

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
350	個人山行	雪山 (AP)		上信越	高妻山	4/30	4/30	タイムズ坂戸第10駐車場集合4:00 = 7:00戸隠キャンプ場登山者用駐車場7:20 … 弥勒尾根 … 10:00五地藏山 … 12:00高妻山/2353M 12:30 … 13:40五地藏山 … 15:55戸隠キャンプ場登山者用駐車場 = 20:30タイムズ坂戸第10駐車場解散	前日の大雨で2箇所ある渡渉箇所の水かさが増しており1箇所目は大きめ石を投げ入れて渡渉、2箇所目は上流に迂回しヤブ漕ぎ後に登山道に合流するなど登山道入口から体力を消耗した。五地藏山の事前あたりからタイゼン装着、稜線が雪積になる手前でストックからピッケルに持ち替える。後半はそれなりに急な斜面が続くが壁に頂上には到着、北ア～南ア～上信越の山々の絶景を堪能しました。株駒のGWの100名目ですれ違った登山者は1名と高妻山貸切の登山を満喫しました。(結構タフな山です)。
351	個人山行	ハイキング		北海道	台場山	4/28	4/28	五稜郭バス7:35=8:17紅葉山バス停…(旧道函館側コース)…川汲峠…10:20 台場山 … (川汲温泉コース) 13:00川汲温泉バス	カタクリ、シラネアオイ等の野生、その他多くの花に出会いながらの登山道を、ゆっくり楽しんだ。
352	個人山行	ハイキング		丹沢	広沢寺	5/1	5/1	愛甲石田駅8:00集合=8:30広沢寺駐車場…9:00藤岩藤岩にてクライミング 9:00~12:30	予報通り11時から雨が降り出した為下部エリアへ移動、12時で切り上げた。
353	個人山行	ハイキング		その他	成瀬尾根	5/1	5/1	鶴川駅8:10…和光大学東尾根…成瀬尾根…11:00山吹緑地解散	
354	個人山行	ハイキング		丹沢	鷹尾山	5/1	5/1	本厚木駅7:07=鷹尾団地…天覧公園…8:25鷹尾山…八菅山…一本松バス停11:09=11:30本厚木駅 (解散)	日曜の早朝のためか、ご近所の方と思われる方たちが歩かれていました。厚木市、愛川町に大別されている鷹尾山・八菅山を堪能できました。
355	自然保護部山行	ハイキング		その他	成瀬尾根	5/1	5/1	鶴川駅8:10…和光大学東尾根…成瀬尾根…10:30山吹緑地11:00…成瀬街道…かしの木山自然公園…13:00玉川学園前駅	午後は雨が予想されたため、集合を1時間早めました。その結果たいては歩けることなく歩く事ができました。成瀬尾根のキンランの野生、朴ノ木の花を楽しみました。
356	個人山行	ハイキング		丹沢	鳥ノ胸山	5/1	5/1	集合J Rマツコヨ前7:00=道の駅どうし…林道出合…10:10鳥ノ胸山…道の駅どうし12:20=13:40町田 (解散)	午後から雨予報のため一周を止めピストンにした。
357	個人山行	ハイキング		北アルプス	西穂高	5/1	5/2	5/1 7:05バス新宿 = 平湯温泉 13:00平湯温泉(飛騨バス) = 大正池 … 河童橋 … 明神池 … 上高地バスターミナル(飛騨バス) = 17:25 平湯温泉 つゆくさ泊 5/2 7:00平湯温泉 = 西穂高ロープウェイ駐車場 8:45 ロープウェイしらかば平駅 = 西穂高口駅 … 西穂丸山 … 西穂標 … 西穂丸山 … 西穂山荘 14:20 … 15:00 15:45 西穂高口駅 = 16:00 しらかば平駅 = 16:50 平湯温泉 18:05 平湯温泉 = (京王バス) = 22:45 新宿	山の難易度からするとややメンバー間の情報共有について準備不足の山行となり、安全重視で緊張感を持って慎重に挑んだ。初のメンバー兼リーダーは予想より経験値が高く安心して出発できた。前日に15cmほど雪が積もったが、朝はとても良い天気でロープウェイを降りると素晴らしい絶景を見ることができた。穂高丸山を過ぎて森林限界を超えると、とても風が強く体力をより奪われ疲労感を感じ、折り返しの予定時間を少し超えて独標に到着した。下山は予想以上にスムーズで、西穂山荘でラーメンを食べる時間も持った。個人的には前日から高地に体を慣らして高山病にならなかったこと独標まで行けたこと、と達成感のある山行になった。
358	個人山行	雪山 (AP)		北アルプス	徳高岳	5/2	5/4	沢渡 0845集合 沢渡0830=0845上高地…1140横尾1200…1440濁沢 暮菅濁沢0645=0940北徳高岳1020…1130濁沢 暮菅濁沢0700…0900横尾…1130上高地=沢渡 解散	5/2、横尾からちらついた雪は濁沢では吹雪、5/3はピーカンの中を徳高まで往復。5/4はやや曇りの中を下りた。雪はとて少ない。秋まで水が持つかどうか、心配だ。
359	個人山行	山スキー		後立山	白馬乗鞍岳	5/2	5/3	5/2 7:00 L宅=高坂SAで1名合流=12:00榑池高原スキー場…塩の道を散策=16:00宿 (泊) 5/3 体調悪く登山中止。他の3名は、ゴンドラ乗り場9:20=ゴンドラ・ロープウェイ=10:05榑池自然園駅10:30…12:30天狗原13:00…ゴンドラ標の森駅=14:30ゴンドラ乗り場	ゴンドラ・ロープウェイで上まで行き、シールを着け、ザックを背負って少し歩いてみたが、身体への負荷が思ったより大きかったので登高をあきらめた。下山もスキーでは滑らず、ロープウェイ・ゴンドラを利用した。
360	個人山行	ハイキング		奥多摩	日の出山	5/2	5/2	鶴川駅=8:00武蔵五日市駅…琴平神社…麻生山…11:40日の出山…つるつる温泉14:43=15:09武蔵五日市駅=八王子駅=鶴川駅	昨日の雨の影響で金比羅尾根は泥が多い状況、少々足元を注意。日の出山までのラスト500は、相変わらず少歳しい急坂で良いトレーニングになった。つるつる温泉でひと風呂浴びてさっぱりして帰宅しました。
361	個人山行	ハイキング		奥秩父	笠取山	5/2	5/2	淵野辺駅5:30=作場平(車デポ)…一休坂分岐…笠取小屋…雁峠分岐…小さな分水嶺…笠取山展望地…11:05笠取山…水干尾根分岐…水干…笠取小屋…一休坂分岐…13:55作場平=町田駅	以前から気になっていた笠取山に行きました。沢沿いの明るく気持ちの良い登山道、小屋前の芝生のテント場、3つの川の分水嶺、山頂までのまっすぐ伸びる道、山頂の岩棚、多摩川の源流など変化に富んでいてどれをとっても素晴らしい、お気に入りの山となりました。今回はテント泊で行ってみたいですね。
362	個人山行	ハイキング		甲府	青笹山	5/3	5/3	自宅4:00=葵高原P…うつろぎ山…青笹山…細島峠…仏谷山…13地蔵峠入口…12:50P=自宅	富士山・南アルプスの眺望は、良かった。下山後、わさび栽培発祥の地である有東木(うつろぎ)でおそばを食べようと寄ったところ、1時間待ちで諦めた。
363	個人山行	ハイキング		奥多摩	馬頭刈山・大岳山・巖山	5/3	5/3	小田急相模原5:04=町田=八王子(中央線特快東京行)=立川(青梅線)=武蔵五日市駅=東道BS…馬頭刈山9:25…千足尾根分岐…つづら岩…白倉分岐…12:25大岳山…14:10巖山…巖尾根…16:45下山口…17:00奥多摩駅	新緑の尾根を気持ちよく歩くことが出来た。巖尾根は前日の雨のため、総じてぬかるんでおり滑りやすかったので丁寧に歩いた。大岳山直下に手すりがない空中回廊のような階段があり滑落の危険があり注意を要する。大岳山は多くの登山者で賑わっていたが、登山道は閑散としており静かな山歩きを楽しんだ。武蔵五日市での電車→バス乗り換えは3分しかないが可能。
364	個人山行	ハイキング		奥多摩	御岳山・日の出山	5/3	5/3	古里駅 9:00 … 登山口 … 大塚山 … 11:15 御岳山 … 12:20日の出山(昼食) … 14:30三釜山 … (アゴ尾根) … 15:35愛宕神社…15:55二俣尾駅	お天気に恵まれて素晴らしい山行でした。
365	個人山行	ハイキング		その他	稜線・成瀬台への道	5/3	5/3	玉川学園駅前9:00…おぼこ山本宮…奈良谷戸橋…成瀬尾根(緑道)…風の広場…東雲寺…鞍掛の松公園…かしの木山自然園…玉川学園駅14:30 (解散)	・五月晴の下、爽快な気分が春のお花達や樹木の花(キンラン・エビネ・ホウチャクソウ・朴木の花実・ヤブデマリ等)が賑わっていて、癒された一日でした。(町田市立かしの木山自然公園) は、良く手入れされていて動植物観察にはいい所です。・道中、家族連れや散歩をする人達に逢い、なかなかいいコースでした。
366	個人山行	ハイキング		奥多摩	横寄山～笹尾根	5/3	5/3	郷原9:55…横寄山…丸山…浅間峠…登山口…上川乗バス停=武蔵五日市=町田	新緑が綺麗で癒された。4月にバス時刻が変更になり出発が遅くなった。

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
367	個人山行	ハイキング		奥武蔵	琴平丘陵	5/3	5/3	町田駅7:41=八王子駅=東飯能駅=影森(秩父鉄道)影森駅10:10…岩井堂…長者屋敷(昼食)…羊山公園13:40…14:10西武秩父駅	天気も良く、新緑がきれいであった。橋梁のハイキングコースとは違って足場の悪いところもあり、結構ツラなルートであった。羊山公園の芝桜は時期も終盤ということで通常入場料300円のところ100円で入場できた。
368	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	天城山	5/3	5/3	6:30高座渋谷=10:00天城高原駐車場(車7台)…四辻…万二郎岳…石楠立…万三郎岳…下降坂(北へ)…(シャクナゲコース)…四辻…16:00駐車場=温泉入浴=20:30海老名駅解散	アズマシクナゲやアセビは咲き始めて、あと1週間から10日後位が見頃かと思う。
369	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	沼津アルプス	5/3	5/3	成瀬6:01=町田=小田原=沼津伊豆箱根鉄道多比行バス沼津駅南口=多比…大平山…鷺頭山…徳倉山…横山…香貫山…展望台…黒瀬BS15:39=15:50沼津駅	登り下りともに歩みにくく傾斜が急で低山なのに思ったより厳しい山でした。木々の間から沼津の海が見え風が爽やかでした。
370	個人山行	ハイキング		奥多摩	むかし道	5/3	5/3	奥多摩駅 8:40 バス乗り場 9:00乗車=奥多摩湖9:30…水根…青目立ち不動尊…浅間神社…西久保のきりかえし…道祖神…虫歯地蔵…馬の水のみ湯…いろは風の巨木…白髪神社…不動の上滝(トイレ)…倉村…槐気…黒坂…置く氷川神社…奥多摩駅14:30 解散	新緑が輝き奥多摩のすばらしさを味わいに思いをはせながらむかし道を楽しんで歩くことができましたまたイタバコの確認もできてよかったです
371	個人山行	ハイキング		奥秩父	和名倉山	5/3	5/4	5/3橋本6:10=三峰口=埴大寮…反射板跡地…造林小屋跡(水)…北ノタル…(0:20)…和名倉山往復…17:20二瀬分岐(ゾエルト泊) 5/4二瀬分岐5:30…東仙波…山ノ神土(水)…飛龍山山頂往復…サラ峠…丹波15:50=16:44奥多摩	和名倉山(白石山)に、秩父湖(二瀬)から登り、山中に1泊して、飛龍山から奥多摩湖(丹波)に抜けました。二瀬尾根は破線ルートですが、踏み跡ははっきりしており随所に赤テープもあり、静かな山旅と1泊を楽しめました。
372	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	長九郎山、暗沢山	5/3	5/4	5/3相模大野5:25=横浜町田IC=(東名・伊豆縦貫)=松崎・宝蔵院P…長九郎山…昼食…宝蔵院P=花の三聖苑(ゾエルト泊) 5/4三聖苑7:10=岩科学校P…指川峠…峰分岐…大峠…暗沢山…長者ヶ原…小峠…三差路…岩科学校P=昼食15:30=20:00相模大野	長九郎山は、暗い針葉樹林が長く続くが、山頂に近づくとアズマシクナゲが迎えてくれ、山頂には展望台が設けられていて南伊豆の山々を見渡すことができた。暗沢山は長者ヶ原遊歩道を周回したが、あまり歩かれておらず、また落ち枝や大雨による浸食が放置されている、やや歩きづらいルートになっていた。山頂からは春霞のなか遠くに冠冠した富士を展望できた。
373	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	西伊豆～南伊豆	5/3	5/7	5/3修善寺9:20=戸田峠…達磨山…仁科峠…18:30牧場の家(コテージ泊) 5/4仁科峠7:00…猫越岳…猿山…丹野平…ねぎの畑…16:00やまびこ荘(宿泊) 5/5やまびこ荘=宝蔵院…長九郎山…15:30大沢(温泉) =17:00雲見(テント泊) 5/6雲見8:00…波勢峠…伊保…子浦…妻良…16:00立石(テント泊) 5/7立石8:00…音田…入間…中木…16:00石廊崎=下田(宿泊)=町田(5月8日着)	達磨山から石廊崎まで伊豆山稜線歩道と南伊豆絶景遊歩道をつなげた70kmを完歩しました。途中、長九郎山でしゃくなげと頂上の展望台から伊豆の山域の全景を堪能できました。
374	個人山行	雪山(ハイキング)		谷川	平標山	5/3	5/4	5/3相原15:00=高尾山IC=月夜野IC=元橋駐車場(仮眠)19:00 5/4元橋P6:30=松手山…平標山…仙ノ倉山…平標山…元橋P15:00=相原(解散)	松手山経由で平標山に至る登山道は、残雪が残っていたが、適度な固さでアイゼン等の滑り止めなしでも容易に登れた。帰路は手解けが進んだこともあり、混雑の沢登山道となっている箇所が多く転倒しないように慎重に下山した。往復とも周辺の残雪の山々の絶景を楽しむことができた。
375	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	5/4	5/4	鶴川06:03=沢沢=大倉…見晴茶屋…堀山の家…花立山荘…塔ノ岳…花立山荘…堀山の家…見晴茶屋…大倉高原テントサイト…12:55大倉=13:39沢沢=14:29鶴川	快晴の中の山行を楽しみました。この日は日差しが強いので紫外線対策が必要です。山道にヒルは居ないようでした。大倉高原テントサイトを見学しました。トイゲが新しくなっただけで水場は今年度中の設置だそうです。昼間のサイトの様子はまた空気が多い感じでテント泊には穴場と思います。日差しの良い場所を選ぶとヒルの被害にあわないと思います。
376	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	5/4	5/4	高尾山口駅8:00=四辻…蔵戸山…西山峠…大垂水峠…小仏城山…高尾山14:30…15:30高尾山口(解散)	城山の手前では思いがけずサイカシの群生に出会えた。GWの高尾山は天候にも恵まれて、街の緑のように人・人・犬で大混雑し賑わっていた。
377	個人山行	ハイキング		富士・御坂	本社ヶ丸・三つ峠山	5/4	5/5	5/4若林5:18=高尾=笹子…角研山…本社ヶ丸…清八峠…御鷹山…開運山…15:40三つ峠山荘 5/5三つ峠山荘08:15…天井山…11:40河口湖駅=帰宅	気持ち良い整備された登山道ですが、笹子から本社ヶ丸までと清八峠から御鷹山は急登続き。誰か富士山にご褒美でした。
378	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	5/4	5/5	5/4 6:00自宅=(友人の車)=大倉 7:40 大倉登山口 …堀家の家…塔ノ岳 …13:00 尊仏山荘 自由時間 尊仏山荘泊 5/5 6:00尊仏山荘 …(丹沢山方面へ) 7:15 塔ノ岳方面へ引き返す… 尊仏山荘… 大倉高原テントサイト … 12:30 大倉登山口 下山	天候に恵まれ、素晴らしい富士山と新緑、まめ桜、オキナソウ、鳥のさえずりなどを楽しみながら、脚力がやや弱い友人と一緒にゆっくりに登り、山ノ尾泊することで美しい日没と、日の出の景色を堪能しました。刻々と変わる空の色がとても美しかったです。山ヒル対策をしたけれど、特に山ヒルがいる様子はありませんでした。
379	個人山行	岩登り	◎その他	奥秩父	太刀岡山	5/5	5/5	太刀岡山登山口6:00…太刀岡山鉄岩左岩塊取りつき7:00…鉄岩11:00…小山ロックにてクライミング…登山口15:00…帰宅	前回のリベンジトライ。1P目、出だしは相変わらず辛い、クラックルートはまずまず。前回の反省から稜線では支点をシュリングで長めに出しロープの流れに注意しながら登った。鉄岩の稜線は相変わらず景観がよく気持ちのいいマルチクライミングとなった
380	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	醍醐丸	5/5	5/5	武蔵五日市発バス9:30=笹平…市道山…醍醐丸…大蔵里山…和田14:20=藤野	笹平から市道山方面に入ると沢があり、その沢が崩れていることで通行止めになっていたが、さほど問題なく沢を渡り市道山をめざす。
381	個人山行	ハイキング		奥武蔵	関八州見晴台	5/5	5/5	西吾野駅 9:25 …高山不動尊登山口 …萩の平茶屋跡…高山不動尊…11:30 関八州見晴台(昼食) 12:30 …花立松ノ峠…傘杉峠… 顔振峠 …14:55顔振峠登山口…15:30吾野駅	お天気に恵まれ、山頂からの展望も素晴らしい山行でした。
382	ハイキング企画部山行	ハイキング	◎東京近郊の山	その他	愛宕山・薨台山・吾国山	5/5	5/5	8:50岩間駅=愛宕山…南山…団子山…大福山…12:50薨台山…道祖神峠…吾国山…16:30福原駅	長い距離(歩数約34000歩) + アップダウンの連続(標高差約2000m) で大変なコースだったのですが、山つじが満開で道は整備されていて危険箇所は無く快適に歩くことができました。ただ最初の愛宕神社への階段と最後の福原駅への舗装道路がきつかったです。
383	個人山行	ハイキング		富士・御坂	倉見山	5/5	5/5	中央林間6:00=八王子JCT=都留IC=町民グラウンド第2駐車場…厄神社…さすの平…10:00倉見山…みはらし台…相定ヶ峰…堂尾山公園…唐沢分岐…クマガイソウ群生地…13:20町民グラウンド=とうざんの里=小田急相模原	この時期クマガイソウ群生地とセットでの倉見山。山頂、相定ヶ峰からの富士山展望も雄大です。クマガイソウの優美な姿は素敵でした。
384	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	5/6	5/6	鶴巻温泉駅7:10…善波峠…浅間山…16丁目…13:15大山…16丁目…阿夫利神社ケーブル駅=大山ケーブル駅15:35=伊勢原駅	GWとはいえ平日のためか、人でもあまりなく静かな大山を楽しめました。大山の新緑はだいぶ緑が濃くなっていました。

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
385	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山	5/7	5/7	7:30鶴川駅＝藤野駅＝陣馬登山口バス停9:25…一ノ尾根…上沢井分岐…陣馬山…陣馬高原下バス停12:30＝13:10高尾駅13:18＝13:26八王子駅＝鶴川駅	雨天予報が気になりましたが、降雨無く実施できました。雨天予報のためか、陣馬山山頂は登山者が少ない状況でした。山頂の富士見茶屋は、休業ではなく廃業ではないかと思えるように荒廃が進んでいるようでした。
386	ハイキング企画部山行	ハイキング	①新入会員歓迎山行	奥武蔵	琴平丘陵	5/7	5/7	町田駅7:41＝八王子駅＝東飯能駅＝影森(秩父鉄道)影森駅…岩井堂…羊山公園(昼食)14:10…14:20西武秩父駅	天気予報では時々小雨の予報も出ていたが、午前中は快晴で曇りかいらいだった。羊山公園は芝桜祭りも終わって、無料で入場できた。芝桜は終了の時期だったが、ネモフィラが満開できれいであった。
387	個人山行	ハイキング		湘南	大楠山	5/7	5/7	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…12:15～13:00大楠山山頂…14:00前田橋バス停＝逗子駅解散	大楠山は標高241mの低山ながら、魅力に溢れた名山だ。花の百名山や関東百名山にも選ばれ、地元からは勿論、ツアーや遠方から訪れる登山者も多い。但し、雨天時の登山道は大変滑り易いので要注意。
388	個人山行	岩登り	③その他	丹沢	広沢寺	5/8	5/8	本厚木バスターミナル 0750集合0800＝0840広沢寺温泉…0900弁天岩 1440終了…広沢寺温泉1515＝1535愛甲石田 解散	弁天岩で岩トレ。朝は混雑してみえたが、昼前には割と空いた。宮崎さんは後藤さんについてもらい初ロード。
389	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高川山	5/8	5/8	海老名6:58＝八王子＝高尾＝初狩9:00…登山道入り口…高川山…馬頭観音…12:30田野倉駅＝八王子＝海老名	若葉の中に、ヤマツツジのオレンジが映えてきれいでした。
390	個人山行	ハイキング		奥多摩	高水三山	5/8	5/8	8:20 軍畑駅改札口8:30…高水山…岩茸石山…惣岳山…13:30 御岳駅解散	ゴールデンウィークの最終日で多くの登山者が訪れていた。薄曇りで風も爽やか気持ちよく歩くことが出来た。
391	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	5/8	5/8	成瀬7:37＝八王子＝高尾＝高尾山口8:50…稲荷山…高尾山…1号路…エコーリフト13:30…高尾山口13:57＝高尾＝八王子＝14:40成瀬	昼前ごろから非常に混んできて普段の休日ぐらいの混みようでした。
392	個人山行	ハイキング		奥多摩	大岳山	5/8	5/8	相原6:04＝八王子＝立川＝奥多摩8:00…麓山…大岳山…馬頭刈山…軍道分岐…15:25榎谷の湯…十里木BS＝武蔵五日市	新緑の尾根は、曇り空に空気が緑色に染まっている様だった。フィリフモツミレが沢山映っていた。
393	個人山行	ハイキング		その他	野津田公園から谷戸めぐり～小山田緑地公園	5/8	5/8	鶴川駅北口8:00集合出発8:06バス乗車袋橋…上野原ススキ草池…小野路…万松寺谷…ならばい谷戸…小山田緑地展望台11:30 バス13:40 (解散)	天気にも恵まれてさわやかなハイキングを楽しめた、小山田緑地サービスタウンでナンテンギセルの場所などを教えていただき、感動の連続でした。金北山の頂上手前は急な雪の階段があり、初めての経験なので、私は大いにビビりました。
394	個人山行	ハイキング		その他	金北山	5/8	5/11	5/8町田7:39＝新宿＝東京＝新島＝新潟港＝15:05両津港金沢屋旅館 5/9宿8:00＝アオネバ登山口…落合…ユブ…アオネバ十字路…金北線走路入口…尻立山…14:00ドンデン山荘5/10宿7:00…金北線走路入口…アオネバ十字路…マトネ…石花越分岐点…真砂の峰…イモリのコル…天狗の休場…役の行者…あやめ池…金北山…マツムシ平…15:35白雲台＝17:10両津港 金沢屋旅館 5/11宿＝レンタカーで佐渡観光＝両津港12:40＝新潟港＝新潟15:37＝町田	アオネバ登山口から白雲台まで色々な種類の花のオンパレードで、感動の連続でした。金北山の頂上手前は急な雪の階段があり、初めての経験なので、私は大いにビビりました。
395	個人山行	ハイキング		関西	熊野古道・小辺路	5/8	5/13	5/8新横浜6:39 ひかり＝新大阪＝高野山(＝千手院橋…金剛三枚院泊 5/9宿8:30…大股バス停16:00 ホテルのせ川泊 5/10大股バス停8:00…伯母子岳頂上…三田谷バス停4:30＝民宿山本泊 5/11宿8:00…三浦口バス停…矢倉観音堂…音中バス停13:45＝十津川温泉民宿 5/12宿8:35…バス＝道の駅奥熊野本宮9:30…熊野本宮大社バス＝川湯温泉1:30 民宿立石 5/13宿8:30＝本宮大社前＝新宮＝南紀＝名古屋＝新幹線＝小田原＝新横浜	世界遺産熊野参詣道小辺路は、思ったよりハードで歩きにくいトラバースもあった。金剛三昧院で朝の法話があり世界遺産を保存する大変さをお話いただきました。
396	個人山行	ハイキング		中央沿線	権現山・要寄山	5/8	5/8	上野原駅8:50(鶴峠行)＝初戸…12:05権現山…御林峠…15:10要寄山…15:55新井＝上野原駅	昼から雲が出てきたので、降るかと思って早く歩いた。権現山から下る尾根は非常にならだか。マウンテンバイクが走った跡もあった。
397	個人山行	ハイキング		関西	熊野古道・伯母子岳	5/9	5/12	5/9集合:23:00 夜行B 観音橋23:50 5/10難波8:20南海高野線極楽橋行き＝九度山…真田庵…慈尊院(高野山町石道一町石)…丹生官省符神社…六木杉峠…丹生都比売神社…二ツ鳥居…古峠…上古沢駅＝南海高野線極楽橋行き極楽橋＝高野山カブト＝高野山＝バス＝千手院橋B＝6:00宿泊 宿坊 金剛三昧院 5/11金剛三昧院9:00…千手院橋B＝奥の院B＝奥の院 御廟…奥の院B＝大門B…大門(六町石)…金堂 御影堂 根本大將 教蔵 金剛堂…千手院橋B＝高野山＝高野山カブト＝極楽橋＝難波6:50＝9:50夜行B 5/12観音橋 5:55(解散)	待望の熊野古道は天候に恵まれず町石道の一町石九度山から歩き始め高野山を中心に計画を変更。真言密教の聖地空海上人の偉業に思いを馳せながら歩いた。以前に観光で回ったことがあるが、今回は土地の人々とも接し、話を聞き親切な施しを受けた。次回は高野山から先の熊野古道を歩きたいと思う。計画に当たっては電車、バスの本数が少ないので注意が必要である。
398	個人山行	ハイキング		その他	金北山	5/9	5/12	5/9新潟駅集合11:40＝新潟港＝ 両津港 ＝青ネバ登山口14:50…17:40 ドンデン山荘(泊) 5/10ドンデン山荘7:10…マトネ…金北山頂上…白雲台16:30＝両津温泉 吉田屋(泊) 5/11吉田屋8:00＝ 佐渡金山観光 ＝民宿長浜荘(泊) 5/12長浜荘＝レンタカー宿根木観光 ＝両津港17:55 ＝19:02新潟港 (解散)	参加者に足を痛めているものがいたのでドンデン山荘への到着がやや遅れた。10日は曇つない快晴に恵まれた。次から次へと現れるカタクリ、シラネアオイ、アズメナゲ、オオミスミウツなどの花々と佐渡の山々や海を眺めながらのトレッキングに至福の時を過ごした。ドンデン高原荘は車でも到達できる快適な宿である。素晴らしい眺めが得られるので、家族連れにもおすすめする。宿根木にある復元された北前船は立派なものだった。
399	個人山行	ハイキング		丹沢	三ノ塔	5/10	5/10	秦野駅8:25＝ヤビツ峠…岳ノ台…菩提峠…二ノ塔…11:47三ノ塔…三ノ塔尾根…牛首…萩山林道…14:07大倉＝淡沢駅	コイワザラの開花は、双眼鏡でも確認できませんでした。ですが、白花のコケリンドウにあえました。ミツバツジやヤマツツジも咲いていました。
400	個人山行	ハイキング		奥多摩	戸倉三山	5/10	5/10	成瀬駅5:29＝武蔵五日市駅＝元郷BS7:50…白牡丹…11:20市道山…入山峠…14:30刈寄山…今熊山…16:25今熊山登山口＝武蔵五日市駅	久しぶりのロングコースで少し疲れたがアップダウンが多く訓練には最適だ。
401	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	生藤山	5/10	5/10	町田5:32＝八王子＝拝島＝武蔵五日市＝柏木野8:00…万六ノ頭…連行峠…茅丸…11:40生藤山…熊倉山…三国山…佐野川峠…軍刀利神社…15:00鎌沢入口バス停15:48＝16:01藤野＝町田	今回のコース全般で 2019年度版図文社地図とでタイムの違いを感じました。良く整備された歩きやすい登山道です。

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
402	個人山行	ハイキング		奥秩父	雲取山	5/10	5/11	5/10町田6:25=奥多摩(バス)=鴨沢…七ツ石山(昼食)…小雲取山…16:50雲取山荘テント場(蕎麦・夕食) 5/11雲取山荘4:40…雲取山…雲取山荘(朝食・撤収)…雲取山荘…(往路を戻る 七ツ石山は巻道)…鴨沢12:05 解散	10日11日も晴れ、新緑が映え荷物は重いのが憂やされる初日の登りでした。新緑については、今回私以外の2名が新たに購入したソロテントでしたが、設営・撤去とも問題なく行われました。ただ夜が思いのほか気温が下がり、防寒対策についてもう少し案内する必要がある(特に下半身)。二日目の朝に雲取山に登頂。アプローチ時に東光を拝み、山頂では富士山はもろろんの事、遠くに南アの北岳・仙丈ヶ岳・甲斐駒が見えたのは感動もでした。全行程を通じてケガもなく無事に下山出来たのが一番良かった事です。PS、バスがない平日の時間帯に、丹波山村民センターを活用は、価格も含めベストです。
403	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	5/11	5/11	秦野駅=ヤビツ峠9:35…富士見橋…三ノ塔…三ノ塔…行者ヶ岳…14:20塔ヶ岳…大倉尾根…17:39大倉=渋沢駅	昨日、コイワザクラの開花が確認できなかったのは、開花後だったためでした。塔までの途中でシロヤシオが咲き、アカバナヒメワカガミの開花も確認できました。
404	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	矢の音	5/11	5/11	相模湖駅(8:00)…与瀬神社…子孫山の頭…大平小屋…矢の音…具沢…(12:00)相模湖駅	金蘭は真年のようで期待していたより花は少なかつた。具沢方向に降りる道は誰もいないので静かだがジメジメしていて良くない。
405	個人山行	ハイキング		奥多摩	三頭山	5/11	5/11	8町田7:09=武蔵五日市駅(バス=数馬で乗換=都民の森)…羅臼峠…13:00三頭山…ムシカリ峠…15:40都民の森(バス=武蔵五日市駅=町田)	三頭山登頂は何回もあったが、いずれも都民の森整備事業完成以前のこと。山頂はまだしも周辺のあまりにも変わりよりに浦島太郎が産地…でも山近くのウッドチップを敷き詰めたルートは足にやさしい。涼しい風と新緑と最後に現れたヤマシヤクヤクの真っ白い花が癒してくれる。
406	個人山行	ハイキング		中国・四国	大山・蒜山・三瓶山	5/12	5/15	5/12 バスタ新宿集合 19:40(夜行バス) 出発 5/13米子駅(米子市文化ホール前) 6:45=レンタカー借出=中蒜山登山口…日留神社…中蒜山…日留神社…14:00中蒜山登山口=休暇村奥大山(泊) 5/14休暇村奥大山8:00=大山夏山登山口…六合目避難小屋…12:10大山(弥山)…六合目避難小屋…大堰堤…奥宮…15:30大山寺=四季の宿さひめ野(泊) 5/15四季の宿さひめ野7:40=西の原登山口…扇沢…男三瓶山…女三瓶山…孫三瓶山…子三瓶山…14:00西の原登山口=山陰自動車道=レンタカー返却=出張空港=(JAL286便) 羽田20:40	・蒜山は、少雨の中を歩き始めたが、中蒜山頂上あたりで本降りになり計画を変更し、上蒜山には行かず、ピストンで下山した。たぐさんの花が見られ、またカクツリが群生して丁度良こつてた。・大山は登山道が整備されている夏山登山口から登り、行者登山道を下山しました。大堰堤から見上げる大山は迫力があり、夜間もいなりを添えていました。・男三瓶さんから女三瓶さんへの登山道は崩壊のあとが残っているが、ゆっくり注意をして歩けば大丈夫でした。4座制覇したときの爽快感は格別でした。
407	個人山行	ハイキング		その他	金北山	5/13	5/16	5/13 7:04東京=新潟=フェリー乗り場=両津港 観光 宿 5/14 7:30宿=アオネバ登山道…ドンデン山荘…尻立山…論天山…15:50ドンデン山荘 5/15 ドンデン山荘7:30=マトネ…真砂の峰…金北山…分岐…15:00白雲台=宿 5/16 両津港12:40=15:10新潟	天候が不安定だったため登山口をアオネバ登山口に変更した。ドンデン山荘までの山道にはニンソウが咲き乱れ、透明なサカヨウを見ることができた。山頂は強風だったため風がやむのを待って論天山までピストンしました。金北山までの山道は花園でラネアオイ、カタクリ、オシロウ、エンレイソウ等の高山植物を楽しむことができました。
408	山スキー企画部山行	山スキー	山スキー納会	北アルプス	乗鞍岳	5/14	5/15	5/14 町田駅周辺7:00=(天候不良のため) 岡谷市内・塩尻市内見学=三本滝教養=17:00宿 5/15 宿8:00=三本滝駐車場9:45(春山バス)10:05位ヶ原山荘前10:30…13:00肩の小屋13:15…14:00位ヶ原山荘前15:24=町田(解散)	14日、三本滝は雪融けで水量が増し迫力があった。15日、路面凍結のため春山バスは二便所から運行。雪面は細かく縦じま状で固く、肩の小屋付近は凍結していた。トラバース時はクローが有効。滑走は板がカタカタ響く上下動して苦労した。下部は重いデジメ雪で滑らしいスキーを滑らせた。ツアーコースは連休からすでに雪が溶けておいて滑走は位ヶ原までとした。バス乗車時は横殴りの雪となり標高の高さを改めて感じた。
409	個人山行	ハイキング		丹沢	大室山	5/15	5/15	橋本駅=道志の湯=登山口駐車場7:50…加入道山…11:00大室山…加入道山…13:50駐車場	加入道山への登山道はあちこちで崩れていて整備もされていないようで慎重に渡った。加入道山からは整備された道でした。
410	個人山行	ハイキング		丹沢	屏風岩山	5/15	5/15	新松田駅 バス7:15=大滝バス停8:45…屏風岩山東尾根ルート…分岐…水原着板…11:00屏風岩山(2,915m)…屏風岩山南東尾根ルート…分岐…岳山…14:20丹沢ホテル時之栖入口バス停14:55=16:00新松田駅 解散	取付き付近はヒルがいた。稜線まで乾いた道を選んだら急登でキツい。ブナやもみじなど自然林の新緑が美しく、鳥のさえずりを聞きながら、誰とも会わずに静かな山行となった。ミツマタの群生地、既に花は終わり残念。分岐大尾根・谷が顕著で地図読みしやすい。最後、道筋が出る道が植林地と民家と崖で分岐りにくいので、沢ルートの方がよさそう。
411	個人山行	ハイキング		奥秩父	羅漢寺山	5/15	5/15	湖野辺=圏央道・中央道・双葉SA・奥道見仙峽グリーンライン=長瀨橋市営駐車場8:00…昇仙峡口…獅子平分岐…白砂山…パノラマ台…弥三郎岳…仙崎滝…昇仙峽上BS14:32=14:51昇仙峡口BS=15:00=(往路を帰る)=湖野辺解散	各所に展望台があり、そこから見る花園の羅漢寺山の奇観は一見の価値あり。また、山頂に雪が残る南アルプスの峰々も望むことが出来き、その景観を満喫した。
412	個人山行	ハイキング		丹沢	表尾根	5/15	5/15	大倉7:25…塔ノ岳…三ノ塔…15:55ヤビツ峠	塔ノ岳は、今日が丹沢祭で御神酒が振る舞われ、安全祈願のお札を頂いた。来年は、5/14(日)だそう。表尾根にもレンジンツシヤシロヤシオの花が所々に咲いていた。
413	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	今倉山	5/15	5/15	都留市駅発バス9:15=道坂隧道…今倉山…二十六夜山12:30…上戸沢14:00	都留市駅発のバス乗車を1時間早山にしたほうが良かった。9:15発では上戸沢のバス時刻に間に合わせるため忙しい山行になった。
414	個人山行	ハイキング		道志	今倉山北尾根	5/15	5/15	相模原5:30=和みの里ゆうゆう広場…城ヶ丸…猿峯山…エビ沢ノ頭…バジマノ頭…西ヶ原ノ倉…今倉山…御座入山…赤岩…二十六夜山…ゆうゆう広場P14:40=芭蕉月待ちの湯(温泉入浴)=相模原	登山口から城ヶ丸に至る登山道は倒木多く、まっすぐ登山道は歩けない。今倉山北尾根は登り易くルートファインディングに注意を要する箇所もあるが変化に富んで飽きさせない。
415	個人山行	山スキー	針ノ木岳・赤赤山山スキー	尾瀬	燧ヶ岳	5/17	5/19	5/17 大町=藤岡=塩原=檜枝岐(泊) 5/18 檜枝岐=7:30御池7:45…9:30広沢田代…1035熊沢田代…12:40燧ヶ岳13:15…14:15広沢田代…15:00御池=檜枝岐(泊) 5/19 檜枝岐=帰京	予報の通りに好天になり風もない絶好の山スキー日和。御池の駐車場には10台ほど来ている。頂上までは3段の台地があるが、最初の急傾斜の樹林帯では雪の切れている斜面をシールで登るが一部スキーを外して登ることで苦労する。広沢田代の広い雪原に来ると周囲の山が見えて一休み。頂上までの急な斜面をトラバースしながら登るが、落ちると止まらない感じで少し緊張する。昼になって雪が柔らかくなったのでシールが効くので安心して登れるが急な傾斜で滑走は緊張の上り。やっとなり頂上直下の台地につくが4.5時間くらいかかり若い時のようにはいかない。ここからはひたすら滑降が気持ちいい。最後の樹林帯の急傾斜が苦労させられたが無事に御池の駐車場に到着。

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
416	個人山行	ハイキング		上信越	鬼無里(奥穂花自然園)	5/17	5/18	5/17町田8:30=愛川IC=長野IC=R406...鬼無里着=民宿周辺散策...宿着16:00(古民家 燕) 5/18宿9:00=奥穂花自然園...奥穂花自然園...奥穂花自然園P14:00=R406=長野IC=愛川IC=町田20:00	・2日間、五月晴れに恵まれて自然豊かな鬼無里の郷を散策し、都心とは一味違う空気吹きました。・奥穂花自然園では、園内の全てのコースをのんびりと夫々の好みの絶景ポイントを探しながら、整備された道、木道を散策しました。清流の音と澄んだ水の中で生き活きたとした日本一の規模を誇る可憐な大小の水芭蕉の群生と残雪と雪雲に囲まれた凛とした中山とのコントラストは絶景でした。一度は訪れたい自然園です。・古民家(燕)は、貸し切りで田舎風情が溢れ素晴らしい宿でした。安らぎと落ち着いた世界に浸れました。夕食は囲炉裏を囲んで時間を忘れて歓談しました。お勧めの宿です。
417	個人山行	ハイキング		奥多摩	浅間嶺	5/18	5/18	武蔵五日市発バス9:00=浅間尾根登山口...一本松...浅間嶺...弘沢の滝入口15:30=武蔵五日市	天気も良く、気持ちの良いハイキングでした。
418	ハイキング企画部山行	ハイキング	⑤東京近郊の山	中央沿線	笹尾根(山の神〜日原峠)	5/18	5/18	藤野駅BS7:25=和田BS...山の神...連行峰...生藤山...三国山...熊倉山...浅間峠...日原峠...14:50桐原局BS16:07=16:32上野原駅=町田駅	この所ぐずつとした天気の間合の久し振りの晴、尾根を吹き抜ける冷たい風に励まされキツイ登りも頑張れた。
419	個人山行	ハイキング		上信越	斑尾山・守屋山	5/18	5/19	5/18草薙5:00=斑尾山登山口...11:30斑尾山...斑尾山登山口=まだらのお湯(泊) 5/19まだらのお湯 9:00=沼の原原原散策=16:00草薙(解散)	1日目は計画を変更し、斑尾スキー場の登山口からスキー場を通って斑尾山を往復した。眺めを楽しみながら登ったが、頂上付近はブヨが多く閉口した。下りのスキー場では、ワラビ、タラの芽、山ウドなど山菜がたくさん採れた。まだらのお湯の食堂でおいしい手打ちそばを堪能。2日目は計画を変更し、宿の近くでコンプラを採集した後、近くの沼の原原原も散策して満喫した。温泉ではちょうどミスパショウ、リュウウシカの花盛りだった。今回の山行では好天のもとで新緑と山菜取り、早春の花と手打ちそばを楽しむことができた。
420	個人山行	ハイキング		中央沿線	要害山・兜山	5/19	5/19	小田急相模原5:17=町田=八王子=甲府(タクシー)=要害山登山口8:50...9:25要害山...深草観音...岩堂峠...12:45兜山...夕沢古戦場...15:30春日居町駅=八王子	要害山〜深草観音間のトラバース道は滑りやすく、谷間に登山道が傾斜しており、要注意。兜山山頂から少し先に展望台(ベンチあり)があるが、富士山、三ヶ峠、笹子崖が展望し、春日居町市街などが見え展望が良く休憩場所はここが良い。
421	個人山行	ハイキング		中央沿線	扇山・百蔵山	5/19	5/19	鶴川駅6:45=鳥沢駅...木ノ梨平...10:40扇山...12:30百蔵山...14:20銀橋駅	出会う人もまばらで静かな山歩きでした。残念ながら富士山はおわずけでした。
422	個人山行	ハイキング		奥秩父	両神山	5/19	5/20	5/19 8:00愛甲石田駅北口集合=厚木西IC=関越自動車道・花園IC=日向大谷・駐車場=会所・清滝小屋14:20(泊) 5/20清滝小屋5:50...両神山...両神山頂上...前東岳... (往路を戻る) ...駐車場12:30=両神山温泉=花園IC=厚木西IC=愛甲石田駅(解散)	アカヤシオ、ミツバツツジの濃いピンク色、ガマズミ、オオカメノキ、ガクウツキの白色が新緑と岩壁に映えて美しい。沢沿いにはクワガタソウ、ハンシドロコが全盛だった。両神山剣が峰より先の岩壁歩きは往路を考慮して早めに引き返した。
423	個人山行	ハイキング		丹沢	檜洞丸	5/19	5/19	立石建設採石場入口7:10...神ノ川ヒュッテ7:40 ...広河原...ドロマ宿広場...11:50檜洞丸...熊笹の峰...神ノ川ヒュッテ...15:40砂利採石場入口=17:00町田	シロヤシオは1400以上の地点で満開となっていた。天候は良好だったので平日にもかかわらず多くの登山者があった。メンバーの希望によりヤタ尾根から下山した。
424	個人山行	ハイキング		奥多摩	三頭山	5/20	5/20	都民の森駐車場10:17...箱口峠...11:25三頭山...箱口峠...12:40都民の森駐車場	新緑がきれいでした
425	個人山行	ハイキング		丹沢	檜洞丸	5/20	5/20	西丹沢ビジターセンター8:50...ゴウラ沢出合...展望園地...分岐...13:30檜洞丸...展望園地...ゴウラ沢出合...16:45西丹沢ビジターセンター	展望園地の先から石棚山麓分岐まではシロヤシオが満開で花のトンネル状態。真っ白なシロヤシオと紫のトリゴクミツツジ、ブナの新鮮のコントラストが美しい。花の時期で混み合うことを予想していたが平日のためか人は意外と少なかった。
426	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	倉岳山	5/20	5/20	7:25町田=7:52八王子8:17=鳥沢...高畑山...穴路峠1...13:00倉岳山...立野峠...15:00登山口...梁川駅15:27	*富士の顔を見たくて登ったが、曇り空で見られなかった。お陰で暑すぎず気持ちよい山行になった。*少し細いところもあったが、足にやさしい道でした。
427	個人山行	ハイキング		湘南	東慶寺・散在が池	5/21	5/21	横浜8:13=北鎌倉...東慶寺...明月院前...六国見山展望広場...散在が池森林公園南口...のんびり小径...管理事務所前...馬の背小径...散在が池森林公園南口...13:50半蔵坊バス停=大船=横浜 解散	午前中は小雨に降られたが、曇前には止み、静かな山行を楽しめた。ケイワタバコはすでに花茎が見えるものもあり、開花が楽しみである。
428	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	奥多摩	鋸山、大岳山	5/21	5/21	奥多摩駅8:20...鋸山...大岳山...御岳山・奥の院...15:30御岳山駅=麓駅=バス=御旗駅=町田解散	
429	個人山行	ハイキング		中国・四国	笹ヶ峰・東赤石山	5/21	5/23	5/21自宅 = JR岡山駅 = JR伊予三島駅(レンタカー)15:30 = 森林公園からさぎの森(泊) 5/22森林公園ゆらぎの森6:00 = 瀬場谷登山口駐車場...瀬場谷分岐...赤石山荘...八巻山(ロックガーデン)...東赤石山頂上...登山口駐車場 = JR伊予三島駅 = 16:00 JR伊予西条駅 宿(泊) 5/23伊予西条駅6:20 = 194号線 = 笹ヶ峰林道 = 笹ヶ峰登山口駐車場...宿...丸山荘...笹ヶ峰山頂...もみじ谷...丸山荘...13:00 登山口駐車場 = 194号線 = 14:40 JR伊予西条駅 = JR 岡山駅 = JR名古屋駅	東赤石山へは、本州側からは瀬場谷登山口が近く、トイレもあり便利。八巻山のロックガーデンは道力があり、東赤石山までの登りのトラバースも楽しめた。東赤石山山頂からは、石鐘山系、赤石山系の展望が良い。笹ヶ峰林道は片側が深く切れ落ちて崩壊箇所が多く、登山口までの運転には注意が必要。丸山荘も営業していないので、ほとんどの登山客は他の登山口から登ってきていたので、アケボノツツジ、三つ葉ツツジ、シャクナゲが満開。愛媛労働山の仲間達に会い、一緒に歩いて山歌に花が咲いて、とても楽しい山行になった。
430	会山行	ハイキング	⑨その他	その他	谷戸山公園	5/22	5/22	町田駅カリヨン広場9:00=庭間駅東口...谷戸山公園西入り口長尾門(班ごとの開会式)...公園内散策...11:00多目的広場(昼食、スイカ割ゲーム)13:15...西入り口...14:20庭間駅=町田駅	好天気でも爽やかだった、7班123名、緑溢れる谷戸山公園で交流ハイクを楽しんだ。
431	個人山行	ハイキング		湘南	葛原岡・大仏切通	5/24	5/24	横浜8:13=北鎌倉...浄智寺...葛原岡神社...大仏切通...高徳院(鎌倉大仏)...長谷寺(長谷観音)...15:00長谷駅(江ノ島電鉄)=鎌倉=横浜=解散	曇一つない天気だったが、葛原岡ハイキングコース〜大仏ハイキングコースはずっと木陰で、のんびり快適に歩けた。長谷寺では、木彫仏として日本最大級の観世音菩薩像を拝し、美しい庭園を楽しんだ。
432	個人山行	ハイキング		富士・御坂	富士山幻の滝・小富士	5/25	5/25	愛甲石田6:40=御殿場IC=須走口新5合目駐車場...小富士...古御岳神社分岐...新5合目...まぼろしの滝(周辺散策/標高2310m)...往路を戻る...駐車場12:20=御殿場IC=愛甲石田駅(解散)	小富士は青空をバックに雪を冠った富士山、眼下の山中湖・御坂山塊、御殿場の街並みの眺望が素晴らしい。暫しのんびりと休憩した。雪解けの今の季節だけに現れる(富士山・まぼろしの滝)では水流を標高2310mくらいまで進行してきた。
433	個人山行	ハイキング		富士・御坂	富士山五合目	5/25	5/25	大月7:30=馬返しP1420...一合目P1516...二合目P1710...三合目P1840...四合目P2010...佐藤小屋P2220...12:00スバルライン五合目=14:45富士山駅(解散)	歩き出しを早めてゆっくり休み休み歩きました。朝日をあびた新緑がきれいでした。

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
434	ハイキング 企画部山行	ハイキング		奥武蔵	官ノ倉山(腰越城)	5/25	5/25	小川町(イグバス)＝バトリア小川BS8:30→8:50腰越城→大手道分岐→官ノ倉分岐→10:45官ノ倉山→石尊山→北向き不動→14:00小川町駅＝八王子＝町田	腰越城は登壇の多いコンパクトな山城。関(おとり)小口(虎口)には初めて出会った。腰越城から官ノ倉山のルートは地形図に記載はないが地元の人ハイキングコースらしく道形ははっきりしていた。小川町の蔵元では各銘柄のお酒を無料で試飲できる。
435	個人山行	ハイキング		丹沢	檜洞丸～蛭が岳	5/25	5/26	5/25相模大野駅6:00＝立石建設採石場入口→神ノ川ヒュッテ→ヤタ尾根→旅笹の峰→12:30檜洞丸→白ヶ岳→16:30蛭ヶ岳山荘(泊) 5/26蛭ヶ岳山荘5:30→蛭次→袖平山→風巻ヶ原(昼食)→神ノ川ヒュッテ→14:30立石建設採石場＝町田	ヤタ尾根～丹沢主稜→主脈→東海自然歩道の北丹沢の周囲コースを、延々と続く満開のシロヤシオ、トウゴクミツバツツジに歓声を上げながら歩いた。所々のツツジのじゅわたんも良かった。原小屋平のゴミは大分減少していたが倒れガラスやビンのかけらが残っており回収した。燃えるゴミ1050g、燃えないゴミ(ビン、缶、ガラス片等)3750g計4.8kg。
436	個人山行	ハイキング		九州	開聞岳、善島、阿蘇山、祖母山、九重山、由布岳	5/25	5/29	5/25鹿児島空港10:00＝(レンタカー)＝二合目→五合目→開聞岳→五合目→二合目＝18:00民宿たかよし泊 5/26民宿たかよし＝大波池登山口9:05→大波池分岐→韓国岳避難小屋→韓国岳→韓国岳避難小屋→大波池分岐→大波池登山口＝18:00ペンショングリーンカルデラ泊 5/27ペンショングリーンカルデラ＝仙酔峠6:35→仙酔尾根分岐→高岳東峰→中岳→火口東駅→10:40仙酔峠 一の鳥居12:55→一の鳥居分岐→国見峠→祖母山→風穴→18:00一の鳥居＝仙酔峠温泉＝久住高原コテージ泊 5/28久住高原コテージ＝牧ノ戸峠登山口8:05→扇ヶ鼻分岐→久住山避難小屋→久住山→星生山分岐→星生山→扇ヶ鼻分岐→13:10牧ノ戸峠登山口＝たから温泉別館泊 5/29たから温泉＝由布岳登山口8:55→日向岳分岐→合野越→マツエ→由布岳西峰→剣ノ峯→由布岳東峰→合野越→由布岳登山口＝入浴＝大分空港(ANA2498便)＝21:40羽田空港	開聞岳：変化のない登山道でやや退屈。善島山：雨に濡れた韓国岳。雨に濡れたミヤマキリシマも風情あり。阿蘇山：その雄大さに感動。祖母山：緑豊かな山。風穴コースの下りはスリリング。久住山：山の静けさにあり。次は縦走ですね。由布岳：お鉢巡りは難ルートで達成感ハンパない
437	個人山行	ハイキング		中央沿線	笹尾根(日原峠～田和峠)	5/26	5/26	新山WSB9:25→日原峠→土俵岳→丸山→数馬峠→田和峠→田和BS1:46＝16:32上野原駅	田和峠から田和BSへの下りは初めての所で踏み後も薄く地図を見ながら慎重に歩いた。
438	個人山行	ハイキング		九州	高嶺山・高千穂峰・韓国岳・市房山・国見岳	5/26	5/30	5/26羽田空港7:40＝鹿児島空港＝大のがら登山口 確認して道の駅霧島 5/27道の駅＝高千穂河原6:00→御鉢→馬の背→天の逆巻山→高千穂峰→ピストンで→高千穂河原→えびの高原別館泊 5/28道の駅＝霧島山火口展望所→五合目→韓国岳→韓国岳避難小屋→ツツジヶ岳登山口→15:30登山口＝道の駅にしき 5/28道の駅＝市房キャンプ場7:50→市房神社登山口→市房神社→六合目馬の背展望台→市房山→心見の橋→市房山→16:10キャンプ場P＝道の駅五木 5/29道の駅＝五木荘平家の里＝五男谷ゲート手前(標高948m地点)7:20→桜木登山口→国見岳新登山口→三叉路尾根合出→国見岳→ピストンで→13:00登山口＝宿 5/30宿＝鹿児島空港11:30＝13:15羽田空港解散	初日の高嶺山は雨と時間切れの為、登山口の確認のみで断念。高千穂峰と韓国岳は最盛期のミヤマキリシマと大展望に暫し時を忘れるほど登山者の幸せを感じた。市房山は2年前の豪雨の影響で登山道が荒れているが7合目より上部は一般して穏やかな登山道です。心見の橋は不思議！国見岳も九州有数の当に中央の位置して大展望を楽しめた。
439	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	箱根・三頭山	5/27	5/28		この季節、三頭山は展望なし、トレランの男性多し。三頭山～山伏峠間の崩壊地、迂回路通行できるも下り&のぼりとアルバイト大。
440	個人山行	岩登り		奥多摩	つづら岩	5/28	5/28	橋本駅7:00＝榎原村柳沢林道終点8:30→10:40つづら岩16:00→林道終点17:20＝19:30橋本駅	林道終点からつづら岩まで急登が続き、時間がかかった。クライミング練習だけなら広沢寺や日田山が良い。岩に着いても混雑していて残念ながら各自一本しか登っていない。
441	個人山行	ハイキング		奥武蔵	二子山	5/28	5/28	6:30愛甲石田駅＝厚木西IC＝関越道花園IC＝二子山登山口駐車場(野マ)→設峠→東峰往復→設峠→(上級マ)→12:30二子山(西峰)山頂→下降点(ハシゴ)→設峠→15:10駐車場＝温泉入浴＝19:00海老名駅解散	お天気に恵まれ予定通りの岩様縦走が出来た。二子山は東峰と西峰があるが、北アに向けて西峰の縦走が良い訓練になる。
442	個人山行	ハイキング		丹沢	湯船山～不老山	5/28	5/28	JR松田7:23＝駿河小山駅＝駿河小山バス停発＝明神峠→9:50湯船山→峰崎峠→サンショウバラの丘→熊附峠→13:20不老山→生土山分岐→16:20駿河小山駅(解散)	天気は晴れ、風は微風でとても快適に歩けた。駿河駅からはバス3台に大勢の登山者が乗車。サンショウバラは満開で素晴らしいかった。不老山からの下山道には山ヒルが出るので注意が必要。
443	個人山行	ハイキング		丹沢	不老山	5/28	5/28	新松田駅西丹沢ビジターセンター行きバス停7:45＝向河原バス停→番ヶ平→11:40不老山→サンショウバラの丘→不老山→16:20駿河小山駅＝松田駅(解散)	新松田からの西丹沢行きバスは大賑わいで圧倒された。向河原バス停で下車は我々3名のみだった。番ヶ平までは急登等の箇所もありましたが快適に歩きました。サンショウバラも見れて、満足しました。
444	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	三ッ頭	5/28	5/28	マツコ前6:00集合＝愛川IC＝天女山駐車場→天ノ河原→途中昼食→13:25前三ッ頭→天ノ河原→16:35天女山駐車場＝愛川IC＝20:00町田(解散)	朝、圏央道と中央高速で渋滞に巻き込まれ前三ッ頭までの山行となった。前三ッ頭からは中央アルプス、南アルプスの山々が綺麗に見えた。
445	個人山行	ハイキング		丹沢	檜洞丸	5/28	5/28	自宅＝新松田＝善沢公園8:40→県民の森分岐→同角山稜分岐→12:00檜洞丸→ゴウラ沢出会い→14:10西丹沢ビジターセンター＝新松田駅＝自宅	新松田からのバスは、寿司詰め状態で山に登る前から疲れてしまう。善沢公園から登る人は少なく静かだったが、山頂付近になると人が増えてきた。山頂付近のツツジ新道側では、シロヤシオが咲いていた。ゴウラ沢出会いの東沢は、浸透した。
446	個人山行	ハイキング		九州	由布岳	5/28	5/28	08:20別府駅＝09:00由布岳正面登山口→合野越→マツエ→16:00西鉄リゾートイン別府	強い日差しを遮る薄曇りの由布岳東峰をピストンしました。メンバーで体力的に弱い方のペースでゆっくりと登頂。リタイヤナシに全員で登頂しました。ミヤマキリシマの季節と重なり、色づきの良い花を堪能できました。東峰から西峰を眺めましたが、鎖場をクリアした登山者、お鉢めぐりに挑戦している登山者も多く見かけました。
447	自然保護部 山行	ハイキング		北アルプス	上高地	5/28	5/30	5/28町田＝八王子7:29あずさ1号＝松本ナショナルパークライナー＝大正池→田代池→(梓川右岸)→河童橋→15:30小梨平(キャンプ泊) 5/29小梨平7:30→明神→白沢合出→徳本峠入り→徳本峠への途中まで→白沢合出→古池→14:40小梨平(上高地のクマ) 講座(キヤンペ泊) 5/30小梨平7:00→岳沢温泉→展望地→河童橋→上高地バスターミナル14:05＝新島々＝松本16:30あずさ46号＝八王子＝19:00町田	最高の天気に恵まれ、存分に植物観察をした。上高地ビジターセンターで「上高地のクマ」講座を聴いた。
448	個人山行	ハイキング		南アルプス	日向山	5/28	5/28	町田4:20＝圏央道相模原IC＝須玉IC＝矢立石登山口→日向山山頂→雁ヶ原→矢立石登山口＝白州道の駅＝須玉IC＝15:00町田	日向山から八ヶ岳・甲斐駒ヶ岳・鳳凰三山・遠方の北アルプス一部の展望は素晴らしいかった。しかし数年前の雁が原風景より風化(花崗岩の岩が丸くなっている)しているように感じました
449	アルパイン 企画部山行	岩登り	講習	丹沢	広沢寺	5/29	5/29	各駅集合8:00広沢寺駐車場 弁天岩にて、岩トレ・ロープワーク15:3016:30広沢寺駐車場＝各駅解散 夜雨天：中止、または、インドア練習(ストーンジャックなど)	天気良好、ヒル害なし、他3～4パーティ過度な混雑。前々日の雨で沢が増水浸透失敗者続出、右スラブが濡れていた。講師からアンカーでの注意点、アンカーのセット、ロープワーク時の結び替えを受講し、地上練習と実際に登って実践練習をした。トップロープやリード、一部マルズで登りやビレイなど皆積極的に練習し、気づきや疑問点など意見交換ができ有意義な一日となった

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
450	個人山行	ハイキング		富士・御坂	さった峠～浜石岳	5/29	5/29	小田急町田駅6:16＝小田原＝JR沼津＝興津着…・薩埵峠… 由比駅…(西山コース)…・浜石岳山頂手前5k14:30… 由比駅15:40…町田19:00	・真夏日の中、薩埵峠はいつもより人出は少ない。峠からの眺望は、広重の画の世界との違いが歴然として時代の変革を改めて感じる。富士山は雲一つない勇姿が最高だった。今が旬の夏みかんや枇杷の収穫中であった。・浜石岳は、舗装道路歩きで、かなり急な坂道が続き時間切れで山頂目前にして下山した。
451	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	蓼科山・入笠山	5/29	5/30	5/29橋本駅6:00＝蓼科神社ノ鳥居…蓼科山荘…11:15蓼科山…蓼科山荘…天祥寺原分岐…大河原峠…16:00蓼科神社ノ鳥居(霧沢) 5/30蓼科5:00＝入笠山沢入登山口駐車場…8:00入笠山…入笠山沢入登山口＝12:30橋本駅(解散)	大河原峠への蓼科スカイラインは6月上旬まで通行止めでした。調査不足で北横岳は断念しました。蓼科山の岩々は相変わらずのゴロゴロで、登りも下りも一杯いっぱいでした。
452	個人山行	ハイキング		大菩薩	牛久ノ雁ヶ腹摺山	5/29	5/29	相原駅6:23＝八王子駅＝甲斐大和駅＝すずらん昆虫館…牛久ノ雁ヶ腹摺山…黒岳…湯ノ沢峠…大蔵高丸…ハマイバ丸…大谷ヶ丸…大蔵山手前分岐…景德院…17:15甲斐大泉駅	気温は高かったが木陰を吹き抜ける風に癒された様線歩き。正面にすそ野が対称に広がる美しい富士山や南アルプスの連なりをバックごとに眺め、足元の小さな野の花々にこころ和まされる眼にやさしいコースだった。
453	ハイキング 企画部山行	ハイキング	⑤東京近郊の山	奥多摩	浅間嶺	5/29	5/29	八王子7:53＝拜島＝武蔵五日市駅＝上川乗…12:00浅間嶺…峠の茶屋…時坂峠…弘沢ノ滝…14:45弘沢ノ滝入口BS＝武蔵五日市駅＝八王子	天気・メンバーに恵まれ、山頂からの富士山、新緑のアーチを歩き、弘沢ノ滝のマイナスイオンを浴び、有意義な山行となった。内倉さんの好きな笹尾根の山並みを見て、いつか奥多摩から高尾山まで歩いてみたいと思った。