

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
688	個人山行	岩登り	その他	奥秩父	小川山	7/24	7/25	7/24廻り目平駐車場8:00→廻り目平…クライミング 7/25廻り目平…廻り目平駐車場16:00	兄弟周辺の人気星ルートを登った。2日間で星20超えた。星数狙いもクライミング形態になる。クラックはフィンガークラスカーを体感する。
689	個人山行	ハイキング		東北	会津駒ヶ岳	8/1	8/3	8/1新宿都庁大型バス駐車場23:00＝(バス)＝04:45アルザ尾瀬の郷 8/2アルザ尾瀬の郷5:40→会津駒ヶ岳登山口5:55→滝沢登山口6:35-8:55水場ベンチ(5分下り給水)9:20→11:50駒の小屋12:20→12:50会津駒ヶ岳13:05→13:45駒の小屋(泊) 8/3駒の小屋4:35→5:50中門岳5:55→7:05駒の小屋8:05→水場ベンチ9:40→10:50滝沢登山口→駐車場(通りかかった車2台に乗せて頂く)＝11:10松枝峠村診療所12:40→蕎麦屋13:35＝(バス)＝13:40アルザ尾瀬の郷(入浴)15:05＝(バス)＝19:40東京駅丸の内北口	1日目は会津駒ヶ岳に登頂。記念写真の撮影中にボツボツ降り始めたので雨具をつけ下山。一旦雨は止んだが、小屋に到着して数分後大雨になった。夜は満月で明るかった。2日目は日の出前に中門岳へ出発、小屋に戻ってから朝食をとり下山開始した。小屋の周辺や中門岳にかけては大小様々な池が点在、ハクサンゴザクラやキノコウカ、タデヤウシンドウ、コバイタイソウ、ワタスゲ、チングルマなどが群生して素晴らしい景観だった。ただ、早朝の木道は濡れているため非常に滑りやすく、縦走時と同じように早立ちはせずに、木道が乾いてから歩き始めた方が絶対に安全だと思った。復路のバスは、我々6名と2名のグループのみで悠々と座り、出発も25分早まり東京駅には予定より1時間20分早く到着した。
690	個人山行	ハイキング		御嶽	御嶽山	8/2	8/3	8/2相模大野＝町田＝八王子＝9:28塩尻10:03＝10:30木曾福島10:40(バス)＝11:46龍ノ瀬駅12:00(ロープウェイ)＝飯森高原駅12:10→13:20女人堂13:30→二ノ池山荘15:10→16:00五の池小屋(泊り) 8/3小屋5:30→5:50摩利支天6:10→6:50二ノ池山荘7:00→7:30剣ヶ峰8:00→石室山荘8:30→9:20女人堂9:30→10:20飯森高原駅＝龍ノ瀬駅＝木曾福島駅＝塩尻＝八王子＝相模大野	初日雨に少し降られたが、雨上がりの大きな虹や黄色の素顔な夕日を楽しみ、小屋から継子岳に少し行った西斜面いっばいに駒草の可愛らしい花が咲いている。2日目には摩利支天、剣ヶ峰では大バオオマノを堪能した。五ノ池小屋はcaféのようで、ケーキもあやふやも美味しくて、本格的なはずも、朝はアップルパイも焼いてくれる雲上にいることを忘れてしまう。お勧めです。
691	個人山行	ハイキング		上越	平ヶ岳	8/2	8/3	8/2町田6:00＝9:30六日町IC＝10:00坂戸山登山口→11:30坂戸山城跡→13:00登山口＝小出IC＝14:30銀山平(泊)伝之助小屋 8/3銀山平伝之助小屋4:00＝5:10平ヶ岳中ノ岐登山口5:30→8:00玉子石分岐→9:00平ヶ岳山頂9:15→池ノ岳→玉子石分岐10:30→12:30登山口12:30＝14:00伝之助小屋＝小出IC＝町田	バス送迎時間厳守ですので、下山時刻を心配しながらの山行でした。山頂付近でキノコウカ、イワシヨブ、イブイチョウ、コバイケソウなどの群生を堪能できました。
692	個人山行	ハイキング		北アルプス	観岳・立山	8/2	8/4	8/2鶴川3:30＝十日市場4:00＝安曇野IC＝扇沢駅駐車場8:30＝扇沢駅9:00＝10:30室堂バスターミナル10:45→雷鳥沢・観御前小舎→14:20観沢小屋(小屋泊) 8/3観沢小屋5:30→剣山荘→一飯鍋→前線8:00→9:30観岳10:10→11:20前線11:40→一飯鍋→剣山荘→観沢小屋13:25(小屋泊) 8/4観岳小屋5:30→7:10扇山7:20→真砂岳8:05→大沢山→9:30立山(立山)10:05→一の越山荘→11:25室堂バスターミナル12:15＝扇沢駅13:20＝安曇野IC＝十日市場20:15＝自宅20:45	3日間好天に恵まれた山行でした。観岳は短い行程ながら、緊張の連続で普段以上の体力を消耗する。立山横線は眺望素晴らしい、百名山達成者1名を祝うかのような天候でした。
693	個人山行	ハイキング		日光・那須	日光白根山	8/2	8/3	8/2町田6:00＝日光湯元ビジターセンター12:30→戦場ヶ原→龍頭の滝15:00＝倉(丸沼高原泊) 8/3宿7:30＝山麓駅(ゴンドラ乗車15分)＝山頂駅8:10→避難小屋→10:30白根山10:45→座禅山分岐→七色平→避難小屋→13:30山頂駅＝山麓駅(帰路)	一日目、丸沼高原サマーグレンデは暑すぎでコンディションが悪い(滑りにくい)とのことで、日光側に下りて湯元から龍頭の滝まで歩いた。フサシモツクワのピンクの花畑などを見ることができた。二日目、青側斜面のお花畑にはまた花が多く、山頂からの展望は素晴らしい。近年過ぎに早くも雷雨。激しい雨で慎重に下りた。コース上危険箇所はない。
694	個人山行	ハイキング		北海道	大雪、トムラウシ	8/3	8/5	8/2羽田11:15＝(ANA4783便)＝12:50旭川空港13:20＝(バス)＝13:55旭川駅14:30＝(レンタカー)＝16:00宿(泊)8/3宿8:10→ロープウェイ駅8:20＝山頂駅8:30→旭岳10:05→11:00山頂駅11:15＝11:25ロープウェイ山麓駅13:00＝17:00東大雪荘(泊) 8/4東大雪荘4:30→トムラウシ短縮コース登山口4:45→カムイ天5:50→前トム平7:55→トムラウシ山3:20→コマドリ沢分岐11:25→温泉コース分岐13:05→13:20トムラウシ短縮コース登山口＝東大雪荘(泊) 8/5トムラウシ野営場8:00＝11:30旭川駅14:00＝16:15新千歳空港18:20＝(AD0034便)＝20:00羽田	北海道はまるで梅雨のような天気。トムラウシ温泉で居合わせた登山客も異口同音で、こんな北海道は初めてという天候。難行苦行になったので、次回リベンジを期したいと思います。
695	個人山行	ハイキング		北アルプス	立山	8/3	8/5	8/3成瀬7:51＝8:23八王子9:33あずき5号＝11:16信濃大町BS11:35＝扇沢＝トローリバス＝14:25室堂平15:00→16:15一の越小屋泊 8/4一の越小屋6:50→8:00立山9:05→大沢山9:50→真砂岳11:10→別山12:55→14:10剣沢小屋 8/5剣沢小屋6:30→剣御前小屋8:10→雷鳥荘10:20＝11:30室堂平BS12:00＝立山高原バス＝美奈平13:00＝ケーブル＝立山14:00＝15:10富山16:17＝東京＝19:40成瀬	三日間天候に恵まれ展望も開けて楽しい山行が出来ました。雷鳥岳のデント数少なく感じました。
696	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	編笠山	8/3	8/3	町田05:32＝八王子＝高尾＝08:27小淵沢08:45＝09:05観音平09:15→10:10 雲海展望台 - 11:00 押手川 - 12:45 編笠山 - 13:20 青年小屋 - 14:30 押手川 - 15:10 雲海展望台 - 15:55 観音平16:00＝16:20小淵沢	好天で編笠山頂から北八ヶ岳まで展望できた。植現小屋は今年も営業していない、小淵沢から予約制乗合タクシー「MOUNTAIN TAXI」を利用。往復とも1人だった。
697	個人山行	ハイキング		北アルプス	瀧沢・上高地	8/3	8/7	8/3新宿都庁駐車場23:00発＝ 8/4上高地BT 5:20着→小梨平7:30発→横尾→15:00着 瀧沢 瀧沢ヒュッテ泊 8/5瀧沢パノラマコース散策→瀧沢 8:30発→12:10着 徳澤 12:50発→14:20着 小梨平(テント泊) 8/6小梨平→岳沢湿原周辺まで散策→小梨平(テント泊) 8/7上高地バスターミナル9:30＝11:22着 松本15:50発＝町田	上高地に通い始めて30年目の夏を瀧沢の花で飾ることが出来た。小学生の時に出会った「高山植物の一年(あかね書房)」が、後年、こんな楽しみをくれていたことが感慨深い。瀧沢ヒュッテは個室、コロナ対策とはいえ、小屋も大変なと思う。夜間の室内やテント移動の際、足その人やテントにライトを当てないように注意しましょう！ってトリセツとか入門書にも書いてほしい。山の会に入れば教えてくれるのに。
698	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	8/4	8/4	自宅6:20＝ヤビツ峠7:15→イタタキ尾根→8:30大山8:50→往路を戻る→10:05ヤビツ峠＝自宅	駐車場、山中ともにガラガラで涼風が吹き抜け快適だった。リュウウの花びらが足元に散り、マツカゼソウやコウヤボウキの花が咲いていた。
699	個人山行	ハイキング		東北	岩木山・八甲田山・二ツ森	8/4	8/6	8/4羽田空港7:00発 秋田空港8:05着 レンタカー岩木山スカイライン八合目13:00＝リフト八合目13:20→山頂14:10→リフト9合目14:40＝スカイライン八合目14:50＝酸ヶ湯キャンプ場17:00 酸ヶ湯キャンプ場 テント泊 8/5酸ヶ湯キャンプ場5:30→城が倉分岐→毛無岳ヒュッテ→大岳避難小屋→八甲田(大岳)山頂→小岳分岐→山入避難小屋→酸ヶ湯キャンプ場10:40→青森市内(ねぶた祭り)＝酸ヶ湯キャンプ場23:30 酸ヶ湯キャンプ場 テント泊 8/6酸ヶ湯キャンプ場7:00→八幡平山頂入口9:40→山頂10:10→八幡平山頂入口11:40＝秋田空港17:30秋田空港21:09発 羽田空港22:15着	1日目岩木山は登山口到着遅れと天候不安定のためリフト使用し、早めに下山した。山頂はガスがで眺望なし。2日目八甲田山は、6合目までは天気良かったが、山頂はガスで眺望なし。湿原はキノコウカ等高山植物が沢山咲いていた。夜は東北三大祭りの一つ、ねぶた鑑賞。お隣り八甲田の熱気、大型ねぶたの迫力や美しさに圧倒され、夏のはと夜を過ごした。3日目は八幡平へ変更。モウセンゴケやニコウコウソウ、ウメバシソウ、シロバナトウチクソウなど、沢山のお花に出会えた。

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
700	個人山行	ハイキング		東北	飯豊山	8/4	8/6	8/3新宿13:09=13:40大宮14:01=14:56郡山15:15=16:32会津若松16:39=17:13山都=川入(泊) 8/4宿5:30=下南沢P5:50…地蔵山・10:05三国岳10:35→12:40切合避難小屋 泊 8/5切合避難小屋5:30→本山小屋→7:45飯豊山8:00→9:19御西小屋9:25→飯豊山→13:55切合小屋(宿) 8/6切合小屋5:15→7:00三国岳7:15→10:45御沢野営場11:00→11:30川入=飯豊の湯=山都駅 山都駅15:37(18:22)=16:15会津若松16:20=17:36郡山18:06=19:03大宮19:19=20:00新宿	山上ではるかかなたまで続く稜線の連なりを眺め、固有種のイデリンドウをはじめ数々の花々が咲き乱れる稜線散歩を楽しんだ。ただ標高1700mまでは大変暑く感じた。前宿の「高見台」では地元食材を使った料理に舌鼓。ご主人は地域でも山の上でも名の知れた方なので、NHKの取材予定もあるとのこと。入山時も下山時も車を出して下さるなど、とても良くしていただいた。
701	個人山行	ハイキング		北アルプス	奥徳高	8/4	8/7	8/4新宿 8:00=上高地…岳沢小屋 8/5小屋5:30…紀美子平…前徳高岳往復…吊尾根…奥徳高岳…徳高山荘泊 8/6小屋6:00…濁沢岳往復…徳高山荘…ザイテングラド…唐沢小屋…横尾…徳沢ロッジ泊 8/7徳沢小屋…上高地=新宿	お天気に恵まれ、ガイドさんの案内で安全に注意して登頂しました。紀美子平で子熊と遭遇しました。人間と程よい距離をとった。共存を願いました。
702	個人山行	ハイキング		北アルプス	白馬岳・朝日岳	8/4	8/7	8/4小田急相模原6:30=蓮華温泉15:00(泊) 8/5蓮華温泉4:26…船越の頭9:14→9:23…小蓮華山10:31→10:57…白馬岳12:33→12:56…白馬山荘13:08(泊) 8/6白馬山荘4:33…白馬岳4:46→5:02…雪倉岳避難小屋7:22→7:29…雪倉岳8:21→8:46…水平道分岐…朝日小屋13:25(泊) 8/7朝日小屋4:28…朝日岳5:35→6:01…花崗三角点…白高地沢…兵馬の平…蓮華温泉13:38=小田急相模原	早出、早着で夕立を避け、歩行時は好天に恵まれた。丁度花の季節で、百花繚乱及び展望にも恵まれ快適な山行だった。朝日小屋へは水平道経由だったが、登降はそれほどなかった。朝日岳から五輪尾根までは激しい登降を強いられた。五輪尾根の延々と続く木道は乾いて滑らず、快適だった。蓮華温泉は野天風呂がいくつかあり、温泉としても魅力的だった。
703	個人山行	ハイキング		中央アルプス	空木岳	8/4	8/8	8/4町田=新宿バスタ(高速バス)=12:35駒ヶ根IC=路線バス=しらび平=千畳敷14:30→15:45宝剣山荘 8/5山荘5:30…宝剣岳…12:30槍尾避難小屋 8/6小屋5:45→13:30木曾越山荘 8/7山荘5:30…空木岳8:00…南駒ヶ岳…18:00越百小屋 8/8小屋5:30…今朝橋登山口…11:30伊奈川ダム下ゲート(タクシー)=木曾福島駅	南駒を越えたと多少ハイマツがうるさいが、宝剣、空木岳を振り返りつつ、左の南アルプスと右の御岳山群の眺めながら、適宜現れるクラリ場を楽しむ。やっぱり縦走は楽しい。
704	個人山行	岩登り	その他	北アルプス	奥徳高岳	8/4	8/5	豊田駅7:00=11:00沢渡P=上高地12:10→14:40岳沢(テント) 岳沢7:10→9:40上高地=10:40沢渡P=豊田駅	岳沢到着後17時頃から雷雨、豪雨が3時間続き、テント場は川状態に、岳沢の大滝(通常は枯れ滝)が2段になって濁流が流れ落ちていました(初めに見ました)。翌日は快晴の徳高を眺めながら上高地を後にしました。
705	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	堂所山	8/5	8/5	中野5:20=高尾山口6:40…高尾山頂8:00…景信山9:20…小仏バス停=高尾	
706	個人山行	ハイキング		塩尻	守屋山	8/5	8/5	町田=諏訪IC=杖突峠駐車場10:10→12:30守屋山13:00→15:00杖突峠駐車場=諏訪IC=町田	一等三角点の山、山頂は360度展望が良かった
707	自然保護部山行	ハイキング	自然観察会	奥多摩	御旗山	8/5	8/5	JR町田駅ホーム6:20 6:30発=八王子=拝島=青梅=御旗山8:02着バス=ケーブル9:30…レンゲショウマ…御旗山…長尾平…七代滝…11:10ログハウス…綾広の滝…12:10長尾平…日出山→15:15つづつ温泉 バス=武蔵五日市	レンゲショウマイワタバコともに昨年より元気がなかった 雨が少なかったためか、玉川ホトトギスを見ることができてよかった。天気の良い日もなくよいコースをあきらめたので何よりでした
708	個人山行	ハイキング		後立山	鹿島槍ヶ岳	8/5	8/6	8/5大冷橋P7:20…赤岩尾根口8:30…高千穂平12:00…冷乗越13:20→13:30冷池山荘 8/6冷池山荘テント場5:30…布引山6:30→7:30鹿島槍ヶ岳(南峰) 7:50…布引山8:20→8:40冷池山荘テント場9:30→11:10槍ヶ岳11:20→12:00種池山荘12:20→14:30扇沢山口	20年ぶり位に山頂を踏んだが、ガスも切れ富士山、八ヶ岳、槍ヶ岳、剣岳、立山の景色も見え大満足だった。日中はガスが湧いてきて真っ白になってしまった。帰りの相原新道は、長く疲れた。
709	アルパイン企画部山行	沢登り	その他	奥秩父	丹波川	8/5	8/6	午前6:00各車出発地=丹波川三条新橋8:15集合→9:15徒渉訓練14:45…三条新橋=のめい湯=木下Fキャンプ場17:00=懇親会23:00 翌日朝食後8:10解散	笹罫りの丹波川でしたが予定通り訓練。徒渉は沢登り必須技術の一つ。水勢水温を肌で感じ水に対する自身の限界を知る重要な機会。全員初めてで緊張感溢れる中でのスタートでしたが、慣れると童心に帰る楽しい！気持ちいい！の連呼。入浴後キャンプ場で焚火を囲みシニエ至高の逸品に舌鼓。ふく鯖酒4Lも振る舞われ陶然の死地に達した。
710	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	8/6	8/6	自宅6:00=ヤビツ峠6:50…イタツミ根根…8:12大山8:30…往路を戻る…ヤビツ10:00=自宅	駐車場は8割が埋まっていた。山中で元ガラス会員(退会者)に出会い「早朝トレーニングで歩いてるんだよ」など同った。下山したらツーリングのバイクや自転車、自家用車で路上までいっぱいだった。
711	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	8/6	8/6	町田=八王子=高尾=高尾山口駅7:15…草戸山・榎窪山・西山峠…入沢山…中沢山…11:00モンペラ山11:20→13:50高尾山…15:15高尾山口=高尾=八王子=町田	登山道からは樹林帯が続き低山ながら猛暑のこの夏でも登りやすいと思うが、アップダウンは多い。随所にテーブルやベンチがあり休憩する場所には困らない。フクロウや熊の彫刻は素晴らしい。防火帯歩道で雨に降られぬはずまで一時雨宿りをした。このコースは静かな山歩きが楽しめるが一人では何かあった時に、と思つた次回は二人で行くのはやめようと思った。
712	個人山行	ハイキング		北アルプス	焼岳	8/6	8/6	8/5 9:00焼ヶ岳=16:00坂巻温泉(泊) 8/6 5:00宿泊先=6:00新中の湯温泉登山口(車泊)→8:30広場→10:00→10:30北峰…(往路を戻る)…12:30登山口=(温泉)=適時解散	快晴の焼岳。山頂からの眺望は申し分なく、多くの登山者で賑わっていた。素晴らしいお天気に恵まれ、真夏の登山を堪能できた。
713	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	飯盛山	8/6	8/6	野辺山駅バス10:13=10:23しし岩駐車場・平沢峠…獅子岩…平沢峠登山口10:30→平沢山…大盛山…11:40飯盛山…(往路を戻る)…12:30平沢峠・しし岩駐車場バス12:45=12:54JR最高地点バス13:30=13:42野辺山駅	花に恵まれた山。山頂からの展望は素晴らしいです。南沢バス「くろ野辺山」を利用。
714	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	8/6	8/6	町田=沢沢B57-18=大倉7:40→8:50牛首→11:00三ノ塔11:50…三ノ塔→12:30表尾根登山口13:00ヤビツ峠13:20→14:45大山15:10→16:20ヤビツ峠16:46=秦野=町田	5日夜中の雨を掻きで6日に変更したのが仇になり、牛首分岐から雨が降り出した。木の下で小止みになるのを待ちながらなんとか三ノ塔到着。ザーザ降るの雨を小屋で避けて三ノ塔尾根は水が流れ危険と判断してヤビツ峠へ下山。なんとヤビツ峠は薄日が差してきた。大山へ登り写真を撮ると思っても人がいない。下山からかうとした矢先に青年が現れた。意気投合して写真を撮り交換して飯は下社へと降った。大雨の中の登山であったが良い出会いがあった。

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
715	個人山行	ハイキング		尾瀬	アヤマ平	8/7	8/8	8/7バスタ新宿10:00=04:10尾瀬戸倉 8/8尾瀬戸倉5:00=5:30鳩待峠5:40=7:10アヤマ平=7:30富士見田代=8:50龍宮十字路=9:20ツツジ吊橋=10:05半平分岐=10:50至仏山荘=11:45鳩待峠12:00=12:30尾瀬戸倉13:30=17:40バスタ新宿(解散)	久しぶりの尾瀬を楽しみました。ヒツジグサの蕾が確認でき、咲き誇っていたらガイドブックのような景色が観られたかな?木道にはゴムシートが貼られており、歩きやすくなっていました。(TEPCOマークの部分は切り抜かれて、しっかり確認できました)尾瀬戸倉の駐車場はベンチが設置されていてバスを待つ間もゆつくりできましたし、トイレもきれいに整備されていました。
716	個人山行	ハイキング		奥多摩	御岳山	8/8	8/8	町田7:10=八王子7:41=立川7:57=青梅8:37=8:57御嶽=鹿本駅=御岳山駅9:45=富士峰園地=御岳山11:00=長尾分岐11:40=ロックガーデントラバースコース=天狗岩12:00=12:15(天狗岩と御岳岩石園地休憩所との中間地点で滑落事故)13:05往路を戻る14:00長尾分岐14:10=御岳山駅15:00=15:30御嶽駅=立川(解散)	
717	個人山行	ハイキング		北陸	白山	8/8	8/9	8/8大坂(茨木市)12:00=16:00道の駅 白川郷=白川郷巡り(車中泊) 8/9道の駅白川郷 3:00=4:00平瀬道登山口15:8:40室宮3:50=9:50白山 御前峰10:05=19:30室宮11:00=14:10平瀬道登山口15:10道の駅白川郷 解散=白川郷日帰り温泉16:20=町田22:00	推奨する花の山に選ばれているだけあって、濃い量と種類の色取り取りの花が、一面に咲いていました。あまり花に興味のない私でも感動物でした。あいにく室宮センターに近づくにつれガスが張り出し、山頂では小雨混じりの強風が吹いており、楽しみにしていた日本海も見渡せる眺望は次回のお楽しみになってしまった。平瀬道では5人しか合わず、静かな山行をする事が出来ました。夜明け時に北アルプスの山並みと御嶽山が見えたのは良かったです。PS:知人が折角白山に来たのだから「ハクサンフクロ」は覚えて帰った方が良いと言われ、覚える事にしました。
718	個人山行	岩登り	その他	奥多摩	越沢バットレス	8/8	8/8	6:15つきみ野セブンイレブン=8:00鳩ノ巣駅=9:00越沢バットレス15:00=16:00鳩ノ巣駅=18:00つきみ野セブンイレブン 解散	
719	個人山行	ハイキング		関西	六甲山	8/9	8/11	8/9集合 橋本駅一般乗降場6:30=(名古屋で観光)15:00有馬温泉泊 8/10 9:00宿 六甲ロープウェイ=山頂駅 10:00=六甲山最高峰11:45=山頂駅=六甲ガーデンテラス=六甲山植物園=ロープウェイ=方正寺都民駐車場=宿 8/11 9:00(大阪で観光)して帰京 橋本駅19:50 解散	不安定な天気のためロープウェイより六甲山最高峰に行つてから高山植物園を鑑賞した。有馬温泉を満喫し夏祭りのイベントに参加した。高山植物園では薔薇ランショウマを見ることができた。また、超いの宿では1000万ドルの夜景を楽しみおもしろい旅となった
720	個人山行	ハイキング		南アルプス	白根三山	8/9	8/12	8/9 7:10町田JR八王子行ホーム7:17=7:44八王子7:50=7:57高尾8:01=9:47甲府=10:05(バス)=11:58広河原山12:30=15:10白根御池小屋泊 8/10小屋6:00=8:00小太郎尾根分岐=8:40北岳頂ノ小屋9:00=9:30北岳10:30=11:30北岳山荘 8/11小屋5:40=7:10間ノ岳7:50=10:40農島岳11:20=14:50大門沢小屋 8/12小屋4:30=7:00大門沢登山口入口=8:00奈良田温泉=甲府=八王子=町田解散	1か月前の雨での撤退のリベンジでしたが、素晴らしい天候に恵まれ3座の山頂ではのんびり絶景を堪能してきました。大門沢小屋まではルートはマークも多く分かり易い。大門沢小屋からの奈良田への下山は渡渉、吊り橋あり、登山道も厳しく長い怪我をしないように慎重に歩いた。今回の縦走で一番大変な下り道でした。
721	個人山行	ハイキング		北アルプス	瀧沢・奥穂高岳	8/10	8/11	8/10小瀧沢05:40=08:00沢渡=08:30上高地=横尾=1330瀧沢(霧) 8/11瀧沢05:00=08:30奥穂高岳=1030紀美子平=1200岳沢=1400上高地=沢渡=小瀧沢(解散)	天候に恵まれて奥穂高山頂からは雲の全くない北アルプスの全景が望めました。11日の上高地はずっと人出で沢渡のバス待ちの列は道路近くまで伸びていました。
722	個人山行	ハイキング	日光・那須		太郎山	8/11	8/11	自宅1:00=6:00光徳温泉P6:30=太郎山登山口=山王帽子山=小太郎山=11:10太郎山11:40=林道出合いスペース=林道分岐=15:00光徳温泉P15:15=8/12自宅2:00	登山道は太郎山迄は樹林帯と笹地に覆われている為、日差しによる体力の消耗が抑えられる。小太郎山・太郎山の眺望は良く、男体山、戦場ヶ原、中禅寺湖、白根山等目前に見られた。林道出合いから歩行は、キツイ!
723	個人山行	ハイキング		奥多摩	御岳山	8/11	8/11	8:34古里駅8:50=大塚山=11:00御岳山11:50=日の出山13:00=15:45日向和野15:52	無茶苦茶暑いのは、登山口から駅までの舗装道路。山道に入るとずっと大陰で、時折涼しい風が吹いていた。このトレッキングルートはよく整備されていて、大変歩きやすい。御岳山ではレンゲショウマが見頃。ホリデー快速「奥多摩号」は名前に反して青柳駅止まりとなっていて、奥多摩駅まで行くには乗り換えが必要なので注意が必要。
724	個人山行	ハイキング		奥秩父	小樽山、乾徳山	8/11	8/12	8/11相模大野4:35=カインズ5:10=中央道等=7:45焼山峠P8:00=約石=9:40小樽山10:30=小樽峠=11:15霧倉11:35=小樽峠=13:05焼山峠P=13:30乙女高原P14:00=乙女高原ファンクラブのご案内で散策=グンナイさん見学=15:10乙女高原=15:50ガムカムカムくぼ(泊) 8/12宿5:05=5:20乾徳公園P5:50=登山口6:25=錦島水8:35=扇平=11:00乾徳山11:30=扇平=月見岩12:45=13:20錦島水13:45=14:45乾徳山登山口=15:10乾徳公園P=中央道等=相模大野	小樽山は涼しくてシモツケソウ、フシゴロセンノウ、オタカラコウ、マルバダケブキ、コオニユリ、ハハコグサの咲く中を気持ち良く歩き、頂上では正面に富士山が出てくれた。先に来たいた地元の方2名と山談義。大粒のぶどう「甲斐の黒丸」をごちそうになり、茶番は丹沢のシロヤオを案内すること。焼山峠Pでは山梨市の観光課の方から、お花のパンフレットを頂いた。乙女高原は入登山のような雰囲気でも、中元の保全活動をされている乙女高原ファンクラブの方と出合い中を案内して頂いた。1日に沢山の交流があり思い出深い「山の日」となった。乾徳山公園Pは無料の広い駐車場が出来ており、驚くほど大勢の登山者とすれ違った。
725	個人山行	ハイキング		北アルプス	黒部五郎岳	8/11	8/14	8/10集合:22:00小田急町田駅上りホーム先頭付近23:00新宿都庁前発(毎日アルペン号/予約済)=7:00折立 8/11 7:30折立キャンプ場=太郎平小屋=13:00太郎平キャンプ場【泊】 8/12 6:00キャンプ場=太郎平小屋=9:40北ノ俣岳=13:00黒部五郎岳=15:00黒部五郎小屋テン場【泊】 8/13 6:00テン場=8:30三俣蓮華岳=10:30双六岳=12:30双六小屋テン場【泊】 8/14 5:30テン場=7:30鏡平=9:30わさび平小屋=11:45新穂高温泉=14:45第一ロープウェイ(毎日アルペン号)=21:00新宿駅解散	台風7号が気になったが、結局4日間素晴らしい好天に恵まれ、久々の北アルプス縦走を楽しめた。
726	個人山行	岩登り	その他	奥秩父	金峰山と廻り目平	8/11	8/13	相模大野=廻り目平CP11:30=12:10クライミング16:30=廻り目平16:45 8/12廻り目平7:30=10:45金峰山12:00=12:15金峰山荘12:45=廻り目平14:30 8/13廻り目平7:45=8:00クライミング12:00=廻り目平14:00=帰京	涼風漂う高原のキャンプ場でクライミングと金峰登山を堪能した。夜は焚火を囲み山仲間との親交を深めた。廻り目平(何度訪問しても最高。自身もリセットできる場所。台風のため一昨年に続き観岳A Pは中止となった。
727	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	8/12	8/12	自宅6:10=日向ふれあいの森キャンプ場(駐)6:50=見晴台=9:30大山9:50=見晴台=12:10ふれあいの森(駐)=自宅	殆どが樹林帯なので涼しく汗をかくことなく歩けた。リュックとマツカゼソウがいたる所で満開となっていた。頂上のタンザワイケマはすっかり終わってしまい、代わりに(?)コボタツツルと思われる白い花が立っていた。ゲンショウコウの開花も見られた。

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
728	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	裏高尾	8/12	8/12	中野6:15=高尾7:07=八王子城址7:30=城山8:10=孤塚峠9:50=黒ドック10:30=夕焼け小焼け12:00=高尾	低山を歩いていると小さな虫が顔の周りを飛び交い気になる。うちわがあると良いと思う。ほば時間どりの歩きである。
729	個人山行	ハイキング		南アルプス前衛	入笠山	8/12	8/12	集合：町田マツキヨ前6:00=愛川IC=諏訪南IC=10:05入笠山登山口(沢入)10:25=11:40山彦山荘12:00=12:30入笠山12:50=13:25大阿原湿原14:20=15:00山彦山荘15:30=16:30入笠山登山口(沢入)=諏訪南=愛川IC=町田(解散)	入笠湿原と山頂はボーイスカウトや家族ずれで賑わっていた。
730	個人山行	ハイキング		大菩薩	小金沢連嶺	8/12	8/12	八王子5:51=高尾6:14=7:11甲斐大和7:20=(タクシー)8:00湯ノ沢峠8:10=8:50大蔵高丸9:00=大谷ヶ丸13:13:15滝子山13:45=道証地蔵=18:00笹子駅=高尾=町田	湯ノ沢峠より背負峠までの接線はコウリンカ、クワイソウ、ツリガネニンジンなど色とりどりの花で楽しめました。フシクロセンノウ、フシモコウが観賞でき秋の気を感じました。滝子山頂より道証地蔵まで雨になり予定時間よりかかりました。
731	個人山行	ハイキング		北アルプス	西徳高岳独標	8/12	8/13	8/12自宅5:30出発=中央高速=松本IC=新徳高ロープウェイ集合ロープウェイ西徳高13:00=14:30西徳高山荘(泊)8/13西徳高山荘5:00=6:40独標=7:30ピラミッドピーク(有志4名のみ)=8:40独標=9:45西徳山荘=11:00西徳登山口=ロープウェイ 新徳高温泉=松本IC=中央高速=自宅	ロープウェイのメンテナンス工事も8/10に終わり利用できた。又台風の影響もなく楽しめた。
732	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	編笠山	8/12	8/12	7:20観音平7:30=8:20雲海=10:10編笠山=12:30観音平	当初編笠から権現への縦走予定でしたが台風7号が接近しているため、観音平から編笠山ピストンにしました。天気は良かったのですが、頂上は八ヶ岳ホワイト、下山すると晴れという少し残念な結果でした。
733	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	8/16	8/16	秦野駅8:25(バス)ヤブツ峠9:00=行者ヶ岳11:35=正次郎尾根=戸沢13:00=大倉14:10(バス)沢沢駅	トレーニングのため40座選定の表尾根へ、終始スクリーンモードで行者ヶ岳のクサリ場を越すと大霧雨。強風も吹き荒れ前進できず、正次郎尾根から戸沢へスケープ。靴は雨水で濡れ、全身ずぶ濡れ。レインコートも傘もスバットも全く役に立たない豪雨は久しぶり。厳しい気象条件下の歩行も貴重な経験の一つとなりました。
734	個人山行	ハイキング		北アルプス	焼岳	8/16	8/17	8/16自宅5:30=9:00さわんど9:15=10:00上高地(雨)11:00=15:30西徳山荘 8/17西徳山荘6:30(晴)=10:20焼岳小屋11:10=焼岳=13:30焼岳小屋(雨)=16:15上高地16:30=17:00さわんど=自宅	台風一過を期待して西徳山荘に登りましたが、初日はずつと雨。おかげで盛夏のアルプスとは思えない静かな山歩きを楽しめました。
735	個人山行	ハイキング		北アルプス	北徳高岳	8/16	8/19	8/16町田21:25=21:56新宿22:25=(夜行バス)=5:17上高地帝国ホテル(1名と合流)5:40= 8/17 5:50焼岳上高地側登山口=7:50焼岳小屋=9:20焼岳(北峰)10:20=11:10焼岳小屋=13:00西徳高登山口=13:30河童橋(2名と合流)13:20=13:10明神橋=17:00横尾山荘(泊) 8/18横尾山荘5:10=8:50 瀧沢小屋(荷物預け)9:00=12:15北徳高岳南峰12:30=12:40北徳高岳13:45=16:00瀧沢小屋(泊) 8/19瀧沢小屋6:50=9:10横尾山荘 9:20=10:30徳澤園 11:10=13:20 河童橋(解散)=小梨平(入浴)=15:00上高地BT=(さわやか信州号)=21:30新宿=22:10町田	北徳高岳に焼岳を前オプションで追加したため距離が長くハードだったが、眺望もまずまずとても良い山行となった。北徳高岳下山途中に初めて青島にも出会って大変嬉しかった。午前中天気が良い午後すっかり雨が降る行程となり、準備の大切さを実感した。
736	個人山行	ハイキング		北アルプス	徳高岳沢・天狗沢	8/16	8/18	8/16小田急相模原6:30=沢渡駐車場=上高地11:40=小梨平キャンプ場(泊)上高地周辺散策(明神池往復) 8/17小梨平キャンプ場6:09=岳沢登山口6:30=岳沢小屋8:57=天狗沢お花畑9:15=10:50=岳沢小屋11:04=小梨平キャンプ場13:16(泊) 8/18小梨平キャンプ場8:00=上高地=沢渡駐車場=小田急相模原15:30	1日目の明神池往復は雨だったが、2日目は、天気は回復した。天狗沢お花畑に行く時のコブ沢横断は、登山道が整備されていて、去年より歩きやすかった。天狗沢お花畑は、サラシナショウマ、トリカブト、ノアザミ等が咲き乱れ、高山蝶のベニヒカガが乱舞して、癒された。
737	個人山行	ハイキング		丹沢	三ノ塔	8/17	8/17	鶴川駅6:16=7:08渋谷駅7:16=7:31大倉BS7:40=7:55登山口=8:45牛首=5:50=10:24三ノ塔10:58=11:12三ノ塔=12:33ヤブツ峠12:49=13:47養毛BS13:48=秦野駅=鶴川駅	夏後半戦山行へのトレーニング。厳しい残暑で三ノ塔尾根も辛い山行だった。三ノ塔から三ノ塔の山道でヤブツ峠から登ってきた木南さんと合流した。ヤブツ峠からのバス便が平日ダイヤのため養毛バス停へ変更して、ヤブツ峠から養毛まで降りた。
738	個人山行	ハイキング		丹沢	三ノ塔	8/17	8/17	玉川学園7:20=8:09秦野8:25=ヤブツ峠9:20=11:20三ノ塔=11:40三ノ塔12:10=13:20牛首=14:20大倉=渋谷=玉川学園	蒸し暑い中、しっかりトレーニングが出来ました。戸川公園には、早くも彼岸花、萩が沢山咲いていました。
739	個人山行	ハイキング		奥多摩	高水山、岩茸石山	8/17	8/17	JR成瀬駅5:29=7:06JR御宿駅7:10=10:00高水山10:10=11:00岩茸石山=12:00惣岳山12:20=14:00JR沢井駅=JR町田駅	暑い日でしたが水分補給しながら三山回ることが出来ました。
740	個人山行	ハイキング		奥多摩	御宿山	8/17	8/17	橋本駅7:11=八王子=拜島=青梅=御宿駅=ケーブル下滝本駅=9:40ケーブルカー=御宿神社=日の出山12:30=滝本=14:30つるつる温泉15:43=武蔵五日市	レンゲショウマは、花が小さく少なくなっていた。それでも、多くの人が花を見に来ていた。列車の遅れがあり、ロックガーデンは行かなかった。
741	個人山行	ハイキング		東名	有度山	8/17	8/17	成瀬=横浜=草薙9:45=草薙神社=日本平=12:15有度山=日本平(日本平ロープウェイ)=久能山=14:40久能局前BS=静岡=成瀬	草薙駅から日本平まではハイキングコースになっており道標も多い。(ただし道標のない分岐もある)有度山は日本平の観光地から離れたところにあり眼下に海岸線の見える景色はいいが藪の中のひっそりとした山。
742	個人山行	ハイキング		奥秩父	男山	8/17	8/17	信濃川上駅駐車場5:10=7:30男山山頂8:00=9:40信濃川上駅	昼から天気が悪くなりそうだったので、早くから登った。頂上からの展望はとても良い。最後の谷筋を登るところまでは林道歩き。頂上手前の急登箇所にはロープが着いていた。
743	個人山行	ハイキング		奥多摩	飛龍山	8/17	8/18	8/17町田=原麻原=道の駅たばやま丹波9:40=サオラ峠12:30=御宿13:50=15:00三條の湯(泊) 8/18三條の湯6:35=天上のタム9:10=飛龍山10:10=飛龍権現10:35=前飛龍11:15=倉熊山12:50=サオラ峠13:30=15:20丹波(入浴)=原麻原、町田解散	今回のコースでは、北天のタムから飛龍山を越えて飛龍権現まで登山道が、秩父の主権線らしい雰囲気歩いていて気持ちいい。また、前飛龍からサオラ峠までのミサカ尾根は、緩やかな尾根にブナの原生林もあり、自然に浸れる道である。

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
744	個人山行	ハイキング		北アルプス	七倉岳	8/17	8/19	8/17愛甲石田駅北口11:00=厚木西1C=圏央道=中央道=長野道=安曇野1C=16:00七倉山荘 8/18七倉山荘5:05→6:55唐沢ノゾキ(P1536m)→七倉尾根→8:50鼻付八丁→10:00天狗の庭(P2300m)10:20→11:10船窪小屋七倉岳ピストン船窪小屋11:30→11:50七倉岳12:00→12:15船窪小屋 8/19ご来光が期待できる場合船窪小屋4:25→4:40七倉岳5:15→5:30船窪小屋(夜明け4:26、日の出5:01)船窪小屋6:20→7:00天狗の庭(P2300m)7:50→鼻付八丁→七倉尾根→9:20唐沢ノゾキ(P1536m)→10:50七倉山荘(入浴+昼食)12:30=安曇野1C=長野道=中央道=相模湖1C=18:00愛甲石田駅《解散》	七倉尾根は急登の連続、梯子、滑りやすい音むした石、濡れた木の根等有り気を使ひながら歩いた。天狗の庭でカマゴを見た。とてもかわいかった。七倉岳では、雷鳥の家族(9羽)が囲まって岩の上にいるところを見た。船窪小屋のお祭り自由のシチューは美味しかった。七倉岳山頂からのご来光と展望をゆっくり楽しんだ。
745	個人山行	ハイキング		北アルプス	奥穂高岳	8/17	8/19	8/17八王子あずさ1号7:29=松本=新島々=12:00上高地バスターミナル12:30→15:00横尾山荘(泊) 8/18横尾山荘3:15→洞沢6:15→9:15穂高岳山荘9:40→10:20奥穂高岳10:45→11:20穂高岳山荘11:45→12:10洞沢6:12→20→12:35穂高岳山荘(泊) 8/19穂高岳山荘4:50→6:30洞沢小屋→8:35狭尾→9:30徳沢→10:40小泉平→10:50上高地町(シャワー)11:25→13:17松本あずさ38号14:50=16:50八王子	行動中は天気も良く、やっぱり北アルプス良いなと思う山行でした。午後は一気に融れた朝霧が朝霧は晴れたので、白山の右に沈む夕日と常念岳の右からのご来光は最高でした。なんとと言っても奥穂からの360度の眺望は素晴らしいものでした。
746	個人山行	ハイキング		奥多摩	蕎麦粒山・川苔山	8/18	8/18	相模大野5:15=6:45川乗橋7:00→9:30笠ノ岩山(鳥居戸尾根)9:45→11:10蕎麦粒山11:40→12:10日向沢ノ峰12:20→洞沢12:50→13:20曲ヶ谷北峰13:30→13:30川苔山13:50→百尋ノ滝15:00→16:30川乗橋=相模大野解散	奥多摩は涼しく川苔山は人気があるようですが、平日のため5名しかお会いしませんでした。川乗橋バス停から破線の鳥居戸尾根をつつかり蕎麦粒山・川苔山への周遊コースとしました。展望は良くありませんが、夏には樹林帯の中ロングコースのトレーニングにはピッタリでした。鳥居戸尾根は道標は散らばっていましたが、赤札は多くあります。急登が続くため下山には不向きだと思います。通行止めも多くなる登山道の状況確認が必要です。
747	個人山行	ハイキング		南アルプス前衛	入笠山	8/18	8/18	富士見9:40=(無料バス)=ゴンドラ山麓駅=(ゴンドラ)=山頂駅10:25→入笠温泉→入笠山登山口→仏平峠→大阿原温泉→12:40入笠山→14:10山頂駅=(ゴンドラ)=山麓駅14:40=(無料バス)=富士見15:29=町田(解散)	ゴンドラを使つての入笠山は初めてで、温泉や入笠登山口の花畑に咲き乱れる花に目を奪われながら花の名前を語らなながら登る。富士見町遊園引券を使い濃厚ソフトクリームを食す楽しみもありました。
748	個人山行	ハイキング		上信越	浅草岳	8/18	8/19	8/18橋本駅一般乗降場6:30=高遠=小出=シルバーライン10:30分奥只見湖12:30=磐山平→13:00前山登山口・山頂14:10→15:30登山口=宿 泊 8/19宿6:00=6:45→浅草岳ネズミモチ登山口→前山10:00→1030山頂11:00→11:30前山→13:30→桜ノネ広場→14:10登山口・温泉入浴=帰京	前日奥只見湖の観光 シルバーラインなどを訪れたのは良かった。浅草岳ははじめてでしたが終わってしまいがリンドウアキノキノリンソウ バイケイソウなどさきみだれてとてもきれいでした
749	個人山行	ハイキング		奥多摩	御岳山	8/19	8/19	町田=八王子=御嶽=ケーブル下→滝本=御岳山駅8:40→10:02御岳山10:05→11:39日の出山11:51→13:55つるつる温泉=武蔵五日市=町田	レンジショウマ沢山咲いていました。
750	個人山行	ハイキング		大菩薩	黒川鶴冠山	8/19	8/19	自宅5:00=7:00御沢峠駐車場7:30→10:25鶴冠山10:40→12:15御沢峠駐車場=自宅17:00	登山者も少なく、静かな山行でした。黒川鶴冠山、山頂は狭く、眺望はありません。三角点は山頂部無く、別位置にて確認。現在、測量使用形跡はありません。
751	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	美ヶ原	8/19	8/19	軽井沢=美ヶ原高原美術館12:00→12:45美しの塔→塩くれ場12:55→13:05美しの塔13:20→美ヶ原高原美術館14:00	美ヶ原では遠くで雷がゴロゴロ鳴っていて、雨雲レーダーを確認しながら進みましたが、近づくような音が断続して引き返しました。車に乗って6分後には雨が強く降ってきたので、引き返して良かったです。
752	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山・高尾山	8/19	8/19	町田6:30=6:55八王子7:00=7:07高尾7:30=8:07陣馬高原下8:20→10:01陣馬山10:18→11:02明王峠11:10→12:35景信山(昼食)13:10→小仏峠14:00→14:50小仏バス停=高尾=八王子=町田	朝から気温が高く、陣馬山への登りだけでバテ気味となった。陣馬山はいつもの休日よりも登山者が少なかった。熱中症予防の観点から、景信山で昼食を取った後、小仏峠から小仏バス停へ下山した。
753	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	8/19	8/19	町田=八王子=7:00高尾山山頂→7:20琵琶滝→8:50高尾山9:50→10:40(見晴台)稲荷山→11:00高尾山山頂	早朝にも関わらずトレランナー、若者グループ、ハイカーが多かった。前を歩いていた妙齢の婦人の帽子に見事なトンボが留っていたので6軒も探し回ったことのある私としては思わずどこで購入されたのか声を掛けた。なんと前後、手作りしたと。登山道でじっくりと見せて頂戴感謝した。濃霧体験者として自宅待機の10日間、久しぶりの高尾山は水分がぶ飲み持参の重い荷物と暑さで身体が重かった。
754	個人山行	ハイキング		北アルプス	大日岳	8/19	8/21	8/19 町田=愛川IC4=安曇野IC=14:00洞沢K場(泊) 8/20K場6:00=洞沢=8:55室堂→11:00新室堂乗越→13:55大日岳→16:30大日小屋(泊) 8/21小屋発6:00→6:25大日岳→大日小屋7:10→9:50大日岳→11:50新室堂乗越→13:30室堂=洞沢=町田	奥大日岳からのクサリや梯子は疲れた身体には重たが久しぶり奮奮に出会え可愛い姿に癒される。夕立後正面の洞岳に大きな虹がかかり感動的でした！大日平の名の通り平な台地が印象的でもう見ることはないだろう景色を見ながらの下りでした。
755	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山	8/20	8/20	中野5:38=高尾6:34=7:46:50=陣馬高原下7:25→陣馬山8:40→景信山11:30→小仏バス停12:40=高尾	日曜日なのに歩いている人は少ない。暑さのせいかもしれない。のんびりと山歩きを楽しむ。
756	個人山行	ハイキング		富士・御坂	石割山	8/20	8/20	橋本駅6:10=道志道一駐車場(7:40)→平尾山→(9:00)石割山→日向峠→石割山→富士見平→(11:30)駐車場	朝から37度の猛暑日で歩き始めからの長い階段で汗でぐっしょり。平尾山はススキの野原で見晴らしもよくのんびり休みました。
757	個人山行	沢登り	その他	丹沢	葛葉川本谷	8/20	8/20	JR町田駅デニーズ前集合6:00=7:00葛葉の泉7:20(入浴)→8:50大平橋→9:30富士形の滝→10:40三の塔尾根p1050付近楽無解除11:00→11:30三の塔11:45→(二の塔尾根)→13:15葛葉の泉	水はさほど冷たくなく、積極的にシャワークライミングを楽しんだ。予定していたよりも一つ上の枝沢に入った。すぐの所にある滝を左から巻き少し沢筋を登って、ロープの下がったところから左の尾根に上がると踏み跡があった。ヒルは1匹匹付いた程度。
758	安全山行推進部山行	沢登り	その他	陣馬・高尾	小下沢	8/20	8/20	高尾駅7:12(小仏行きバス) 大下バス停7:25→小下林道→c025m物置小屋付入沢8:20→9:50c315m森作り小屋登山道入口10:05→c0405m3m滝11:35→小屋登山道12:55→14:25景信山14:45→小仏峠→小仏バス停16:20(バス) 高尾駅北口16:40	自身のバランス感覚を養うため沢床を歩きました。盛夏の一日で水と戯れるに丁度よく、途中でクールで爽快な空間。その後景信山に登りましたが沢とは天と地の差の温度湿度で一同閉口。帰路立ち寄り処でクールダウンしました。

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
759	個人山行	ハイキング		大菩薩	大菩薩嶺	8/21	8/21	町田駅6:05=6:30八王子6:35=7:38甲斐大和駅8:10=8:51上日川峠9:00=福ちゃん花9:30…唐松尾根…富士…大菩薩嶺11:30…大菩薩嶺12:30…13:30上日川峠BS14:00…甲斐大和駅=町田	峠に着くとヒヤリとした空気が下界の暑さを忘れさせてくれた。森林の中も風が気持ちいい。休日比べへ人も少なくのんびり山行となった。
760	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	金時山	8/21	8/21	小田急線町田6:02=相模大野6:05=6:57小田原7:10=7:41宮城野8:00=明神ヶ岳10:15=火打石11:36=矢倉沢峠12:30…14:00金時山14:30…仙石15:45	登り始め、展望は期待できなかったが、明神ヶ岳から雲が切れ、正月に歩いた箱根外輪山が見渡された。金時山頂では富士山山頂が望め、夏の青空の下、くつきりと愛鷹連峰、芦ノ湖が見渡せ、満足して仙石に下った。ハッパ油スプレーではアブがひつこく付きまとい、メンバーはトンボで、やっぱり有効だった
761	個人山行	ハイキング		南アルプス	入笠山・釜無山	8/21	8/21	町田4:58=5:22八王子5:36=6:19大月6:25=7:13甲府7:24=8:12釜無山見富士見パノラマリゾート8:30=9:00ゴンドラ終点…10:00入笠山山頂…大阿原湿原入り口10:45…12:00釜無山登山口…13:30大阿原湿原入り口…15:00ゴンドラ終点=ゴンドラ山麓駅…16:40富士見駅=八王子=20:23町田	釜無山へは初めてでしたので、途中のお花畑は秋の花々が咲き誇っていました。途中で道が狭くなるので、大阿原湿原から釜無山登山口までは林道で歩いてきました。登山口への指標からは昔丈の笹藪でした、ところが林道が整備され途中からはその恩恵に授かりました。赤布を頼りに山頂まで少し500mくらいのところで雷鳴が激しくなり引き返しました。帰路ゴンドラ山頂駅よりタクシーを予約しましたが、5時まで配車できないとの事で結局駅まで4km歩きました。
762	個人山行	岩登り	その他	奥秩父	小川山	8/21	8/22	廻り目平駐車場9:00…廻り目平周辺にてクライミング…廻り目平駐車場16:00解散	ニューエリア七賢エリア(洞穴、石橋、ジャングルスラブ)と金星エリアでクライミングの練習をした
763	個人山行	ハイキング		北アルプス	常念岳・蝶ヶ岳	8/22	8/25	8/22 常念山頂 12:40…縦走路…常念乗越15:30(暮暮) 8/24 常念乗越: テンバツ7:00…前常念分岐8:30…常念岳9:00…P2592…蝶ヶ岳14:10…横尾分岐…15:20蝶ヶ岳(暮暮) 8/25 蝶ヶ岳7:00…まめうららら9:25…ゴジラの木10:35三股11:20…駐車場11:35=立ち寄り入浴=安曇野IC=往路を戻る=愛甲石駅(解散)	久しぶりのガチな体力勝負のテント泊山行だった。前常念岳への岩壁・石室土砂降りの雨に降られた2日間も雨が降つて止んだり、常念のテント設置時も土砂降りだった。しかし蝶ヶ岳の山頂は一等地をゲットし満天の星とテント内からの御来光を堪能。銭取りゼネトリとメボムスグイが近くで鳴いていたが姿は見えなかった。金曜日のため多くの登山者が入山してきていた。
764	個人山行	ハイキング		北アルプス	室堂平・弥陀ヶ原	8/23	8/25	8/23 自宅4:00=8:00須賀駐車場8:30=9:55室堂11:00…12:20常念駐車場(泊) 8/24 常念駐車場6:32…7:35室堂…9:22須賀…11:49弥陀ヶ原ホテル12:46…弥陀ヶ原解散…弥陀ヶ原ホテル14:30=14:50室堂15:00…15:50常念(入浴)…17:00常念駐車場(泊) 8/25 常念駐車場7:16…8:15新室堂乗越…8:55室堂乗越…10:30常念駐車場11:06…12:10室堂12:15=13:51須賀駐車場14:00=乗師の湯(入浴)=21:20自宅	①ラムサール条約に登録されている弥陀ヶ原に行ってみよう。②ライチョウとホシガラスを見たい。娘からこの2つのリクエントを受け、野鳥観察隊に行ってきた。結果、ライチョウ、ホシガラスの他、ウツバメ、メボムスグイ、カヤクグリ、チョウゲンボウ、イソツバメ、アマツバメ、ヒメアマツバメなどたくさん野鳥を見ることができ、また立山の雄大な景観に大喜びでした。私も普段の山行では持ち歩かない双眼鏡を首にかけて、娘から野鳥の解説を聞きながらピークハントではない山の楽しみを堪能しました。
765	個人山行	ハイキング		上信越	飯縄山	8/24	8/24	宿=一ノ鳥居園地駐車場6:45=9:30飯縄山9:50…10:50瑞瑞山…12:30戸隠神社中社=(バス)=飯縄登山口(車回収)	飯縄山の下りは岩と落ち葉が湿って滑りやすかった。瑞瑞山からの下りは一部グレンデを歩くが、後半は沢沿いの気持ちの良い山道で中社に至る。飯縄山はバスを利用して様々なコースで歩ける。中社周辺は蕎麦屋が多い。
766	個人山行	ハイキング		東北	鳥海山・安達太良山	8/24	8/26	8/24 町田6:00=14:30鉢立山荘(到着後翌日の登山口などを確認) 昼食; 途中のサービスエリア 8/25 山荘4:15=5:25霧ノ河原5:30=6:05御浜小屋6:20…御田ヶ原分岐…7:20七五三峠7:25=9:10頂上参籠所(大物忌神社) 9:20=9:50新山山頂10:00…新山外輪山分岐…10:35分岐…11:05伏拝岳11:10=12:10七五三峠12:20…12:20御田ヶ原分岐…13:05御浜小屋13:15=養の河原13:45…14:30山荘15:00=14km=寒河江シンプオニー本館 宿泊 8/26 5:00=7:00安達太良山奥岳駐車場7:30…勢至平9:10=9:30くろがね小屋9:40…11:10安達太良山11:35…12:45乗師岳展望台(ゴンドラ乗り場)12:55…14:05駐車場=帰宅	鳥海山は象潟(きさかた)から千蛇谷コースの入り口はより上に付け替わられていて、2本目の千蛇谷/外輪山分岐道標のところに分岐がある。千蛇谷へは切れ落ちたところをトラバース気味に入るの要注意。大物忌神社(おおもものみじんじや)から上は、岩場の連続。道内くぐりは体の大きい方には難産です。寒河江(さかえ)シンプオニーは左沢(あてらざわ)線の寒河江駅に近い、駅を中心に多くの居酒屋があり、夕食を取った。安達太良山は多くのファミリーを始めとするハイカーで賑わっており景色を楽しんだ。くろがね小屋は解体されてはいなかった。携帯トイレ小屋が設置されていた。
767	個人山行	ハイキング		北アルプス	西徳高岳猿標	8/26	8/26	8/25 新宿都庁前バス乗り場23:00= 8/26 5:30新徳高温泉6:10=7:00しらかば平駅7:15=7:30徳高口駅…8:40西徳山荘9:00=10:20独楽11:00=11:50西徳山荘12:30…13:20西徳高口駅13:45=14:10新徳高温泉駅 新徳高ロープウェイ利用 新徳高温泉14:45=新宿都庁前バス乗り場21:00	夏の期間、第二ロープウェイは7時から運行していました。徳高温泉で降りてしまったのでそこまで歩きました。その後、思うように歩けず、また団体30名がいて思うように進めず、予定通り猿標までとなりました。
768	個人山行	ハイキング		南アルプス前衛	入笠山	8/26	8/26	6:30桜ヶ丘=鏡淵IC=諏訪南IC=9:30入笠山登山口P(沢入/車デポ)…10:30アカノラ山…(休憩)…11:30~12:00入笠山…13:45沢入P=(温泉)=適時解散	相変わらず超人気の入笠山。これから秋の花が楽しめそう。
769	個人山行	ハイキング		上越	谷川岳	8/26	8/27	8/26 鶴川駅北口6:20=国立府中IC=(中央道、圏央道、関越道)=水上IC=10:30谷川岳バスプラザ=天神平駅11:03…11:58駒穴沢避難小屋12:10…13:25天狗の窟13:35…14:55肩ノ小屋(泊) 8/27 肩ノ小屋6:27…6:35トマノ耳6:45…7:22オキノ耳7:32…8:25ノキキ8:40=9:06メノ倉岳9:23…9:54ノキノ山10:01…10:43オキノ耳…11:06トマノ耳…11:18肩ノ小屋12:05…12:38天狗の窟12:44…13:14駒穴沢避難小屋13:20…14:11天神平駅=谷川岳バスプラザ=湯アルメ谷川(温泉)=水上IC=(関越道、圏央道、中央道)=国立府中IC=鶴川駅北口 解散	谷川岳は酷暑の中の山行。初日は足が響つたメンバーをサポートしながら肩ノ小屋まで到着した。翌日は早朝より茂倉岳までのピストンを目指したが時間の都合でメノ倉岳往復へ変更。メノ倉岳までの山道は登山客も少なく静かな山行を楽しむ。花も楽しめる。肩ノ小屋では、谷川岳山行のシャワーと合流し、プ子集中山行が実施できた。肩ノ小屋の方には、山行のサポートをしていたくろがね小屋の方に、山行のサポートをしていただき大変お世話になりました。今後も使いい山小屋です。
770	個人山行	ハイキング		上越	谷川岳	8/26	8/27	8/26 町田12:30=13:03新宿13:20=13:50大宮14:05=新幹線=14:43上毛高原14:50=15:28…宿 8/27 宿5:35…登山口6:15…フラダリコル…11:40肩ノ小屋…トマノ耳…オキノ耳…肩ノ小屋12:45…駒穴沢避難小屋…14:40天神平=ロープウェイ=谷川岳=バスプラザ16:10=上毛高原16:16=大宮=新宿=町田	3日前の天気予報が嘘のような晴れで暑さの中西黒尾根に挑戦し、山頂に無事登頂でき景観を堪能しました。風もあまりなく暑さには参りました。肩ノ小屋では木の下、青木グループに会いました。

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
771	個人山行	沢登り	その他	上越	白毛門沢	8/26	8/26	坂戸駅4:00=6:10白毛門登山口駐車場6:30=白毛門沢…ジジバススラブ=白毛門13:15…松ノ木沢の頭…17:00白毛門登山口駐車場=坂戸駅解散	熊鈴+熊スプレーの熊対策をして出発。白毛門沢は、ナメバシが多くとても綺麗な沢、大小の滝にスラブの大滝など上越の綺麗な沢を十分に楽しめた。通常はジジ岩の右にルートを取るらしいのですが、ジジバススラブを登りたくジジ岩の左でルートを進めたのでルートミス。猛烈且つ長いトラバスの藪漕ぎでジジバススラブへ。大滝の高巻きも含め終止藪漕ぎに苦労した沢登りとなった。
772	個人山行	岩登り	その他	奥秩父	小川山	8/26	8/28	大町=長坂=野辺山=9:00廻り目平キャンプ場(テント泊) 岩トレ(ガマスラブ、スラブ状岩壁) 岩トレ(おむすびスラブ下部) 7:30=帰宅	予報では不安定な気候で雨が予想されたが、大きな崩れはなく夜に雨がぱらつく程度で済んだ。雨予報の影響で土日も比較的空いていて岩場ではゆっくり楽しむことができた。気温が東京より10℃程度低くて快適だった。
773	個人山行	ハイキング		富士・御坂	三ツ峠山	8/27	8/27	橋本6:20=相模湖IC=河口湖IC=三ツ峠登山口P8:45=10:10三ツ峠山10:40=12:10三ツ峠登山口=相模湖IC=橋本(解散)	歩き始めからヒヤリする気持ちの良い歩き。のんびり歩いたので汗をかきこともなかったの山頂で大休憩。富士山はバスの中で全く見えなかった。
774	個人山行	ハイキング		日光・那須	南月山	8/27	8/27	町田=圏央道=東北自動車道=那須IC=那須ロープウェイPなるべく上部9:00…峰の茶屋跡…牛首…10:50日の出平…11:20南月山11:50…12:20日の出平…牛首…13:40茶臼岳14:00…峰の茶屋跡…15:15駐車場=那須IC=東北自動車道=圏央道=19:50町田(解散)	珍しいイワインチンの花に会いに登りました。薄曇りの快適な涼しいコースで南月山の事前あたりに花を見つけたことが出来ました。黄色い小さな花を別名「インチンヨモギ」。山頂では少し晴れ間もあり景色を楽しむことも出来ました。
775	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	権現岳	8/27	8/27	各宅=高尾5:15=5:51大月5:54=6:41甲府6:46=7:25小瀬沢7:30=観音平7:50…押手川…福笠山…10:50青年小屋…権現岳手前ピーク12:00…青年小屋…14:50観音平=小瀬沢=高尾	詳細予報を見て、お花畑までで引き返す予定で出発。前日に雨が降り登山道の岩が滑りやすく、スベーターが上がりずらい。お目当てのタカネテシロはほとんど終わっていたが秋の花が咲いていた。来年は季節を変えて再挑戦したい。
776	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	鷲ヶ峰・霧ヶ峰	8/27	8/27	町田駅5:55=6:20八王子6:35=9:38下諏訪駅(タクシー) 和田峠10:10=11:50鷲ヶ峰12:00=13:00奥霧小屋…14:00沢渡14:10=14:40車山肩…15:20霧ヶ峰IC15:52=(バス) 16:25上諏訪16:35=17:07小瀬沢17:23=19:44高尾=20:31町田	花の山の選択は正解でしたが、思い描いた花々ではなく秋の花々が迎えてくれました。トリカブト、マツムシウツ、イギトランノオ、トカクシヨウワ、アサマフクロ等でした。深田久弥がなげ百名山に選んだのが認識し景色と花々を楽しみました。又グライダーの難路・着陸が見られ新しい魅力を感じました
777	個人山行	ハイキング		上越	谷川岳	8/27	8/27	8/26町田18:00=月夜野IC=道の駅矢瀬瀬水公園20:15 8/27道の駅5:15=(コンビニ) =谷川岳バスプラザP6:20…西黒尾根…トマの耳10:45…オキの耳11:10…11:40扇ノ小屋12:45…天神尾根…天神平14:15…谷川岳B P15:00	天気に翻弄されたが、裡なる快癒を後輩し谷川へ。眺望絶佳の西黒尾根からマナガ沢と西黒沢の切れ込みを足下に、東尾根と梅嶺岳を仰ぎながら頂へ。8月の少雨で水場は干上がり河川は洪水状態でしたが、当方は熱波晴天で一生分の汗を流しました。扇ノ小屋では秋空が夏雲を奮奮する季節の変わり目のなか、3パーティーが合流でき集中中止を記念写真で撮りました。
778	個人山行	岩登り	その他	丹沢	広沢寺	8/27	8/27	7:30愛甲石田駅=8:00広沢寺駐車場…8:30弁天岩トレ13:30…在路を戻る=愛甲石田駅解散	岩場はとても空いていたが、猛烈な暑さで(岩に触ると火傷しそうだった)、早めに岩トレを切り上げ、広沢寺温泉に直行した。
779	個人山行	岩登り	その他	奥秩父	小川山	8/27	8/28	5:15小市さんPU=9:00小川山廻り目平着9:30クライミング15:00(テント) 翌日8:00廻り目平岩峰群15:30=18:00帰宅	
780	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	南高尾山稜	8/28	8/28	JR町田6:15=高尾山口駅7:05駅(7:10)…西辻(7:30)…草戸山(9:00)…中沢山(10:40)…(11:40) 大垂水峠=八王子駅	猛暑日にもかかわらず山の中は風もあり意外と大丈夫だった。帰りのバスが1本しかないでバス時間に間に合うように歩いたが予定どおりでした。
781	個人山行	ハイキング		丹沢	檜洞丸	8/29	8/29	古淵5:00=神ノ川ヒュッテ6:10…大越路8:20…10:30熊笹の峰…11:30青が岳山荘12:30…13:30源蔵尾根分岐…15:10広河原15:30…16:30神ノ川ヒュッテ=古淵	日陰沢ルートは、大越路600m下の湿食地、2年前に設けられたステップの下部がまた湿食地により壊れて降りづらい状態であった。神の川林道、ヒュッテから先、風巻の尾根入り口まで陥没など修復が進んだがその先に新たな大崩壊でかきこもっている箇所があった。拾ったゴミの量、ガラス片180g、ビニール類160g。ビニール類は大越路周辺の土中から地表に出てきたものが多かった。
782	個人山行	ハイキング		南アルプス前衛	入笠山	8/30	8/30	JR町田駅5:29=8:36 JR富士見駅9:30=9:45富士見パノラマリゾート10:00=10:15ゴンドラ山頂駅…山彦荘10:30…11:30入笠山11:45…大阿原温泉12:10…アイ沢出合13:00…山彦荘13:50…ゴンドラ山頂駅14:10=14:25 富士見パノラマリゾート15:00=15:10 15:29JR富士見駅=19:17JR町田駅	富士見駅でタクシーを呼ばず、1時間ほど待ちましたが、10時の無料バスよりは早く来たタクシーに乗り、富士見パノラマに向かいました。大阿原温泉からアイ沢に入ってからはずいぶん、渡歩も何度かありましたが危険箇所は無く爽やかな山行になりました。
783	個人山行	ハイキング		丹沢	行者ヶ岳	8/30	8/30	秦野駅=ヤビツ峠9:15…11:45三ノ塔…13:20行者ヶ岳…政次郎尾根…17:35大倉=渋沢駅	サガミジウロウホトトギスは開花始め、ほとんどが蕾。ヤマホトトギスやホトトギスの開花も確認。崩壊地にはヒラジも咲いていた。
784	個人山行	ハイキング		御坂	御旗山	8/30	8/31	8/29橋本21:00=(圏央、中央、諏訪IC) =23:15快活CLUB諏訪赤沼店(泊) 8/30快活CLUB 諏訪赤沼店5:00=濁河温泉登山口7:30…のぞき岩10:10…12:30分飛驒頂上=五ノ池小屋13:15…摩利支天14:30…15:15五ノ池小屋(泊) 8/31五ノ池小屋6:40…二ノ池山荘7:55…剣ヶ峰8:35…三ノ池乗越9:45…摩利支天乗越…10:20飛驒頂上=五ノ池小屋(昼食) 11:10…のぞき岩12:45…14:45濁河温泉登山口=(入浴)= (往路を帰る)=濁河温泉解散	噂の五ノ池小屋に宿泊。可愛らしい小屋の券窓口とその場で焼かれるピザ(無料サービス)やアップルパイなどで女子組には大盛り上がり(笑)。オヤジは昼寝して、外のガラスでコーヒータップルパイを楽しむ(笑)。この小屋に限らず、最近の山小屋の従業員は若くとても親切な気がするが、どうだろう。2日に分けた山行だったので、無理なく山頂を踏む。山頂直下にある先の噴火でビクビクした方々の慰霊碑に手を合わせて下山してきた。
785	個人山行	ハイキング		上信越	苗場山	8/30	8/31	8/30橋本駅一般乗降場6:30=10:30小赤沢登山口P11:30…12:405合目…7合目…9合目…16:00山頂ヒュッテ泊 8/31 7:00…散策=00 8:10…9合目…9:407合目…5合目…13:00登山口=温泉=帰京	まさに山上の楽園台地 朝日が池端に移りとても幻想的で感動しました。また 赤い山麓の温泉も当時をしのばせられました。
786	安全山行推進部山行	ハイキング		奥多摩	御岳山	8/31	8/31	成瀬6:43=7:14八王子7:22=7:39坪島7:44=8:02青梅8:03=8:20御岳バス乗り換え8:34登=御岳ケーブル(00,20,40) 山頂駅9:40…10:30事故現場…現場確認 後帰宅	事故現場をみて重大な事故にならずに本当に良かったと改めて思った。

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
787	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	8/31	8/31	八王子6:35=6:51相模湖=BS7:20=7:30千木良BS7:30… 9:00小仏城山…11:00高尾山…稲荷山コース…13:30高尾山 口=八王子駅解散	ニヶ月近く山にご無沙汰している間、山が恋しい気持ちがなく、 以外にも「もう山に行かなくてもいいや」と思う自分が怖かった。 久しぶりに歩いた高尾は、稲荷山コースの1/3が木道に変わっており、 今までのような尾根歩きが出来ないのが残念だった。この暑さ中、 リハビリ山行にご一緒頂いたお2人に感謝です。城山のかき氷は、 頭に優しくかった。
788	個人山行	ハイキング		上信越	水ノ塔山～籠ノ登山・黒斑山	8/31	9/1	8/31相模大野6:00=小諸IC=浅間サンライン=高峰旅館駐車場 9:50…11:10水ノ塔山…11:50東麓ノ登山…12:50西麓ノ登山… 0:40東麓ノ登山…14:10池ノ平温泉入口…温泉散策…15:40駐 車場=宿 9/1宿=車坂峠8:30…8:50車坂山…10:00増箱… 10:20トミーの頭…10:50黒斑山11:50…12:10…トミーの頭… 13:25駐車場=相模大野	高峰旅館さんは木曜は休館なので断わりを入れ駐車させて頂きま した。秋空に湿度が低いお陰で長〜い北アルプス連山、富士山、 妙高、火打ち、雨筋の大展望。水ノ塔山では イワイチンの花 盛り。3日前、南月山で感激したのも東の間 此方の山では此処 其処に咲いてました。黒斑山山頂では 雄志村キャベツ農家の青 年がスイカを振舞っておりご馳走になりキャベツも丸ごと頂きま した。今回の山は大展望が望めますので お薦めです！