堪能できたが下山途中で雨具着用。・雄阿寒岳頂上付近は強風で吹き飛ばれそうなる時もあったが対峙する雄阿寒岳の火口や周辺の山々の眺めが素晴らしい。・名残のモクソサに出会って感動した。・アボイ岳も花の100名山で自然環境保護に徹底し、多くの固有種を含む高山植物がみられた。・樽前岳はピーカンで頂上ドーム型の火口が特徴、支笏湖を眼下、風不死岳、悪庭岳等をながめた。
415	個人山行	沢登り		南木曾	樽ヶ沢 岩倉川本流	8/7	8/10	8/7 樽ヶ岳19:00＝塩尻IC＝道の駅奈良井23:30 8/8道の駅6:00＝7:30岩倉林道ゲートP8:20＝樽ヶ沢出合8:35…cc1100m三俣12:40…支根尾…13:00林道13:15…ゲートP15:00…岩倉川本流出合泊15:30 8/9 テン場7:55…岩倉川出合入渓8:00…cc970m堰堤11:10…林道11:15…11:45テン場12:15…ゲートP12:35＝温泉＝柿枝溪谷散策＝食事＝買出し＝木曾駒高原某所泊18:00 8/10某所6:30＝塩尻IC＝帰京12:30	天候不良のため山形朝日の沢から長野南木曾の沢に転道。樽ヶ沢は岩倉川の支流で短いながら美談かつ登攀的な大滝のオンパレードで期待を裏切らない。翌日通行する岩倉川本流の出合をテン場に盛大な焚火で盛り上げる。夜半大雨に乱舞われたが天候回復し本流に突入。こもこも滝、大滝、袈く瀧に超美湯と言うことなし。このままだとこもこも高原の秘密の草原でテン泊。下界の暮さはどこへからの清々しい環境のもと翌朝を迎え「僕と私の夏休み」は終了となりました。
416	個人山行	沢登り	奥秩父笛吹川		ヌク沢左俣	8/7	8/8	8/7 塩山駅＝西沢溪谷駐車場(仮眠) 8/8駐車場5:20…近沢新道…ヌク沢…二俣…左俣…13:30種線…近九新道…14:00西沢溪谷駐車場＝帰京	近九新道が最近の大雨の影響と思われる道の崩壊が進んでいる。一般のハイキングとしては危険な状態でもロープ確保が必要な箇所がある。また水量が異常に多く通過に時間が取られた。今後道の補修が進むとは思われないので事前の調査が大切だ。
417	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	阿弥陀岳、赤岳	8/8	8/9	8/8 茅野＝美濃戸口10:15…13:15赤岳鉱泉 8/9赤岳鉱泉6:00…行者小屋6:40…中岳の丸7:20…阿弥陀岳7:30…中岳9:25…文三郎尾根分岐9:55…10:28赤岳10:46…11:17赤岳展望台11:52…地蔵の頭12:00…行者小屋12:55…13:25赤岳鉱泉14:15…17:05美濃戸口	悪天候のため磁黄岳までの縦走を諦め、地蔵尾根から下山。コロボ橋の中でも、赤岳鉱泉には多くの登山客がいた。
418	個人山行	ハイキング	奥多摩		三頭山	8/8	8/8	成瀬＝八王子＝拝島＝武蔵五日市＝都民の森9:30…箱崎峠…三頭山11:20…避難小屋12:15…横寄山13:40…14:50牧馬14:51＝武蔵五日市16:18＝拝島＝八王子＝町田	都民の森を過ぎると他の登山者は3人しか会わず静かな山行でした。都民の森の事務所に行くとか数馬の湯の割引券がもらえます。
419	個人山行	ハイキング	上信越		八間山	8/8	8/9	8/8町田＝沼田IC＝野反湖 ロッジ駐車場11:30…12:10笹平口12:50エヒ山…13:45高沢山…14:35三壁山…15:50登山口ロジ泊 8/9 ロッジ＝登山口7:20…8:50八間山…9:35イカ岩ノ頭…10:30野反峠10:55…野反湖遊歩道…12:05登山口P＝六合村くつろぎの里＝町田	野反峠お花畑には、地元中学生が手入れしているモクソサの、残りの花を見る事が出来ました。
420	個人山行	沢登り	奥秩父		釜ノ沢東俣	8/8	8/9	8/8 6:30道の駅みとみ＝西沢溪谷駐車場＝東沢左岸径路＝釜ノ沢＝魚止ノ滝＝千畳ノメ＝15:00 東沢(泊) 8/9 5:00起床7:00発→10:00駐車場＝入浴	天候に恵まれ20パーティ近くが入渓していた。メンバー1名が途中で体調がすぐれず、千畳ノメまでが念のため引き返し溪中泊の講習を実施して翌日下山した。溪中泊の経験はメンバー2名とも初めてであり、楽しく貴重な経験が出来た。
421	個人山行	ハイキング	大菩薩		小金沢山	8/9	8/9	町田＝八王子＝甲斐大和＝(バス)＝小屋平8:45…石丸峠…11:15小金沢山…12:20奥ノ雁ヶ腹登山…14:00すずらん昆虫館前BS＝甲斐大和＝町田	甲斐大和登り日川峠行きバス第1便は定刻前の8時ごろ臨時の直通便と各停便それぞれ1便が座席を満席にして出発。乗れなかった客は8:15発の定時便へ、牛ノ雁ヶ腹登山から昆虫館前BSへの下山路は日川林道から昆虫館前BSまで林道と登山道の歩道を繰り返す。林道から登山道への分岐はわかりにくいので注意。昭文社地図付属の小冊子に詳しく記載がある。
422	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	美ヶ原	8/9	8/9	橋本＝(中央高速利用)＝10:00山本小屋…12:10王ヶ頭13:10…14:40山本小屋…15:05牛伏山 往復…15:30山本小屋＝(入浴)＝(中央高速・国道413号利用)＝橋本	・寒いくらいの爽やかな高原の風に吹かれ、マツモシソウやウスユキソウ等の花を楽しむことができた。・眺望は周囲の穂科山や(霧ヶ峰)車山が時々見える程度です。・山本小屋の駐車場は常に満車で、コースは牛伏山往復を含め観光・行楽客で賑わっていました。
423	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	天狗岳	8/9	8/10	8/9橋本＝八王子＝茅野＝10:17波ノ湯…尾根11:30…黒百合ヒュッテ13:10 8/10黒百合ヒュッテ6:10…8:00東天狗(西往復)8:30…10:30中山峠11:00…ニュー12:00…14:30白駒池14:50…15:20委草峠＝茅野＝橋本	天候に恵まれ、北八ヶ岳を廻ってきました。ヒュッテの布団は上下左右1ヶおきで、定員の1/4、布団枚に人の混雑期の1/8で、ゆっくりできましたが、小屋の経営は大変だろうと思います。
424	個人山行	沢登り	東丹沢		セドの沢右俣	8/9	8/9	8/9 沢沢駅北口バス6:48＝大倉7:03 大倉7:30…戸沢9:00…セド右俣出合…大滝上13:00(沢下り)…セド左俣出合…戸沢15:00…大倉16:30 沢沢駅北口解散	沢登りは2パーティ見かけたのみでセドの沢は貸し切りだった。戸沢キャンプ場は沢遊びとBBQの一般客で大変賑わっていた。大滝はリードさせてもらい、多数あるハーケで安全確保しながら登攀した。沢下降は懸垂できない箇所もありクライムダウンしながら慎重に下った。沢中では非常に涼しくコナで凍出できない分、近場の沢登りは真夏の暑さを忘れてくれ気持ちよく楽しめた
425	個人山行	沢登り	奥秩父		大岩沢	8/9	8/9	8/9 相模原5:00＝彩の国ふれあいの森・学習の森大岩沢休憩所P8:35＝大岩沢入渓(勳兵衛ノ滝)8:45…不動滝9:00…金山沢出合9:20…造林小屋跡(広場)10:00…長沢沢出合10:30(学習の森登山道)…学習の森P12:00＝相原(解散)	沢はフリーで登れる滝が多く、快適な遊歩道が楽しめる。長沢沢出合から下山時に利用した遊歩道は、昨年の台風の影響で至る所が崩壊しており、ところどころ鎖が張られているものの、朽ちた木橋の通行に注意が必要。下山からは、クールダウンとクライムダウンの練習を兼ねて沢を下降した。
426	個人山行	ハイキング	北アルプス		穂高岳	8/10	8/12	8/10甲斐小泉＝沢渡＝タクシー＝上高地0940…横尾…1430 瀬沢 霧宮 8/11瀬沢0545…0808北穂高岳・雨宿り0940…1150瀬沢 8/12瀬沢0700…横尾…1130上高地＝沢渡＝小瀬沢＝甲斐小泉	下界は曇りで晴れていたが、山の上は曇りと雨の続く三日間だった。北穂高岳頂上で強い雨となったので、雨宿りの後に瀬沢に下山した。
427	個人山行	沢登り	奥武蔵		寺沢	8/10	8/10	8/10 町田6:29＝八王子＝東飯能＝西武秩父…御花畑＝武州日野9:35…日野登山口10:30…寺沢入渓11:15…13:00日野登山口…14:15武州日野＝町田	深山幽谷の沢でまったりと思ったが、水流が早くなかなかまったりとはいかなかった。ロープを出すような箇所は無く、沢歩きは初めてというメンバーも楽しめる沢だった。交通機関に要する時間が長いのが難点。
428	個人山行	ハイキング	尾瀬		尾瀬沼	8/11	8/11	自宅＝團中央道＝沼田IC＝大清水駐車場9:00出発…10:00三平橋…11:40三平峠…12:00尾瀬沼12:20(昼食後散策)…13:30三平峠…15:20三平橋…16:30駐車場＝開越高速＝自宅	大清水駐車場は第2案内されたが未だ空いていた。登山客も少なく、気温も快適で尾瀬沼ではゆっくり過ごせた。
429	個人山行	ハイキング	富士・御坂		三方山	8/11	8/11	町田＝八王子＝相模原＝相模湖IC＝河口湖IC＝8:50精進寺…登山口9:30…11:30三方山12:00…精進峠13:30…14:45精進寺＝河口湖IC＝厚木IC＝厚木本	猛暑の東京を逃れて、標高1422mの三方山で高原の涼しさを味わうことができた。急坂で味方がかり、当初予定のバナマ台を割愛して、精進峠から下山した。精進峠駐車場の山田屋ホテルの日帰り温泉は800円。
430	ハイキング 企画部山行	ハイキング	その他	奥多摩	御岳山	8/12	8/12	御嶽＝滝本＝(ケーブルカー)＝山頂駅9:50…レンゲショウマの群生地…御岳神社…11:40ロックガーデン12:30…七城の滝…14:40山頂駅＝(ケーブルカー)＝バス＝15:30御嶽	レンゲショウマは見ごろでもよい時間を過ごせた。ロックガーデンでスケッチをしていると雨が降ってきたのはやみに引き上げる。紫の中にも気持よく振った。猛暑日でもたが家族連れが多い御嶽駅で大雨のため電車がとまり1時間ほど停滯する。
431	個人山行	ハイキング	奥多摩		御岳山	8/13	8/13	町田＝八王子＝立川＝御岳駅＝滝本＝(ケーブル)＝御岳山駅9:00…七尾平9:30…七尾の滝10:30…天狗岩11:10…七尾平入り口12:00…富士峰園地(レンゲショウマ鑑賞)13:00…御岳山駅＝(ケーブル)＝御嶽駅＝町田	レンゲショウマの開花は少し早かった。午後から降雨になり大塚山のコースをエスケープしケーブルカーで下った。

No	山行区分	山行形態	タイトル	山城	山名	出発	帰着	コースタイム	感想
432	個人山行	ハイキング		奥秩父	廻目平	8/13	8/13	廻目平キャンプ場10:00~11:30沓沢の滝12:00~14:00廻目平キャンプ場	廻目平のキャンプ場は料金は車の台数ではなく人数で支払いなので、入口手前の無料の所に止めたよかったです。
433	個人山行	ハイキング		奥多摩	天目山	8/14	8/14	鶴川=登戸=立川=奥多摩=東日原08:40~一杯水避難小屋11:25~12:00天目山12:30~12:45一杯水避難小屋14:35東日原=奥多摩=拝島=八王子=町田=鶴川	三ツドックと言う名前にひかれて、猛暑の中の奥多摩山行でした。山頂下一杯水避難小屋の寒暖計は24℃で快適な山行でした。1500mを超える温度も変わります。山頂では雷雲が迫ってきたので、昼食のマルチライオンを流し込んで下山しました。日原方面のバス情報ですが、川条橋バス停が台風の影響で閉鎖中です。川吉山へ登られる方はご注意ください。
434	個人山行	ハイキング		上州	御座山	8/14	8/14	甲斐小泉=0800長者の森~1050御座山1130~1300長者の森滝見の湯=甲斐小泉	樹林の中、比較的涼しいルートだったが、白岩ルートとの合流までなかなかの急な登りだった。下山後によった滝見の湯は、少し遠くなるが新しく快適・安い(450円)でお湯め。
435	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	8/14	8/14	自宅=大倉P7:40~雑事場8:30~9:10大倉P=自宅	12kgを背負って縦走トレーニング。途中宮原一成(676)が体調不良で登頂を断念した。酷暑の日であったが大倉駐車場は7:30で満車状態。登山者は多かった。
436	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	赤岳・阿弥陀岳	8/14	8/15	8/14橋本=八王子=小瀬沢=清里=(タクシー)=大門口10:00~小天狗11:30~大天狗14:00~赤岳16:00~展望荘16:30 8/15展望荘6:00~赤岳6:40~阿弥陀9:00~不動清水11:20~御小屋山11:50~美濃戸口13:15=茅野=橋本	炎天下の中、赤岳・阿弥陀岳を、県界尾根から御小屋尾根に抜けました。しかし、至るところの展望は最高でした。県界尾根と御小屋尾根は、よく整備されて歩きやすかったです。長く、暑かったです。
437	個人山行	沢登り		東北	安達太良山・石筵川左俣	8/14	8/15	8/14 矢部(20:30)取付きの駐車スペース(24:30) 8/15 取付き(7:30) 通行二俣手前天場 標高1200m付近(15:00) 釣りをしたので、コースタイムは参考とならない。8/16 天場(6:15)奥の二俣から右俣→安達太良山→船明神→取付き(13:50)	石筵川の登攀的要素は20mの滝のみ。ルートは明瞭で右から直登する。しかし、至るところの展望は最高でした。県界尾根と御小屋尾根は、よく整備されて歩きやすかったです。長く、暑かったです。
438	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	草戸山	8/15	8/15	橋本=上大戸7:45~(大戸緑地) 草戸峠8:50~草戸山9:20~三沢峠9:50~峠ノ薬師10:10~11:10津久井湖観光センター=橋本	
439	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	男女倉山	8/15	8/15	町田=諏訪IC=9:20車山肩P~車山10:40~車山乗越11:25~12:05南の耳12:30~男女倉山(ゼブラ山)13:10~沢渡14:55~15:40車山肩P = 町田	無料駐車場は満車でしたが、ゼブラ山へのコースは人も少なく楽しめました。
440	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	高見石、ニュー	8/15	8/16	8/15茅野=茅草峠BS11:10~地獄谷11:55~草草峠12:25~丸山14:00~高見石小屋14:35~白駒池15:20~15:35青苔荘(泊) 8/16青苔荘5:00~7:05ニュー7:25~中山展望台8:40~9:50高見石小屋10:05~10:45青苔荘(テント撤収) 12:30~白駒の池BS=茅野	昔ツアーで知られる地獄谷なるところに初めて行ってみたい。連日の炎天下で暑もやや平らな状態ではあったが、岩の隙間からは冷たい冷気が噴出しており、幽玄な雰囲気。2日前とも快晴ではあったが、樹林歩きが多く、暑さに苦しめられることもなく快適に歩くことが出来た。ニューからは富士山をはじめ各アルプスの山並みを眺め、高見石からは眼下に白駒池を眺め、山歩きの愉しみを堪能できた。
441	個人山行	沢登り		東丹沢	セドの沢左俣	8/15	8/15	8/15 6:33沢沢駅集合 北口バス6:43=7:00大倉7:15~8:30沢沢9:00~セドノ沢二俣(左俣) 大倉10:40~左岸壁状10m 12:40(沢下り) 左沢出合~セドノ沢二俣~16:30戸沢17:10~大倉18:20~沢沢駅北口解散	今回は戸沢はキャンプ客が多く沢登りの人を見かけなかった。沢はかなり荒れている印象、コロナの影響か人が入っていない様子で通行に時間がかかった。二つの大滝は、右俣より左俣が少なく、岩が脆いのでグレードが高かった。沢下りは懸垂がインクの見極めやロープの流れに気を付けながら、懸垂・クライムダウンのいい実践練習となった。
442	個人山行	沢登り		奥多摩	水根沢	8/15	8/15	8/15 水根バス停前駐車場午前8時集合 バス停前P 8:25~8:40水根沢谷~14:30c915m14:50~山道~15:50バス停解散	長梅雨と連日の雷雨で水根沢谷は大増水、その分泳ぎとシャワータイムを思う存分堪能できた。濡れかけていたパーティーもあり、初心者の入流は当面控えたほうがよいと感じた。草の運動靴、ノーヘル、ノー装備、ノーリュックで通行する若者もあり、20代の事故が各地で起きていることを考えると、啓蒙活動が必要では考えてしまおう光景を見た。
443	個人山行	沢登り		奥多摩	小菅川本谷	8/15	8/15	8/15 相原駅5:15=上野原=小菅村=日向沢登山口林道終点P7:30(小菅川本谷) ~12m大滝9:30~奥の二俣10:25~1690m通行終了点12:00~大菩薩峠登山道ニワタシバ12:15~日向沢登山口13:25~林道終点P13:30=相原駅	登れる小滝がほとんどあり、アブローチ、下山とも容易で初級者でも楽しめる。沢上部は崩れ、崩れてきた石で埋まっている箇所が多くやや荒れている印象。監視塔とぶつかる地点の石積みは崩壊しており、わかりにくい
444	個人山行	ハイキング		奥多摩	戸倉三山	8/16	5/16	町田=八王子=立川=武蔵五日市市=(バス)=7:40笹平~11:00市道山~13:00白駒山~荷田子峠~15:00荷田子BS=(バス)=武蔵五日市駅=八王子=町田	昭文社地図による笹平登山口は、小坂志林道から川を渡り尾根にとりつくことになっていて、笹平に降りる木道補綴の為立入禁止でした。林道を100mほど先に車を入れる作業場があり連日ですが、登山道に合流していた。休日の槍原街道の混雑はすさまじく、帰路15分の予定が1時間かかりました
445	個人山行	ハイキング		奥秩父	黒金山	8/18	8/18	自宅=黒金山登山口P6:30~8:34牛ノケル8:55~9:56黒金山10:35~牛ノケル~12:50登山口P=自宅	お花畑・沢の流れなど変化はあったが、高低差700m位をただひたすら登って下ったという感じの山だった。黒金山山頂からは、金峰山~甲武信ヶ岳の稜線が美しく、見えて飽きなかった。
446	個人山行	ハイキング		奥多摩	生藤山	8/19	8/19	町田=陣馬街道=和田峠和田峠7:50~醍醐丸~11:30生藤山12:00~醍醐丸~14:00和田峠	真夏の低山でさぞや暑さで大変だろう思っていたが谷間からの涼しい風や水陰などでそれほど大変でもなく新発の気分でした。
447	個人山行	ハイキング		東北	会津朝日岳	8/19	8/20	8/19さいたま市=(車)=14:30赤倉沢登山口(常宮) 8/20登山口5:20~11:10会津朝日岳12:00~17:10登山口=(車)=さいたま市	コロナ禍のため沢沿いの道は刈り払いがされてなくやや草がうるさい。道は全体的にはしっかりしており歩きやすい。全員登頂し、無事下山できた。あまりの暑さのために疲労がひどく、メンバーの足が痙攣するなどして、時間がかかった。頂上からの眺めは雄大だが曇っていた。
448	個人山行	ハイキング		上越	二王子岳	8/19	8/21	8/19町田=新発田=川東小=15:29 南俣~16:20二王子神社キャンプ場泊 8/20二王子神社5:00~一王子小屋6:00~7:55二王子岳8:20~一王子小屋10:05~10:55二王子神社(泊) 8/21二王子神社6:40~南俣0740=川東小=新発田=町田	快晴の中、頂上からは飯豊連山を間近に展望することができました。よく整備された歩きやすい登山道で、平日にもかかわらず20名近い登山者がいた。登山口の無料のキャンプ場は2日とも1張のみ。
449	個人山行	ハイキング		東北	蔵王、月山、西吾妻山	8/19	8/21	8/19東京=東北道・バス=白石IC=蔵王ハイライン=12:50刈田岳レストハウス13:20~馬の背~熊野岳14:50~刈田岳15:30~刈田岳レストハウス=蔵王温泉(泊) 8/20蔵王温泉=月山姥沢P(リフト)=リフト上駅10:00~牛首11:25~12:40月山13:00~姥が岳14:40~15:00リフト上駅=月山姥沢P=津裏磐梯デコ平温泉(泊) 8/21津裏磐梯デコ平温泉~山麓駅=(ゴンドラ)=山麓駅8:50~登山口9:45~西大瀧11:35~12:30西吾妻山13:10~西大瀧14:00~15:20山頂駅=(ゴンドラ)=山麓駅~津裏磐梯デコ平温泉=(磐越道・東北道)=東京=鶴川	3日間とも快晴に恵まれた素晴らしい山行でした。
450	個人山行	ハイキング		奥多摩	御前山	8/21	8/21	橋本=五日市市=(バス)=7:15宮ヶ谷戸~10:30御前山11:00~14:30大岳山15:00~つづら岩17:00~18:15千足=五日市=橋本	湯久保尾根から御前・大岳を回って馬頭刈尾根に降りましたが、猛暑日に奥多摩で長時間歩行などするものではなかったです。霧山から大岳までの尾根は木段もえくずれも小砂利が敷き詰められて、舗装道路のようでした。ここまででなくとオーバーユースには耐えられないのか???

No	山行区分	山行形態	タイトル	山城	山名	出発	帰着	コースタイム	感想
451	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	硫黄岳	8/21	8/22	8/21町田=八王子=(あずき)=茅野=(タクシー)=美濃戸口10:00…赤岳温泉14:20泊 8/22温泉6:30…硫黄岳9:00…赤岳温泉11:40…15:20美濃戸口=茅野=町田	コマクサを見たか調計画しましたが天候不順のため硫黄岳ビストムになりました。赤岳温泉はコロナ対策もすっかりできて安心して泊まりました。美味しい夕食の後夕陽がとてもうつくしく幻想的でした。硫黄岳からは展望を楽しめイチャクンドウ、たかねごたい、こぼんのこごめきなどのお花にもあえ心に残る山行となりました。
452	個人山行	ハイキング		奥多摩	生藤山	8/22	8/22	橋本=陣馬街道=7:30和田峠P7:50…8:15醍醐峠…8:30醍醐丸…9:05山の神…9:45連行峰…10:15茅丸…10:30生藤山10:50…11:20連行峰…山の神…醍醐丸…醍醐峠…12:55和田峠P	和田峠からの生藤山、本当に真夏の低山なのに涼しく歩きやすかった。終始樹木の影が日差しを遮ってくれた。山を吹き上げる風も気持ちいい。
453	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	矢ノ音	8/22	8/22	藤野駅9:10…日野…10:35イタドリ沢ノ頭…奈良本橋11:00…11:40矢ノ音…大平12:10…孫山12:40…13:30相模湖	・時折吹き抜ける涼風に動まされながらクモの巣をかき分けて歩いた。 ・矢ノ根南尾根下除の取り付けを確認したが薄い踏み跡はあるものの下草が青々と茂っている足踏みを入れる意欲をなくし、一般登山道で下山しました。
454	個人山行	ハイキング		奥武蔵	伊豆ヶ岳	8/22	8/22	成瀬=町田=八王子=東飯能=8:29正丸8:45…正丸峠分岐9:10…11:00伊豆ヶ岳11:30…古御岳11:50…高畑山12:30…天目指峠13:25…子ノ権現天龍寺14:20…小床15:00…15:30西野駅=東飯能=八王子=町田=成瀬	出発から五輪山までほぼ無風、汗が噴き出でて水分補給を心掛けた。五輪山から男坂の岩場を登ったが、50mの高さがあり登り甲斐があるクサリ場。天目指峠から子の権現天龍寺までの5回の登り返しが、下山モードの身体には一番大変だった。14時頃から雷が鳴り出したので西野へ下山。真夏の低山山行はハードだった。
455	個人山行	ハイキング		上州	黒檜山	8/22	8/22	町田=赤城IC=黒檜山登山口P9:20…黒檜山11:30…黒檜山登山口P14:00=ビーターセナ=道の駅ふれあい館=赤城IC=町田	登山口は、標高1400mあり気温も18℃位と涼しい。黒檜山は、急登と岩場でキツイコースである。登山中黒檜山と小沼が見えたが、山頂では霧が発生し視界悪し。その後も濃霧はとれず地蔵岳は、諦める事とした。
456	個人山行	ハイキング		奥武蔵	笠取山	8/22	8/22	自宅=(中央自動車道)=勝沼IC=作場平橋P8:30…一休坂分岐9:03…笠取山10:20…多摩川源流水場11:02…水干11:15…笠取山(1953m)11:50…笠取山標識12:30…笠取小屋13:13…一休坂分岐14:01…14:24作場平橋P	笠取山山頂の稜線は、岩壁で予想以上に高度感もあり、慎重に進みました。雲行きが怪しかったので、早々に下山。その後、土砂降りに。今年2回目の登山を満喫できました。
457	個人山行	ハイキング		上州	黒檜山	8/22	8/22	自宅=相模原愛川IC=赤城IC=駒ヶ岳登山口P8:00…黒檜山登山口P8:15…9:40黒檜山(1827m)10:10…10:50駒ヶ岳(1685m)11:05…11:50駒ヶ岳登山口P(1360m)=(入浴)=赤城IC=相模原愛川IC=自宅	登る途中で大沼や赤城神社を眼下に眺められた。山頂では展望には恵まれなかったが、久しぶりに心地よい、涼風を感じることができた。
458	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	8/22	8/22	大倉民家P7:20…8:47駒止茶屋8:55…10:19花立山荘10:40…11:10塔ノ岳11:45…12:50福山の家13:00…見晴茶屋13:50…14:22大倉民家P	今回は気温が高いため、休憩の回数・時間を多くとり、水分補給とストレッチを急いで行い、身体に熱を持たないよう、ゆっくり歩くことを心掛けた。風はあまり吹きませんが、金冷やしの手前が変わる空気で、秋の風が変わったと感じました。
459	個人山行	ハイキング		奥多摩	御岳山～日の出山	8/22	8/22	多摩境=御嶽=滝本=みたけさん駅9:40…10:00御岳山10:30…11:20日の出山12:30…13:20高峰13:30…15:30澤井園	
460	個人山行	ハイキング		富士・御坂	雨ヶ岳	8/22	8/22	町田=河口湖IC=8:20本橋湖西湖畔登山口…9:50端足峠…11:40雨ヶ岳(途中)…12:40端足峠…14:00本橋湖西湖畔駐車場=河口湖IC=町田	真っ黒い雲と雷鳴、頂上まで40分位の所で全員納得の下山をした。
461	個人山行	沢登り		奥多摩	軍刀利沢	8/22	8/22	愛甲石田駅6:00=(圏央道・日の出IC)=落合橋駐車場(車デポ)=8:30軍刀利沢入渓…(通行)…12:00三国峠…生藤山(巻き)…茅の丸手前分岐…矢沢林道…15:00落合橋下山(車ピックアップ)=18:00海老名駅解散	軍刀利沢は何度も入渓しているが、以前と比べると、岩が苔で滑りやすくなり、ガイドブックに紹介されているほど、安易に滝には取り付けない。巻きには数か所ロープが設置されていた。
462	個人山行	沢登り		愛鷹山	赤瀬川牛ヶ淵ゴルジュ・佐野川景ヶ島	8/22	8/23	8/22 各所まわって6:15=横浜青葉IC=新富士IC=8:40赤瀬川林道P…9:10赤瀬川00372m入渓…0505m支流から側道13:15…市道戻る…13:30林道P=入浴=キャンプ場 8/23 キャンプ場=相模大野駅	天候が良く日差しが注ぎ込む姿、滝がとても美しくかった。牛ヶ淵の水もとてもきれいで、取っ手の硬い木と水が混ざって書かれたような水に入る気にならずに止めた。入浴中に大雨となり河原泊からキャンプ場に変更した。
463	個人山行	沢登り		奥多摩	水根沢	8/23	8/23	小田急相模原駅北口6:40=8:15水根沢駐車場8:40…8:50水根沢キャンプ場9:00…半円の滝12:30…12:45林道…13:30水根沢駐車場=入浴(もえぎの湯)=小田急相模原駅	曇天。この1週間前、前日夕方の小雨以外に降雨はなかったはずだが、入渓直後のゴルジュ帯で足が濡れない深さであった。簡単に水量は減らないのだなあ。青木さんの15日の山行報告を改めて思い出した。泳ぎを苦としないメンバだったのが慎重に楽しく進んだが、上流に行くにつれて水も冷たくなり、繰り返し胸や肩まで浸ることが辛くなった。半円の滝は水しぶきが上がっていたので直登はやめて巻いた。下山道は喋っていたので右に下る細い道を見落として迷回った。15分くらい余計にかかった。13時から弱雨予報であったが、逆に青空が広がった。大滝手前の懸垂下降のみ20mロープを使用。フーティンロープは役立った。
464	個人山行	ハイキング		丹沢	岳ノ台	8/24	8/24	秦野=ヤヅ峠9:00…岳ノ台…菩提峠…表丹沢林道…板沢林道…葛葉の泉…10:50表丹沢野外活動センター…菩提原11:30=秦野	マツカゼソウやマルバダケブキなどが咲いて、秋の気配を感じました。冬の日だまりハイクに適したコースです。
465	個人山行	ハイキング		大菩薩	小金沢山～牛奥ノ雁ヶ腹摺山	8/24	8/24	八王子=甲斐大和=(タクシー)=小島9:35…10:15石丸峠…11:50小金沢山12:15…13:05牛奥ノ雁ヶ腹摺山…15:25すずらん昆虫館=(タクシー)=甲斐大和=町田	山は予想以上に涼しかった。
466	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	霧ヶ峰	8/24	8/25	8/24相模湖=中央道諏訪IC=車山肩10:30…車山11:30…蝶々深山…八島湿原14:30…P宿泊 8/25宿=八島湿原ビジターセンターP9:30…八島湿原周遊…ビジターセンター11:30=帰郷	涼しい風が吹く青空の元、ゆっくり歩きました。宿はコロナ対策がしっかりしていて、平日で空いていたこともありゆっくり過ごせました。
467	個人山行	ハイキング		奥多摩	御岳山	8/25	8/25	自宅=相模大野=御岳P=(バス)=御岳滝本…9:20御岳山11:00…12:00大塚山…12:55古里=御岳=相模大野	レンジショウマは未だ充分楽しむことが出来た。
468	個人山行	ハイキング		奥多摩	青梅丘陵	8/26	8/26	八王子=拝島=青梅=二俣尾8:20…登山口8:35…樹形山城9:01…物見山9:20…幸垣城9:51…物見山10:27…三方山10:54…12:23物見橋(矢倉台)12:45…青梅鉄道公園13:33…勝沼城14:20…14:44青梅=橋本	はじめの登山口が若干分り難かったが、事前にネットで調べをしておいたのとかなどがあった。青梅丘陵は、近々ハコガキになっているところは、道標もあり綺麗に整備されていたので迷うことはほぼない。ハセギツギ、ハセギツギを楽しむ方々と数人すれ違うので、安心して歩ける安全なコースだった。(城跡周辺はやはりあまり見ない) 矢倉が良く出でるらしく、当日も黒い影を見て熊と見間違ったという方がいた。
469	個人山行	沢登り		奥武蔵	浦山川・冠岩沢	8/26	8/26	5:30長後駅=(海老名IC=花園IC)=浦山溪谷=冠岩橋(車デポ)…8:30冠岩沢入渓…12:00同沢下降…13:30冠岩橋下山=武甲の湧入浴=18:30長後駅解散	鳥首沢から冠岩沢に分岐後、堰堤が4つ現れ閉口するが、これを過ぎると手頃で登れる小滝が連続して現れる。水はとてもきれいで冷たい。当日、秋夕の日中の気温は37℃だった。沢は別世界だった。ただ、この沢は余り人が入っていないようで、滝の巻きは驚く初心者には要注意。
470	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	北横岳	8/27	8/28	8/27橋本=八ヶ岳ロープウェイP=山頂駅10:00…10:55北横岳ヒュッテ…ヒュッテ往復…11:30北横岳12:15…12:55大岳方面…北横岳13:50…亀甲池14:50…15:50双子池ヒュッテ 8/28 双子池ヒュッテ…20…雨池9:00…雨池峠10:00…橋本山荘11:05…山頂駅11:20=八ヶ岳ロープウェイP=橋本	高山に慣れるようゆっくり歩いた。順調に進み北峰でのんびりしすぎて、方向をよく確認せず出発してしまった。大岳山に行ってしまう、かなり行ってから気づき戻った。山頂に連絡しなんとか16時には到着できた。2日目、雨池に向かう登山道で雨が降り、やんでからもガスがかかってきたので橋本山に登らず下山した。

No	山行区分	山行形態	タイトル	山城	山名	出発	帰着	コースタイム	感想
471	個人山行	ハイキング		丹沢	弘法山	8/28	8/28	秦野7:20→弘法の清水→名水はだの富士見の湯8:10→権現山展望台9:00→弘法山9:40→吾妻山→鶴巻温泉	秦野駅でスマホに山スタアプリをインストールして出発。最初は、弘法の清水でチェックイン。できた、というわけであったが、ここを覚え取れましたか、雨の夕空には曇る中、水分補給をいただきました。すたふらりーはどのコースからでもどのチェックポイントからも自由に回るのでぜひみなさんもやってみてください。
472	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	与瀬神社～陣馬山	8/28	8/28	町田＝八王子＝相模湖7:40→与瀬神社→大平→10:50明王峠11:30→12:30陣馬山→14:40和田BS＝藤野	去年の台風19号の影響で、明王峠までの登山道2ヶ所に損壊があった。その部分が狭くなっているが通れる。その影響が歩く人によっては、与瀬神社からしばしば曇る中、水分補給をしながら登った。標高が上がるにしたがって、風が強くなる所が増えてきた。明王峠から先の尾根道は、曇りという天候も幸いして涼しく、自然林や足元の花を楽しんで歩いた。
473	個人山行	ハイキング		尾瀬	燧ヶ岳、尾瀬ヶ原	8/28	8/30	8/28小田急相模原＝代々木上原＝北千住 8/29北千住＝(東武尾瀬夜行)＝会津高原尾瀬口＝尾瀬御池6:00→7:00 広沢田代7:05→8:00熊沢田代8:10→9:50須山10:10→10:30安曇10:55→14:00見晴しキャンプ場(幕営) 8/30キャンプ場6:10→東電小屋→ヨッピー吊橋→半音分岐→8:40山ノ鼻9:05→10:05湯掛峠10:20＝尾瀬戸倉(入浴・昼食)＝新宿＝小田急相模原	東武尾瀬夜行も高速バスも三密を避けるため2シートを1人で使用するため、広々として快適だった。燧ヶ岳山頂はたくさんの登山者で賑わっていた。山頂からは尾瀬湖、尾瀬ヶ原を見渡すことができた。キャンプ場にテントを張り、のんびりしていた時に突然の豪雨に見舞われ、テントは床下浸水、ウォーターベッド状態。あわてて場所を移動し、事なきを得たが、場所選定の不熟さを痛感した。山ノ鼻近くで木登り中の熊を見かけた。尾瀬はもう秋が始まっていた。
474	個人山行	ハイキング		東北	以東岳	8/28	8/30	8/28自宅(自車)＝あさひや(前泊) 8/29泡滝ダム→大島登山口8:00→七ツ滝沢吊橋9:15→大島池遊覧小屋11:00(泊) 8/30大島池遊覧小屋5:00→東沢出合→以東岳8:00→オツボ峰→11:00大島池遊覧小屋12:00→七ツ滝沢吊橋→15:00泡滝ダム	連日の猛暑で、早朝立ちとした。あさひやの地主は大島小屋の管理人かつ飯前で、岩魚と山菜の夕食(前泊)は素晴らしい。登山口の計画書は、あさひやに提出する。ポイントマップにマツクザックを詰めて登り、以東岳周回を整備した。上りを直登コース、下りをオツボ峰コースに選ぶのが良い。池のほとりに立つ大島池遊覧小屋が、利用料1500円。トイレもきれい。水は豊富で、岩魚を釣って夕食に食べている登山者もいた。
475	個人山行	ハイキング		東北	烏島山、月山	8/28	8/31	8/28橋本＝高連(新潟周り)＝越前西IC＝月山高原牧場・幕営 8/29月山高原牧場6:00＝月山8合目P6:50→9合目私立小屋8:45→月山頂上9:50→月山神社10:25→9合目11:30→御田原参道→12:50月山八合目P＝烏島山5合目P＝幕営 8/30鉢立P4:30→登山口5:00→賽の河原6:15→御浜小屋6:55→七五三掛→外輪山・千蛇谷分岐8:05→9:30御室9:50→千蛇谷分岐11:20→12:20御浜小屋2:40→賽の河原→14:00登山口→鉢立P14:35→西目町望海の丘・管理棟(泊) 8/31望海の丘＝日本海東北自動車道→圏央道・相模原IC＝橋本南口	月山は時折晴れ高層原の景色とお花を愛でる。下山開始後、上ってくる人が続いた。烏島山は天気が良い。さわやかな。御室到着時と鉢立口近くで大粒の雨。新島、烏島山は変化の登山道も長くつかったが、沢山の山花とペニシオチヂョコに癒された。軽量化と早い出発が功を奏し2座ともコースタイム通りだった。眺海の湯350円、鶴巻荘300円(モンベル会員200円)
476	個人山行	岩登り		奥秩父	小川山	8/28	8/29	8/28 9:00金峰山荘前集合→終日クライミング(幕) 8/29→終日クライミング→15:00金峰山荘前解散	3密を回避し、感染予防のための「新しい山行様式」→「個食(非密集) 個別車(非密閉) 個別テント(非密接)」の山行とした。
477	個人山行	沢登り		尾瀬周辺	小田倉沢～津室沢下降	8/28	8/30	8/28 藤が丘駅20:45＝沼田IC＝道の駅尾瀬かたしな23:45 8/29 道の駅6:10＝7:20奈良集落跡P7:50→c0910m尾根下降→小田倉沢3:25→c01300m付近13:50 8/30 テント場6:30→c01400m左へ6:55→c01504ピーク西側乗越7:25→7:30津室沢下降→10:55浮川11:10→浮川林道11:30→奈良P13:05	皇海山西側の小田倉沢を進行し津室沢を下降する周囲コース。小田倉沢は柱状節理の深い谷に多くの滝が架かり後半は昔生す沢山の深根。津室沢は下降向きながら10m滝の巻と45m滝25m滝の懸垂下降がポイント。双方とも岩師が多いか要所にトラロープが多数あり。仮眠した道の駅「尾瀬かたしな」は綺麗で快適でした。
478	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	8/29	8/29	秦野＝ヤビツ峠08:40→護摩摩敷の水09:15→二ノ塔10:15→烏山山11:15→1250m 12:50→13:45塔ノ岳14:00→天神尾根分岐14:50→一本松15:50→16:45大倉沢	塔ノ岳山頂以外は、サウナ状態の蒸し暑さでした。行者ヶ岳以降でヤビツ峠を越えて、昼食としました。塔ノ岳山頂は丁度暑が掛かってしまい、富士山などは拝めませんでした。山行中にブルウス会員の方にお会い出来ました(沢登りの方、幽霊会員?の方)。余談ですが、ヤビツ峠のバスの運転手の方が、増田明美の細かい取材のような秦野、丹沢観光案内が面白かったです。
479	個人山行	ハイキング		頸城	雨飾山	8/29	8/29	大町＝小谷温泉7:40＝登山口P8:00→荒谷沢出合→笹平→11:30雨飾山12:15→(往復)→15:30登山口P＝大町	残暑の続くなか登山口駐車場は満車で道路の路肩に駐車する。意外と県外の登山者が多い。予定通り山頂に着いたがなかなか晴れず、かきく北アルプスは見えなかった。今日は湿度が高くて蒸し暑くて苦労した。
480	個人山行	ハイキング		奥武蔵	二子山	8/29	8/29	相模大野＝関越道花園IC＝西関東連絡道、国道140、県道37、国道299＝登山口8:15→鞍掛峠10:20→東岳11:00→鞍掛峠11:25→12:15二子山岳頂(三等三角点)12:35→鞍掛峠分岐14:40→15:15登山口(往路を戻す)＝相模大野	西岳では上級者コースを登ったが、ホールドもたくさんあり、多くの登山者の登攀跡が岩に残っており、コースに迷うようなことはなかった。一方、二子山を過ぎたからの下降ポイントがどうしても分からずに迷走。ここで時間と体力を大きくロス。この気候条件の中、低山でのルート探しは楽しかった。
481	個人山行	ハイキング		丹沢	弘法山	8/29	8/29	高座渋谷＝相模大野＝東海大学前駅7:39→自興院8:30→8:55弘法山9:15→9:25分岐→10:30東海大学前	自興院の裏手からみかん畑の右手に手製の表示あり、弘法山山頂へ登り、守屋山の地帯の自興院コースを降りたが、あまり歩いていないようで、やぶっぽいところもあった。オニヤンマを久しぶりに見た。
482	個人山行	ハイキング		上信越	越後駒ヶ岳	8/29	8/30	8/29自宅＝高尾山IC＝小出IC＝枝折峠P(車中泊) 8/30枝折峠5:23→5:45明神峠→7:25小倉山→9:05駒の小屋＝越後駒ヶ岳9:35→9:50駒の小屋10:10→11:10小倉山→13:10明神峠→13:35枝折峠P＝自宅	長い尾根歩きコースがあるが、薄曇りで幸いた。既に水分20消費。晴れの場合、さらに水を必要とする。コースは良く整備され、岩壁でも要所部で多マーカーキングされている。山頂部はガス様々の為、日本海が見えず残念。
483	個人山行	ハイキング		北アルプス	風吹大池	8/29	8/30	8/29自宅＝圏央道＝中央高速＝安曇野IC＝梅池高原＝馬ノ背→ドラフト＝梅池ロープウェイ)＝ビジターセンター11:30→梅池自然園ガイド付き散策→梅池山荘(泊) 8/30山荘6:20→7:40天狗原→9:00白馬乗鞍→9:40白馬大池10:00→(往路を戻す)→12:30ビジターセンター＝ゴンドラ・リフト＝(足湯) 駐車場＝自宅	天候不安定で頭上には雷の黒雲・風吹大池への入山者少ないためコース変更、白馬大池へのビストンとした。二日目は少しの時間差で土砂降りの雨にあったパーティもあつたが終日、北アルプスの涼風を楽しめました。元氣なサッカー少年(小5)に「ばあば、頑張って～！お疲れした～」と励まされたハイベースの歩きでした。
484	個人山行	ハイキング		谷川	平標山、仙ノ倉山	8/29	8/30	8/29 橋本＝圏央道・関越道等＝09:05平標登山口P(平本新道経由)→12:35平標山の家→15:00平標山→16:15平標山の家(幕営) 8/30平標山の家05:50→06:50平標山→08:05仙ノ倉山→09:25平標山→10:10平標山の家(テント撤収、平本新道経由)→14:05平標登山口P(関越道・圏央道等)＝橋本	初日8/29は天候が不安定(ガス、急激大雨等)のため、大源太山・三角山をあきらめ、平標山を往復した。平標山の家→平標山→仙ノ倉山は、一面笹原の緩急歩きで、気分爽快でした。リフト、ハクサウ、ワウ、ウスキー、トリフト等(以上、推奨)多くの花を見ることができた。
485	個人山行	ハイキング		南アルプス	大無間山	8/29	8/30	8/29町田＝(自家用車)＝田代(井川オートキャンプ場泊) 8/30田代登山口6:20→11:00大無間遊覧小屋(泊) 8/31遊覧小屋4:00→6:50大無間山→9:40大無間山10:00→14:45遊覧小屋15:00→17:10登山口＝(自家用車)＝0町田	水を一人6L背負って小屋まで登るのは辛かった。3日目は荷を軽くして暗い内に出発した。小屋からP1と小無間の間の崩壊地に至るまでのピークの登り降りにはなかなか大変だ。崩壊地には怪しいロープが設置されており、慎重に通過した。崩壊地の直上の急斜面の登降にも緊張を強いられた。小無間と大無間の間は緩やかで歩きやすいが、大無間山頂で方向を間違えやすいので注意が必要である。ほとんど直射日光が当たらない樹林帯の道が続き、暑くないので助かった。最後の下りで少し雨に降られたが、おおむね良い天気にも恵まれた。出会った登山者達は皆単独行だった。
486	個人山行	ハイキング		中央沿線	斑山(マンドリ山)	8/29	8/29	町田＝須玉IC＝多摩トンネル先P9:00→烽火台跡→10:30斑山→烽火台跡→12:25多摩トンネル先P＝町田	くもの巣と格闘しながら登りました。秋にはマツクがでてくるので山規制があるようです。
487	個人山行	沢登り		東丹沢	水無沢	8/29	8/29	6:30沢沢駅北口集合＝7:30戸沢山荘7:45→入浜8:00→F1 8:10→書斎新道断崖10:20→F8 12:00→13:30塔ノ岳(天神尾根)→戸沢16:00＝沢沢駅北口解散	セドノ沢に比べて本谷は脆くボロボロ、昨年の台風の影響が5度の右壁が崩落し鎖が切断され、岩が脆くハークも利かないので登攀を断念し高巻いた。F8 25m大滝の高巻きの沢トラバースも脆く慎重に渡った。セルの大歓迎に怯えつつ、稜線までの下りでマツク、下山の天神尾根で膝が笑い、コロナで増量、体力・筋力低下を痛感した。
488	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	草戸山	8/30	8/30	成瀬＝八王子＝高尾登山口6:35→四辻7:35→8:50草戸山9:20→青少年センター10:10:05→上大戸→法政大学入り口10:35＝相原＝成瀬	汗でびしょりになりましたが山は秋の花が咲き始めていました。

No	山行区分	山行形態	タイトル	山城	山名	出発	帰着	コースタイム	感想
489	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳 (表尾根)	8/30	8/30	秦野=ヤビツ峠8:25...三ノ塔9:40...11:35塔ノ岳11:55...13:55大倉=渋沢	バスは臨時バスも出て、乗車人数を緩和して運行。二ノ塔と三ノ塔の登山道はしっかり修復されていた。金冷シを過ぎた登山道が一部変更されていた。エアコン生活から表尾根の暑さに耐えての山行なので熱中症に気をつけて歩く。とはいえ下界とは比べ物にならない心地良い涼風を感じることができた。
490	個人山行	ハイキング		奥武蔵	越上山	8/30	8/30	町田=八王子=東飯能=東吾野8:15...吾那神社...8:30ユガテ9:30...トイレ...9:35=トビガ坂...十二曲がり...12:30越上山12:45...諏訪神社トイレ13:30...15:00吾野=八王子	トイレ、分岐、吾野駅周辺の小道など確認して歩いた。ランナーのトレーニングコースなのか、出合うこともあったが、比較的、涼しく、静かなルートだった。ユガテから越上山までは、登降の繰り返しで、行動食の摂取が好ましい。
491	個人山行	ハイキング		奥秩父	十文字峠	8/30	8/30	中央林間=須玉IC=毛木平P9:00...十文字峠11:05...大山12:00...13:00十文字峠13:30...毛木平15:30=たかねの湯=中央林間	大山頂上直下の巖場は、スリリングで、渋滞していました。十文字峠からの下りで突然暗くなり雷雨となりましたが、慎重に下山しました。
492	個人山行	ハイキング		谷川	谷川岳	8/30	8/30	相原=水上IC=谷川岳BP7:25...西黒尾根登山口7:35...8:05 1030m地点8:20...谷川岳BP9:00=(ロープウェイ)=天神平9:15...肩の小屋11:30...トマノ耳11:50...12:00オキノ耳12:30...天神平14:30=(ロープウェイ)=谷川岳BP=相原	体調不良を考慮して、西黒尾根から天神尾根にコース変更した。蒸し暑い1日だったが、登山者の年齢層は小学生から、中高年、ファミリー層と幅広く、人気の山であることがうかがえた。
493	個人山行	ハイキング		尾瀬	裏壁	8/30	8/31	8/30東京=上毛高原=尾瀬戸倉=場待峠12:20...山ノ鼻...14:15中田代三叉路...ヨッド橋...15:15東電小屋...軍刀利沢出合9:25...10:00大滝15m...11:55関東ふれあいの道12:10...軍力利神社前...左岸尾根...13:50落合橋13:57...14:00駐車場=小田急相模原駅	8月最終日曜日の午後、尾瀬ヶ原はガランとしていた。翌月曜日、裏壁林道も人影薄い。アキノキノソウなどの秋の花とそろそろの草紅葉。夏の終わり、秋の始まり。
494	個人山行	沢登り		奥多摩	軍刀利沢	8/30	8/30	小田急相模原駅北口6:40=矢沢橋駐車場8:20...矢沢林道...軍刀利沢出合9:25...10:00大滝15m...11:55関東ふれあいの道12:10...軍力利神社前...左岸尾根...13:50落合橋13:57...14:00駐車場=小田急相模原駅	小規模ながらゴルジュ、釜、小滝が続いてそれなりに面白かった。大滝15mは巻いた。しっかりした設置ロープあり。詰め、下山路は暑くて大汗をかいた。十里木の温泉は駐車場待ちの車列がすこかったのでやめた。
495	個人山行	沢登り		北アルプス	白馬岳・楠川	8/31	8/31	大町=樽池=7:30楠川8:00...11:30中部電力ダム12:00...13:30楠川=大町	樽池高原スキー場の岩岳側に流れる楠川は樽池自然園を源頭とする長い沢であり人気はない。予報では午後雨の予報だったが水は澄んでいてきれいな沢で滝は高巻きを強いられたがダムに来て雨が降ってきたので撤退して出合に降った。