

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
640	個人山行	ハイキン グ		富士・御 坂	毛無山	7/24	7/24	相原5:45=高尾山IC=河口湖IC=根原7:25=端足峠8:37=雨 ヶ岳10:30=タカデキ11:30=毛無山12:04=14:40朝霧グ リーンパーク入口BS15:23=根原BS15:30=毛無山登山口ゲ ート=相原	稜線は終始曇の中にあり、富士山の展望は望めなかった。 毛無山の下山路は、急傾斜で滑りやすい岩場が多く、足の 置き場所に気を使う。
641	個人山行	岩登り		奥秩父	小川山廻り目平	8/2	8/2	前夜、甲斐小泉集合0700=0800廻り目平0810=岩トレ=1600= ヘルシーの湯=1730甲斐小泉 解散生木が倒れた、三色すみ れ、春のなごり雪 など	本当に久しぶりに岩にとりついたら、まあ、感覚がついて いかないこと。プランクが大きすぎた。また、トレネン グしたいと思う。
642	個人山行	ハイキン グ		八ヶ岳	高見石	8/2	8/2	白駒池駐車場8:05=9:10高見石9:35=11:10中山展望台11:40 =12:50にゅう13:15=14:50白駒池駐車場	駐車場の標高が2100mほどあるので、涼しくて良かった。 コケの美しい北八ヶ岳の原生林を堪能した。
643	個人山行	ハイキン グ		北海道	羅臼岳、雌阿寒岳	8/2	8/6	8/2 11:50成田空港 第一ターミナル集合 ビーチM539便12: 55出発=15:00到着女満別空港 レンタカーにて木下小屋泊 8/3木下小屋5:10=8:40大沢にて下山開始=11:10木下小屋 (6H)車55分斜里町リオンキャブ場バンガロー泊 8/4移 動、観光 阿寒湖温泉阿国泊 8/5阿国=車 野中温泉登山口 7:10=11:00雌阿寒岳頂上11:30下山開始=13:10野中温泉 登山口 (6H) =車2時間 網走ファームインマニアの里泊 8/6ファームインマニアの里=網走観光=女満別空港 ビーチ M594 便15:40出発=17:50成田空港着 解散	羅臼岳: 天気は晴れていましたが中腹からガスと雨になり 頂上まで行っても眺望は望めないで途中撤退しました。 雌阿寒岳: 予定のコースを変更しましたが晴天で素晴らしい 眺望でした。
644	個人山行	ハイキン グ		丹沢	大山	8/3	8/3	自宅=ヤビツ峠8:00=9:30大山頂上9:50=ヤビツ峠11:10= 自宅	平日の大山は人も少なく、静かでひっそりしていた。イタ ツミ尾根は樹林帯なので日差しも控えめで思いの外涼し く、タマアジサイや大輪のヤマユリが目立っていた。
645	個人山行	ハイキン グ		陣馬・高 尾	高尾山	8/3	8/3	町田=高尾山口7:15=6号路=8:45高尾山頂=4号路=吊 り橋=高尾病院=11:00高尾山口=町田(解散)	
646	個人山行	ハイキン グ		陣馬・高 尾	高尾山	8/3	8/3	高尾山口7:30=高尾山8:40=城山10:00=相模湖12:00= 高尾	山中は結構涼しく気持ちよく歩けた。
647	個人山行	ハイキン グ		北陸	白山	8/4	8/7	8/4町田9:20=中部縦貫道=北陸道=五子山 泊 8/5宿 白川 寮=一ノ瀬 泊 8/6宿 5:00シャトルバス別当出合=5:20 砂防新道=補助小屋=南電分岐=黒ぼろ岩=室室平10:20=御 前峠=池巡り=延命水=室室平 山荘泊 8/7山荘6:45=観 光新道=室室平別当分岐=別当出合11:10=一ノ瀬 駐車場 帰京	大雨のため日程変更し6日に登りました お蔭さまでお天気 も良く雲峰白山を楽しむことができました。クロユリの群 生、白山ふろー白山小桜 深山マツムシウなど咲き乱 れさすが花の白山です。特に下山の観光新道はお花畑の中 で素晴らしいです
648	個人山行	ハイキン グ		南アルプ ス	鳳凰三山	8/5	8/7	8/5町田6:05=6:30八王子6:35=8:09甲府8:20タクシ ー=9:30夜叉神登山口9:45=夜叉神小屋10:50=杖立峠 =岳平=15:25南御堂小屋泊 8/6宿7:00=薬師岳8:50=観音 岳10:00=赤坂沢ノ頭12:00=12:35地蔵岳13:10=13:45 鳳凰小屋 8/7宿6:20=五色滝7:40=白糸滝8:40(鳳凰ノ 滝) =南精進ヶ滝=9:40滝見台10:00=12:30青木鉱泉15: 00=垂崎駅	4年前の登山学校のリベンジ山行。最後までしっかり歩けて 良かった。懐かしの南御堂小屋と青木鉱泉がひっそりして いて驚いた。コロナで夜叉神からの登山客は激減。車で登 りやすいドンドコ沢から中道を周回するなど日帰りする登 山客が急増。ノ鹿の被害も大きかった。高い山の中はヤ ナギランなど満開で、その周りは何もなかった。コバイク エイクワの葉や花は先が皆食べられていた。鹿の踏み跡から 道ができてそれが雨で崩れるのだそう。タカネピランジ のみあちこちに咲いていた。
649	個人山行	ハイキン グ		北海道	(当別)丸山	8/5	8/5	渡島当別10:00=10:10:20トラピスト修道院=ルルドの洞窟 =10:50丸山登山口=展望台経由=11:50丸山(482、3m) =トラピスト修道院=14:30当別バス停	
650	個人山行	ハイキン グ		北アルプ ス	乗鞍岳	8/6	8/7	8/6自宅=乗鞍高原(仮駅) 8/7 5:30乗鞍観光センター 6:10(バス)=7:00 懸平(2701m)7:10=7:40屑の小屋7:45 =8:35剣が峰(3026m)9:00 =富士見岳 =10:30懸平バ ス停(バス)11:05 =12:00乗鞍観光センター(車)=自宅	岐阜方面にいける500mは渋滞していたが、乗鞍岳山頂は前 日より早いペースで快調に登れた。3000m峰頂走のためのト レネングとしたため、山頂で30分ほどまったりして下山 した。役に立つことを願いたい。
651	個人山行	ハイキン グ		南アルプ ス	赤石岳・荒川三山	8/6	8/10	8/6町田=静岡(千代田タクシーアクセスバック)=14:50細 尾臨時P=16:00檜島ロッジ(泊) 8/7檜島ロッジ6:00= (車尾根) =小広場=小ピーク=12:10赤石小屋(泊) 8/8 赤石小屋5:10=富士見平=9:35赤石岳=小赤石岳=大聖寺 平=13:45荒川小屋(泊) 8/9荒川小屋5:25=前岳=中岳 =10:00東岳=千枚岳=13:05千枚小屋(泊) 8/10千枚小 屋5:10=見晴台=清水平=11:00檜島ロッジ=細尾臨時P= 静岡駅=町田	小屋に着いたとたんスコールとなるシーンが2度ほどあ った。富士山も遠望でき、お花畑も楽しむことができた。各 小屋とも予約でほぼ満室でコロナ感染対策は行われていた が宿泊客で咳をする人がいて大変になった。
652	個人山行	沢登り		奥多摩	水根沢	8/7	8/7	JR町田駅デニーズ前集合6:30=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14:30=15:40林道=1 6:00水根沢駐車場=町田駅	天候悪化の予報はありましたが午後まで雨なし。安全確保 のために交代でロープを出して滑落防止措置を取った。その 為コースタイム2時間程長くなっています。
653	個人山行	ハイキン グ		丹沢	大山	8/7	8/7	秦野駅8:24=ヤビツ峠9:18=イタツミ尾根=11:03大山山頂 =見晴台=下社=女坂=大山寺=14:50大山ケール駅B.S.=伊 勢原駅	始発のヤビツ峠行きのバスは混雑していたようだが、3番 目のバスは比較的空いていた。風知草の花が咲き、葉には 小さな水滴がたくさん着いていた。
654	個人山行	ハイキン グ		富士・御 坂	富士山五合目	8/9	8/9	町田駅ヨドバシカメラ前6:30、相模湖駅7:00=中央高速=セ ンインレイン河口湖インター=東店=合流=吉田口馬返しP9: 00 1合目=12:30 5合目佐藤小屋=(往路下山) =15:15馬返 しP	程よい標高の高さと歩きやすい樹林帯が続くハイキン グにピッタリな山行でした。富士参詣の道として利用され たルートで、歴史を感じながら歩きました。
655	個人山行	ハイキン グ		富士・御 坂	三方分山	8/9	8/9	橋本6:00=相模原IC=河口湖IC=精進湖駐車場7:45=諏訪神社 コース登山道入口=8:50女坂峠=9:30三方分山=精進山=精 進峠=南アルプス展望台=11:30飯野小屋=12:00パノラマ台= 根子峠=13:15パノラマバス停=13:45精進湖駐車場	駐車場は広い。想定外に急坂のアップダウンも多く、樹林帯 で歩きやすいがパノラマ台まで、展望はあまり無い。流石にパ ノラマ台からは富士山と南アルプスが望めます。

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
656	個人山行	ハイキング		谷川	谷川岳	8/9	8/10	8/9自宅=ロープウェイP=天神平駅8:20→熊穴沢遊覧小屋…11:23トマの耳→オキの耳→谷川岳頂/小屋…14:45天神平駅=P=宿泊地 8/10宿泊地=天神平駅8:45→9:50一の倉沢…11:00天神平駅=自宅	天狗岩に着く前から山頂はガスっていたが、沢山のお花が咲いていた。トンボが虫を食べてくれたのか、フェイスネットは必要なかった。
657	個人山行	ハイキング		北アルプス	瀧沢・徳高	8/9	8/11	8/9伊斐小屋0630→0830沢渡→0920上高地→横尾…1430瀧沢 幕営 8/10荒天のため停滞と周辺散策 8/11瀧沢0645→1110上高地=沢渡=伊斐小屋 解散	出発前、ヤマテンの予報では晴れになりそうだったが、上高地は晴れていても、上は雨・霧・風の三点セットで瀧沢停滞の後に下山となった。
658	個人山行	ハイキング		丹沢	三ノ塔、大山	8/10	8/10	渋沢駅北口バス停6:48=大倉7:10→三ノ塔尾根口7:20→9:45三ノ塔9:50→9:55三ノ塔10:05→11:25ヤビツ峠11:35→13:00大山13:15→15:00大山ケーブルカーバス停=伊勢原駅	三ノ塔尾根を初めて登りましたが、尾根道らしい登山道で大変気に入りました。谷筋から吹く風が爽やかで、思った程熟さを感じませんでした。今回一番暑かったのは、ヤビツ峠に向う車道でした。
659	個人山行	ハイキング		奥多摩	棒ノ折山	8/10	8/10	町田5:55=6:21八王子6:31=7:06東飯能7:17=7:19飯能8:30=(車)9:00さわらびの湯9:20→白谷沢登山口9:55→藤原の滝→天狗の滝→白孔雀の滝→岩茸石→12:05滝次入峠12:15→12:25棒の折山13:05→13:15滝次入峠13:20→岩茸石→河又コース…15:20さわらびの湯バス停15:37=飯能	・平日のバス時刻を間違え、先に着いた堤車に迎えに来てもらった。同じ間違えの登山者が他に2組いた。わかりづらく不親切と感じた。・沢間の道は、涼しく小さな岩登りもあり、変化に富んで楽しい。・コース全体を通して樹林帯なので日差しはささげられるが、暑い一日でたくさん水を飲んだ。
660	個人山行	ハイキング		奥秩父	黒金山(西沢渓谷)	8/10	8/10	JR町田駅4:55=5:20八王子5:35=6:20大月6:25=6:52塩山7:00=7:50広場8:00→牛首のタル10:20→紅葉台…13:20展望台…15:05西沢渓谷入口バス停15:10=16:10山梨市駅16:13=八王子駅=18:25町田駅	甲斐大和駅で天候が一変、牛首広場到着後ガスに包まれ展望はありませんでした。天候不良も考慮し黒金山は取りやめ、西沢渓谷への縦走路のみ歩きました。下山はかなり急斜面で根が露出されていたので慎重に歩行しました
661	個人山行	ハイキング		北アルプス	鍋岳	8/10	8/12	8/9 23:00新宿都庁(高連バス)=7:00室堂7:56→雷鳥沢8:37→別山乗越11:24→11:25鍋沢キャンプ場(幕営)12:10→12:30鍋澤小屋(泊) 8/11鍋沢キャンプ場8:00→鍋澤小屋(合流)8:14→一服9:29→前鍋10:42→12:26鍋岳12:57→前鍋14:31→一服鍋15:37→16:23鍋澤小屋(泊) 8/12 17:18鍋沢キャンプ場(泊) 8/12鍋澤小屋5:40→鍋沢キャンプ場6:00→別山乗越6:58→雷鳥8:19→9:02みくろが池温泉(入浴)10:15(入浴) 10:30室堂12:30=20:30新宿西口(解散)	山頂に向かう朝、出発前に雨が降り出し小屋で2時間ほど待機。雨が止むのを待って8時に出発。これが功を奏し、徐々に天候は好転。山頂では青空の中、360度北アルプスの大パノラマを満喫することが出来た。山の日のなかでさぞかし混雑していることだろうと危惧していたが、予想に反して前にも後ろにもほとんど人はおらず、焦ることなく領場を通過することが出来た。山の日に登頂できた達成感はひとしおでした。
662	個人山行	ハイキング		大菩薩	大菩薩峠～石丸峠～小金沢山	8/10	8/11	8/10古淵駅6:15=(中央高速等)=8:30上日川峠P10:00→唐松尾根…12:00雷岩12:30→12:40大菩薩嶺12:50→14:20大菩薩峠14:40→16:00上日川峠P→キャンプ指定地(幕営) 8/11上日川峠P9:00→展望広場10:00→上日川谷北広場11:00→11:30上日川峠P(中央高速等)→相模大野(解散)	天候にも恵まれ多くの登山者で賑わっていたが、ほとんどが日帰りです。テント場は余裕がありました。1日目で負傷者が出たこともあり、2日目の小金沢山は止めて、テント場周辺散策に切り替えた。上日川峠周辺は展望広場までスロープの木道が設けられるなど散策路も充実していた。
663	個人山行	ハイキング		奥多摩	三頭山	8/11	8/11	自宅6:00=7:50都民の森駐車場8:10→8:35三頭ノ大滝→10:00ムシカリ峠→10:20三頭山11:00→12:40箱口峠→13:00駐車場=自宅	爽やかな山行が楽しめた。早く出掛けたことからさぞ混み合う事も無く普段通りでよかった。
664	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	8/11	8/11	秦野7:37=ヤビツ8:25→三ノ塔登山口…10:00三ノ塔10:10→三ノ塔10:50→行者岳…塔ノ岳13:30→16:30大倉=渋沢	三ノ塔より高いエリアではガスが出ていて視界50m程。10mの風が吹いており寒かった。
665	個人山行	ハイキング		北海道	函館山	8/11	8/11	函館どっく前電停8:00→8:20称名寺登山口…(観音コース)→9:20御殿山(334m)…(旧登山道コース)…函館山管理事務所…11:15十字街電停	
666	個人山行	ハイキング		日光・那須	戦場ヶ原	8/11	8/11	浅草駅6:30(電車)8:24東武日光駅8:45(バス)産頭の滝BS…赤沼分岐→小田代原…湯滝13:30→14:20湯滝入口BS(バス)日光アストリアホテル(入浴)15:57(バス)東武日光駅18:10(電車)浅草駅20:05	Sさんが好んだルートへ、戦場ヶ原の自然研究路は本道補修で、湯川の左岸も崩落で通行止め。小田代ルートへ迂回したが、上天気のなか男体山を始め日光連山の一族を眺め終始右手に風景の一等品を楽しむ快適なハイクとなった。東武のデジタルフリーパスは紙幣より300円安く4日間有効の4500円とお得です。
667	個人山行	ハイキング		丹沢	三ノ塔	8/12	8/12	秦野駅7:44=ヤビツ峠8:36→富士見橋…三ノ塔…10:29三ノ塔…三ノ塔尾根…12:58大倉=渋沢駅	コボタンツルやタマアザサイなどが咲いていました。お盆期間中で、バスは土曜日ダイヤで運行のため空いていました。
668	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	西岳・編笠岳	8/12	8/12	相原5:15=高尾山IC=小淵沢IC=富士見高原登山者用P7:20→不動清水8:00→西岳11:20→11:30青年小屋11:50→編笠山12:30→P14:50=相原	雨模様の中、展望は得られなかったが、西岳上部の登山道や山頂で、イブキジャコウソク、マツムシウ、ヒメシャゼンなどのお花畑に癒された。編笠山からの下降では、濡れた滑りやすい登山道に注意が必要だった。
669	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	8/14	8/14	鶴川7:02=7:44伊勢原7:45=8:12大山ケーブルB8:14→8:40大山寺→9:10阿夫利神社下社9:13→16丁目9:58→25丁目10:30→10:40大山11:15→12:10見晴台12:20→12:38二重滝→12:45阿夫利神社下社…13:05大山寺…13:30大山ケーブルBS13:48=伊勢原=鶴川	真夏の大山。台風一過の晴天は、酷暑復活の蒸し暑さ。女坂、16丁目までバテバテ。意地で登った大山でした。
670	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	赤岳	8/14	8/15	8/14自宅(車)6:00=7:00赤岳山荘駐車場7:15→美濃戸山荘7:30→(南沢)→10:00行者小屋(2350m)10:30→(地藏尾根)→地藏の頭…12:15赤岳展望荘(泊) 8/15赤岳展望荘6:30→7:00赤岳山頂(2899m)7:20→(文三郎尾根)→8:00行者小屋8:10→10:20赤岳山荘駐車場(車)=自宅	繰り返しの高所トレが効いていて、2800mまで一気に登っても高山病の症状はでない。台風の影響で赤岳山頂の風速は13～14メートルあり、すさまじい音だった。

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
671	個人山行	ハイキング		中国・四国	剣山・石鐘山	8/14	8/16	8/14神戸市須磨区13:30(車) == 見ノ越777駅下民宿(泊)16:30着 8/15見ノ越777駅下民宿5:15…西島777駅6:10…剣山7:15…次郎堂8:30(往路を戻す)…見ノ越777駅10:30…民宿11:30…石鐘山16:30…アケビ(駐車)15:30…石鐘山アケビ(終点)16:05…石鐘神社成道社16:30 民宿(泊) 8/16民宿5:15…夜明け峠7:40…折山8:40往路を戻す)…11:40石鐘神社成道社==12:30石鐘山アケビ(駐車)17:30神戸市須磨区解散	初日の剣山から次郎堂迄の稜線は大変素晴らしいものでした。二日目の石鐘山は、途中から小雨が降り出し、赤山に着くと強風とガスだったために天狗岳は残念ながら断念しました。
672	個人山行	沢登り		丹沢	世附川・バラシマ沢	8/15	8/15	集合:5:00 高座渋谷馬車道前タイムズ駐車場6:00高座渋谷=(東名線IC=大井松田IC)=平野・林道終点(車デポ)…切通峠…10:00切通沢(入沢)…遊歩…11:40終了点…林道下山…12:30切通峠…13:00切通峠…13:20平野・林道終点(車ピックアップ)=温泉入浴=高座渋谷解散	バラシマ沢は水も綺麗で歩程も短く難しい箇所も無い。暑い夏にピッタリと思ったが、アプローチが長く、結局暑さ倍増を体感した。
673	個人山行	沢登り		丹沢	山伏沢～西沢右俣	8/15	8/15	JR町田駅デニス前6:30=8:30山伏峠駐車場…水の木分岐…山伏沢…金山沢出合…樫ノ木橋…12:10樫ノ木橋…樫ノ木沢…西沢…16:10甲相国境線…17:50山伏峠駐車場=町田駅	沢の下降と漕上で2倍楽しめるルートです。安全の為数か所でロープを出して確保しました。
674	個人山行	沢登り		甲府	笛吹川東沢釜の沢	8/15	8/16	勝沼ぶどう郷 0750集合 ==0840西沢沢谷駐車場0900…0930東沢出合…1310釜の沢出合…両門の滝上…1500ビバーク地(1660m付近) 幕営幕営地0640…0930水場0945…甲武信小屋…1016木賊山…1145徳ちゃん新道…1400西沢沢谷==勝沼ぶどう郷 解散	天候の安定しそうな2日間、4年ぶりの沢登りに十数年ぶりの釜の沢に。連日の雨もあり、水量は記憶よりずっと多く、水線よりも巻くことが大半となった。各滝や分岐の多くに着板がついて、法螺貝のゴロンジェにはボートとライプジャケットで遊ぶパーティ…変化を感じつつ焚火とタープの夜は変わらない静寂だった。
675	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	8/15	8/15	自宅=ヤビツ峠8:00…9:45大山頂上10:15…ヤビツ峠12:10=自宅	イタツミ尾根は涼しい風が吹き抜けて気持ち良い。
676	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	8/15	8/15	小田急相模原6:15=6:36伊勢原7:05=7:30大山ケール駅バス停7:36=9:00下社9:10=11:30大山11:47…13:30見晴台13:40…14:10下社14:13…15:00大山ケール駅バス停	歩荷訓練と暑熱順化を兼ねて、歩いた。登りは暑く大汗をかきながら、山頂で待ち人との噂も有ったので、必死に登った。下りも歩荷の水を捨てずに降りた。大変だったがい訓練となった。山頂は綺麗に整備されており、新しいテーブルや椅子があった。山頂のお社では祝詞をあげているところ初めて見た。
677	個人山行	ハイキング		北アルプス	西穂高	8/15	8/16	8/15調布駅集合6:40=12:10新穂高ロープウェイ…14:30西穂山荘(泊) 8/16西穂山荘7:30…8:50新穂高ロープウェイ=12:30白骨温泉=20:00調布駅解散	ロープウェイまではまあまあ天気だったが、下山して行く人達はレイン着用、上は雨が降っていた。西穂山荘に着くとガスガス2日目はガスも濃く、風がとにかく強かった。山小屋の主人から風速17メートル以上なので無理しないよう注意あり、西穂へ行くのは諦めた。3日目は更に天気悪くなる予報のため2日そのまま下山する事にした。
678	個人山行	ハイキング		富士・御坂	富士山	8/16	8/17	8/16富士山パーク(シャトルバス) 6:00=6:45富士スバルライン5合目駐車場 朝食及び休憩 出発8:00…14:45御来光館(8.5合目) 8/17御来光館6:00…6:30 9合目より下山…11:00富士スバルライン5合目=富士山パーク	一日目は強風が吹き荒れ、突風と砂嵐で体温を奪われ体力を消耗した。翌朝は風はやや弱まり、霧の中を出発したが、9合目の鳥居を過ぎた辺りで、雨と風が強まり、体調の不安もあり登頂を断念した。
679	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	8/16	8/16	妻野原8:25(バス) 9:16ヤビツ峠9:50…イタツミ尾根…表参道…12:00山頂13:00…雷ノ峰尾根…見晴台…下社15:00=ケール=伊勢原駅=鶴巻温泉駅=伊勢原駅	大山は終日そよ風が吹き快適なハイクが楽しめた。山頂のテーブルとベンチは改修で綺麗に。平日でもヤビツ峠のバスは満員でした。日向薬師のクアハウス山小屋は燃料高騰で当面シャワーのみの営業(350円)。鶴巻温泉弘法の里湯は改装で9月中旬まで休みと温泉難民に。やむなく駅前の温泉噴水で体を拭き再び伊勢原駅へ。駅前の安くて旨い伊勢原ジンギスカンで昔の仲間と落合い精進落として行った。
680	個人山行	ハイキング		関西	大杉谷	8/17	8/18	8/17 5:53余呉(実家最寄り駅) = 7:23京都駅7:40=8:27大和八木駅(自家用車)=11:20大杉谷登山口駐車場12:00=14:20千尋滝前休憩所14:00…17:10樫ノ木小屋(宿泊) 8/18樫ノ木小屋7:20…9:00光滝9:10…10:30樫ノ木小屋10:50…14:00千尋滝前休憩所14:10…16:10大杉谷登山口駐車場(自家用車)=途中で食事=20:27大和八木駅=21:29京都駅21:38=22:52米原駅23:08=23:36余呉駅	標高が低く初日は特に湿度気温が高く風もなかったため、暑かった。道も片側が断崖の細い道が多く緊張感もあり疲労感を強く感じた。ビューポイントにはまさに絶景という景色でも感動した。小屋にはお風呂がありがたかった。平日でも客も少なく快適に過ごせた。二日目は光滝まで小振りの雨だったがその後降り度が増え下り美しい景色を堪能した。岩壁で難易度が高かった。
681	個人山行	ハイキング		北アルプス	薬師岳	8/17	8/20	8/17自宅=新宿都庁前駐車場23:00=(まいにちアルペン号車中泊)=8/18 5:50立山駅 8/18立山駅9:27=9:41有峰口10:20=11:15折立11:20…13:06三角点13:11…五光岩14:42…15:30太郎平小屋 8/19小屋5:07…7:16薬師岳山荘7:36…8:48薬師岳10:18…10:57薬師岳山荘11:39…13:23太郎平小屋 8/20太郎平小屋6:47…(2:00)…8:32三角点8:45…(1:15)…10:10折立12:30=富士山14:30=自宅	山は綿毛のチングルマ、リンドウ、どことなく色づき始めた草花ですっかり秋の装い。初日雨の中、川のように水が流れる登山道を登った。時折吹く風は冷たく、暑熱順化の季節は終わる。低体温感を感じなければならない季節になったのを覚悟した。薬師岳キャンプ場の朝の木道は前日の雨で濡れており歩きやすくなった。この日の一番の核心であった。薬師岳からの展望は素晴らしい。檜、杉、富士山、鳥帽子、野口五郎、赤牛、針ノ木、鏡、雲ノ平、水島、黒部五郎、富山湾等360度の絶景を90分も楽しんだ。今回は断念した五色が原も確認できた。
682	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	赤岳・横岳	8/18	8/20	8/18鶴川駅北口 ローターリー 15:45集合 16:00=19:15野辺山泊 8/19野辺山5:00=6:23やまのこ村P…9:12行者小屋(テント幕営) 10:30…地蔵の頭…三叉峰…硫黄岳山荘…赤岳鉱泉…17:03小屋 8/20小屋(テント幕営) 6:10…8:10やまのこ村P=鶴川駅	青い空、風は秋色になり、横岳からは北アルプスが一望できた。地蔵尾根から奥の院までは、岩稜訓練として最適だったが、カニの横ばいにはよっ期待はずれだった。2日目は、天気が悪くなるため、赤岳は断念した。
683	個人山行	ハイキング		北アルプス	立山	8/18	8/20	8/18橋本18:04=21:33富山 8/19電鉄富山6:09=立山=8:30室堂9:10…11:40浄土山…13:00ノ越…14:15立山…17:00内蔵助山荘 8/20内蔵助山荘6:00…7:10別山…8:00御前小屋…10:30雷鳥沢…12:00室堂12:15=扇沢=信濃大町=18:55橋本	娘を連れ出して立山縦定に行ってきました。初日は数日ぶりという快晴、2日目は7:30過ぎから急に強い雨と猛烈な風に吹かれ、早々に下山しました。
684	個人山行	ハイキング		北アルプス	蝶ヶ岳	8/18	8/21	8/18町田駅6:55=松本=10:21穂高駅=三股12:50…まめうらないら…13:12蝶ヶ岳(幕営) 8/19蝶ヶ岳8:37…蝶ヶ岳…11:18 2529P手前…蝶ヶ岳…14:11蝶ヶ岳(幕営) 8/20蝶ヶ岳7:49…長壁山…横沢…明神…14:40小梨平(幕営) 8/21小梨平10:10…上高地B.T.10:40=松本=町田	登山道は階段設置で整備されていました。テン場脇は、ヤチトリカブトとミヤマシキウの紫白のお花畑。ライチョウの親子にも出会えました。

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
685	個人山行	ハイキング		南アルプス	聖岳・上河内岳・茶臼岳	8/18	8/21	8/18集合) 愛甲石田北口9:00=14:30芝沢ゲート15:00=15:30聖光小屋(泊) 8/19聖光小屋5:30→西沢渡6:30→大木の広場→菅平→薊畑11:15→小聖岳12:05→13:30聖岳13:45→薊畑→16:20聖平小屋(泊) 8/20聖平小屋6:05→南岳8:30→上河内岳→奇岩竹内門→茶臼小屋分岐→11:35茶臼小屋(泊) 8/21茶臼小屋5:15→茶臼岳6:00→希望峰6:50→易老岳→易老渡12:40→14:00芝沢ゲート=愛甲石田駅	天候に翻弄されて今夏2度目の聖岳計画はピンポイントの晴天に恵まれ、頂上からは360度の大展望と広大な南アルプスを堪能できた。7枚ふりに登装再開した聖光小屋は清潔にリニューアルされ、西沢渡の木橋は完全水没し手動のゴンドラで渡渉。上河内岳からは絵に描いたような富士山がレンズ雲を冠り翌日の天候の崩れを視ていた。しかし最終日も殆ど雨に合うことなく、晩夏の高山植物と初秋のキノコも見られ充実した三座周回だった。
686	個人山行	ハイキング		奥多摩	蕎麦粒山	8/19	8/19	立川6:45=青梅=奥多摩8:34東日原8:40→一杯水避難小屋11:00→蕎麦粒山12:20→12:50→川乗り橋16:10=奥多摩	鳥屋戸尾根は3ヶ所くらい崩れ、倒木などでロープが張ってあったが迂回道ははっきりと案内であった。頂上は肌寒さを感じるほどであった。秋の気配でしようか。
687	個人山行	ハイキング		奥多摩	御岳山	8/19	8/19	御嶽駅10:20=滝本駅=10:50御岳山駅→12:00七代の滝→ロックガーデン→13:30緩広の滝→15:00御岳山駅=15:30御嶽駅(解散)	レンジショウマ・タマガワホトギスはちょうどいい見頃だった。
688	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	南高尾山稜	8/19	8/19	相原=大地沢9:00→草戸山→南高尾山稜→城山13:50→14:45千木良15:15=相模湖駅=町田	
689	個人山行	ハイキング		南アルプス前衛	日向山	8/19	8/19	成瀬=小淵沢=尾白溪谷駐車場9:30→矢立石駐車場→12:25日向山→雁ヶ原→(往路下山)→15:00尾白溪谷駐車場=小淵沢	久しぶりの爽やかな天気。登山道には山栗の小さなイガイガがぽつぽつと落ちている。夏も満喫していないのにもう秋の便りか。小淵沢駅から尾白溪谷駐車場までは乗り合いタクシー。1000円/人観音平行きもあり
690	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	八王子城山	8/19	8/19	藤が丘駅8:00=高尾駅9:10→小仏開所駅9:40→地藏ピーク→11:25富士見台11:45→12:30八王子城山12:50→13:50都宮八王子公園14:40(バス) 高尾駅15:00=17:00PMJジム21:00	大賑わいの小仏行のバスに比し高尾の里山を往くハイカーは極僅か。取付きの小仏開所から富士見台までは急登で眺望乏しい。八王子城山へはアプダクンある城址ルート。八王子城山降下山道からの展望は広闊。東武横浜を俯瞰できお勧めです。八王子公園で働く友人に挨拶後登参。高尾駅から中野島駅へ移動しPUMP2でせそ脱出の指導を受けた。
691	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	赤岳	8/19	8/19	界尾根防火線の頭登山口5:30→界尾根→9:45赤岳→10:15赤岳展望荘11:00→界尾根→13:30防火線の頭登山口	秋の空気が入って好天気になった。ぐるりと360度の展望を楽しんだ。
692	個人山行	ハイキング		丹沢	弘法山	8/20	8/20	秦野駅11:30→権現山→12:40弘法山13:00→吾妻山→14:15鶴巻温泉駅	週末でも人が少なく、静かな中でゆっくり歩くことができました。
693	個人山行	ハイキング		関西	伊吹山	8/20	8/20	7:50米原駅集合8:10=(自家用車) =8:40伊吹登山口9:00→10:30 757m地点10:40→13:30伊吹山14:00→16:30 757m地点→18:20伊吹登山口 解散(自家用車)	天気予報が良くなかったが、前日にはてんくらB以上となり昨午に計画していただけに実施できたことにまず満足している。雨も覚悟していたが午後16時ごろまでは持ってよかった。残念ながら6日あたりから雲の中に入り山頂からの眺望を楽しむことはできなかった。下りで雨の大群に遭遇したのは見ものだった。最近の寒湿のためか登山道は割れて荒れていた。下りで1名様に負担が来たため、時間がかかってしまった。
694	個人山行	ハイキング		奥多摩	御岳山	8/20	8/20	成瀬5:29=八王子6:01=立川6:29=6:58武蔵五日市7:39=白倉8:20→11:05大岳山11:10→鍋割山→御岳山→ケーブル上14:18=ケーブル下14:37=御嶽15:09=立川=八王子16:20=成瀬	大岳山山頂まで2名の登山者に会っただけで静かな山行ができました。登山口より稜線まであまり歩かれていないようでしたが手入れされていて歩きやすかったです。
695	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	硫黄岳・天狗岳	8/20	8/21	8/20橋本駅6:30=9:30桜平→夏沢温泉→オーレン小屋13:30→ヒュッテ夏沢→P2550→15:00オーレン小屋泊 8/21オーレン小屋6:50→根石岳→東天狗→西天狗10:00→茶冠山→硫黄岳→15:00オーレン小屋→桜平16:30→橋本駅解散	初日、風雨強く硫黄岳断念。2日目天候が回復したので東天狗・西天狗・硫黄岳まで行きました。オーレン小屋はコロナ対策が充分されていました。
696	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	浅間山	8/20	8/20	小田原 箱根登山鉄道改札口8:30=8:39登箱根湯本行=8:54箱根湯本=9:24箱根登山電車箱根湯本=9:40小淵谷10:50箱根登山口→10:15千条の滝10:30→11:15浅間山11:45→12:15摩嵐山→13:20飛騨の滝13:35→煙囪14:18(箱根登山バス箱根湯本行) =14:35箱根湯本駅到着 解散	それほど暑くなく、大陰が多いので気持ち良く歩けました。飛騨の滝は想像より大きな滝で迫力がありました。展望台に行くには川を渡るので前日の雨などで水量が多いと渡れないこともあると認識しました。
697	個人山行	岩登り	岩登り	丹沢	広沢寺	8/20	8/20	9:00藤岩にて終日クライミング練習 16:00解散	スラブの登りを主に練習した。ジム練習では出来ない、ホールドスタンスを見極めて登る練習をした。
698	個人山行	ハイキング		北アルプス	白馬三山	8/20	8/23	8/20八王子14:30=18:30白馬駅→宿 8/21宿5:30→白馬駅BS 5:55=6:22猿倉6:40→7:30白馬尻小屋7:40→(大菩薩)→16:30白馬宿上宿舎(暮高) 8/22上宿舎5:30→白馬岳(2,932m) 6:00→頂上宿舎(テント撤収) 7:30→均岳(2,812m) 10:00→白馬鍾乳洞(2,903m) 12:40→分岐13:00→16:00鍾乳洞小屋(暮高) 8/23鍾乳洞小屋7:30→小日向のコレ→13:30猿倉=タクシー=白馬駅15:16=八王子	天候は変わりやすく、行程中曇り時々晴れ、2日目夜テンド場で大雨、翌日3日目朝の白馬岳は大展望、4日目猿倉への下りは小雨。その中で鍾乳洞上部の岩場は滑りやすく慎重に下った。大雪渓から上と鍾乳洞からの下りでは特に多くの高山植物が観察できた。
699	個人山行	岩登り	岩登り	丹沢	広沢寺	8/21	8/21	集合場所: 本厚木バスセンター 午前6時20分 本厚木BS6:30(バス) 七沢温泉入口BS→7:35広沢寺の橋8:55→9:05(バス) 本厚木9:55→10:00はとぼげ公園ザイルワーク訓練13:00→本厚木駅解散18:40	早朝現地に到着するも降雨のため登れず中止。広沢寺の橋の快と厚木駅前のハトぼげ公園でザイルワークシステム訓練と5人のクセの確認を13時まで実施した。その後道を確認トレも行われ、前半戦後半戦とも休も間々ザイルパートナーとして信頼関係構築の一日となりました。
700	個人山行	ハイキング		上信越	妙高山	8/21	8/23	8/21大和9:00=赤倉温泉15:00(泊) 8/22赤倉温泉=妙高スカイケーブル山頂駅8:18→天狗堂10:34→10:41→妙高山山頂12:42→13:00→15:28スカイケーブル山頂駅=赤倉温泉(泊) 8/23赤倉温泉9:00=大和15:00	・ロープウェイでの日帰り往復の為、昭文社地図でのコースタイム7:15に対し7:40の間にロープウェイ駅に戻る必要あり。鏡橋、及びこれより上部は岩場続きで飛ばせず、また、累積標高差約1400mで時間が認めなかったが、何となく間に合った。・銀橋は急だが、ステップが切っており高度感はあるが易しい。

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
701	個人山行	ハイキング		後立山	鹿島槍ヶ岳・五竜岳	8/21	8/24	集合：20日（土）23:00西新宿西口臨時便06番乗り場 新宿～白馬線 23:15発 8/21 05:30原宿到着06:00～10:05種池山荘（泊） 8/22冷池山荘6:00～7:30布引山…08:30鹿島槍ヶ岳南峰08:50～10:00北峰…八峰キレット…12:00キレット小屋（泊） 8/23キレット小屋6:00～11:00五竜岳11:10～12:30五竜山荘（泊） 8/24五竜山荘5:50～遠見尾根…10:30アルプス平＝ゴンドラ＝エスカルプラザ14:27白馬五竜バス停よりアルピコバス＝20:00新宿	鹿島槍ヶ岳北峰から五竜岳の間は緊張を要する。八峰キレットよりも雄のない岩場やガレ場、五竜岳手前の64.65の五方が嬉しいと思った。五竜岳と五竜山荘のハイマツに雷鳥のつがいに会いました。高山植物の手際は終わり、紅葉への気配を感じた。
702	個人山行	ハイキング		北アルプス	鷲羽岳・黒部五郎	8/21	8/25	8/21松本駅 14時30分集合 松本駅14:55＝17:03新徳高温泉（泊） 8/22宿8:00～9:20わさび平小屋…13:30輪平小屋…15:30双六小屋（泊） 8/23小屋5:00～7:30三保蓮華岳（後継コース）～9:40黒部五郎小舎11:00～13:30黒部五郎岳…15:00黒部五郎小舎（泊） 8/24小屋5:00～7:30三保蓮華山荘…9:00鷲羽岳9:30～11:30三保山荘（巻道ルート）…15:00双六小屋（泊） 8/25小屋5:00～10:30新徳高温泉11:30＝13:38松本駅（解散）	初日はうだる暑さ、2日目は一日中雨、3日目は朝から晴れ、最終日は前日の夜からの雨が小降りになってからの出発と、お天気との願いでした。黒部五郎岳のガールはガスの中、鷲羽岳ではガスが晴れるのを待ちきれずに下山した直後にガスが一気に晴れ、北アルプスの山容を堪能できました。
703	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	小仏城山	8/22	8/22	町田＝高尾＝バス＝日影7:40…北東尾根…10:00小仏城山…12:10稲荷山…13:30高尾山口＝町田	北東尾根は静かで涼しかった。
704	個人山行	ハイキング		日光・那須	月居山	8/22	8/22	小田急線海老名駅5:35＝新宿＝水戸＝10:30袋田駅…11:15三曲がり分岐…11:50月居山（城跡）12:20＝20…月居観音…生瀬滝分岐…13:10袋田の滝…14:00袋田駅＝海老名	暑い一日でしたが、滝の音に癒やされました。
705	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	8/22	8/22	成瀬＝高尾山口駅6:35～四辻～9:30草戸山…三沢峠…中沢山…大垂水峠…峠分岐…12:55高尾山…高尾病院…14:35高尾山口駅＝成瀬	登山道両側にナラ枯れ被害が目立つ。根元にプラスチック堆積している木が多くあった。メインルート（高尾山頂～ケーブル乗り場）はたくさんの人。それ以外は出会う人も稀れ
706	個人山行	ハイキング		大菩薩	滝子山	8/22	8/22	橋本6:00＝相模原1C＝大月1C＝桜森林公園駐車場7:30～9:10滝子山南麓…10:55滝子山11:30…滝子山三尖…14:00道証地蔵…14:30桜公園駐車場＝町田	山梨百名山の標柱が倒れ、無残にも裏返しにされベンチになっていました。幾度と無く訪れてはいましたが、西池と白縫神社の祠には気がつきませんでした。池は水は潤るのか？すみ沢下山路は かなり荒れていました。
707	個人山行	ハイキング		頭城	戸隠山	8/22	8/23	8/22新宿～白馬線 23:15発 夜行バス 8/23駐車場8:30～戸隠奥社…12:30飯の塔渡り…戸隠奥社…16:00駐車場＝長野市内ビジネスホテル（泊）	やや曇りが多く蒸し暑かった。駐車場は予定通り出発出来たが、飯の塔に慣れない人もいたので予定より時間がかかり、飯の塔渡りまででタイムリミットで引き返した。
708	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	8/25	8/25	秦野7:40＝糞毛8:10…ヤビツ峠9:25…大山10:30～10:50…日向学習センター12:30…日向薬師13:40＝伊勢原	大山山頂は霧におおわれて全く展望がきかない。糞毛からヤビツ峠辺りでヒルに食いつかれた。または晴らしから下る間にもヒルにやられる。3ミぐらいのヒルが3、4匹見つかると。要注意です。
709	個人山行	沢登り		丹沢	葛葉川本谷	8/27	8/27	7:44秦野駅発バス乗車＝8:00菩提原バス停＝8:30葛葉の泉…9:30葛葉川本谷入渓…13:00林道（表丹沢林道を下山）…13:45葛葉の泉…15:00菩提原バス停＝秦野駅解散	初心者向けの葛葉川本谷も水量が多いとロープを出す頻度も高くなり、予定より時間を要した。ヒルは覚悟はしていたが、5ヶ所やられた（時計バンドの下にいたヒル被害が一番だった）。
710	個人山行	ハイキング		奥多摩	三頭山	8/27	8/27	自宅6:00＝8:00都民の森P8:18…8:36箱口峠8:49…9:32見晴らし小屋9:46…10:46三頭山西峰10:53…ムシカリ峠11:07…三頭山遊園小屋11:19…12:37三頭大滝12:47…13:13都民の森P＝敷馬の湯＝自宅	運動不足の主人と母を連れてのファミリー山行だったが、天気良くほぼ樹林帯までだったので、比較的涼しく快適な山歩きが出来た。朝早く出発したので、それほど登山客も多くなかった。箱口峠～見晴らし小屋まではそこそこ急登なため、母のペースに合わせてゆっくり歩いた。三頭大滝から駐車場までは一部ヒルキチヤブが散らばり、足腰に優しい踏み心地で母が安心しており、また全体的に道標もきちんと立てられ、公園管理の行き届いた整備に頭が下がる思いだった。
711	個人山行	ハイキング		奥秩父	乾徳山	8/27	8/27	町田6:05＝6:31八王子6:35＝7:51嵐山（タクシー）8:00＝乾徳山登山口バス停8:40…9:10登山口…国師ヶ原…扇平…12:30乾徳山13:15…扇平…16:10道満尾根…16:25乾徳山登山口バス停16:30＝17:00嵐山駅17:20＝八王子＝町田	晴天の山行だったが、湿度が高く汗のような汗をかき、こまめな水分補給を心掛けた。20日ぶりの山の裾野の広さを痛感した。
712	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	金時山・明神ヶ岳	8/27	8/27	小田急小田原…箱根登山バス7:10＝7:49仙石BS7:50…金時山登山口8:25…タダのコレ10:50…12:35府の小屋12:50…トマノ耳12:55…熊穴沢遊園小屋14:15…天神平15:10＝谷川谷BP＝相原18:50（解散）	水2リットルを飲む程のときにか暑かった山行でした。しかし、金時山と明神ヶ岳からの展望は暑さを忘れさせるくらいのものでした。後継は期待していたのですが、クマザサがトンネル化しちょっと残念でした。（矢倉峠からしばらく行った先からの金時山と富士山は良かったですが）
713	個人山行	ハイキング		大菩薩	小金沢山～湯ノ沢峠	8/27	8/27	町田駅6:05＝6:31八王子6:35＝7:40甲斐大和駅8:10＝（バス）＝9:00小嵐平（石丸橋入口）9:10～石丸峠10:40…小金沢山12:00…牛久良～雁ヶ腹掛山13:00…黒岳14:30…湯ノ沢峠15:15…16:05湯ノ沢峠登山口＝（タクシー）＝甲斐大和駅＝町田駅解散	新しく入られた方々と久しぶりの先輩と一緒に楽しく歩いできました。久しぶりのコースを歩き、一面に広がる笹原と蒼むした樹林帯がかった。下山は湯ノ沢峠～湯ノ沢峠下山口のコースをとったが、前回は歩いた時より登山道が荒れているような印象を受けた。
714	個人山行	ハイキング		谷川	谷川岳	8/28	8/28	相原5:15＝高尾山1C＝水上1C＝7:50谷川谷BP8:15…西黒尾根登山口8:25…タダのコレ10:50…12:35府の小屋12:50…トマノ耳12:55…熊穴沢遊園小屋14:15…天神平15:10＝谷川谷BP＝相原18:50（解散）	深夜から朝方にかけて降る雨は、朝方には回復するとこの各種詳細天気予報を信じて、決行とする。現地に着いて出発する時点では雨はあがっていたが、西黒尾根を登るにつれて、断続的に雨模様となり、雨具を着て濡りやすい岩場・鎖場を慎重に登る。下山後、きれいな虹を見ることのできなかった。
715	個人山行	ハイキング		丹沢	檜洞丸	8/30	8/30	古淵5:30＝神の川立石建設砂利採石場入口7:00…神の川ヒュッパ7:30…ヤ尾根…檜洞丸10:55…11:00青ヶ岳山荘11:20…源蔵尾根～広瀬原13:30…神ノ川ヒュッパ14:10…立石建設砂利採石場14:30＝古淵	天気予報は、日中曇りだったが、神の川林道から奥は終日降雨、濡りやすい箇所が多く注意を要した。3年前の台風被害による林道法面の復旧工事はまたコンクリートの打設が行われておらず、年内一杯はかかりそうな様子であった。
716	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	8/30	8/30	渋沢7:35＝大倉7:55…見晴茶屋…11:30花立…12:40塔ノ岳13:20～16:25大倉＝渋沢	標高900m以降は雨で傘をさしての練習登山になった。湿度100%の蒸し暑くペースが上がらない。バス停まで戻って見たらセルが角田さんのスポンについていた。はたき落として破損被害はなかった。

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
717	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山	8/31	8/31	成瀬駅6:34=7:25相模湖駅7:30…与瀬神社…子孫山ノ頭…孫山…矢ノ音…10:15明王峠…11:07陣馬山…ノ尾根コース…13:10陣馬山登山口…13:45藤野駅	
718	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	景信山	8/31	8/31	高尾山口8:30…高尾山頂10:30…城山11:30…景信山12:40…小仏バス停15:30=高尾	雨上がりで少しぬかるみがあり滑らないように注意しながら歩く。