

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
698	アルパイン企画部山行	沢登り	第2回沢実践	丹沢	葛葉川本谷	5/11	5/11	秦野駅7:30＝葛葉の泉P…8:00葛葉川本谷12:30…三ノ塔尾根…三ノ塔13:30…二ノ塔尾根…葛葉ノ泉P15:00＝入浴＝解散	沢実践第2回は丹沢の三ノ塔と二ノ塔の鞍部に端を発する葛葉川本谷。日和岩で実施したメニューを沢の中で実践しながら進行しました。晴れていたが沢の中に陽射しが入らず風も強く肌寒い一日となりました。少しずつ成長する姿はたのしく感じます。第3回は奥多摩鷹ノ巣谷の大滝登攀及び急斜面の詰めを訓練する内容となります。
699	アルパイン企画部山行	沢登り	第4回沢実践	世附	沖ピリ沢～巖ノ木沢	6/8	6/9	6/8 セブン青野原店7:40＝山伏峠P9:15…大瀬ノ頭10:00…沖ピリ沢10:20…cc800m林道13:10…13:30各種講習(タープの張り方、焚火の熾し方、米の炊き方等)中泊技術習得 16:00 6/9 テン場7:20…巖ノ木沢通り…13:15油沢ノ頭東側13:35…山伏峠P16:10＝道志の湯＝帰京	沢実践4回目は沢下流と中泊。ナメが美しい沖ピリ沢を下降し翌日ミニ二門ノ滝のある巖ノ木沢を通過。泊場ではタープの張り方、焚火の熾し方、米の炊き方、ツェルトをタコ糸と木の枝で設置する練習も。夕餉は豚汁と炊立て白米。おつまみは揚げた天ぷら、ソーセージ、スルメ焼き、カラダ。さんびら等々多種多様な。焚火を囲みアグヒ酒を飲みながら夜の帳がおりました。今回は尾瀬の沢。その後那須、草津の沢と沢実践は続きます。
700	個人山行	ハイキング		北海道	十勝岳	6/29	6/30	6/29羽田 7:20＝(JAL503便)＝8:50新千歳空港10:00＝10:44札幌11:00＝12:25旭川駅14:00＝15:30吹上温泉白銀荘宿泊 6/30宿泊地4:30～6:00雲ノ平分岐～7:00噴火口…9:30十勝岳9:35～9:45大蛇岩…10:40上富良野岳10:55～11:40上ホロ分岐…12:30十勝温泉温泉館13:30＝13:51吹上温泉白銀荘(入浴) 15:00＝16:00旭川駅(宿泊)	良い天気恵まれ、周囲コースで歩いたので、見る場所から全く違った山容や稜線、沢山の花を楽しめた。昭和噴火口から十勝岳まで強風が吹いていて、火山性ガスを感じた。十勝岳から台院荘までの下降はガレ場で慎重に歩いた。
701	個人山行	ハイキング		北海道	大雪・トムラウシ	7/1	7/5	7/1旭川駅宿泊地＝9:04、13:04いで湯号＝11:03、15:03旭岳 7/2箱6:20…ロープウェイ駅6:30＝6:40姿見駅7:00…7:40 7合目…8:00旭岳石室9:00～9:30 7合目撤退…10:00姿見駅10:25＝ロープウェイ駅＝旭川(宿泊) 7/3旭川＝東大雪荘(宿泊) 移動日 7/4東大雪荘2:50＝3:35短縮コース登山口3:50…7:30前トム平7:40…8:10トムラウシ公園8:20…9:40トムラウシ山10:00…11:40前トム平11:50…14:25トムラウシ短縮分岐…14:45トムラウシ登山口＝東大雪荘(宿泊) 7/5東大雪荘8:00＝11:30帯広空港13:45 JAL572便＝15:25 羽田解散	旭岳からトムラウシ山への縦走の計画だったが、初日の旭岳が強風と霧の為、7合目までを2回アタックしたがやむなく撤退することを決め、4日に天候が安定する予報を信じ、急遽トムラウシ山へベジストンで登ることに決めた。トムラウシ山のコースはよく整備されていて、平日でも多くの登山客がいた。山頂は360度の展望で、挑戦できなかった山々をしっかりと目に焼き付けた。今回一人でしっかりと相成りして行動し、協力して登頂できたことは素晴らしい成果でした。
702	個人山行	ハイキング		奥秩父	日川渓谷竜門峽	7/2	7/2	甲斐大和駅 08:51 … 09:27景徳院入口バス停 … 09:55 竜門峽入口 … 10:49竜門峽 … 12:00やまと天目山温泉 … やまと天目山温泉バス停13:38発＝13:49甲斐大和駅着	甲斐大和駅から約1時間の道路歩きは暑かったのですが、武田勝頼終焉の地の史跡を見ながら歩けたので楽しめました。竜門峽は沢の風が心地よく涼しく感じました。あまり日がはいっていないようですが、崩落を直している箇所が多いようです。石門、石割ケヤキなど見どころもあってよいコースでした。よく整備されているので楽しく歩きました。天目温泉は3時間なら520円で入浴できるのはありがたいです。
703	個人山行	ハイキング		東北	秋田駒ヶ岳	7/2	7/2	田沢湖駅前バス①乗場 駒ヶ岳八合目行10:05＝11:04駒ヶ岳八合目11:10…片倉岳展望台…駒ヶ岳避難小屋…12:30横岳…大焼砂…13:05大焼砂分岐…阿弥陀池…14:35男女岳(秋田駒ヶ岳)…駒ヶ岳避難小屋…片倉岳展望台15:50駒ヶ岳八合目バス停バス14:25＝14:24田沢湖駅前	大変恵まれた天気で展望も花々にも大満足。秋田駒ヶ岳には特徴ある6つのコースがあり周遊もできる。今回は都合により入山口を変更したためシャクナゲコースは割愛となった。
704	自然保護部山行	ハイキング	自然観察会	伊豆・箱根	矢筈山・孔ノ山	7/2	7/4	7/2小田急町田駅西口 7:11発＝9:47伊豆高原駅…11:00城ヶ崎海岸…12:45伊豆高原駅…13:00大室山…14:30さくら里…16:00伊東市青少年キャンプ場(テント泊) 7/3伊東市青少年キャンプ場7:00＝7:14鹿路庭畔…9:20矢筈山…10:50孔ノ山…11:50鹿路庭畔＝15:57伊豆高原＝16:20伊東市青少年キャンプ場(テント泊) 7/4伊東市青少年キャンプ場7:00＝7:28一碧湖＝9:00小室山＝10:30伊東観光会館＝10:57伊東駅解散	梅雨時の好天に恵まれ伊東市青少年キャンプ場をベースに伊豆東部単成火山群の巡検を行いました。初日に「城ヶ崎海岸」柱状節理とスクリア丘「大室山」「さくら里」を自然観察。2日目に伊東市最高峰の「矢筈山」と兄弟「孔ノ山」を山行巡検しました。岩岩・コケコケ流石の溶岩ドームの山でした。3日目に「一碧湖」のマールと小室山の自然観察を行い、伊豆東部単成火山群の巡検を終りました。
705	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	八丁池	7/2	7/4	7/2相模大野6:40＝(東名高速)＝道の駅天城越え＝9:30水生池P9:40…上り御幸歩道(天城ツツジ鑑賞)…見晴台14:05…14:15八丁池15:00…16:30水生池P＝(買い物)＝18:20伊東市青少年キャンプ場(暮営) 7/3キャンプ場6:50＝ユウスゲ公園P8:10…ユウスゲ鑑賞…8:50ユウスゲ公園P＝あいあい岬9:00＝入間海岸P9:20…千畳敷…11:20入間海岸P12:00＝道の駅・下寛茂温泉湯の花13:30＝日帰り温泉、買い物＝16:20伊東市青少年キャンプ場(暮営) 7/4キャンプ場7:00＝7:10一碧湖P7:15…一碧湖・自然観察…8:30一碧湖P＝小室山公園P9:00…展望台…10:30小室山公園P＝相模大野＝古酒駅	八丁池までの上り御幸歩道では色鮮やかな天城ツツジが咲き乱れ、一部散り始めの絨毯も見事でした。入間海岸から千畳敷には初めて見る花も数種。吉村さんの山行に便乗して伊東市のキャンプ場に宿泊、交流を深め、この時期しか会えない花も堪能できて素敵な山行となりました。収穫ゴミ目録：不燃(ビン・缶)1,060g、可燃(プラ、ビニール)380g、2日目：不燃270g可燃300g合計：不燃ゴミ1,330g、可燃ゴミ1,180g
706	個人山行	ハイキング		富士・御坂	ニッ塚(双子山)	7/3	7/3	水ヶ塚公園8:45…須山御船内…10:40磐岩…四辻…11:35ニッ塚下塚12:10…四辻…須山下り一合五勺…14:00須山上り一合五勺…14:55水ヶ塚公園(解散)	富士山の麓は自然林で気持ちの良い散策コースでした。初夏は苔と深緑、秋は紅葉が素晴らしいと思います。ニッ塚山頂でちょうど雲が切れ、上ニッ塚、宝水山、富士山山頂と眺められました。
707	個人山行	ハイキング	高畑山、倉岳山(猿橋駅から梁川駅)	陣馬・高尾	倉岳山	7/3	7/3	7/3(水) 長津田駅5:58＝八王子駅＝7:15猿橋駅7:25…九鬼山10:40…高指…高畑山11:35…倉岳山14:35…15:50梁川駅(往路を戻す)＝長津田駅	九鬼山から高畑山までの尾根ルートは今回初めて歩いたが、倒木などもありやや道が荒れているという印象。歩く人も少ないのかもしれない。倉岳山からの下山ルートはアチバリルートを選択したが、急下降の道の連続で、疲れた本ももには優しくはなかった。ただ、目印のピンクテープはふんだんにあり、下りでも迷いの心配は少ない。大量の汗をかき、一日で身体が2段階シェイプアップしたような気がする(笑)
708	個人山行	ハイキング	H報告書 240703東伊豆(鈴木秀成)	伊豆・箱根	東伊豆	7/3	7/4	7月3日：町田＝9:14城ヶ崎海岸…9:50蓮華寺…10:40いがいが根…12:20橋立(大淀・子淀)…13:00伊豆高原＝青少年キャンプ場 7月4日：青少年キャンプ場7:00＝一碧湖＝小室山＝伊東駅＝町田	城ヶ崎自然研究路は普通の登山道で、アップダウンを繰り返す。木々の下を歩き、直射日光が遮られたため、かろうじて最後まで体力がもったようだった。
709	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	幕山	7/4	7/4	町田7:30＝8:33小田原＝8:50…9:07湯河原駅9:15…11:30幕山12:15…樺台…12:45ししの窟…分岐…14:30幕山公園バス停	熱中警戒アラートが発令された日の山行、暑さに慣れない体にはこたえました。登りは、あじさい、下りは、沢を流れる水の音に癒されながらの山行でした。

No	山行区分	山行形態	タイトル	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想	
710	個人山行	ハイキング		奥武蔵	蕨山	7/5	7/5	7/5 小田急相模原5:29=5:34町田5:48=6:13八王子6:31=7:06東飯能7:17=7:19飯能7:53=8:47名瀬09:05=蕨入林道終点9:25=11:35蕨山11:35蕨山展望台12:15=蕨山12:35=13:10大石ヶノ頭=中登坂13:45=14:15金尾蕨神社奥之院=14:55さわらびの湯16:20=16:57東飯能=小田急相模原	熱中症アラートの中、急登、岩、急登の繰り返し山行となり、欠々に滝汗をかいた。山頂展望台からは育った楓生に遅れれば展望は滝汗をかいた後のさわらびの湯でのひと風呂、腰に手をあてての牛乳やアイスクリーム・ビールは格別!	
711	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高川山	7/5	7/5	町田駅6:05=6:30八王子駅6:35=7:19大月駅7:30=むすび山=11:00高川山11:25=天神峠=むすび山11:14=00大月市民病院BS14:47=大月駅=八王子駅=相原駅(解散)	気温が高い日だった。高川山までほとんど尾根道が続くため、風が吹き抜け結構涼しかった。危険なのは下山口から駅までの舗装道路。いつもは歩く駅までの道もバスに乗ることにした。	
712	個人山行	ハイキング		上州	稲含山・楨付山・大山・天丸山	7/5	7/6	7/5 7:30橋本駅=10:30神ノ池公園駐車場=11:20秋畑稲含神社=11:45稲含山=12:00稲含神社=13:12駐車場=14:40はこだたみキャンプ場(宿) 7/6キャンプ場=13:30=5:00天丸橋5:10=7:15大山=8:00倉門山=8:30天丸山=9:35馬道の峠=11:15楨付山=13:00馬道の峠=14:23社壇乗鞍=14:50天丸橋	稲含山は農耕の神の山。往復2時間半で登る山だが頂上からは360°の展望が爽やかな。大山天丸山は西上州の中でも麗らかな岩山で、50mの岩場を登りきり天丸山にたどり着いた時は歓喜した。楨付山は馬場の峠に到着した時点で時間や体力を考えて登るかどうかを判断しようと思っていたが順調に到着できたので登ることに決めた。途中何度か道迷いはしたが大したロスタイムにはならず往復することができた。	
713	個人山行	ハイキング		北海道	チセヌプリ	7/5	7/5	神仙山①=登山口12:48=13:17長沼=14:05シャクナゲ岳分岐=14:54チセヌプリ=16:34大谷地入口②=17:00神仙山②	山頂前の急登から北。北ルートは岩多く、濡れていると滑り易い。冬、山スキーに最適なそうなるニセコ山の山々が見えた。	
714	個人山行	ハイキング		北海道	白雲岳～黒岳	7/5	7/8	7/5集合:12:30羽田空港 第1旅客ターミナル 搭乗便JAL 555羽田空港(13:55発)→旭川空港(15:30着) =15:45旭川空港=(タイムスレンタカー→旭川空港/予約済) =宿泊 7/6宿泊先=観光=宿泊先(層雲峡ホテル予約済) 7/7 5:40宿=6:00層雲峡バスターミナル=(バス)=7:00銀泉台バス停=8:10第一花園=9:10駒草平=10:00赤岳手前から下山=11:30銀泉台=(タクシー)=12:30層雲峡(泊) 7/8 7:00宿=帯広空港=21:30羽田解散	現地に滞在した4日間全て雨で、7日は下山の上から登山する登山者からの悪天・強風情報により、赤岳手前から下山した。関東が猛暑の中、層雲峡は朝晩は寒い位の気温だった。	
715	個人山行	ハイキング		南アルプス前衛	楡形山	7/6	7/6	町田6:10=池の茶屋林道登山口P10:20=楡形山11:10=バラボタン平= (原生林コース) =12:30アヤマ平12:50=モミジ沢休憩所=15:10池の茶屋林道P=町田(解散)	駐車場は満杯。真新しい食糧庫が新設されていた。その甲斐あってグンナイフウロ、ヤマオダマキが奥山重やアヤマ平の上方に群生していた。アヤマは少しずつ復活しているとはいえかつてより少ない。左右対称の富士山の眺めは圧巻。原生林から気をもらいながらのんびり歩いた。	
716	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	垂尾根・城山	7/6	7/6	1 班 町田=8:00津久井湖花の苑地8:20=8:30城山登山道入り口=飯綱神社=山頂=11:00津久井湖花の苑地=町田 2 班 花の苑地8:20=垂尾根入口=雨乞山=久保田酒造駐車場=花の苑地	当日熱中症警戒アラート発令の中、2班に分かれ巡視を行いました。私は1班に配属されました。公園内は整備されヒル、熊はおられませんでした。オカトラオノ、ムササビ等確認しております。2班は落葉が多くヒルが沢山見られたそうです。	
717	安全山行推進部山行	ハイキング	グラウス登山学校	八ヶ岳	天狗岳縦走	7/6	7/7	7/6JR町田6:17=6:43八王子6:57(あすさ71号)=8:56茅野駅=9:25バス渡の湯行き10:17沢の湯10:30=分岐=14:30黒百合平<テント泊> 7/7黒百合平6:30=天狗の奥庭=8:50東天狗岳9:00=西天狗岳=西尾根=14:00唐沢鉱泉 唐沢鉱泉タクシー予約 14:00=茅野15:18発乗車	テント設置時に雨に降られたものの後は時折強風に見舞われたが概ね天候だった。協力し合い全員思い荷物背負って完走した。	
718	個人山行	ハイキング		楡形山	南アルプス前衛	楡形山	7/6	7/6	【集合】6:00町田駅7:43前=6:20原町駅前=9:30池ノ茶屋登山口10:05=11:07楡形山11:23=12:00標山12:35=12:52アヤマ平13:00=13:35標山の峠=14:00もみじ沢=14:47北岳展望デッキ=15:08池ノ茶屋登山口=町田駅【解散】	楡形山までの登り、標山周辺にはアヤマやオダマキ、グンナイフウロがたくさん咲いていました。アヤマ平はその名に反して、鹿の食害のせいでアヤマはほとんど見られませんでした。標山山頂からは北岳、円ノ岳など南アルプスの山々と反対側には富士山と、曇り空ながら素晴らしい景色を楽しむことが出来ました。
719	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	飯盛山	7/7	7/7	相模大野=相模原愛川IC=長坂IC=平沢峠8:30=9:15平沢山=9:45大盛山=10:20飯盛山=11:20平沢峠=11:30しし岩=平沢峠=清泉寮12:50=13:50川俣川渓谷=吐竜ノ滝=14:50清泉寮=須玉IC=相模大野	飯盛山の直ぐ隣の大盛山のニコウキスグの群生!最近の気温がポットのようなです。川俣川渓谷は山梨県の三大渓谷である西沢渓谷、大柳川渓谷の一つ。幾つもある滝の一つ「吐竜ノ滝」は小さくまざまな滝で景観を作っています。	
720	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	7/7	7/7	大倉7:20=9:50花立山荘10:40=12:45大倉	とにかく暑く、立花山荘でかき米を食べながらクールダウンし、休んでいる人同士で話し込んでしまった。小屋の温度計は27℃女将さんも尋常ではないという事で、無理せずに下山を決めた。抹茶ミルクかき米(花立山荘) VSマンゴーソフトクリーム(ヤブツ峠レストハウス)	
721	個人山行	岩登り	湯河原岩クライミング	伊豆・箱根	幕岩	7/7	7/7	6:00幕山公園集合=7:00幕岩正面壁にてクライミング練習=15:30幕山公園解散	猛暑が予想されたので、集合時間を早めて練習を始めた。日差しが当たる前にポニーテールでスラブ・ハンク登り、コナンでレイバック・ステミング、いつかフェユスを練習、午後はビナールカンのハンドクラックを練習した。午後は日差しにやられて休憩を取り早めに退散した。	
722	都連山行	岩登り	沢の搬出訓練	奥多摩	日原側・本流	7/7	7/7	奥多摩駅9:00=9:30日原川・入溪=沢事故の搬出訓練=16:00日原川=奥多摩駅16:30	チームレスキューとしての沢事故救助訓練:①対岸の要救助者をテロリアップリッジで搬送(スタティックロープ2本+プーリー)②当該要救助者を崖付急壁でライジング(1/3システムによるユーマーリング)、安全地帯へ搬送③バックアップシステム構築とR.L.Hによるロープ結び目通過等	
723	個人山行	沢登り	個人山行	丹沢	大杉山北山稜	7/7	7/7	7:00新松田駅=玄倉=立間大橋=赤七沢出合=左保出合=稜線=赤七沢右岸尾根=赤七沢出合=立間大橋=17:40玄倉(解散)	この日は丹沢湖でカヌーマラソンが行われるということで、玄倉の駐車場は車がいっぱいだった。	
724	個人山行	ハイキング		北海道	斜里岳	7/8	7/8	清岳荘③3:50=4:52下二股5:03=6:50上二股=7:37馬の背=8:03斜里岳8:23=7:37馬の背=9:15上二股=9:20電神ノ池9:26=10:21熊見峠=11:29下二股=12:20清岳荘④	幌尻岳が増水でシャトルバス運休となり、斜里岳に転進。旧ルートは沢沿いで、一般ルートでありながら沢登り感覚が楽しめた。稜線に上がると、道筋や山容が羅臼岳に似た感じがした。	

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
725	個人山行	ハイキング		東北	岩手山・秋田駒ヶ岳・白神岳	7/8	7/11	7/8自宅17:30＝横浜青葉1 C18:00＝盛岡1 C＝盛岡市内 7/9天候不慮で岩手山登山は中止。道の駅零石あねこの入浴は清掃のためNG＝アルパこまくさ(車中泊) 7/10鳥帽子(乳頭山)は天候不慮で中止 アルパこまくさ＝4:30駒ヶ岳八合6:40＝8:00阿弥陀池→8:30男女岳→阿弥陀池9:15→10:20駒ヶ岳八合目10:40＝11:10アルパこまくさ(入浴)＝道の駅みねはま(車中泊) 7/11道の駅みねはま＝白神岳登山口6:00→7:00最後の水場→9:45白神岳9:50→11:50最後の水場→13:00登山口＝青森港23:30＝7/12 3:20函館港	単独行動でしたので、熊とかが少し不安でした。秋田駒ヶ岳は埼玉県の花好きの男性2名と、白神岳は弘前大学農学部の関係者5名に同行して頂き助かりました。両方とも植物に詳しい方々でしたので、花の名前等を教えて頂きました。白神岳のトレイル手前には、ニッコウキスゲの群落が3～4か所ありました。
726	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	7/9	7/9	ヤビツ峠10:15→イタツミ尾根→大山頂上13:00→往路を戻る→ヤビツ峠14:30	頂上の気温は19℃で涼しいより、寒い感じだった。ヤマボウシは花びらを散らし、ノリウツギやヤマアジサイの開花が見られた。ホタルブクロは内側を見ると花柱がまだ一本のもの、花頭が3つに分かれておしべが萎れているものどちらも確認できた(自家受粉を避ける雌雄異熟という。) 頂上北側にいた大きなカエルはウシガエルだろうか?
727	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	南高尾山稜	7/9	7/9	町田駅7:31＝JR高尾駅＝8:23京王線高尾山口9:20→梅の木平→高尾グリーンセンター→10:50草戸山11:10→草戸峠→13:40JR高尾駅14:30＝15:30町田	暑さの中、休憩と水分を補給しながら、予定通りコースを走破できた。
728	個人山行	ハイキング		北海道	空沼岳	7/9	7/9	駐車場7:55→8:22空沼岳登山口→10:15万計山荘10:30→11:12真鹿沼→11:56札幌岳分岐→12:10空沼岳12:19→12:23札幌岳分岐→13:30万計山荘13:58→15:18空沼岳登山口→15:58駐車場	幌尻岳が増水でシャトルバス運休となり転進。真鹿沼付近～山頂往復は雨。万計山荘は平日無人だが泊る。
729	個人山行	ハイキング		富士・御坂	宝永山	7/9	7/9	品川駅 こだま703号7:04＝8:03新富士駅＝9:30頃 レンタカーで新5合目登山口まで 富士宮口五合目 09:40 → 10:21 宝永山荘 → 10:35宝永第一火口跡 → 10:43宝永火口 → 11:36 宝永第一火口跡 → 11:58六合目雲海荘 → 12:12 富士宮口五合目＝13:17レンタカー移動で腰切塚→13:42水が塚公園＝レンタカーで新富士駅	夏山に向けての高度順応のために宝永山に行こうとしましたが、強風で、火口の途中までで撤退しました。降りてきた方のお話によると宝永山との分岐付近で四つん道い動けないほどの強風とのことでした。富士宮五合目付近は、コケモモ、紅花イチヤクソウ、グンナイアワモ、イワタマクサなどが咲いていました。時間が余ったので腰切塚でお鉢巡りをしたり火口に降りたりして楽しめました。静岡側は10日に山開きで、その前日でしたので、静かな富士宮五合目でした。
730	個人山行	沢登り	徒渉訓練	奥多摩	小坂志川	45482	7/9	6:30相模大野南口＝8:50平野駐車場9:15→小坂志川→11:50林道終点12:40→13:40平野駐車場＝相模大野南口解散	昨日の猛暑を想定して暑さ対策をして現地入りしたが、涼しく水の中を歩いていることもあって、水分を摂ることを怠るくらいでした。徒渉訓練では基本的な次の歩き方、スクラム渡渉や、増水した場合のロープの張り方、渡り方の練習をしました。幌尻岳山行に向け水慣れできたこと、増水時の対処方法を学べて有意義でした。
731	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	7/10	7/10	薬野駅8:25＝ヤビツ峠9:17→イタツミ尾根→11:14大山山頂12:25→下社→女坂→14:54大山ケーブル駅R.S.＝伊勢原駅	ホタルブクロやアカシヨウマ、ヤマアジサイなどの花が咲き、キブシは誓のような果実をぶら下げていました。
732	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	美ヶ原	7/10	7/10	自宅＝三城いこいの広場P 三城いこいの広場登山口08:00→王ヶ原10:00→王ヶ原10:20→少年自然の家登山口11:50→三城いこいの広場12:00＝自宅15:00	天気：くもり一時曇。百曲コースから660mの急登で台上へ。下界は30℃の暑さだが、台上は20℃以下でとても涼しい。トレイル沿いにはウスユキソウ、オダマキ、ウツボクサ、フウロソウ、などが見頃となっている。下山は、少し戻ってダゲ河原コースへ。
733	個人山行	ハイキング		北海道	黒岳・富良野岳	7/10	7/13	7/10羽田空港発7:00＝旭川空港着8:35＝10:30層雲峡 友人車にて黒岳ローウェイ乗り場(途中でガスボンベ、くまよけスプレー調達 Transit東川0166-85-7559) 11:00黒岳ローウェイ、リフト＝11:507合目12:00→13:30黒岳14:00黒岳石室14:20 黒岳石室避難小屋泊 7/11黒岳石室5:40→7:35北海岳7:50→8:55白雲岳分岐8:50→9:30白雲岳10:00→白雲岳分岐10:30→小泉岳11:10→12:50北海岳13:10→黒岳石室15:00 黒岳で室避難小屋泊 7/12黒岳石室5:40→8:15北嶺分岐7:30→中岳分岐8:15→中岳温泉9:00→10:00樺合平10:10→姿見駅12:10＝黒岳ローウェイ駅12:20 下山後食事、温泉、友人車にて旭川へ 旭川泊 7/13ホテル発4:00＝5:15十勝岳温泉駐車場6:00→上富良野岳分岐7:15→9:10富良野岳分岐9:20→10:00富良野岳10:40→11:15富良野岳分岐11:30→上富良野岳分岐13:00→十勝岳温泉駐車場14:00 下山後、白銀荘にて温泉後、美瑛観光 Transitにくまよけスプレー返却、空港にてレンタカー返却 旭川空港19:30＝羽田空港21:15 町田駅にて解散	天候に恵まれ、大雪山、富良野岳の花々を堪能しました。3日目風が強く、石室管理人の方のアドバイスもあり、北嶺岳登山は断念しました。
734	個人山行	ハイキング	大雪山周回	北海道	大雪山	7/11	7/13	7/11(木) 羽田10:55＝(JAL553便)＝12:35旭川空港13:30＝(レンタカー)＝14:20 大雪山白樺荘(泊) 7/12(金) 宿6:20→ロープウェイ駅6:30＝6:40山頂7:00→姿見の池→旭岳9:35→北海岳分岐→14:17黒岳石室15:20→黒岳15:50→16:50黒岳石室(泊) 7/13(土) 桂月岳ご来光 黒岳石室6:35→お鉢平展望台→北嶺岳分岐7:52→中岳分岐→中岳温泉9:35→樺合平10:40→12:25ロープウェイ駅＝旭岳温泉(入浴・休憩) 16:00＝17:00旭川空港20:00＝(JAL558便)＝21:45羽田空港 解散	2,000ftを超えると、風とガスが発生して、2日間ともそれに悩まされる。ただ、時折ガスが晴れると目の前に大雪山の雄大な景色が現れ、その展開がドラマチックに思えた。まさに、大雪山の雄大さを実感する瞬間だった。高山植物の中でもチンギルマの群生がすくく、樺合平は黄色の草原と化している。
735	個人山行	ハイキング	蔵王山・安達太良山	東北	蔵王山・安達太良山	7/12	7/13	7/12 【集合】相武台前駅6:00＝11:30蔵王山頂レストハウス12:00→刈田12:17→13:08熊野岳13:36→14:30蔵王山頂レストハウス＝蔵王温泉(泊) 7/13 あだたら山P→刈田山頂駅11:00→刈田岳→12:30安達太良山→14:00あだたら山P→刈田山頂駅14:30＝20:00相武台前駅【解散】	蔵王山は雨のため、熊野岳山頂までのピストンに変更し下山した。翌日は往復P(刈田)を利用して安達太良山に登った。よく晴れていたのが気温も高く、風もほとんど無かった。山頂付近は多くの人で賑わっていた。

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
736	個人山行	ハイキング		北海道	羊蹄山・響寒別岳・天塩岳	7/12	7/14	7/12 3:20函館港＝喜茂別登山口7:24…9:30四合目…1520m地点…13:23喜茂別登山口＝道の駅サンフラワー北電 ※1520m地点で激しい雨のため、撤退 7/13登山口(響寒別)5:41…7:26五合目…9:54響寒別岳10:41…12:25五合目…13:04登山口＝天塩岳 ヒュッテ 7/14天塩岳ヒュッテ5:17…5:44日道分岐…7:39前天塩岳…8:39天塩岳8:54…9:52西天塩岳ヒュッテ…11:13新道側道分岐…12:15天塩岳ヒュッテ	羊蹄山は倶知安ルートで初登頂したので、今回はルートを喜茂別にしたりがひどかった。登山口に入山届の箱のみ。途中で案内は皆無でした。当日の登山者は2名。京極・真野川コース不明ですが、倶知安ルートが無難な感じ。響寒別岳は山頂付近にお花畑があり、きれいでした。熊の糞は1か所のみ。天塩岳は前天塩岳への上りが直登で厳しかった。最近にない良い天気だった。前天塩岳の山頂手前の登山道わきにこまくさが咲いていました。登山口に行くまでが大変。天塩岳ヒュッテは自由に宿泊出来ます。
737	個人山行	ハイキング		東北	飯豊山	7/12	7/15	7/12町田18:00＝(車)＝23:00道の駅 猪苗代(幕宮) 7/13道の駅5:30＝御沢野営場5:00…13:20本山小屋(油) 7/14本山小屋4:45…飯豊山…8:00大目岳…飯豊山…10:23本山小屋…17:00御沢野営場＝麒麟山公園キャンプ場(幕宮) 7/15キャンプ場＝(車)＝町田	天候不順により急遽行先変更しての山行だった。お天気に恵まれ雪渓の残る素晴らしい眺望と飯豊リンドウやヒメユカリなどの花々を楽しめた。長い急登に岩場や鎖場もあり、変化に富んで素晴らしい山だった。避難小屋は管理人がいてトイレもあり良かった。3連休と天候の関係が避難小屋は大変混雑しており早めの到着は正解だった。
738	個人山行	ハイキング		奥秩父	小樽山	7/13	7/13	自宅1:00＝6:30焼山峠7:05…約石7:55…錫杖ヶ原…8:12小樽山8:25…小樽峠…9:30焼山峠9:40…14:30自宅	小樽山からは雲海が広がり、他の景観は見られなかった。残念！この季節としては暑くなく、快適な歩きができた。
739	個人山行	ハイキング		その他	筑波山	7/13	7/13	秋葉原駅＝つくば駅・つくばセンターBS＝筑波山神社入口BS…宮崎駅＝御幸ヶ原10:30…10:44男体山10:52…11:19自然研究路分岐…11:32コマ展望台12:10…12:36女体山12:56…13:20弁茶屋跡13:35…14:06つつじヶ丘BS14:30＝つくばセンターBS	梅雨末期の晴れの日筑波山は、下界30℃に対して25℃。快適な温度で男体山、自然探歩路、女体山、つつじヶ丘の山行を楽しんだ。同行者は岩様歩行に慣れているので難儀したところもなかったが、各種の奇岩を楽しんで無事に下山出来た。
740	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	金時山	7/13	7/13	箱根湯本8:45(箱根登山バス乙女峠行き)＝9:20乙女峠バス停9:21…10:10乙女峠…10:40長尾山…11:45金時山12:20…うぐいす茶屋…13:45金時登山口…仙石13:52＝小田原	お花いっぱい夏の金時山の「森の自然倶楽部」の募集案内を知り そのコースを歩いてみました。乙女峠からの登山道は笹も多く、少し荒れ気味ですが、シモツクツク、シロバナイモリソウ、キンレイガ、イワタバコ、ヤマキショウマ、アキノキリンソウがなかなか珍しいお花に出会えました。梅雨の中休み、山頂は若者が多く人気。矢倉沢から明神岳の稜線を仰ぎ、結成山行を楽しみます。
741	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山～高尾山	7/13	7/13	9:00陣馬高原下…10:20陣馬山…11:50景信山…14:30小仏バス停下山＝15:30高尾駅解散 ※景信山から下山	お天気により景信山から下山した。景信山頂から景信小屋が無くなり、付近が荒れてしまった感じがする。
742	個人山行	沢登り	個人山行	甲子	南沢	7/13	7/14	7/13 三軒茶屋13:20＝白河インター＝キョロロン村跡テント泊18:30 7/14 キョロロン村6:00＝6:10大黒屋登山者用P6:35…林道…南沢7:10…11:05後線11:20…甲子山11:40…大黒屋P12:45入浴13:30＝三軒茶屋19:30	天候不良のため蔵王小屋の沢から転進。南沢は甲子山南面にある短くも登攀的な滝が絶え間なく続く。30m大滝が核心。甲子トンネルの開通で深山の趣は薄れたが、基点は祝湯大黒屋旅館。湯舟の底からお湯が湧き出す大岩風呂に入浴して帰京。夕方から土砂降りとなり日帰りで適行して正解だった。
743	個人山行	ハイキング		東北	八幡平・岩手山	7/14	7/15	7/14湘野辺駅4:41＝東京(東北新幹線はやぶさ1号2番線)6:33盛岡9:44 東北バス ③9:10八幡平頂上バス停11:15八幡平…源田森山…阿目岳分岐…茶臼岳…茶臼バス停14:10＝松川温泉 7/15松川温泉5:00…湯の森…熊倉山…黒倉山…大地獄分岐…不動平10:20…10:46栗駒11:00…不動平…大地獄分岐…一服峠…15:00七滝登山口…マウンテンホテルバス停15:30	7/4から、(土砂崩れにより樹木ラインが通行止め)バスの運行経路と時間が変わった為、他の路線バスとの絡みが把握しにくく、現地で少々焦りを感じたが、地元の方々からの情報を頂き助られた。この地域は、活火山の息遣いを強く感じる地域。
744	個人山行	ハイキング		北海道	幌尻岳	7/15	7/18	7/15羽田11:00(SKY711)＝12:40新千歳空港平本さん合流13:00＝よぬか山荘(泊) 7/16とよぬか山荘4:00＝4:50第2ゲート＝5:00…6:50幌尻山荘(泊) 7/17幌尻山荘4:20…命ノ木5:50…7:50幌尻岳8:10…10:25戸島別岳10:50…幌尻分岐11:20…14:10幌尻山荘 7/18幌尻山荘4:30…8:20第2ゲート9:30(シャトルバス)＝10:20とよぬか山荘＝11:00ひらとり温泉ゆから12:10＝13:20新千歳空港解散21:00(SKY730)＝22:40羽田空港着	日程すべて晴天に恵まれ、水量も膝下で20回位の渡渉も問題なくこなすことができました。三日目は幌尻岳から戸島別岳の周囲コースで実施。幌尻山荘から幌尻岳は一気に急登を登り、北カールが見えてくる尾根に取付くと、素晴らしい景色と、お花畑が広がっていて写真を撮るにはいられたらいいな。戸島別岳へはハイマツの尾根で歩きづらいたが、幌尻山荘分岐からは急登を一気に下り、渡渉を3、4回繰り返してやっと小屋へ戻る長く、きついですでした大満足でした。ラッキーな山行だった一言です。
745	個人山行	ハイキング		南アルプス	仙丈ヶ岳	7/15	7/16	7/15自宅7:50＝戸台パーク8:05…9:20北沢峠…10:30三合目…10:50大滝ノ頭馬の背…11:30蔵平小屋…12:10馬の背ヒュッテ…13:30仙丈小屋(泊) 天候不良 7/16仙丈小屋6:00…7:00仙丈ヶ岳…7:50八合目…8:10仙丈ヶ岳…10:00北沢峠＝仙流荘	天候不良なので景色見えませんでした。
746	個人山行	ハイキング		奥武蔵	美の山	7/16	7/16	池袋駅 西武特急ちちぶ3号6:50＝8:12西武秩父…8:22御茶畑…9:30御茶畑駅…9:35…9:52同道峠…10:46美の山ノ木11:05 展望休憩舎 11:25…12:30 仙元山…12:43 親鳥駅南口秩父鉄道13:31＝14:56熊谷 JR湘南新宿ライン15:04＝16:04渋谷	高妻山と板倉山に行く予定でしたが雨なので中止し、日帰りで雨でも歩けそうな美の山にアジサイを、運が良ければ雲海が見れないかと出かけました。一人で行くつもりでしたが急遽一緒に高妻山に行く予定だった友人も参加し、終極のアジサイ、雲海というより雲の中に入るとハイキングになりました。夏になり人があまり歩かなくなったハイキングコースは想像以上に寂しくなりましたが、危険箇所がない入門ルートなので雨でも傘をさして歩きました。山頂のヒメヤブランがきれいでした。
747	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	金時山	7/18	7/18	7/18 小田急相模原6:58＝7:12本厚木7:14＝7:53小田原8:04＝8:19箱根湯本9:00(箱根登山バス 御殿場アクトレット行き)＝9:31乙女峠バス停9:45…10:30乙女峠10:35…11:00長尾山…11:50金時山12:30…13:00うぐいす茶屋13:10…13:30金時登山口…仙石13:35＝箱根湯本	大変暑かったので、山頂の茶屋で購入して食べたアイスキャンデーがとても美味しかった。富士山も姿を見せてくれた。
748	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	編笠山	7/18	7/18	観音平9:15…10:06雲海…10:40押手川…12:00編笠山12:24…12:49青年小屋13:11…13:24乙女の水…14:04西岳14:10…15:43不動清水…16:22富士見高原…17:38信濃境駅	観音平までは乗合タクシー利用。この季節、森林限界より上は熱中症注意の暑さ。乙女の水・不動清水の水で生き返る。山頂はソウ・女性が多かった。富士見高原から信濃境駅への道(三ヶ峯)は、直線かつ平坦で歩きやすい。

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
749	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	草戸山	7/18	7/18	成瀬7:06=片倉…京王片倉7:50高尾山口8:00…梅の本平…9:10 西山峠9:25…10:25草戸山10:35…11:45四辻…12:00高尾山口 14:17=八王子=成瀬	ウイークデイのため静かな山行が出来ました。樹林帯の下を歩くので山行中はそんなに暑くなく過ごせました。
750	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	7/18	7/18	7/18(木) 成瀬=高尾=小仏BS7:35…小仏峠…小仏城山…10: 40高尾山…栗王院…11:30高尾登山電鉄高尾山駅	城山の青天狗茶屋でシロップかけ放題のかき氷を食べた。朝9時台にかき氷を食べるのは初めてだったが1時間たらずしてすべて汗で流れてしまった。この日関東甲信が梅雨明けした。
751	個人山行	ハイキング		上信越	石尊山	7/18	7/18	東京駅6:52あさま6 0 1 =8: 04軽井沢駅8: 14しなの鉄道= 8: 22信濃追分駅8: 29…9:05追分…09:18 石尊山登山口… 10:49 赤滝…11:16血の池…11:40 石尊山12:05…12:20石尊山 12:27…12:33 石尊山…12:51血の池…13:05 赤滝…14:14 石尊山登山口…14 23 追分…15:00信濃追分駅15:08= または15:18 軽井沢駅15:36あさま	以前より気になっていた血の滝、血の池、血の川を見に石尊山へ行ってきました。徐々に標高をあげていく直線の登山道には山野草がいろいろ咲いていました。鉄が溶けたした側火山の川は本当に珍しい景色でした。山頂からはまじかに前掛山、浅間山が迫り、遠くに八ヶ岳、金峰、甲武信などが眺められ景色もよい山でした。山頂はトンボが乱舞していました。追分宿からビストロしかこの山の登山道はないようなので、よく踏み固められ危険箇所もなく良いトレイルでした。
752	個人山行	ハイキング		奥多摩	雲取山	7/18	7/19	7/18町田6:47=7:14八王子7:22=7:39拝島7:44=8:02青 梅8:03=8:46奥多摩駅BS8:55=9:29鴨沢BS9:45…小袖乗越 11:50…浦安峠11:20…11:40七ツ石小屋泊 7/19小屋6:00…ブ ナ坂…奥多摩小屋路…小雲取山…9:00雲取山頂…9:50…12: 10七ツ石小屋13:00…笠所13:45…小袖乗越…15:50鴨沢 BS16:03=奥多摩駅	樹林帯が多く、道も歩きやすく、梅雨時とは思えない爽やかな天候のもと、登山者も少なく、雲取山をたっぷり楽しんだ。テント場もゆとりがあったが、虫は多く、蚊取り線香を焚いても二人ともかなり刺された。下山では、長い下りにテントの重さが加わって、へどへどになってBSにたどり着いた。
753	個人山行	ハイキング		道志	鳥ノ胸山	7/18	7/18	相模大野5:40=道の駅どうしP7:35…登山口8:00…鳥ノ胸山 9:50…浦安峠11:20…11:55大界木山12:50…城ヶ尾峠13:25 …水晶橋…鳥ノ胸道志の森登山口14:45…15:25道の駅どうし P=矢野駅	登山口周辺ではヤマユリの大輪が見事でした。毎年咲く前にシカの食害にあったが、今年は対策が功を奏したと地元の方が、頂上では富士山とご対面、曇り日だったので鞋ケ丸は制変し、大界木山頂でゆっくりランチタイムをとり下山した。拾ったゴミ:可燃(ビニール等)490g、不燃(瓶、缶)700g合計1190g城ヶ尾峠のゴミが多かった。
754	個人山行	ハイキング		北アルプス	白馬岳	7/18	7/20	7/18八王子8:34=(あずさ5号)11:59南小谷12:00=(? シ) 蓮華温泉(泊) 7/19宿4:20…8:00白馬大池山荘…10: 15小蓮華山…12:00白馬岳…12:20白馬山荘(泊) 7/20宿4: 45…6:00小蓮華山…7:00白馬大池山荘…9:40梅池ビシターセ =梅池高原11:40=(7&C コバス)12:09白馬駅12:22=14:00 松本駅14:50=(あずさ38号)16:50八王子(解散)	1日目は曇りでしたが、白馬大池のチングルマ・コマクサなどの群生を堪能しました。夜半から強い風が吹き始め朝になっても吹き止みませんでした。2日目は強い風と横かぐりの雨の中飲まず食わずの必死の山行となりました。
755	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	7/19	7/19	町田=高尾山口7:30…6号路…9:20高尾山山頂…みやま橋…琵琶 滝…11:30高尾山口=町田	細い登山道ですれ違う場合の足場の確認の必要を再確認する場面に会った。
756	個人山行	ハイキング		富士・御坂	三ッ峠山	7/19	7/19	町田=八王子=高尾=大月=河口湖駅=9:50三ッ峠登山口 BS10:30…12:00三ッ峠山荘12:30…木無山…三ッ峠山…16:00三 ッ峠駅=大月=八王子=町田	インバウンドで河口湖駅周辺の混雑に驚いた。
757	個人山行	ハイキング		奥多摩	雲取山	7/19	7/20	7/19結城3:30=6:10村宮駐車場6:40…9:55七ツ石小屋10:20… 七ツ石山10:40…小雲取山12:40…12:30雲取山12:50…小雲取山 13:10…七ツ石水飲み場14:26…七ツ石小屋14:30(テント場泊) 7/20七ツ石小屋6:45…8:30 温泉後 町田にて解散	1日目、スタートを遅くしたが早めに小屋に到着したので予定通り雲取山に登頂した。七ツ石小屋テント場は梅、ヘリポートあたりからブヨがでくさんいて、ネット使用も楽しみが半減した。2日目は朝から濃い霧に包まれ山頂部は強風との情報があり、岩が濡れて滑りやすくなる前に早々に下山を決めた。以前あった小屋横の水場は閉鎖されていたが、小屋泊まり、テント泊者には無料で提供されていた。
758	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	黒百合平	7/19	7/20	7/19町田6:05=6:32八王子6:35=9:23茅野(西口)9:30=沢の湯 10:30…13:30黒百合ヒュッテテント場(泊) 7/20テント場 6:10…8:30沢の湯10:30=茅野=八王子	テント泊練習と高度順応のための山行。平日とあってテントは余裕をもって張ることが出来、快適なテント泊を楽しんだ。2日目は朝から濃い霧に包まれ山頂部は強風との情報があり、岩が濡れて滑りやすくなる前に早々に下山を決めた。以前あった小屋横の水場は閉鎖されていたが、小屋泊まり、テント泊者には無料で提供されていた。
759	個人山行	ハイキング		奥秩父	雲取山・唐松尾山	7/19	7/21	7/19鶴川駅6:15=9:00西武秩父駅9:10=三峯神社10:30…12:10 霧ヶ峰12:19…12:36お清平12:43…14:26白岩小屋…15:42大ダ ワ…16:02雲取山荘(泊) 7/20雲取山荘5:20…5:50雲取山5:56 …7:20三条ダルミ7:30…9:22北天のタル…10:18飛竜権現10:25 …11:16大ダルミ11:21…13:47将監小屋(泊) 7/21将監小屋5:40 …7:15唐松尾山7:25…8:20黒棟の頭8:30…9:50雁峠9:56…12:11 新地平…12:35道の駅みとみ14:43=塩山駅	梅雨明け後の縦走となり、酷暑の中の縦走路を歩いた。奥秩父縦走路はトラバースであるが、一部には崩落地があるため通行には注意する事。岩稜歩行、三点支持、渡渉と技術が試される山行だった。計画を変更して将監小屋へテント泊したが、土曜日にもかかわらず管理人不在でビールが飲めなかったのが残念。
760	個人山行	ハイキング		北海道	芦別岳・富良野岳・石狩岳	7/19	7/21	7/19新道登山口6:01…7:46養谷…8:34半面山…9:59芦別岳10:41 …12:15鶯谷…13:38新道登山口=十勝岳温泉 7/20十勝岳温泉 5:00…5:56上ホロ分岐…7:06富良野岳分岐…7:36富良野岳… 9:05三峰山…9:32上富良野岳…9:51上ホロカメットク山…10:28 大砲岩…11:25上富良野岳…12:15上富良野岳分岐…13:08十勝岳 温泉=十勝三股 7/21シユナイダークコース登山口5:19…5:52水 場…8:42シユナイダークコース分岐…9:36石狩岳9:42…10:18シ ユナイダークコース分岐…12:11水場…12:43シユナイダークコース登山 口	天気にも恵まれ、展望も良く最高でした。7/20富良野岳は土曜日のため、駐車場がすぐに満車になるほどの人出でした。夕雲岳が通行止めで行けなかったのが残念です。
761	個人山行	ハイキング		丹沢	鳥ノ胸山	7/20	7/20	自宅5:00=7:00道の駅道志7:15…林道出合…9:00鳥ノ胸山 9:20…瀬木ノ頭…10:22浦安峠10:30…水晶橋…落合橋…11: 45道の駅道志=14:30自宅	登山口から鳥ノ胸山までの尾根道は、登り勾配キツイが樹林帯と沢から吹く爽やかな風に助けられる。夏場にお薦めの静かな山行が楽しめる。

No	山行区分	山行形態	タイトル	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
762	個人山行	ハイキング		南アルプス前衛	奥茶白山	7/20	7/20	7/19愛甲石田駅 11:30=ハイランドしらび芝園(仮眠) 7/20ハイランドしらび芝園=しらび峠5:00=前尾高山6:10=尾高山7:10=奥尾高山8:00=岩本山9:10=10:30奥茶白山10:45=岩本山12:10=奥尾高山13:00=尾高山13:50=前尾高山15:00=しらび芝峠16:10=日帰り入浴=道の駅飯島(仮眠) 7/21道の駅=愛甲石田駅(解散)	昨年、聖岳への縦走路で対岸に見られた赤い屋根(ハイランドしらび芝)から続く広大なシラビソの原生林の尾根を歩いてきました。1億年前の海底に堆積した地層から出来ているこの南アルプスエリアは手付かずの蒼・シラビソ・シダ・花・赤色チャートなど変化が豊富で楽しいです。
763	個人山行	ハイキング	西吾妻山	東北	西吾妻山	7/20	7/21	7/20 21:00上大岡=天元台ロープウェイ2:10着 車中泊 7/21 8:00ロープウェイ=北麓8:50=中大嶺分岐9:20=天狗岩10:19=西吾妻山10:39=中大嶺分岐11:48=北麓台12:10=ロープウェイ13:10=上大岡20:00	今回レンタカー使用の為、時間も限られているので、最短で行くルートにしました。登山道の雰囲気は八甲田山を思い出させる様な感じ、ゴロコ帯を抜けて行くに急に開けて池やお花畑、西吾妻山まで良く見えます。山頂は眺望なし。朝イチのロープウェイで上がったので、ガスガスになる前に景色を堪能できて良かった。下山の頃は時折小雨が・・・。
764	個人山行	ハイキング	沢ヶ岳	南アルプス	沢ヶ岳	7/20	7/21	7/20 橋本6:00=雨畑老平9:20=11:15広河原(渡渉)11:50=17:20松橋手山(泊) 7/21 松橋手山4:40=布引山9:10沢ヶ岳9:30=布引山13:00松橋手山(撤収)13:50=広河原=老平19:15=橋本	沢ヶ岳は、2000mの難路の急登で水場無しという厳しい山で、とにかく暑くてバテて大変でした。それでも静かであり山で、途中の登山道も最高でした。
765	個人山行	ハイキング	日計画書 240720谷川岳(増田)	谷川	谷川岳	7/20	7/22	7/20 集合:AM6時30分 小田急江ノ島線 桜ヶ丘駅西口階段下 ※増田車利用6:30桜ヶ丘駅=11:00谷川岳スキー場=ベースプラザ15:30白樺避難小屋(泊) 7/21 5:00白樺避難小屋=8:00蘆ヒュッテ=9:20武能岳=12:00度会館=13:00=ノ倉岳=14:30オキノ耳=15:00トマノ耳=15:20谷川岳肩ノ小屋(泊) 7/22 6:30肩ノ小屋=7:45熊穴沢避難小屋=8:30天神平ロープウェイ駅=9:00ベースプラザ下山=(温泉)=16:00桜ヶ丘解散	初日、沢橋に休みベースプラザへの到着が遅れ、蘆ヒュッテ途中の白樺避難小屋に泊まる。コンクリート敷きで寝心地は良く無かった事を除けば意外とぐっすり寝る事が出来た。2日目は疲労も有り、肩の小屋に初めて泊まった。これも有難く実に快適だった。
766	個人山行	ハイキング	徳高縦走	北アルプス	奥徳高、北徳高	7/20	7/23	7/19(金) 新宿都庁23:00=(毎日アルペン号)=5:20上高地7/20(土) 上高地BT6:00=徳澤9:55=横尾11:15=本谷橋12:35=14:25瀧沢ヒュッテ(泊) 山行時間:8時間22分 7/21(日) 瀧沢ヒュッテ6:00=8:55徳高岳山荘9:20=奥徳高10:15=徳高岳山荘11:35=瀧沢岳12:35=ドームの頭15:05=15:45北徳高小屋(泊) 山行時間:9時間50分 7/22(月) 北徳高小屋8:20=長谷川ヒコ10:45=12:50南岳小屋13:20=南岳13:30=天狗池15:50=大曲17:20=18:25槍沢ロッジ(泊) 山行時間:10時間25分 7/23(火) 槍沢ロッジ5:50=横尾7:40=徳澤8:55=10:45河童橋(入浴、昼食)・上高地BT14:05=松本=町田 山行時間:4時間56分	予想に反し登山者が少なく、自分たちのペースで危険箇所を通過することが出来ました。感想を短く表現すれば、ガスの奥徳高岳は余裕のペース、瀧沢岳から北徳高まではその険しさに肝をたぶし、大キツトではその高度感に肝を冷やした。そんな山行でした。
767	個人山行	ハイキング		北アルプス	立山	7/20	7/22	7/20新宿7:22=7:52大宮8:17=9:30長野10:30=12:10扇沢12:30=14:25室堂14:35=15:20雷鳥荘(泊) 7/21雷鳥荘6:06=7:45一ノ越8:50=9:42雄山9:55=10:20大谷休所10:32=12:05真砂岳12:33=13:31別北峰13:41=16:30雷鳥荘(泊) 7/22雷鳥荘7:50=8:55室堂9:15=10:18扇沢10:30=12:05長野14:29=15:47大宮(解散)	天候に恵まれて、色とりどりのお花を見ることができた(名前が分からなく残念)。また、雷鳥親子に会うこともできた。雷鳥荘は温泉もあり、食事も良く山小屋としてはコスパが良いと思った。2日目の飯綱前小屋から雷鳥荘への長いガレ場の下山道で飯綱のヒヤリハットあり。
768	アルパイン企画部山行	沢登り	第5回沢実践	尾瀬	小瀬沢	7/20	7/21	7/20 町田18:00=相模原愛川IC=沼田IC=沼田健康ランド20:40 7/21 ランド6:10=コンビニ=7:30大清水P7:50=鬼怒沼林道=小瀬沢林道=8:40co1530m橋入溪9:35=小瀬沢田代13:15=大江原原=14:40長蔵小屋15:00=三平山15:40=ノ瀬16:20=大清水P16:35	沢実践講習5回目は尾瀬の沢。雪国の沢と丹沢奥多摩のそれとの違いを経験。笹やソウの鼻のように垂れた濡布を掴みながらの通行や詰めめの縦置き。水道の底と驚かされた。濡面に広がる小瀬沢田代で沢装備を解除しニッコウキスゲが咲き誇る大江原原から尾瀬沼を歩いた。沢、湿原、ハイクと一日で三度楽しめる「夏が来れば思い出す」耽美なコースでした。
769	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	飯盛山	7/21	7/21	清里駅9:50=平沢登山口=11:40飯盛山(1643m)=大盛山=平沢山=平沢峠=13:40野辺山駅	涼を求めて昨年より2週間ほど早く訪れた。今年は沢山のニッコウキスゲに会えたが他の花たちは8月を待っているようです。どの山頂も多くの人が賑わっていました。
770	個人山行	ハイキング		その他	神代植物公園	7/21	7/21	町田13:02=新百合ヶ丘13:09=(小田急多摩線唐木田行)13:23=小田急永山=京王永山=調布=調布駅北口(吉祥寺行)=深大寺小学校=14:10蕎麦「元祖嶋田屋」15:00=深大寺見物=16:50神代植物公園=(夜間公開)17:30=19:30(解散)	50年前に訪れたことのある深大寺は森林浴が出来るといった趣向とした境内に変わって「涼」すら感じた。柔和なお顔の白鳳朝国宝「釈迦如来像」を拝観後夜間公開大温室へ急ぐ。開園にあわせて行列が出来る中、暑さを避けて最後尾に並び入園。先に珍しい熱帯植物を見て回り、いよいよ沖繩・宮古島で見られなかった一夜限りの妖精「サガリバネ」とご対面。感動のあまり動けなかった。一旦、温室から出て並び再入園して心行くまで観覧した。深大寺見物前に頂いた「元祖大嶋屋」の蕎麦は絶品でお勧めである。
771	個人山行	ハイキング		南アルプス	愛宕山・辻山	7/21	7/22	7/21町田発=甲府8:50=9:20愛宕山=9:20夢見山=愛宕山=11:00甲府=夜叉神峠山13:30=15:00夜叉神小屋泊 7/22小屋発5:50=柱立峠=9:30蓼花=9:55辻山=暮平=13:30夜叉神小屋=15:00夜叉神峠登山口=甲府=町田	夜叉神峠のモルゲンロートや辻山ではこれまでの山々を想い南アルプスの雄大な美しさに感動した。夜叉神小屋はとても居心地の良い小屋でした。
772	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	霧ヶ峰	7/22	7/22	橋本5:40=相模原IC=諏訪IC=黒40=8:50車山肩9:00=9:40車山=10:50車山乗越=11:30霧ヶ峰山=12:00物見岩=13:00八島ヶ池=14:20車山肩=諏訪南IC=中央高速=帰宅	未だガスが咲いており霧ヶ峰らしい景色を楽しめた。下りは快適であるが登りになると普通に汗をかき暑かった。
773	個人山行	ハイキング		上越	黒姫山・飯縄山	7/22	7/23	7/22相模大野駅集合5:15=信濃町IC=9:45大橋登山口10:00=新道分岐11:40=しらたま平13:25=黒姫山14:10=新道分岐15:50=16:40大橋登山口=戸隠キャンプ場 7/23戸隠キャンプ場7:30=一の鳥居P=飯縄登山口8:20=駒つなぎ場9:20=10:20飯縄山10:30=11:20駒つなぎ場11:30=12:20一の鳥居P=関越自動車道=圏央道=相模大野解散	両日とも天候に恵まれた。黒姫山は笹の中の登山道でぬかるんでいて、滑りやすく歩きにくい。凡そ8割が樹林帯の中、展望が開けると戸隠高原、戸隠山や高妻山を楽しめたが、気温・湿度が高く、風も通らず早い山登りとなった。飯縄山は暑かったがしっかりと整備された登山道で、シモツクツウ、サデシコ、トリアランシウウ、カマツツウ、ヤナギランなどのお花も沢山咲いていて、山頂からの景色も大いに楽しむことができた。

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
774	個人山行	ハイキング	山頂から穂高連峰・槍の眺望を楽しむ	北アルプス	常念岳	7/22	7/24	7/22：町田 マツキヨ前 21：00出発＝中央道＝安曇野IC＝ノ沢駐車場(仮眠) 7/23：ノ沢駐車場出発 5：00…登山口5：15…胸突八丁8：30…45常念小屋10：15…11：45常念岳12：45… 14：05常念小屋(泊まり) 7/24：常念小屋6：00…9：25登山口9：45…10：00ノ沢駐車場＝日帰り温泉＝町田15：30	23日は良く晴れたので、常念岳の頂上では時間を多く取り、穂高連峰・槍ヶ岳の山容をゆっくりと楽しむことが出来た。翌日は朝から雨で、足元を注意しながら下山した。登山道では、岩から流れる湧き水の回りに咲き誇る花の箇所が、絵の様に綺麗だった。
775	個人山行	ハイキング		東北	岩手山	7/22	7/22	4:45八戸フェリーターミナル＝八戸IC＝吾根IC＝7:00岩手山頂登山口7:27…(旧道)…10:13七合目(鉢笠)…10:40不動平…11:20岩手山頂(薬師岳)…12:00不動平…12:31七合目(鉢笠)…(新道)…14:30馬返登山口 下山後、東北道滝沢ICから自宅へ	4回目の挑戦でやっと岩手山に登頂することが出来ました。今回も雨が降ったりやんだり、しばらく様子を見てからの行動でした。不動平あたりからガスでいて遊覧小屋に気づかず、お鉢に出ると強風で吹き飛ばされそうでした。薬師岳に到達した時にはガッツポーズでした。
776	個人山行	ハイキング	ツール・ド・モンブラン	海外		7/22	8/3	7/22 成田空港22：30発＝EK319便＝ 7/23 4：10ドバイ8：30＝EK089＝13：15ジュネーブ14：30＝16：00シャモニー・ポアン・イザベル泊 7/24 シャモニー＝8：00＝ランデックス…ラック・プラン小屋…フレジュール小屋＝15：00シャモニー 同上 7/25 シャモニー＝8：00＝レ・ズージュ＝ベルビュール(180m)…トリコ峠(2120m)…14：30ミアージュ小屋 同小屋泊 7/26 ミアージュ小屋8：30…トリュック峠(1730m)…レ・コンタミンス(1167m)…15：30ナン・ボラン小屋 同小屋泊 7/27 ナン・ボラン小屋7：30…ボンム峠(2329m)…クロワ・ドゥ・ボンム峠(2470m)…16：00ヴァン小屋 同小屋泊 7/28 ヴァン小屋：30グラヴェ村…モット小屋…セーヌ峠(2510)…ラ・ヴァイユ＝16：15クールマイユール 同市泊 7/29 クールマイユール8：00…ベルト＝ネ小屋(1977m)…ボナッティ小屋…15：20ラヴァグレイ(1642m) 同市泊 7/30 ラヴァグレイ8：00＝アルノ＝バ…グラヴン＝フェレ峠(2537m)…フェレニオン峠…16：10ボナッティ小屋 同小屋泊 7/31 ボナッティ小屋8：00…ボヴァース(1987m)…フォルクラ峠(1526m)…15：00フォルクラ峠小屋 同小屋泊 8/1 フォルクラ峠小屋8：00…トリアン…バルム峠(2191m)…モンロック(1363m)＝16：30シャモニー＝ポアン・イザベル泊 8/2 シャモニー＝7：30＝エギュ・デュ・メディア展望台＝シャモニー＝ジュネーブ 15：15＝EK090＝23：45ドバイ 8/3 ドバイ02：40＝EK318＝17：48成田空港 解散	天候に恵まれ、7/24～8/1の9日間ほとんど降雨に遭う事なく、トレッキングを楽しめた。フランス～イタリア～スイス～フランスと国境を徒歩で渡りアルプスの絶景を堪能した。
777	個人山行	ハイキング		大菩薩	大菩薩	7/23	7/23	愛甲石田駅6:40＝勝沼IC＝上日川峠9:00…福ちゃん荘10:00…雷岩11:30…雷岩12:00…賽の河原13:00…富士見山荘…福ちゃん荘14:30…15:00上日川峠＝往路を戻る	前年と比べて非常に暑かった。森の中で寛いでいい、また雷岩でランチした時も1mまで来て、おこぼれをねらっていました。コウリカが少し眠っていました。
778	個人山行	ハイキング		上越	八海山	7/23	7/24	7/23 自宅4:30＝六日町IC＝7:50八海山ロープウェイ＝P8:00＝10:05山頂駅8:15…西合半8:45…9:30女人堂9:40…薬師岳10:30…10:40本輪小屋11:00…12:10大目山12:45…巻き道…13:50本輪小屋(泊) In080-5079-3375 (1泊2食 8,000円) 7/24 千本輪小屋6:30…6:35薬師岳6:40…7:15女人堂7:25…7:40漕池7:45…四合半8:05…展望台…8:30ロープウェイ＝山頂駅＝八海山ロープウェイ＝P	24日の天気予報が良くなかったので初日に大日岳八峰の峰線上を歩いた。険しい稜線ではあったが所要場所に頑丈な鎖が設置されており安全に歩けた。帰りは巻き道を利用したがトラバースの連続。鎖が無い切れ落ちたトラバースもあり足を掴み緊張して歩いた。この日は、とても暑く汗をかき、水の消費量も多かった。24日は予報通り雨の下山。薬師岳のつるつるの岩場の急降下を鎖を頼りに降りた。
779	個人山行	ハイキング		南アルプス	赤石岳・荒川三山	7/23	7/27	7/23相武台下6：55＝(東名～新東名)＝畑産夏季臨時P14：10＝15：20樫島ロッジ(泊) 7/24樫島ロッジ5：40…(東尾根)…小太郎…小太郎…12：15赤石小屋(泊) 7/25赤石小屋5：30…富士見平…赤石岳10：05…小赤石岳…大聖尊平…13：15荒川小屋(泊) 7/26荒川小屋5：30…前岳…中岳…11：15東岳(悪沢岳)11：35…千枚岳…14：15千枚小屋(泊) 7/27千枚小屋3：40…見晴台…清水平…9：40樫島ロッジ(入浴)・BS10：30＝畑産臨時P＝町田	赤石小屋の2時間程手前の樹林帯で早い昼食を終え出発直後の10時頃、突然大粒の強雨に襲われた。小屋に着く直前に雨は上がったが、赤石岳ではヒョウが降り、低体温症の登山客が出たり、荒川小屋にお客できなかった人が10名もいたそうです。翌日の赤石岳がガスの中でしたが、その後はお天気に、富士山もまた、雷鳥にも会え、沢山のお花を愛で、南アルプスの大展望を堪能しました。外国人には全く会いませんでした。拾った可燃ゴミ：100g(マスク、ペットボトル、ビニール等)
780	個人山行	ハイキング		富士・御坂	宝永山	7/24	7/24	相武台前6:10＝7:50水ヶ塚公園駐車場8:00＝8:40富士宮口5合目9:00～9:30雲海荘11:12室永山11:40～13:06雲海荘…13:30富士宮5合目14:00＝14:40水ヶ塚公園駐車場15:30＝相武台前17:20 解散	おおむね晴れの良いお天気でしたが、宝永山山頂は強風。到着時には一瞬だけ展望がりましたが、すぐに雲に隠れ、あつという間に雲が降りて雨が降りました。雨はすぐにやみましたが、風が強くて山頂での待つ事はできず、すぐに下山しました。お花も結構咲いていて綺麗でしたし、ニホンカモシカにも会えました。帰りの車ではリスを獲きそうになりました。
781	個人山行	ハイキング		北アルプス	上高地	7/24	7/26	7/24町田5:57＝6:22八王子6:35＝10:17松本10:45＝11:15新島々11:30＝12:35上高地13:00…16:15岳沢小屋(泊) 7/25岳沢小屋7:00～8:30天狗沢9:30…10:30岳沢小屋10:45…13:00上高地(泊) 7/26上高地10:40＝11:45新島々12:07＝12:36松本13:10＝15:48町田	岳沢小屋の夕食は、カレーバイキングで、から揚げ、エビフライ、野菜が盛り放題でハイキング好きにはたまらなかつた。2日目は朝から断続的に大雨で、前穂登頂は諦め、天狗沢のお花畑を標高2350mで行った。雨、霧で景色は見えなかつた。直前に熊がテント場に2日続けて出て、テント場は閉鎖された。
782	個人山行	ハイキング	個人山行	北アルプス	焼岳	7/25	7/26	7/25 愛甲石田駅6:10＝松本IC＝沢渡駐車場10:10＝焼岳登山口10:50…分岐12:40…ソール…北峰15:00…ソール・焼岳小屋16:30(泊) 7/26 焼岳小屋7:30…登山口10:15…田代橋…11:48上高地BS＝沢渡＝愛甲石田(解散)	焼岳北峰コルまでは順調に進んだが北峰登頂後天候急変し、本格的な雷雨・落雷に見舞われ登山道の岩場は水路と滝の出現になった。バケツの水をひっくり返したようなゲリラ雷雨と大音響の落雷で前穂高への登高意欲は消滅し一日早く帰った。 雨具の強力撥水剤(NIKWAX)の効果大きく、衣類・ザックの中身が全く無事だったのが有難かった。
783	ハイキング企画部山行	ハイキング	其企画部 縦走を目指す山行 奥日光	日光・那須	日光	7/25	7/26	7月25日(木) 湯元温泉11:30…12:00湯元ビジターセンター…13:00ポイント設置…温泉寺…16:00日光湯元キャンプ場(テント泊) 7月26日(金) 日光湯元キャンプ場7:00～7:10湯ノ湖…8:10湯滝～9:40小田代ヶ原…11:10高山…11:40熊窪…13:10竜頭の滝	25日午後の天候は雷雨(ゲリラ豪雨)が予報され不安定なため、(利込湖～切込湖)への光徳温泉からの周回コースをキャンセルし、湯元温泉からのピストンに山行計画を変更したが、リスクヘッジのため湯元温泉近郊の散策のみとした。キャンプ場の炊事場貸し切りで「シンギスカン」を楽しみ、雨の中のテント泊の経験を積むことができた。26日は晴天となり、小田代ヶ原の自然観察とフルザックによる中継寺湖畔の縦走を経験し、各自セルフのテント泊山行に経験値を上げた。

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
784	個人山行	ハイキング		北アルプス	燕岳・常念岳・蝶ヶ岳	7/26	7/29	7/26竹橋23:00＝ 7/27 5:30燕登山口6:30…第1ペンテ7:00…8:30第3ペンテ8:40…9:00合戦小屋9:20…10:15燕山荘10:30…燕岳11:00…11:38燕山荘12:20…喜作レリフ14:45…大天荘15:20大天荘泊 7/28大天荘5:40…大天井岳5:45…8:15常念小屋8:30…9:45常念岳10:00…蝶ヶ岳13:40…蝶ヶ岳ヒュッテ14:45 蝶ヶ岳ヒュッテ泊 7/29蝶ヶ岳ヒュッテ6:00…6:05蝶ヶ岳6:20…8:55徳沢園9:30…11:30上高地バスターミナル15:00＝新宿20:15	1日目 燕山荘に出るまでは少し曇りが湧いていたが、稜線に出ると北アルプスが一望できた。大天荘は食事も従業員も素晴らしい再訪したい山小屋である。2日目、小雨と強風の発発となるが、アツダウンの激しい1日で、晴れていたら歩き切れたかなと思うのか。えって良い気候だったかもしれない。3日目、快晴の朝を迎え、徳高連峰、槍ヶ岳が一望出来て素晴らしい締めくくりとなった。
785	個人山行	ハイキング		奥秩父	笠取山	7/27	7/27	町田5:30＝作場平P8:20…一休坂分岐…ヤブ沢峠…笠取小屋…雁峠分岐…10:25笠取山10:55…水干…笠取小屋…一休坂分岐…13:15作場平P＝16:30町田	沢治いからの登りは、木陰で涼しく心地良い。夏場の日帰り山行にお薦めです。作場平Pの下山迄あと10分程の時に雨に降られるが、事無きを得た。
786	ハイキング企 西部山行	ハイキング	東京近郊の山 大菩薩嶽	大菩薩	大菩薩嶽	7/27	7/27	集合 JR町田駅ホーム前方 5:55 JR町田駅6:05＝人王子＝高尾＝甲斐大和駅＝7:40 甲斐大和(栄和交通バス) 7:50＝8:40上日川峠BS8:50…9:15福ちゃん荘…雷岩…10:50大菩薩嶽…11:05雷岩11:40…12:15大菩薩峠…福ちゃん荘…上日川峠13:25 上日川峠BS＝甲斐大和駅(解散)	天気予報がまちまちで実行中止か悩んだが、天候が悪くなった時はピストンで下する予定で実行とした。富士山は雲に隠れて見ることができなかったが、雷岩から大菩薩峠の稜線歩きは気持ちよく歩けた。下山手前雷が鳴り出したが無事に下山できたので良かった。
787	個人山行	ハイキング		奥多摩	棒ノ折山	7/27	7/27	町田＝さむらびの湯P8:30…有馬ダム…8:45白石沢登山口…11:30岩茸石…ゴンジリ峠…12:30棒ノ折山…ゴンジリ峠…13:00岩茸石…14:30さむらびの湯＝町田	暑い一日だった。
788	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山～堂所山	7/27	7/27	拙宅(電車) 6:23高尾駅6:50(バス)＝陣馬高原下7:35…9:50陣馬山11:45…和田峠…陣馬高原下13:30＝夕焼小焼…おおりの家入浴＝高尾駅15:10＝納涼祭	友人のリハビリ山行&納涼で高尾山麓の奥座敷へ。沢治いの山道と一般山道の気温差が激しくスローワークのハイクとなった。富士見茶屋で納涼祭となつてしまい和田峠峠を下した。帰路おおりの家で汗を流し高尾駅へ。回駅は大菩薩峠の稜線歩きは気持ちよく歩けた。下山手前雷が鳴り出したが無事に下山できたので良かった。
789	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山	7/27	7/27	7/27(土) 成瀬＝藤野＝陣馬山登山口BS8:20…(一の尾根)…11:15陣馬山…(陣馬新道)…13:10陣馬高原下BS＝高尾	一の尾根では小さな虫がずつとつきまとっていた。
790	個人山行	ハイキング		奥秩父	金峰山	7/27	7/27	小田急相模原駅南口集合 01:00＝ 05:00大池峠駐車場05:40…7:00朝日岳…08:00金峰山9:15…10:00朝日岳10:45…11:30大池峠駐車場＝小田急相模原駅南口 解散	5時に大池峠駐車場についてが満車。登山口の未舗装部分の広場に2～3台の空スペースに駐車。天気もよく見晴らしの良い箇所毎に休憩をとりながらのゆったりハイキング。五丈岩付近で絶景を見ながら1時間の大休後の後に下山しました。
791	個人山行	ハイキング		北アルプス	霞沢岳	7/27	7/28	7/27自宅＝高尾5:15＝松本8:46＝新島々9:14＝アルピコバス＝10:30上高地11:00…明神館12:15…14:15徳本峠小屋 7/28徳本峠小屋5:00…ジャンクションピーク6:00…P2-k28:15…9:30霞沢岳10:00…k2…ジャンクションピーク…徳本峠分岐12:50…明神館14:15…15:15上高地バスターミナル＝新島々＝松本＝高尾＝自宅	上高地は観光客で大賑わい。いつも登山者が通る梓川左岸道路が土砂崩れで通行止めの為、一層右岸に集中した模様。残念ながら霧がかすんだ山行。
792	個人山行	ハイキング		北アルプス	燕岳～蝶ヶ岳	7/27	7/29	7/27徳高駅4:20＝中房温泉BS登山口5:01…8:01合戦小屋…9:16燕山荘…燕岳・北燕岳…燕山荘 11:20…14:20大天荘…大天井岳PT…16:54大天荘【警告】 7/28朝朝風雨により、蝶ヶ岳に転進 大天荘5:03※…東天井岳…7:19常念小屋7:54…9:19常念岳9:44…12:06 2592p12:38…13:45蝶ヶ岳…13:58分岐…14:27願想の丘…14:38蝶ヶ岳ヒュッテ【警告】 7/29蝶ヶ岳ヒュッテ6:10…蝶ヶ岳6:20…6:36経精の池…7:02長堀山…9:22徳高駅9:37…10:35明神…11:57河童橋…12:05上高地BS	1日目朝、タクシー乗合の計らいあり1時間早く登山口到着。合戦尾根は途中ランチや西瓜提供あり(設計すが)。大天井は、人も際立つポイント少なくなり長く感じる。2日目朝、出発後雨風強くなり蝶ヶ岳に転進を決意。天気は良くないが、会のシンボル雷鳥と永峯親子を確認(幸せ気分)。3日目朝、槍山頂の雲がとれるのを待ち出発。長堀尾根は平日だが登る人数多と行き交う。
793	都連山行	岩登り	東京登山学校 スタッフ研修	奥秩父	小川山	7/27	7/28	7/27 廻り目平9:00集合…小川山の岩場…16:00廻り目平(泊) 7/28 廻り目平8:00…小川山の岩場…16:00廻り目平・解散	事故(怪け)あり、別途「事故報告書」提出します。
794	個人山行	岩登り	小川山 夏合宿	その他	小川山	7/27	7/28	7/27(AM)ひよこ豆エリア(ルート名不明5.9、ハト麦5.8、玄米5.7、月見草5.8)(PM)花豆スラブエリア(落花生5.10a、パルス5.10b、あずき5.10b、OFSS.6)(夜)7/27後夜隊(佐藤、上村)合流。大町・佐久の山岳会の4名含めて交流と大宴会 7/28 ストリームサイドエリア(マリリン5.7、ブリジット5.6、Maud5.8、Love or nothin' 5.10a、ビットタッチ5.10a、オードリー5.10a、マレーネ5.9、マママのシズグイ5.7、Let me see5.10b)	27日はひよこ豆スラブ5.7～5.8でトップロープとリードの練習。午後は花豆スラブに移動、10a、10bスラブに四苦八苦。大町・佐久の山岳会メンバーとも合流して登る。夜は7/27後夜隊と他会合同の総務は名での大宴会。28日は大洞窟でストリームサイドエリアへ。前日のスラブからアエース、クワックとなり、テクニクも異なり、充実したクライミングとなった。他会との交流もでき初めての小川山経験者も十分にクライミングを楽しんだ。
795	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾城山	7/28	7/28	成瀬5:20＝町田5:23＝高尾山口6:20…四辻…草戸山8:00…三沢峠9:00…西山峠9:25…山下BS10:00…10:40高尾山口10:48＝町田＝成瀬	暑い中歩いてる方が多いにはびっくりです。熱中症対策として西山峠より下山しました。
796	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	飯盛山	7/28		町田5:57＝9:50清里10:00…平沢登山口…11:50飯盛山12:10…獅子岩…13:30野辺山13:53＝野辺辺り＝17:52町田(解散)	涼を求めて信州へ。色鮮やかなナデシコやシモツクが迎えてくれた山頂からの眺望は抜群。登りも下りも登山口までの舗装道路歩きが難。

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
797	個人山行	ハイキング		奥秩父	笠取山	7/29	7/29	町田=勝沼IC=作場平10:00…笠取小屋…笠取山13:00…水干…笠取小屋…15:00作場平=奥多摩周遊道路=自宅	山頂で気温24℃、ヤブ沢の水温12℃、でも歩くとき暑い。
798	ハイキング企画 画部山行	ハイキング	③誕生月山行	奥秩父	西沢渓谷	7/29	7/29	JR町田6:25=6:50八王子6:57=8:12塩山駅8:30発(山梨交通バス)=9:30西沢渓谷バス停 西沢渓谷入口9:50…11:00三重の滝…12:30 七ツ釜五段の滝…14:55西沢渓谷入口 西沢渓谷バス停15:10(山梨市民バス)=16:00山梨市駅=町田駅(解散)	青く澄んだ多数の連なった滝つぼの素晴らしい景観を見ながらの渓谷歩きが心地よかった。岩壁には、イワタバコが薄紫色の花をつけていた。トレイル沿いには、黄色味を帯びたヤマホトトギス、渓谷奥からの戻りのコース沿いには、タマシサイ、ヤマアジサイの花が咲いていた。今年は酷暑が続いているので、参加者の皆さんも涼を感じられ、リフレッシュできたと感じます。
799	個人山行	ハイキング		奥多摩	御岳山	7/29	7/29	町田6:05=青梅7:27=7:46御岳7:55=8:05ケーブル下=滝本駅8:20=8:37御岳山駅…9:00富士園地…10:30御岳山神社…11:10七代ノ滝…13:00線広ノ滝…14:20御岳山駅14:42=清滝駅=町田	やはり無理せず 往復ケーブル利用して安全行動。レンゲシヨウマはぼろぼろ咲いて久々に愛らしい姿を楽しめました。七代ノ滝まではこんなに急だったかと足元注意。七代ノ滝の岩壁には小ぶりのイワタバコが沢山、黄色のタマガゴホトトギスも咲いていました。渓谷沿い登山道は幾らか涼しかったです。
800	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	西天狗岳	7/30	7/31	7/30 東京駅8:41はくたか555=9:52佐久平駅10:18JR小海線=10:59小海駅11:25小海町宮バス(バス代000円) =12:08みどり池山入り口 12:13…13:38 しらび小屋(1泊) 7/31しらびそ小屋6:37…6:47 中山峠分岐…7:37 中山峠…09:33 東天狗岳…10:10 西天狗岳…11:06 第二展望台 11:09 …11:39 第一展望台 11:43…13:00 唐沢鉱泉…13:31 唐沢鉱泉分岐…14:02 渋の湯 渋御殿湯1000円で入浴 14:55奥穂科沢の湯線にて(バス代1600円)=15:45茅野駅16:20あずさ44号(えきねっとチケットレス35%OFF)=18:45新宿駅着	薬師岳を予定していましたが、日本海側の天気が悪かったので、天気よさそうな八ヶ岳に変更しました。前から泊まりたいと思っていたしらび小屋に泊まりました。1日目は雨でした。曇り雲が立ち込める中、前泊するしらび小屋へみどり池入りから行きました。餌付けされているリスや小鳥たちが見られた厚切りトーストの朝食が名物の山小屋は楽しめました。翌朝名物の厚切りトーストを食べ7時前に出発し、東天狗、西天狗、天望台を歩きました。ユイチヨウランの群生、ギンリョウソウの群生の美しい苔の森は北八ヶ岳らしくて良かったです。稜線にはコメダクサ、イブネジャコウソウ、オトギリソウ、トウヤクランのウグイスが多かったです。展望と天気に恵まれ、花も楽しめたので行先変更して良かったなと思いました。
801	個人山行	ハイキング		北アルプス	爺ヶ岳・鹿島槍ヶ岳	7/30	8/2	7/30 愛甲石田駅北口10:00=厚木西IC=圏央道=中央道=長野道=安曇野IC=15:00七倉山荘 150261-22-4006(1泊2食12,100円、朝食4:15~) 7/31 七倉山荘15:15=6:00柏原新道駐車場6:10=7:55ケルン8:40…10:50種池山荘11:15…12:15爺ヶ岳(南峰)12:20…12:40爺ヶ岳(北峰)…14:00冷池山荘(泊) 8/1 冷池山荘15:40…6:50布引山…7:55鹿島槍南峰9:00…10:55冷池山荘11:25…13:20爺ヶ岳…14:00種池山荘(泊) 8/2 種池山荘6:00…8:10ケルン9:10…9:30柏原新道登山口=帰宅	当初の鳥帽子・船窪周回ルートの計画は、30日の豪雨で濁沢丸太橋が流され、無念の中止。急遽、爺ヶ岳・鹿島槍ヶ岳に転進した。31日以降は好天に恵まれ、鹿島槍ヶ岳山頂からは360度の絶景を楽しむ1時間も長居した。偶然、冷池山荘の小屋番山が登ってこられ、山名を教えてくださいました。
802	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	霧ヶ峰	7/31	8/1	7/31 8:54上諏訪駅バス上諏訪駅諏訪湖口(西口)9:35=10:09強清水…10:20霧ヶ峰キャンプ場(テント設置)…強清水バス停11:09=11:29入島温泉…12:19霧ヶ峰…奥霧ヶ峰(廃業)…物見石…15:11沢渡バス停15:37=15:57強清水…16:10キャンプ場 8/1キャンプ場7:00…車山肩…9:00車山…9:50車山乗越…南の耳…10:50北の耳…男女倉山(ゼブラ山)…12:00奥霧ヶ峰…12:35沢渡バス停13:02=13:19強清水…キャンプ場(テント撤収)15:30…強清水バス停15:54=16:25上諏訪駅諏訪湖口(西口)=16:25上諏訪駅	上諏訪駅発バスはすし詰状態で発車。霧ヶ峰キャンプ場は1969年の東京オリンピックにオープンして芝生や樹々の手入れもよくルールも守られ静かで快適でした。夕方から急激に気温が下がり、たき火をしながらも皆さんダウンを着こんでいました。霧ヶ峰はお花の宝庫、残り花や秋を感じさせる花々、トンボも楽しめた。特に今は八島温泉が良さそうです。また徒歩好みの方には薬科山から霧ヶ峰もお勧めします。車山山頂の気象レーダー、毎年8月1日だけの一般公開に遭遇しました。
803	自然保護部山行	ハイキング	自然観察会	奥多摩	むかし道	7/31	7/31	町田6:43=6:59八王子7:01=立川=青梅-奥多摩8:46 8:50奥多摩駅 8:55=奥多摩湖9:30…青目立不動尊…10:30浅間神社…虫歯地蔵尊…馬の水飲み場…12:20したくら橋…いろは楓巨樹…不動の滝…榎木(さいがらぎ)…羽黒坂。羽黒三田神社…奥水川神社…奥多摩駅15:20 解散	今年は沢山のイワタバコが見られた、雨を心配したが 大丈夫でした。渓谷沿いは涼しくみどりのシャワーを受けて気持ち良く楽しむことができました