

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
309	個人山行	沢登り		奥多摩	唐松谷	6/25	6/26	6/25 橋本駅21:30＝吉野街道/駐車場23:30(仮眠) 6/26 車場6:00＝7:00日原川・八丁橋7:15～8:30唐松谷遊歩～唐松林道・下降～15:00八丁橋＝橋本駅	中間部「大滝2段15m」の釜で、ハイカー？の滑落溺水死体を発見。通行を中断して、唐松林道から下山後、奥多摩警察署へ画像を提出、現場状況を説明した。当分の沢への入渓は見合わせたい。
310	個人山行	沢登り	グレード2級	丹沢	小川谷廊下	6/26	6/26	6/26 7:30玄倉P7:45…赤七沢先入渓8:45…12:00大滝12:30…14:15東沢出合14:30…中の沢径路…小川谷林道15:30…玄倉P16:50	丹沢屈指の廊下に渓谷美を有する小川谷。梅雨の晴れ間で復讐のパーティーで賑わいを見せていた。玄倉のPに駐車したが、玄倉発電所のゲートは取り外され小川谷林道分岐まで車は入れる。丁度良い水量で泳ぎと登攀を堪能した。問題はヒル。増殖度は凄まじく林道、河原、溪中の至るところに。特に帰路の中ノ沢径路後半からゲート前後は巣窟で一人当たり10匹以上吸いつかれ、メンバーのほぼ全員が吸血することとなった。指と指に根元や手袋の中に小ビルが入るストレス事例も見受けられた。
311	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳(表尾根)	6/30	6/30	秦野＝ヤビツ峠9:10…二ノ塔…10:30三ノ塔…12:10塔ノ岳12:25…14:10大倉＝沢沢＝相模大野	雨上がりとなつてヤビツ行き登山客6名。曇天のなかウツギ、シモツク、オダマキの鮮やかな色彩が目に心地よかった。
312	個人山行	ハイキング		尾瀬	至仏山	7/1	7/2	7/1愛甲石田＝尾瀬戸倉＝鳩待峠…12:46山ノ鼻…尾瀬ヶ原散策…15:35山ノ鼻小屋(泊) 7/2山ノ鼻6:00…研究見本園…高天ヶ原…12:33至仏山…小至仏山…14:00オヤマ沢田代…15:25鳩待峠＝尾瀬戸倉＝愛甲石田	尾瀬ヶ原では、トキソウ・サワラン・カキツバタなど、至仏山では、ユキワリソウ・ホソバヒナクサユキソウ・オボロウなどの花に会えました。鳩待峠と尾瀬戸倉間は、人数がまとまれば乗合ジャンボタクシーを利用できることもあります。
313	個人山行	ハイキング		上州	赤城山	7/3	7/3	相原6:10＝高尾山IC＝赤城IC＝大沼・おのこP8:20…黒檜山北登山口8:35…黒檜山9:55…10:05展望台10:25…駒ヶ岳11:00…おのこP12:00＝相原(解散)	梅雨前線の影響が少なそうな山域を探し、短いルートながら積雪期にしか歩かない黒檜山から駒ヶ岳の周回ルートを目指す。雨には降られなかったものの、山頂はガスで覆われ展望は得られなかった。
314	個人山行	ハイキング		中央沿線	岩殿山	7/6	7/6	大月＝教習所前8:30…(畑倉)…10:30岩殿山12:30…天神山…権尻落し…公民館前15:14＝大月	梅雨の合間で降雨には会わず、周辺の山全ての眺望も得られたが、急なアップダウンを繰り返す登山道は滑りやすく注意を要した。蒸し暑い&ハイペースの歩きに汗を流しながら歩いた。
315	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山	7/6	7/6	成瀬＝八王子＝藤野＝和田B87:50…9:35陣馬山…(一の尾根)…陣馬登山口…12:40藤野駅＝成瀬	雨に当たらなければいいぐらいの気持ちだったが富士山まで見えてラッキーだった。コース一番の難所は県道頼野野線の澤井トンネル。一応一方通行だが傍らを轟音とともに通りすぎるトラックが怖かった。
316	個人山行	ハイキング		上信越	杖敷山	7/8	7/8	町田＝小笠IC＝杖敷山P11:00…12:00杖敷山…13:30小杖敷山…14:30杖敷山P＝休庵村雄志遊歩＝町田	登山道は笹が刈られていてよく整備されていた。杖敷山展望台から小杖敷山への直の登山道は急降であるが道案内のロープが張られていてそれではない。鞍部は樹林の中の岩むす岩々の中を進む。小雨の中の山行であったが休庵村雄志遊歩の湯に入って冷たい体を温めた。
317	個人山行	ハイキング		奥秩父	金峰山	7/10	7/10	町田＝相原(中央道)＝勝沼IC＝大池峠7:32…朝日岳…10:00金峰山10:16…朝日岳…12:30大池峠…相原	標高2300mの高地まで車で。涼しい風に吹かれ、時折姿を見せる端正な富士山の姿に見惚れながら楽しく歩いた。
318	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	景信山	7/10	7/10	高尾＝河原宿大橋…城山登山口8:15…9:30城山…10:20富士見台…14:00堂所山…15:05景信山…16:00小仏バス停…高尾	朝から気温が上がり午前中は暑さとの戦いでした。城山登山口を見つけるのに30分のロス！もったいなかったです。
319	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	7/10	7/10	8高尾山薬王院祈禱殿P…ケーブルカー清滝駅9:20…(稲荷山コース)…10:12高尾山10:39…薬王院11:08…農台園地…三本松12:06…二軒茶屋登山口12:14…12:24ケーブル清滝駅…12:35高尾山薬王院祈禱殿P	梅雨時期にも関わらず夏の晴天となり、暑かった。梅雨明けまでもう少し！人もさほど混雑もせず、丁度良かった。お馴染みコースで危ない箇所は特になが、前日の雨のあとの泥濘で滑りやすかった。偶然にも薬王院の祈禱山主なる僧道がほらの音とともに行列で登場し、本堂にお入りになるまでを拝見することが出来た。
320	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	7/10	7/10	藤が丘＝クワハウス山小屋P7:00…見晴台…大山9:30…見晴台…クワハウス山小屋P11:30	登山道が整備されていてとても歩きやすくなっていました。
321	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	南高尾山稜	7/10	7/10	相原＝バス＝8:14青少年センター入口…8:45センター9:00…10:00藤戸山10:10…三沢峠…西山峠…中沢山…大洞山…13:30大池峠…14:30城山15:00…16:40日影…15:00高尾	長雨の中の晴れ間。蒸し暑い汗だくなる。滑りやすく転倒に注意しながら歩いた。登山者やトレランの数も多かった。夏山に向けて訓練になった。
322	個人山行	ハイキング		奥秩父	甲武信ヶ岳	7/10	7/11	7/918:00桜ヶ丘＝21:00甲府市内ネットカフェ(仮眠) 7/107:30道の駅みとみ＝8:00西沢渓谷入口…8:30西沢山荘…(徳ちゃん新道)…11:30新道分岐…14:00木敷山…14:30甲武信小屋テラス(蕎麦) 7/116:00甲武信小屋テラス…6:20甲武信ヶ岳…8:15テラス(蕎麦)…12:00P＝(温泉入浴)＝19:00桜ヶ丘	徳ちゃん新道から戸渡尾根のコースは眺望ポイントも限られ、おまけにコース全てが急登の連続で、このコースを選んだつづく後悔した。今回はテント泊訓練の目的があったが、毛木平からのコースが絶対にお勧め。
323	個人山行	ハイキング		丹沢	富士見峠・地蔵尾根	7/11	7/11	新松田＝法行沢林道分岐9:00…富士見峠南東尾根周辺(踏査)＝千鳥橋…地蔵平…地蔵尾根先端(踏査)＝千鳥橋＝15:30新松田	大又沢林道の千鳥橋より先は左岸の大崩落により通行不可、河原に降りる迂回路が作られていた。地蔵沢は前日の降雨により水量が増し、靴を履いて渡渉したが足を取れそうなくらい速い流れだった。オオルリの姿を3回ほど見つけた。地蔵尾根ではヤマカガシに出会う。ヤマカガシは丹沢湖より高度が低い所では映始め、イワタバコ、タマアジサイもこれか。
324	個人山行	ハイキング		大菩薩	雁ヶ腹沼山～姥子山	7/11	7/11	町田＝愛川IC＝大月IC＝8:15大峠…9:20雁ヶ腹沼山…10:45姥子山11:10…12:50雁ヶ腹沼山…13:50大峠＝大月IC＝愛川IC＝町田	雨の心配をしたが、日差しと心地よい風がよい山行でした。
325	個人山行	ハイキング		北海道	塩屋丸山・藻岩山	7/11	7/14	7/11町田＝羽田＝千歳＝小樽 7/12宿＝塩屋丸山駅…8:30登山口…10:50山頂…11:45登山口…塩屋丸山駅 7/13:30観音寺登山口…10:45藻岩山山頂…11:40ロブウェイ山麓駅 7/14千歳＝羽田＝町田	4日間天気は恵まれた。塩屋丸山の山頂からは美しい海岸線が良く見えた。藻岩山は明治から守られた原生林に桂の木やハリの木の巨木があり、33の石仏群を見ながら楽しく登れる山だった。
326	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	7/11	7/11	鶴川＝沢沢7:45…24:24…駒茶屋…堀山の家09:20…10:49塔ノ岳11:20…堀山の家…見晴茶屋13:18…13:57大倉＝沢沢＝鶴巻温泉＝鶴川	梅雨の蒸し暑さにやられてしまい、バカ尾根登り3時間の野望は達成できませんでしたが、それでも山頂では一度使ってみたかったキャンプ場の100円鉄板を使って、ソーセージを焼いて堪能。ちよいとした焼き物には100円鉄板は有用と思いました。帰りは王道の鶴巻温泉「弘法の里湯」で温泉に浸かり、ビール一杯。至福の時でした。
327	個人山行	沢登り		丹沢	マスキ嵐沢	7/11	7/11	7/11 JR相模大野駅6:30＝大滝橋キャンプ場P 8:20…マスキ嵐沢…10:55北尾根1045m地点…11:20薪木権現山12:00…南尾根…13:10大滝橋キャンプ場P＝さくらの湯＝JR相模大野駅＝帰宅	林道は、手前の駐車場すぐ先にゲートが出来ていて車はそこまでしか入れない。満杯だったため大滝橋キャンプ場に駐車。料金1100円。尾根に上がってから下山途中までは曇っていたが、日差しの中で沢を楽しんだ。
328	個人山行	ハイキング		奥秩父	乾徳山	7/12	7/12	橋本6:00＝(高速)＝勝沼IC＝乾徳山公園P7:40…乾徳山登山口8:00…錦品水…11:10高原ヒュッテ11:40…扇平…乾徳山14:00…扇平…月見岩15:10…道満尾根…17:40乾徳山公園P＝橋本駅	来月予定の北アルプス山行のメンバーで訓練山行。少々の雨は覚悟していたが、頂上では一時的に晴もさした。15時頃月見岩で晴くなって雷鳴があったので、予定変更し樹林帯の道満尾根を下ったが、雨はすぐにやんだ。

No	山行区分	山行形態	タイトル	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
329	個人山行	ハイキング		北海道	幌尻岳、十勝岳	7/12	7/16	7/12新千歳＝(レンタカー)＝イドンナップ山荘(泊) 7/13イドンナップ山荘6:40→12:20新冠ボロシリ山荘 (泊) 7/14新冠ボロシリ山荘4:30→飛び石渡渉地点・ 大岩→10:55幌尻岳11:30→中間点13:20→15:45新冠ボロ シリ山荘(泊) 7/15新冠ボロシリ山荘4:15→9:25イド ンナップ山荘＝富良野・白根荘(泊) 7/16望岳台4:30 →雲ノ平分岐→昭和噴火口→8:25十勝岳8:45→遊覧小屋 10:40→吹上温泉分岐→11:35望岳台＝新千歳＝羽田解散	・幌尻岳は北海道の山深さを感じさせる山。人があまり入って いない稜線をどこまでも歩いてみたくなる。十勝岳は大地 の活動を感じる。その雄大な景観には圧倒される思い。
330	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	草戸山	7/15	7/15	高尾山口7:30→高尾山8:40→城山→大垂水10:30→中 沢山→三沢峠12:00→草戸山13:00→高尾山口14:30	南高尾の山々を歩く。雨上がりでぬかるみもあったりしたが足 を取られないよう注意をしながら歩く。
331	個人山行	ハイキング		奥多摩	倉岳山	7/15	7/15	町田＝相原＝大月IC＝倉岳山登山口8:30→10:40倉岳山11:00 →12:45倉岳山登山口＝相原	雨上がりで、普段は穏やかな登山道沿いの流れも立派な沢とな っていた。各自少し重めの荷物を持ったため、沢山の汗をか いた。
332	個人山行	ハイキング		頸城	妙高、火打	7/15	7/18	7/15橋本＝妙高高原IC＝笹ヶ峰キャンプ場→11:45登口 →富士見平→16:00高谷池ヒュッテ(泊) 7/16高谷 池ヒュッテ6:00→8:30火打山→12:00高谷池ヒュッテ →茶臼山→13:15黒沢池ヒュッテ(泊) 7/17黒沢池 ヒュッテ5:30→大倉乗越→9:35妙高(北峰、南峰)→ 14:00黒沢池ヒュッテ→富士見平分岐→18:30笹ヶ峰 キャンプ場＝燕温泉(泊) 7/18燕温泉＝妙高高原IC・ 上信越自動車道・長野自動車道・圏央道＝橋本	大倉乗越を過ぎてからのトラバース辺りかなり荒れていた。1 7日黒沢池ヒュッテの宿泊予定だったが、笹ヶ峰キャンプ場ま で降り、燕温泉に宿泊した。計画変更は途中で連絡しました。
333	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山→景信山	7/16	7/16	町田＝高尾山口7:00→稲荷山コース→高尾山→10:00城山 →11:30景信山→13:20小仏＝高尾＝町田	
334	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	7/16	7/16	町田＝渋沢＝大倉0715→1015塔ノ岳1030→1315大倉＝渋 沢＝町田	梅雨が明け、登りは薄曇りの中あまり暑くならず歩くことが できた。
335	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山	7/16	7/16	成瀬＝八王子＝藤野＝和田BS7:50→9:25陣馬山→奈良 子峠→明王峠→11:00矢の音→与瀬神社→13:00相模湖 駅＝成瀬	梅雨末期の大雨が流れた跡が登山道に残っていた。梅雨明け の空には夏の雲が。コロナと熱中症に気を遣う季節が始まる。
336	個人山行	ハイキング		その他	筑波山	7/16	7/16	橋本＝筑波山神社P登山口10:00→御幸ヶ原コース→13: 00御幸ヶ原13:50→男体山14:25→女体山15:00→白雲 橋コース→16:30登山口P＝橋本	・標高差が比較的低く、登りやすい百名山ということで登っ たが、急登と滑りそうな大きな岩と木の根の連続で、登りがい のある山だった。
337	個人山行	ハイキング		丹沢	檜洞丸	7/16	7/16	相模大野＝神の川採石工場入口6:00→神の川ヒュッテ→ 11:00檜洞丸12:00→ヤタ尾根→神ノ川ヒュッテ16:00→ 16:30砂利採石場＝相模大野	梅雨明け猛暑でしたが、高度を上げ木陰に入ると暑さも和らぎ 稜線を吹き抜ける風が心地よかったです。林道ではヤエロリ、 タマアザサイ、ネムノキ、山頂付近ではヤマボウシの花が見ら れました。
338	個人山行	ハイキング		奥秩父	甲武信ヶ岳	7/16	7/17	7/16相原(中央道)＝長坂IC＝毛木平P(仮眠) 7/17毛木 平6:00→10:15甲武信岳10:50→十文字峠14:55→毛木平 16:40＝相原	山行中は涼しい風に吹かれ山頂では素晴らしい展望を堪能した が、甲武信岳から十文字峠までは記憶よりも歩きが重かった。 深夜に到着した駐車場は満点の星空、帰路の中央高速の車中か らは、正面に夕日を受けて少しずつ雲を変えたる赤富士を案じた。 自然からのサプライズが嬉しい山行だった。
339	個人山行	ハイキング		富士・御坂	富士山	7/16	7/17	7/16水ヶ塚駐車場＝5合目富士宮口13:30→九合目万年雪 山荘泊 7/17九合目4:30→御坂6:30→御殿場 ルート(ブリスルート)→馬の背→宝永火口→13:40 富士宮口＝水ヶ塚	コロナ対策として入山者全員に検温・体調チェックを行い(確 認済リストバンド)を装着して終日行動する。各山荘は感染対 策を万全に行っているが登山者は例年になくどのルートも少な かった。2日間ともピーカンの天候に恵まれ最高の眺望・夜景・ ご来光・影富士、更にフルコースの歩行を堪能できた。
340	個人山行	ハイキング		中央アルプス	木曾駒ヶ岳・三ノ沢岳	7/16	7/17	7/16町田＝圏央道IC＝駒ヶ根IC＝菅の台ゲオ＝しら び平＝千畳敷→木曾駒ヶ岳14:20→宝剣山荘(泊) 7/17宝剣山荘6:00→三ノ沢分岐7:30→極楽平→三 ノ沢岳ピストン14:30→千畳敷15:20→しらび平＝バス ター＝駒ヶ根IC＝町田	真青な雲一つない快晴の爽やかな風の下、千畳敷カール・宝剣 岳の岩々の山容は、何時みても圧巻だった。山道の辺りには 様々なお花達が迎えてくれた(黒ユリ・コマユスキユウ・ ハクサンイチゲ・シナノキンバイ・チングルマ・コイワガミ など)お花畑に見とれてうっとりとした一時だった。道中から の雨の降るの展望は、富士山をど真ん中に望みながら甲斐駒 ヶ岳・光岳を一望出来た。三ノ沢岳は、極楽平からピストンする コースだが、途中岩場ありU p D o w n が厳しいコースである 為コースタイム通りでは無理だった。山頂からの眺望やお花畑 は見事であった。梅雨明けとなり千畳敷カールから、駒ヶ岳辺 りは混雑していた。
341	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	編笠山	7/17	7/17	自宅＝(中央高速)＝小淵沢IC＝観音平8:00→雲海展望 台→WC→11:00青年小屋→12:00編笠山12:40→WC→雲海展 望台→15:10観音平＝小淵沢IC＝(中央高速)＝自宅	梅雨明けの最高の天気で久しぶりの山行できた。観音平の駐車 場は満車で路肩に車が溢れていた。
342	個人山行	ハイキング		奥秩父	甲武信ヶ岳	7/17	7/18	7/17橋本＝毛木平P10:00→オム滝→15:10甲武信ヶ岳→ 15:47甲武信ヶ岳 7/18甲武信ヶ岳5:55→6:38三笠 山→武信白岩山→10:25十文字峠→13:02毛木平＝橋本	木々が生い茂る千曲川源流の沢沿い歩きは涼しく、山頂では夏 の青い空が広がっていた。山小屋の徳さんと一緒に写真撮って 貰いラッキー。
343	個人山行	ハイキング		東北	神室山	7/17	7/18	7/17自宅＝酒田みどりIC＝道の駅「おがち」(車中 泊) 7/18パノラマコース登山口5:15→三十三尊の 滝→不動明王→胸突八丁坂→西ノ又コース分岐→ 10:15神室山山頂10:40→レリフピーク→水晶森分 岐→神室山12:55→第二ピーク→15:10登山口P＝道の 駅「朝日みどりの里」＝自宅	梅雨明けの猛暑日(36℃)で、登りを沢の西ノ又コースにした ので暑さをしのぐことができた。標高低いのに胸突き八丁坂 からの登りは苦しい。山頂から神室山麓の下山はアップダ ウンの繰り返しが多く、痺れしたマラソンランナーの歌も、ずべ 飲み干してしまった。パノラマコースは手入れがされていない ため荒れている。西ノ又コースの沢に、くいをつかんでのへつ りと、山頂手前には小さな岩場があり、注意が必要。昭文社の ガイドブックや地図の歩幅は、早歩きのような気が...
344	個人山行	ハイキング		富士・御坂	節刀ヶ岳、毛無山、十二ヶ岳	7/17	7/17	自宅＝節刀ヶ岳登山口7:00→大石峠→節刀ヶ岳9:20→十 二ヶ岳10:10→毛無山11:15→漣坂峠→12:30刀ヶ岳登山口 ＝自宅	天気も良く、稜線に出ても木陰が長く続き思ったより暑くな かった。毛無山から節刀ヶ岳への道は通る人が少ないが踏み 跡がはっきりしていき、倒木などが何箇所か有り道を塞いで いた。出会った人12人でした。
345	個人山行	沢登り		丹沢	マスキ嵐沢	7/17	7/17	7/17 8:25新松田駅＝9:30大滝橋下車→10:30マスキ嵐 沢入渓・溯行→14:00権現沢北尾根下山→15:40西丹沢 ビジターセンター＝16:50新松田駅解散	当日下界は梅雨明けの曇りだったが、沢中は涼しく快適だ。 ヤマビル被害は無かった。

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
346	個人山行	沢登り		奥多摩	丹波川渡渉訓練	7/17	7/17	7/17 8:30丹波川三条新橋…9:30大橋前後の丹波川と泉水谷周りで訓練16:15=のめこいの湯	天候不良で延期となった徒渉訓練を今回実施。天候に恵まれ、午前は基礎、午後は実践訓練を予定通り消化できた。単独、流水徒渉から縦列徒渉。ザイル徒渉はトップ、中間、ラストを全員実施。浄場は飛び込み、クロール突破。ザックピストンにラック泳ぎ下降。押し競頭激流突破の池、下流に移動し実践的訓練を夕方まで。疲れるまで行い充実した一日となった。
347	個人山行	ハイキング		丹沢	仏果山、高取山	7/18	7/18	自宅=仏果山登山口P7:05…8:50仏果山9:10…9:53高取山11:05…12:30仏果山登山口P=自宅	天気に恵まれ、頂上の展望台からの眺望が素晴らしいかったです。コロナ規制のため、宮ヶ瀬ダムには下山できませんでした。
348	ハイキング 企画部山行	ハイキング	⑤東京近郊の山	伊豆・箱根	大室山(伊豆)	7/18	7/18	町田=小田原=熱海=城ヶ崎海岸 門脇吊り橋10:00…蓮着寺11:00…イガガ根12:00…(一般道)…13:00伊豆高原駅=(バス)=シャボテン公園(大室山)=(バス)=伊東	午前中から気温が上昇し、熱中症回避のため3分の2地点(イガガ根)でエスケープし一般道で伊豆高原駅に移動した。駅ビルで喉の渇きを癒やし、熱中症防止のため体温を下げる方法を講じた。大室山は一転して強風ともやで視界ゼロのホワイトアウトの状態でレインウェアを着込んでお昼回り、20度以上の気温変化を体感した。
349	個人山行	ハイキング		北海道	夕張岳、アポイ岳	7/18	7/19	7/18宿=7:15登山口ゲート7:30…11:30夕張岳11:35…14:30登山口ゲート14:45=宿 7/19宿=8:45アポイ登山口9:20…12:00アポイ岳…14:45登山口・宿	夕張岳、アポイ岳とも晴天に恵まれ多くの花を見ることができたがアポイ岳は暑すぎた。
350	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	坪山	7/18	7/18	橋本=上野原=羽置の里びりゅう館P7:50…一宮神社…登山口(西ルート)8:30…坪山10:40…12:40羽置の里びりゅう館P=上野原=橋本	お花の時期ではないので山行中は誰とも会わず。想像以上に急坂が続く結構な訓練となった。
351	個人山行	ハイキング		大菩薩	大菩薩嶺	7/18	7/18	町田=八王子=甲斐大和<バス>=上日川峠9:10…福ちゃん荘…12:00大菩薩嶺…14:00丸川峠…丸川峠入口…15:45大菩薩峠入口<バス>=塩山	2000mの稜線は涼風が吹き、南アルプスの全景も一望。気持ち良い山行だった。登山客の数も多かった。
352	個人山行	沢登り		奥武蔵	寺沢	7/18	7/18	6:00長後=開道花園IC=熊倉山登山道入り口手前P(車デポ)…8:30寺沢入道…11:00終了点(一般道下山)…12:30駐車場=長後駅解散	寺沢は短くコンパクトな沢だ。沢登りは無く、沢歩きのみで、真夏より春に向いているかも知れない。ただ、小さな滝ツボが暑い日に涼むには丁度良い。
353	個人山行	ハイキング		奥多摩	生藤山	7/19	7/19	成瀬=八王子=武蔵五日市=仲の平BS8:30…10:25横倉山…救馬峠…日原峠…浅間峠…16:40生藤山…18:40鎌沢BS=藤野=成瀬	横倉山から富士山がよく見えていたが次のピークではもう雲の中だった。長い雁尾根の道中まったくと人とは会わなかった。
354	個人山行	沢登り		丹沢	山伏沢～西沢右俣	7/19	7/19	相模大野駅南口6:30=8:00山伏峠駐車場8:20…8:50水の本分岐…山伏沢…金山沢出合…10:55横ノ木橋11:30…横ノ木沢…西沢…14:35甲田境稜線(1275m)15:00…16:15山伏峠駐車場=入浴=町田駅	水の本分岐からの下りで、支尾根を少し余計に進んだので、沢への下降には少し時間がかかった。横ノ木沢で魚影を見た。西沢は右俣を行けるところまで進んで見えた。帰路は橋本への道が渋滞してびっくした。人出が多い
355	個人山行		～ 点の記 を 迎 て る 観 岳 を 目 指 す ～	北アルプス	観岳・立山	7/19	7/21	7/19 9:00扇沢駅=室堂10:30…15:00観沢小屋 7/20 観沢小屋 4:00…長次郎谷出合 5:20…熊ノ岩7:30…長次郎谷のコール8:50…扇岳10:10…平蔵のコール…平蔵谷…14:30観沢小屋 7/21 観沢小屋6:20…別山乗越…別山7:45…富士ノ折立…雄山10:20…の越…室堂12:00=扇沢駅 14:00(解散)	3日間とも晴天に恵まれた素晴らしい山行になりました。2日目は、長次郎雪渓の状態が不明なので重裝備で臨みましたが、左俣上部のいくつものクレバスは普通に通過可能な状態であり長次郎のコールに難無く出ることができました(右俣上部は何か所かスラスタのようでした)。長次郎の左俣ノコルから扇岳頂上までの簡単な岩場を楽しみながら扇岳頂上には10時過ぎに到着、頂上で1時間程のんびりした後に別山尾根を下りました。3日目は観沢小屋～別山～立山を縦走して室堂に下山しました。
356	個人山行	ハイキング		丹沢	菩提峠	7/21	7/21	秦野=ヤビツ峠9:20…富士見橋…10:32二ノ塔手前…菩提峠…桜沢林道…葛葉の泉…12:30表丹沢野外活動センター…14:05菩提原=秦野	ヤマユリの花が、あちらこちらで咲いていました。
357	ハイキング 企画部山行	ハイキング	②スケッチ ハイク	奥多摩	奥多摩むかし道	7/21	7/21	奥多摩9:00…奥多摩むかし道(したくら吊り橋…左岸11:00)…水根…むかし道入口13:30…奥多摩湖(スケッチ)=(バス)=奥多摩	梅雨明け直後の昼曇りでしたが旧街道なので木々の日陰が多く、またコース中の立派なトイレや美しい場所の案内板も新しく整備されて快適なハイキングが楽しめました。新緑や紅葉の季節の散策路としておすすめです。山沿いのコースには小河内ダム建設時の資材搬入軌道や集落があり、溪谷には2か所の吊り橋があって溪谷美を堪能できます。溪谷美を楽しむ場合は奥多摩バス停の「惣岳」か「板小屋」が利用できます。
358	個人山行	ハイキング		北海道	ニベツ山、石狩岳	7/21	7/23	7/21宿(兼平)=登山口ゲート4:05…前天神…10:55ニベツ山11:45…前天神…16:45登山口ゲート=観加温泉 7/22予備日 7/23宿(観加温泉)=シュナイダー登山口5:00…9:10石狩岳…12:55登山口=宿(層雲峡)	両日も天気良く、コクササ等花もたくさん咲いていた。ニベツ山は下部がなだらかなが長い。上部はアップダウンが激しい。石狩岳は距離は半分以下だが急登が連続する。
359	個人山行	ハイキング		大菩薩	大菩薩嶺	7/22	7/22	自宅=高尾IC=中央高速=大月IC=9:20上日川峠…福ちゃん荘…10:45山荘…11:50雷岩12:20…13:30上日川峠=中央高速=自宅	高尾ICから渋滞となり到着が遅くなった。連日人出が多く第4駐車場に回されたので10分程度余計に歩かされた。
360	個人山行	ハイキング		奥多摩	棒ノ折山	7/22	7/22	町田=さわらびの湯8:30…有馬ダム…白石沢登山口…岩苜石…11:15棒ノ折山…岩苜石…14:00さわらびの湯=町田	棒ノ折山は若いハイカーで賑わっていた。
361	個人山行	ハイキング		丹沢	不老山	7/22	7/22	町田=新松田…松田=駿河小山8:00…10:55不老山11:20…湯船山13:35…14:10明神峠(タクシ)=駿河小山=新松田=町田	後線上も木陰が多く、また終始涼しい風が吹き抜けていたので、心配していた暑さもそれほどなく、順調に歩くことができた。時々姿が見えた富士山は、雪がすっかりなくなり大きなボタ山のように感じられた。
362	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	蓼科山	7/22	7/22	高尾=7合目登山口P 10:30…将軍平11:45…12:20蓼科山12:35…将軍平14:00…15:10 7合目登山口P=中央道諏訪IT=高尾	登山口の駐車場は満車、長い路上駐車場の列ができていた。岩場の急登も滑っていたため、安全を確保しながらゆっくり上り下りした。振り返った時の景色は鮮やかな緑と夏の青空、白い雲が広がり素晴らしい。
363	個人山行	ハイキング		北アルプス	鹿島槍ヶ岳	7/22	7/25	7/22愛甲石田=竜ドライブステーション(泊) 7/235:00宿=6:00扇沢駐車場(車デポ)…ケルシ…種池山荘…12:30槍ヶ岳(中峰)…14:00冷池山荘テラス場(暮) 7/245:00テラス場…布引山…7:30鹿島槍ヶ岳南峰…8:30北峰…南峰…10:20布引山…11:20冷池山荘テラス場(撤収)…槍ヶ岳(中峰)…14:45種池山荘テラス場(暮) 7/257:00テラス場…10:30扇沢駐車場=温泉入浴=海老名	種池山荘に常駐している巡査対パトロール隊員によると、周辺の登山道、テラス場、樹林帯に熊が頻りに出没しているとのこと。幸いとも我々は遭遇しなかった。
364	個人山行	ハイキング		奥秩父	笠取山	7/23	7/23	鶴川=国立府中IC=勝沼IC=08:20作場平…一休坂分岐…笠取山10:00…10:45笠取山11:00…水干尾根分岐点…黒えんじゅ分岐点…12:59中島川橋…13:20作場平=勝沼IC=国立府中IC=鶴川	笠取山山頂までは好天に恵まれましたが、黒エングレから一転グリラ豪雨に見舞われ雷鳴に怯えながらの山行でした。山頂までの急坂を上った後の南アルプスの山々を望めました。グラウス鶴川組集結の楽しい山行でした。
365	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	生藤山	7/23	7/23	成瀬=上野原=石橋尾神社9:00…10:50生藤山…12:03山の神…龍淵丸…14:10陣馬高原下	山は幾分涼しく感じられた。トレランの人、数人のハイカーに会うも静かな山行であった。

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
366	自然保護部山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山、城山	7/23	7/23	高尾 = (バス) = 蛇滝口9:00…蛇滝コース…展望台10:30…浄心門…薬院12:00…いろはの森…日影BS14:00=高尾	猛暑のためコース変更してよかった。蛇滝コースは気持ち良くイワタバコも咲き誇っている。薬院付近ではヤマユリききょうレングショウウマも見られた。いろはの森は静かで美人山毛櫨にもあえた。ふじだのコーヒーをゆっくり頂き猛暑をわすれて楽しむことが出来ました。
367	個人山行	ハイキング		中央沿線	岩殿山	7/23	7/23	高尾 = (バス) = 大月8:30…岩殿上9:20…岩殿城跡…天神山11:00…椎見落とし13:30:15:20…サンコート大月前=大月	岩殿山頂への登山道は崩壊箇所が多く、山の裏側の燗登山口一か所のみである。
368	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	7/23	7/23	自宅=新百合ヶ丘=秦野=ヤビツ峠8:38…二ノ塔…三ノ塔10:45…鳥尾山…行者ヶ岳11:53…14:10塔ノ岳14:16…花立山荘…堀山の家15:57…17:35大倉=秦野	霧が出て、眺望はあまり良くありませんでしたが、時折吹く風が爽快でした。
369	個人山行	ハイキング		上州	皇海山	7/23	7/25	7/23相模大野=北千住=相老=通洞=(タクシー)=銀山平13:30…の鳥居…16:00庚申山荘(泊) 7/24庚申山荘4:40…庚申山6:15…8:40藤山9:20…10:55皇海山11:15…12:35皇海山13:05…六林那峠…17:20庚申山荘(泊) 7/25庚申山荘6:00…8:30銀山平=(タクシー)=通洞=北千住=町田	とにかく長かった。皇山まではアップダウンが多く、梯子・ロープ・岩場で体力を消耗する。皇山では眺望はあるが、皇海山頂上の眺望は良くない。六林那峠からは歩き易いが大変長い。1日目の庚申山荘まで雨。2日目は六林那峠の途中から大雨に降られず濡れになって山荘に戻る。長いルートと雨にも降られ大変でした。ヘルメットは使用しなかった。
370	個人山行	ハイキング		南アルプス	塩見岳	7/23	7/25	7/23相模原=高尾山IC=松川IC=鳥倉林道ゲート越路BS=(バス)=鳥倉林道登山口8:45…二伏峠小屋テニ場12:30<霧宮> 7/247/25場5:15…本谷山6:30…塩見小屋…塩見岳9:45…塩見岳東峰9:50…テニ場14:35<霧宮> 7/257/25場5:50…8:00鳥倉林道登山口=(バス)=越路P=松川IC=高尾山IC=相原	初日、三伏峠小屋のテニ場には昼過ぎに到着したが、14:30頃からテントの底が濡くような激しい雷雨となった。2日目、塩見岳ピストン時は、ガスに一部覆われ大展望は望めなかったが、雨に合うことなくテニ場に戻れたもの、夕方から雨となり、早出早着が山のリスクを減らすのにつながることを実感した。
371	個人山行	ハイキング		南アルプス	北岳	7/23	7/24	7/23甲斐小泉=芦安=8:40広河原…9:50二俣…小太郎尾根…13:00肩の小屋(幕営) 7/24肩の小屋6:00…6:30北岳7:00…7:20肩の小屋7:40…10:25広河原=芦安=甲斐小泉解散	久しぶりの北岳は10数年ぶりに登山道から、肩の小屋から山頂の間で花盛りでした。7月末が一番よい時期になるようですね。
372	個人山行	沢登り		奥秩父	ナメラ沢	7/23	7/23	6:00駐車場…7:48久渡沢出合…8:30ナメラ沢出合…11:10二股…12:00篠線…12:20青笹尾根下降…16:30駐車場	ナメラ沢、癒し系の沢と水かさや樹木が多く草花の沢と違って、青笹尾根は広い尾根の分岐点で、下草と軌道に感わずアルバイトが増える。GPSを使わず地形図とコンパス、高度計での山歩きは楽しい。午前中は晴れてはいたが、雲行きが悪くなってきたので、2000m辺りでエスケープルートに変更、雷鳴を遠くに聞き、雨雲に追われながら下降した。駐車場に戻った所で、土砂降りとなった。
373	ハイキング企画部山行	ハイキング	①新入会員歓迎山行	中央沿線	高畑山へ倉岳山	7/24	7/24	町田=八王子=鳥沢8:00…石仏分岐…11:05高畑山11:35…12:55倉岳山13:10…立野峠…15:25梁川=町田	富士山は雲に覆われ見ることができなかった。目的である新入会員との交流ができた楽しい山行だった。
374	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	霧ヶ峰	7/24	7/24	町田=八王子=大月=甲府=下諏訪=(タクシー)=9:10和田峠…11:00霧ヶ峰…八島温泉…12:00奥霧小屋12:40…沢渡…15:00霧ヶ峰IC…霧ヶ峰ICBT16:05=上諏訪=大月=八王子=町田	八島温泉散策中に降雨がありコースを変更しました。ニッコウキスゲはもちろんコウリウキ、ノハナヤメ、キナギランの群生が見られ、八島温泉では地帯帯が赤く見えるほどシモンクソウ咲いていました。連休のため八島温泉駐車場では駐車待ちの渋滞が見られた。普通列車のみ使用したので、密にはならず安心して乗車できました
375	個人山行	ハイキング		上州	立岩・四ツ又山	7/24	7/25	7/24町田=上信越道下仁田IC=線ヶ滝P9:15…立岩10:55…9:10和田峠…11:00霧ヶ峰…12:45荒船山まき道…13:20星尾峠…16:10線ヶ滝P=道の駅うえの 7/25道の駅=四ツ又山登山口7:15…8:25四ツ又山…9:25登山口=下仁田IC=町田	立岩はザレた登りがあるものホールドや鎖がしっかりしているのと同様なし。荒船山へのまき道は樹皮があり手間取る。星尾峠からの下山は登山道の踏みもはつきりしなかつたり全く無くなつたりして時間がかる。勧められないコース。頭筋山を計画していたが災害により通行止め。転進した四ツ又山もマメガタ峠へは通行止めなのでピストン。
376	個人山行	ハイキング		南アルプス	甲斐駒ヶ岳・仙丈ヶ岳	7/24	7/26	7/24京王八王子=(毎日ルン号)=尾白溪谷3:50…12:30七丈小屋(泊) 7/25七丈小屋5:10…8:10甲斐駒8:40…11:50仙丈峠12:20…13:40長峰小屋 7/26長峰小屋4:15…9:30仙丈9:55…14:25丹波新道登山口=仙丈流=茅野=橋本	霧宮2泊で甲斐駒・仙丈を黒戸尾根から丹波新道に縦走しました。周りが雲の中でこの二峰は快晴でした。黒戸尾根はレレンがやたら多くてうとうとした感じです。
377	個人山行	ハイキング		北海道	黒岳、天塩岳	7/24	7/26	7/24層雲峡BS=銀泉台7:05…小泉岳…11:00白雲岳11:30…北海岳…14:50黒岳…15:35黒岳7合目=層雲峡ロープウェイ=(層雲峡) 7/25層雲峡=層雲峡・大雪山写真ミュージアム=岩尾内キャンプ場 7/26キャンプ場=天塩岳ヒュッテ5:30…前天塩岳…9:25天塩岳10:00…12:45天塩岳ヒュッテ=岩尾内キャンプ場=協和温泉	両日とも好天に恵まれた。大雪では白雲岳からの裏旭の残雪によるゼブラ模様を眺めることができ。当初予定ではなかったが地元の方の勧められ、下山にリフト、ロープウェイを利用することで寄ることにした。天塩岳では頂上から360度の展望を楽しむことができた。新道から旧道への連絡路の後半は尾根沿いに付け替えられている。全体を通じて天塩岳の林道で葉が落ちていただけでヒグマを見かけた。天塩岳はなかった。
378	個人山行	ハイキング		上越	大岳(守門岳)	7/25	7/25	実家=保久礼小屋P8:15…キビタキ避難小屋…10:20大岳10:40…キビタキ避難…12:20P	寝坊をしてもいし出発が遅れた。登山口の駐車場までの林道が心配だったが、婦りに下りて走ってみると案外しかりした道だった。すれ違いができないところが多いが、刈谷田川ダムをナビに設定すると行きやすい。7台あった。前日夕方の雷雨の影響が大きく、ぬかるんで歩きづらかった。階段と歩きにくい赤土の登りが延々と続き、樹林帯で日差しはさながら涼しいが、景色はほとんど見え変化がない。大きな羽音のツツに付きまとわれ、ストレス満載。大岳手前ですれ違った女性は、4:40に登り始めたそう。3グループと単独の05人と追い越されたりすれ違ったりした。
379	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	7/25	7/25	秦野=(バス)=ヤビツ峠9:16…イタツミ尾根…10:50大山11:30…12:15見晴台13:45…女坂…15:00大山ケーブル駅=伊勢原	ヤビツ峠には普段より少ない登山客。思ったより涼しく気持ち良く歩けた。
380	個人山行	ハイキング		大菩薩	大菩薩嶺	7/25	7/26	7/25鶴川=国立府中IC=勝沼IC=13:00ロジック長兵衛(泊) 7/2606:15ロジック長兵衛…福ちゃん荘…雷岩07:30…07:40大菩薩嶺…雷岩…養ノ河原…08:45大菩薩嶺…石丸峠09:15…小屋平…10:25ロジック長兵衛=勝沼IC=国立府中IC=鶴川	ロジック長兵衛のテント場でソロキャンプ。日曜日のためテント貸切状態。昼からのんびりまったりと山スキーで遊んでみたいと感じた。スキーコース下山路は虫大発生で勧められない(ビクターセンターに問い合わせ)とのことだったが、変見駅周辺の高山植物を観察したのちロープウェイにて下山した。
381	個人山行	ハイキング		大菩薩	大菩薩峠	7/26	7/26	八王子=甲斐大和=(バス)=上日川峠9:05…福ちゃん荘…雷岩11:00…11:50大菩薩峠…12:00介山荘12:40…熊沢山…石丸峠13:05…小屋平14:05=甲斐大和=町田	上日川峠のバスが平日も運行中。連休後のせいか登山客は少なめで涼しい山行を楽しんだ。介山荘で「明日は台風でお客様が来ないから」と、甲州市産の大きな桃が150円(税込)とお得。4個で1400g以上もあり、甘くておいしかった。
382	個人山行	ハイキング		北海道	旭岳	7/26	7/26	宿6:00…旭岳駅=(ロープウェイ)=変見駅7:00…9:30旭岳10:00…(変見駅周辺散策) 変見駅13:00=(ロープウェイ)=旭岳駅…宿=(バス)=旭川	晴天に恵まれ、山頂から360°の展望を楽しむことができた。山頂東側は流もたつぷり残っており、山スキーで遊んでみたいと感じた。スキーコース下山路は虫大発生で勧められない(ビクターセンターに問い合わせ)とのことだったが、変見駅周辺の高山植物を観察したのちロープウェイにて下山した。

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
383	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山、城山	7/28	7/28	町田＝高尾山口6:30…稲荷山…8:00高尾山…9:10城山…10:20小仏BS＝高尾＝町田	早朝の高尾は清々しい。
384	個人山行	ハイキング		富士・御坂	富士山	7/28	7/30	7/28自宅＝(国道413号線等)＝御殿場口新五合目(車中泊)7/29御殿場口新五合目03:50…(御殿場ルート)…10:20新六合目…15:15赤岩八号館(泊)7/30赤岩八号館05:20…(御殿場ルート)…鉄名水…(お鉢廻り・左回り)…09:50剣ヶ峰…浅間大社奥院…(富士宮ルート)…新七号目…15:50富士宮口新五合目BS＝(バス)＝御殿場口新五合目BS＝(国道413号線等)＝自宅	バスに乗車時検温、山小屋入館時消毒・食事時配膳など各所でコロナ対策がしっかりしていると感じた。全体に登山者は少なく、バス利用者・小屋の宿泊者はガソリンであり、剣ヶ峰の山頂標識にも行列は見られなかった。曇りペースで時々雷と大雨があり、予定を短縮して下山した。
385	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山	7/29	7/29	成瀬＝藤野＝陣馬登山口BS7:40…10:10陣馬山…景信山…小仏城山…15:10高尾山…稲荷山…16:30高尾山口駅＝成瀬	歩きだしから30分後には冷たいビールが飲みたくなった。午後に入ると雷鳴が聞こえはじめたが雨には降られなかった。
386	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	金時山	7/31	7/31	長後＝9:00金時神社登山口(車デポ)…奥の院…10:00公時神社分岐…10:20～11:00金時山山頂…(往路を戻る)…12:10金時神社登山口＝温泉＝長後駅解散	
387	個人山行	ハイキング		奥秩父	乾徳山	7/31	7/31	自宅＝中央高速＝勝沼IC＝大平牧場9:00…扇平…11:40乾徳山12:00…水ノヲル…13:50高原ヒュッテ…14:50大平牧場＝勝沼IC＝相中央高速＝自宅	雲の中の登山で展望はなくても久振りの乾徳山で大変満足しました。良いトレーニングになりました。
388	個人山行	ハイキング		日光・那須	高原山	7/31	7/31	町田＝東北自動車道＝西口登山口10:30…グレンデ十字路…12:05弁天沼12:30…13:20鳩頂山…鞍部…15:00釈迦ヶ岳…弁天沼…17:20登山口P＝町田	それほど暑さも無く、予定のコースを歩くことが出来ました。
389	個人山行	ハイキング		大菩薩	大菩薩嶺	7/31	7/31	町田＝相原(中央道)＝勝沼IC＝8:07上日川峠…9:17雷岩9:37…石丸峠…12:30上日川峠＝相原	涼しい風に吹かれて歩くことができた。コウリンカが花盛り。早朝から駐車場はほぼ満杯だったが、介山荘から石丸峠を経て駐車場への道は静かで、特に小屋平から上水川峠の道はカラマツ林の中の穏やかな道を小沢も渡りながら進み、とても気持ちよかった。
390	個人山行	ハイキング		中央沿線	本社ヶ丸、清八山	7/31	7/31	長津田＝笹子7:50…角研山…11:05本社ヶ丸11:25…清八山12:10…変電所側登山口13:10…追分…14:15笹子＝長津田	コース全般で展望のきく箇所が少なく、生憎のガスもあり眺望はなし。登りの時には涼しい風が吹きつけて、思ったほどの暑さではなかった。出会った登山者は2組3名のみの静かな山行でした。下山してからの一般道歩きが長い。予想はしていたが、この方が山歩きより疲れる。
391	ハイキング 企画部山行	ハイキング	③誕生月山行	奥武蔵	棒ノ折山	7/31	7/31	町田＝八王子＝東飯能…飯能＝9:05さわらびの湯バス…9:51白谷沢登山口…岩葎石…12:18樺次入峠…棒ノ折山12:45…岩葎石…滝ノ平尾根…15:40さわらびの湯	初めてのリーダーで緊張しましたが、メンバーの皆様がフォローして頂き山行を終える事ができました。感謝しています。東飯能からの電車で乗り遅れてしまい予定のバスに乗車ができずメンバーに迷惑を掛けてしまいました。注意をして引率をするべきでした。プチシューを飾り付けたケーキで誕生をお祝いしました。
392	個人山行	ハイキング		中央沿線	梁川塩瀬川	7/31	7/31	成瀬＝町田＝八王子＝梁川9:00…瑞潤寺…10:00塩瀬川…寺下峠…15:50梁川八王子＝町田	川は前回より倒木がなくきれいになっていて涼しい山行が出来ました。