

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
349	個人山行	沢登り	沢登り&登攀	丹沢	東沢 本棚沢	3/23	3/24	23日集合：拙宅18時 町田駅北口18時30分 新松田駅19:30集合地＝丹沢湖畔公園20:00 24日公園6:10～6:25西丹沢VC7:10～つづき新道…東沢林道…8:30東沢入浜8:55…12:50瀧園13:05…13:50脱溪14:10…つづき新道…西丹沢VC16:00＝さくらの湯＝帰京	檜洞丸の西に展開する難走東沢。天候に恵まれず残雪と氷に閉ざされた極寒道となる。この時期晴れと曇りでは大違い。氷水を浴び、雪面に指を指すことが多く指先が麻痺。本棚周辺は雪と氷で大巻き100mの懸垂下降で沢床へ。予定より1時間遅れ瀧園に到着。登攀ルートを確認していると、音が降りたため右の急斜面からツツジ新道を通る。チェーンスパイクとアイスハンマーの効的な保持力を感じた脱溪となる。滝登攀プロジェクトは3/20の百寿ノ滝に続き今回も降雪で実現しませんでした。
350	個人山行	ハイキング		中央沿線	お伊勢山	4/1	4/1	成瀬＝大月（富士急バス）＝辻BS9：15…大神社…9：40お伊勢山…10：20上真木BS＝大月＝成瀬	お伊勢山は秀麗富嶽十二景（といっても20座ありますが）のひとつ。五福巡りをしながらパンフレットにあるさくら三千本を楽しむ予定でしたが見ごろはまだまだ先でした。
351	個人山行	ハイキング		富士・御坂	都留アルプス	4/2	4/2	十日市場駅9:45…田原ノ滝…美山球場分岐…10:45都留アルプス山…都留文大分岐…元坂…天神山…鍛冶谷坂水路橋…11:55パノラマ展望台12:00…猿山…都留アルプス登山口…13:30都留市駅解散	3/31に「都留アルプスフリーハイキング」のイベントがあり、そのためかあちこちに標識があり迷いようが無いほどでした。都留市が力を入れて整備をしているのが、よくわかりました。ソメイヨシノはまだでしたが、散策路の桜が咲いており綺麗でした。途中に千本桜植栽地がありましたが、まだまだで大きくなったら見事なることでしょう。
352	個人山行	ハイキング		上州	榛名山	4/2	4/3	4/2 自宅5:00＝相模原IC＝渋川伊香保IC＝7:55榛名ビジターセンターP 8:15…8:45湖畔の宿記念公園8:50…9:45掃部ヶ岳9:55…10:40祝岩10:45…11:05登山口…車道…11:20登山口…12:05鬮山12:15…12:30身籠り分岐12:50…13:20身籠りヶ岳13:30…分岐…島帽子ヶ岳登山口14:00…榛名ビジターセンターP14:25＝榛名富士14:52…15:00富士山神社＝15:25榛名富士登山口＝宿 4/3宿＝自宅	掃部ヶ岳、鬮山、島帽子ヶ岳の北斜面に雪・氷が残っていたが、チェーンスパイク無しで歩行可能であった。島帽子ヶ岳山頂(南端)から榛名富士、榛名湖の景色は素晴らしい。宿泊したゆうすげ元湯は温泉が良く、食事も美味しかった。立ち寄り湯も可能。4/3に当初予定していた相馬山は天候不良のため、キャンセル、伊香保温泉の観光に変更した。
353	個人山行	ハイキング		その他	仙人ヶ岳	4/2	4/2	相模大野5:30＝（相模原IC～北関東自動車道・足利市IC）＝8:30猪子トンネル登山口P8:45…猪子山…大掃り…まつだ湖畔キャンプ場分岐…熊の分岐…13:00仙人ヶ岳(663m)13:25…熊の分岐…生不動…岩切登山口15:15…猪子トンネル登山口15:35＝（足利IC～相模原IC）＝城山＝古淵＝相模大野	アカヤシオの咲く穂線は、痩せ尾根のアップダウンが続くので途中撤退も覚悟で臨んだが、咲き始めた山ツツジとアカヤシオを堪能しながら、大掃りの長い傾斜も慎重にクリアして登頂。地元の方のアドバイスを受け、下りは短時間で下山できる沢川を歩いた。昨年はアカヤシオの当たり年で、3月末は全山ピンク色に染まった由。
354	個人山行	ハイキング		奥武蔵	笠山	4/2	4/2	8:20小川町駅イグバス＝8:57白山車庫09:00…10:16 笠山…11:33 堂平観測所ゲート 12:14…12:31 剣ヶ峰…13:56 白山車庫バス停14:43＝14:25小川町駅	笠山のイワウチワ狙いで計画しましたが開花が遅れているので中止しようか迷いましたが天気が良いのでかまわず。初めて訪れるイワウチワの群生地はわかりやすく案内とロープがあり安心でした。山頂からは草津白根山、苗場山、谷川岳が見えました。あいにく寒くは見れましたが咲いていたのは輪だけでしたのでまた時期を見て出かけられるとうれしいです。堂平山は景色が良くほぼ360度パノラマで日光方面は見えませんが、ヶ岳方面や浅間山が見えました。
355	個人山行	ハイキング		その他	七国山・谷戸巡り	4/2	4/2	町田駅バス停21番9:05＝9:25薬師池バス停…薬師池公園10:30…10:45薬師堂10:50…12:00七国山/昼食12:30…12:45鎌倉古道…13:00鶴見川/丸山橋…鶴見橋…13:50ならは谷戸…14:15小野城址…14:40方正寺谷戸…15:10小野路交流館15:40＝小野神社BS15:50（解散）	桜は、まだ、一分咲きだったが、早春の里山を満喫した。鶴見橋…国師半沢道路…白山谷戸を予定していたが、直接、ならば谷戸に到着したため、途中の谷戸は、省略した。
356	個人山行	ハイキング		丹沢	岳ノ台	4/2	4/2	秦野駅8:25＝ヤビツ峠9:13…9:45岳ノ台…菩提峠…表丹沢林道…桜沢林道分岐…桜沢林道…葛葉の泉…表丹沢野外活動センター…12:32菩提原＝秦野駅	ウソの番を確認。ウグイスも上手に囀っていました。マメザクラが花盛り、ヤマブキも咲き始めていました。
357	個人山行	岩登り	クライミング	奥多摩	御前岩	4/2	4/2	奥多摩クライミングセンター＝8:00～16:00…御前岩周辺で終日クライミング	奥多摩クライミングセンターでクライミングの登録と駐車場代金を払い、御前岩に向かう。ミートテック(6b)、ハートブレイク(6c+)、ナメナメクジ(6c+)、もえぎ(6c)、を登った。
358	個人山行	ハイキング		その他	郡上八幡城山・馬籠	4/3	4/5	4/3愛甲石田9:30＝恵那IC＝宿…岩村散策 4/4宿＝郡上八幡14:00…郡上八幡城山＝17:00馬籠の宿 4/5馬籠(馬屋)8:00…馬籠から妻籠までハイキング【馬籠宿・馬籠峠・子安観音・馬籠・女滝・妻籠宿】＝馬籠14:00＝17:30愛甲石田	一日目は雨のため、笠置山は中止し、岩村の300年以上のお雛様飾りの家々をめぐる。二日目は郡上八幡城山や水あめ街並みを散策し三日目は馬籠から妻籠までウォーキング。満開の桜を満喫しました。
359	個人山行	ハイキング		丹沢	加入道山	4/4	4/4	橋本駅6:20＝7:20駐車場7:30…9:40加入道山…12:10駐車場＝橋本駅（解散）	前日の雨で登山道の泥濘が心配だったが、歩き出し箇所と途中部分的に足を取られるくらいでした。が、登山道全体が荒れていて崩れている箇所も多数あり、登山道が変更されていました。
360	個人山行	ハイキング		中央沿線	八重山	4/4	4/4	古淵6:50＝橋本7:02＝7:14八王子7:17＝7:24高尾7:25＝7:50上野原バス7:57＝8:14光電製作所前BS8:20…虎丸山…能岳…八重山…10:50展望台11:40…上野原中学校…12:45大湯BS	雲があって富士山も他の山も見えなかったが、山の頂上から眺める景色は、広がりがある気持ちよい。ウグイスカグラ、シジュウカラ、山椒、等々、次々と見つかる花も楽しい。パンチや東屋も手入れされている。東京からのツアーも来ている。
361	個人山行	ハイキング		関西	京都一周トレイル・愛宕山	4/4	4/8	4/4町田＝新横浜＝京都＝桃山御陵前08:54…伏見稲荷…16:39南禅寺参道 4/5南禅寺参道08:36…18:06延暦寺会館 4/6延暦寺会館07:51…鞍馬寺住持…15:44二ノ瀬駅 4/7二ノ瀬駅06:05…14:25金鈴橋(清滝BS) 4/8清滝BS 06:50…愛宕山住後…渡月橋…16:30上桂駅	京都一周トレイル(京北コース以外)と愛宕山を歩いた。開花が遅れていた桜が各所で満開だったので名所、寺社に立ち寄った。トレイルは標識などよく整備されているが市街地ではGPS+マップで位置確認が必要なおもあつた。
362	個人山行	ハイキング		その他	愛宕山	4/5	4/5	町田9:01＝9:28代々木上原9:31＝9:46麩が関9:53＝9:55神谷町…岡屋茶屋…愛宕神社…虎ノ門ヒルズ…スターショットタワー…NHK放送博物館…愛宕神社…虎ノ門16:00(解散)＝神谷町＝代々木上原＝町田	天気は薄曇り、愛宕神社の出世の石段を登り、都区内最高峰の三角点を踏み、招き石を撫でて幸せを買った。松濤園の高層ビル群の眺望を楽しんだ後は虎ノ門横丁でグルメを満喫した。NHK博物館で8KのTVをしながら午睡タイム。ラジオ、TV開始時代からの機器類、東京オリンピックを撮影した物々しい機器類の展示。選手達の活躍の様子等々、大河ドラマ、朝ドラのフィルム等往年のスター達の日本や衣裳の展示は懐かしかった。高層茶屋の大福を楽しみに補給についた。
363	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	坪山	4/6	4/6	上野原8:15＝9:10八ツ田9:20…11:20坪山11:40…13:00下湯分岐…13:40びりゅう館…学校前バス停15:51＝16:50上野原バス停（解散）	八ツ田バス停のカタクリはありませんでしたが、西コースにはイワウチワ・七カゲツツジ・ミツバツツジアセビが、可愛らしい姿を見せてくれました。

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
364	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	草戸山	4/6	4/6	京王高尾駅8:00…梅ノ木平…10:00西山峠…11:00草戸山…13:00四辻…13:30京王高尾山山頂(解散)	ニリンソウは西山峠付近ではそれなりに楽しめました。今季初めてのザゼンソウやヨゴレネコなどを楽しめました。
365	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	金時山、明神ヶ岳	4/6	4/6	松田駅6:20=7:00御殿場線足柄駅7:10…9:50金時山10:15…12:55明神ヶ岳13:25…15:45明神ヶ岳…16:10塔ノ峰…17:15箱根湯本駅解散	薄曇りと濃霧の為、眺望の無い山行でした。幸い無風状態の為、体力の消耗が少なく、長い歩程を無事乗り越えられました。
366	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	南高尾山稜	4/6	4/6	町田5:57=高尾山口(京王)…四辻7:00…草戸山8:10…大垂水峠…11:30城山12:05…景信山…陣馬山15:10…16:15陣馬高原下BS=高尾駅	城山山頂のベンチは黒山の人だかりだった。
367	個人山行	ハイキング		房総	高岩山・御所塚山	4/6	4/6	橋本駅6:30=東京高アクアライン=東関東自動車道館山線君津IC=右射太郎山登山口9:00…9:25右射太郎山…高岩観音…11:15高岩山11:45…12:40高岩大滝…13:35右射太郎山登山口=御所塚山登山口14:40…15:05御所塚山(一等三角点、大谷)15:10…15:25御所塚山登山口=東京高アクアライン=東神奈川=橋本駅	「日本百低山」のTVで見えてはいたが、なかなか変化のある楽しい山でした。尾根道から始まり、岩の中に半分たてられたお堂、この山も関東大震災の後に切り出された石の跡。登山道の岩には歩きやすいように階段状に削ってありました。御所塚山は一等三角点のある山ですが、登山口には、手作りの標識が新しくありました。
368	個人山行	ハイキング		その他	大山・鳩吹山	4/6	4/7	4/6新横浜6:39(ひかり631)=7:48豊橋8:02(名鉄名古屋本線快速特急)=9:18大山9:21(名鉄広見線)=9:30見川…鳩吹山登山口…14:06見川=14:30大山駅…4/7宿…大山まつり見物…大山14:36(名鉄大山線特急)=15:02名鉄名古屋…15:10名古屋15:31(ひかり654)=16:39小田原=16:53新横浜	両日とも、好天に恵まれ、いたるところで色々な桜を楽しんだ。鳩吹山はびっくりヒトツバキ(シダの一種)におおわれるなか、鮮やかなシハイミレと慎ましくかなヒメガツツジが美しかった。大山まつりは13台の山車の上で繰り上げられる、からくり人形の軽妙な動きに加え、山車が急に方向を変える時の「どんでん」が狂喜だった。
369	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	奈良倉山	4/6	4/6	成瀬6:44=町田6:48八王子7:24=7:31高尾7:39=7:56上野原8:15…9:25鶴峠9:35…10:45奈良倉山10:55…11:30松姫峠12:00…鶴峠山12:25…スタバ…13:00橋の木巨樹13:10…ワサビ畑…14:40小菅の湯15:20=16:42上野原16:52=高尾=八王子17:29=町田=成瀬	今年は3~4ぐらい早く芽吹きには出会えず残念だった。6日よりバスの運行が始まったのに鶴峠、松島峠のトイレは冬季使用禁止のままであり連携がとれていない。
370	外部学校、行事	岩登り	クライミング	奥多摩	つづら岩	4/6	4/6	8:20武蔵五日市駅=千石…つづら岩の岩場14:30…千石=武蔵五日市駅解散	
371	アルパイン企画部山行	沢登り	沢実践1	奥多摩	日和田山	4/6	4/6	高麗駅8:15…コンビニ…9:30日和田岩15:40(AM女岩PM男岩)…高麗駅17:00	雨の音で各自覚める。都内もザーザー。さてどうなることやら。幸い日和田は雨の痕跡なく、岩場も自由に使えた。沢靴を履き、登攀、クライムダウン。リックを背負い同様に。その他ザイルワークと懸垂下降行ったあと、沢で使用するボアディービレイ、支点が限られた時に使用するセカンド確保術を練習した。昔同沢実践は沢を登りながらの訓練を予定。「習うより慣れる」の世界です。
372	個人山行	ハイキング		丹沢	大山三峰	4/7	4/7	本厚木駅6:55=7:34土山峠7:50…9:00辺室山…物見峠…12:00三峰山…14:00不動院…山神院…15:40広沢寺温泉入口BS15:46=本厚木駅	山頂前後は鎖場が続く緊張して歩きましたが、久しぶりの晴れ間の下で、若葉が出始めた木々やマメグサに癒されました。
373	ハイキング企画部山行	ハイキング	公開やさしい山登り講習会	陣馬・高尾	陣馬山	4/7	4/7	JR町田駅6:30=(八王子乗換)=7:20相模湖7:45…大平小室…明王峠…11:55陣馬山12:45…(一ノ尾根)…一ノ尾根・和尾根分岐…14:20和尾BS=(バス)=藤野駅=町田駅解散	外部参加者を迎え入れて、ゆっくりと歩く。あたたかな陽気で、歩き始めた草花を調べながらの山行。下山口の和尾の集落でトビやツツジが咲き誇り、春の盛りが感じられた。
374	個人山行	ハイキング		中央沿線	八重山	4/7	4/7	Jr町田駅 6:34=八王子7:06大月ゆき=上野原7:30バス7:35=光電製作所下車…虎丸山…9:30能岳(野点)…10:30八重山(昼食)…展望台 上野原中学12:40…13:13大堀=14:00上野原 解散	雨上がりの気持ちいい天気にも恵まれて、シュランも期待どうりやまきくから、こぶし三つ葉つじふでりんどう スミレなど沢山のはなを楽しみながら はるを満喫できました
375	個人山行	沢登り	大滝登攀訓練	奥多摩	越沢バットレス	4/7	4/7	登戸=越沢8:30=9:00バットレス17:00…登戸解散	御岳山に至る越沢沿いにある高さ100m程の岩場。マルチの練習に適する。アプローチ道は崩壊しており上流側のキャンプ場跡地からアクセスするのがよい。駐車場は林道途中の有料の民間もしくは場ノ果栗の公営P。後者は4/12から有料化。土日は30分100円と登山者向けの料金設定。何をしてもコストがかかる時代になった感が否めない。
376	個人山行	ハイキング		関西	藤原岳・愛宕山	4/9	4/10	4/9近鉄名古屋=富田=西藤原9:55…12:45藤原山荘13:05…13:20藤原岳…藤原山荘…聖宝寺…16:16西藤原=富田=名古屋…京都=泊 4/10宿(タクシー)=登山13:25…水尾別れ…11:05愛宕山11:40…月輪寺…14:10清滝(解散)	出発は弱雨を予想していたが、出発時は傘を折り捨てた。藤原岳は岩が散るすた々とした山容。福寿草は9合目を過ぎた辺りから沢山見ることができた。高を括って登った火伏神社の愛宕山は階段、階段、また階段！玉砂利を踏みし御利益を信じて下山。富田～西藤原の運賃は現金のみ取り扱い。
377	個人山行	ハイキング		上越	六万騎山、坂戸山	4/9	4/10	4/9JR浦佐駅9:16…10:52高山…12:10JR浦佐駅13:42=13:52JR上越線六万騎山=タクシーで14:00銭湯公園14:50=タクシーでさくら温泉健康館(宿泊) 4/10 8:10さくら温泉健康館=タクシー=高坂神社8:20…9:34坂戸山9:54…10:44高坂神社…10:53栗原尾根登山口…11:07六万町駅(昼食)12:34=12:44JR上越線五日町駅…13:11地蔵尊側登山口…13:42六万騎山…14:06庚申塔側登山口…14:10地蔵尊側登山口…14:3:4五日町駅14:44=14:48浦佐駅15:01新幹線とぎ324号=16:28東京駅	天気の良い都合で、1日目の予定を入れ替えて、初日は高山ピストン、銭湯公園の散策にしました。少し残雪もあり、山頂近くになると霧になりました。雨で景色が見えないのは残念ですが、カククリ、イワウチワ、イチガ、コンコバイネが咲いていました。銭湯公園は桜の名所ですが、ほとんど咲いていない状況でした。2日目は、坂戸山も六万騎山もカククリの大群生を楽しめました。坂戸山は、イワウチワの群生、白花もあり輝かかたです。晴れていたのは、白銀の峰々が楽しめます。チョウジ桜もたくさん咲いていました。春の新潟の里山は花にあふれてやっぱり楽しいなと思いました。
378	個人山行	ハイキング		奥多摩	広沢山・大塚山	4/10	4/10	古里駅8:45…寸庭橋…鉄五郎新道入口…10:00金比羅神社跡…11:20広沢山…11:45大塚山13:15…13:38富士峠…13:55御岳山駅=滝本駅=御嶽駅 解散	鉄五郎新道は、最近の昭文社の地図では実線となっていた。広沢山までは細い尾根を直登するところもあり、慎重に歩いた。お目当てのイワウチワはまだ小さく花は咲いていなかったが、これかともっと咲くのかなと思った。富士峰頂地帯は、カククリがたくさん咲いていました。
379	自然保護部山行	ハイキング	自然観察会	その他	成瀬尾根	4/11	4/11	鶴川駅9:10…和光大学東尾根…11:30成瀬尾根…山吹緑地…成瀬総合体育館…堂之坂公園…14:10成瀬駅	楽しみにしていた朴ノ木の花は、昨年より早く咲くかとの思いで日程設定しましたが、硬い蕾でまだまだ先のようでした。その代わり桜は満開で恩田川の桜は圧巻でした。拾ったゴミの量 可燃ごみ570g 空き缶270g 空き瓶590g 合わせて1.43g

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
380	個人山行	ハイキング		奥多摩	日の出山	4/11	4/11	成瀬駅6:21=八王子駅=拝島駅=7:53武蔵五日市8:00=9:20金尾羅山=11:40麻生山=12:40日の出山13:00=13:45高峰=14:20P583=14:50P355=15:30沢井駅=八王子駅=成瀬駅	山は今が一番いい季節、淡い色の桜が山をぼんやり彩り芽吹き薄緑と相まってまるで雲のよう。
381	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	猫越岳・三筋山	4/11	4/12	4/11愛甲石田駅=厚木西IC=沼津IC=仁科峠P9:45=後藤山10:23=11:25猫越岳11:45=仁科峠13:30=城ヶ崎(泊) 4/12城ヶ崎9:30=細野高原10:45=11:45三筋山12:00(往路を戻る)細野高原P13:30=愛甲石田駅(解散)	猫越岳(ネッコダケ)は中伊豆山稜線歩道の一帯で道標は良く整備されているが経路荒廃も若干目立つ。眺望が素晴らしいが全山が満開のアゼビに覆われ、マメザクラ、チョウジザクラも交じり花の山だった。三筋山はワビ等の山菜取りと思われるハイカーが多く見られた。オトメスミレ、スミレ、ニオオチタツボスミレも多く咲いていた。
382	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	4/12	4/12	高尾駅北口8:12=日影B.S.8:30=日影沢園地=日影沢林道=11:13城山11:45=丁平=高尾山山頂=16:10高尾山口	都連盟植物観察会の下見。ニンソウやヤマザクラが花盛り。
383	個人山行	ハイキング		東名	清観峰	4/12	4/12	花沢臨時駐車場 9:15=鞍掛峠=清観峰11:00=日本坂峠=法華寺=14:00駐車場	事務局と送迎の合同山行でした。桜吹雪の中、3月で卒業する方と新しく役員になった方々との歓送迎山行となりました。
384	個人山行	ハイキング		奥武蔵	蔵山	4/12	4/12	志賀宅5:00=さわらびの湯P7:30=河又名栗湖入り口BST:34=7:48名郷BS8:00=蔵山10:40(金尾羅尾根)藤棚山=大ヨクノ頭=金尾羅山=14:40さわらびの湯P=相原駅(解散)	芽吹きが始まったばかりの尾根筋に浮かぶように咲くアカヤシオと、咲始めのミツバツツジを眺めながら気持ちよく歩いた。岩場には変わったイワウチワも。遠くに見える山肌の淡い春色にも見惚れた。
385	個人山行	ハイキング		丹沢	孤釣山	4/12	4/12	町田6:00=7:35道志の森キャンプ場7:40=水晶橋=9:00城ヶ尾峠=10:20ブナ沢乗越=11:00蘆釣山11:10=11:30葎釣避難小屋12:20(ブナ沢ルート)13:30道志の森キャンプ場(解散)=町田	平日だったので登山者とは誰もともわず静かな山行が出来た。城ヶ尾峠から蘆釣山まではブナの中を歩く接道で、気持ちの良い登山道だった。新緑はもっと良さそうだった。期待していた孤釣山から眺める山中湖越しの富士山の眺望は、残念ながら雲に隠れられず。
386	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	八重山	4/13	4/13	上野原発バス時刻8:06=大堰8:20=八重山10:30=能岳10:50=向風11:50=新井13:20=上野原=高尾	天気の良いこの日この山に入った人は少なくゆつりと、のんびりと散策する。
387	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	日蓮アルプス	4/13	4/13	町田=藤野=日蓮大橋=金剛山入口8:00=金剛山=9:10峰山=杉峠=10:00鉢岡山=日蓮山=宝山=12:00山道入口=日蓮大橋=13:00藤野駅	新緑が綺麗だった。
388	個人山行	ハイキング		丹沢	三ノ塔	4/13	4/13	表丹沢野外活動センター9:10=葛葉の泉=二ノ塔尾根=二ノ塔=12:07三ノ塔13:01=三ノ塔尾根=牛首=表丹沢林道=大平橋=二ノ塔尾根=葛葉の泉=17:03表丹沢野外活動センター	ヤマブキやマメザクラが花盛り。
389	自然保護部山行	ハイキング	自然観察会	その他	小石川植物園(シリーズ2)	4/13	4/13	町田8:11=新宿(南口出口)=都営新宿線神保町=都営三田線白山駅9:30=「小石川植物園」14:00=14:30白山駅(解散)=町田	昨年9月の観察会に続き2回目の植物園、春の芽吹きの季節を迎えいんげん木の花や新緑にあふれていた。紫色の小さな花をたくさんつけたイロハモミジ、種子発見のイチゴは枝先の小さな新葉の下に隠し花をたくさんつけ、トキワマンサツ大樹は樹状の淡紫色の花に覆われ花が滝のように流れていた。今回は秋、これらの植物が紅葉していく様子の観察できるのを楽しみにしている。
390	個人山行	ハイキング		奥多摩	赤ぼっこ	4/13	4/13	町田6:30=7:46青梅8:00(都営バス吉野行き)=8:10稲荷神社前8:15=愛宕山=栗香山=天狗岩分岐=10:10天狗岩=10:35赤ぼっこ11:15=馬引沢峠=旧二ッ塚峠=13:00天祖神社=15:20青梅=町田	前回3月2日に歩いた時から、穏やかな春爛漫の景色に移り変わって新緑、春色を満喫しました。赤ぼっこ斜面にはミツバツツジの苗木が植えられ、毎年楽しみが増えました。クマンバチが旋回して攻撃性は少ないとありますが要注意!
391	個人山行	ハイキング		丹沢	丹沢三峰	4/13	4/13	本厚木BS6:55=7:39三叉路7:55=9:40高畑山9:50=13:07大礼ノ頭13:20=14:05丹沢山14:25=15:40塔ノ岳15:50=18:53大倉BS=沢沢駅(解散)	丹沢山までの登山道は折れた木が多く、登山道を塞いでいる箇所が見られた。良好な天候の中メンバー各位がコミュニケーションを取り、楽しいながらも予定時刻に遅延なく下山出来た。メンバーのご協力に感謝します。
392	個人山行	ハイキング		富士・御坂	王岳	4/13	4/13	7:30八王子=10:50西湖いやしの里11:00=11:30王岳登山口=12:40王岳=13:40鍵掛=14:00鍵掛峠=15:10西湖いやしの里	事故渋滞に巻き込まれ到着が2時間遅れたので王岳から鍵掛峠までの周回に変更しました。目の前に広がる富士山を岩平に見ながらの接道歩きは素晴らしいです。いやしの里では外国人観光客でにぎわっていました。
393	個人山行	ハイキング		奥秩父	金ヶ岳	4/13	4/13	6:30大和駅=後瀬IC=9:00明野ふれあいの里周辺(車デポ)=9:20金ヶ岳登山口=11:30金ヶ岳手前下山=12:30明野ふれあいの里周辺(車ピックアップ)=適時解散	CLの体調が優れず、金ヶ岳手前から下山した。
394	個人山行	ハイキング		富士・御坂	毛無山	4/13	4/13	橋本5:30=麓ゲート8:00=毛無山11:40=雨ヶ岳14:10(1:10)彌足峠15:20=18:20麓ゲート=橋本21:00	毛無山から雨ヶ岳へは気持ち良い縦走路でしたが、麓(地名)での朝霧ジャム開催日で、やたらうるさかったのが残念。戻りの東海自然歩道がずいぶん荒れていて、一番歩きに良かったです。
395	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	坪山	4/13	4/13	町田6:48=7:14八王子7:24=7:31高尾7:39=7:56上野原駅8:35=バス=9:27八ツ田BS9:50=12:00坪山=12:40 995地点手前(昼食)13:00=14:00三叉路=14:35びゅう館=郷原BS15:50=16:55上野原駅	ヒカゲツツジ、イワウチワ、ミツバツツジが咲いて、美しい。花の時期の坪山は、天気に恵まれ、多くの人でにぎわい、増巻のバスが行きも帰りもでしたが、それでも満員だった。帰りは、バス停を一つ戻って待たないかいて、全員が座って帰ることができた。
396	個人山行	雪山(アルパイン)	積雪期登山	日光・那須	日光白根山	4/13	4/13	坂戸駅駐車場集合5:30=8:00丸沼高原スキー場8:30=8:50山頂駅9:00=9:30七色平蔵小屋=10:25弥陀が池=10:55五色沼=五色沼避難小屋=12:30白根山13:00=14:15山頂駅=15:00丸沼高原スキー場=坂戸駅駐車場(解散)	今年の12月のために東横偵察を兼ねての山行でした。弥陀が池へ五色沼~白根山のコースは人が少ない貸切のコースでしたのでトレースもほとんど残ってませんでした。五色沼避難小屋から白根山頂上はほぼ直登で頂上近くはそれなりに傾斜のきつい雪壁が続く、積雪期の春山を存分に楽しみました。

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
397	安全山行推進部山行	雪山(アルパイン)	雪上訓練	上州	上州武尊岳	4/13	4/14	集合13日 南町田6駅17時10分 車:スズキハスラー 南町田G駅17:10=秋川駅18:20(濱田さん)=沼田ic=沼田健康ランド20:40 14日 健康ランド6:15=すき家=コンビニ=8:00川場スキー場8:45(リフト)リフトトップ9:20=剣が峰=11:45山頂12:15=中腹(雪上訓練)14:10=リフトトップ14:45=スキー場発16:00=帰京21:30	蒼穹の空を切り取る白銀の上州武尊岳で雪上訓練を実施。春爛漫の一日で登頂後中腹の適地で清湯停止。雪での支店構築、耐風姿勢ほか予定メニューを消化。川場スキー場から入山の場合はココヘリ所持が必須。リフトでアプローチできるため雪山初心者にはベストな山です。
398	都連山行	岩登り	TWAF・東京救助隊搬出訓練	奥秩父	神流の岩場	4/13	4/14	13日 6:15橋本駅集合…神流の岩場…15:00神流・古民家(泊) 14日 9:00…神流の岩場…15:00神流・解散	岩場でのセルフレスキュー搬出訓練と技術交流会
399	個人山行	ハイキング		富士・御坂	ガラン沢・御殿庭	4/14	4/14	自宅6:30=水が塚駐車場7:40…旧料金所脇取りつき8:30…ガラン沢10:00…御殿庭下11:10…(村山古道)…水が塚駐車場14:30=自宅	富士山南側麓の須山古道・村山古道を歩いてきた。昔むしたウラジロモミヤスキ、モミ、カエデの大樹の原生林が広がり林床にはバイケイソウの大群生地も見られた。マイナールートで往復ともに誰にも会うことなく静かな一日だった。
400	個人山行	ハイキング		富士・御坂	長池山	4/14	4/14	橋本駅=石割山登山口駐車場8:20…平尾山…大窪山…太平山…飯盛山…10:20長池山…飯盛山…太平山…大窪山…平尾山…12:20駐車場=橋本駅(解散)	比較的距離は短いながらもピークが沢山あり全て階段の登り下りで結構ハードな山です。野焼きの為に富士山は煙に巻かれて見えなかったのですが野焼きの景色もこの時期でしか見れないので良かったです。
401	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	景信山・陣馬山	4/14	4/14	JR町田駅4:56=5:21八王子5:26=5:32高尾駅5:49=5:52京王高尾駅6:00…四辻…草戸山…8:30西山峠…小仏城山…12:30景信山…堂所山…陣馬山15:00…16:15陣馬高原下バス停=JR高尾駅=町田	景信山からの景色はヤマザクラと新緑のコラボで東山魁夷の世界の絵でした。本日は23.7kmのログが取れました。距離の長い山行予定がありそのトレーニングに最適山行でした。
402	個人山行	ハイキング		奥多摩	坪山	4/14	4/14	相原駅西口6:00=びりゅう館P7:20…9:10坪山9:23…阿寺沢分岐…10:35びりゅう館P=相原駅(解散)	満開のヒカゲツツジとイワウチワの花を楽しんだ。混雑を避けるため早い時間に登山を開始したので、ゆつくりと花を楽しむことが出来た。
403	個人山行	ハイキング		丹沢	丹沢山	4/14	4/14	本厚木6:55=7:45三叉路7:50…9:33塩水橋9:38…11:15堂平11:30…13:32丹沢山13:46…14:50塔ノ岳15:10…16:17堀山の家16:29…18:04大倉18:08=渋沢	日曜日なのに三叉路バス停で下車した人は我々以外2人でも空いていた。ただ、塩水の車は満車だった。堂平のふな林は綺麗で、森林浴を満喫した。
404	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山～高尾山	4/14	4/14	鶴川5:44=高尾6:50(バス)=陣馬高原下7:25…陣馬山9:00…野王峠10:00…景信山11:00…小仏城山12:30…高尾山13:30…清滝駅14:30…高尾山口駅14:40=鶴川17:30	お目当ての一丁平の桜は散りかけてはいたものの、見事に咲いていました。ミツバツツジも満開でした。景信山以降は人が増え、高尾山山頂はものすごい人出だったので、ケーブルカーでの下山を諦め、稲荷山コースで下山しました。山頂の賑わいをよそに比較的静かで気持ちよく歩きました。
405	個人山行	ハイキング		東北	只見線 会津若松駅～小出駅	4/14	4/16	4/14町田8:30=新宿9:03=9:14大宮=9:50 10:05新幹線やまびこ55号=郡山=常磐西線11:15=会津若松着12:31 13:05只見線=会津宮下着14:29宿「栄光館」送迎=第一只見川橋梁(おけり)=宿4/15宿8:30=第二只見川橋梁(送迎あり)=会津宮下駅9:15=第五只見川橋梁=会津川口駅9:43着…かねやまふれあい広場…観光タクシー散策…会津大塩駅=只見駅16:21着 4/16宿9:00…只見町(フレンチカフェ)…散策…三石神社散策…只見駅9:30=小出駅10:41…小出公園散策…小出駅14:29=浦佐15:5;00=「新幹線」とき自由席=大宮=新宿=町田 17時着	あこがれた会津から小出までの只見線の旅。浅草岳や八海山、越後三山は真っ白の雪。ふもとは桜と新緑。流水で流された橋梁一つ直下の11年かかったそうだ。今回全部の橋を見ながらゆったりした2日間の旅。沿線の野良仕事の手を振って迎えてくれた。地域の方が、いかに全線復活を願ったか、私たちも手を振って答えた。
406	個人山行	ハイキング		丹沢	三ノ塔	4/15	4/15	表丹沢野外活動センター9:05…葛葉の泉…二ノ塔尾根…二ノ塔…12:39三ノ塔…三ノ塔尾根…牛首…表丹沢林道…大平橋…二ノ塔尾根…葛葉の泉…16:28表丹沢野外活動センター	マメザクラや、ナガバノスミレサイシンが花盛りでした。
407	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	4/16	4/16	秦野駅8:25=ヤビツ峠9:03…富士見橋…二ノ塔…三ノ塔…新大日…13:21塔ノ岳…大倉尾根…16:39大倉=渋沢駅	二ノ塔のクワザクラは蕾。行者ヶ岳でクワザクラや、シロバナショウジョウバカマの開花を確認。
408	個人山行	ハイキング		奥多摩	惣岳山	4/16	4/16	小田急相模原5:46=5:51町田6:05=6:30八王子6:34=6:45立川6:54=7:25青橋7:27=7:51川井8:05…神塚山(神塚尾根)…10:25惣岳山10:35…浜井尾根合流点…P614…平澤尾根…P556…12:30物見山…しめ縄…日枝仁社…東光寺墓地…13:45軍畑駅	守屋さんの地図の神塚尾根を登り平澤尾根を降りた。神塚尾根の地図に記載された昨年まではあった取り付きは工事により無くなっていった。尾根の反対側は林道から回り込み特定の尾根に取り付いた。惣岳山手前の急登は薄っすらと道らしきものが付いており難く登れた。惣岳山山頂から標高600までには尾根が様々な分岐しておりミスコースし易いがそれだけに地図読みの醍醐味を味わった。
409	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	坪山	4/16	4/16	JR上野原駅8:41の電車で集合=上野原駅・富士急バス 飯尾行き8:50=9:42八ツ田バス停9:52…東・西ルート分岐9:57…11:28坪山12:00…13:11阿寺沢分岐…13:39びりゅう館=タクシーで15:05上野原駅	7年ぶりにヒカゲツツジとイワウチワを見に行きました。麓はここ数日気温が一気に上がったため、水仙、ソメイヨシノ、花桃、八重桜、山吹が一気に開花して桃源郷のようでした。そのためヒカゲツツジは山頂に行くにつれ、終盤から見ごろ。つぼみと開花の状況が変わりました。間に合ったようで良かったです。イワウチワは白花も咲いていました。馬酔木やミツバツツジも最盛期です。天気にも恵まれ山頂からは雲取が良く見えました。疲れた尾根がやや緊張しましたが、トラロープがよく整備され、ありがたかったです。びりゅう館も桜と水車小屋が日本の山里らしくて良い景色でした。
410	個人山行	岩登り	二子山岩場クライミング	奥武蔵	二子山	4/16	4/16	4/16 相原5:45=二子山駐車場8:30…祠エリアにて終日クライミング練習…二子山駐車場16:30=相原19:30(解散)	祠エリアにて、モダンを取り巻き(6c)、ラッキーキャット(7a)、ゴルーベ(6c)、シリアル(6c)、ウォーミングアップ(6c)、話がピーマン(6b)というルートを練習した。岩場の染み出しは、午後には乾いて快適だったが、被ってて難しい。
411	個人山行	ハイキング		丹沢	弘法山	4/17	4/17	秦野駅10:02…弘法の清水…11:29権現山…弘法山…13:40鶴巻温泉駅	ホテルカズラやフレンドウなどが咲いていました。

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
412	自然保護部山行	ハイキング	自然観察会	陣馬・高尾	南高尾 草戸山	4/18	4/18	高尾山口8:30→梅の木平→山下→(ニリンソウ観察) 10:30西山峠→三沢峠→11:50櫻岳山(昼食) 12:20→草戸山→13:00草戸峠→13:50梅木平→14:30高尾山口駅(解散)	ニリンソウは斜面一面白い花を咲かせ見事だった。一方ヤマブキソウは少なく、昨年まで見た黄色のヤマブキソウの群生を思い出し自然の変化を感じた。人間の立ち寄りの影響心配にもなった。資料「南高尾山で出合える植物」にメモしながら植物観察した。参加者から「資料があり植物の名前を記入できて良かった。帰って図鑑など見て整理したい」との声があった。
413	個人山行	山スキー	山スキー滑降練習	東北	八甲田山	4/18	4/20	4/18 町田駅=東京7:32=10:52新青森駅=11:00ホテル12:00=(ホテル送迎) ロープウェイバス停12:20=山頂駅→フオレストコース・ダイレクトコース滑降練習→ロープウェイバス停=ホテル 4/19 雨天にて停滞 4/20 雨天にてガイドツアー中止=ホテル=新青森駅11:52=15:08東京駅=16:10町田	初日のみコース4回滑降練習できました。2・3日目は天候不良のためツアーは中止しました。ちなみに当日弘前や新青森駅周辺では雨は降っておりませんでした、八甲田山の地形の特殊性と厳しさを感じました。
414	都連山行	ハイキング	自然観察会	陣馬・高尾	高尾山	4/19	4/19	八王子=高尾=日影B.S.9:00→日影沢園地→日影沢林道→11:50城山→丁平→高尾山山頂→16:20高尾山口	都連盟植物観察会に参加。ソノバヤブゲマンやアケボノスミレ等を観察出来た。
415	個人山行	ハイキング		中央沿線	大岳山	4/19	4/19	町田6:05=6:30八王子6:34=6:45立川6:54=7:25青梅7:27=8:05奥多摩8:25→11:10熊山11:30→12:45大岳山13:30→14:20鍋割山14:30→14:40奥の院峰→15:25御岳山→15:50ケーブルカー駅16:06=ケーブル下駅BS16:50=17:00御岳駅17:13=町田	奥多摩駅から、熊山、大岳山、鍋割山、奥の院峰を楽しくも暑い気候の中、人も少なくてゆっくり歩くことができ、楽しかった。下りにケーブルを使うので、逆コースより楽かもしれない。
416	個人山行	ハイキング		その他	高原山	4/19	4/19	矢板7:50=(タクシー)=大間々P8:35→11:10釈迦ヶ岳→剣ヶ峰→13:20大入道→14:25小間ヶ台P= (タクシー) =15:05矢板(解散)	ヒルが出せないうちにと計画したがその心配全くなし。強風でバランスを崩しそうになることもあった。剣ヶ峰から大入道は余り歩かれていない登山道らしく登山道を外れないように注意して歩いた。強風さなければ周りの景色をゆっくりと見ながら歩くにはいい山。
417	個人山行	ハイキング		大菩薩	甲州高尾山	4/19	4/19	町田駅6:05=6:31八王子駅6:35=7:45勝沼ぶどう園駅8:00=8:20大滝不動尊8:30→榎橋手10:00→甲州高尾山12:00→相尾山→大菩薩13:00→13:20縁側カフェ=15:30→(大日影トンネル)→16:00勝沼ぶどう園駅=八王子駅(解散)	遠くには富士山や雪を被った南アルプスの峰々を、眼下には山桜がアケボノスミレや色とりどりの山肌を眺めながらめぐりしつづき、予約した食事処に遅れそうになり急いで、でも慎重に急傾斜の尾根を下った。清々しい山だった。
418	個人山行	ハイキング		奥秩父	妙法ヶ岳	4/19	4/19	橋本駅6:25=9:20三峰ビジターセンター→10:00妙法ヶ岳分岐→10:45妙法ヶ岳→12:30三峯神社三ツ島居→12:50三峯神社→13:15駐車場	ミツバツツジ満開の中三峯神社の奥の院がある妙法ヶ岳まで歩くことができました。軽いつきだと思っていたのですが鎖や急な階段が出てきたのは驚きました。三峯神社参拝だけでもいいので、下山後秩父三社(秩父神社、宝登山神社)を参拝しました。
419	個人山行	ハイキング		九州	傾山、大崩山、尾鈴山	4/19	4/20	4/19羽田8:00発JAL625=9:45熊本空港10:30(レンタカー)=13:10登山口(九折越登山口) 13:35→九折越14:30→傾山16:25→九折越17:45→18:20登山口=宿 4/20宿4:00=上祝子登山口6:00→大崩山荘→祝子川渡渉点7:40→袖ダキ9:25→坊主尾根分岐(P1571) 12:05→大崩山12:50→坊主尾根分岐(P1571)→坊主岩15:30→大崩山荘17:30→18:30登山口=宿(同上) 4/21天候不良のため、尾鈴山山行は中止。	傾山登山口までの道路は悪路。鞍の深くてレンタカーの腹をへつりながら走る。車高の高い車が絶対お薦め。大崩山は全体通してアスレチック要素満載の楽しい山。桂林のような絶景と沢山のアケボノツツジに出会えた。ただし、ロープ、ハンゴでの下降が好きでない方はやや苦戦するかも山です。そんな方は、下りで坊主尾根ルートを使うことは慎重な検討が要ります。
420	個人山行	ハイキング		北アルプス	上高地	4/19	4/22	4/19バスタ新宿22:25発= 4/20上高地バスターミナル 5:20着予定→小梨平・9:00安全祈願参籠 小梨平発10:00→梓左岸・明神→古池11:10→往路戻り→12:30小梨平(暮宮) 4/21小梨平7:30→梓左岸→徳高橋→梓右岸→10:30小梨平(暮宮) 4/22小梨平8:00→梓左岸明神→小梨平10:00→上高地バスターミナル13:20発=松本15:50発=町田	キャンプ場開きの安全祈願参籠に参列させてもらえた。小梨平から見上げる徳高は丁度北側で、神祕を祀るにはよい方角だとか、美しく平易な言葉の祝詞があげられる。この神職の声はとも聴きやすく、篠笛の越天楽が残雪の徳高に響くさまは、本当に心に沁みだ。春の花は昨年以上に早い。
421	個人山行	ハイキング		丹沢	菩提峠	4/20	4/20	秦野駅南口ロータリー先8:20=ヤビツ峠9:30→富士見橋9:50→菩提峠10:00→植樹→菩提峠14:00=秦野駅15:00	200名で800本の植樹をする事ができました。6月には草刈もあるそうです。
422	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山・城山	4/20	4/20	自宅6:40=高尾山山頂7:40→(稲荷山コース)→高尾山9:40→丁平→城山→11:20小仏峠(登山詳細図・大菩薩嶽発行祝賀会参加) 12:40→13:40小仏BS=西沢川→高尾山口14:30=自宅	登山詳細図「大菩薩嶽・中央線沿線の山 全184コース」が出来上がった。祝賀会に関係者が10名くらい集まった。すごい力作だと思う。高尾山より丁平間でオオバウノスズササの開花を2ヶ所確認。ヒメコウゾの雄花序の開花と雌花序の蕾を確認した。
423	個人山行	ハイキング		奥多摩	深沢山・白岩山	4/20	4/20	小田急相模原6:09=6:15町田駅6:30=6:55八王子駅6:59=7:14拝島駅7:35=7:54武蔵五日市駅8:10→(幸神尾根)まいまい坂→8:40ぐみの木峠→9:15たぐ山→9:50深沢山9:55→(ロンデラ)尾根→P441→P448→11:00真藤ノ峠→11:15梵天山→11:30白岩山→11:45金尾羅尾根分岐12:10→13:50金尾羅山→15:05武蔵五日市駅(解散) =拝島駅=八王子駅=町田駅	天候不良で二度も流れたこの山行、晴れ女の登れ高い会員をCLに据えてやっと実現しました。ですが、晴れに偉大な貢献をされたCL含め4人が体調不良などで残念ながらリタイアでした。守屋さんの地図にのみ掲載されているルートでさすが地元の方の方が所要所に道標を設置されています。それでも地図とコンパスは必要です。金尾羅山手前の林道の合流点は流石なヤマモモ、シヤガなどが咲き誇っていました。金尾羅神社のツツジも美しく、それにしても『ためぐ山』とは、何というネーミングなんですよ！
424	個人山行	ハイキング		その他	根本山・熊鷹山	4/20	4/20	自宅5:00=8:00不死熊橋8:25→中尾根コース登山口→四ツ辻→10:10根本山10:25→四ツ辻→十二山根本神社→11:15熊鷹山11:45→石鴨林道合→13:10不死熊橋=19:30自宅	登山道所々にヤマツツジ等が見られ、目を楽しませてくれた。熊鷹山は眺望良く、日光連山が良く見えた。
425	個人山行	ハイキング		奥多摩	高水三山	4/20	4/20	鶴川駅=聖畑駅9:00→10:32高水山10:40→11:05岩茸石山11:30→12:05惣岳山12:15→13:17御城駅	好天の山行。大学同窓を兼ねた高水三山は、日光がまぶしいながらも時折吹く風が爽やかで、爽快な山行ができた。ヤマツツジの標準タイムの0.8倍で計算したが、それよりも早いコースタイムだった。次回からは0.7倍で算出したいと思います。

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
426	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	4/20	4/20	高尾山口9:10…表高尾一ノ路(裏道)…11:30薬王院(安全祈願・昼食)12:50…いろはの森…14:40日影バス停…日影林道…藤棚コーヒー15:44=16:00高尾駅(解散)	都連盟女性ネットワークは2024度より都連盟各委員会に移行所属し活動することになった。その記念山行としの高尾山山行で、薬王院で精進料理をいただきながら女性ネットワークとしての15年の歩みを振り返った。中でも高尾女性集いで山野井紗子さんの記念講演のことが話題になった。
427	個人山行	ハイキング		奥武蔵	大持山	4/20	4/20	相原駅5:50=5:58八王子駅6:09=6:46東飯能駅7:03=8:05名郷BS8:08…蔵山9:50…鳥首峠12:00…13:30大持山13:45…妻飯峠14:30…15:35名郷15:52=東飯能駅=八王子駅	アップダウンが続くロングコース。子持山山頂あたりはアカヤシオが満開だったとのこと。あと一息で子持山だったが、計画にも入れていなかったのだから。鳥首峠を過ぎたあたりから妻飯峠まで、雑木林の林床にカタクリの花が点々と咲いていて和まされた。スプリングエフェメラル!
428	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	生藤山	4/20	4/20	6:20自宅=9:00県立鎌沢駐車場(車デポ)…9:30藤山登山口…9:50軍刀利神社…10:10佐野川峠…11:20=12:00生藤山…(往路を戻る)…14:00駐車場=16:30自宅	久々の生藤山。天候に恵まれ、良い一日を過ごせた。
429	個人山行	ハイキング		大菩薩	倉掛山	4/20	4/20	集合:町田マツキヨ前6:10=愛川IC=勝沼IC=8:25柳沢峠駐車場;45…柳沢ノ頭…板橋峠…12:40倉掛山12:55…板橋峠…15:35柳沢ノ頭…16:10柳沢峠駐車場=勝沼IC=愛川IC=町田(解散)	三窪高原のツツジを楽しみにしていたが、まだ蕾だった。行き交う人は1組3人だけで静かな山行だった。
430	個人山行	ハイキング		丹沢	鳥尾山	4/20	4/20	大倉BS8:40…戸沢10:10…鳥尾山14:20…16:30大倉BS 解散	比較的乾燥した良い天気だったので蛙の被害には遭わなかった。
431	個人山行	沢登り	大滝登攀	丹沢	伊勢沢	4/20	4/20	相模大野6:00=R413=7:25神ノ川ヒッコリ7:40…伊勢沢8:40…10:00大滝50m11:45…右俣12:35…13:45原小屋14:05…姫次…神ノ川H16:35=いやししの湯=はつみ食堂=相模大野	GWの大滝登攀に備え伊勢沢の大滝へ、春うららで水量多く快適な遊歩となった。50m大滝は中段のテラスでピッチを切る。2ピッチ目の登り始めと滝口に向かうトラバースがポイント。残雪は少ないので支点構築含めハケンは多めがよい。三ノ沢ノ沢の曲線でカモシカと遭遇。姫次から林道までの山道は荒れ気味。国道412号にある食堂「はるみ」は安くてボリューム満点でお勧め。
432	都連山行	岩登り	TWAF・クライミングスタッフ研修会	奥多摩	天王岩の岩場	4/20	4/20	8:20武蔵五日市駅集合=9:00天王岩の岩場=15:00解散	
433	自然保護部山行	ハイキング	自然観察会	丹沢	三ノ塔尾根	4/21	4/21	7:30渋沢駅=秦野戸川公園9:00…三ノ塔尾根…11:00牛首…屏風岩橋…大平橋…二ノ塔尾根…12:25葛葉の泉…表丹沢野外活動センター…菩提原=渋沢駅	秦野・丹沢まつり(丹沢山開き式)に参加。牛首付近ではヤマブキとヒメツツジの花の競演。
434	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	扇山	4/21	4/21	町田7:18=7:43八王子7:49=7:56高尾8:09=8:38鳥沢駅(富士急バス)9:00=9:15梨ノ木平扇山登山口9:30…10:50 大久保の丸…11:00 扇山 11:40…11:50 大久保の丸…13:00梨ノ木平…14:30 鳥沢駅	不安定な天気予報のためルートを変更し扇山・百蔵山縦走から扇山ピストンに変更したが、扇山頂上では無風状態でゆったりとランタイムを過ごせた。下山ルートも慌てることもなく、地形図で分岐などのチェックポイントを確認しながら、また、道ばたの草花の名前を調べ、楽しみながら下山できた。
435	個人山行	ハイキング		奥秩父	鷹見岩・幻の滝	4/21	4/22	4/21愛甲石田駅=中央高速・須玉IC=瑞穂山荘駐車場9:40…富士見平小屋10:40…鷹見岩分岐11:40…12:00鷹見岩…分岐12:53…富士見平小屋13:50…駐車場14:45=川上村・町田市自然休暇村(泊) 4/22休暇村8:00…幻の滝9:10…休暇村10:30=須玉IC=愛甲石田駅(解散)	鷹見岩までの登山道はジャクナグの原生林で足元には残雪が残っていて転倒に注意して歩いた。最後の大岩には暖かなクワリが設置され、頂上からは360度の素晴らしい眺望。金峰山の五丈岩の近さに感嘆した。林道がガスでいて眺望が見込めないのが割愛し、幻の滝の観瀑のみにした。滝は落差20mくらいで水量も豊富、周囲のシラカバも美しかった。
436	個人山行	岩登り	湯河原岩クライミング	伊豆・箱根	霧山	4/21	4/21	4/21 湯河原駅7:33=霧山公園駐車場7:50…岩場にて終日クライミング練習…霧山公園駐車場16:25= 湯河原駅17:00解散 行き:湯河原からタクシー、帰り:霧山公園バス16:25	日中晴れて一日クライミングを楽しめた。雨予報のため、クライマーは少なかった。湿度が高く岩場は湿って滑る。3本のロープを効率よく張れたので、7、8本登れた。アポロジニ、夕暮れ時、フック船長、トクイワン、掃選兵、ジャクシャインなどを登った。
437	個人山行	ハイキング		その他	霧訪山	4/23	4/23	小野駅10:20…10:48 登山口…11:16 新登山道分岐…11:51 霧訪山 12:23…12:36 ゴアの分岐…13:02 安曇峠2号峠No.34峠…13:21 霧訪山登山口…13:25 たまら平の池…13:50山ノ神自然園駐車場 15:00JR中央本線 みどり湖駅15:36=15:43 岡谷駅16:46=特急あずさ46号=19:08新宿駅	前から行きたかったお花と展望の良い山だったのでですが、あいにくの曇りで、日本アルプス大展望は拝めず、狙った翁草は今年は開花が遅れ見られませんでした。かたくりは花が少なかつたので、山ノ神自然園で下山しましたが、カタクリやワウチワ、タムシバ、山桜が咲いていて良いルートでした。山ノ神自然園では水芭蕉、二輪草、曙すみれ、高尾スミレ、一人静などの花がきれいでした。みどり湖駅までの農道は、桃、梨、リンゴの花畑がきれいでした。天気の良い日の春にまた歩いてみたいと思いました。
438	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	景信山・陣馬山	4/23	4/23	JR古淵駅4:56=5:21八王子5:26=5:32高尾駅5:49=5:52高尾山口6:00…四辻…蔵戸山…西山峠…10:55小仏城山11:10…12:00景信山12:20…14:50陣馬山手前140m分岐…15:10陣馬高原下バス停15:30=JR高尾駅=古淵	ヤマツツジ、イヌザクラ、ハクウンボク、チゴユリ、ホウチャクソウ、大垂水峠からニリソウの群生、ギョリソウやジュウエヒトエの株、ヒトリシズカ、エンレイソウ、白いウツギ、ツクバネウツギ等、春爛漫だった。いつも咲いている場所のキンラン、ギンランはまだ見られなかった。景信山から霧雨になり少しづつ本降りになり、巻けるところは全部巻いて、堂所山も巻いて、しまいに陣馬山も手前200mでやめて下りてきた。目標の歩行時間、距離には足りなかったが、歩いて良かった。
439	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	巢雲山	4/23	4/24	4/23小田急線相武台前駅7:30=伊豆観光=15:00汐風キャンプ場(暮暮) 4/24キャンプ場8:25=9:25巢雲山園地駐車場…9:40巢雲山…駐車場=相武台前駅	大潮の満潮時で豪快な汐吹を見学。天候不良のため、車で山頂直下まで移動。井上鮮魚店の刺身盛合せは旨い!
440	個人山行	ハイキング		身延	三石山	4/23	4/23	愛甲石田=9:10大崩登山口P9:20…展望台…11:22三石山…14:09大崩登山口P=道の駅なんぶ=愛甲石田駅	展望台まで行く途中でヒルと遭遇。この時期は対策が必要。山頂付近はガスで展望なし。残念ながら、思叡山は諦めた。道の駅なんぶに売っている抹茶プリンは、美味しかったです。

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
441	個人山行	ハイキング		上州	四ツ又山～鹿岳	4/25	4/25	橋本駅6:20=8:30鹿岳駐車場8:40=8:50四ツ又山登山口10:10:10四ツ又山10:20=11:10マメガタ峠12:00鹿岳コル12:30二ノ岳12:40=13:00二ノ岳14:10鹿岳駐車場=18:30橋本駅(解散)	前日の雨が心配でしたが、大きな泥濘もなく歩きました。アカヤシオは終わりシロヤシオが咲き始めていました。これからの大敵(ヒル)とも遭遇!! 忌避剤が必携の季節となりました…
442	個人山行	ハイキング		丹沢	三ノ塔	4/25	4/25	菩提峠 9:02…10:18 二ノ塔 10:20…10:41 三ノ塔 11:20…11:34 二ノ塔…12:49 菩提峠	晴れの予報でしたが急に気温が上がって雨上がりのため、濃霧の中菩薩峠に向かいました。日本武尊の足跡を見に行こうとしたら地元男性が今日は滑るから危ないとのこと。急遽ルートを変えました。コイワザクラ、マメザクラ、コケリンドウ、ヤマルリソウ、エイザンスミレなど花を楽しめたのですが、富士山を見られずに残念でした。
443	個人山行	ハイキング		丹沢	檜洞丸	4/25	4/25	相模大野5:40=7:00神ノ川ヒュッテ7:10…ヤタ尾根10:15熊笹の峰11:35檜洞丸12:30…熊笹の峰13:15…ヤタ尾根15:45神ノ川ヒュッテ=古瀬	朝、前日からの雨が上がる中、登山開始。ヤタ尾根の登り口付近で天気の良い、ヒル放屁を確認した。途中から日差しも出て、新緑の美しさや桜を楽しみ、熊笹の峰では雲霧の上でびくする残雪の富士が迎えてくれた。種級では、エイザンスミレ、キクザキイチゲ、コイワザクラ、マメザクラなど多くの花を見ることができた。ゴミは、スチール缶90g、ビニールなど60gの、合わせて150gを持ち帰った。多くのごみは土中から土砂の流出により露出したものであった。
444	個人山行	ハイキング		中央沿線	坪山	4/26	4/26	自宅5:50=羽置の里びりゅう館7:40(車デポ)…8:05八ツ田バス停付近の登山口8:10…(西ルート)…9:50坪山10:10…11:50びりゅう館=自宅	狙っていたイワカガミを満喫することが出来た。標高900mを過ぎたあたりからはイワカガミの花盛り! 登山道にも咲いていて足の置き場になった。ヒカゲツツジはほぼ終了。ミツバツツジ残り少ない。びりゅう館の天ぷらそばを美味しく食べた。
445	個人山行	ハイキング		丹沢	弘法山	4/26	4/26	秦野駅9:40…10:40権現山 展望台付近・天ぶら12:10…弘法山13:15 スケッチ…善波峠…吾妻山14:40…鶴巻温泉 15:30解散	夏のような気温でも緑の中は快適ですね。うど、よもぎ タラの芽 しいたけ ドクダミ タンポポ 雪の下など山野草を中心にぶらしましながら、ヨモギのかおり タラの芽の味 たんぼの色など味わいながら、青空のもとでてんがらを楽しみました
446	個人山行	ハイキング		奥多摩	坪山	4/27	4/27	自宅6:30=高尾IC=上野原IC=9:00びりゅう館…坪山東西コース分岐…11:00坪山11:30…ピーク…びりゅう館阿沢分岐…14:00びりゅう館P=下道=自宅	久振りに坪山に出掛けた。山頂付近にはイワカガミも多く咲いていたが、少しお花が小さく成った様な気がした。
447	個人山行	ハイキング		奥多摩	長沢山	4/27	4/28	4/27自宅4:30=7:00東日原PT:50=滝入ノ峰…横巻山…10:35一杯水遊園小屋…天目山(三ツドック)…板形ノ頭…大栗山…七眺山…坊主山…日向谷ノ頭…13:20西谷遊園小屋(小屋泊) 4/28西谷遊園小屋5:10…西谷山…7:40長沢山8:00…仏小屋ノ頭…桂谷ノ頭…コヤセドノ頭…ヤケトノ頭…平ノ木ドック…10:50雲取山荘…11:45小雲取山…野陣ノ頭…17:50日原渓流釣場…17:15東日原P=23:00自宅	某線走に備えてのボカ訓練でした。西谷遊園小屋は小ぶりですが、清潔で停に水場有。平ノ木ドック付近は静かな山行。雲取山荘10:50到着にもかかわらず、ランドセル一杯、止む無く3日予定を前倒。雲取山は割愛し巻道へ、小雲取山より富田新道を下る。富田新道は落ち葉等により道不明瞭。 (要所に赤テープ) 地図GPSコンパスを活用し、急斜面を慎重に降りる。予定時間を大幅オーバーするも無事下山。2日目は地図上25キロの歩程。
448	個人山行	ハイキング		丹沢	大野山	4/28	4/28	愛甲石田駅6:41=7:08新松田…松田駅7:23=7:37岩崎駅8:00…嵐集落・登山口…休憩所…9:45頂上10:10…イヌビクリ…地蔵岩…大野山入口…12:15山北駅=新松田駅	大野山の山開きは明日(4/29)でした。日にちを間違えたので普通に歩いてきました。ホタルカサの青紫、八重ツツジのピンク、キリとフジの薄紫、共和の森の林縁いつぱいに広がるシャガなど春爛漫。
449	個人山行	ハイキング		富士・御坂	愛鷹山(越前岳)	4/28	4/28	自宅5:00=6:40須山愛鷹登山口(山の神) 7:10…黒岳8:10…10:20愛鷹山10:30…11:30呼子山…割石峠11:40…12:10薬岳12:35…右割峠12:40…愛鷹登山口14:15(休憩1時間含む)	当初、位牌岳から越前岳を目指す予定でしたがなかなか厳しいルートなので、越前岳から行けるところまで行くことに出発した。呼子山から薬岳へ向かってみたが、足場もロープも使用できない位牌岳から来た人に言われて、一つ目のピークに行って、その先は断念し、割石峠に戻り下山した。あまり人の通らないところのコイワザクラが一際綺麗だった。
450	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	丸山	4/28	4/28	頂八王子6:59=7:40東飯能7:56=8:33芦ヶ久保駅9:06…10:17琴平神社10:18…10:40日向山10:54…13:06丸山(昼食) 13:40…14:19大野峠14:20…15:40赤谷15:45…16:05芦ヶ久保(解散)=八王子=町田	曇もない晴天のなか、新緑の山道を気持ちよく歩けた。上り下りの良い行程が樹林帯歩きとなる山を選んだため、日差しを避け涼しく歩けた。それでも随分と水分を要したので、途中給水できるポイントで冷たい水を補給出来て助かった。新田川がそれぞれ喋りもはずみ、山歩きを通してさらに雑交を覚めることが出来て、とても有意義な一日となった。山頂の展望は春景ではあったが奥武蔵の山々が眺めることが出来、みな展望台で大いに盛り上がった。
451	個人山行	ハイキング		奥多摩	坪山	4/28	4/28	集合:町田マツキヨ前6:10=愛川IC=上野原IC=8:35びりゅう館P8:50…坪山東西コース分岐…11:20坪山11:45…ピーク95…びりゅう館阿沢分岐…14:00びりゅう館P=上野原IC=愛川IC=町田(解散)	岩カガミの群生に出会えた。びりゅう館の蕎麦は混んで順番待ちだった。
452	個人山行	ハイキング		北アルプス	唐松岳	4/28	4/29	4/27新宿23:05=(4/28)5:44白馬八方BT 4/28 5:44白馬八方BT…八方アルペンライン八方駅=(ゴンドラリフト「アダム」)=系平=(アルペンクワッドリフト)=黒巻平=(グレートクワッドリフト)=八方池山荘8:45(第1ケルン)…第2ケルン9:35…八方池…丸山ケルン12:05…13:30唐松岳頂上山荘14:10…14:35唐松岳15:10…15:30唐松岳頂上山荘(泊) 4/29唐松岳頂上山荘8:30…丸山ケルン10:00…八方池…12:10八方池山荘=(アルペンライン)=山麓駅…(途中入浴&昼食)…白馬駅15:16=(あずさ46号)=18:30八王子=町田解散	晴天の中、山頂からの360度のパノラマ景色を堪能してきました。
453	個人山行	ハイキング		上州	鳴神山	4/28	4/28	鶴川駅6:30=P9:42…駒形登山口…第一石門…第二石門…肩の広場…11:47鳴神山…樺田峠…カコンウ復元地…赤柴登山口…13:40P=鶴川駅解散	鳴神山は花の時期のためか、路肩には沢山の車が止まっていた。既にアカヤシオは散っていたが、希少なカカミスミ、世界でここだけのカコンウを見ることができた。帰りに、ひもかわうどもん食べて花とたんごで大満足した。

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
454	個人山行	ハイキング		北アルプス	蝶ヶ岳	4/28	4/30	4/28松本10:10=10:40新島々10:50=11:55上高地バスターミナル(昼食・準備)上高地12:32…13:27明神13:35…14:24徳沢園14:36…15:35横尾(花) 4/29横尾山荘7:00…7:40樽見台7:45…10:57稜線分岐11:03…蝶ヶ岳12:48蝶ヶ岳ヒュッテ(浴) 4/30蝶ヶ岳ヒュッテ6:55…7:43長瀬山7:49…10:28徳沢10:57…12:43上高地B T	1日目、2日目は天気恵まれ槍穂連峰の眺望を楽しむことができた。3日目は小雨の中、長瀬尾根を下山した。明神と徳沢の間にニンソウの大群落がありきれいであった。
455	個人山行	ハイキング		日光・那須	古賀志山	4/28	4/28	4/27長後=途中車中仮眠 4/28 7:30宇都宮市森林公園駐車場(車デポ)…(中尾根コース)…10:30~11:00古賀志山山頂…(北コース)…13:00駐車場=随時解散	古賀志山は昭文社の地図にも載っていない低山だが、地元宇都宮のハイカーやクライマーにはとても人気の山。ハイキングコースは初心者向けから上級者向けまでバリエーションに富んでいる。
456	個人山行	ハイキング		中央沿線	滝子山	4/29	4/29	相原駅6:23=6:31八王子駅6:35=7:35滝子駅7:40…吉久保入り口BS…寂しヨウ苑入り口分岐…雨後取り付き…(南院) …高立山方面分岐…11:05滝子山11:30…槍平…藤沢子神社…13:45初狩駅=八王子駅=相原駅	尾根筋の新緑から萌黄色、芽吹きの高さによる変化を楽しみながら歩いた。標高1400m辺りからの岩帯帯のイワカガミの群落を昨年6月の山行で確認していたので、花の時期を狙っての再チャレンジだったが少しだけ早かった。
457	個人山行	ハイキング		身延	三石山	4/29	4/29	橋本駅北口06:25=大崩登山口09:30…五宗山分岐11:05…展望台(牛戻し)11:15…12:15三石山12:55…展望台(牛戻し)13:50…五宗山分岐14:00…14:50大崩登山口=19:30橋本駅北口(解散)	爽やかな風を受け、近くに冠雪した富士山などを眺めることができた。予想外に急坂や緩場が多かった。大型連休中であつたが、誰とも会わない静かな山行であつた。往路の高速道路は渋滞に遭遇した。コケの生えた古いブナの天然林が数多く、イワカガミが可愛かつた。
458	個人山行	ハイキング		中央沿線	倉岳山	4/29	4/29	大和5:47=6:06町田6:17=7:31梁川7:39…9:42立野峠9:50…10:27倉岳山10:59…11:28穴路峠11:30…12:22高畑山13:11…16:16鳥沢=大和	GWの祝日にもかかわらず、登山者は10人位しか会わず、静かな山旅だった。
459	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳(表尾根)	4/29	4/29	秦野駅7:44=8:50ヤビツ峠…9:05富士見橋…二ノ塔…三ノ塔…13:20塔ノ岳…大倉尾根…16:00大倉BS=渋沢駅	秦野駅バス停は長蛇の列、乗車まで時間がかかった。尾根筋はいたる所にタチツボミレ、満開の山桜、新緑など楽しめた。
460	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	明星ヶ岳	4/29	4/29	愛甲石田駅7:15=宮ノ下9:00…(堂ヶ島溪谷・早川溪谷)…11:30明星ヶ岳11:50…塔ノ峰…14:50塔の沢駅=箱根湯本駅=小田原駅	堂ヶ島溪谷でクスサンのスカンダワラが多数落ちていた。目の前の枝にぶら下がってるのも見られた。2年前の6月はクスサンの幼虫が大量発生していた。明星ヶ岳から塔の沢駅への下降路は荒れているところも多く歩き難い。自然観察には不向きと思われた。
461	個人山行	ハイキング		日光・那須	唐沢山	4/30	4/30	多田駅09:41… 10:04京路戸橋…10:28 京路戸峠ハイキングコース入口… 10:51 諏訪岳 11:08…11:19 諏訪岳分岐… 12:51 唐沢山神社 13:11…14:39 田沼駅15:15=15:48館林駅	ヤマツツジは終盤でしたが、キンラン、ギンラン、コゴメウツギ、ツクバネウツギがたくさん咲いていました。唐沢山へのルートは小さなピークが続きますが巻き道もあります。今回小雨が最初降ってまして、霧がかかって景色が諏訪岳で見れなかったのですが、唐沢山では雨も止んで霧が晴れましたが展望ははつきりしなかったたので、新緑のきれいな場所なので、紅葉の時期にまた歩いてみたいなと思いました。