

| 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 |
|-----|-------|-----------|---------|-------|--------------|------|------|--|--|
| 220 | アルパイン | アイスクライミング | 個人山行 | その他 | 上荒井沢 | 2/28 | 2/28 | 溝の口駅=桃ノ木温泉8:45…10:00～上荒井沢:トリコルネ・カモンカルンゼ～上荒井沢15:30…16:30桃ノ木温泉=溝の口駅 | カモンカルンゼはこの5年間以上、水量減少により氷結していなかったが、今回見事に氷結していた。快適かつ恐怖の90mマルチ氷壁登攀を楽しむことができた。トリコルネは約35m、最高グレードはV-位でリード体感的には相沢奥壁氷柱と同程度。中級クラスの課題と思う。 |
| 221 | ハイキング | ハイキング | 個人山行 | 丹沢 | 松田山 | 3/1 | 3/1 | 新松田駅=田代向8:27…寄清流マス釣り場…10:59西明寺史跡公園…12:39松田山…中澤酒造…13:35新松田駅 | |
| 222 | ハイキング | ハイキング | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 峰山・石砂山・石老山 | 3/1 | 3/1 | 鶴川駅=八王子駅=高尾=藤野駅…やまなみ温泉BS8:30…8:57峰山9:10…青根峰山分岐…伏馬田城跡…10:53石砂山(東尾根)11:10…山の神…12:45石老山…13:00石老山入口BS=相模湖駅 | 石砂山から牧馬峠の道は道標無く最初の下り80mは急斜面の為、慎重に進む。牧馬峠から車道へて石老山登山口も判読不明で急騰登りとなり尾根に取付く。石老山分岐までは道標等無く注意が必要。静かな山行でした。 |
| 223 | ハイキング | 雪山 | 個人山行 | 浅間山 | 黒斑山 | 3/1 | 3/1 | 町田=新宿=大宮=佐久平=車=高峰高原ホテル前10:00…トミの頭5…12:15黒斑山13:20…蛇骨岳5…仙人岳14:05…黒斑山…車坂峠15:30…高峰高原ホテル16:20=高速バス=バスタ新宿=町田 | 関西の友人山仲間とガトーショコラの浅間山を見に黒斑山に登ってきた。気温が上がりシュガーの大半が溶けてしまっていたが、無風、晴れて穏やかな状況で迫力の浅間山と、遠方の富士山や八ヶ岳、アルプスの山々の眺望を楽しめた。 |
| 224 | ハイキング | ハイキング | スケッチハイク | 伊豆 | 大丸山展望台 | 3/1 | 3/1 | 町田=小田原駅=熱海駅=宇佐美駅9:00…分岐…どっこい処11:20…11:40大丸山展望台13:35…どっこい処…分岐…15:05宇佐美駅=熱海=小田原=町田 | 空と海の境界がかすむ程の春の陽気だったため、海と山のコントラストなどは今一つだったが、明るい春の青空をバックにミカンの黄色や桜の濃いピンクが引き立っていた。大丸山の展望台からは、富士山の全容が眺められ、ここをスケッチのポイントとして各自思い思いにスケッチに時間を費やしてきた。 |
| 225 | ハイキング | ハイキング | 個人山行 | 丹沢 | 鍋割山 | 3/1 | 3/1 | 伊勢原=表丹沢県民の森7:30…二俣8:40…後沢乗越…10:40鍋割山11:30…鍋割山稜…小丸尾根下降点12:35…林道…旧訓練所跡地…駐車場15:00=愛甲石田 | 相変わらず鍋割山荘の鍋焼きうどん(2000円)には昼前の時間にもかかわらず列が出来ていた。後沢乗越経由は多くの登山者が歩いているが小丸尾根は歩く人が少ないようだった。 |
| 226 | ハイキング | ハイキング | 個人山行 | 奥多摩 | 青梅丘陵ハイキングコース | 3/1 | 3/1 | 軍畑駅9:50…榎峠…名郷峠…三方山…鷹ノ巣山…矢倉台…14:30青梅駅 | 矢倉台まではアップダウンがありましたが、以降は緩やかで整備されたコースでした。暖かく登山日和でしたが、花粉症のメンバーには辛かったです。 |
| 227 | アルパイン | 雪山 | 個人山行 | 富士山 | 二ツ塚 | 3/1 | 3/1 | 橋本駅ロータリー=須山胎内入口8:30…幕岩…四辻10:10…10:20下塚10:40…二ツ塚分岐…上塚11:00…四辻…幕岩12:10…12:50須山胎内入り口=橋本駅 | アイゼントレーニングの予定が雪はほとんど無く残念だったが、二ツ塚散策を楽しんだ。裾野からの富士山はあまりに近くて登っていけそうな感じがした。 |
| 228 | アルパイン | 雪山 | 個人山行 | 谷川岳 | 白毛門 | 3/1 | 3/1 | 横浜=土合駅8:57…11:54松ノ木沢の頭…13:02白毛門13:16…14:07松ノ木沢の頭…16:13土合駅=水上=横浜 | 白毛門日帰り。谷川岩稜・苗場・馬蹄形・武尊など絶景。今年は雪深いのが、この日は手袋要らないほど暖かく、クラックができて始めていた。 |

| 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 |
|-----|-------|-------------|----------------|----------|---------|-----|-----|--|--|
| 229 | 山スキー | BCスキー | 山スキー企画部 山行 | その他長野県 | 鍋倉山 | 3/1 | 3/2 | 3/1 町田駅=宿=13:00温井集落除雪終了点…13:40北尾根取付…15:00下山990m…16:00温井集落除雪終了点=17:00宿 3/2 宿=9:00戸狩スキー場=宿11:30=町田駅 | 山スキー講習（総合滑走）鍋倉山にて講習。天候不穏の為、前日土曜日に繰上げ実践。時間制限を設け北尾根990mより下山した。 |
| 230 | ハイキング | 雪山 | 個人山行 | 赤城・皇海・榛名 | 黒檜山 | 3/2 | 3/2 | マツキヨ町田店=黒檜山登山口P…黒檜山登山口9:44…富士山展望台…黒檜山11:27…11:30展望地12:00…12:04黒檜山…13:06黒檜山登山口…黒檜山登山口P=マツキヨ町田店 | メンバーのコンディションを考慮して、黒檜山ピストンへ変更。先日の大寒波はこの週末の暖かさで雪が緩み、晴天の中を爽快に歩きました。下りの急坂を降りる際は足元に注意しながら安全に下山できました。 |
| 231 | ハイキング | ハイキン グ | 交流ハイク | その他神奈川県 | 座間谷戸山公園 | 3/2 | 3/2 | 町田駅カリヨン広場=座間9:20…谷戸山公園西入口…パークセンター…多目的広場…（公園内ルートを変えて2〜3周）…里山体験館…12:30座間 | 「下池」のザリガニ釣りができる範囲を確認。この日は20℃を超える気温で5月末の暑さが思いやられる。 |
| 232 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 伊豆 | 沼津アルプス | 3/2 | 3/2 | 小田原=三島=原木8:35…茶臼山登山口…大嵐山（日守山）9:45…新城分岐点…11:25大平山11:45…鷲頭山…志下坂峠…・・徳倉山…八重坂…香貫山16:55…15:20黒瀬=（バス）=沼津 | 沼津アルプスのその先、奥沼津アルプスの大嵐山（地元では日守山）が気になっていた。今回ようやく原木から黒瀬まで歩き通すことができた。新城分岐点〜大平山は岩稜、梯子有り。最低高度1m、最高高度390m。累計高度（+）1088m、累計高度（-）1102m。急傾斜の下りに要注意。 |
| 233 | アルパイン | 岩登り | アルパイン企画 部山行 | 丹沢 | 広沢寺 | 3/2 | 3/2 | 愛甲石田駅=8:00広沢寺P…8:30〜12:00広沢寺清掃活動に参加…13:00〜15:00藤岩クライミング…16:00広沢寺P解散。 | 25回目の広沢寺清掃活動も、主催者高齢化のために今回で修了した。最後の清掃でも200kg以上のゴミが集められた。不動尻への林道周辺で沢沿いの斜面に大きなゴミが投棄されていた。洗濯機やタイヤ、バッテリー、ゴミの詰まったゴミ袋等、ゴミを捨てに来ている人は…。フジ岩でクライミング。清掃活動に参加した他会の人達や岩場を開拓した人等と楽しくクライミングできた。 |
| 234 | ハイキング | ハイキン グ | 自然保護部山行 | その他神奈川県 | 猿島 | 3/4 | 3/4 | 町田=横浜=8:52横須賀中央…三笠港9:30=9:40猿島港…猿島散策…猿島港11:45=11:55三笠港…横須賀中央駅 | ガイドツアーは内容が充実していてとても良かった。当日波が高く、猿島までの船はかなり揺れたが、前日も翌日も船は欠航だったので、運行していてラッキーだった。 |
| 235 | ハイキング | 雪山 | 個人山行 | 妙高・戸隠・雨飾 | 戸隠鏡池 | 3/4 | 3/4 | 東京駅=長野駅=戸隠中社10:12…小鳥ヶ池 …2:16鏡池12:48…足神様…14:30戸隠中社=（バス）=長野駅 | バスが遅れて中社についたり、トレースが消えてしまっで少し道を探して歩いたり予想より時間がかかってしまい、鏡池ピストンにしました。小鳥ヶ池からの戸隠連邦も良かったのですが、鏡池からもきれいに見えました。硯石から見る白銀の北アルプスと雲海に感激しました。 |
| 236 | 山スキー | ゲレンデ スキー | 個人山行 | その他新潟県 | 神楽ヶ峰 | 3/5 | 3/6 | 3/5 池田宅=宮崎宅=厚木駅前セブンイレブン=みつまたP10:00=ゲレンデ滑走練習=宿 3/6 宿=かぐらメインゲレンデで滑走練習12:30みつまたロープウェイ=帰路 | かぐら第5ロマンスリフトが2日共に天候不良で停止。また参加予定の2名が急遽不参加となり、山行中止に至った。 |

| No | 山行区分 | 山行形態 | タイトル | 山 域 | 山 名 | 出発 | 帰着 | コースタイム | 感 想 |
|-----|-------|-------------|--------|-------|---------|-----|-----|---|--|
| 237 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 杉ノ丸 | 3/7 | 3/7 | 高尾駅＝霊園前BS7：30…八王子城跡…10：45狐塚峠…杉ノ丸… 11：30黒ドック11：50…13：00夕焼け小焼け13：37＝14：00高尾 駅 | 八王子城跡手前にところどころ雪が残っていました。登山道の凍結が 心配でしたが泥濘もなく楽しく歩きました。 |
| 238 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 大山北尾根 | 3/7 | 3/7 | 秦野＝養毛BS7：45…(柏木林道)…ヤビツ峠9：20…青山荘… 地獄沢橋10：55…(大山北尾根分岐ルー)ト…11：15上野ノ頭 11：45…16号鉄塔…ミズヒノ頭13：40…西沢頭…15：05大山15： 25…富士見台…17：10下社…大山寺…17：55大山ケーブルBS=伊 勢原駅 | ヤビツ峠からは雪が増えて別世界の様相。ヤビツ峠のバスが運休のた め、ヤビツ峠の下山予定を下社～大山ケーブルBSに変更した。登るに つれ雪が段々増えて交替でラッセルをしながらのハードな山行となっ たが、道迷いもなく、ヘッドン不要で下山した。拾ったゴミ210g (可燃30g、不燃180g) |
| 239 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 草戸山・高尾山 | 3/8 | 3/8 | 橋本＝高尾山P8:20…四辻…草戸峠…9:00草戸山…榎窪山…9： 40三沢峠…西山峠…10：45中沢山…12:00大垂水…五差路… 13:00もみじ台…6号路…高尾山登山口14：30 | この日は、薬王院の駐車場が火まつりのため閉鎖。駅近くの駐車場は 土日2000円だった(薬王院は500円)。大垂水峠の前から粉雪 が無い始めたので、一丁平までいかず、もみじ台から稲荷山コースを 横切って6号路で下山した。稲荷山コースはナラがれの木を整理する 作業のため、3月31日まで通行止め。 |
| 240 | ハイキング | 雪山 | | 志賀高原 | 根子岳 | 3/8 | 3/8 | ホテル12:00…奥ダボス第一トリプルリフト＝リフトトップ…標 高1691m折り返し13:40…リフトトップ…リフト下14:25… 15:00ホテル | リフト1回券の購入場所、リフト下車後の広い尾根の取り付けなどを 下見して翌日の根子岳登頂に備えた。 リフト下車後はガスが濃く、風も強く寒さがきつかったので下見とし ての目的を果たして下山した。 往復ともにツボ足で行動できた。 |
| 241 | ハイキング | 雪山 | 雪まつり | 志賀高原 | 根子岳 | 3/8 | 3/8 | ホテル12:55…菅平牧場冬季駐車場14：00…(散策)…菅平冬季 駐車場15:00…15：30ホテル | スノーシュー初体験の参加者もおられたが、約1時間ほどしまった雪 原を皆で散策。冬山のアクティビティを少しでも楽しんでいただけ たら幸いである。 |
| 242 | ハイキング | 雪山 | 雪まつり | 志賀高原 | 菅平根子岳 | 3/8 | 3/8 | 3/8 ホテル12:30…13:00ゲレンデ横にてスノーマウント製作 15:00・お茶15:30 …16:00 ホテル | 2時間ぐらいで5人が入れるスノーマウントを製作する事が出来完成後 ホットワインにて乾杯をしました。室内は風が来ないのでだいふ暖 かったです。 |
| 243 | 山スキー | ゲレンデ スキー | 会行事その他 | 志賀高原 | 菅平高原 | 3/8 | 3/9 | 3/8 12:40レンタルスキー受取・調整…12:55ホテル…13:05ダ ボスエリア自由滑走…16:40ホテル 3/9 8:50ホテル…9:00ダボスエリア・太郎エリアなど自由滑走 …13:30ホテル着 | 安全滑走のため、レンタルスキーのスキービンディング解放値をリー ダーが確認し調整した。菅平高原スノーリゾートの各エリアで、ゲ レンデスキーの滑走を楽しんだ。 |

| 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 |
|-----|-------|---------|--------|-------|--------------|-----|-----|--|--|
| 244 | 山スキー | BCスキー | 会行事その他 | 志賀高原 | 菅平高原 根子岳 | 3/8 | 3/9 | 3/8 ホテル12:30…奥ダボス第一トリプルリフト…13:30パノラマコース入口…15:00菅平牧場…15:30ホテル 3/9 ホテル8:20…奥ダボス第一トリプルリフト…9:50避難小屋…11:45根子岳12:20…13:30第一トリプルリフト…14:30ホテル | 初日 曇り パノラマコースをコース番号を拾いながら周回 菅平牧場からは、私道歩き 2日目 ガスが濃い中、根子岳へ。登行斜面は、縮り氷結。滑走は、アイスバーン、一部吹き溜まりの雪面が気持ちよかった。 |
| 245 | 山スキー | ゲレンデスキー | 個人山行 | 磐梯吾妻 | ネコママウンテン 五色沼 | 3/8 | 3/9 | 3/8 拙宅=東北道=磐越道=9:30ネコママウンテン16:30…ホテル17:00 ホテル 3/9 会津観光=帰宅 | 長い道のりでしたが、天気は晴朗で二日間とも快適でした。ネコママウンテンは雪花が輝く風光明媚なスキー場でお勧めです。時間の許す限り、磐梯山をランドマークにして、3メートル前後の積雪で景色が一変する猫魔岳の斜面をスキーで滑走しました。帰路、「けんちんうどん」で有名な「鞍手茶屋」に立ち寄り、心もお腹も満たされた週末になりました。 |
| 246 | ハイキング | 雪山 | 雪まつり | 志賀高原 | 根子岳 | 3/9 | 3/9 | ホテル7:30…奥ダボス第一トリプルリフト乗り場=リフトトップ8:35…避難小屋分岐…小根子岳分岐…11:30根子岳11:50…小根子岳分岐…避難小屋分岐…リフトトップ13:20…奥ダボス第一トリプルリフト乗り場…14:20ホテル | 晴天のはずがガスで殆どホワイトアウトの状況の中広い尾根を歩く事となったが、前日の下見が役立った。コンパスをこまめに合わせ方向を見定め皆で確認しながら歩いた。それでも小根子の途中迄登ってしまい、方向修正し根子岳に向かった。山頂では他の雪山班、山スキー班と出会い予期せぬ集中となった。 |
| 247 | ハイキング | 雪山 | 雪まつり | 志賀高原 | 根子岳 | 3/9 | 3/9 | ホテル8:00…奥ダボス第一トリプルリフト =リフトトップ9:20…11:00菅平牧場管理場駐車場11:10…12:00ホテル | パノラマコースですが視界良好で無く、時折ガス模様の天気ですが、明るく楽しく安全なハイキングとなりました。 |
| 248 | ハイキング | 雪山 | 雪まつり | 志賀高原 | 根子岳 | 3/9 | 3/9 | ホテル1330m 7:40…牧場8:45…11:25根子岳11:50…リフトトップ13:10…14:00ホテル | 牧場から根子岳は、下半分は白樺林の中、後半はガレ場の登りで、雪に埋まった夏道にほぼ沿って静かな登山を楽しめました。 |
| 249 | ハイキング | 雪山 | 雪まつり | 志賀高原 | 根子岳 | 3/9 | 3/9 | ホテル7:40…奥ダボス第一トリプルリフト =リフトトップ8:45…避難小屋…11:25根子岳11:50…菅平牧場登山口13:45…14:30ホテル | 山頂まではガスの中の登高。下山は、予定の夏道へのコース取りが思うに任せず、中腹でややトラバース気味にコースを切り替えて、予定の夏道に乗る。GPSは必須。 |
| 250 | ハイキング | ハイキング | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 草戸山 | 3/9 | 3/9 | 高尾山口駅8:10… 9:50草戸山…11:35金刀比羅宮・龍籠山展望台…小松ハイキングコース…龍籠山金刀比羅宮参道口…13:30円林寺前BS | |
| 251 | ハイキング | ハイキング | 個人山行 | その他 | 三浦アルプス | 3/9 | 3/9 | 町田=京急田浦7:44…三浦アルプス入り口8:40…乳頭山10:00…観音縁12:20…戸根山…仙元山13:30…風早橋BS14:20=逗子駅 | 昨日の雪、雨で足元が滑りやすくなっており、かなり注意して歩いた。アルプスというだけあって、アップダウンが続いたり、鎖場もところどころあった。 |

| No | 山行区分 | 山行形態 | タイトル | 山 域 | 山 名 | 出発 | 帰着 | コースタイム | 感 想 |
|-----|-------|-----------|------|--------|-------|-------|------|---|--|
| 252 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 箱根 | 矢倉岳 | 3/9 | 3/9 | 新松田=8:47地蔵堂…10:00足柄峠…足柄城跡…万葉公園…清水超…12:40矢倉岳13:00…14:00矢倉沢BS15:25…15:30関本=新松田=町田 | 標高800mほどの山でも久々のスノーハイクを楽しみました。2/22の下見の時は通れた沢沿いの崩落場所は通行止めになっておりましてので、万葉公園から尾根沿いを通行いたしました。 |
| 253 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 塔ノ岳 | 3/9 | 3/9 | 渋沢=大倉7:10…花立山荘…10:30塔ノ岳10:50…花立山荘…13:10大倉=渋沢 | 登山者多数。臨時便も出たが超満員。昨日は1日中雪が降ったとの事。往路は見晴らし茶屋からチェーンスパイク装着。復路はシャーベット状の雪になり堀山の家で着脱。辛かった階段登りの山頂では雪を纏った木々と蒼空、そして富士山が出迎えてくれました。 |
| 254 | アルパイン | 雪山 | 個人山行 | 白馬岳 | 唐松岳 | 3/9 | 3/9 | 3/8 八方BT…八方山麓駅=(ゴンドラ・リフト)=八方池山荘泊 3/9 八方池山荘5:00…6:00八方池…9:15唐松岳9:30…13:30八方池…12:11八方池山荘=(ゴンドラ・リフト)=八方山麓駅…八方BT | 日の出と共に、白馬三山・五龍・鹿島槍モルゲンを見ながら歩く。山頂からは冬の剣・立山の勇姿に感動。ゴンドラ混雑避け、静かな山容と余裕の行程味わうには、八方池山荘泊がおススメか。 |
| 255 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 東高尾山稜 | 3/10 | 3/10 | 成瀬駅=町田駅=ネイチャーファクトリー東京町田11:40…四辻(往復)14:05…ネイチャーファクトリー東京町田16:00=町田 | |
| 256 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | その他山梨県 | 甲州高尾山 | 3/10 | 3/10 | 町田駅=八王子駅=高尾=勝沼ぶどう郷駅=大滝不動尊9:40…富士見台…甲州高尾山13:00…大善寺…14:50勝沼ぶどう郷駅 | 天気恵まれ、南アルプスの冠雪した峰々が神々しく輝いて素晴らしかった。 |
| 257 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | その他静岡県 | 十枚山 | 45726 | 3/10 | 六郎木BS = 渡本BS8:00 …9:30葵高原 …11:05撤退(地蔵峠手前 標高1400m付近)…13:21渡本BS = 六郎木BS | 地蔵峠手前で、下記の理由により撤退。 ・ロープのある崩落箇所にて10センチ程度の積雪があり、崩落の程度が不明。 ・気温上昇による雪解けで崩落度合いの悪化を想定。 ・帰りのバス時間を考慮。 など |
| 258 | アルパイン | 岩登り | 個人山行 | 伊豆 | 城山 | 3/10 | 3/10 | 座間駅=8:30城山P…9:30~15:00ワイルドボアエリアでクライミング…16:00城山P=座間駅 | 雨の後、一日置いてのワイルドボアは、一部濡れていたが人気ルートは乾いていた。現地では他会と合流し、Over drive (11d)、ツエルブモンキー (12a)nにロープを掛けて、1日楽しめた。 |
| 259 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 檜洞丸 | 3/11 | 3/11 | 相模大野=神ノ川ヒュッテ7:10…ヤタ尾根分岐…10:30熊笹の峰…11:20檜洞丸12:00…熊笹の峰…14:00ヤタ尾根分岐…14:15神ノ川ヒュッテ | ヤタ尾根上部は積雪が20cmほど、登りは足場が悪く歩きづらかったが、下りは積雪をクッションにして、素早く下ることができた。積雪の表面には無数の小さな虫が付いていた。拾ったごみの量は110g(ガス缶100g、ビニール類10g)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 |
|-----|-------|-------------|--------------|--------|----------|------|------|---|---|
| 260 | ハイキング | ハイキン グ | 新入会員歓迎山 行 | 高尾・陣馬 | 百蔵山 | 3/11 | 3/11 | 町田駅＝八王子＝高尾＝猿橋駅BS＝百蔵山登山口BS9：10…大同山…10：35百蔵山11：25…大同山…12：15百蔵山登山口…猿橋駅 | 登り始めは青空も見えたが、午後から天候が崩れる予報になったため、百蔵山ビストンに変更。展望台・頂上から富士山が見えなかったのは残念。 |
| 261 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | その他静岡県 | 秋葉山 | 3/11 | 3/11 | 秋葉山山麓P7:25 … 9:40山頂 … 11:18秋葉山山麓P | 山頂に防火にご利益があるとされる立派な秋葉神社上社があり、その登山道＝参道は歩きやすいように整備されていました。心配した小雨は整備された登山道と杉林によりほとんど影響ありませんでした。 |
| 262 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 六甲・摩耶 | 須磨アルプス | 3/11 | 3/12 | 3/11 新神戸＝地下鉄＝山陽電鉄＝須磨浦公園…11:01 鉢伏山上駅…旗振山…11:58 高倉山…樺尾山…12：59横尾山…馬ノ背…14:43 板宿駅＝三宮 宿泊 3/12 三宮＝芦屋川駅8：18… 滝の茶屋…9：48風吹岩…横池…10:05雌池…七兵衛山…11：53蛙岩…うどん白石13：25芦屋川＝新神戸駅＝品川駅 | 神戸の里山歩きは初めてでしたが2日間とも駅から駅へ歩くコースで便利でした。花崗岩のダイナミックな景色がある面白いルートで低山ながらダイナミックな景観が素敵な馬の背は感動的でした。2日目のルートは遺跡もあったり変化に富んだエリアだと思いました。 |
| 263 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 北岳・甲斐駒 | 入笠山 | 3/12 | 3/12 | 日生ビル前出発＝中央道＝富士パノラマリゾート駐車場…ゴンドラ9:40…アカノラ山…湿原…11:15山頂…マナスル山荘…11:50ゴンドラ＝駐車場＝城山福寿草13:30(鑑賞)＝帰京 | 青空も見えて 気持ち良い雪山ハイキングを楽しめた・フクジュソウも見ごろでとてもきれいでした。 |
| 264 | ハイキング | ハイキン グ | 自然保護部山行 | その他山梨県 | 八重山 | 3/13 | 3/13 | 町田駅＝八王子駅＝高尾駅＝上野原駅BS＝大堀BS…八重山ハイキングコース入口9:00…展望台…八重山11:15…能岳…虎丸山…13:00八重山ハイキングコース入口…大堀BS13:38＝上野原駅＝町田駅 | 爽やかな日差しの中、ゆっくり草木を観察しながら歩くことができた。シュンランはまだ花芽なし。展望台からのパノラマ、眼下の街並みを楽しんだ。 |
| 265 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 八国見山 | 3/13 | 3/13 | 高座渋谷駅＝相模大野駅＝渋沢駅9：05…八国見山…峠…了全山11：30…富士見塚…神山12：26… おおいゆめの里13：50…上大井駅14：59＝相模大野 | 春の里山をのんびり歩いた。八国見山の近辺の農家さんが「4月にはヒルが出る」とっていた。 |
| 266 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 箱根 | 春木径 | 3/13 | 3/13 | 新松田駅BS＝(関本行)＝まましたBS8：25…ふくざわ公園…一ノ堰ハラネ11：20…富士フィルム前駅(WC)…12：35幸せ道13：10…春木径…13：50敷島神社・清左衛門地獄池(湧水)14：15…富士フィルム前駅14：35＝大雄山駅…関本BS15：00＝新松田駅 | 春めき桜は開花直後でしたが、菜の花や土筆を摘んだり、トラック販売の100円で湘南ゴールド袋詰め放題+おまけ＝1.5キロ等購入して南足柄市の里山歩きを楽しみました。清左衛門地獄池は箱根明神ヶ岳の良質の湧水で1日約1,3万トン昭和初期から写真フィルムメーカーの工業用水として利用されているそうです。 |
| 267 | 山スキー | ゲレンデ スキー | 個人山行 | 志賀高原 | 志賀高原スキー場 | 3/13 | 3/15 | 3/13 町田＝新宿＝赤羽＝大宮＝長野＝焼額西館前バス停(終日山スキー滑走練習) 3/14 終日山スキー滑走練習 3/15 焼額西館バス停＝湯田中駅＝長野＝大宮＝新宿＝町田 | 充実した滑走練習ができました |
| 268 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 念仏山 | 3/14 | 3/14 | 鶴巻温泉7:30…善波峠…9:10念仏山9:25…弘法山…10:30権現山12:15…弘法山…13:40鶴巻温泉 | ウグイスカグラの花はこのあたたかきで咲き始めたよう。いい陽気のもとのんびり歩いた。 |

| 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 |
|-----|-------|-------------|---------|---------|-------------------|------|------|--|--|
| 269 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 景信山 | 3/14 | 3/14 | 町田駅=八王子駅=高尾駅=大下BS8:40…小下沢林道…9:00(小下沢)…狐塚峠分岐…12:50景信山…14:00小仏城山…日影沢林道…15:25日影BS=高尾駅 | 随所に咲く花ネコノメソウを愛でながら、長靴とチェーンスパイクを履いて沢歩きを楽しんだ。 小仏に向かうバスの中からは辺り一面の満開の梅が目を楽しませてくれ、裏高尾の里にも春が始まっていた。 |
| 270 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 扇山 | 3/15 | 3/15 | 鳥沢駅8:10…梨ノ木平BS9:35…大久保のコレ…11:07扇山11:42…水場…12:57梨ノ木平BS12:33…14:08鳥沢駅 | 午後雨天予報のため、当初の扇山～百蔵山縦走を変更し、鳥沢駅～扇山ピストンに変更。曇り空のため、富士山展望が期待できないと思っていたが、扇山山頂から富士山の輪郭がはっきりと目視出来て、目的を達成できた。下山まで雨は降りませんでした。 |
| 271 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 仏果山 | 3/15 | 3/15 | 本厚木駅=7:59野外センター…8:45高取山登山口…高取山…11:20仏果山11:40…半原越…14:40経ヶ岳…16:20僧坊前BS=本厚木駅 | 仏果山から分岐(土山峠)に向かう登山道は岩場・痩せ尾根が続き、注意してゆっくり歩きました。 |
| 272 | ハイキング | 雪山 | 個人山行 | その他新潟県 | 日白山 | 3/15 | 3/15 | 町田駅北口=車=二居駐車場10:30…13:15東谷山(雪洞、イグルー作り)14:50…日白山15:50…(地王堂川)…17:50二居=車=町田 | 1泊から悪天候のため日帰りに変更。雪は例年より多く良く締まっていたイグルー作りに大変適していた。30分だけ体験の予定が大幅に伸び、完成にまで実施して楽しんだ。曇りながら眺望はよく、程よい硬さの雪面は急下降はサクサク早く下ることができ、楽しい山行となった。日が伸び明るいうちに下山できた。 |
| 273 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | その他山梨県 | 岩崎山 | 3/15 | 3/15 | 町田公民館前=甲斐大和真竜寺7:55…鶴瀬橋…岩崎山10:40…(往路下山)…12:50真竜寺=町田 | 急傾斜の山で上り下りとも神経を使った。日影雁ヶ腹沼山までは足を延ばさなかった。 |
| 274 | 山スキー | グレンデ スキー | 個人山行 | 尾瀬 | 尾瀬岩鞍S かたしな 高原S | 3/15 | 3/16 | 3/14 拙宅=関越道=沼田健康ランド23:00 3/15 健康ランド=旅館=(宿バス)=かたしな高原15:30=みなもと(泊) 3/16 みなもと=8:10尾瀬岩鞍スキー場13:30=(宿バス)=みなもと入浴=拙宅 | 定宿を基点に、かたしな高原と尾瀬岩鞍で今季最後となるグレンデスキーを楽しみました。1月と2月に同じスキー場で受けたレッスンの復習も兼ねて、丁寧に滑ることを意識しました。春スキーの様相となりましたが、日曜日は朝から雪が降り続き、パウダーが積ってフィナーレにふさわしい週末になりました。美しいフォームを目指して足腰の強化を主にトレーニングに励みたいと思います。 |
| 275 | ハイキング | ハイキン グ | 交流ハイク | その他神奈川県 | 座間谷戸山公園 | 3/16 | 3/16 | 町田駅=座間駅…長屋門…座間谷戸山公園内周回(バリアフリーコース・木道・階段・トイレ・多目的広場等確認)…12:20谷戸山公園・長屋門=座間駅 | 参加者の日程が合うのが本日しかなく、雨天決行となったが気温も低く風もあり寒かった。熱心な下見となりコース・トイレ状況・ザリガニ釣り池等を確認して情報共有できたので実際に歩いて良かった。 |
| 276 | ハイキング | ハイキン グ | 自然保護部山行 | 丹沢 | 鐘ヶ嶽 | 3/17 | 3/17 | 本厚木駅=広沢寺温泉入り口8:50…半谷林道…15丁目分岐…鐘ヶ嶽11:50…山ノ神峠12:30…不動尻(WC)…不動の滝13:20…山ノ神隧道(WC)…二の足林道…広沢寺駐車場(WC)…広沢寺温泉入り口BS15:46=本厚木駅 | 半谷林道から終始、周辺の植物等を眺めながらゆっくり歩いた。鐘ヶ嶽頂上の石仏が一体ひっくり返っているのが痛々しかった。不動尻ノ滝、ミツマタ、ハナネコノメソウ、コガネコノメソウ、フサザクラ、ダンコウバイ、ハコネシダ、ハルユキノシタ等を確認できた。 |
| 277 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 塔ノ岳 | 3/17 | 3/17 | 矢部=町田=渋沢=大倉BS8:45…花立山荘12:00…12:50塔ノ岳13:50…花立山荘…見晴茶屋…17:45大倉バスBS | 小田急線が人身事故で大幅に遅れて渋沢に到着した。トレーニングにはもってこいの天候で衣服調整で汗もかかず歩けた。山頂付近は10cm程の残雪、又山頂整備をする為ヘリで材料の輸送を何度もしていた。 |

| 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 |
|-----|-------|--------------|---------|-------|----------|------|------|--|---|
| 278 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 峰山 | 3/18 | 3/18 | 自宅=やまなみ公園P7:25…8:26峰山9:00…大鐘登山口…牧野八幡神社…10:55P=自宅 | 足馴らしの山行。ピストンする予定だったが、安全のため急坂を回避し大鐘コースに下山した。 山頂からは、大室山〜檜洞丸・富士山の眺望あり。 |
| 279 | ハイキング | その他 | 自然保護部山行 | 三浦・房総 | 三浦岩礁の道 | 3/18 | 3/18 | 三浦海岸駅=劔崎小学校9:06…江奈湾…白浜毘沙門天9:37…毘沙門児童公園…盗人狩10:57…宮川湾…宮川バス停13:14=13:23三崎港 | 天気も良く、風も強くなく、快適な岩礁歩きが出来た。海だが、子ダヌキに会えたのはビックリだった。 |
| 280 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 奥多摩 | 今熊山〜小峰公園 | 3/18 | 3/18 | 相模大野=広徳寺P7:25…7:55金剛の滝8:35…9:15今熊山9:50…今熊神社10:40…小庄山…ビジターセンター11:50…11:55小峰公園12:25…小庄山…13:30広徳寺P=相模大野 | 広徳寺で鶯のさえずりと河津桜や豊後梅に見送られ出発、金剛の滝は予想外で感嘆する。今熊山の休憩時には発破をかけるサイレンを聞く。小峰公園で、白梅と紅梅、セリバオウレンとアズマイチゲの競演を楽しみました。拾ったゴミ：可燃80g、不燃30g |
| 281 | アルパイン | 岩登り | 個人山行 | 伊豆 | 城山 | 3/18 | 3/18 | 座間=8:30城山駐車場…9:30〜15:00ワイルドポアエリアでクライミング…16:30城山駐車場=18:30 座間 | 他パーティ1組のみ、人気ルート、3本を一日独占して登る練習ができた。ジゴロ(11c)、ジャンバラヤ(11c)、Over drive(11d) |
| 282 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 浅間山 | 3/20 | 3/20 | 秦野駅BS=養毛BS9:30…養毛越10:30…浅間山…11:50高取山12:25…念仏山…善波峠…15:00鶴巻温泉駅 | 出発直前、浅間林道の伊勢原側が昨年台風10号豪雨の道路崩壊で通行止めと判明し、高取山から鶴巻温泉に下山することにした。事前調査が足りなかったことを反省。 |
| 283 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 塔ノ岳 | 3/20 | 3/20 | 渋沢駅 =大倉8:30・・・12:0花立山荘12:30・・・15:00大倉=渋沢駅 | 予想以上に積雪あり花立山荘で折り返しとしました。 |
| 284 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 伊勢沢の頭 | 3/20 | 3/20 | 相模大野=7:10寄大橋7:20…南東尾根登り口7:45…伊勢沢の頭…11:15昼食11:45…檜岳12:15…南東尾根登り口…14:45寄大橋=愛甲石田 | 伊勢沢の頭南東尾根は植樹記念碑先コルまでは作業道が設置されていた。その先も明瞭な登山道が続く。標高1000m以上は雪に覆われ檜岳山稜はスノーハイクとなった。檜岳南東尾根の下部では、カンアオイの葉やミツマタの開花が見られた。拾ったゴミの量は燃えないゴミ(ガラスビンアルミミカンなど)600g 燃えるゴミ(ビニール、プラ、布)700g 合わせて1300gでした。 |
| 285 | ハイキング | 日帰りハイ キング | その他 | 丹沢 | 大室山 | 3/20 | 3/20 | ファミリーマート秀栄町田小川店=8:00道志川 野原駐車場…9:30大室山大群沢12:00…13:00道志川 野原駐車場=15:00ファミリーマート秀栄町田小川店 | 麓のみの山行、頂上は踏まず。川の水量十分、天候晴れで快適な山行と釣りになりました。 |
| 286 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 小仏城山 | 3/20 | 3/20 | 町田=八王子=高尾=相模湖駅BS=千良木BS…10:00小仏城山…11:45日影沢キャンプ場13:45…日影BS14:03=高尾駅=八王子 | 日影沢キャンプ場で懐かしい山行の話をしなが、野草の天ぷらを楽しんだ。 日影沢キャンプ場利用は要予約。 |

| 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 |
|-----|-------|-----------|------|---------|-----------------|------|------|--|--|
| 287 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 景信山 | 3/20 | 3/20 | 高尾＝8:03日影BS…日影沢林道…10:30小仏城山…12:30景信山…小下沢登山口…15:30梅の里入口BS＝高尾駅 | 花山行には絶好のお天気でした。残念ながらコチャルメルソウは見つけられませんでした。小下沢林道では可憐に咲き誇るハナネコノメソウを楽しみました。小仏城山から景信山はドロドロ道で滑らないように慎重に歩きました。 |
| 288 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | その他東京都 | 小宮公園 | 3/21 | 3/21 | 町田駅＝9:33八王子…10:10小宮公園・雑木林ホール…園内散策…11:00ひよどり山（昼食）…散策…雑木林ホール13:30…14:00八王子駅 | めあてのひよどり山のこぶしの大木は、見事に白い花を枝いっぱいに広げて素晴らしかった。ときみずき、サンシュユ、まんさくが入り口近くに咲き、ウグイスカグラがあちこちに咲いていた。八王子駅北口からの道路の両脇の街路樹はベニバナトチノキだった。 |
| 289 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 高取山・華厳山・ 経ヶ岳 | 3/22 | 3/22 | 本厚木＝8:02東谷戸入口バス停…大平登山口…10:15高取山…華厳山…11:45経ヶ岳…13:50半蔵坊前バス停＝本厚木 | 春らしい天候に恵まれ、大平登山口付近のミツマタ群生はちょうど見ごろですばらしかった。西山を守る会の保全活動の賜物だろう。ミツマタの後はしばらく急登が続き厳しかった。経ヶ岳からは急な下りがあったが、とくに危険箇所は無し。 |
| 290 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 菩提峠 | 3/22 | 3/22 | 表丹沢活動センター10:25…葛葉の泉…二ノ塔尾根…表丹沢林道…12:55菩提峠…桜沢林道…葛葉の泉…14:26表丹沢野外活動センター | 活動センターのイベント。アブラチャンやフサザクラなどが咲き始めていました。 |
| 291 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 大山北尾根 | 3/22 | 3/22 | 秦野＝ヤビツ峠8:15…（門戸ロコース）…門戸口橋…地獄橋10:00…分岐…ミズヒノ頭…西沢ノ頭…12:40大山13:15…14:25ヤビツ峠＝秦野 | ミツマタの満開は陽が当たる箇所以外はもう数日後か？西沢ノ頭からアイゼンを装着。大山イタツミコースの登山道の雪は無し。 |
| 292 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | その他山梨県 | 蛾ヶ岳（ひるがた け） | 3/22 | 3/22 | 中央公民館前＝愛川IC＝甲府南IC＝水明荘第2駐車場8:45…蛾ヶ岳登山口…分岐…11:00蛾ヶ岳11:30…分岐…大畠山…四尾連湖周回…14:30駐車場＝甲府南IC＝愛川IC＝18:00町田 | 駐車料金500円が必要です。雲一つない山頂からの富士山は素晴らしかった。 |
| 293 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | その他神奈川県 | 三輪緑山めぐり | 3/22 | 3/22 | 鶴川駅8:15…三輪白坂横穴墓群…三輪の森VC…下三輪玉田谷戸…寺家四季の家…西谷戸…三輪南遺跡群…13:20鶴川駅 | ミツバ岳・権現山の山行予定が、散歩になってしまった。古墳時代の横穴墓めぐりは、車道歩きがメインであったが春の訪れをあちらこちらに感じながら歩いた。登山学校同期のメンバーに感謝。 |

| 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 |
|-----|-------|-----------|------|----------|---------------|------|------|---|--|
| 294 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 三浦・房総 | 二子山～仙元山 | 3/22 | 3/22 | 田浦駅8:30…田浦梅の里…乳頭山9:40…森戸川源流…12:25仙元山13:25…逗子駅13:50 | 終日春一番のような強い風のため、尾根歩きを最小限に乳頭山からバリエートで森戸川の源流帯に急下降した。水を積んだ重量級リュックに、三浦アルプスのアップダウンのある尾根は丁度良いトレーニング山行となった。初夏の陽気につられ仙元山では惰眠を貪り、逗子駅では、名店「つく志」に立ち寄り、細胞を解してから帰京しました。 |
| 295 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | その他新潟県 | 守門岳 | 3/22 | 3/23 | 3/22 前泊 上越新幹線 長岡駅前(泊) 3/23 旅館発＝登山口(二口登山口手前)7:20…保久礼小屋8:40…11:00大岳山頂11:30…保久礼13:00…登山口14:10…15:10長岡駅 | 今年は大雪のため、この時期でも登山口で2m、保久礼小屋で4m(2階屋根まで)もの積雪。天候は曇り、守門大岳山頂はかなり風が強かった。残念ながら期待の雪庇は霧のため見る事ができなかった。 |
| 296 | 山スキー | BCスキー | 個人山行 | 妙高・戸隠・雨飾 | 斑尾山・飯縄山 | 3/22 | 3/23 | 3/22 橋本＝斑尾高原スキー場P7 12:30…リフトトップ13:50…(登高)斑尾山15:00…(北東斜面滑走) 林道15:50…第7駐車場17:00＝飯縄高原 宿 3/23 宿＝戸隠スキー場越水ゲレンデ9:00…リフトトップ瑯琊山10:10…(滑走登高) 飯縄山13:30…(中社ルート滑走) 萱ノ宮15:00…林道15:45…中社ゲレンデ…越水ゲレンデ17:15＝橋本 | リフトトップから少しの登りで行ける200名山という触れ込みの飯縄山でしたが、登りも下りもなかなか厳しかったです。ただし、よく晴れた中、目前に戸隠山の偉容を見ながらの滑走は、雪が重くてずっとボーゲンでしたが、素晴らしかったです。 |
| 297 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 塔ノ岳 | 3/23 | 3/23 | 秦野駅＝8:10ヤビツ峠…三ノ塔…行者岳…13:10塔ノ岳…13:40花立山荘14:30…16:10大倉BS＝渋沢 | 積雪はあったがアイゼンを付ける程では無かった。 |
| 298 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 堂所山 | 3/23 | 3/23 | 高尾駅P6:45…富士見…11:15堂所山11:45…狐坂峠…13:30狐坂峠分岐…(小下沢)…15:00日影BS＝高尾駅P | 北高尾山稜は歩くより走るの方が断然多い。芽吹き前の林でダンコウバイの花が目立っていた。小下沢でハナネコノメソウや咲き始めのニリンソウ、アズマイチゲも見て大満足。 |
| 299 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 大菩薩嶺 | 高川山 | 3/23 | 3/23 | 町田駅＝八王子駅＝中央線初狩駅7:40…登山道入り口…9:20高川山9:35…天神峠…むすび山12:05…12:35大月駅＝八王子＝町田 | 寒くもなく暑くもなく気持ちよい山行でした。草木の芽吹きはもう少し後のようです。 |
| 300 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 大山(金比羅尾根・北尾根) | 3/23 | 3/23 | 秦野＝ヤビツ峠8:10…青山荘8:43…金比羅尾根…11:01大高山山頂11:43…西沢ノ頭…ミズヒの頭12:47…境沢ノ頭…地獄沢橋14:48…青山荘…15:42ヤビツ峠＝秦野 | ・金比羅尾根は、上部以外踏まれているが、分岐の指導標無の為GPS確認要だった。上部は急傾斜、道不鮮明、枯れアザミが痛いのを我慢し、一般路に出た。 ・頂上付近の雪は解け、アイゼン不要で、北尾根は快適に歩けた。地獄沢橋付近の ミツマタは、満開少し前だった。 |
| 301 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 鐘ヶ嶽 | 3/23 | 3/23 | 町田＝本厚木…本厚木バスセンター発＝広沢寺温泉入口8:10…10:30(浅間神社昼食)鐘ヶ嶽11:50…13:10不動尻14:20…山の神隧道…広沢寺温泉入口＝厚木駅 | BSには早くから長い列が出来ており毎日旅行社のツアー20数名(ミツマタ観賞のみ)バスはぎゅうぎゅうで出発。鐘ヶ嶽へは1/5位の人しか向かわず。玉ねぎロックもすり減りあまり見かけなかった。浅間神社で満開のサクラを見ながらゆっくりと昼食を摂った後、鐘ヶ嶽を通過して不動尻へ降ると満開のミツマタの花が迎えてくれた。大勢の人々で混雑、ハナネコノメソウを探したかったが立ち入り禁止のロープが有り叶わなかった。帰りの臨時バスも大混雑で平日観賞がお勧めです。 |

| 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 |
|-----|-------|-----------|------|----------|---------------|------|------|--|---|
| 302 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高野山・熊野古道 | 伊勢路(天狗倉山・八鬼山) | 3/24 | 3/25 | 3/24 小田原駅＝名古屋＝(JR特急南紀1号)＝尾鷲＝タクシー(10分)＝馬越峠入口11:05...馬越峠12:00...天狗倉山12:40...馬越峠13:30...尾鷲神社...16:30宿 3/25 宿＝(宿の送り)＝八鬼山越入口6:25...八鬼山9:30...江戸道...11:45三木里駅 | シダ(ウラジロ・クジャクシダ)が生い茂る登山道に石畳が整然と並び、道標も整備されている。往時に行き倒れた旅人・巡礼者を祀った地蔵も多く歩き応えがある。天狗倉山からの眺望は熊野灘を見下ろし素晴らしい。素晴らしい。 |
| 303 | ハイキング | 縦走 | 個人山行 | 丹沢 | 蛭ヶ岳 | 3/24 | 3/25 | 3/24 橋本駅北口＝三ヶ木＝焼山登山口12:50...焼山...平丸分岐...16:46黍殻山避難小屋(泊) 3/25 避難小屋5:21...姫次...9:16蛭ヶ岳10:19...不動ノ峰休憩舎11:56...丹沢山...塔ヶ岳15:36...18:57大倉BS＝渋沢駅 | 丹沢主脈縦走。黄砂の影響か、富士山は霞んでいました。 |
| 304 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 屋久島 | 宮之浦岳 | 3/24 | 3/25 | 3/24 宮之浦港8:10 = 8:45白谷雲水峡登山口9:00 ... 16:20新高塚小屋 3/25 新高塚小屋7:10 ... 13:10 白谷雲水峡登山口 | 登山初日、雨が降り続き、濡れた衣服が翌朝までほとんど乾かなかった。また、二日目の宮之浦岳山頂付近には積雪があると新高塚小屋で山頂から来た登山者から情報を得たので、翌日登山開始地点の白谷雲水峡に撤退した。 |
| 305 | アルパイン | 雪山 | 個人山行 | 谷川岳 | 武尊山 | 3/24 | 3/24 | 沼田健康ランド＝川場スキー場8:30＝リフト＝ゲレンデトップ9:05...剣ヶ峰10:00...武尊山11:35...剣ヶ峰12:40...13:05ゲレンデトップ＝スキー場＝帰路 | 雪も適度にしまっており、快適な登高が出来た。稜線からは越後三山から谷川連峰さらに浅間山の峰々を眺めることが出来た。 |
| 306 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | ミツバ岳、世附権現山 | 3/25 | 3/25 | 相模大野＝丹沢湖寺ノ沢駐車場7:27...滝壺橋...ミツバ岳9:32...世附権現山11:28...永歳橋...寺ノ沢駐車場14:40＝新松田駅 | ぼかぼか陽気の中、お目当てのミツマタは甘い香りを漂わせ満開に、青い空に濃い黄色のボンボン越しに薄ら富士山が見えた。平日だが登山客も適度に賑わい、他の春のお花にも出会えて最高のお花見山行が出来た。 |
| 307 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | その他 | 都留アルプス | 3/25 | 3/25 | 橋本＝都留市駅7:45...蟻山...天神山...10:30都留アルプス山...古城山...13:00東桂駅＝都留市駅＝橋本 | 都留アルプスはクレイン(鶴)山の会と都留市が整備したとか...。標識はしっかりしていて、とても歩きやすいハイキングコース。ミツマタを目当てに来たと思われる多くのハイカーとすれ違った。ミツマタは7分咲き。都留市駅前にP有り。要予約(400円)。 |
| 308 | ハイキング | 縦走 | 個人山行 | 丹沢 | 塔ノ岳 | 3/25 | 3/25 | 渋沢＝大倉7:37...堀山の家...金冷し...11:20塔ノ岳11:55...<往路を戻る>...14:25大倉 | 数日前から急上昇した気温のせいか、山頂には積雪は殆ど無く、油圧ショベルを使った山頂周辺整備工事が進められていた。 |
| 309 | アルパイン | 雪山 | 個人山行 | 八ヶ岳 | 天狗岳 | 3/25 | 3/25 | 自宅＝唐沢鉱泉駐車場7:20...黒百合ヒュッテ10:00...東天狗11:15...11:35西天狗12:10...西尾根...14:35唐沢鉱泉駐車場＝自宅 | 前日夜の雪で樹林帯はクリスマスツリーの中を歩いているようでした。黒百合ヒュッテから上は強風なのでストックからビッケルに持ち替え、東天狗～西天狗登頂時は強風が和らぎガスもほぼなくなり、赤岳/阿弥陀岳などの絶景を堪能しました。 |
| 310 | アルパイン | 岩登り | 個人山行 | その他愛知県 | 奥三河 | 3/25 | 3/26 | 3/25 八王子＝8:00鳳来駐車場...9:30～15:00でクライミング...16:00鳳来駐車場＝19:00 鳳来(泊) 3/26 鳳来駐車場8:00...9:30～15:00でクライミング...16:00鳳来駐車場＝21:00 八王子 | 25日①パラダイスエリア:ジャストミート10b, シヤムロック11a, 狼煙11d, ②治山水エリア:お散歩すえちゃん11a, ドキンちゃんの入園式10c/d にトライ。 アプローチ1:30 26日③ミルクタワー:サンバ10c, 国民の休日11b, ④韋駄天岩:VTEC12a/b, 韋駄天12bにトライ、アプローチ30分。4エリアを巡り、多彩なムーブと絶望的ムーブを楽しめた。被りルートのモンチャク回収方法を練習した。 |

| 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 |
|-----|-------|-----------|---------|--------|---------------------|------|------|--|---|
| 311 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 三浦・房総 | 大平山 | 3/26 | 3/26 | 小田急相模原7:38=7:44町田7:52=8:27横浜8:33=8:54北鎌倉 駅9:10…建長寺入口9:30…11:00大平山11:10…11:40天園ハイキ ングコース分岐…天園休息所…12:15瑞泉寺…12:20下山口…昼 食/小町通散策…15:30鎌倉駅 | 暑いくらいの初夏の日差しの中、花を見ながらのんびり歩いた。春霞 /黄砂の為、遠望は出来なかった。下山後は八幡宮近くでそばを食 べ、小町通りで抹茶パフェ/白玉等のデザートを食べた。 |
| 312 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 大菩薩嶺 | 高川山 | 3/26 | 3/26 | 玉川学園前駅6:08=6:11町田6:25=6:50八王子6:57=7:03高尾 7:05=7:50初狩駅8:00…8:30登山道入口…10:00高川山…天神峠 …13:10むすび山…13:35大月駅=八王子=町田 | 黄砂の影響で富士山は薄っすらと見える状態。 むすび山下のカタクリ群生地では2輪咲いているのを発見。 |
| 313 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 草戸山 | 3/26 | 3/26 | 相原駅8:35=8:42円林寺前…9:00城山かたくりの里10:50…評 議原…龍籠山展望台…ふれあい休憩所…12:40草戸山…13:40ネ イチャーファクトリー東京町田BS | |
| 314 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 富士山 | 貫ヶ岳 | 3/26 | 2/26 | 渋沢駅7:30=9:00中沢登山口9:15…焼山峠11:45…貫ヶ岳 12:15…焼山12:30…晴海展望台13:10…焼山峠13:45…15: 10中沢登山口 | 天気は快晴にも拘わらず、黄砂と春霞のせいで目の前にそびえてるは ずの富士山を全く見ることができませんでした。 |
| 315 | アルパイン | 岩登り | 個人山行 | 伊豆 | 幕岩・城ヶ崎 | 3/26 | 3/27 | 3/26 中央林間駅集合=8:30幕岩駐車場…9:00~14:00ク ライミング…14:30幕岩駐車場=17:00伊豆高原キャンプ場 (幕) 3/27 伊豆高原キャンプ場=9:30城ヶ崎駐車場…10:00~15: 00クライミング…15:30城ヶ崎駐車場 16:00=18:30中央林間 駅 | 平日で、ガラ空きの各エリアで快適クライミングを楽しんだ。伊豆高 原の桜は二分咲き。メジナ釣りはボウズ。 |
| 316 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 髭僧の滝 | 3/27 | 3/27 | 名古木BS=蓑毛8:45…柏木林道…9:23髭僧の滝…柏木林道… 9:57蓑毛=名古木BS | ハナネコノメは咲き終わり。髭僧の滝分岐のミツマタ群生地は見頃。 |
| 317 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 城山：榎窪山・草戸 山 | 3/27 | 3/27 | 城山カタクリの里駐車場9:00…入園(500円)…園内散策… カタクリの里=コミュニティ広場駐車場11:40…(城山湖周 回)…草戸山13:00…13:50駐車場 | 城山カタクリの里ではあらゆる草花が一度に咲いてしまったような素 晴らしい開花の時期にあった。 クスノキ科のアブラチャン、ダンコウバイ、クロモジの同定がしっか りできた。 |
| 318 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 三浦・房総 | 三浦アルプス(仙元 山~入頭山) | 3/27 | 3/27 | 逗子7:40=逗子葉山=風早橋BS8:00…仙元山登山口…8:25仙元 山8:40…ソッカ…観音塚…12:15乳頭山12:35…13:10梅の里分岐 | 仙元山、ソッカ、乳頭山などで三浦の海を眺めつつのんびり歩いた。 |
| 319 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | ミツバ岳 | 3/27 | 3/27 | 新松田駅8:25=9:16浅瀬入口BS9:26…9:56ミツバ岳登山口 (滝壺橋)…11:10ミツバ岳11:31…12:25権現山…13:18二本杉 峠…14:24笹子沢BS14:55=15:49新松田駅 | 5年ぶりに同じルートでミツバ岳に行きました。山頂の大きなミツマ タの木は少なくなりましたが山頂直下の木は成長してました。また 山頂の杉が成長しており富士山の見える幅も小さめになっていまし た。花の時期はちょうどよかったです。 |
| 320 | ハイキング | ハイキン グ | 自然保護部山行 | その他東京都 | 白山谷戸から万松寺 谷戸 | 3/27 | 3/27 | 薬師茶屋 9:40…梅園…薬師堂…鎌倉古道…10:10アブラチャン の花…鶴見川…白山谷戸…11:40五反田谷戸(畔桜)…神明谷 戸…ならばい谷戸…14:00万正寺谷戸…交流会館 14:40解散 | お天気に恵まれて 五反田の畔桜はまだ固いつぼみでしたが、白いタ ンポポ アブラチャン こぶし 花桃などが見られて谷戸の春の風景を 楽しむことが出来ました。 |

| 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 |
|-----|-------|-----------|---------|-------|----------|------|------|--|--|
| 321 | ハイキング | ハイキン グ | 東京近郊の山 | 三浦・房総 | 大楠山・畠山 | 3/27 | 3/27 | 安針塚駅8:35…塚山公園(トイレ) …9:24十三峠…10:02畠山10:11…10:40不動橋… 11:10阿部倉登山口(トイレ) …阿部倉…11:33葉山KCC分岐…11:48大楠山… 大楠平(トイレ) …前田川遊歩道…(正行院トイレ) …13:42前田橋バス停=JR逗子駅 | 期待していた塚山公園の桜は残念でしたが、ニリンソウの群落がいたる所にあり、感激しておりました。 |
| 322 | ハイキング | ハイキン グ | 自然保護部山行 | 高尾・陣馬 | 多摩森林科学園 | 3/28 | 3/28 | JR高尾駅9:15…多摩森林科学園9:30…サクラ見本林や草花その他観察…関山ベンチ(休憩) 11:00…見晴らし(昼食) 12:40…樹木園…14:00高尾駅 | 天気予報は8時頃から晴れ、その通り晴れて日差しは強く暑かったですが、気持ちの良い風が吹いて、早咲き桜ヨコハマヒザクラ、ひな桜や、足元の春の可愛いお花を探しながらの楽しい観察会でした。法面がイノシシにだいで荒らされてました。 |
| 323 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 屋久島 | モッチョム岳 | 3/28 | 3/28 | 二又川BS7:12 = 7:20鯛の川BS7:23…8:07登山口…9:31万代杉…11:21 山頂…13:07 万代杉…14:53 鯛の川BS | 山麓の尾の間から見ると1つの大きな岩であることがわかる。所々にロープが張られた急登あり、特に、神山展望所〜モッチョム岳山頂、及び山頂のロープ場は要注意。山頂からは海岸線の集落や、深い屋久島の山々を眺望できる。 |
| 324 | アルパイン | 岩登り | 個人参考 | 丹沢 | 広沢寺 | 3/29 | 3/29 | 相模大野駅7:00=広沢寺P 8:00…8:30広沢寺8:40…広沢寺P = 10:30PUMP 2 16:00 | 岩場は極寒のため取り付くことを諦めPUMP 2 に転進した。クライミングのあとボルダリング。最後に上半身と上腕部を鍛えるため器具を使用して筋トレを行い終了した。 |
| 325 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 丹沢 | 松田山 | 3/31 | 3/31 | 渋沢駅8:30…10:30富士見塚…12:00松田山ハーブガーデン…14:00新松田駅 | 途中、頭高山経由して富士見塚に向かう、矢倉沢往還の確認ができました。今後の山行の良い下見ができました。 |
| 326 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 岩殿山 | 3/31 | 3/31 | 町田6:55=八王子7:32=高尾7:40=8:23大月8:30…畑倉登山口9:10…9:40岩殿山10:00…天神山11:00…稚尻落とし11:20…12:15大月駅(解散) | 薄曇りの天気で残念ながら富士山を見ることは出来ず残念。しかし歩行時間、距離、眺望もハイキングコースとしてちょうど良い山でした。登り始めの桜は3分から5分咲き。山頂直下のカタクリの群生も一株のみ開花。今週末にはどちらも満開になると思った。 |
| 327 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 高尾・陣馬 | 都留アルプス | 3/31 | 3/31 | 大月7:24=7:50東桂駅8:10…8:30古城山…10:05ミツマタ群生地10:45…11:20都留アルプス山…元坂…12:40天神山…13:05パノラマ展望台…13:10長安寺山…13:20白木山…13:35蜂山…14:20都留市駅15:01=町田 | 東桂駅降車したら粉雪！そのうち日差しも気温幾らか上昇。お目当てのミツマタも満開。控えめの小桜とダンコウバイも此処其処で咲き楽しめる。千本桜の植生地の苗木の生長が待たれる。 |
| 328 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 箱根 | 箱根駒ヶ岳・神山 | 3/31 | 3/31 | 湖尻9:20…箱根園10:05…駒ヶ岳ロープウェイ山頂駅10:30…防ヶ沢分岐11:00…神山11:52…防ヶ沢分岐12:50…駒ヶ岳13:20…駒ヶ岳山頂駅14:00=箱根園バス停=小田原駅解散 | 曇り予報だったが、雪が降り始め、駒ヶ岳山頂はマイナス2度と寒かった。登山道は霜柱とうっすら積雪があり滑らないよう注意して歩いた。神山山頂あたりは硫黄の匂いが少した。 |
| 329 | ハイキング | ハイキン グ | 個人山行 | 富士山 | 鳥の胸山 | 3/31 | 3/31 | 橋本駅6:40=7:45道の駅どうし8:00…鳥の胸山登山口8:20…鳥ノ胸山9:46… 雑木の頭10:20…落合橋11:03…11:30道の駅どうし | 真冬の寒さで道の駅に着いた時には雪がちらついていた。太陽は拝めませんでしたが山頂からの景色は楽しめた。北斜面は一面雪がついていたが怪我無く下山できた。計画より2時間も早く下山でき、道の駅での暖かいお蕎麦やポトフが体に沁みだ。 |