

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
544	個人山行	ハイキング		東北	早池峰山、鳥海山、栗駒山	6/30	7/3	6/30橋本4:34=東京=盛岡=河原坊P10:30(天候不良につき入山せず)=水沢(泊) 7/1水沢=須川温泉P6:30…産沼分岐…栗駒山…須川温泉P=鉢立山荘(泊) 7/2鉢立山荘4:50…御浜小屋…七五三掛…千蛇谷…外輪山分岐…文殊岳…七高山…御室…鳥海山(新山) 10:55(千蛇谷雪渓)…外輪山分岐…御浜小屋…鉢立山荘14:30=大沢温泉(泊) 7/3大沢温泉7:30=峰南荘前BS(シャトルバス)=小田越…早池峰山…小田越BS…峰南荘BS13:32=盛岡=東京=八王子	初日は早池峰山の登山口まで車で入ったが、天候不良につき回復が期待できる最終日に変更することとし、現地で日程を組み替えた。2日目の栗駒山は曇り空だったが、鳥海山、早池峰山は快晴の中、いずれの山でも多くの高山植物に出会うことができた。
545	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	7/1	7/1	自宅5:40=大山ケーブル駐車場…ケーブル駅…男坂…阿夫利神社下社…16丁目…10:25大山山頂…見晴台…下社下12:40…女坂…13:20駐車場	・暑さ対策のため、予定より早く出発したが良かった。ほとんど木陰の中だったが、水は意識して飲んだ。・男坂も女坂も、階段の石は昔の石で、大きく段差があったり傾いているので歩行がなくて登りにくかったりするが、自然の趣きがいいと思う。・伊勢原大山ICができてとても便利。
546	個人山行	ハイキング		奥多摩	南沢あじさい山・金比羅山	7/1	7/1	武蔵五日市駅8:10…山抱きの大堰…9:40南沢あじさい山…金比羅山…琴平神社…12:40武蔵五日市駅(解散)	山抱きの大堰は石灰岩の上に育つ樹齢300年以上の立派な樫の木で、迫力がありました。南沢あじさい山は入山料500円。猛暑で紫陽花がしおれていて気の毒な感じでした。
547	個人山行	ハイキング		大菩薩	滝子山	7/1	7/1	八王子6:35=笹子…桜森林公園…寂シヨウ尾根(滝子山南麓)…11:50滝子山…P564…15:30初狩駅=八王子(解散)	当日の気温、体力など判断して初狩駅で下山した。
548	個人山行	ハイキング		中国・四国	三嶺	7/1	7/2	7/1自宅6:00 = JR岡山駅 = 15:40 JR大歩危駅 = 祖谷溪温泉 秘境の湯(泊) 7/2名頃登山口6:45…林道…ダケモミの丘…10:05 三嶺山頂 10:30(ピストン)…13:00名頃登山口駐車場 = JR 大歩危駅 = 帰宅	頂上直下まで樹林帯が続き、猛暑日でも涼しい風に吹かれて気持ちよく歩けた。快晴の山頂は360℃の展望。山中で、NHKの200名山撮影隊に出会った。祖谷そば、温泉、渓谷も堪能し、四国最後の200名山を大満足で終了した。
549	個人山行	ハイキング		東北	大朝日岳	7/1	7/3	7/1鶴川発 10:30 = 新宿 = 大宮 (新幹線つばさ137新行) = 山形 (JR左沢線) = 16:08 左沢着 (民宿) 6:45 = 古寺温泉…ハナヌキ峰分岐…古寺山…(小朝日岳巻道)…銀玉水…大朝日岳山頂避難小屋…16:20大朝日岳…避難小屋(同小屋泊) 7/3避難小屋発 6:00…小朝日岳着…古寺山…古寺温泉…テラメ相模健康温泉館 = 大朝日岳前…左沢 = 山形 (新幹線つばさ東京行) = 東京 = 20:51鶴川着	二日間ともに気温30度超の猛暑だったが快晴で素晴らしい山行だった。雪解け水が豊富で猛暑対策になった。銀玉水上の雪渓は6本歯のアイゼンを使用した。大江山岳会の暖かい「おもてなし」の心は今回も素晴らしい。今回は暑さ対策が良かった。
550	個人山行	ハイキング		富士・御坂	越前岳	7/2	7/2	御殿場(バス) 8:31=十里木高原…展望台…越前岳12:20…富士見台…富士見峠…山神社…愛鷹登山口バス停 = 御殿場駅17:20(解散)	・曇天とはいえ、気温がドンドン上がり、身体に熱が籠る状態で、小まめに休憩と水を飲み全員無事下山出来た。この時期山頂では、虫が群がり虫除け剤は必須!・富士見台では、「1938年発行の50銭紙幣」の撮影場所で、富士山が少し顔を覗かせてくれて大満足だった。・下山後、汗ビショリのシャツを着替えさっぱりした気分が帰路についた。越前岳は1504mながら侮れない山だった。
551	安全山行推進部山行	ハイキング	◎その他	丹沢	大石キャンプ場	7/2	7/3	7/2小田急町田発7:14=新松田駅=西丹沢行バス=9:36紫雲園橋下車 大石キャンプ場(9:45集合)マイカー駐車場あり10:00~16:30講習…ツエルト泊実践 7/3 8:00《解散》…山行に参加の場合は早朝発	1・2班の2グループにわけて講習した。日帰り組4人、翌日朝帰り5人、残り5人は睦ヶ丸山行した。
552	個人山行	ハイキング		甲府	棚山	7/2	7/2	町田マツキヨ前=ほつたらち温泉駐車場9:15…分岐…重ね石…12:00棚山…山の神…分岐…14:00ほつたらち温泉駐車場=町田	ひと汗かいた後は温泉でさっぱりするに限る。
553	個人山行	ハイキング		奥秩父	笠取山	7/2	7/3	7/2 8:00愛甲石田駅=相模湖IC=勝沼IC=(一ノ瀬林道)=11:00作業平駐車場(車7台)…水沢入渓…(途中より一般道)…13:30笠取小屋(テント場泊) 7/3 9:30テント場…11:00一般道より駐車場下山=(温泉)=14:30壺山駅解散(渋滞により)	両日共に雨、落雷の為、ウォーターウォーキング並びに登頂せず下山した。笠取山登山口並びに笠取小屋のトイレが9月頃を予定に立替中。
554	個人山行	ハイキング		上信越	東麓ノ登山・湯ノ丸山	7/2	7/3	7/2 6:35=10:20P 兎平10:50…東麓ノ登山…兎平…三方ヶ峰…見晴峠…14:14兎平=湯の丸高峰林道=湯の丸キャンプ場テント泊 7/3キャンプ場(テント撤収)…地藏峠:28…湯ノ丸山(南峰)…烏帽子岳…10:10キャンプ場P=橋本	池の平温泉は、色々なお花が咲いており、白いコマクサを初めて見る事ができた。初日の夕方は雷雨となったが、夜中は満点の星空が見えた。2日目も天候が怪しかったため、湯ノ丸山北峰を諦めたが下山途中から通り雨に降られた。メンバーシップのお陰でとても有意義な山行となりました。
555	個人山行	ハイキング		東北	森吉山・乳頭山	7/2	7/5	7/2北小金駅集合7:10 = 16:00こめつが山荘(泊) 7/3こめつが山荘 5:30…9:30森吉山…こめつが山荘=16:30孫六温泉(泊) 7/4孫六温泉8:00…11:45乳頭山…黒湯…16:20孫六温泉(泊) 7/5孫六温泉8:30=蔵の街増田見学10:40~12:30=20:20 北小金駅(解散)	こめつが山荘は立派な小屋。電気も通じているので快適。ただし下の一部屋しか開放していない。森吉山では雲一つない快晴に恵まれ、ハクサンチドリ、ヒナザクラなど多くの花を見ることができた。乳頭山では少し雲があったが、山頂からの雄大な眺めを楽しんだ。オノエランがたくさん咲いていた。黒湯への下りで自然のままの温泉につかった。
556	個人山行	沢登り	沢登り	奥多摩	シツメ沢	7/2	7/2	水根駐車場(集合)7:00 = 惣岳山バス停7:25…シダクラ沢…10:35大ブナ尾根後線…11:45惣岳山…12:10御前山…惣岳山…13:30サズ沢山…14:30水根駐車場(解散)	初めてのシダクラ沢でしたが、いくつもの中小滝が沢の終わりまで続き、また樹林帯なので少し薄暗く奥多摩らしい沢でした。沢の終了点から惣岳山へ御前山へとピストン縦走して奥多摩を満喫しました。(今回は全くロープを使用しませんでした。初級クラスの方がいる場合はロープ使用が必要かなと思います)
557	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	7/3	7/3	渋沢8:35=大倉…見晴茶屋…12:00花立…14:20大倉=渋沢	湿度が高く熱中症リスクが高い状態。塩分の濃い飲料(経口補水液)を使用しているが500mlで1gの塩分がある。

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
558	個人山行	ハイキン グ		丹沢	畦ヶ丸	7/3	7/3	大石キャンプ場5:00発…西丹沢ビジターセンター…下棚…善六ノタワ…9:25畦ヶ丸…大滝峠上…避難小屋…13:25大滝橋=バス=西丹沢ビジターセンター自家用車=沢沢(解散)	それ程直射日光も無く助かったが、登りは汗がでた。休憩をとりながらゆっくり歩いた。新築の避難小屋を見学、未だ木の香りがしていた。新しい人の交流が図れた良い山行になった。
559	個人山行	ハイキン グ		大菩薩	大菩薩嶺	7/3	7/3	小田急相模原=相模原愛川IC=大月IC=上日川峠8:00…福ちゃん山荘…唐松尾根…雷岩…9:40大菩薩嶺…雷岩…避難小屋…大菩薩峠…介山荘…福ちゃん山荘…12:10上日川峠=大月IC=相模原愛川IC=小田急相模原	曇空ではあったが 家族にとって初めての 大菩薩からの富士山の姿、雲海を見てもらえました。酷暑の平地から天然クーラーの山歩きは生き返りました。嶺辺りは虫が多かったです。
560	個人山行	ハイキン グ		奥多摩	日の出山	7/3	7/3	町田=八王子=拝島=青梅=二俣尾駅8:30…三室山…12:00日の出山…タルクボ峰…金見羅山…15:00武蔵五日市駅	とても暑い日でも風もない為大汗をかいでの山行でした。途中雷がちかちかになってビックリしました。金見羅山尾根は下山してから市街地歩きがながいので暑い時期は不向きかも。
561	個人山行	沢登り	沢登り	丹沢	箱根屋沢	7/3	7/3	新松田駅7:15=8:13中川バス停(集合)…8:30箱根橋9:05…13:45 680m地点(人工登攀の滝の下)14:00…懸垂下降により沢出合に戻る…17:20箱根屋沢出合17:45(解散)…18:00中川	天気は曇、時折雨が降った。人数が多く2本のロープをほぼすべての滝で使用したので時間がかかった。人工登攀の滝をアプミ練習する時間が無くなり、昼食後同沢を下降し入渓点に戻った。懸垂下降は真直ぐに下りないと苔に滑って振られるので、慣れないと時間が掛かる。巻きで蛙を見掛けたが、人が入らない為か少なくなっていると感じた。出合の堰堤は巻き道が崩れているので注意。
562	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	富士・御 坂	富士山	7/6	7/7	7/6愛甲石田駅16:00=18:00富士宮口5合目駐車場(泊)7/75合目駐車場6:00…浅間大社奥宮…12:05剣ヶ峰…奥宮…(往路を戻る)…5合目駐車場16:30=(御殿場IC=愛甲石田駅(解散))	富士宮コース開山を2日後に控えて登山道整備、山小屋オープン作業が至る所で行われていた。標高3,050mくらいまではオンタダ、イワツメクサ、ミヤマトヨモギ等多くの白い花が咲き始めていた。剣ヶ峰、頂上火口等は青空を背景に眺望を楽しんだが、下山後車を発車した途端にバケツをひっくり返したような土砂降りに近い道路は川のようになっていた。夏山に向けて高度順応の目的が十分に達せられたと思う。
563	個人山行	ハイキン グ		尾瀬	鬼怒沼	7/8	7/9	7/8海老名駅5:35 = 北千住 = 鬼怒川温泉駅 = 11:45女夫淵温泉…奥鬼怒峠…日光沢温泉泊 7/9宿5:25…オロオロソンの滝…鬼怒沼温泉…湯原北端…物見山…湯原南端…滝展望台…日光沢温泉…14:45女夫淵温泉 = 海老名	登山者の少ない晴天の2日間でした。日光沢の宿も二人だけで、男女風呂露天4種の温泉に癒やされました。
564	個人山行	ハイキン グ		南アルプ ス	北岳～間ノ岳	7/8	7/10	7/7愛甲石田=15:00芦安駐車場 民宿(泊) 7/8 7:10芦安駐車場(乗合タクシー)=広河原…白根御池小屋分岐…白根御池小屋…(草スベリコース)…小太郎尾根分岐…14:45北岳肩ノ小屋 7/9 6:0 0小屋…7:00北岳山頂…吊尾根分岐…北岳山荘(休業)…中白根岳…10:15間ノ岳…(往路を戻る)…北岳肩ノ小屋(泊)7/10 6:00小屋…小太郎尾根分岐…(草スベリ)…白根御池小屋…白根御池小屋分岐…広河原11:45=(タクシー)=芦安駐車場=(温泉入浴)=17:00海老名駅解散	・市営芦安駐車場発広河原行きバス(5:15/5:30/7:50)・温泉民宿よしみ0552-88-2235(宿泊り83,800-税込)・北岳肩ノ小屋(2泊4食) 090-4606-0068(最優先番号)/080-9524-5262
565	都連山行	ハイキン グ		関西	野坂山	7/8	7/10	7/8練馬駅13:00=21:10滋賀県立比良山岳センター(幕営) 7/9山岳センターで全国連盟自然保護講座に参加(山岳センター 泊) 7/10山岳センター=野坂山登山口…10:40野坂山風力発電所計画地…12:40登山口=山岳センター=栗野駅	ブナの巨木などが生えた中を歩く。風力発電施設建設予定地には、高さ50mの風力観測塔が建設されていた。付近は裸地化され、周辺には伐採された樹木が横たわっていた。
566	個人山行	ハイキン グ		中央沿線	要害山	7/9	7/9	成瀬7:27=町田=八王子=上野原=バス=尾籠9:25…尾籠山…美成山…コロシロ山…風の神…12:00要害山…鏡渡橋…13:13新井=バス=上野原13:34=高尾=八王子=町田	樹林帯の中で風もあり山行中は涼しく下山時1名の方と会うだけの静かな山行でした。残念ながら富士山を見ることはできませんでした。
567	個人山行	ハイキン グ		大菩薩	大菩薩嶺	7/9	7/9	町田発6:20=愛川IC=勝沼IC=上日川峠10:00…福ちゃん山荘…唐松尾根…雷岩…大菩薩嶺12:00…大菩薩峠…石丸峠…上日川峠15:30=勝沼IC=愛川IC=町田18:30	・曇天の下、気温も低く涼しい山歩きが出来た。大勢の登山者が駐車場は混雑していた。霧で富士山は観られず。
568	個人山行	ハイキン グ		上信越	霧ヶ峰	7/9	7/9	町田4:00=中央道=車山高原駐車場8:30…車山乗越…10:00車山山頂…車山乗越…南の耳…北の耳…奥霧小屋…車山乗越…15:30車山高原駐車場=中央道=20:00町田	車山周辺はニコウキスゲが満開でした。観光客も多く夏にスキーリフトが賑わっているのが不思議な光景でした
569	個人山行	ハイキン グ		南アルプ ス	北岳(肩の小屋)	7/9	7/10	7/9自宅(車)6:30 = 芦安駐車場 = 広河原(1592m) = 12:30白根御池小屋(泊) 7/10白根御池小屋(2226m) 5:30 …草スベリ…小太郎尾根分岐…2890m …8:30肩の小屋(3000m) …白根御池小屋…広河原 = 13:50芦安駐車場 = 自宅	夏の縦走をにらんでのトレーニングは、気ままに現れる雨雲にも遊ばれて、不完全燃焼。標高1592mの広河原から3000mの肩の小屋まで花を楽しみながら回復し、予定を1日切り上げて終了した。
570	個人山行	ハイキン グ		上越	高妻山	7/9	7/9	戸隠キャンプ場5:00発…不動避難小屋…五地藏山…11:45高妻山…弥勒尾根経由15:40戸隠キャンプ場泊	高妻山登山は長く厳しいときいていましたが、五地藏からの急登がきつク時間がかかりました。下りは滑らない様にゆっくりと下山しました。長い時間かかりましたが、無事に帰って安堵いたしました。
571	会山行	ハイキン グ	グラウス 登山学校	八ヶ岳	東天狗岳縦走	7/9	7/10	7/9JR町田6:05=八王子=茅野駅=ジャンボタクシー(9人乗り) 湯の湯途中工事の為少し手前で下車 10:20出発…分岐…14:20黒百合平ヒュッテ<テント設置 泊>7/10テン場5:30発…中山峠…7:30東天狗…根石岳…夏沢峠…硫黄岳…赤岩ノ頂…赤岳鉱泉…堰堤広場…美濃戸山荘…16:20美濃戸口=タクシー利用=茅野駅(解散)	心配していた天候も如何にか晴れとは言えないが実施できた。夜中に雨が降りテントもびしょりと濡れ重くなった荷物を背負って全員戻る時間。コロナ感染で体力も衰えているにも関わらず多く時間を要したが、計画通り縦走できたことを嬉しく思います。根石小屋付近ではコマクサが多く咲いているのを観る事ができた。

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
572	個人山行	ハイキング		富士・御坂	三方分山	7/10	7/10	町田駅6:00=県宮精進湖駐車場…精進峠…10:20三方分山…精進湖…13:40県宮精進湖駐車場=町田駅(解散)	精進峠まではひたすら登り、歩き出しこそ風がありました。虫が多く今季初! 虫刺されの洗礼をうけました。
573	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	小下沢	7/10	7/10	相原9:00=日影林道口P…小下沢林道…小下沢入溪…小下沢…景信山小下沢登山口…堰堤…林道…小下沢登山口(再入溪・沢下降)…富士見台分岐…日影林道口P13:20=相原	朝方まで降雨があったので、出発を遅らせて入溪。暑い一日だったが、涼を求めてファミリーからガイドツアーまで多くのグループが沢歩きを楽しんでいた。景信山に至る小下沢登山口と交差する2kmについては、高低差も少なく、滝もないので沢歩き初級者向きであるが、一部小下沢林道の護岸工事につき、工事実施日は林道・沢とも通行できない可能性あり。
574	ハイキング企画部山行	ハイキング	②スケッチハイク	北アルプス	梅池高原・天狗原	7/10	4/11	7/10八王子8:33=白馬 白馬駅バス12:10=梅池高原 梅池ゴンドラ ロープウェイ 自然園駅 山荘…ミズバショウ園…ワタスゲ園…ワタスゲ展望湿原…浮島湿原…16:30山荘 7/11山荘8:00 天狗原9:40・梅池平 ゴンドラ バス13:16 白馬=あずさ 帰京	天気に恵まれミズバショウをはじめ白山フワロ一等鏡など沢山のお花に会えて感動しました。また時々白馬三山がすがたをみせてくれました。天狗原も雪渓が少なかったので行くことができました
575	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	小仏城山	7/11	7/11	成瀬=相模湖駅=大垂水BS9:05…10:15小仏城山…小仏峠…11:30小仏BS=高尾駅=成瀬	ひと汗かいた後の冷たいビールは格別です。
576	個人山行	ハイキング		南アルプス前衛	入笠山	7/11	7/11	町田=八王子=富士見駅10:00(シャトルバス)=ゴンドラ山麓駅=ゴンドラ山頂駅…入笠湿原…花畑(入笠山登山口)…12:30入笠山…山頂駅前広場(山ヨガ)…ゴンドラ山頂駅=ゴンドラ山麓駅(シャトルバス)=15:10富士見駅=八王子=町田	施設の利用に関係なくシャトルバスは無料ですが、会話は禁止。ゴンドラ往復券購入で、入笠に咲く花(カラー50頁)散策ガイドブックと富士見町内当日使用限300円引換券を各自頂き、有難く利用しました。クワイソウ、アヤメ、ノハナショウブ、ヤナギラン、濃い色で美しいノアザミ等、たくさんのお花を愛で、山頂駅前の広場では山ヨガを楽しんでました。
577	個人山行	ハイキング		北海道	雌阿寒岳・斜里岳・羅臼岳	7/12	7/15	7/12羽田空港JAL565便7:00=女満別空港(道内移動レンタカー)=雌阿寒温泉登山口…14:00雌阿寒岳…往路を戻る…16:00雌阿寒温泉登山口=斜里町 来運水の学校 7/13宿5:30=清岳荘P…下二股…上二股…馬の背…10:50斜里岳…上二股…能見峠…下二股…15:10清岳荘P=斜里温泉 湯元館 7/14宿4:40=岩尾別温泉P…弥三吉峠…羅臼平…12:05羅臼岳…(往路を戻る)…17:15岩尾別温泉P=斜里温泉 湯元館 7/15宿=知床 網走観光=女満別空港AIR0080便=21:25羽田空港(解散)	雌阿寒岳は残念ながら、山頂は霧と風で早々に退散しました。斜里岳は旧道の渡渉(沢登に近い箇所もあり)を気を付けました。馬の背から山頂までは、遠景は望みませんでした。近くの山だけ見えました。羅臼岳はただただ山頂まで遠く時間がかりました。登りの途中で登山道にヒグマがいて、私たちの前を歩いていていた方は遭遇してかなり驚いていました。私たちは林の中の背中しか見えませんでした。良いお天気になりました。山頂から全てではありませんが景色を楽しみました。
578	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	7/13	7/13	鶴巻温泉駅北口7:55…浅間山…13:10大山…阿夫利神社下社…大山ケーブルバス停…15:10伊勢原駅	雨上がりで湿度が高くヤマビルが大量発生していた。持参したヒル除けスプレーは、ノズルポンプが故障していて靴に均等に散布できなかった。靴・ズボンから這い上がるルに苦慮しながらも、互いに服装チェックしながら全行程を無事に終了した。大山山頂で確認した結果、全員数か所の出血跡があった。下山は見晴台を経由するコースを止め、往路を戻り阿夫利神社下社へ女坂と下った。
579	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	車山	7/17	7/17	自宅(車) 7:00=八島駐車場…鎌が池…物見岩…蝶々深山…10:30車山…車山肩…ヒュッテ御射山…12:40八島駐車場=自宅	スタート後は「ボツボツ」の雨はまもなく「ザー」に変わったので、車山までショートカットをとった。午前7時40分まで八島駐車場は満車になっており、車山肩の駐車場も、昼過ぎまで長い行列の車が並んでいた。
580	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	7/17	7/17	渋沢7:35=大倉…見晴茶室…11:30花立…14:30大倉=渋沢	登り始めから花立山荘まで雨が時々降り、湿度100%汗が乾かずコースタイムより遅い歩行となった。
581	個人山行	ハイキング		奥秩父	金峰山	7/17	7/17	自宅24:00=瑞峰山荘駐車場5:50…富士見平小屋…大日小屋…10:25金峰山…大日小屋…富士見平小屋…14:45瑞峰山荘駐車場	前日の豪雨にも関わらず富士見平小屋にはテントが張られていた。あいにくのガス様態であったが残り僅かのシャクナゲがはいわてくれた。
582	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	車山	7/17	7/17	自宅4:00=八島湿原P7:15…蝶々深山…車山乗越…車山肩…12:00P=自宅	天気は良くなかったが、ニコウキスゲをはじめ、沢山のお花に出会うことができ進まなかった。Sさんの息子さん(働いていた、コルボックルヒュッテは、とても混んでいたがオススメの美味しいコーヒー・ボルシチを味わえた。やはり、花より団子だ。
583	個人山行	ハイキング		中央沿線	達沢山	7/17	7/17	橋本=6:37笹子…笹子雁ヶ腹摺山…カヤノピラの頭…13:50達沢山…(道不明瞭)…旭山…18:50桃の里温泉(タクシー)勝沼=橋本	雨上がりの連休中日に夏山の足慣らしに行ってきました。笹子峠以南の破線尾根は静かで快適。達沢山を越えると、道はほぼ埋もれ、倒木群の中での地図読みとルートファインディングが求められ、とても楽しく(辛く)歩きました。
584	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	倉岳山	7/17	7/17	成瀬6:01=町田=八王子=鳥沢7:30…貯水池…穴路峠…高畑山…12:20倉岳山…立野峠…登山口…梁川=高尾=八王子=16:47町田	朝方小雨に降られましたが雨具を着る程ではありませんでした。また残念ながら富士山には見えませんでした。
585	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	権現山・編笠山	7/17	7/18	7/17橋本駅北口06:25=(中央高速道等)=観音平…雲海展望台…押手川…青年小屋…編笠山…18:20青年小屋(泊) 7/18青年小屋04:35…06:20権現岳…青年小屋…押手川…雲海展望台…観音平=(中央高速等)=19:25橋本駅北口(解散)	・富士山や南アルプス、八ヶ岳周囲の山々の眺望が素晴らしい。・コオニユリやハクサンシャクナゲなどの花々を見ることができた。・3連休のせいか往路の渋滞と降雨あり、初日権現岳往復・2日目編笠山往復だった予定を組み替えた。
586	個人山行	ハイキング		南アルプス	鳳凰三山	7/17	7/19	7/17JR町田駅発6:47=八王子あずさ1号=韭崎8:36着韭崎発8:40(9分)=御座石温泉…鳳凰小屋18:00着 7/18小屋6:50…地藏岳…観音岳…栗師岳…南御室小屋15時着(薬治) 7/19小屋7:00…杜立峠…大崖頭山…夜叉神峠…夜叉神神の森着12:00神の森発12:41=甲府13:50着=八王子=町田 15:30	17日は、雨の中の歩きでしたが、18日は、晴れてビューポイントの鳳凰三山は見事に目に焼き付けられてラッキーでした。19日は終日雨の中の歩行となり、行程は予定通り夜叉神の森発バスに乗り帰路に着きました。鳳凰三山エリアにしか観られない「タカネピランジ」の可憐なお花に逢えました。

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
587	個人山行	ハイキング		北海道	羊蹄山・ニセコ	7/17	7/20	7/17 羽田9:00 (JAL507) 出発=新千歳空港 =レンタカー借り出=15:30真狩山泊 7/18 7:40真狩山=真狩登山口→羊蹄山14:00→真狩登山口=18:00真狩山泊 7/19真狩山7:30→神仙沼レストハウスP →長沼→ピナスの丘→チセヌプリ→ピナスの丘→15:00レストハウス→ワフ・ニセコ・リゾート・タワーズ泊 7/20 ワン・ニセコ・リゾート・タワーズ7:00=五色温泉登山口→イオナスプリ→五色温泉登山口=新千歳空港18:05 (JAL522) =羽田19:40	*山行途中で、雨には降られることはなかったが、霧が立ち込む時間が長く、見晴らしは悪かった。それでも雲の切れ間から見える山の景色は、内地と違いスケールが大きく、感動モノでした。*地図を見て山行計画を立てていたが、足元が悪いため、山行時間は昭文社の時間よりかなり伸びた。道は険しくなかなかなかよかった。
588	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山	7/17	7/17	町田駅6:18=藤野駅7:30→イタドリ沢の頭→矢ノ音→明王峠→11:30陣馬山→ノ尾尾根→陣馬山登山口→14:00藤野駅=まちだ	陣馬山へ向う初めてのコース。猛暑の中、谷から吹きあげてくる風が心地よかった。お手製の道標に「虎杖沢の頭や虎杖沢コース」等書かれていたが難しく読める人がいるだろうか？カクタ仮名表記に納得した。ロープはあったが一所滑りやすい所があった
589	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	草戸山	7/18	7/18	長津田8:35=橋本=青少年センター入口BS→草戸峠→草戸山10:40→11:15大戸BS=相原=長津田	
590	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	赤岳 (行者小屋)	7/18	7/18	自宅 (車) 5:00 = 八ヶ岳山荘 (1502m) 駐車場6:30 → (南沢) → 美濃戸口 → 10:00行者小屋 (2340m) → (南沢) → 美濃戸口 (1760m) → 14:30 八ヶ岳山荘駐車場 (車) = 自宅	八ヶ岳山荘駐車場への到着が大幅に遅れたのと、美濃戸口近くに駐車できなかったことから、計画した時間が大幅にずれて下山が遅くなりそうだったので、後継にあがるのは次回と決めて行者小屋でまったりしてから南沢ぞいの林を戻った。
591	個人山行	ハイキング		奥多摩	御岳山、日の出山	7/18	7/18	小田急相模原5:41=町田=八王子(中央線特快東京行)=立川(青梅線)=青梅=古里→大塚山→11:00御岳山→11:50日の出山→日の出山登山口→13:25つるつる温泉	古里駅から大塚山までは暑い中、登り一辺倒で大汗、こまめな水分補給を心掛けた。つるつる温泉はその名の通りつるつるの美肌効果抜群だった。つるつる温泉→武蔵五日市駅へは機関車型バスに乗ることが出来、楽しめた。(内装がとてもしゃべり)
592	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	7/18	7/18	鶴川6:54登=高尾山口→1号路→3号路→10:00山頂→6号路→高尾山口11:30=鶴川	ヤマユリ早くも満開。足元にはヤブコウジが可愛らしい。
593	個人山行	ハイキング		富士・御坂	三ッ峠	7/18	7/18	町田バスセンター=河口湖駅=三ッ峠登山口9:40→四季楽園→12:30三ッ峠→三ッ峠山荘→母の白滝→河口浅間神社→14:35河口局前BS=河口湖駅=町田	雲の移動が速く雪のない富士山がでたり入ったりしていた。
594	個人山行	ハイキング		富士・御坂	黒岳～破風山	7/18	7/18	橋本駅ロータリー6:00集合出発=相模原IC=ノ宮御坂IC=すずらんの里駐車場→遊ヶ岳登山口→黒岳登山口→9:00黒岳→すずらん峠→10:30破風山→新道峠(展望台→富士山ツインデラス)→中藤山→新道峠→13:40駐車場	何年も前から新道峠からの御坂山のプチ縦走を計画していたが 昨年「富士山ツインデラス」と言う展望台が完成したので新しい新道峠の観光スポットを訪れた。
595	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	7/18	7/18	町田0602=渋沢=大倉→1105塔ノ岳→1500大倉=渋沢=町田	久しぶりの登山。渋沢始発のバスは臨時が出た。花立のゆずのはちみつ漬げがたくさん入ったゆず茶が疲れた体にしみた。
596	個人山行	ハイキング		大菩薩	大菩薩嶺	7/18	7/18	相原駅6:23=八王子駅=甲斐大和駅=上日川峠8:45→雷岩→大菩薩嶺10:15→雷岩→石丸峠→牛ノ尾ノ雁ヶ腹擦山→14:50すずらん昆虫館=甲斐大和駅	汗をかいて稜線に出ると大菩薩湖から吹き上がる風がとて涼しく、日陰で休んでいると肌寒く感じるほどだった。近場で思わぬ避暑気分。
597	個人山行	ハイキング		奥秩父	二子山	7/20	7/20	町田6:10=園中央道・関越道・花園IC=西関東連絡道、国道140、県道37、国道299→9:20倉尾登山口→股峠10:00→東岳→股峠→(上級コース)→12:15二子山西岳(二等三角点)→ローソク岩→股峠分岐→14:20登山口=(往路を戻る)=町田解散	西岳山頂からは、両神山の素晴らしい山容が眺められ、岩登りの怖さをしばしば忘れる思いでした。
598	個人山行	ハイキング		北アルプス	乗鞍岳	7/20	7/21	7/20愛甲石田駅6:40=松本IC=乗鞍高原→(乗鞍高原散策)=三本滝散策16:00=山栄荘(泊) 7/21宿=乗鞍観光センター7:00=壘平(2700m)→(お花畑散策)→肩の小屋→剣が峰11:00→(往路を戻る)→壘平バス停13:05=14:00乗鞍観光センター=(入浴)=松本IC=愛甲石田駅(解散)	壘平からはクロユリ・チンゲンマ・コマクサ・イワギキョウ等高山植物の競演、周辺の雄大な峰々・残雪・火口湖を眺め、天候に恵まれて満足の2日間だった。ホシガラスは何度も見られたがワイチョウに出会えなかったのが残念。乗鞍高原・ワラビ平周辺は気持ちよく散策、三本滝は見応えがあり素晴らしい。
599	個人山行	ハイキング		大菩薩	鶴ヶ鳥屋山	7/21	7/21	笹子駅7:33→宝越え→鶴ヶ鳥屋山11:40→恩六五十石標→唐沢橋→初狩駅14:50=高尾	
600	個人山行	ハイキング		奥多摩	笹尾根	7/21	7/21	町田0647=八王子=立川=武蔵五日市=上川乗→浅間峠→笹吹峠→敷馬峠→1440坪の平BS=武蔵五日市=立川=八王子=町田	笹尾根の残り部分を歩いた。少しひんやりとした空気が流れる中、誰にも会わない静かな山を楽しめた。昭文社地図には出していない敷馬の湯へ30分で直接降りるという分岐があった。トータルは+5分程度か。
601	個人山行	ハイキング		北アルプス	上高地・岳沢	7/22	7/24	7/22 23:00都庁BT= 7/23 5:20上高地バスターミナル →小梨平→岳沢登山口→12:05岳沢→岳沢登山口14:40→小梨平(幕寄) 7/24小梨平8:30→明神→小梨平→上高地バスターミナル=町田18:48着	小屋見峠上の崩壊は止まっていたが、整備されて通りやすくなった。小屋の皆さんに感謝、手のひらをブヨブヨに刺されたので、持っていたポイズンリムーバーを使ってみた。軽く済んだ気がする。
602	個人山行	ハイキング		九州	宮之浦岳	7/22	7/24	7/22羽田8:10=(JAL643)=鹿児島=(JAL3745)=屋久島空港=(タクシー)=淀川登山口15:15→16:00淀川小屋(泊) 7/23淀川小屋4:55→花之江河→宮之浦岳9:45→永田岳→14:10新高塚小屋(泊) 7/24新高塚小屋4:55→縄文杉→楠川分れ→大鼓岩→白谷雲水峡BS=(バス)=宮之浦=空港 (JAL3750)=鹿児島=(JAL652)=20:50羽田=長津田	白谷雲水峡を除いて、山中は登山者も少なく、静かな山行を満喫。屋久島の変化にとんだ自然に身をゆたねてきました。
603	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	南高尾山稜	7/23	7/23	JR洲野辺駅8:10 = 城山湖 → 11:00コンピラ山:昼食 → 11:40コンピラ山→14:00 城山湖 → 14:30 洲野辺駅着	真夏日だったが、山中は、樹木に囲まれ涼しい山歩きができた。平坦なコースで、時々、山百合が咲いていた。途中でベンチに座って見下ろした、津久井湖がステキでした。

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
604	個人山行	ハイキン グ		奥多摩	御岳山	7/23	7/23	町田5:55=武蔵五日市駅=(タクシー)大岳鍾乳洞入口 …高岩山…芥場峠…ロックガーデン…長尾平…ビジター センター…大塚山…17:00古里駅 解散	30度を超える猛暑でしたので、給水回数を多く取ったこと、歩くペースも遅くした事で時間がかかりました。登りのサルガ尾根では一人、下りの丹三郎尾根では誰にも会わず、静かな山歩きを楽しみました。
605	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	日光・那 須	戦場ヶ原へ切込湖	7/23	7/24	7/23東武日光9:45=湯元温泉…湯滝…小田代橋…小田 代原…熊窪…赤岩… 竜頭ノ滝バス停…17:30昌 藩ヶ浜キャンプ村(テント泊) 7/24昌藩ヶ浜キャンプ 村7:20…竜頭の滝=湯元温泉…小峠…10:40刈込湖 …瀧沼…山王峠…13:50光徳温泉・日光アストリアホ テル=東武日光	湯ノ湖、中禅寺湖、刈込湖の湖畔を巡るコースは、初夏の奥日光を満喫できるコースです。今回は戦場ヶ原の自然研究路が工事で一部交通止めのためエスケープルートとして使った、小田代原から高山を越え中禅寺湖畔に抜けるルートは途中ダケカンパの林を通し高原のハイキング気分を味わえました。
606	個人山行	ハイキン グ		上越	越後駒ヶ岳	7/23	7/24	7/23浦佐駅(バス)13:40=14:35白岩バス停=民宿樹山 里 7/24宿4:00=枝折峠…道行山…小倉山…百草ノ 池…駒ノ小屋…9:30越後駒ヶ岳…駒ノ小屋…往路 を戻る…枝折峠=宿=銀山平=18:30浦佐駅(解散)	早朝に出発したので山頂までは快適に歩きましたが、どんだん日差しが強くなったので、休憩をとりながらゆっくりと下山しました。頂上直下の登山道は、夏道が現れ雪渓を通ることはありませんでした。
607	個人山行	ハイキン グ		八ヶ岳	ニュー	7/23	7/24	7/23 5:00自宅=(自家用車)=白駒の池入口駐車場… 青苔荘(テント設営)…12:50 ニュウ… 中山峠… 黒百合ヒュッテ… 高見石… 18:25 青苔荘テント場 (テント泊) 7/24 7:00青苔荘テント場(テント撤収 後)…7:30 白駒荘…白駒の池入口駐車場=(自家用 車)=北八ヶ岳ロープウェイ山麓駅=山頂駅…坪庭 散策…10:10 山頂駅=山麓駅=(自家用車)= 17:00自宅	風が無く気温も暑くも寒くもないさわやかな登山日和でした。ニュウ登頂の頃には雲が出てきて、残念ながら絶景は見えず。また、蒼生チヨウグサで水のため道が続き歩きにくかった。標高が高いので息が上がらずコースタイムが予定より多くかかった。翌日の坪庭はすっきりと晴れて最高の八ヶ岳の風景を楽しめた。
608	個人山行	ハイキン グ		奥秩父	大菩薩嶺	7/23	7/23	町田駅6:05=八王子駅=甲斐大和駅=(タクシー)=福 ちゃん荘8:43…雷岩…9:57大菩薩嶺…雷岩…大菩薩峠 (昼食)…大菩薩峠…牛奥ノ雁ノ腹褶山…15:15すずらん 昆虫館=甲斐大和駅	午前中は天気もまあまあで、涼しい中歩くことができた。大菩薩嶺(雷岩)から大菩薩峠にかけてトンガが多く飛んでいて、早くも秋を感じた。コースの後半(石丸峠～牛奥ノ雁ノ腹褶山～すずらん昆虫館)は、道標が壊れていたたり、朽ち落ちていたり、さらに道も荒れているところがあり歩きにくかった。
609	個人山行	ハイキン グ		南アルプ ス	光岳	7/23	7/25	7/23 10:30愛甲石田駅日高屋前=15:00松川IC=16:00 飯田周辺(泊) 7/24 3:00宿泊先=6:00芝沢ゲート(車 デポ)…8:00易老度…13:30易老岳(2254.5m)…静高平 (水場)…16:45光岳小屋(幕) 7/25 6:00テン 場…7:00光岳往復…8:00テン場…11:00易老岳… 14:00易老度…15:45芝沢ゲート=(入浴)=22:00平塚= 11:00桜ヶ丘解散	易老度登山口から易老岳への登りは、ただきつく苦しいに終始してしまふ(標高差2,200mを登る)。納得して登るには、深田久弥さんがここを何故日本百名山に選ばれたのか十分理解しておく必要がある。
610	個人山行	ハイキン グ		北アルプ ス	乗鞍岳	7/24	7/24	自宅(車)4:30=乗鞍観光センター(バス)=畳平 (2701m)…肩の小屋…巖玉岳…10:00剣が峰(3026m) …(往路を戻る)…畳平バス停(バス)=13:00乗鞍観 光センター(車)=自宅	久しぶりの乗鞍岳で一気に標高をあげたところ、頭痛がし始めた。ダイヤモンドで復活したがやはり前泊は大切だ。
611	個人山行	ハイキン グ		奥多摩	三頭山	7/24	7/24	成瀬駅7:15=上野原駅=鶴峠BS…ハイマゼ尾根…神楽 入ノ峰…12:50三頭山…ムシカリ峠…大滝休憩小屋… 14:20郡民の森BS	鶴峠からの登山口がちよっとわかりづらい。ハイマゼ尾根は静かだが、眺望は良くない。
612	個人山行	ハイキン グ		奥秩父	甲武信ヶ岳	7/24	7/25	7/24鶴川04:30=(中央道)=長坂IC=毛木平…ナメ滝 …水源池標…11:55甲武信ヶ岳…甲武信小屋…木賊山… 14:25甲武信小屋(テント泊) 7/25甲武信小屋05:15… 05:30甲武信ヶ岳…三宝山…大山…十文字小屋…毛木平 =長坂IC=(中央道)=16:00鶴川	晴天に恵まれた甲武信ヶ岳。毛木平駐車場の周囲コースを選んだがテント装備の重量に急坂、岩稜、鎖場が苦しめられる。しかし、日本百名山に数えられている名峰は、テント泊翌日に山頂からパノラマ展望を与えてくれた。
613	個人山行	ハイキン グ		南アルプ ス	北岳	7/24	7/26	7/24町田駅22:30=1:30芦安駐車場(仮眠) 7/25 5:00(集合場所)=6:00広河原6:10…白根御池小屋 9:10(昼べり)…14:45肩の小屋(泊) 7/26肩の小屋 4:50…北岳5:30…6:30肩の小屋7:30(右仮泊)…白根 御池10:10…11:50広河原登山口…11:50広河原 BS12:00=13:10芦安駐車場 = 甲府駅解散15:00	両日とも天気が保ち、北岳頂上からの中央アルプス・北アルプス・仙丈岳・甲斐駒ヶ岳・鳳凰三山の展望は最高でした。残念ながら富士山は拝みず。また、右俣コースでは、高山植物が咲き乱れて見事なものでした。小さな黄色い花のお花畑に、下りで疲れた身体が癒やされました。当初の計画は、間ノ岳・農鳥岳にも登頂予定でしたが、天候が崩れる予報から同行者の体調を考えて二日短縮しての下山となりました。天空の後継歩きは、次のお楽しみです。
614	個人山行	ハイキン グ		北アルプ ス	徳高岳	7/24	7/27	7/24 5:51発=新宿6:26着 新宿バスタ7:15発=上高地 12:02上高地(12:30)…(15:00)岳沢小屋 7/25岳沢小屋 (5:00)…(8:30)前穂高岳…(10:30)奥穂高岳… (11:30) 穂高岳山荘 7/26穂高岳山荘(5:00)…瀧沢岳 …(8:30)北穂高岳…(15:00)横尾山荘 7/27横尾山荘 (7:00)…(10:00)上高地バスターミナル=新島ヶ々=松本 =町田	登山客があまり入っていないので停滞時間が取られる事がなくスムーズに渡る事ができた。私たちの後から来たグループは険しい登山道で諦めて引き返したようだった。コロナで瀧沢ヒュッテがいきなり閉鎖入山後なので小屋を飛ばして横尾山荘まで行く。
615	個人山行	岩登り	岩登り	奥秩父	小川山	7/24	7/25	大谷自宅5:30=9:30廻目駐車場…終日クライミング …15:00廻目平(幕)	1日目:屋根岩2峰南稜2日目:スラブ状岩壁
616	個人山行	ハイキン グ		奥多摩	浅間嶺	7/25	7/25	海老名駅6:21=八王子=武蔵五日市駅=上川乗…11: 00浅間嶺…時坂峠…弘沢の滝入口13:57=武蔵五日市	暑い日が続いているが、山の中は微風がありさわやかに歩けた。
617	個人山行	ハイキン グ		陣馬・高 尾	小仏城山	7/25	7/25	町田=高尾山口7:15…6号路…高尾山…9:50小仏城山… 11:20小仏バス停=町田	
618	個人山行	ハイキン グ		日光・那 須	石裂山・月山	7/25	7/25	愛甲石田駅6:30=厚木西IC=鹿沼IC=加藤山神社・駐 車場9:40…休憩所…中の宮…東剣ノ峰…石裂山13:20…月 山13:30…休憩所…駐車場15:40=鹿沼IC=愛甲石田駅	蒸し暑い一日だったが時折折越しに吹く風が気持ち良く、立ち止まって英気を養った。登山道の足元、岩壁にイワウチワ、タマアジサイが咲き、疲れを癒された。長いハンゴや岩後ほどこも濡れて滑りやすくなっていて要注意。

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
619	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山	7/25	7/25	藤野駅7:26…イトドリ沢の頭…矢ノ音…明王峠…13:15陣馬山…山口…14:50バス停＝高尾駅（解散：）	静かな登山道。行きかう登山者は少なかった。久しぶりに大汗をかいた。気温が高かった事を考慮し下山道に近い道に変更した。
620	自然保護部山行	ハイキング		奥多摩	御嶽山から日出山	7/25	7/25	御嶽駅8:20 バス＝ケーブル下＝御嶽山9:30…御嶽山…長尾平10:00七代の滝10:30…ロックガーデン…綾広の滝…長尾平…12:40日出山…15:10鶴鶴温泉バス＝武蔵五日市 解散	岩たばこの花は七代の滝で多く見られました。猛暑の中休みを多くし水分補給に気を付けました。沢沿いは 暑さをわすれ気持ち良いハイキングを楽しむことができました
621	個人山行	ハイキング		南アルプス前衛	入笠山・法華道	7/25	7/25	頂町田駅4:55＝八王子＝大月＝甲府＝富士見駅＝富士見パノラマスキー場＝ゴンドラ山頂駅9:00…9:30御所平峠…高見岩…高座岩…テイ沢入口…大阿原温泉…仏平峠…ゴンドラ山頂駅…麓15:40＝富士見駅16:58＝八王子駅＝20:23町田駅	マナスル山荘地で御所平峠の確認をしましたが、標識はありませんでした。今回の企画は資料が少なく、知人の情報（地形図に情報を記入）のみで行動しました。高座岩からテイ沢ルート、又渡渉地点を間違えたため時間がかかりました（踏み跡、赤布が複数ありそれに引き込まれました）。大阿原温泉からのコースでは間違えることはないと感じました。緊張感を感じただけ楽しめました
622	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	横岳	7/25	7/26	7/25成瀬7:21＝7:52八王子8:02＝あずさ3号＝9:52茅野10:20＝11:23山麓駅＝山頂駅12:00…坪庭…14:00山頂駅＝山麓駅14:55＝15:15宿 7/26宿9:00…蓼科湖11:00＝茅野12:39＝八王子＝15:07成瀬	天候に恵まれ周りの山々の展望で楽しめました。
623	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	西岳	7/25	7/25	小田急相模原6:30＝相模原愛川IC＝小淵沢IC＝八ヶ岳高原ライン＝富士見高原スキー場/ゴルフ場駐車場9:10…9:50不動清水…12:40西岳13:10…15:00不動清水…15:50駐車場＝小田急相模原	不動清水からは緩やかな樹林帯の登山道で高度を稼げない。標高2300で一旦岩交じりの登山道になりお花と展望を楽しめました。山頂からは八ヶ岳連峰を目前に望めます。
624	個人山行	ハイキング		南アルプス	甲斐駒ヶ岳	7/27	7/29	7/27橋本8:30＝11:30仙流荘12:10＝13:05北沢峠 これもれび山荘泊 7/28宿5:30…7:35双尾山8:05…9:00駒津峠9:20…9:45六方石10:10…10:55摩利支天11:00…11:40甲斐駒ヶ岳12:00…駒津峠14:00…仙水峠15:35…仙水小屋16:30…17:15 宿泊 7/29宿6:45北沢峠バス7:20＝8:00仙流荘	・宿のご主人の予報で「午前中は天気が続つたらうから、なるべく午前中に登頂し、雷がなつたらなるべく早く樹林帯に入り、登頂は諦めてください」の通り。午前中は青空も見え、風風山や北岳を見ることができました。夕方雷が鳴った。・ざれた道は滑りやすく、登りにも下山にも時間がかった。・メンバーの体調を考え、次の日、仙丈ヶ岳は行かないで、道の駅、温泉、お蕎麦で帰った。
625	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	草戸山	7/27	7/27	橋本9:00＝（車）＝9:30町田青少年センター10:00…草戸峠11:00…草戸山12:00…12:30町田青少年センター13:00＝13:30橋本解散	
626	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	百蔵山	7/28	7/28	猿橋7:15＝戸並入口7:40…百蔵山9:20…宮谷分岐10:40…扇山11:25…梨木平12:00…鳥沢13:30＝高尾	夕方から雨の予報があり早目の帰宅にした。扇山への登りは結構きつかった。
627	個人山行	ハイキング		北海道	恵山・海向山	7/28	7/28	恵風登山口8:30…（十三曲がりコース）…10:15恵山…火口原駐車場…火口原駐車場…（恵山登山道）…12:20恵山登山口バス停＝五稜郭	日差しが強く気温が上昇したため海向山コースを控え恵山登山のみとした
628	個人山行	ハイキング		北アルプス	大日岳	7/29	7/31	7/29小田急相模原6:28＝6:37町田6:47＝7:14八王子7:29＝9:38松本9:55＝10:54信濃大町11:35＝12:15扇沢＝13:30室堂…14:10雷鳥荘 7/30雷鳥荘4:25…新室堂乗越5:20…5:36室堂乗越5:45…7:25大日岳7:50…10:15大日小屋10:55…11:17大日岳11:50…12:05大日小屋 7/31大日小屋6:00…8:35大日平山荘8:45…9:35牛首…10:00猿ヶ場10:10…10:55大日岳登山道入り口…11:10称名滝見学…称名滝バス停13:10＝13:25立山駅14:04＝15:13富山駅＝帰宅	室堂～大日岳の登山道はチングルマとイワカガミの大群落、キヌガサソウ、コバイケイソウがたくさん咲いており堪能した。天気予報が午後早い時間帯に夕立を予測していたので、出発時間を1.5時間早めた。途中薬師岳に巨大な雲が立ち上がるのが見え、12時ごろから雨模様、13時から夕刻まで土砂降りの雨だったので、12時小屋入りに計画変更したのは大正解。夏は早出早入りも基本であることを再確認した。大日小屋～称名滝は前日の雨で濡れたゴロゴロした岩の連続、その後濡れた木道でスリッパに気を使いながら降りた。思いの外ハードだった。
629	個人山行	ハイキング		北アルプス	蝶ヶ岳・常念岳	7/29	7/31	7/29橋本駅北口06:15＝（中央高速道等）＝09:45三股10:00…まめうちだいら12:15…15:50蝶ヶ岳・蝶ヶ岳ヒュッテ（テント泊） 7/30蝶ヶ岳ヒュッテ05:40…蝶ヶ岳06:10…10:50常念岳11:25…12:40常念乗越（テント泊）7/31常念乗越04:25…三ツ股分岐06:14…前常念岳07:40…12:40三股13:00＝（中央高速等）＝19:50町田（解散）	・3日間とも天候に恵まれ、富士山・日本アルプス・八ヶ岳の山々等、特に蝶ヶ岳と徳高連峰の眺望が素晴らしかった。・宿泊した蝶ヶ岳ヒュッテと常念乗越のキャンプ場は後線にあるため眺望が良く、予約不要で飲用水販売・昼食販売・コンセント利用可（スマホ充電可）等あり、快適・便利です。何日でも過ごしたいと思いました。
630	個人山行	ハイキング		北アルプス	梅海新道	7/29	8/2	7/29松本前泊 7/30松本5:56＝白馬8:35＝9:02猿倉…10:00白馬尻…12:30岩室跡…（雨）…14:35頂上宿舎7/31頂上宿舎4:20…4:55白馬岳…8:20雪倉岳…11:00水平道分岐…12:40朝日小屋 8/1朝日小屋4:45…5:45朝日岳…8:00アヤマ平…10:20黒岩山…11:50サワガン山…13:15北俣の水場…15:20梅海山荘 8/2梅海山荘4:30…6:40菊石山…10:00白鳥山…11:40シキ割の水場…13:00坂田峠…16:25親不知海岸17:40＝（タクシー）＝親不知駅＝糸井川＝22:32橋本	白馬岳から朝日岳を越えて日本海親不知まで梅海新道を縦走してきました。天候不順の予報に反しすばらしい晴天で、盛夏のアルプスを堪能できました。他の登山者はほとんど皆無で、段々に湿原を越え、次は森林限界上の痩せ尾根を、そしてブナ林の中の縦走を、本当に独り占めしました。ただ、すべてが良かったです。最後には心疲れました。
631	個人山行	ハイキング		丹沢	西沢	7/30	7/30	7:45発西沢ビジターセンター行バス乗車（富士急湘南バス）9:00ビジターセンター…西沢公園園橋…西沢河原…9:30入渓…分岐…下瀬見学…分岐…西沢…分岐…本瀬見学…分岐…西沢…一般登山道を下る…13:30ビジターセンター解散＝16:00新松田駅	短い歩程ながら一般登山道とは違い、滑り易く不安定な石の上を歩き、小さな淵をヘッリ、小さな滝を超えるなど変化にとんだ西沢の通行は参加されたメンバーにとっても良い経験になったよう。今後のハイキングにもこの経験が活かされることを期待します。
632	個人山行	ハイキング		南アルプス前衛	千頭星山	7/30	7/30	町田6:00＝中央道龍崎IC＝グリーンロッジP10:10…甘利山…12:30大西峰分岐…13:00千頭星山…（往路下山）…15:20グリーンロッジP＝町田	リーダー川尻さん体調不良のため欠席。沖がリーダーをしました。交通渋滞のため登り始め時間が遅れ大西峰分岐で御所山への往復を諦め千頭星山への立ち寄りとなりました。予報どおり下山途中で大粒の雨に降られました。30分ぐらいでやんでくれて助かりました。

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
633	個人山行	ハイキング		東北	磐梯山	7/30	7/31	7/30 6:00町田駅(マツコ前)=12:40裏磐梯ビュターセンター駐車場13:00…五色沼自然探勝路…裏磐梯ビュターセンター駐車場=16:00リフトのくまのキャンプ場(泊) 7/31キブア場6:00=6:30裏磐梯スキー場登山口駐車場6:40…噴気口分岐7:57…弘法清水小屋10:16…磐梯山山頂11:07…弘法清水小屋(昼食) 11:56…スキー場分岐13:05…銅池13:56…14:38裏磐梯スキー場登山口駐車場15:00=裏磐梯温泉センター=21:00町田駅(マツコ前)	裏磐梯からのコースは爆裂火口の荒々しい雄姿を眺めることができ、またお花畑の広がる稜線、銅沼に映る逆さ磐梯山など、変化に富み飽きることなく歩くことができました。リフトのくまのキャンプ場は予約不要ながら設備も十分で、広い芝生のフリーサイトは車の乗り入れもでき、利用者も少なく穴場です。
634	個人山行	ハイキング		奥秩父	金峰山	7/30	7/30	菊名5:00=8:00大池峠…8:40朝日峠…10:10金峰山…11:30朝日岳…12:30大池峠	14:00から雨との予報だったので集合時間を早めました。午前中は晴れていたのですが12:00頃より大雨となつてしまい国師ヶ岳は諦めました。下に降りてくると晴れていたり、途中高速道路から稲光が見えたりで不安定な天気に翻弄されました。
635	個人山行	沢登り	沢登り	丹沢	マスキ嵐沢	7/30	7/30	JR町田駅デニーズ前集合6:30=大滝橋キャンプ場付近P8:30…マスキ嵐沢…14:30権現山15:00…南尾根…17:00大滝橋キャンプ場付近p=帰宅	2名の初心者に対して4m以上の滝すべででロープ確保して滑落防止措置を行った。その為権現山山頂14時30分になった。吉村さんから地形図や避行図、沢の歩き方など公開講習と同様の説明を行った。
636	個人山行	ハイキング		大菩薩	小倉山・竹芝山	7/31	7/31	塩山駅8:30=9:20柳沢峠…(竹森林道)…竹芝山…上条峠…小倉山13:00…サゼンソウ公園…上条峠…竹芝山…15:30柳沢峠=塩山駅	
637	ハイキング 企画部 山行	ハイキング	◎誕生月 山行	奥秩父	西沢溪谷	7/31	7/31	JR町田6:18=6:44八王子6:53=8:14塩山8:30(山梨交通バス)=9:30西沢溪谷入口9:45…10:05ネトリ大橋分岐…10:35吊橋…西沢山荘…11:45迂回路入口…大展望台昼食…13:00大久保沢出合…13:40ネトリ大橋分岐13:50…14:20西沢溪谷入口14:40(山梨交通バス)=15:40塩山駅	11:40頃から雨模様になり急登の迂回路が滑り易かったが、無事に通過する事ができて安堵した。
638	個人山行	ハイキング		大菩薩	大菩薩嶺	7/31	7/31	相原踏切付近P5:30=すずらん昆虫館=林道分岐7:05…牛奥ノ雁ヶ腹擦山8:14…845小金沢山…石丸峠…大菩薩峠…雷岩11:25…大菩薩峠…石丸峠…小金沢山…牛奥ノ雁ヶ腹擦山…14:50林道分岐=すずらん昆虫館=相原付近	涼を求めて標高1600m付近まで車で上がり、牛奥ノ雁ヶ腹擦山から大菩薩雷岩までの往復。適度にアップダウンがあり景色も変化に富んで気持ちの良い山行だった。
639	個人山行	ハイキング		南アルプス	聖岳・光岳	7/31	8/4	7/31集合:9:45 静岡駅バス乗り場8A10:00=13:25畑薙第一ダム14:00=15:00樺島ロッジ 8/1樺島ロッジ6:15=聖沢登山口6:30…岩頭滝見台12:55…14:20聖平小屋 8/2聖平小屋4:45…小聖岳6:15…聖岳7:10…小聖岳…聖平小屋9:20…上河内岳…15:25茶臼小屋 8/3茶臼小屋 5:10…茶臼岳…易老岳9:05…12:00光岳小屋13:00…光岳13:20…14:00光岳小屋 8/4光岳小屋6:10…易老岳…12:00易老渡登山口=(入浴) 飯田駅17:00=21:15新宿バスタ	山中3泊4日の強風、急登と長い縦走でありましたが、お天気は最高!小屋はゆったりと、光岳小屋では心温まるおもてなし。各自聖岳、上河内岳、光岳とカウントでき、兎山さん 100名山達成おめでとうございます!!