

No	山行区分	山行形態	タイトル	山 城	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
348	個人山行	ハイキング		奥多摩	権現山	7/2	7/2	高尾＝上野原＝初戸9:09…雨降山11:15…12:10権現山12:30…雨降山13:00…高指山14:10…登山口15:00…15:20不老下	梅雨の合間の貴重なハイキング日和り、雨後の割には登山道も特に問題はなく順調だった。
349	個人山行	ハイキング		丹沢	烏ノ胸山	7/2	7/2	自宅＝相模大野＝道志道＝道の駅とうし8:00…林道出合…10:00烏ノ胸山…榎木ノ頭…13:40道の駅＝15:20相模大野＝自宅	梅雨の晴れ間で好天に恵まれた。出発もなく工事中にて迂回路を辿った。
350	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	天城八丁池	7/2	7/2	愛甲石田＝新東名・長泉沼津IC＝水生地橋P9:15…旧天城トンネル…上り御幸歩道…向峠10:15…コマドリ歩道入口…見晴台13:15…13:35八丁池14:25…下り御幸歩道…16:20水生地橋P＝愛甲石田	伊豆市観光課の情報で天城ツツジが咲いている上り御幸歩道を歩く。天城ツツジとフナギヒメシヤブの魅力に圧倒された。見晴台で富士山を眺め、ランチタイムは八丁池の山小屋跡の広場でのんびり。下り御幸歩道は前日の大雨の影響で途中から沢状態だった。
351	個人山行	ハイキング		東北	和賀岳・真昼岳	7/4	7/6	7/4町田＝新宿＝大宮＝秋田新幹線こまち5号7:58＝角館10:39レンタカーにて栗師岳登山口泊 7/5登山口5:00…和賀岳11:50…往路下山11:30 登山口泊 7/6登山口5:00＝峰越口7:00…真昼岳9:30…往路下山11:10	コロナの影響か登山道の下草刈りができていないため歩きにくかったが、いろいろな樹齢のブナ林が美しく稜線に出ると、ニッコウキスゲ、トラノオ、フウノタなどが咲き誇り、頂上近く1400mでは、チングルマやイワカガミなどの高山植物もみ出会うことができた。
352	個人山行	ハイキング		上越	白砂山	7/4	7/5	7/4相原＝高尾山IC＝渋川伊保保IC＝道の駅あずま峠（仮泊）7/5野反湖P6:40…地蔵山…岩堂山…9:50白砂山10:10…岩堂山…13:00野反湖P＝相原	雨雲の隙間をついての登山。時折雲が流れ、周りの山を望むことができた。白砂山山頂から三坂峠方面の登山道は笹が刈れられていた。野反湖駐車場は車中泊など禁止。登山口で群馬県境稜線トレイルマップなどの配布を行っていた。湖畔にはノゾリキスゲが咲いていた。
353	個人山行	沢登り		奥秩父	丹波川徒渉訓練	7/4	7/5	4日 木下ファミリーキャンプ場14時集合14:30薪割体験…15:00徒渉訓練事前訓練16:00…ヨガ教室16:30…キャンプ場焚火 5日 キャンプ場6:45＝7:10三条新橋7:40…7:50徒渉訓練11:30＝のめこいの湯＝解散13:30	徒渉訓練は沢屋にとって必須の技術。水の力と自分の限界を体験する絶好の機会。それは登山道でも同じで「増水した沢が、水が引くまでの数時間待ちをゼロにすることが、命を賭けるに値するか」を冷静に判断できる経験はこの訓練で毎年積み重ねて行くことが重要です。前年経験したことない大雨が日常茶飯事となりつつあるなか、自信の水に対する限界を知ることが山ヤの共通条件ではないでしょうか。今回緊張が連続する激流下の訓練でしたが貴重な経験を積めた有意義な一日でもありました。
354	個人山行	ハイキング		中央沿線	カキノキピラノ頭	7/5	7/5	町田＝大月IC＝椎子峠P7:50…中尾根ノ頭8:55…カキノキピラノ頭10:00…大洞山10:25…10:55カキノキピラノ頭11:20…中尾根ノ頭12:20…13:00椎子峠P＝町田	静かな山歩きを、楽しめました。
355	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	景信山	7/5	7/5	藤野＝和田BS8:30…陣馬山10:00…明王峠10:35…11:50景信山12:10…城山13:10…14:00高尾山14:20…15:35高尾山口	前日の雨で、陣馬山から城山までは泥濘の連続。登山者数は多かった。多少雨が降ったが途中で止み、晴れ間もあった。高尾山駅では人は疎らで、いつもの賑わいは無かった。
356	個人山行	ハイキング		奥多摩	棒ノ折山	7/5	7/5	御嶽8:20…惣岳山10:15…岩笠石山11:20…黒山13:15…権次入峠13:45…14:00棒ノ折山14:15…権次入峠14:25…岩笠石山14:45…16:15さわらびの湯BS	一日を通して曇り空ではあったが、気温が高くなく、思いのほか涼しく歩けた。棒ノ折山頂には数組のグループがいるだけで、この時期のこの山にしては、恐らく人出は少ないのだろうと思われた。前日の雨で登山道は滑りやすく、辺り一面の木の根っこを避けるために、小さな靴行を繰り返して下山した。
357	個人山行	ハイキング		道志	二十六夜山	7/5	7/5	橋本＝梁川6:40…寺下峠…下尾崎…二十六夜山10:30…浜沢11:40＝禾生＝橋本	適度に道も荒れ、不明瞭で、一人で静かに歩くにはよいところでした。それにしても、引きこもりのせいで身体が重たい。
358	個人山行	ハイキング		丹沢	小山田緑地	7/10	7/10	町田バスセンター＝大泉寺BS7:15…大泉寺…つり橋…梅木大降分園…アサザ池…トンボ池…東京国際GC…小田急唐木田車庫前…正山寺…11:10鶴見川源流…11:35小山田BS＝町田	蟻牛と雨蛙に迎えられた小雨の中の歩きだった。改めて町田の緑の深さを感じた。
359	個人山行	ハイキング		北海道	北海道駒ヶ岳	7/10	7/10	函館＝JR大沼公園駅8:15…6合目駐車場10:35…馬の背11:40…6合目駐車場12:20…13:25大沼レイクGC13:50…14:05赤井川駅＝函館、函館空港より帰宅	火山活動は落ち着いているが規制(季節、時間、馬の背)であり。麓や登山途中からユニークな駒ヶ岳の山容や大沼を眺めることができた。
360	個人山行	ハイキング		上州	榛名富士	7/11	7/11	町田＝高尾＝榛名湖ビジターセンターP10:15…榛名富士11:25…11:35榛名富士山頂駅(昼食)12:05…12:05ビジターセンター…ゆうすげの道…P14:55＝レークサイドゆうすげ(入浴)＝高尾＝町田	ビジターセンターで雨具をつけ出発。途中雨足が強くなったが、曇もなく歩きやすかった。雨は上がったが、予定の相模山は新装し、ゆうすげの道の植物観察がゆっくりと楽しんだ。エウズゲ、キバナヤマオダマキ、シメツケ等が咲き始め、涼しい榛名山はこれからがお勧めです。榛名湖温泉は税込み520円。
361	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	7/11	7/11	京王線高尾山口9:20…(6号路)…11:00高尾山…12:10城山…14:10高尾山口	高尾山口駅・高尾山頂上は多くの老若男女の登山者とトレランの走者で大混雑。登山道はすれ違わず、追い越していくトレランの大多数で手頃な観光地?
362	個人山行	沢登り		奥多摩	盆堀川伝名沢三郎の岩道往還行～千ヶ沢石津窪下降	7/11	7/11	11日 盆堀川伝名沢出合いゲートP7:40…伝名沢入渓8:15…三郎の岩道往還…10:00大滝11:45…左岸グミ根根下山12:55…P13:55	25m大滝は3ピッチで抜けた。下段はぬめって細いホールドを拾いながら中段は激シャワーを浴びながら上部は灌木帯の中ずべりやすい山肌のトラバースでした。グミ根根に向かう途中音が鳴りだし雨も降ってきたため石津窪の下降は止め根下山とした。
363	個人山行	岩登り		丹沢	モロコボ沢	7/11	7/11	11日 JR町田駅6:40＝ 西丹沢ビジターセンター8:30…白石沢キャンプ場…山彦橋…モロコボ沢…11:30水水晶出合11:40…11:55越場ノ沢出合…12:40善六のタワ13:00…西沢…13:30下欄出合13:45…14:15ビジターセンター＝JR町田駅	週後半までの雨続きのため水量が多く、あきらかにランクが上がっている。水流を巻くというほとんどもなく、河原を進み行けなくなると渡渉するというパターンであった。30m大滝は高巻いたが土が緩んでいて慎重に登る。上がりすぎたか? 20mぎりぎりを使って懸垂下降した。水はそれなりに勢いがあり気を付けないと足をすくわそうなる所もあった。もういいかな・・・で、越場ノ沢から善六のタワに上がった。帰りの西沢も水量が多く倒木群もあり荒れていた。何度か渡渉。沢靴のまま下山で正解だった。
364	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	7/12	7/12	渋沢6:48…大倉7:15…11:00塔ヶ岳11:15…13:55大倉＝渋沢	
365	個人山行	ハイキング		奥多摩	奈良倉山	7/12	7/12	町田＝八王子＝上野原＝鶴峠9:20…奈良倉山10:00…11:35松姫峠12:00…鶴寝山12:25…フタバ…橋ノ巨樹…ワサビ畑…14:25小湯の湯15:22＝上野原＝八王子＝町田	奈良倉山展望台では富士山の全景を見ることができ、橋ノ巨樹にコロナの免疫力をもらい静かな山行でした。
366	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山	7/12	7/12	相原駅＝八王子＝高尾＝壺園入り口7:00…城山城址…城山…杉沢の頭…12:00坐所山12:35…陣馬山14:00…14:45和尾＝藤野	雨上がりの低山帯はこの時期かなり蒸し暑く、熱中症にならない様注意しながら歩いた。歩いているときも、うちわを離せなかった。八王子城址が整備され登山口の様子が様変わりしていた。北高尾山は登山者より、トレランの人が多い。
367	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	7/12	7/12	京王高尾山口7:10…(稲荷山コース)…9:00高尾山…(4号路)…(2号路)…(1号路)…(金毘羅山コース)…11:00駒木野庭園＝高尾＝町田	お日さまが顔を出すと、今、季節は夏だと改めて感じる。休日、10時ごろの1号路は「密」状態。その他のルートは時間が早いせいか混んではいない。
368	個人山行	ハイキング		南アルプス前衛	櫛形山	7/12	7/12	長後駅＝南アルプスIC＝丸山林道＝氷室神社(ゲート閉鎖の為、櫛形山は中止)＝御座沢林道＝13:00甘利山駐車場…13:40甘利山…14:30駐車場＝18:30長後駅解散	前日の大雨で、櫛形山への林道は氷室神社先通行止めとなる。甘利山は山頂付近まで車で行くことが出来てしまう。山頂からの眺望は素晴らしいが、名物のレンジツツジの時期から外れていた為、人も疎らだった。尚、途中の林道も通行止めがあったが、う回路を利用出来た。

No	山行区分	山行形態	タイトル	山 城	山 名	出発	帰着	コースタイム	感 想
369	個人山行	ハイキング		丹沢	表尾根	7/12	7/12	秦野=ヤビツ峠7:44→10:10三ノ塔→12:05塔ノ岳→15:50大倉=渋沢	臨時のバスが出ることもなく、乗車率は6割程度か？1年ぶりの表尾根は、暑さもあってきつかった。堀山から雨となるもそれでも楽しい私は「あほ」なのか？
370	個人山行	ハイキング		北海道	雌阿寒岳・斜里岳	7/15	7/19	7/16和琴湖畔キャンプ場=雌阿寒岳温泉登山口7:00→雌阿寒岳9:15→オノンテ一登山口11:10→雌阿寒岳温泉登山口12:05=15:30和琴湖畔キャンプ場(宿泊)7/17和琴湖畔キャンプ場=清岳荘P6:30→下二保…能見峠→上二保…斜里岳10:50→上二保…下二保…清岳荘P14:20=16:00和琴湖畔キャンプ場(宿泊)	双方の山共、他県からの登山者が多かった。標高1500m程度の山なれど、本州と違い暑さが無く快適な山行ができた。
371	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	7/16	7/16	自宅=ヤビツ峠8:25→大山頂上9:50→見晴台11:10→12:00下社12:40→表参道25丁目→ヤビツ峠15:20=自宅	イタツミ尾根では他の登山者にはほとんど会うことなかったが表参道で偶然知り合いに出会い、下社まで同行。またヤビツ峠では丹沢ホームのNさんに出会い、東丹沢の最近の状況についてお聞きできた。その他はニホンシカ1頭、ヤマビル1匹にも出会ってしまい手首に血の目を見た。標高1000m付近は濃霧に包まれていたが上は薄日が差していました。
372	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	車山・霧ヶ峰高原	7/16	7/16	橋本=(中央高速)=09:20強清水…霧峰塔 往復=10:30八島温泉→八島温泉周回=12:20車山頂→13:10車山山頂→15:00車山頂(白樺湖)=16:00たてな自由農園原林=八ヶ岳温泉もみの湯=(中央高速)=橋本	・天気に恵まれ爽やかな風が吹かれて、高原と湿原歩き、心も体もフレッシュでした。・ニコノキスゲの群生や多くの花を見て、帰路に土産買物、温泉入浴等、充実・満足でした。
373	個人山行	沢登り		尾瀬	センノ沢～柳沢下降	7/17	7/18	17日 梅ヶ丘駅20:45=道の駅白沢23:30 18日 道の駅6:20=大清水P7:15(タクシー)一ノ瀬7:40→センノ沢8:20→センノ沢沢田代10:55→白尾山11:50→柳沢左保右沢下降12:10→林道16:00→大清水16:45	7月4連休に予定する秋田の沢の遡下降備え、尾瀬のセンノ沢田代と白尾山の当面を水源とする沢下降を取り入れたコースへ。滝とナメが豊かなセンノ沢は2時間半ほどで後継のセンノ沢田代へ。標高2003mの白尾山では霧が障り湿原と高原の花に癒される。柳沢に降りた美人の森と大滝で形成される滝、山頂の西側から標高差250mほど急傾斜の蜜蝋漕ぎで下ると10mと30mの大滝が現れ気が引き締まりました。ニコノキスゲ満開の尾瀬境界線は梅雨とコロナ禍で訪れる人も少なく静かな様子でした。
374	個人山行	ハイキング		奥多摩	大岳山・御岳山	7/18	7/18	町田=八王子=立川=武蔵五日市駅=白倉BS8:20→白倉分岐10:25→大岳山11:25→駒形山分岐12:30→奥の院13:00→鷹取山13:30→御岳山13:45→14:15ケーブルみたけ山駅=ケーブル山駅・滝本BS=御嶽駅	前日の雨を考慮し、足運びにやさしいルートとして、白倉BSからの尾根を登り、大岳山から御岳山へのルートもロックガーデン経由ではなく、奥の院を通るコースに変更。1時間ばかり雨に降られたが、それ以外は雨具も必要なく、静かな山歩きができた。
375	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	硫黄岳	7/18	7/18	長津田=桜平ゲート9:10→10:30オーレン小屋→12:00硫黄岳12:30→13:00峰の松目コル→13:30赤岩の頭分岐→13:40オーレン小屋→14:50松平ゲート	久しぶりの青空の下での山歩きでした。・硫黄岳の頂上からは権現岳から蓼科山まで八ヶ岳の全貌が見ることができ、心身ともに充電できました。連日の長雨で登山道は荒れているだろうと思っていたのですが全く問題なかったです。
376	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	蓼科山	7/19	7/19	相模原=高尾山IC=諏訪南IC=女神茶屋蓼科山登山口P6:50→蓼科山9:40→登山口P11:40=相原	雨上がりの登山道下部は泥濘箇所が見られたが、天気は徐々に回復した。急登をひと登りして到着した山頂は広いので、密になることなく登山者が、周辺の山々を眺めながらくつろいでいた。
377	個人山行	ハイキング		丹沢	表尾根	7/19	7/19	大倉8:40→11:03塔ノ岳→14:04三ノ塔→15:40ヤビツ峠=秦野駅	初めて大倉からヤビツ峠まで歩いた。見える景色も歩く行程も新鮮だった。
378	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	鷹取山	7/20	7/20	町田=藤野駅7:45→藤野神社→岩戸山9:00→小淵山9:40→鷹取山11:10→小淵山→12:50岩戸山13:20→13:45藤野	ミンミンゼミの初鳴きを聞く。タマゴダケや色とりどりのキノコたちがご挨拶してくれるキノコ街道だった。所要所にベンチがあり、ランチやお茶タイムを楽しんだ。
379	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	天狗岳・硫黄岳	7/21	7/22	7/21桜平下駐車場6:00→夏沢鉱泉6:50→オーレン小屋8:10→箕冠山11:00→東天狗12:00→西天狗12:30→オーレン小屋14:00テンプル 7/22オーレン小屋9:30→夏沢鉱泉10:00→桜平下駐車場10:30=上大岡	連休前の為オーレン小屋のテントは5張くらい、小屋泊まりは8人との事でした。天気はまあまあ。天狗岳からは360°景色も見られて良い山行でしたが、早めの夕食後は雷、土砂降り、朝方まで時々雨が降り、やっと朝には青空もあり山行日和になったが、帰りの事も考え、硫黄岳には行かず、そのままテント撤収し下山した。
380	個人山行	ハイキング		東北	白神岳・烏帽子岳・姫神山	7/22	7/25	7/22愛甲石田駅6:30=厚木西IC=東北道=秋田道自動車能代南IC=R101=17:00道の駅「はちもり」(泊)7/23道の駅=登山口6:00→二股分岐→マテ山分岐8:45→マテ山コース→大峰分岐10:35→10:50白神岳(1232m)11:30→(往路を戻す)→15:30登山口=R105道の駅「あに」泊 7/24R105道の駅6:30=R341=乳頭温泉郷駐車場7:30→雄梅温泉登山口(蟹場コース)→田代平→田代平山荘10:40→11:20烏帽子山(乳頭山)1478m12:00→孫ヶ温泉14:20→駐車場14:40=大釜温泉(立ち寄り)=道の駅「にしね」7/25道の駅5:50=一本杉キャンプ場登山口6:20→8合目7:20→姫神山(1124m)8:10→(往路を戻す)→登山口9:45=ふけの湯(立ち寄り)=東北自動車道=厚木西IC=愛甲石田駅	・白神岳登山口駐車場には関西・首都圏ナンバーの車ばかりが駐車していた。時折小雨とガスの中、ブナの原生林を堪能し大峰分岐より先で一気に見える高山植物の群生に度々足をとめた。・乳頭山(蟹場コース)は現地観光協会のお勧めコースで田代平の湿原が池糖とキヌゲ・ミツガシワ・ワタゲ・キノコ・シオガタ等が素晴らしい。しかしそこまでの登山道、下山道は崩壊著しい悪路の連続だった。・姫神山は円錐形の美しい山で登山道がよく整備されていて一気には階段で高度を稼いで登頂できる。頂上直下の巨岩のトラスコースは緊張するが24サンチドリ・ミネウスユキソウ等々鑑賞された。
381	個人山行	ハイキング		南アルプス	甲斐駒ヶ岳	7/22	7/23	7/22古淵=高坂=尾白川溪谷駐車場8:30→笹の平10:30→七丈小屋キャンプ指定地15:30(泊)7/23七丈小屋6:00→11:30尾白川溪谷駐車場=高坂=古淵	22日夕から降雨が始まり山頂では強風を伴いながら雨が24日まで続くとの予報で、23日下山しました。久々の黒戸尾根でしたが4合目以上に連続するハンゴ、ロープの箇所もよく整備されていて安心して通行できました。
382	個人山行	ハイキング		上越	荒沢岳	7/23	7/24	7/23相原=高尾山IC=小出IC=道の駅ゆのたに深雪の里(仮眠)7/24道の駅=荒沢岳登山口P4:30→前山5:20→前山7:30→9:15荒沢岳9:50→前山11:00→前山12:57→登山口P13:30=相原	梅雨明け前、天気は午後から下り坂の予報のため早立ちし、雨が降り始める前に鎮湯と鉄はしごの連続する前山を通過する行程とした。荒沢岳は前山だけでなく、後継に上がったからも気が抜けない。
383	個人山行	沢登り		東北	赤湯又沢～虎毛沢	7/23	7/25	23日 古川駅8:30=10:30湯ノ又温泉峠P(車一台を虎毛山登山口にデポ)11:45=湯ノ又沢右俣→co1135m付近登山道→赤湯又沢左俣下降14:50→co750m赤湯又沢右俣16:30→co850m温泉噴出陣場17:30 24日:テンプル7:40→赤湯又沢下降→虎毛沢選り11:10→co705m付近泊15:15 25日:テンプル5:20→co735m右俣5:45→co1200m登山道10:30→虎毛山登山口13:00(車回収)14:00=秋ノ宮温泉入浴=古川駅17:30	虎毛は秋田と宮城の県境にある山深い大きな原生林の山塊。高松山を水源とする赤湯又沢は要所で温泉が湧き出し、テンプルで露天風呂を作りビールを飲みながら陣の付き合いを楽しむ。虎毛沢は亀甲根絶が特徴的な大滝でイワツの宝庫。3日目は予報通り大雨となり出発を早め右俣へ。後継まで標高差500mは大小の滝がこれでもかと連続する緊張感全開の行程となる。最後は蜜蝋漕ぎで山道へ。天候悪化で虎毛山頂をパスし下山となるも平均年齢49歳のパーティーは気力体力全開で進行温泉山食焚火が楽しめた。
384	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	登り尾	7/24	7/24	町田マツキヨ前 = 東名沼津IC = 二階滝駐車場8:50→寒天橋9:15→八丁池分岐10:05→新山峠10:30→11:15登り尾11:50→新山峠12:30→お札杉13:30→14:00駐車場=町田	あまり人が入っていない山で、静かな山歩きが出来ました。
385	個人山行	ハイキング		富士・御坂	三ツ峠	7/24	7/24	町田BC=河口湖駅=三ツ峠登山口09:35→11:25三ツ峠山荘→11:45 開運山 12:25→八十八大あ 13:25→13:45馬返し13:55→いこいの森 15:05→15:30 三ツ峠グリーンセンター=三ツ峠駅	三ツ峠山頂では、梅雨空の雲ながらも富士山を眺めることができました。山行中は下山の舗装道まで降雨とならず、安全に行動することができました。登山道ですが、三ツ峠までの下山時にガレ場が1か所あるだけでした。連磨石から三ツ峠の間にある「三ツ峠グリーンセンター」では、入浴、ビールとおつまみ、駅までタクシー送迎の「登山パック」(1650円)が便利でした。
386	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	金時山	7/24	7/24	橋本=御殿場=乙女峠8:35→金時山10:30→明神ヶ岳15:00→宮城野橋17:00→小田原=橋本	折角予約した黒百合ヒュッテをあきらめて、雨の間に近隣の末踏300名所に、15kg(+3kg果菜もりでの増加分)を担いで行ってきました。金時茶屋の金時娘も健在、荷揚げ用リフトで登られているそうです。
387	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	7/26	7/26	渋沢=大倉8:15→花立山荘11:00→12:50大倉=渋沢	長い雨続きの影響でいつもの年よりヒルが大量に発生かしているようです。我々2人はじめ多くの登山者が被害を受けた。大倉のお店の方曰く、塩やヒルファクターより【飽和食塩水】が効果あるとのこと。ヒルがでる丹沢山系に入るときは簡単に作れる飽和食塩水の持参をお勧めします。

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
388	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	北横岳	7/26	7/26	橋本=中央道=諏訪IC=北八ヶ岳ロープウェイ駐車場9:30→アケイ駅→ロープウェイ山頂駅10:00→坪庭→北横岳ヒュッテ→横岳11:20→七つ池11:50→12:00北横岳ヒュッテ12:30→アケイ駅=蓼科温泉=諏訪IC=中央道=橋本	出る時は雨足が強かく心配しましたが、着いたら青空もみえて、気持ち良く歩きました。シャクナゲ、ゴゼンタチバナ、が咲き誇り七つ池はコケ、しらびそなどがとてもきれいで北八ヶ岳らしさを感じました。
389	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	7/27	7/27	高尾山口7:35…(着稲荷山コース)…9:30高尾山山頂10:00…金毘羅神社…12:00高尾山口	雨模様のため人出が少なく山頂では5~6人しかいませんでした。雨具を着るほどでもなく中止しなくて良かったです。
390	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	古希山	7/28	7/28	相模大野=新東名沼津長泉IC=土肥駐車場(太平洋展望台)9:00→伽藍山9:15→古希山9:45→土肥駐車場10:40=11:15道の駅月ヶ瀬(昼食)12:00=船原温泉(入浴)13:40=市民の森キャンプ場15:20=高尾=相模大野	古希山で古希のお祝いをした後、達磨山に向かう途中、霧で視界が悪く何も見えない状況のため山行を中止。道の駅月ヶ瀬と日帰り温泉に立ち寄り後、沼津市の市民の森キャンプ場を見学。夏は毎日、春秋は土曜日のみ宿泊でき無料だが通信は圏外で場所も不便。
391	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	7/28	7/28	大倉8:40→12:30塔ノ岳13:00→15:50大倉	8月の縦走の為の練習です。花立より上はガスの為視界20m程度でした。登山口でソロ登山の方と話しながらゆっくり登りました。
392	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	7/30	7/30	高尾8:12=蛇滝口→蛇滝→蛇滝口=11:00高尾駅	霧雨に煙る高尾の森やヤマアジサイの真ん丸な蕾を愛で、蛇滝周辺で群生するイワタバコを間近で観察した。いつもこの位の人出だったらどんなに良いだろう！
393	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高柄山	7/30	7/30	町田=八王子=四方津駅9:00→9:46川合峠→11:27大丸→12:18大地峠→13:00矢平山→13:50寺下峠→15:15登山口→16:00梁川駅	小雨の中をスタートしました。大丸峠の手前で、「崩落、う回路」の看板が出ていたので指示通り歩きましたが、林道に出る手前で崩落があり林道に降りられず、コース変更しました。新大地峠、矢平山、寺下峠、梁川駅へと降りてきました。道標が少なく、下調べをしてないコースだったので不安少々、ワイルドな山行になりました。
394	個人山行	ハイキング		中央沿線	高畑山~倉岳山	7/31	7/31	町田=八王子=鳥沢7:30→小篠貯水池→穴路峠分岐→仙人小屋跡→10:30高畑山→穴路峠→12:00倉岳山→立野峠→14:50梁川=八王子=町田	霧に濡れた緑が夏の濃さだった。何度かわたり返した沢は水量が多かった。倉岳山直下の水場はいつの大雨の影響だろうか崩れていた。