

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
118	山スキー	北ア	白馬乗鞍岳	2/26	2/28	2/26相模原23:00=八王子IC=梅池高原ラ・ビスタちくくに3:30(仮眠) 2/27梅池高原スキー場 Gondola9:00=樺ノ森9:30=つが第2ペアリフト9:50=早稲田小屋10:30=成城小屋11:00=天狗原12:00~12:40(ピットチェック、CTテスト) …城小屋下13:05=樺ノ森13:35=ラ・ビスタちくくに15:00(泊) 2/28梅池高原スキー場 (グレンデ内滑降練習) 9:00~13:00=宿14:00(解散)=自宅	午前中は天気も良く天狗原まで登高し、ピットチェック、CTテストを実施。昼過ぎから風がやや強くなり、視界も悪くなってきたことから、白馬乗鞍岳は省略し、滑降に移る。今年は降雪が少なく谷筋が埋まりきっていないため、落ちないように注意が必要。
119	山スキー&スノーシュー		ブランシュたかやまスキーリゾート&ピラタス蓼科スキーリゾート&車山	2/28	3/1	2/28 町田7:20=愛川IC=ブランシュたかやまスキーリゾートP着10:30…スキー&スノーシュー…ブランシュたかやまリゾートP着15:00=八王子姫木平自然の家(泊) 2/29 宿9:00=ピラタス蓼科スキーリゾートP着9:30…スキー&スノーシュー…ピラタス蓼科P14:00=「小倉の湯」立ち寄り宿17:00 3/1 宿9:00=車山スキー場P9:20…スキー&スノーシュー…車山スキー場P14:00=諏訪IC=愛川IC=町田18:00	雪不足の為、スキーとスノーシューができるエリアとして、3ヶ所(ブランシュたかやま・ピラタス蓼科スキーリゾート・車山)のエリアで夫々楽しむ事が出来、ラッキーな3日間で夫々に満足できた。28日「ブランシュたかやまリゾート」はこのエリアでは標高が高く人工降雪ながら人気のグレンデで賑わっていた。山頂からの眺望は素晴らしい!29日は急遽「ピラタス蓼科スキーリゾート」に変更したが、10時頃から幸運にも小雪が降りだし10cm位のパウダー雪の中快適にスキーとスノーシューを堪能出来、最高であった。車山は、前日の積雪(30cm)で全てのリフトが稼働し、快晴の下、山頂からスキー組とスノーシュー組に別れて夫々新雪を存分に満喫できた。38度斜面は爽快であった。尚、雪不足のこの時期は、天候と積雪情報を小まめに調べてグレンデを探すことが必要であろう。
120	雪山	八ヶ岳	権現岳	3/2	3/3	3/2天女山登山口8:40…天女山9:08…前三ツ頭13:17…暮営場13:20 3/3暮営場6:45…三ツ頭7:15…トラバース地点8:20…権現岳8:45…暮営場10:30…天の河原13:05…天女山登山口13:50	風は強かったが好天に恵まれ、甲府盆地・韭崎市の夜景、三ツ頭からの展望も素晴らしい。冬の八ヶ岳を堪能できた山行でした。
121	ハイキング	湘南	二子山と森戸川源流	3/3	3/3	町田駅7:27=藤沢8:14=大船8:32=逗子駅8:35(バス)=長柄交差点前バス停9:00…黄金橋…林道終点…東逗子・田浦方面分岐…二子山11:30…東逗子・田浦方面分岐…桜のピーク…二子山いこいの丘…二子山ハイキングコース入口…東逗子駅14:50	標高の低い山のため、しっかりと道標があり見られず、途中で何度も地図を確認した。天気は恵まれ、二子山頂上からははるか遠くに横浜湾、東京湾を見る事が出来た。二子山の上の山から下の山への道がかなり急で唯一登山気分を味わえた。
122	雪山ハイキング	日光・那須	戦場ヶ原～切込湖刈込湖	3/3	3/4	3/3浅草駅7:10=東武日光駅9:20=赤沼10:40…戦場ヶ原…湯滝付近14:00(テント泊) 3/4湯滝付近7:00…湯滝入口7:22=湯元温泉8:00…小峠…切込湖10:10…刈込湖11:20…山王峠13:35…日光アストリアホテル14:35	奥日光は総じて雪が少なく、標高1400mでもベタベタでしたが、スノーハイクにぴったりのコース。東武日光フリーパスは浅草から日光往復とバスフリーで4,150円は大変お得。アストリアホテルのお風呂付御膳2500円も是非。
123	雪山ハイキング	東北	裏磐梯 イエローフォール・五色沼・西大嶽	3/4	3/6	3/4町田20:30=猪苗代磐梯高原IC0:50=1:15ホテル小野川荘(泊) 3/5宿8:30=裏磐梯スキー場8:45第1、第2ロマンスリフト9:20…イエローフォール10:20…スキー場駐車場(バス待機)12:25=裏磐梯高原駅13:05(五色沼スキー場)…五色沼入口(バス待機)14:45=15:15(泊) 3/6宿8:00=グランデコススキーリゾート8:30=ゴンドラ、第4ワッドリフト終点8:40…10:45西大嶽11:10…ゴンドラ12:45…スキーセンター13:00=スキー場13:10=13:30宿14:30=横浜町田IC=19:40町田	両日とも晴天に恵まれす青空の下、スノーハイクが出来た。イエローフォールまでは右手に裏磐梯山、左手遠くに西大嶽を見ながら広い雪原を歩く。翌6日は西大嶽からの360度の展望に感激。動物の足跡などを見ながらスノーシューに感じる雪のふかふかした感触を楽しみながら冬ならではのハイクを満喫した。
124	雪山ハイキング	日光・那須	八ヶヶ原	3/4	3/5	3/4町田駅6:15=7:28清瀬7:50=(車)=10:30矢板=山荘=「山の駅たかはら」=八方湖=「山の駅たかはら」=16:30矢板山荘(宿泊) 3/5山荘(車)=8:00「山の駅たかはら」…八方ヶヶ原…「山の駅たかはら」=11:00矢板山荘13:30=16:00清瀬駅	雪が連年に比べ少ない状態でした。晴天に恵まれ、計画通りスノーシューを楽しむ事が出来た。
125	雪まつり	東北	裏磐梯・西大嶽・雄国山	3/4	3/6	3/4町田20:30=東名・首都高・東北道・磐越道経由=猪苗代磐梯高原IC0:50=ホテル小野川荘1:15(泊) 3/5(山スキー班)宿8:30=猫魔スキー場9:00=(雄国第1Aトリプルリフト)=リフト終点9:40…雄国沼避難小屋10:30…雄国山11:30…鞍部12:15…1102mピーク12:45…ラビスタ裏磐梯P13:40=宿14:40(グレンデ班)宿前8:20=グランデコススキーリゾート(終日滑降練習)15:15(32便各宿行き)=宿16:00 3/6宿8:00=グランデコススキーリゾート8:30=ゴンドラ、第4クワットリフト終点9:00…西大嶽10:45…第4リフト終点12:00…スキー場ベース12:30~13:10=ホテル小野川荘13:30~14:30=町田駅前19:40	両日とも天候に恵まれましたが、初日の雄国山は雪質がモナカ状態のため滑降には苦労しました。2日目は西大嶽山頂からの景観と山頂より東側の斜面の滑降が唯一楽しめました。
126	ハイキング	陣馬・高尾	生藤山・陣馬山	3/5	3/5	町田駅=武蔵五日市駅7:10=上川乗8:00…8:55浅間峠9:05…9:55熊倉山10:05…10:35生藤山10:45…龍岡丸…和田峠13:00…13:25陣馬山14:00…明王峠…大平小屋14:40…15:30相模湖駅=町田駅	晴れてはいたが、花粉が飛んでいるせいか霞がたなびき視界は悪かった。気温も上がり大汗をかいて、せかせかと歩いた。
127	ハイキング	丹沢	大山	3/5	3/5	秦野駅8:05(バス)=8:18養毛8:30…9:20養毛越え…11:10大山11:50…12:50見晴台13:20…日向ふれあいセンター…14:40日向薬師バス停14:45(バス)=14:15伊勢原駅	曇空の中での山行き、残念ながら遠くの景色は見えませんでした。山歩きには最適な陽気でした。我々のコースは登山者が少なく、下社～大山コースは登山者が多く頂上は人で溢れていました。
128	ハイキング	丹沢	大山三峰山	3/5	3/5	星が丘=田名バス停=土山峠9:00…辺室山10:00…物見峠10:40…三峰山13:30…燗ヶ谷15:50=土山峠16:00=田名バス停=星が丘	木々の芽吹きも感じられる早春の山。丹沢山稜、高取山～萩野高取山の山並みを眺めながら静かな山歩きが出来た。三峰山は3年前に歩いた時よりやせ尾根の岩稜に鎖が増えている。しかし登山道の崩壊が進み、緊張を強いられた。
129	ハイキング	奥秩父	大栃山	3/5	3/5	町田=檜峰神社9:40…トビス峠10:20…大栃山11:00…トビス峠12:00…神座山13:00…分岐…14:30檜峰神社	タクシーで降りる場所が違ってコースが計画書と逆になってしまいました。昇仙峡渓谷でのんびり、ゆったりしたのでロープウェイを利用しました。
130	岩トレ	奥武蔵	日和田山	3/5	3/5	西秩父秩父線高麗駅8:05集合9:30開始15:00終了 基本技術 ロープの結び方(くさり結び、エイトノット、ブルージック、マスト、半マスト、ダブルフィギアエイトノット、シートバンド、マッシュャー、パッチマン、ヘッドオン)、ザイルの連結(本結び、エイトノット、ダブルフィッシャーマン) 東ね方(振り分け) 支点作成、登り方(3点支持、重心移動) トップロープ(クライムアップ、クライムダウン)、ピレイの仕方(トップ、セカンド) 懸垂下降(セット、投げおろし方、仮固定、本固定)、リード&セカンド、ブルージック登攀、荷揚げ(ガルダ-ヒッチ、人力、1/3システム) 等々	日和田岩は初めて岩登りをする場所として最適な練習グレンデです。花粉の時期は辛い場所ですが、駅から徒歩でアプローチでき、コンビニも2か所あります。そばには愛珠沙華で有名な巾着田やそばの河原は無料でテント&焚火もできます。
131	アイスクライミング	上州	霧積温泉・平戸の岩場	3/5	3/5	5:00堤宅5:00=9:00霧積温泉P…氷瀑確認…9:45P=13:00東吾野駅P…13:30=16:00平戸の岩場にて岩トレ	霧積温泉の各ルートに氷結は無く、平戸の岩場に転進。トップロープで登る。
132	雪山ハイキング	八ヶ岳	北八ヶ岳 竈枯山～北横岳	3/7	3/8	3/7八王子6:57=10:12茅野10:25=11:22洪の湯11:30…高見石小屋…14:30白駒池(テント泊) 3/8白駒池7:30…茨草峠…茶臼山9:30…竈枯山10:40…北西斜面…11:35ロープウェイ山頂駅11:45…12:45北横岳12:55…13:30北八ヶ岳ロープウェイ山頂駅15:05=山麓駅=茅野=八王子	雪が少なく、とても暖かく、いつもの北八ヶ岳の雰囲気はなかったが、天候に恵まれ雪のテントライフを楽しんだ。北横岳山頂では八ヶ岳全山の素晴らしい眺望に感激し、八ヶ岳山縦縦走を誓った。
133	ハイキング	奥武蔵	関八州見晴台	3/8	3/8	西吾野8:30…間野集落…萩ノ平…高山不動尊…10:30関八州見晴台…花立松峠…黒山三滝…越生梅林=14:50越生駅	山では人にも会わず、黒山の滝は親観客で賑わっていた。越生梅林までは車道を歩いたが道も梅林も観梅日和。

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
134	岩トレ	湯河原	幕岩	3/8	3/8	JR湯河原駅8:30集合 8:45バス=幕山公園 幕岩 茅ヶ崎ロック付近でクライミング 桃源郷にてシルクロード5.7、いんちきするな5.8、蟻さん5.8、サンセット10a(TR)、その後、シンデレラ5.7、道化師5.9、あかずきんちゃん5.9など 15:20終了 幕山公園…JR湯河原駅解散	平日でも幕岩はとてぎやかだつた。朝は前日の雨でポケットは水たまりだったが、だんだん暖いた。でも、大滝フェースは本当に大滝になっているゲムだった。帰りを湯河原駅まで歩いたらバス二台に抜かれた。
135	ハイキング	丹沢	渋沢丘陵・頭高山	3/9	3/9	秦野駅8:50…南小中学校…震生湖一周…浅間台…渋沢丘陵11:00…頭高山分岐…頭高山12:30…頭高山分岐…車道出合14:00…渋沢小学校入口…15:00渋沢駅	渋沢丘陵まではずっと里山風景が続く。頭高山分岐までは殆どが舗装道路で、あまり山行気分は味わえず、頂上付近に来てやっと山道らしくなる。これは低山故の事か？途中、道標が分かりにくい所があり見落として間違いに気付く元来た道に引き返す。迷ったら引き返す！これ基本と実感。途中で雨に降られたりしたが、帰りは野菜の無人販売で新鮮な野菜をゲットし、満足して帰る。
136	雪山	上越	タカマタギ山～日白山	3/11	3/13	3/11相模大野駅 南口前ロータリー 20:00集合 大谷車使用 相模大野=土樽駅(泊) 3/12土樽駅6:30=駐車スペース7:00…7:30尾根取付…10:00 1140M付近 雪洞づり10:30…12:30 雪洞泊 3/13雪洞7:40…8:50タカマタギ山9:00…9:55日白山10:15…10:50タカマタギ山11:00…11:30雪洞12:00…13:50駐車スペース=町田 解散	林道の堰堤のあたりから741Mピークめざして取りつく。平年より2mは雪が少ない感じだったが、なんとか1140M付近の雪庇を利用して雪洞を設営。広々とした雪洞で快適な一夜だった。翌日は晴れて、タカマタギ山日白山を往復。楽しい雪山山行だった。
137	雪山	上越	八海山	3/11	3/13	3/11前夜発 六日町駅ステーションビパーカーorロープウェイ駐車場前泊 3/12 8:30八海山スキー場山麓駅(リフト)=9:00八海山スキー場頂上駅…10:40女人堂小屋3/13 6:40 女人堂小屋…7:30薬師岳…8:10千本小屋…8:50薬師岳…9:40女人堂…11:20八海山スキー場頂上駅=12:00八海山スキー場山麓駅上駅	八海山は今回初めて訪れましたが、頂上付近の鎖場は登らずに手前の千本槍小屋までの行程であったこと、テント装備していたが女人堂小屋に泊まったため、全体行程に余裕があり、のんびり山行となりました。薬師岳そばの稜線には軽く雪庇が出来ており、その雪庇の重さでかなり大きなクレーンが出来ていました。特に危険は感ませんでした。ホワイトアウトの場合などには要注意です。
138	ハイキング	陣馬・高尾	陣馬山	3/12	3/12	高尾駅9:12=9:33小仏バス停9:45…景信山10:55…堂所山11:55…明王峠…13:05陣馬山13:35…陣馬街道出合…14:45陣馬高原下バス停=高尾駅北口	小雪のちらつく天候でしたが、前の日から降っていたのか途中からは雪景色を楽しみました。風がなかったのが気温が低くても快適に歩けました。登山道はめぐるでいたが、登山者が少なかったのが幸いして自分たちのペースで歩けました。
139	ハイキング	丹沢	丹沢三峰～塔ノ岳	3/12	3/12	町田6:21=6:35本厚木6:55=7:39三叉路8:00…9:30高畑山分岐…金冷やし…12:30東峰…13:45中峰…15:15丹沢山…16:40塔ノ岳…19:45大倉20:08=渋沢=町田	天気予報大外れ、しかし粉雪舞い散る、霧氷と新雪10cm程度の登山道を歩きました。なかなかの雪山の雰囲気。高畑山分岐～松小屋ノ頭までは幅の狭いトラバース道で岩場の通過箇所も有り滑りそうに緊張しました。みやま山荘へやっとな到着し安堵したのもつかの間、塔ノ岳へ歩き出し登りの厳しかった事…。塔ノ岳でヘッドランプ準備し出発。花立山荘からの町の光に本日二回目の安堵感を感じました。大幅に時間かかりましたが 本日に訓練山行になりました。
140	ハイキング	丹沢	塔ノ岳	3/12	3/12	鶴川駅=渋沢駅=大倉7:00…天神尾根分岐9:20…10:30塔ノ岳10:50…天神尾根分岐…13:00大倉=渋沢駅=鶴川駅	思ってもいなかった雪景色が広がっていた。
141	ハイキング	富士・御坂	毛無山	3/12	3/12	町田=朝霧高原=麓山の家P…毛無山登山口8:30…山頂上12:00…毛無山登山口15:00	頂上にちかづくのと真っ白な世界が広がっていました。が、富士山のお姿は拝みませんでした。
142	雪山ハイキング	丹沢	丹沢東西縦走 丹沢三峰～蛭ヶ岳～檜洞丸	3/12	3/13	3/12町田7:18=7:33本厚木7:50=8:35三叉路9:00…丹沢三峰…16:00丹沢山(みやま山荘泊) 3/13みやま山荘7:00…9:00蛭ヶ岳9:30…(丹沢主稜)…13:30檜洞丸14:00…17:00西丹沢自然教室17:05=18:10新松田	1日目は曇り、2日目は時々青空も除いた。山上は10cm程度の積雪、幻想的な雪景色がたのしめたが、雪の影響で予定より少し時間が多くかかった。
143	BC山スキー実技講習		鍋倉山	3/12	3/13	3/12 JR橋本駅南口6:10=豊田・飯山IC=11:30野沢温泉スキー場(ゲレンデ滑走)15:20…16:00なべくら高原・森の家 3/13森の家7:00=鍋倉山登山口8:03…9:00都立大小屋近く…9:53沢出合…11:00黒倉山鞍部…11:14鍋倉山山頂11:42…ブナ林…12:40都立大小屋近く…13:00温井集落13:30=(温泉)=帰路	BCスキーの講習の総合実技の山行。天候に恵まれ5月の陽気の春スキーのようでした。小屋近くは立ち入り禁止の為、林道のショートカットを余儀なくされた。(帰りも小屋近くから林道を使い、下山した) 鍋倉山は、雪の融解が進み、ツリボットになっていました。シャベルコンプレッションは、TC30ベリーハード。下山は、雪質の良い、北面のブナ林より北北東へ滑走し、満足した山スキーを楽しみました。
144	雪山	上越	平標山	3/12	3/13	3/12 堤宅6:00=厚木西IC=湯沢IC=11:45平標山登山口駐車場(車デポ)…13:30林道終点…14:50ツト泊(1480M付近)3/13 6:15テン場…7:00平標山小屋…8:50平標山…9:40平標山小屋…10:25テン場…11:15林道(ヒコ練習)…13:30駐車場(温泉)=湯沢IC=厚木西IC=18:30堤宅解散	平標山山頂は強風で、ホワイトアウト状態の為、仙ノ倉岳には向かわず往路を戻る。
145	岩トレ	伊豆	城山	3/12	3/13	3/12 10:30城山現地集合 南壁エリア登攀～3/13南壁エリア登攀及び西南カンテマルチピッチ登攀 14:00迄研修内容 (1) ロープの結び方、用具の使い方の確認 (2) ロープワークの確認 (3) ビレー技術の確認 (トップ、セカンドの確保技術) (4) マルチピッチ、ショートルートでのクライミング技術の確認	天気に恵まれ、予定通りの研修内容を終了した。
146	ハイキング	湘南	鎌倉アルプス	3/13	3/13	鶴川駅8:00=相模大野8:22=藤沢8:51=大船9:05=9:08北鎌倉駅…建長寺9:20…勝上獄展望台…大平山11:00…峠の茶屋…天國ハイキングコース入口13:30…鎌倉駅14:50	ここ2～3日の冷え込みも和らぎますが、建長寺からいきなり急な階段を上ると勝上獄展望台に出る。展望台から薄く霧がかかった富士山が遠くに見えた。大平山はとて広く、老若男女様々な人たちが大勢で賑わっていた。P159mと低い山だが、岩場あり林道あり飽きない山だと思う。帰りの鎌倉駅まではぎやかな小町通りを歩く楽しさもあり。
147	ハイキング	丹沢	塔ノ岳	3/13	3/13	渋沢駅8:00=大倉8:30…大倉尾根…11:30花立山荘12:00…14:30大倉バス停	前日からの雪で道は泥んこになり歩きにくかった。花立山荘で霧がかかって視界がなくなったので下山した。予想以上に寒かったが、ネパール・トレッキングのよい訓練になった。
148	ハイキング	伊豆・箱根	発端丈山	3/15	3/15	町田駅6:20=小田原7:18=三島8:09=8:40大仁8:50…9:15城山登山口9:30…城山10:20…12:20葛城山12:50…発端丈山14:30…15:25三津バス停15:31=津沢駅16:22=18:10町田駅	朝、小田急の車窓から雪をまとった丹沢大山、久しぶり麓まで白く覆われた富士山が見られたが、各山頂からは富士だけは雲に覆われ眺められず。城山登山口まではわりつづらく、大橋を渡った後すぐに右折して田んぼのあぜ道から道路にあがった。霧の音が響き、風も少なくのどかな春山だったから、葛城山の急傾斜な背面登山コース登山中、ロープウェイから迷い込んだ老人に出会いメンバーの連携で無事ロープウェイで下山させることができた。地域の方に漁協経営の「いけす」を紹介されたが行けず。
149	ハイキング	丹沢	世附権現・ミツバ岳	3/16	3/16	愛甲石田駅7:00=8:00丹沢湖そば駐車場8:10…浅瀬入り口/取付き…権現南東尾根…10:50世附権現11:20…12:00ミツバ岳12:20…13:10滝壺橋…駐車場=伊勢原駅	権現南東尾根900m以上積雪が現れた。終日薄曇りだったが、他の登山者とは全く出会うことなく、自然と鏡のように輝く丹沢湖を眺め、静かな山行を楽しんだ。ミツバは満開。
150	ハイキング	中央沿線	権現山～扇山	3/17	3/17	上野原駅8:30=(バス)=9:05初戸…雨降山…12:10権現山…浅川峠…14:40扇山…16:40鳥沢駅	快晴。北斜面の登山道は山頂まで20～30cmの残雪。山頂直下の南面は泥んこ。登山口の初戸(ほど)下車は5人。権現山山頂は大勢の人で賑わっており驚く。鳥沢駅は新駅舎が完成していた。署名活動されていたトイレ設置問題も解決したようで工事期間(3/11～5/31)の張り紙がされていた。
151	岩トレ	御坂	十二ヶ岳	3/17	3/17	十二ヶ岳・鷲ヶ岩でクライミング 8:30～16:00	雪の影響で多少岩場が濡れていたルートもあったが、小春日度で風も無く貸し切り状態で浸りやすかった。マルチルートは高難度があり、景色も素晴らしい。帰りに「いずみの湯」に立ち寄った。

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
152	ハイキング	その他	津久井観音霊場巡り	3/18	3/18	町田駅6:24=6:39橋本駅6:55=六間入口7:31…7:45第32番光明寺着…40番清真寺8:57…第38番東陽寺9:32…第30番井原寺11:00…第36番龍泉寺12:20…第29番長昌寺14:30…東野バス停15:19=やまなみ温泉バス停15:50=藤野駅16:11=16:40八王子	津久井観音霊場めぐりも今日が最終回、2.2kmの行程を、天候にも恵まれ、全員快調な足取りで予定より一時間ほど早いウォーキングで閉めた。今回の津久井霊場巡礼シリーズは5回実施、4名が全寺巡拝となりました。
153	ハイキング	陣馬・高尾	高尾山	3/19	3/19	町田9:00=10:15高尾山山頂…(稲荷山コース)…12:00高尾山14:15…(琵琶滝コース下山)…15:30高尾山P	山頂では雨も止み、空いている東屋で昼食会。下山する頃には天気となり、楽しい1日でした。
154	雪山ハイキング	後立山	白馬山麓・小遠見山	3/19	3/21	3/19町田駅7:18=八王子8:01=11:28白馬駅=12:00宿13:00…近くの河原散策…14:00宿 3/20宿7:30=五竜遠見ゴンドラとおみ駅8:15=アルプス平8:30…地藏の頭10:00…小遠見山11:30…アルプス平14:00…とおみ駅=15:00宿 3/21宿9:00=松川の河原、二股でスノーシュー12:00=白馬駅14:38=八王子=18:40町田駅	流れる雲の間から何度か姿を見せる雪の鹿島槍・五竜岳の姿は迫力があった。
155	山スキー	北ア	白馬乗鞍岳	3/19	3/21	3/19町田駅20:00(車)=中央道=安曇野IC=大町仮泊 3/20大町6:00=梅池スキー場7:00=梅の森8:20=梅池自然園9:00…天狗原10:30…乗鞍岳12:00…天狗原13:00…梅池スキー場14:20=風吹荘15:20 3/21風吹荘9:00=安曇野IC=町田駅15:00	天候が悪く紙すき牧場のツアーは中止しました
156	雪山	八ヶ岳	赤岳真教寺尾根	3/19	3/21	3/19 八王子18:25=18:33高尾18:45=20:19甲府20:40=21:19小淵沢21:29=21:53清里駅 3/20清里6:30=タクシー=6:40スキー場…牛首…崩山…10:50 2300M地点幕営 3/21テント6:00…8:00赤岳…9:20テント 撤収10:00…12:05スキー場12:48=バス=13:02清里駅13:58=小淵沢=八王子 解散	一日目は北岳が朝から太陽に輝くピーカン。スキー場から入山して2300m付近に幕営。山頂への往復を翌日にしたら、朝はガスと強風。でも、腐った雪は硬く締まって歩きやすくなり、テントから2時間で赤岳山頂に立てた。鎖は所々で露出していたので微妙だったが、もっと雪が多い方が歩きやすいただろう。
157	ハイキング	奥武蔵	笠山・堂平山	3/20	3/20	町田駅6:47=八王子=8:46小川町駅9:12(イェーグルバス)=9:52白石車庫…白石峠…堂平山…笠山…15:30皆谷バス停=小川町駅=町田駅	インターネットで入手できるハイキングマップ (PDF) の歩程時間は昭文社と比べて短すぎる。当てにしない事。
158	ハイキング	丹沢	石老山	3/20	3/20	相模原駅7:00(車)=石老山登山口8:00…顕鏡寺…石老山…大明神展望台…12:30登山口	のんびりと歩きました。
159	ハイキング	丹沢	鍋割山	3/20	3/20	新松田6:55=7:20寄 7:50…9:20栗ノ木洞9:30…後沢乗越10:30…11:50鍋割山13:05…14:00金冷シ…花立…16:30大倉	天気予報では確かに晴れだったのに、なぜか雨の中のスタートになってしまった。寄から後沢乗越までは会う人も静かな山を楽しめたが、乗越からは賑やかになった。鍋割山山頂は大賑わい、人気の鍋焼きうどんは、15分待ち。待ったかいがありとてもおいしかった！下りの大倉尾根はぬかんでいて、足元が気になった。雨やあられが降ったりやんだり、雨具の装着脱に少し時間がかかった。
160	ハイキング	丹沢	塔ノ岳	3/20	3/20	相模大野駅6:08=渋沢駅6:48…大倉7:20…10:45塔ノ岳11:05…三ノ塔…14:45ヤン峠=秦野駅	雨具を着ての出発。2時間余り雨は上がったが、太陽が顔を出すことはなかった。登山道は泥田状態歩き難かったがトレッキングができた。
161	ハイキング	伊豆・箱根	浅間山	3/20	3/20	相模大野7:08=箱根湯本=8:57小涌谷駅…千糸ノ滝10:00…浅間山10:30…太平台分岐…湯坂山…湯坂城跡…箱根湯本駅13:30=15:25相模大野駅	天気予報では雨は降らないはずだったが、小雨が降っていた。浅間山山頂上についたときには霧が出始めており、1.0メートル先はあまり見えなくなっていたので、あまり休憩はとらずに早めの下山を心がけた。時期的なことや、あいにくの天気で特に見所のようなところはなかったが、これくらいの小雨の中を歩くのも悪くないと感じた山行でした。
162	雪山ハイキング	上州	赤城山・黒檜山	3/20	3/20	町田6:00=赤城山IC=駒ヶ岳登山口P10:40…黒檜山北登山口11:00…黒檜山13:00…駒ヶ岳14:40…駒ヶ岳登山口P15:50=前橋IC=町田	町田は雨、登山口では風があったが快晴でした。黒檜山、登りの途中から雪がありアイゼン使用、岩と雪の急登を緊張しながら登った。凍った大沼を見ながらの稜線歩き、久しぶりの雪山を楽しむことができた。
163	沢	丹沢	マスキ嵐沢	3/20	3/21	3/20秦野駅7:30=大滝橋上9:30…マスキ嵐出合9:50…権現岳西鞍部12:50…軒屋避難小屋13:40…大滝橋上14:15…ワエルキャンプ場15:00(泊) 3/21ワエルキャンプ場9:00=栢生駅解散11:00	源次郎沢の遡行後戸尻で焚火&キャンプ翌日表尾根を周回する計画は春の雨でマスキ嵐に転進となる。沢登り初経験のお二人と寒風吹き荒れる中の寒い沢登りとなった。入渓者が少ないこの時期は沢床は歩き磨かれて茶色い苔で滑りやすく、雨の後も重なり慎重に遡行した。権現稜線から軒屋避難小屋へ下りもとに戻る。寒すぎるのでテント泊も取り止め、バンガローに泊まる警沢山行となってしまった。
164	ハイキング	丹沢	ミツバ岳	3/21	3/21	町田駅7:25=9:30浅瀬入口…11:30ミツバ岳…12:45権現山…13:40二本杉峠…14:30細川橋バス停=16:00新松田駅	ミツマタ満開時の山行でした。滝壺橋登り口(トラロープ設置箇所)に花束が供えてました。事故があったようです。気を引き締めて登りました。
165	ハイキング	丹沢	大山	3/21	3/21	本厚木=広沢寺温泉入り口…鐘ヶ岳9:30…山神隧道10:10…不動尻11:00…唐沢峠12:00…大山14:00…15:50養毛=秦野	不動尻登山口の林床にミツマタの群落があり、思いがけず幽玄な雰囲気風景に出会う。大山の表参道と違って人も少なく、三峰山や大山北尾根を見ながら静かな歩きが出来た。養毛の下山口でもミツマタに迎えられ、この時期お勧めのコースである。
166	山スキー		大渚山	3/21	3/21	来馬温泉7:50=大草連除雪終了地点8:30…大渚山11:50…12:20…大草連=小谷温泉山温泉(日帰り温泉)=橋本駅19:50	大草連集落のスタート地点は、除雪作業中で重機が通るので駐車には注意が必要。除雪は880m地点まで進んでおり、そこから林道沿いに1000m地点まで登ったところで尾根に取りつく。大渚山の稜線につくとボグダー等の数名のパーティーがいたが大渚山頂はノートルズ、雪はやや少なめだったが雪質はまずまずで、ルートを選びながら林間滑降を楽しむことができた。
167	岩トレ	湯河原	幕岩	3/21	3/21	湯河原幕岩でクライミング 7:30~15:30	前日の雨で濡れている岩もあったが、シャワーコロン・アリババ・シンデレラ・あかざきんちゃん・道化師をリードオトップロープで練習した。
168	岩トレ	甲府	兜岩	3/21	3/21	7:00 新宿駅=10:00 兜山登山口到着…岩場へ移動 10:30クライミング開始 16:30 クライミング終了、撤収作業…17:30兜山登山口へ下山=20:00 新宿駅着 YF CLUB主催のクライミング講習会 主に登攀、エイトノット、ビレイの練習	初めての兜岩だったので、どんなところワクワクした。最初は体がぎこちなかったが、5.8を2本、5.9を2本、リーダーに下から足の置き場等かなりアドバイスを受けつつ、5.10aを登ることができた。もっとたくさん登れるようにならばいい。エイトノットとビレイは少し慣れてきたが、命に関わることもあるので、まだまだ練習が必要だと感じました。けっこう岩がもろそうな部分があったので注意が必要と感じた。
169	ハイキング	奥多摩	今熊山～白杵山	3/22	3/22	八王子駅7:12=7:52今倉バス停8:00…今熊山8:30…入山峠9:30…市道山13:00…白杵山14:45…元郷バス停16:30=武蔵五日市駅=八王子駅	春の暖かい日差しを浴びて、今熊山山頂本宮で御参りして本日の無事をお願いする。刈香山をカットして、入山峠から市道山までの2:30は、巻き道を使いながらも、UP DOWNの繰り返しで厭になる。トッキリ場の表示が良く分からず、危うく開場になりそうになった。更に白杵山頂上直下は急登で喘ぎました。歩き甲斐たっぷり山でした。
170	岩トレ	湯河原	幕岩	3/22	3/22	8:30~16:30 ゲイザル・ジャクソン・コンクエスト等他	
171	岩トレ	丹沢	広沢寺	3/24	3/24	広沢寺対岸の岩場クライミング 9:00~11:00	対岸の岩場で登り始めたが、霧雨が降り岩場が濡れてきたので2時間余りで終了
172	ハイキング	丹沢	ミツバ岳～屏風岩山	3/25	3/25	町田6:21=新松田7:17発=浅瀬入口…滝壺橋9:05…ミツバ岳10:30…11:15権現山11:50…屏風岩山13:50…東峰…P965…P650…大滝橋15:15=新松田	ミツマタの花が終わりを告げず待っててくれました。青空と富士山とミツマタの協奏曲。屏風岩山からは登山者に会うこともなく小雪とミツマタの風情ある中での下山を楽しんだ。
173	ハイキング	丹沢	大山	3/25	3/25	ヤビツ峠9:15…大山11:00…浅間山…高取山14:00…善波峠…吾妻山16:15…16:30鶴巻温泉駅	頂上付近の樹木と下山道の早咲き桜や水仙を見ながらの静かな山行を楽しみました。

No	山行形態	山 域	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
174	ハイキング	丹沢	仏果山～経ヶ岳	3/25	3/21	町田駅7:22=本厚木駅8:50=愛川ふれあいの村センター9:15…11:00高取山11:30…12:00仏果山12:45…14:30経ヶ岳14:40…15:30半僧坊前15:49=本厚木駅	大山の頂上付近はうっすらと雪化粧、仏果山の下りでは風花が舞っていた。都心だけは晴れていて、スカイツリーは1日中ずっと見えていた。山はまだ寒いが、アブラチャン、キブシの花が咲き、小さく芽吹きも進んでいた。
175	ハイキング	沼津アルプス	沼津アルプス縦走	3/25	3/25	沼津駅9:00=9:25多比9:30…10:18大平山10:23…11:12鷲頭山12:07…13:25徳倉山13:30…14:45香貫山14:50…15:10登山口15:10=沼津駅	山桜も咲き始めて素敵なお一日。
176	ハイキング	丹沢	鍋割山周辺	3/26	3/26	愛甲石田駅6:40=寄大橋7:40…8:00ウシロ沢出合…ウシロ沢遊歩…ウシロ沢乗越…10:00ミズヒ沢出合…ミズヒ大滝見物…10:40マルガヤ尾根(928)…P1300…13:10鍋割山(1272)…鍋割峠…ヤドリキノコバ沢右岸…寄沢…一般道…16:20寄大橋P=愛甲石田駅	鍋割山を過ぎてから足の調子が不良となったメンバーがあり、全員でコースを変更して下山した。エスケープルートの鍋割峠からヤドリキノコバ沢右岸を半マストによる懸垂下降を含めて下降。ヤドリキノコバ沢は自然崩壊による落石もあり、益々の崩壊が激しかった。
177	ハイキング	南アルプス前衛	楯形山	3/26	3/26	町田6:00=愛川IC=甲府南IC=県民の森グリーンロッジ8:30…中尾根コース…祠頭11:30…楯形山12:40…祠頭13:50…県民の森グリーンロッジ15:40=18:30町田	アヤマの時期を外して静かな山行を楽しみました。
178	ハイキング	丹沢	大野山	3/26	3/26	町田駅7:27=8:24新松田8:25(バス)=丹沢湖9:40…秦野峠分 11:30…12:55大野山13:55…地蔵岩15:00…山北駅=新松田駅	くもり一時雨の予報であったが、山頂に着いた時には晴れ参加メンバー全員でハッピーバースデー歌唱のあとさやかにパーティーを開きなごやかな一日でした。
179	ハイキング	丹沢	大杉山	3/26	3/26	町田駅7:26=8:14新松田駅8:25=9:31箒沢公園橋バス停9:45…11:37穴の平沢の頭…16:00大杉山…18:00中川バス停19:11=20:00新松田駅	予定時間を大幅に超過。おそらく、事前の地図上での距離の目測をそもそも誤っていたものと思われる。箒沢から一気に穴の平沢の頭に登りつめるわけだが、ここから大杉山までは稜線を歩くので、さほど苦労しないかと考えていたが、そこが甘かった。幾つかのピークを越えて進むのに、時間を要し、途中で道迷いもあったりした。新人の前田氏も、なれない急斜面のトラバースに手こずりながらも、最後まで歩き通されました。
180	ハイキング	丹沢	丹沢縦走 焼山～蛭ヶ岳～塔ノ岳	3/26	3/26	橋本駅6:20=三ヶ木6:55=7:12焼山登山口7:40…焼山9:25…姫次11:15…12:50蛭ヶ岳13:25…14:55丹沢山15:00…15:55塔ノ岳16:10…18:15大倉	小雪が舞う寒い中、通常装備に4リットルの水を入れたリュックを背負い、累積標高4000m、33キロの道のりを歩きました。メンバーに恵まれ、予定通り主脈の峰々を通過。計画通り塔ノ岳の頂に水を注ぎ、小走りで大倉尾根を下りました。地蔵平から蛭ヶ岳まで350mの登高は何度歩いてきついな道でした。
181	ハイキング	奥武蔵	武甲山	3/28	3/28	町田6:30=愛川IC=花園IC=生川P10:00…不動滝10:30…武甲山12:00…シラジクボ13:20…(持山寺跡コース)…生川P14:30=19:00町田	穏やかな春風と澄んだ空気を肌で感じながら静かな山歩きができた。
182	雪山	北アルプス	鹿島槍ヶ岳東尾根	3/28	3/31	3/28新宿高速BT 22:40集合 新宿=信濃大町 3/29信濃大町=大谷原6:50…7:25鹿島槍東尾根…11:00二の沢の頭(暮音) 3/30暮音地5:15…7:00第一岩峰…8:15第二岩峰…10:16鹿島槍北峰…11:00鹿島槍ヶ岳南峰山頂…13:10冷池(暮音) 3/31冷池6:35…赤岩尾根…9:35西俣出合9:50…11:00大谷原11:20=入浴=信濃大町=八王子 解散	去年は大雨で敗退した鹿島槍東尾根。今年は下部の雪は少なかったが、上部は昨年より安定した雪とガイドパーティのトレースにも恵まれて、鹿島槍山頂に立つことができた。しかし、東尾根は長いなあ、と改めて思った。また、東尾根での雪庇は小さかったが、稜線の雪庇は10m以上もあり、シュレンドがあらここに開いていた。
183	ハイキング	丹沢	大室山・加入道山	3/29	3/29	橋本=道志の湯P…登山口8:30…加入道山10:30…大室山12:00…加入道山14:00…16:00登山口…道志の湯P=橋本	前日の雨がやみ雪、途中から覆混じりの道になり登りの難所(崩壊がひどく足を置くのが困難)数か所は緊張して歩く。下山時はアイゼン着用かと考えながら歩いたが、暖かな陽射しに土も乾き一安心、アブラチャンも開花していた。新設された加入道避難小屋は木の香も気持ち良く住きも帰りも利用させてもらった。大室山までは歩幅の合った階段がつけられており歩き易かった。
184	ハイキング	八ヶ岳	霧ヶ峰・美ヶ原・鉢伏山	3/29	3/29	新百合ヶ岳6:00(車)=10:00屏風泉10:20…13:10 1750m付近14:00…16:55屏風泉(車)=新百合ヶ岳	雪を期待して行ったが、山腹にうっすら残っている程度だった。1月の豪雪による倒木の為、登山道は寸断されており、通過にひどく時間がかかった。沢筋を抜けると倒木はないので、帰り道が暗くなるのを避け、1750m付近で登山を中止した。下りも倒木で時間がかかった。
185	ハイキング	身延	阿部南部 七面山	3/29	3/29	相原6:10=甲府南IC=8:30羽衣850…12:00敬慎院12:10…13:30七面山14:00…15:15敬慎院15:25…18:00羽衣18:10=相原21:00	30周年ルートトレイルと半数が重なる山梨100名山、100座目には七面山を選んだ。日程の関係で、楽しみにしていた敬慎院には泊まらず日帰りとした。雪道を交えての標高差1400メートル弱を日帰りして往復された先輩に、ただただ脱帽、敬服。私も、いくつになっても先輩のように山を歩きたい!! また新たな目標を見つけた思いです。
186	岩トレ	湯河原	幕岩	3/29	3/29	8:30愛甲石田駅=9:30幕山駐車場…悟空スラブにてマルチ…14:00駐車場=愛甲石田駅	悟空スラブはあまり登られていないようで、下部は倒木等で荒れていた。上部は岩がかなり生えていたが乾燥していたのでクライミングにはあまり支障は無かった。終了点からは真鶴半島や初島が遠望出来て良い景色だった。
187	岩トレ	伊豆	城山	3/30	3/30	秦野駅6:05=城山南壁9:00…13:45イコトシヨウ、14:15～15:15夕ぼた夕ぼた	
188	ハイキング	丹沢	弘法山・権現山	3/31	3/31	町田駅8:36=9:04鶴巻温泉駅9:25…吾妻山…弘法山11:20…権現山…15:30秦野駅	桜がほぼ満開。天候にも恵まれ絶妙のお花見日和で、家族連れも多く見られた。鶴巻温泉から弘法山、秦野駅に着くコースは下山後、秦野駅付近の川沿いのベンチでのんびりお茶の時間を取り、疲れた足をしばし休める事ができた。
189	ハイキング	丹沢	丹沢縦走 塔ノ岳～蛭ヶ岳～西丹沢自然教室	3/31	3/31	自宅(車)=大倉5:10…塔ノ岳8:00…丹沢山9:00…蛭ヶ岳10:50…樽洞丸13:40…15:30西丹沢自然教室BS=新松田駅=渋沢駅=大倉	大倉バス停前の駐車場は24時間営業で、平日500円/日と便利です。今回、登山届はコンパスで提出しましたが、登録も提出も下山届もとてもスムーズです。塔ノ岳から蛭ヶ岳はめめるのでした。でも、暖かくとても気持ち良かったです。
190	ハイキング	丹沢	塔ノ岳	3/31	3/31	大倉7:30…見晴茶屋8:05…堀山の家9:05…花立10:05…10:50塔ノ岳11:05…花立11:30…堀山の家12:15…見晴小屋13:00…13:40大倉	平日なので自分のペースで山行ができました。途中ポッカの先達昌山良巳さんに「頑張っね」と声をかけてもらい、名刺送いただけで、重いザックも幾分軽くなったような…。先達の励ましが力になったポッカの一日でした。
191	岩トレ	丹沢	広沢寺	3/31	3/31	8:30愛甲石田駅=広沢寺駐車場…マルチピッチを中心に岩トレ…14:00駐車場=愛甲石田駅	弁天岩にてクラックルート、右スラブ、シャドウ・パートを中心にマルチおよびTRのトレをした。顔見知りの他会のメンバーも賑やかに登っていた。広沢寺温泉は桜が満開ですっかり春が訪れていた。
192	岩トレ	湯河原	幕岩	3/31	3/31	8:30湯河原幕山公園駐車場集合 フリークライミング 4:30撤収 5:00駐車場解散	茅ヶ崎ロックエリアで、シャワーコロン10a、アリババ10b、帰還兵10c、卑弥呼10c、シャックシャイン10d、コンクスタール12aをトップロープやリードでそれぞれの課題に取り組んだ。