

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
150	ハイキング企画部山行	ハイキング	⑨その他	湘南	六国見山	3/1	3/1	北鎌倉駅9:00……明月院前……登り口……六国見山……見晴らし台……北鎌倉駅 = 藤沢駅 = 藤沢(解散)	穏やかな春の中において、素敵な匂が沢山出来ました。メンバーの森 蕭さんが、本日、卒寿を迎えられ、句会のあとでお祝いました。
151	個人山行	ハイキング		丹沢	高取山	3/2	3/2	伊勢原駅北口バス停7:30発=(8:00)栗原…410…分岐…(9:30)高取山(9:40)…念仏山…吾妻山…(12:00)鶴巻温泉駅	栗原バス停付近はミカン畑広がっているのどかな景色だった。農道があちこち通じているのと登山口の標識がないのでわかりずらい所でしたがアップダウンの少ない優しい道でした。
152	個人山行	ハイキング		奥多摩	本仁田山	3/3	3/3	立川6:50発=奥多摩8:03着・バス8:10=大沢8:30…本仁田山11:30…11:45ゴンザス尾根…花折戸尾根分岐…場ノ鼻14:30	登りもそうだったが、急な下降に注意をしながら降りる。
153	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬・堂所山	3/3	3/3	町田06:25=八王子=高尾=藤野=和田BS07:50…陣馬山…堂所山…杉ノ丸…14:25城山…15:00八王子=高尾=八王子	久しぶりの山行で良い天気の中のみどり歩いた。堂所山先山の雪は解けていてチェーンスパイクが必要なおところはなかった。
154	個人山行	ハイキング		奥多摩	三室山	3/3	3/3	成瀬=八王子=二俣尾駅7:50…愛宕神社…(愛宕尾根)…愛宕山…10:00三室山…(吉野梅郷南コース)…11:36梅の公園(吉野梅郷)…日向和田駅=成瀬	吉野梅郷の梅の木はウィルスで2014年にすべて伐採され2016年から再植樹されたものでまだ2m前後の小ぶりの木ばかりだった。山が梅花であふれる光景を見れるのはあと十数年後ということで当時の花盛りの絵葉書が配られていた。公園のものは手入れの行き届いた散策に最適な素晴らしい公園だった。
155	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	3/3	3/3	渋沢7:16=大倉…見晴茶屋…堀山の家…花立山荘…11:30塔ノ岳12:30…往路を戻る…15:10大倉15:22=16:37渋沢	花立山荘から山頂までは残雪があると予想していたが、暖かい日が続いたせいか大半の雪は溶けており、軽アイゼンを使用することはなかった。久々に大倉尾根の長い木段を体験したが、全員しっかり歩くことができた。
156	個人山行	雪山(ハイキング)		南アルプス	十枚山	3/3	3/3	御殿場IC=新静岡=お茶畑駐車場(590m)7:25…登山口8:10…北園ルート…11:00十枚山(1726m)11:30…(往路を戻る)…駐車場14:15=愛甲石田駅	この地域としては例年にない大雪だそうで、素晴らしい天候の下でスノーハイクを満喫できた。入山者は稀なようでもレースも薄く、頂上直下の急登は膝上まで埋まることもあり緊張しながら歩いた。頂上は一面の雪原となっていて南アの山々、安倍奥の山、富士山を含め360度の眺望が得られた。
157	個人山行	山スキー	山スキー滑走練習	北海道	富良野スキー場	3/3	3/6	3/3 町田バスセンター7:30=9:20羽田空港10:55(JAL553)=12:30旭川空港14:10=16:00新富良野スキー場(宿泊所) 3/4 終日ゲレンデ練習 3/5 終日ゲレンデ練習 3/6 ホテル発10:40=12:00旭川空港13:25=15:05羽田空港15:20=16:40町田バスセンター	新型コロナウイルス感染防止のため宿泊所はじめ、スキー場内ロープウェイでは マスク(鼻まで覆うもの) 必着、会話は控える事が必須事項とされ、守られない場合は何度でもアナウンスされていました。そのおかげで安心して過ごせました。感染者数が減少傾向ながら一般社会の取られている状況を知らされました。
158	個人山行	ハイキング		奥多摩	白杵山～市道山	3/4	3/4	成瀬駅5:29=武蔵五日市駅 =元郷BS7:40…白杵山…市道山…白杵山…荷田子峠…15:00荷田子BS=武蔵五日市駅=八王子=成瀬駅	雪は全く無く歩きやすかった。1000メートル以下の山でもかなり激しいアップダウンが有り全ての筋肉が覚醒した感じ。
159	個人山行	ハイキング		中央沿線	都留アルプス	3/5	3/5	JR町田駅6:05=八王子=大月=都留市駅7:55…鎌山…白木山…長安時山…天神山…都留アルプス山…古城山…12:45東桂駅	低山の縦走始めには、丁度いい山でのんびりと歩いた。ミツマタ群生の見頃は、2週間後くらいか? 午後からは、風が強くとつ峠山が霞んで見えた。
160	個人山行	ハイキング		丹沢	大山三峰	3/5	3/5	7:30道の駅清川集合8:05…清川宝の山の碑:宝尾根取付き8:40…七沢山…三峰山…惣久経路ルート…谷太郎林道…15:30道の駅清川 解散	前回の一般ルートに続き今回はバリエーションルート。春一番の強風の中、雪はほとんど消え、冬枯れならではの木の群生を遠くみながらの山行となった。途中、岩影からまさかのカモシカに遭遇という嬉しいハプニングも。下りルートを変更し、間違いない箇所を地図とコンパス、地形や植生などの変化を確認しながら下ったが地図読みは奥が深く習得するにはまだまだ程遠く。昼休憩に入念にストレッチをしたおかげで膝を痛めずに下れたことが何よりの収穫。緩みきったカラダを今後の春山スキーや夏の縦走に向けて鍛えなおさねばと体づくりの再開を誓うのでした。
161	ハイキング企画部山行	ハイキング	⑤東京近郊の山	丹沢	高松山	3/5	3/5	町田6:22…海老名駅=新松田=高松山入り口…農道終点…ピリ堂…高松山…尺里峠(ひさりとうげ)…13:15最明寺史跡公園…西平畑公園…松田15:00	・第二東名トンネルの工事のため、登山口からしばらく工事場仕様の階段が続く、これには参る。ハープガーデンの河津桜はちょうど満開、菜の花とコラボも最高でした。しかし、多くの人出で何とか駅の方に歩ける状態でした。
162	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	生藤山	3/5	3/5	町田6:30=八王子=藤野(バス)=鎌沢入口8:25…三国山…生藤山…山の神…和田峠…陣馬山…登山口バス停…15:55藤野駅=八王子=町田	暖かい一日で登山日和であった。ふもとでは梅が咲いていい香りがしていた。このルートは登山客が少なく、静かな山歩きを楽しむことができた。野鳥のさえずりも良く聞こえた。
163	個人山行	ハイキング		日光・那須	寅巳山・雷電山	3/5	3/5	町田6:30=日光街道篠井IC=上小池町公民館P…雷電山…上小池町公民館P=寅巳山登山口…寅巳山12:00…寅巳山登山口P=道の駅うつのみや 15:30=東北道=圏央道愛川IC=町田18:30	雷電山は、登山ルートは鮮明でなく近くの駐車場からスタートするも、最初から急登の藪漕ぎ途中から少し登山道らしい道に出て山頂へ。山頂は小さな地藏様が祀られていたが、木の枝に手製の「雷電山」の標記のみと寂しい静かな山だった。寅巳山は、今年夏年に因んで年初から計画し念願が叶った。この山は矢張り「モテ好き(?)」な人が訪れる山ではある。登山道入口には道標あり。登りは標高300m~400mまで手摺りロープが張られた滑り易い道で、その後は整備されていた道を進むと山頂に。山頂は三角点あり。樹々の合間から女峰山、日光の山麓が見える筈が、春霞でうすうすしか眺められず残念! 宇都宮アルプスの中の2座を歩いたが、道標は少なく地図読みと藪漕ぎのコースのようである。

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
164	個人山行	ハイキング		富士・御坂	愛鷹山	3/5	3/5	町田＝東名・裾野IC＝県道24＝十里木高原駐車場8:40…馬ノ背…平坦地標識…越前岳…平坦地標識…馬ノ背…13:25十里木高原駐車場＝往路往復＝町田解散	下山時には気温も上がり、凍結していた道がぬかるんでいて、厄介な下りとなる。
165	ハイキング企画部山行	ハイキング	◎東京近郊の山	大菩薩	大菩薩嶺	3/5	3/5	八王子6:35＝塩山(タクシー)＝丸川峠分岐Pゲート…上日川峠…福ちゃん荘…雷岩…大菩薩嶺…大菩薩峠…福ちゃん荘…上日川峠…ゲート…大菩薩峠登山口BS16:43(バス)＝塩山17:20＝八王子18:47	朝方は下部の登山道は凍結、上部は残雪が残っていたが、チェーンスパイクは使用せず大菩薩嶺に達する。下降時は、念のためチェーンスパイクを装着したもので、雪のない箇所ではやや歩きにくかったものの、断続して現れる凍結路面や泥斜面の滑りやすい箇所では安心して歩くことができ、ミックス路面を歩く良い練習となった。富士山は、黄砂の影響が見えず残念。
166	個人山行	雪山		八ヶ岳	硫黄岳	3/5	3/6	3/5 6:30愛甲石田駅＝(圏央道・中央道須玉IC)＝11:00稲子湯温泉ゲート駐車場(車デポ)…16:00本沢温泉(泊) 3/6 8:20宿…11:00～12:00しらびそ小屋…13:30駐車場＝19:00海老名駅解散	本沢温泉への林道が除雪されておらず、急遽稲子湯側から入山した。二日目の天候が悪わしく無く、硫黄岳には向かわず下山した
167	個人山行	山スキー	総合滑走練習	上信越	鍋倉山	3/5	3/6	3/5 佐藤車6:05 JR相原駅西口ロータリー集合＝高尾IC⇄IC＝豊田飯山IC＝戸狩スキー場＝ロッジめぐみ泊 池田車6:00小田急相模原駅西口一般車ロータリー＝愛川IC＝豊田飯山IC＝戸狩スキー場＝ロッジめぐみ 3/6 7:50宿＝温井8:30…10:00鍋倉山790m地点より滑走開始…11:30温井＝宿12:30＝高尾IC＝相原駅	1日目グレンドの雪はざらめで重く悪かった。2日目のグレンドは降雪により良くなった。2日目3年ぶりの鍋倉山は荒れ模様。残念ながら降雪、強風、視界不良により790m地点で撤退となった。今回は1名スノーシューでの登高になったが急斜面では刺さらないように注意深く歩いた。
168	個人山行	ハイキング		丹沢	弘法山	3/6	3/6	海老名駅8:30＝秦野駅9:00…浅間山…権現山…弘法山…12:25吾妻山…13:00鶴巻温泉駅	
169	個人山行	ハイキング		丹沢	鍋割山	3/6	3/6	新松田BS7:55＝寄…粟ノ木洞…後沢乗越…鍋割山…後沢乗越…14:15大倉＝渋沢駅(解散)	他のパーティーとすれ違うことなく後沢乗越まで、静かに歩きました。
170	個人山行	ハイキング		丹沢	鷹尾山	3/6	3/6	鷹尾団地行バス8:40＝鷹尾団地…天覧公園…鷹尾山…八菅橋…1本松BS＝14:40本厚木駅(解散)	最初に野鳥の生活・習性、双眼鏡の基本的な使い方など勉強した。すぐにツグミを見ることが出来たが、その後はヨドリ、カラスだけで鳥影は薄かった。最後にシベリアに帰る間際のジョウビタキの美しい姿を身近に観察することが出来た。
171	個人山行	ハイキング		丹沢	矢倉岳	3/6	3/6	新松田バス8:10＝矢倉沢…矢倉岳…足柄万葉公園…足柄峠…足柄城址公園…足柄ハイキングコース…夕日の滝キャンプ場・夕日の滝…14:00地藏堂	
172	個人山行	ハイキング		奥秩父	四阿屋山	3/7	3/7	町田6:25＝八王子＝東飯能＝西武秩父駅(タクシー)＝大堤(つつじ新道)…四阿屋山…山居…(バス)＝13:50西武秩父駅(解散)＝八王子＝町田	つつじ新道はクサリ場が多くて登りに使って正解だった。急登、急降で距離は短い面白い山だった。フクジュソウ・セツブンソウ・終りかけたがロウバイ・開花近いミツマタの花々を楽しんできた。
173	個人山行	ハイキング		丹沢	タケ山・ダルマ沢ノ頭	3/7	3/7	寄7:40…田代橋…長寿橋8:30…タケ山展望台…タケ山10:15…虫沢林道…ダルマ沢ノ頭11:20…シダダゴ山13:00…14:30寄駐車場(解散)	タケ山展望台、富士見台には新しいベンチが設置され、タケ山頂上の標識も真新しくなっていた。澄んだ空気の中、誰にも会わずの無い静かな山行、360度の展望と山岳同定を満喫した。
174	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	3/7	3/7	小田急相模原7:30＝日向薬師…見晴台…大山…見晴台…日向薬師P16:15＝小田急相模原17:30	山頂付近に少し雪が残っていた。それより下はどろどろで、滑らない様歩いた。山頂のトイレは閉鎖中だった。
175	個人山行	ハイキング		丹沢	檜洞丸	3/8	3/8	ドンキホーテ前5:00＝高ヶ坂ファミリーマート＝立石建設採石場入口6:30…神ノ川ヒュッパ7:00…ヤタ尾根10:30檜洞丸11:30…ヤタ尾根…神ノ川ヒュッパ15:00…15:40砂利採石場入口＝17:00町田	午前小雪、午後小雨。ただし風がなく気温も高め動きやすかった。ヤタ尾根では1000m付近から積雪、1300m付近からは2～3cmに届かなかった。熊笹の峰からの稜線は、雪が解けてしまった箇所もあった。台風19号被害の林道復旧工事は大規模に進められている。本日のゴミの量は、もえるゴミ450グラム、もえないゴミ(空き瓶、針金類)250グラム 合計700グラムでした。
176	個人山行	ハイキング		丹沢	松田山	3/10	3/10	新松田駅7:10＝田代向…最明寺史跡公園…松田山(西平畑公園)…中澤酒造…13:50新松田駅	史跡公園までは迂回ルートを通じたため、時間がかかりました。中澤酒造ではワンコインで3種類の日本酒を試飲。
177	個人山行	ハイキング		丹沢	松田山	3/10	3/10	新松田駅7:20発＝田代向…自然休養村管理棟…最明寺史跡公園…松田山…12:10新松田駅	松田山の河津桜は丁度見頃で、平日なのに人、人で前に進めないほどでした
178	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	小仏城山	3/10	3/10	町田＝高尾山口8:30…稲荷山コース…6号路…小仏城山…小仏…12:25小仏バス停＝高尾＝町田	目のかゆみ&クシャミ鼻水と戦いながら歩く。
179	個人山行	ハイキング		奥武蔵	越上山	3/10	3/10	町田駅6:47＝相原駅＝八王子駅＝東飯能駅＝高麗駅8:40…日和田山…物見山…北向き地藏…観音岳…越上山…須振峠分岐…14:40吾野駅＝東飯能駅＝八王子駅＝相原駅	このコースは日和田山から先は登山道と車道が平行、交差している部分がほとんどで、ショートカットしようとして車道を歩くルートをはずれそうになる場所もあったが地図、地形図、アプリで確認して修正した。穏やかな奥武蔵を気持ちよく歩いた。
180	個人山行	ハイキング		奥多摩	今熊山	3/11	3/11	成瀬駅6:01＝武蔵五日市駅 武蔵五日市駅＝今熊山登山口BS今熊山登山口BS7:45…今熊山…刈寄山…入山峠…鳥切場…12:26開場＝高尾駅北口＝八王子＝成瀬	日本山岳耐久レースの入り口を歩いてみた。アップダウンが有り走るのは厳しいコースだ。天気が良く快適に歩けた

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
181	個人山行	ハイキング		奥秩父	四阿屋山	3/11	3/11	愛甲石田駅＝厚木西IC＝花園＝公園管理道路＝福寿草園地駐車場9:30…山居・フクジュソウ園…両神神社奥社…四阿屋山(771m)…駐車場＝堂上セツソウ自生地14:20＝花園IC＝愛甲石田駅	山居フクジュソウ園ではロウバイ・紅梅・フクジュソウの競演が素晴らしい。四阿屋山頂直下の急傾斜の鎖場は落石を起さないように、丁寧に歩いた。セツソウ自生地は一面に満開の時期に遭遇して感激(入場料300円)
182	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	金時山	3/11	3/11	箱根湯本 箱根登山鉄道バス 9:00＝9:24金時神社入口…矢倉沢峠…金時山…長尾峠…乙女峠…仙谷案内所前バス停＝16:30箱根湯本駅解散	金時山登山口をバス停金時登山口から金時神社入口に変更したので途中の登山道のめぐるみは避けられた。天候も良好で終日最高の富士を楽しめた。
183	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	十国峠	3/11	3/12	山路宅6:30＝東名高速＝小田原厚木道路＝十国峠駐車場9:05…十国峠…峠の広場…若戸山…峠の広場…十国峠駐車場＝14:30宿 3/12宿10:00＝小田原厚木道路＝東名高速道路＝12:00町田(解散)	暖かく春本番を思わせる一日だった。若戸山の山頂からは富士や初鳥が眺められた。
184	ハイキング企画部山行	ハイキング	⑤東京近郊の山	陣馬・高尾	南高尾山稜	3/12	3/12	町田6:18＝八王子＝高尾＝バス小仏行き7:12発＝小仏バス停7:40出発…小仏峠…城山…大垂水…中沢峠…西山峠…草戸山…四辻 …15:30高尾(解散)	絶好の陽気に恵まれメンバー全員予定通り歩ききました。皆ひさびさりのロングコースでしたが達成できた良かったです。転倒防止のステップング運動をしてみました。全員尻餅も無く歩きとせました。
185	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	鎌田城址・松川湖	3/12	3/12	町田6:56＝小田原＝熱海＝南伊東駅8:58…下八代田(登山口9:30…鎌田城址…松川湖…万葉の小径…八代田橋(登山口)13:20＝伊東駅14:10＝熱海＝小田原＝町田16:00	4月下旬の暖かさの下、土塁・金鉾など道標のある静かな径を歩く事1時間で城跡に着く、見晴台からは、眼下に松川湖と周囲の山脈が開けて最高の眺めだった。スケッチやまったりと休憩の一時を、松川湖ではお花は終わり観られなかったが広大な湖を観ながらランチ&スケッチ!万葉の小径は、万葉の植物(すみれ・つゆき・いちしをみえし・やまたちばな・くず)に親しみ詠んだ6つの歌碑と春の芽吹きを探しながら登山口に戻る。(万葉の小径は、残念ながら舗装された道で少し風情を削がれた思いだった)
186	ハイキング企画部山行	ハイキング	⑥縦走を目指した山行	丹沢	丹沢三峰	3/12	3/12	本厚木BS6:55＝三叉路BS…高畑山…大礼ノ頭…丹沢山…塔ノ岳…19:55大倉BS＝町田解散	今回は三峰には残雪がまだ多く残っていた。このコースを歩いたら、今年は逆コースの方が楽しそう。
187	個人山行	ハイキング		奥秩父	茅ヶ岳	3/12	3/12	6:00深田公園集合 登山口6:30…女岩…茅ヶ岳…金ヶ岳…南西尾根…前山大明神林道…15:00深田公園登山口 解散	登山客は思いの外少なくてのんびりと歩くことができた。茅ヶ岳は落葉樹で冬枯れし雪の代わりに落ち葉のテッセル。山頂からのパノラマは南アルプスの全容、八ヶ岳の迫力、瑞穂山や金峰山、富士山までパノラマを楽しめた。金ヶ岳までアップダウンの繰り返してこれがニセヶ岳の異名かと納得。下山の南西ルートは山頂直下为核心、急下降・瘦せ尾根は雪が凍っており危険を感じアイゼン装着で慎重に下りた。岩稜帯とアカマツ林・八ヶ岳の雄大な眺めに感動しながら下山。覚悟していた林道歩きはあまりの暮さに辟易しましたが感動の眺望に大満足でした。
188	個人山行	ハイキング		丹沢	弘法山・権現山	3/12	3/12	鶴巻温泉 北口9:40…吾妻山 … 善波峠… 弘法山… 権現山(昼食)…弘法山… 善波峠… 吾妻山 … 14:50 鶴巻温泉(解散)	快晴のボカボカ陽気のなか素晴らしい山行ができました。ほぼ標準歩程時間で歩くことができました。山頂のコーヒータムでは、千葉さんの順調な快復ぶりをメンバー全員でお祝いました。
189	個人山行	ハイキング		上信越	湯ノ丸山	3/12	3/12	タイムズ坂戸第10駐車場集合7:00＝地蔵峠駐車場10:40＝鐘分岐一湯の丸山 南峰2101M＝鐘分岐＝地蔵峠駐車場13:30＝タイムズ坂戸第10駐車場18:00 解散	快晴微風で最高の天気、遠くに北アルプスを眺めながら雪山ハイキングを楽しみました。春山の暖かさや雪の状態、且つ急な箇所もないのでアイゼンを装着することもなく登って下ってきました。
190	個人山行	クライミング		丹沢	広沢寺・弁天岩	3/12	3/12	3/12 8:00本厚木バスセンター＝(バス)＝広沢寺温泉バス停…09:30～14:30弁天岩にて岩トレ…往路を戻る＝本厚木駅解散	トップロープクライミング・ATCの使い方とビレイのやり方・通し八の字結びなど講習した
191	個人山行	山スキー		頭城	妙高前山滝沢尾根、三田原山	3/12	3/13	相模原4:30＝高尾山IC＝妙高高原IC＝赤倉観光リゾートスキー場P8:30 スカイクーブル山麓駅9:00＝ホテル第5ウッドリフト終点1500m9:40… 3/12 妙高前山北東尾根1854m11:20…妙高前山手前1895m地点11:50(往路尾根を滑降)…スキー場トップ12:50…駐車場13:40＝妙高青少年自然の家(泊) 3/13 自然の家8:50＝杉ノ原スキー場第一駐車場9:25…杉ノ原ゴンドラ山麓駅9:55＝三田原3号高速リフト10:10＝終点1850m10:35…三田原山鞍部2290m13:00…池ノ峰林道14:30…スキー場14:40…杉ノ原第1ロマンリフト14:55＝第一駐車場15:10(解散)	初日の妙高前山は天気は良かったものの、外輪山に上がると断続的に雪礫が痛いほど吹き付ける強風に見まわられた。一方がレンゲ下部は気温差の影響なのか、フットアウト状態が視界が悪かった。2日目の三田原山は、気温は高かったものの、上部の雪質は滑りやすく各自自由にシュプールを刻む。気温が高くなる下部では重雪となり、滑降の楽しみは半減した。
192	個人山行	ハイキング		奥秩父	小倉山・上条山	3/13	3/13	JR町田駅発7:51＝八王子駅発＝高尾駅発＝塩山駅着＝玉宮ザゼンソウ公園…ザゼンソウ群生地…小倉山分岐…小倉山…小倉山分岐…上条山…上条峠分岐…船宮神社…玉宮ザゼンソウ公園入口＝塩山駅＝八王子駅＝17:12町田駅	イノシシ害からのザゼンソウの保護対策が功を奏して、ザゼンソウの個体数も多くなっていた。見ごろを楽しむことができた。
193	個人山行	ハイキング		奥多摩	御岳山	3/13	3/13	八高線八王子駅6:59＝拜島＝御嶽駅＝ケーブル下＝山頂…御岳山…日の出山…麻生山…タルクボ峰…金比羅尾根…14:40 瀬音の湯15:13＝武蔵五日市駅＝町田	金比羅尾根は人も少なく、春の尾根歩きをゆつくり楽しめました。
194	個人山行	ハイキング		奥多摩	築瀬尾根～高峰	3/13	3/13	沢井駅9:30…P355…P583…築瀬尾根…高峰(P755)…P558…吉野街道…14:20沢井駅	高峰の北側の植林が伐採され、P558に下山するルートがわかりやすくなった。また、P558から吉野街道に下山するルートも途中の笹藪が取り払われ歩きやすくなった。

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
195	個人山行	ハイキング		上越	宝台樹スノーシュー	3/13	3/14	町田) = 相模原IC=関越道=水上IC=宝台樹スキー場上P=宿 3/14雨天に付き山行は中止、付近を散策する=水上IC=帰京	
196	個人山行	ハイキング		中央沿線	高柄山	3/13	3/13	成瀬6:27=町田=八王子=上野原7:30…御前山…高柄山…標高467…杖突…四方津=高尾=八王子=15:47町田=成瀬	他の登山者6名しか会わず静かな山行でした。P467前後は腰までの笹が茂っており藪漕ぎしながら進む。
197	ハイキング企画部山行	ハイキング	⑧自然保護部コラボ	丹沢	七沢森林公園～白山	3/14	3/14	愛甲石田駅9:15=七沢温泉入り口9:36…七沢森林公園管理事務所棟…大山広場…尾根の散歩道…順礼峠…12:00井出山12:30…物見峠…鈴坂峠…白山…桜山…14:40尾寺バス停=本厚木駅《解散》	朝方までの雨も止み、気温が上がり汗ばみながらの山行となった。例年より草花の開花が遅いようだがノジミシ、タチツボスミレも見られ、エナガ、ジョウビタキの姿も確認できた。
198	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	堂所山	3/16	3/16	自宅6:30=八王子城址登山口7:35…城山…杉沢の頭…堂所山…杉沢の頭…城山…八王子城址登山口15:23…八王子城址P=自宅	登山道沿いのカンアオイがほとんど見られなくなって事に気づいた。“カンアオイの径と”名付けるほど沢山見られたのに15年程で驚くほど減っている。自分もかつて沢山の人が入るからか。八王子神社下の古井戸に飛来するかわいらしい鳥がソウシチョウ（相思鳥）と解り楽しみにしていたが、井戸はブルーシートで覆われて水は流れ出ておらず、小鳥にも会えなかった。
199	ハイキング企画部山行	ハイキング	⑨その他	伊豆・箱根	湯坂城址～鷹ノ巣城址	3/16	3/16	小田急小田原線町田=小田原=箱根湯本9:04…(湯坂路ハイキングコース)…湯坂城跡…浅間山(昼食)…千束の滝…鷹ノ巣山(鷹ノ巣城跡)…飛龍ノ滝15:03…15:40畑宿BS =箱根湯本=16:31小田原(解散)	3名不参加となり11名での山行だったが、各々がMPバーを確認し合いながら歩き、また時間も余裕を持って行動出来た。畑宿からは須雲川BSまで一部石畳を歩く予定だったが、MPバーの体調や脚の具合をみて急遽畑宿よりバスにて移動とした。特に危険箇所なし、全体的に綺麗に整備され歩きやすい明るい登山道。随所に昔を偲ばせる石畳が残っており、歴史を感じさせる趣き深いコースだった。
200	個人山行	ハイキング		奥武蔵	大ドッケ	3/16	3/16	大日堂駐車場9:20…天目山林道入口9:24…細久保集落跡…カラ沢二俣…福寿草群生地…独標(1360m)…大ドッケ…(峠の尾根)…新秩父線61号鉄塔…地蔵峠…天目オリコン山林道入口…大日堂駐車場15:53=愛甲石田《解散》	天気に恵まれ満開の福寿草を見ることが出来ました。沢からのコースは以前とは違いトラバース道で崩落箇所があり、かなり注意しながら通過、カラ沢二俣の手前の柵切りも崩れていて通過に注意が必要。沢から登り詰め少し前は雪渓が少し残り凍結も少しあり、福寿草は今が満開で丁度見頃でとてもラッキーでした。
201	ハイキング企画部山行	ハイキング	⑩その他	伊豆・箱根	灯明山	3/17	3/17	真鶴駅(トイレ前集合)8:40…荒井城址公園(しだれ桜)…尻掛港…お林展望公園(トイレ)…小松石…森林浴遊歩道…番場浦遊歩道…潮騒遊歩道…12:00三石海岸(トイレ)12:30…お林遊歩道…灯明山…森林遊歩道入口…13:35岬入り口バス停=真鶴駅《解散》	真鶴駅から丁寧に地形図を読みながら歩いた。灯明山周辺はうっそうとしたクスノキの大木が多く、独特の雰囲気を感じ出していた。期待していたしだれ桜の開花はまだ見られなかったが、カミヤツゲ、クワズイモ、ハマダイコン、カラスカンショウの大木など珍しい植物に沢山出会えて丹沢との植生の違いが興味深かった。
202	個人山行	ハイキング		丹沢	弘法山	3/17	3/17	鶴巻温泉9:35…弘法山…権現山…弘法山…16:10鶴巻温泉	
203	個人山行	ハイキング		丹沢	大山三峰	3/17	3/17	橋本駅7:00=7:50煤ヶ谷林道終点P8:00…不動尻分岐…三峰山…分岐…不動尻…13:40林道終点P…14:20橋本駅(解散)	不動尻のミツマタは、きれいに咲き誇っていました。朝と午後ではミツマタの表情も変わり楽しめました。三峰山への登山道はところどころ崩れていて下りには使いたくなかったので、唐沢峠へ向かう道を歩きました。地図には「迷」の記載がありますが、踏み跡も標識もあり快適に歩きました。
204	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	北高尾山稜	3/17	3/17	小田急相模原6:30=高尾P7:30～7:32…駒木野…富士見台…開場峠…梅の里入り口(梅園見学)…高尾P16:50=小田急相模原17:40	開場峠からの小下沢林道は、相模湖ビジターセンター確認結果は土砂崩れはあるものの踏み跡はある、とのことだったが、上部でしか所細いトラバースがあった。今後も通れるかは不明。・小下沢林道は、狐塚峠、景信山方面分岐より下が、3月22日より8月30日迄工事の為通行止めとの掲示板記載あり。・木下沢梅園で花見を堪能した。
205	ハイキング企画部山行	ハイキング	⑪東京近郊の山	丹沢	大山三峰	3/19	3/19	本厚木バス停6:55(厚20宮ヶ瀬行き)=7:25煤ヶ谷バス停7:40…大山三峰…不動尻分岐…不動尻(ミツマタ鑑賞)…谷太郎林道終点P14:50…15:45煤ヶ谷バス停16:14=本厚木	登山口近くで単独行の0さんとお会いし、途中までご一緒して頂いた。三峰の稜線は来るたびに崩壊が進んでいるように思える。また、前夜の雨で岩や木の橋が濡れていて滑りやすく、下りでは特に慎重に歩いた。不動尻のミツマタは最盛期で辺り一面、良い香りに包まれていた。谷太郎林道終点P辺りでセル被る発生。まだ3月なのにヒルは早くも活動を開始しているようだ。バスは往復ともガラガラ。煤ヶ谷の集落は梅の花が咲き誇っていた。ちょっぴりスリリングな山歩きとお花見を楽しめた贅沢な山行でした。
206	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	明神ヶ岳	3/19	3/19	町田=小田原駅東口④バス停=8:00宮城野営業所前8:15…鞍部…矢佐芝分岐…明神ヶ岳…奥ノ院分岐…奥の院…14:05道了専バス停=大雄山バス停解散	稜線は霧が立ち込め、初明神ヶ岳の方達には富士山、大涌谷の眺めは会結成山行時に期待していただくこととした。ウグイスが鳴きニリンソウの葉を見つけ、スミレや、キブシ、アセビの花も咲き始め、春の訪れを十分感じ取れた。

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
207	個人山行	ハイキング		身延	七面山	3/19	3/20	3/19 町田6:58=八王子(特急あずさ1号)=甲府(特急ふじかわ4号)=下部温泉=羽衣10:00…神力坊…肝心坊…中道坊…晴雲坊…和光門…敬儀院(泊)3/20 7:10敬儀院…七面山…敬儀院…明浄坊…栃ノ木安住坊…14:10七面山登山口(角瀬)=下部温泉=甲府=八王子=17:10町田	・春分の日と、秋分の日にダイヤモンド富士が見られる良い山の情報で、半年くらい前に計画を立てての山行でした。あとは天気頼み。お天気に恵まれ、雲海に埋もれる富士、日の出前の富士、ダイヤモンド富士と絶景、ただただ感動。・山かけの前は、雷の心配をしていたが、敬儀院までは、アイゼンは必要なく、七面山に登るときに必要だったくらい。・登山道は敬儀院までは参道なので、とても広く登りやすい。ずっと登りで修行の感あり。道中、ベンチや休憩所がたくさんあった。・下りは、裏参道を利用したが、落ち葉とガレ石でえんえんと続く下り道、これも修行でした
208	個人山行	ハイキング		丹沢	大山三峰	3/19	3/19	本厚木=6:55煤ヶ谷7:25…大山三峰…不動尻…(二股まで溪流釣り)…15:10鐘ヶ嶽登山口の下方ゲート②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿	
209	個人山行	ハイキング		丹沢	大山三峰山	3/20	3/20	長津田5:58=本厚木BS=土山峠BS…辺室山…物見峠…三峰山…不動尻…12:40広沢寺温泉BS=本厚木=長津田	不動尻の三極は満開。多くの人で賑わっていた。
210	安全山行 推進部山行	ハイキング		丹沢	穴ノ平沢ノ頭北西尾根	3/20	3/20	愛甲石田駅6:54着=箒沢公園橋8:15…板小屋橋…穴ノ平沢ノ頭北西尾根取りつき515m…690m(北西尾根南側枝尾根下階)9:20…川内川…12:45箒沢公園橋13:00=愛甲石田駅(解散)	P695の迷った地点より下降を開始しロープで確保しながら遭難ルートたどる。途中から沢靴に履き替え、河原まで検証しながら無事におりた。
211	個人山行	ハイキング		大菩薩	お坊山	3/20	3/20	高尾7:06発=笹子7:57着…新中橋8:50…笹子雁ヶ腹摺山…お坊山…大鹿峠…景徳院入口…笹子15:10=高尾	今日も天気に恵まれた山行であった。急な登りが多かったが元気に頂上に着く。
212	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	沼津アルプス	3/20	3/20	伊豆長岡行きバス発9:00=9:24多比…大平…小笠原山…小笠原山…徳倉山…八重坂峠…香貫山…15:35黒瀬BS15:40=15:50沼津駅	・アップダウンの連続で、滑りそうな黒土の下りは特に慎重に歩いた。・はじめの登りではスミレが、黒瀬に降りる山道では、キブンの花があちこちに見られた。
213	ハイキング 企画部山行	ハイキング	⑤東京近郊の山	陣馬・高尾	生藤山	3/20	3/20	町田6:40=八王子=高尾=藤野=(バス)=鎌沢入口8:40…鎌沢休憩所…三国山…生藤山…連行峰(昼食)…醍醐丸…和田峠…陣馬山…(栃谷尾根)…登山口A停16:10…16:37藤野駅=町田	天気も比較的安定してのんびりと歩くことができた。麓では梅が満開であったが、桜はまだつぼみの状態。三国山から醍醐丸までの稜線は岩場があるなど変化に富んでトレーニングにもなると思った。登山者は比較的少なかったがトランと時々会った。(最近のトランはマナーが良くなったと感じた)
214	個人山行	ハイキング		中央沿線	入笠山	3/20	3/20	町田マツキヨ前6:10=中央道並崎IC=沢入駐車場10:00…00…湿原…山彦荘…入笠山…マナスル山荘13:45…14:40駐車場=町田	登山口よりゆるんだ雪が続いていましたが、山彦荘に着いたところで軽アイゼンを付けました。山頂には登山者が多く、賑わっていました。
215	個人山行	ハイキング		丹沢	弘法山	3/20	3/20	鶴巻温泉駅8:00…吾妻山…弘法山…権現山…弘法山…吾妻山…(13:00)…鶴巻温泉	日曜日のせいか大勢の親子ずれでにぎわっていました。早歩きが桜がきれいでした。ゆっくりのんびり歩きました。
216	ハイキング 企画部山行	雪山(ハイキング)	⑨その他	北アルプス	上高地	3/20	3/22	3/20 町田駅7:50=八王子=松本駅=13:15中の湯…大正池…上高地B.T…小梨平(霧宮)3/21 小梨平10:05…明神…徳高神社奥社…(往路を戻る)…14:54小梨平(霧宮)3/22 小梨平6:00…中の湯B.S.=平湯=松本=町田	たつぷりとスノーハイクを楽しむ。「平湯の森」で温泉に入浴。
217	個人山行	雪山(ハイキング)		上越	四阿山	3/20	3/20	タイムズ坂戸第10駐車場集合6:00=あずまや温泉登山口駐車場8:40…10:00里宮…12:00四阿山…里宮…14:10あずまや温泉登山口駐車場=17:30タイムズ坂戸第10駐車場解散	登山口駐車場では小雪で視界も良くない、頂上でもガスで視界がほとんどなく記念写真撮影後に下山開始。下山も中盤になってから晴れ間～快晴になった。頂上で景色の眺めはなかつたが今回も雪山を楽しむことができた。(危険箇所はほとんどないが、下山時下部では視界がないとルートを見失う可能性あり)
218	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	3/21	3/21	8:52発京王バス北口2番乗り場(高01・小仏行)乗車=9:10日影バス停下車…9:30日影キャンプ場…(日影沢林道)…城山山頂(670.4m)…14:00高尾山…15:30京王高尾山駅解散	温かな日差しを期待したが、終日寒い一日だった。お花を観賞したり、地図読みをしたりしてゆっくり歩いた。
219	個人山行	ハイキング		奥武蔵	伊豆ヶ岳	3/21	3/21	町田駅6:30=相原駅=八王子駅=東飯能駅=吾野駅8:23…前坂…大高沢入山…久久戸山分岐…愛宕山…中ノ沢ノ頭…高尾山…古御岳…伊豆ヶ岳…750付近分岐…正丸峠分岐…15:45正丸駅=東飯能駅=八王子駅解散	前坂経由の吾野から子の権現Pまでの 破線区間は手作りの標識が随所に掛けられ、道もしっかりとっていてとても歩きやすかった。その後の伊豆ヶ岳までの実践の道の方が荒れていた。登山口に下りとフクジュウやミツマタ、アズマイチゲ等が咲いていて、里の春を実感した。
220	個人山行	ハイキング		丹沢	弘法山	3/23	3/23	鶴巻温泉8:30…弘法山…鶴巻温泉14:00	ゆっくり、のんびり春の散策をしながら歩く。
221	個人山行	ハイキング		中央沿線	都留アルプス	3/24	3/24	都留市駅7:50…谷村発電所登山口8:00…蟻山…白木山…長安寺山…天神山…10:50713m(都留アルプス山)…尾崎山分岐…古城山…13:20住吉神社登山口…13:50東桂駅	
222	個人山行	ハイキング		奥多摩	日の出山	3/24	3/24	町田6:25=八王子=拝島=青梅=鳩ノ巣8:35…城山…大樽峠…御嶽…日の出山14:05…16:40東畑駅	・昨日や一昨日の雪が残っているところが多く、滑らないように気を付けて歩いたが、凍ってはいないので、アイゼンなどは必要なかった。
223	個人山行	ハイキング		丹沢	鷹尾山、八音山	3/24	3/24	小田急相模原8:30=荻野運動公園P…天覧台公園…鷹尾山…八音山…やなみ峠…荻野運動公園P15:12=小田急相模原16:30	・荻野運動公園駐車場は無料で広かった。・晴れていたが、春霞?で展望は良くなかった。

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
224	個人山行	山スキー	蓮華温泉ツアー	北アルプス	白馬乗鞍岳	3/24	3/25	3/24 大町＝梅池高原 Gondラ8:30＝自然園9:30…11:00天狗原…振り子沢…14:00蓮華温泉(泊) 3/25 蓮華温泉7:30…キッポー平…11:30角小屋峠…白池…14:00木地屋＝平岩＝梅池高原(木地屋に西さん車待合わせ) 蓮華温泉：0255-52-1063/090-2524-7237	2日とも春のような快晴の天候で、今年は久しぶりの大雪で山スキーツアーを楽しんだ。大雪で沢筋は雪で埋まっただけで傾斜も緩やかな感じになっている。平日なので蓮華温泉も宿泊は2人ほどでゆっくりできた。
225	個人山行	ハイキング		丹沢	鐘ヶ嶽	3/25	3/25	相模大野6:00＝広沢寺P7:10…鐘ヶ嶽登山口…鐘ヶ嶽…不動尻…山神隧道…12:20広沢寺P＝相模大野	不動尻のミツマタは満開。大勢の人で賑わっていました。
226	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	権現山	3/25	3/25	八王子7:16＝高尾＝猿橋＝浅川BS8:55…浅川峠…権現山…雨降山…二本杉…御林峠…コヤシロ山…要害山…鏡渡橋…15:55新井BS＝上野原駅＝八王子駅	稜線は雪が残り、春はまだ動き出していない。尾根筋の道はとも歩きやすかったが御林峠からコヤシロ山間のトラバース部分は崩壊が始まっていた。
227	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	伊豆三山	3/25	3/25	自宅5:00＝狩野川記念公園P…7:15城山登山口…城山…葛城山…発端丈山…ピストン…14:00P＝自宅	城山登山口に4台の駐車スペースあり。平日だったが、ロッククライミングの人が多かった。葛城山は観光地のため賑わいがあり発端丈山は、まったりと景色を見ながら食事ができる山でした。
228	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	小仏城山	3/25	3/25	成瀬＝高尾＝日影BS7:30…(小仏城山東尾根)…9:10小仏城山…高尾山…(6号路)…11:30高尾山口駅＝成瀬	東尾根は高尾山域にありながら出会う人も少なく植林帯を過ぎればのんびりとした尾根歩きができる。今日は一丁平あたりから高尾山に近づくにつれ人が増えて6号路の下りではすれ違いが頻繁であった。
229	個人山行	雪山		上信越	浅間山・黒斑山	3/25	3/26	3/25 橋本駅6:30＝10:30ビジターセンター…トミーの頭13:10…ビジターセンター14:50＝スキー場駐車場15:00…15:10雪上車＝宿15:20 3/26 宿11:00…雪上車＝スキー場駐車場11:20＝道の駅佐久＝14:50相原駅	1日目天候に恵まれて雪山登山が楽しめた。2日目は強風、降雨の為、高峯山への山行を中止して正解であった。秘湯の湯宿は秀逸です。隣のアサマ2000スキー場も山スキーに良さそうでした。
230	個人山行	クライミング		丹沢	広沢寺・弁天岩	3/25	3/25	3/25 伊勢原駅7:45＝広沢寺駐車場…8:30～14:00 クライミング＝伊勢原駅	ミツマタの大群生地が近くにあるため、駐車場にはたくさん車が停った。岩場は誰もいなかったが、その後何組かが来て賑わっていた。
231	ハイキング企画部山行	ハイキング	①新入会員歓迎山行	奥多摩	惣岳山	3/26	3/26	J R青梅線沢井駅9:30…沢井尾根…惣岳山…13:40御嶽駅	低気圧が西から接近しているものの、日中は曇りとの判断で山行を決行した。ただし、下山時刻を早めるため、惣岳山と岩葦石山の往復はカットし、御嶽駅に直行した。おかげで風雨に見舞われることもなく無事御嶽駅に到着できた。
232	個人山行	ハイキング		湘南	大楠山	3/26	3/26	集合：10:15 JR逗子駅と京浜急行新逗子駅1番バス乗り場10:30湘南国際村センター行き乗車＝11:00湘南国際村センター前下車…めぐりの森…大楠山登山口…大楠山山頂…14:30前田橋バス停＝逗子駅解散	下山開始する頃になって雨が上がった。理由は分からないが、山頂の菜の花畑は無くなっていた。
233	個人山行	ハイキング		丹沢	弘法山	3/28	3/28	小田急相模原7:21＝秦野8:20…権現山…弘法山…吾妻山…弘法山…権現山…14:30秦野駅＝小田急相模原駅	権現山から弘法山にかけて、桜が7分咲き＝満開。たくさんハイカーや花見客が訪れていた。弘法山公園の管理員の方から、すでにセルが活動を開始しているので注意するようにと教えて頂いた。
234	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	八重山	3/28	3/28	相原駅＝八王子駅＝上野原駅＝10:00大堀…八重山登山口…八重山…八重山登山口…13:00大堀＝上野原駅＝八王子	昨年より春の動きは遅く、楽しみにしていた山肌の木々の芽吹きはこれから。シュンラン、センボンヤリ等が咲き始めていた。
235	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	八重山～能岳～虎丸山	3/28	3/28	小田急相模原6:30＝相模原愛川IC＝上野原IC＝八重山駐車場(上野原中学校向かい)7:45…八重山展望台…八重山…能岳…虎丸山…11:15駐車場	八重山エリアは樹木、植物の花の名前が表示され勉強になりました。桜も種類多く楽しめます。山頂に近づくにつれ 優しい色合いのシュンランに出会えます。今年の干支の名前の虎丸山への登山道も整備されています。
236	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	小仏城山	3/28	3/28	高尾駅＝日影バス停7:30…小仏城山北東尾根…小仏城山…6号路…12:00高尾山口(解散)	
237	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	南高尾山稜	3/28	3/28	高尾山口駅7:10…草戸山…三沢峠…西山峠…中沢峠…10:35大垂水峠＝高尾山口駅	すみれの花が咲き始めていた。スマホで撮っている人もいた。高尾山からはずれていても結構人は歩いてました。
238	個人山行	ハイキング		湘南	三浦アルプス	3/28	3/28	町田7:48＝藤沢JR東海道線＝大船＝田浦9:05…田浦梅林(衣笠山)…乳頭山…芽塚…観音塚…仙元山…14:55風早橋BS＝15:10逗子駅	3年前の山行に参加し、楽しかったと記憶していて、のんびりハイキングのつもりだったが、梅林を過ぎるはずぐロープ付きのアップダウンの連続で登山の良いトレーニングになった。
239	個人山行	ハイキング		上越	弥彦山・角田山	3/28	3/29	3/28東京7:48＝燕三条＝八枚沢登山口登山口10:45(妻戸尾根)…弥彦山(雨乞い尾根)…15:00登山口＝民宿 3/29民宿8:00＝桜尾根登山口8:40…角田山…観音堂…灯台…13:30登山口＝14:30燕三条駅	お天気に恵まれ、最高のお花見山行でした。カクリ・雪割草がほぼ満開で山道の行手に咲き乱れていてなかなか前に進めませんでした。日本海に沈む夕日も綺麗でした。

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
240	個人山行	山スキー	山スキー 滑走練習	上越	かぐらスキー場 神楽ヶ峰	3/28	3/29	3/28 池田宅6:15 = (井出宅・加藤宅) = 10:30苗場 スキー場…(滑走練習)…15:00=宿 3/29 宿=9:30 みつまたステーション…11:30 ゲレ ンデトップ…12:30中尾根ノ頭…13:00 ゲレンデ着 …14:30スキー場発=小田急相模原近辺(解散)	1日目、真冬のような荒天でかぐら第一高速リフト運 休のため、苗場スキー場でゲレンデ滑走とした。アイ スパーンからザラメ雪までよい練習となった。2日 目、天候の安定を待って中尾根ノ頭までハイクアッ プ。南面ルートを滑走した。上部は凍った面と浅い新 雪面とのミックスで春ならではの面白さを楽しんだ。 下部は重いストップ雪で板が滑らずに苦労した。
241	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	沼津アルプス	3/29	3/29	海老名駅5:20 = 小田原 = 三島 = 原木駅… …大嵐山…大平山…鷺頭山…志下峠…徳倉 山…横山…香貫山…16:10黒瀬BT = 沼津駅 = 海老名駅	原木から全コース歩くことが出来ました、特に奥沼は 変化があるコースで楽しめます。スタートの日守山 (大嵐山)はさくらの山で見頃の満開でした。
242	個人山行	ハイキング		丹沢	世附権現山・ミツバ 岳	3/30	3/30	新松田7:17 = (バス) = 8:06浅瀬入口BS8:30…権現 山…ミツバ岳…滝壺橋…14:40浅瀬入口BS	ミツバ岳の三極、満開です!!
243	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	石砂山	3/31	3/31	橋本駅北口06:50 = (国道412号線等) = 牧馬峠08:45 …(県道518号線)…09:35篠原…(石砂山北尾根コ ース)…石砂山…(石老山・牧馬峠ルート)…13:35牧馬 峠 = (国道412号線等) = 16:30橋本駅北口(解散)	・暖かく無風だったため、ギフチョウの姿を多数見る ことができたが、留まることが少ないため撮影は難し かった。・下山に利用した石老山・牧馬峠ルートは、 細く、落ち葉が多く、迷いやすい箇所が多いので注意 。・マイカー利用だったので、往復移動を利用して 各所で野生のカタクリや満開の桜を觀賞した。
244	個人山行	ハイキング		湘南	二宮・吾妻山と湘南 アルプス	3/31	3/31	二宮駅9:30…10:00吾妻山…10:40二宮駅=大磯 …高来神社…高麗山…八俣山…浅間山…12:00湘南 平…13:40大磯駅	
245	個人山行	ハイキング		丹沢	鳥ノ胸山	3/31	3/31	橋本駅=道の駅志駐車場8:20…林道出合…鳥の胸 山…雫木の頭…平指山…落合橋…11:50道の駅志 駐車場	登山口から鳥の胸山まではひたすら急な登りでした が、山頂からは道幅も広くなだらかで、道志の集落を 見ながら歩いた。