

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
393	個人山行	ハイキング		南アルプス	木曾駒ヶ岳～空木岳	7/28	7/30	7/28鶴川＝新宿＝駒ヶ根、しらび平駅＝(ロープウェイ)＝千畳敷 12:30 …13:25浄土乗越 …宝剣山荘…13:50中岳山頂 …14:15 宝剣山荘(泊) 7/29宝剣山荘 4:30 … 5:00 宝剣山 …宝剣山荘…千畳敷…7:00極楽平 …8:10濁沢大峰…10:00 檜尾岳10:20… 熊沢岳 …0 東川岳13:45…14:10 木曾殿山荘(泊) 7/30木曾殿山荘4:30 …6:30空木岳 …駒石 … 8:00 小地獄 … 大地獄 …マゼカギ …11:00 瀧山小屋 … 12:30 駒ヶ根スキー場＝駒ヶ根高原＝新宿＝鶴川	台風一過を狙ったが、不安定な天気が続き、初日、28日の木曾駒ヶ岳登頂は雷雨のため撤退。2日目の29日は早朝から強雨のため宝剣山登頂はビストンとして、一端、千畳敷まで下り、極楽平経由で縦走を継続。平日で雨天、視界不良のためすれ違いの登山者はゼロ。縦走路のハイマツ帯は結構伸び放題。3日目の30日は早朝から快晴。空木岳、南駒ヶ岳の中央アルプスの山々、北アルプス、南アルプスの素晴らしい展望を楽しんだ。人気の縦走路のため、指導標はしっかりしているが、見落としやすいよう注意が必要。
394	個人山行	ハイキング		北アルプス	大日岳	8/1	8/5	8/1新宿バスターミナル 8/2富山…電鉄富山＝富山地方鉄道立山線＝立山駅＝8:45 5種名の滝…展望台…登山口10:00…14:30大日平山荘(泊) 8/3山荘7:00…12:00大日小屋(泊)…13:30大日岳(往復) 8/4小屋6:00…奥大日岳…14:00雷鳥荘(泊) 8/5雷鳥荘8:00…室堂＝立山ロープウェイ＝扇沢＝大町＝湯京	奥大日岳の縦走路は、正面には鍋岳、右を向けば薬師岳、赤牛・水嶮と、山屋同定が忙しくて足取りは軽やかだがなかなか進まない。
395	個人山行	ハイキング		北アルプス	燕岳、常念岳、蝶ヶ岳	8/1	8/4	8/1松本＝穂高＝(タクシー)＝中房温泉9:00…合戦小屋…15:00燕山荘 8/2燕山荘5:00…9:30大天井岳…東大天井岳…14:00常念小屋泊 8/3常念小屋6:00…8:40常念岳9:15…蝶ヶ岳13:35…16:30蝶ヶ岳ヒュッテ泊 8/4蝶ヶ岳ヒュッテ6:30…蝶ヶ岳6:50…11:30三股＝(タクシー)＝はりでーゆ四季の郷(入浴)＝豊科＝松本＝町田	燕岳は雷のため山頂を踏むことは諦めましたが、その後の3日間は安定した晴れに恵まれました。コマカサの群生・雷鳥の家族・楳穂高連峰の素晴らしい景色に大満足。常念小屋前の斜面には熊、翌日常念岳を越えて行く時も「熊が下りていくぞ～」の声で、食事もそこそこに先に進みました。蝶ヶ岳から三股への下山道は階段・木道が整備された歩き易い道でした。
396	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	景信山～高尾山	8/2	8/2	町田＝高尾＝小仏7:35…8:55景信山…10:00城山…11:10高尾山…稲荷山…12:30高尾山口＝町田	
397	個人山行	ハイキング		後立山	唐松岳・五竜岳	8/2	8/4	8/2橋本＝中央道＝松本＝白馬・八方ゴンドラ＝八方尾根…13:00八方山荘 …八方池ヒストル 泊 8/3八方池山荘5:30…唐松岳10:00…大黒岳…白岳…五竜山荘14:30泊 8/4五竜山荘5:45…4:55竜山頂7:00…大遠見山…小遠見山14:00…地蔵の頭…アルプス平駅ゴンドラ15:30…神代＝白馬＝松本＝町田	天気に恵まれて素晴らしい景色を楽しむことができました。唐松岳はとてども難やかでした縦走路に入る人はほとんどなし。最初岩場は長々緊張しました。五竜岳から高山植物が咲き乱れ、花に励まされ楽しく歩けることができました。
398	個人山行	ハイキング		北アルプス	水晶岳、鷲羽岳	8/2	8/5	8/1新宿都庁大駐車場 8/2折立7:20…11:50太郎平小屋12:10…15:10栗駒沢小屋 8/3栗駒沢小屋5:20…薬ノ平…祖父岳11:45…フリモ岳北分岐…13:40水晶小屋14:00…14:30水晶岳14:50…15:20水晶小屋 8/4水晶小屋5:45…フリモ北分岐…7:40鷲羽岳8:00…三俣山荘…三俣連華岳10:50…14:00双六小屋 8/5双六小屋5:00…縄平7:15…小池新道…10:30新穂高温泉＝松本＝八王子解散	コロナ禍での初めての小屋泊でした。水晶小屋は今までは大変混んでいると有名でしたが、予約制のため一人1枚のお布団で大変快適でした。各山頂ではゆっくりと景色を眺め、登山道では高山植物を眺めど、満足な山行でした。
399	個人山行	ハイキング		北アルプス	白馬岳	8/2	8/5	8/2橋本＝相模原IC＝安曇野IC＝榑池高原駅P＝(ゴンドラリフト・ロープウェイ)…16:40榑池山荘泊 8/3山荘8:10…自然園登山口8:15…天狗原:45…12:15白馬大池山荘泊 8/4山荘6:10…小蓬山8:45…三國境…11:00白馬岳11:30…11:50白馬山荘泊 8/5山荘6:15…白馬岳6:35…三國境…小蓬山8:10…白馬大池9:40…天狗原…榑池平12:35＝(ゴンドラリフト・ロープウェイ)＝榑池高原駅駐車場	・天気に恵まれたが、3日は小屋に着く頃からガスがかかって周りが見えなくなりました。・チングルマ、コイワカガミ、コマカサなどたくさん高山植物が咲いていて、カメラ(スマホ)での植物採集を楽しんだ。雷鳥の親子にも出会えた。
400	個人山行	岩登り		奥秩父	小川山	8/3	8/3	8/4 8:30金峰山荘前集合…終日クライミング…題目平(帯) 8/5 題目平(帯)…終日クライミング…15:00金峰山荘前解散	青空に屹立する「高い窓」10b(スラブ状岩壁)を登攀してみれば、気分はレイモンド・チャンドラー「高い窓」(村上春樹訳)のフィリップ・マローウ。
401	個人山行	ハイキング		大菩薩	大菩薩	8/3	8/3	愛甲石田＝圏央道＝中央高速勝沼IC＝上日川峠9:00…福ちゃん荘…雷岩11:10…介山荘13:00…福ちゃん荘…上日川峠15:00＝愛甲石田	大菩薩は雨具などを1枚重ねるほどの涼しさ。唐松根から介山荘までの斜面はオレンジのコウリクの花・花・花…。思いがけない出合いに感激。街道はブドウと桃の最盛期。ロッジ長兵衛で大きな桃をばうばう、掃り道一盛500円(大玉4～5個)の桃を買って満足の山行でした。
402	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	8/4	8/4	薬野＝ヤビツ峠9:15…二ノ塔…10:40三ノ塔…13:20塔ノ岳…15:40大倉＝沢沢	曇り中のトレーニング山行。軽の洗礼を受けました。前回は対策をしたのに今回は怠りました！
403	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	草戸山	8/4	8/4	成瀬＝高尾山口駅7:05…四辻…(東高尾山麓)…9:05草戸山(市境尾根)…(法政大ジョギング5コース)…12:05円林寺BS＝町田	熱中症超警戒モードのなか頻りに給水するも体から水分がどんどん蒸発していく感じでいつもより疲労感強い。ちなみに本の甲州市勝沼の気温は39.7℃。市境尾根の大沢池周りの道標やベンチが新しくなっていた。
404	個人山行	ハイキング		富士・御坂	富士山	8/4	8/5	8/4自宅＝富士宮口5合目14:00…9合目万年雪山荘(泊) 8/5山荘4:30…二束光…頂上…お鉢巡り…8:30御殿場ルート(プリンスルート)…馬の背…宝永火口…13:30富士宮口5合目＝自宅	富士山5合目～6合目は高山植物の最盛期。オンタデ、イタドリ、ミヤマオトヨミギ、フジハタゴサ、イワシロツグササ等の他、キオン、ヒメシヤジン、コオニユリ、ヤマホタルブクロも咲き競いアサギマダラが飛来している。
405	個人山行	ハイキング		丹沢	三ノ塔	8/5	8/5	薬野＝ヤビツ峠9:20…11:00三ノ塔…牛首…13:30大倉＝沢沢	今週末に台風の影響があるため、熱中アラートが出されたにもかかわらず、急遽計画を立ててしまった。案の定、暑さで足が重くいくら水分を取っても体に吸収されず縦走を諦めた。
406	個人山行	ハイキング		富士・御坂	富士山	8/5	8/5	町田＝新松田/松田＝御殿場BS＝須走五合目8:40…13:55須走頂上14:25…須走下山口14:30…16:40須走五合目＝御殿場町田	快晴、強い日差しの中、涼しい風に助けられた。登るにつれ隠れていた声ノ湖が見えてきた。眺望の変化を楽しめた。御殿場、五合目間のバスは往復とも10人ちょっと、各山小屋の休憩スペースも余裕があった。
407	個人山行	ハイキング		塩尻	鉢伏山	8/5	8/5	町田＝八王子＝甲府＝塩尻＝(レンタカー使用)＝10:00鉢伏山荘…11:00鉢伏山…前鉢伏山…鉢伏山13:00＝13:30高ボッチ第2P…高ボッチ山…高ボッチ第2P＝塩尻＝高尾＝八王子＝町田	高山の花々を観察しながら、360度の展望を楽しめました。鉢伏山の入山料は300円でした。第2駐車場を出る頃から雷鳴があり、塩尻駅まで車中でしたが、家路に見舞われました
408	個人山行	ハイキング		丹沢	鍋割山	8/5	8/5	県民の森駐車場9:10…二俣…10:20後沢乗越…12:20鍋割山12:50…二股…14:40P	出発が遅れたので、暑さを避け樹林帯を選んだ。今回の山行は鍋割山荘がなぜか遠く感じた。

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
409	個人山行	ハイキング		尾瀬	会津駒ヶ岳	8/6	8/7	8/6自宅＝道の駅尾瀬檜枝岐(車中泊) 8/7道の駅尾瀬檜枝岐＝滝沢登山口5:05→7:55会津駒ヶ岳8:10→8:45中門岳8:55→会津駒の小屋9:50→11:40滝沢登山口＝自宅	8日の天気は怪しいが、7日は登山者で賑っていた。時間に余裕があったので中門岳まで足を延ばす。景観は中門岳が良い。歩きやすく、危険箇所は無いコースです。
410	個人山行	ハイキング		尾瀬	会津駒ヶ岳、平ヶ岳	8/6	8/8	8/6自宅＝檜枝岐キャンプ場(泊) 8/7鷹巣登山口4:20→下台倉山→台倉山→池ノ岳9:45→平ヶ岳10:30→王子石11:20→台倉山→下台倉山→15:30登山口＝檜枝岐キャンプ場(泊) 8/8檜枝岐キャンプ場＝滝沢登山口4:50→水場→駒の小屋7:45→8:05会津駒ヶ岳8:20→駒の小屋→水場→10:20登山口＝那須塩原＝長津田	平ヶ岳は、途中まではなぜこの山が百名山なのか、深田久弥に問い質したと思ったが、山頂についてその景色を見て大いに納得。山頂の瀬原と周囲に展開するパノラマは一見の価値ありと実感。反対に、会津駒ヶ岳は終始ガスの中の登山になり、期待していた山頂の絶景も見られず、中門岳は諦めて下山。また天候の良い時に登ることにしよう。
411	個人山行	沢登り		日光・那須	鶴沼川二岐川 左俣、阿武隈川白木沢左俣	8/8	8/10	8/8 町田19:30＝道の駅羽鳥湖高原23:00 8/9 道の駅羽鳥湖高原5:30＝大白森山登山口6:00→入沢地点6:45→二俣(1,030m)7:45→奥の二岐(1,140m)8:30→登山道10:15→小白森山11:15→大白森山登山口12:35→天栄村壱ヶ森ふるさとの森キャンプ場泊 8/10 キャンプ場5:30＝甲子温泉6:30→二俣7:00→甲子峠10:00→甲子温泉12:00	絶好の沢日和、東北の沢を二つとも楽しく完登した。釣果はイワナ5匹。甲子温泉(大黒屋旅館)は階段を100段下り、立ったまま入れる混浴温泉。まさに秘湯の趣。
412	個人山行	ハイキング		東北	島海山	8/8	8/8	島海温泉＝(レンタカー)＝鉢立P5:38→御浜神社7:55→七五三掛8:45→11:50島海山12:03→御浜神社15:55→17:25鉢立P＝酒田駅	島海山は変化に富み、雄大な自然に触れることができる素晴らしい山でした。
413	個人山行	ハイキング		奥多摩	高尾城山	8/9	8/9	高尾山口7:45→9:10草戸山→11:00コンピラ山11:20→大垂水峠→12:45城山→14:00小仏バス停＝高尾	雨が降り出したため高尾山口駅を15分遅れて出発。休日のわりに他のパーティー、トレイルランの方も少なかったです。
414	個人山行	ハイキング		富士・御坂	三つ峠	8/10	8/10	自宅＝三つ峠グリーンセンター＝いこいの森P→8:00達磨ゲート→大曲り→10:00八十八大師→屏風岩→11:00→11:30開運山→往路を戻る→13:20いこいの森P＝温泉＝自宅	友人が体調不良で不参加となり、久々に一人ゆっくり三つ峠をハイキングした。当日登山者は少なかった。下界の暑さは裏腹に、屏風岩手前までの山中はともよかったです。
415	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	白駒池	8/10	8/10	自宅＝中央高速＝諏訪IC＝白駒池入口P9:10→池分岐→10:10高見石小屋＝高見石→11:30白駒池12:00→青苔荘→12:45P＝諏訪IC＝中央高速＝自宅	天候には好まれなく小雨模様。かなり寒く気温14℃位で雨具を着て丁度よかったです。
416	個人山行	ハイキング		富士・御坂	富士山	8/10	8/11	8/10自宅＝富士宮口5合目13:30→9合目万葉雪山荘18:15(泊) 8/11山荘4:00→中央光→頂上→剣が峰→お鉢巡り→9:00御殿場ルート→大砂走→馬の背→宝永火口→14:00富士宮口5合目＝自宅	前日の暴風雨・荒天後の好天の2日間は夜更・ご来光・影富士も素晴らしい。お盆の職場夏休みと思われる入山者、特に東南アジア(インド・ベトナム・インドネシア等)の若者グループが多かった。無謀な弾丸登山のため登山道に眠り込み、小屋前にたむろしてゴミを放置する等のマナーの悪さは閉口する。
417	個人山行	沢登り		丹沢	道志川	8/11	8/11	8/11 自宅7:00＝9:00山伏トンネル9:30→10:00山伏キャンプ場10:00→道志川WW→12:00道志水源の森12:40→13:00道志トンネル＝自宅	猛暑日に、沢は初めての家内を連れ出して、沢歩きで涼んできました。
418	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	硫黄岳～赤岳	8/11	8/11	甲斐小泉＝0640美濃戸→赤岳麓0820→硫黄岳0930→1040横笛100→1205赤岳1240→行者小屋→1500美濃戸＝甲斐小泉	硫黄岳の下りはコマサが満開。樹林帯は涼しく後継も風が涼しく快適な山行だった。
419	個人山行	ハイキング		富士・御坂	王岳	8/11	8/11	長後＝9:00根場P →11:30→12:00鍵掛峠→鍵掛→13:30王岳→15:30西湖いこいの里根場＝温泉＝長後	根場から鍵掛峠はジグザグにつけられた登山道がとても歩きやすく、おススメコース。鍵掛から王岳の稜線には富士山の絶景ポイント有り。王岳から根場への登山道は一部滑りやすく要注意。
420	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	堂所山	8/11	8/11	高尾山頂は展望はないが、樹林の中、時より吹く涼しい風に癒された。キノコや、オミナエソの他秋の色合いの山野草がみられ、秋の山になっていた。そういえば、久しぶりに山時間で起床した時、大和でさえ、秋の虫の音が聞かれたが立秋も過ぎたコロナ禍、季節だけは裏切らず、めぐっているのだと実感した。メンバーの持参したOS1は、猛暑の山には有効だった。景信山→小仏BSの3ルート中、駐車場に出るルートは通行止めだった。	
421	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	8/12	8/12	成瀬＝高尾山口駅7:00→(6号路)→8:35高尾山→小仏城山→景信山→12:25小仏BS＝高尾＝成瀬	久しぶりに6号路を歩いたが頂上直下の階段が新しくなっていた。山頂の五輪マークはまだ残っていた。
422	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	草戸山	8/18	8/18	高尾山口7:25→草戸山9:20→西山峠→大垂水峠→城山14:10→小仏峠→15:25小仏BS＝高尾＝町田	天気予報に裏切られ、山行中は小雨、時折強い雨に見舞われました。少し長めの山行、自分たちの体調、体力を確認する山行となりました。
423	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	8/19	8/19	町田＝高尾山口8:00→6号路→9:20高尾山→稲荷山→11:30高尾登山口＝町田	
424	個人山行	ハイキング		上州	赤城山	8/20	8/20	自宅＝厚木西IC＝前橋IC＝赤城高原ビジターセンター＝鳥居峠P9:30→長七郎山→小沼東岸12:15→血の池→大沼南岸→覚満湖→14:30鳥居峠P＝自宅	赤城ビジターセンターの駐車場で偶然、ぐんま森林インストラクターの方にお会いして自然観察会と同じコースを赤城七峰の成り立ち、歴史、樹木、植物等を丁寧に案内して貰えた。年間を通じて殆ど干上がっているという血の池が今回は澄んだ美しい水を湛え、独特の雰囲気醸し出していた。
425	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	ニュー	8/20	8/20	相原＝高尾山IC＝長坂IC＝草草峠P8:10→丸山→高見石小屋9:25→中山→ニュー12:00→白駒荘→草草峠P13:35＝相原	高原で涼しくハイクできるコースとして選んだが、このところの大雨の影響もあり、一部の木道が敷設されている箇所以外は、ドロドロの登山道となっている箇所が多く、露出した木の根を越えていくのにも気を使った。
426	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	影信山	8/20	8/20	成瀬＝高尾山口6:50→(6号路)→高尾山→小仏城山→11:05景信山→明王峠→陣馬山→和田分岐→15:30和田BS＝藤野＝成瀬	高尾山頂の五輪マークはバラマークに代わっていた。今シーズン初めてアザミの花を見た。

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
427	ハイキング 企画部山行	ハイキング	②スケッチ ハイク	奥多摩	御岳山	8/20	8/20	町田＝八王子＝立川＝御嶽駅＝(バス)＝滝本＝ケーブル山頂駅…9:10レンゲショウマ10:00…御岳神社…12:00 ロックガーデン13:00…峻広の滝…長尾平…ケーブル山頂駅15:00＝御嶽駅＝町田	レンゲショウマはもうしばらく見られそうです。ロックガーデンは涼しくて、この時期にはイイコースと思われま。玉川ホトトギスは登山道は終わってましたが沢沿いには見事でした。イワタバコの群生もありましたのではなのじきに試してみたい。
428	個人山行	ハイキング		上信越	白砂山	8/20	8/21	8/20自宅＝道の駅ハツ場ふるさと館(車中泊) 8/21道の駅ハツ場ふるさと館＝野反湖P登山口6:30…地蔵山…堂岩山9:13…10:25白砂山10:50…黒沢の頭…八間山14:00…15:00野反湖P登山口＝自宅	天気が何時崩れるか、時間を暇ひやヒヤ登山でした。白砂山から八間山(堂岩山含む)は眺望良く、また登りたい山です。黒沢の頭に向う途中で道間違ひ、藪漕ぎを20m程してUターン。無事ルート上に復帰。
429	個人山行	沢登り		日光・那須	那珂川・中ノ沢	8/21	8/22	8/21 6:30新宿駅＝09:30沼原池駐車場(車デポ)…10:45沼原湿原分岐…11:10三斗小屋温泉跡…14:30三斗小屋温泉(泊) 8/22 8:00(宿)…8:20沼原湿原分岐…10:00牛ヶ首…11:20茶臼石…13:00牛ヶ首…14:20沼原分岐…16:40沼原池駐車場…(温泉入浴)＝20:30海老名駅解散	中ノ沢は水量多くは無かったが、雲行き怪しく入溪しなかった。午後から雷雨となり、一般道にも水が流れ出した。翌日は晴れ間も出て、夏山を満喫した。
430	個人山行	ハイキング		中央沿線	乾徳山	8/21	8/21	町田＝相模原愛川IC＝乾徳山登山口P8:00…月見岩…11:30乾徳山12:00…14:40登山口P＝町田	雨続きのせいで銀晶水、錦晶水の周辺は登山道が泥田状態で歩き難かった。山行の中止でストレスが溜まっていたが2000級の山の雰囲気は心地良かった。立ち寄った高原ヒュッテはとても綺麗な避難小屋だった。
431	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	影信山	8/21	8/21	成瀬＝町田＝八王子＝高尾＝(バス)＝7:26八王子城跡…富士見台…黒ドック…堂所山13:20…14:00景信山14:25…15:20小仏＝(バス)＝高尾＝八王子＝町田＝成瀬	土日には八王子城跡までバスが行きます。トランで人気のコースのようです。6組のグループ、単独の方とすれ違いましたがハイキングの方は少なかった。展望はないが静かな山歩きできるが、長いだけでアップダウンが連続し歩きこたえはある。堂所山からは一気にすれちかう人がふえた。
432	個人山行	ハイキング		湘南	三浦鷹取山	8/22	8/22	町田＝京急神武寺7:30…神武寺…9:00鷹取山…摩崖仏…11:10京急田浦＝町田	「岩にしみいる蟬のこえ」状態のハイキングコースだった。
433	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	8/22	8/22	渋沢＝大倉7:15…立花山荘…10:55塔ノ岳11:15…立花山荘…14:05大倉	山頂から表尾根はガスっていたため縦走を諦め、大倉尾根をピストンする事にした。塔山を過ぎた辺りで振り返ると青空が広がっており、ピストンを後悔した。最近、気力が足りない。
434	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	赤岳、横岳、硫黄岳	8/22	8/24	8/22橋本＝中央道＝美濃戸口9:40…美濃戸山荘…13:30赤岳鉱泉 8/23赤岳鉱泉8:10…行者小屋…文三郎尾根…11:20赤岳…13:00展望山荘 8/24展望山荘6:10…三叉峰…7:40横岳奥の院…硫黄岳山荘…9:30硫黄岳…11:30赤岳鉱泉…14:00美濃戸山荘	天候が不安定で雨や風の状況を見ながらの山行だった。2日目は朝から雨で、出発を2時間遅らせ阿弥陀岳をカットして赤岳に登った。途中でも雨にあたられたが、足元はそれほど影響なく歩けた。頂上山荘は閉まっていた登山者もちらほらで寂しい山頂だった。展望山荘で消灯時まで談話室から配電ない音のおしゃべりの音が響いた。若い経験はあるグループのようだったが、ついついと思われ。
435	個人山行	ハイキング		奥多摩	大岳山	8/22	8/22	鶴川＝町田＝奥多摩08:25…經山…大岳山13:47…15:30御嶽神社…16:00御岳山駅＝滝本駅＝御嶽駅＝町田＝鶴川	蒸し暑い中の銀尾根、ヘビー級でした。今年一番のキツイ山行となり、麓山への到着が30分遅れました。蒸し暑さに体力と水分を奪われて水分休憩を繰り返して、飲料水のストックを考慮して御岳ケーブルカールートへ変更しました。御岳山周辺ですが、外人さんが多い感じがありました。
436	個人山行	ハイキング		奥武蔵	宝登山、城峯山他	8/25	8/25	自宅＝宝登山神社8:40…9:20宝登山9:30…10:05宝登山神社＝西門平BS11:40…鐘掛城…城峯山13:35…14:30西門平BS＝秩父華厳の滝登山口14:45…大前山…札立峠…破風山16:10…水潜寺…16:55秩父華厳の滝登山口時＝自宅	3座にとりあえず足跡を残してきました。山中では誰にも出会うことのない静かな山行でしたが、湿度が高く大量の汗をかきました。城峯山と破風山は大変滑りやすい道で、下山時には注意がいる。
437	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	網笠山	8/25	8/25	町田＝小淵沢＝(タクシー)＝観音平9:00…11:40網笠山…12:00青年小屋12:20…14:10観音平＝(タクシー)＝小淵沢＝町田	観音平は肌寒く2.000m周辺ではトンボが飛び秋の気を感じた。山頂は防寒着を羽織らなければならぬ程の寒さだった。
438	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	草戸山	8/25	8/25	成瀬＝相原＝上大戸6:25…雨ヶ場…権現平…8:00草戸山…草戸峠…四辻…9:50高尾山口＝成瀬	カシノナガキタイムスの被害を受けて根元に木くずが溜まっている木が至る所で見られた。
439	個人山行	ハイキング		上州	榛名山	8/25	8/25	相模大野＝渋川伊香保IC＝松之沢ランドP9:15…ゆうすげの道…スルス峠…相馬山11:10…ヤセオネ峠12:00…ランドP＝12:40ビジターセンターP13:20…登山口13:25…榛名山山頂駅…榛名山14:40…15:35V・P＝駒寄IC＝相模大野	午前中は涼しかったが、午後から雨の予報が外れ晴れて暑くなった。ゆうすげの道でマツムシの群生や秋の草花を多種目で撮る。相馬山の登山口ではレンゲショウマが咲いていたので感動した。途中で小ぶりではあるがタマガワホトトギスも見かけた。
440	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	8/26	8/26	秦野＝ヤビツ峠9:09…イタツミ尾根…10:28大山山頂…11:29下社…女坂…12:04大山ケーブル駅＝伊勢原	木陰の多いコースなので、暑さを避けられた。マツカゼウが咲き始めていた。
441	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	8/26	8/26	町田＝高尾山口7:20…6号路…8:50高尾山…10:30高尾山口＝町田	
442	個人山行	ハイキング		北アルプス	赤牛岳、水晶岳	8/26	8/29	8/26新徳高温泉BS…笠新道登山口…わさび平小屋…小池新道口…シンドクヶ原…鏡平山荘12:30…マ折乗越…15:20双六小屋(泊) 8/27川端…双六小屋5:40…香道ルート…三風山8:50…黒部源流…岩音乗越…ワリモ北分岐11:25…12:25水晶小屋(泊) 堀、安西…双六小屋5:40…双六岳6:50…三俣連華8:25…鷲羽岳11:15…ワリモ北分岐…13:35水晶小屋(泊) 8/28水晶小屋5:00…水晶小屋6:00…温泉沢の頭…9:20赤牛岳9:50…16:05奥黒部ヒュッテ(泊) 8/29奥黒部ヒュッテ7:00…9:35平ノ渡場10:20…ロジックろよみ…黒部湖駅…黒部ダム…扇沢駅	黒部源流から水晶小屋までのルートは沢沿いの登山道で、涼しく癒される。読売新聞から奥黒部ヒュッテにだけは、フィールドアスレチック的な登山道が楽しめる。29日から緊急事態宣言に岐阜が追加されて、扇沢からの濃尾バスがなくなりあわてたこと以外は、長雨後の青空の4日間を満喫した。
443	個人山行	岩登り		奥秩父	小川山	8/27	8/29	8/27 9:00金峰山荘前集合…終日クライミング…廻目平(幕) 8/28 廻目平…終日クライミング…15:00廻目平(幕) 8/29 廻目平…終日クライミング…15:00金峰山荘前解散	広瀬憲文ガイドのメモリアルルート「淵沢2峰正面ルート」を追憶登攀した。79年同氏によって拓かれた「小川山の歴史的ルート」(菊池敏之氏)として知られるこのルートは、オールドNPで登るのはむろん、スラブ、クラックそして複雑なライン取りなどグレード以上の難しさがある。その先見性と情熱にリスペクトを感じざるを得ない。

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
444	個人山行	ハイキング		北アルプス	赤牛岳、水晶岳	8/27	8/30	8/27 (前夜) 都庁=新徳高温泉7:00…おさび平…秩父沢…11:30鏡平…14:20双六小屋 (泊) 8/28双六小屋5:50…双六岳…8:10三俣蓮華岳8:40…三俣小屋…鷲羽岳11:20…ワリモ北分岐…13:00水晶小屋 (泊) 8/29水晶小屋5:50…6:30水晶岳…温泉沢の岩…9:30赤牛岳(8/8点)10:40…12:30 (4/8点) …14:20 (2/8点) …16:00奥黒部ヒュッテ(0/8点) (泊) 8/30奥黒部ヒュッテ7:00…9:00平ノ渡10:20=10:30…タンボ沢13:40…14:20黒部ダム=扇沢=信濃大町=八王子	天候不順で日程変更した甲斐があり、素晴らしい天気のおかげで、360°山々に囲まれた北アルプス中心部の赤牛岳・鏡平新道を、単独行で縦走してきました。特に8/29は夜明け前から曇りつなで、ついつい赤牛岳では1時間以上のんびりしてしまいました。夏のアルプスを満喫できました。
445	個人山行	ハイキング		上信越	水ノ塔山	8/28	8/28	町田=上信越道小諸IC=池の平P10:30…東麓ノ塔山…水ノ塔山12:30…東麓ノ塔山…池の平13:00…池の平P15:30=地蔵峠=小諸 IC=上信越道=町田	・快晴の下、2000m迄で唐松の樹林帯を走る道中は17℃と快適な風を切り池の平湿原Pへ。大勢の登山者でほぼ駐車場は混雑状態。コースは、「東麓ノ塔山～水ノ塔山～池の平湿原」と変更してスタートした。登山道は想定以上に右岩場多く結構キツイ行程だった。東麓ノ塔山から水ノ塔山はUP Downがありコースタイムでは無理なコースだった。山頂からの景観は素晴らしい。コースタイムは八ヶ岳・富士山とパノラマの世界に暫し眺望を堪能す。お花はマツムシソウ・アキノキリンソウ・ノアザミ・エゾリンドウ・ミナソウ・ワレモコウ等は観られたが、時期的には6月～7月初め頃が見頃との事だった。この時期、湿原は枯れて笹が多くお花は観られなく残念だった。
446	個人山行	ハイキング		上信越	浅間山	8/28	8/28	自宅=浅間山荘登山口8:352=浅間火山館10:25=湯の平分岐10:30=前掛山12:00=二の鳥居13:30=14:05登山口=自宅	大変な混雑ぶりに驚く。変化に富んだコース、植生の豊かさ、展望のすばらしさなど、多くの登山者が訪れるのも無理もないかと実感もする。
447	個人山行	ハイキング		奥秩父	朝日岳、北奥千丈岳	8/28	8/28	町田=大池峠P10:35…11:55朝日岳…大池峠…14:45北奥千丈岳…15:50大池峠P=町田	大池峠では峠を挟んだ林道の路肩にも数十台が駐車する盛況ぶり。ナンバーも日本各地に渡っていた。空気が爽やかで富士山、南アルプス、八ヶ岳、浅間山など周囲の山々が見渡せた。
448	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	横岳	8/28	8/28	相原駅西口(中央道)=長坂IC=横岳登山口P8:30…三又峠…12:20奥の院…三又峠…15:30横岳登山口P=相原駅	天候に恵まれ横岳からの展望を楽しんだ。標高2630mから上部100m程は登山道が尾根筋に架け替えられていたが、伐採残の根や幹に足元をとられないように注意して歩く必要があった。
449	個人山行	ハイキング		奥多摩	雲取山	8/28	8/29	8/28鶴川=町田=奥多摩=お祭09:22…塩沢橋10:30…林道終点…11:53三条の湯 (泊) 8/29三条の湯6:20…三条ダム…08:30…10:10雲取山10:30…小栗取山…奥多摩小屋跡11:20…ブナ坂 (ブナダマ) …雲所13:05…小袖乗越 (権現平) …14:30鴨沢=奥多摩=町田=鶴川	4年ぶりに雲取山へ登りました。お祭から三条の湯までは林道なので予定より1時間早着となり、テント設置後昼から温泉、ビール、鹿肉の堪能を堪能。明日も順調と考えたところ、三条ダムまでが苦戦。三条の湯から青い熊乳洞の穴までが崩落地のトラバースの連続です。登りならまだしも、下りは危険と感じました。おかげで、雲取山まで4時間消費。鴨沢駐車場からバス停までランニングしました。
450	個人山行	ハイキング		北アルプス	焼岳	8/28	8/29	8/28長後=沢渡 (泊) 8/29沢渡=6:00雄岳登山道入口…(新中の滝ルート)…8:00広場…10:00北峰…(往路を戻る)…11:30広場…12:30登山道入口=長後	久々に天気に恵まれ曇ひとつ無い青空の北アルプスを満喫することが出来た。初めて沢渡駐車場隣接の仮設宿泊施設を利用した。温泉には湯が発生して緑色の沈殿物が溜まり不衛生極まりなかったが、利便性は良く我慢した(83,460→)。
451	個人山行	ハイキング		奥武蔵	伊豆ヶ岳	8/29	8/29	町田=八王子=東飯能=正丸駅正丸駅8:40…正丸峠分岐…11:45伊豆ヶ岳12:05…古御岳…高畑山…天目指峠…15:30ノ権現天龍寺…17:10西吾野駅	計画していたコースタイムより、時間がかかってしまった。・低山といえども、小さなピークがたくさんあり、曇り空で湿度も高く、たくさん汗をかいた一日でした。
452	個人山行	ハイキング		奥多摩	日の出山	8/29	8/29	自宅=つるつる温泉P8:15…類掛岩…8:30日出山…9:15長尾平…七代の滝…10:45綾広の滝…長尾平…日の出山…クロモ岩…13:15つるつる温泉P	
453	個人山行	ハイキング		北アルプス	立山 (雄山、大汝山)	8/29	8/31	8/29自宅=扇沢P=室堂9:16…ノ越…11:19雄山…大汝山…別山…鶴御前小屋…15:37雷鳥荘 (泊) 8/30雷鳥荘9:16…エネマ台…玉置の岩屋…室堂…みくりが池展望台…11:35雷鳥荘 (泊) 8/31雷鳥荘7:30…室堂=弥陀ヶ原…立山カルデラ展望台…弥陀ヶ原=室堂=13:30扇沢P=自宅	天候不順でコース変更をした。1日目、浄土山を割愛し立山二山を縦走。初めての北アルプスに雄大で雷鳥の子供に出会えた。2日目、ガスの中、周囲の散策と温泉でまったり。3日目、観光のみ。
454	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	阿弥陀岳	8/30	8/30	自宅=5:45舟山十字路=御小屋尾根=10:30阿弥陀岳11:00=12:40舟山十字路=帰宅	早く目が覚めたので、行動時間を早めました。霧が濃く眺望はありませんでしたが、その分涼しくトレーニングには丁度良かったです。
455	個人山行	ハイキング		中央アルプス	千畳敷 (木曾駒ヶ岳)	8/30	8/30	相模大野=町田=八王子=上諏訪=駒ヶ根=駒ヶ岳ロープウェイ駅=千畳敷13:45…剣ヶ池…乗越浄土14:45…15:20千畳敷=駒ヶ岳ロープウェイ駅=駒ヶ根=岡谷=八王子=町田=相模大野	飯田線の長野⇄伊那新町がバス代行運転になっており木曾駒ヶ岳ロープウェイ駅に着いたのが予定より1時間遅くなった為、復路のバス代行の時間も考慮して乗越浄土まで下山した。千畳敷カールの気温は17度でとても涼しかった。
456	個人山行	ハイキング		北アルプス	乗鞍岳	8/30	8/30	乗鞍高原観光センター=畳平8:00…肩の小屋…10:00剣ヶ峰…(畳平周辺散策) …畳平12:05=12:55乗鞍観光センター=松本IC=上野原IC=自宅	巷では猛暑のこの日、畳平の電光掲示板では(気温10℃)と表示されていた。更に強風のため寒さを感じながら歩いた。肩の小屋での温かい天ぷらうどんが有難かった。ガスで展望もあまり良くなかったが次々と多くの登山者が登って3,000m越えの高山を楽しんでいた。
457	個人山行	ハイキング		奥秩父	瑞穂山	8/30	8/31	8/30若林=新宿=垂崎=(バス)=10:02みずがき山荘バス停…11:30富士見平小屋テント場12:00…14:00瑞穂山14:30…16:30テント場 (泊) 8/31富士見平小屋テント場、散策 10:20…11:10瑞穂山荘バス停=(バス)=垂崎=帰宅	
458	個人山行	ハイキング		上越	平標山	8/31	8/31	相模大野=月夜野IC=元橋P9:15…松山…平標山13:50…仙ノ倉の手前のベンチ…平標山14:30…平標山ノ家…平元新道登山口…17:15元橋P=月夜野IC=相模大野	爽やかな風が吹き、麓からフシグロセンノウやヤマハトトギスが咲き急坂も苦にならず。松山からはお花畑が広がって素晴らしい展望を楽しんだ。平標山ノ家まではイワショウブがたくさん咲いていた。仙平清水を頂き平元新道を下ったが、こちらはお花も景色も全く駄目でした。