

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
1116	個人山行	ハイキング		海外	ミルフォードトラック、他	11/17	11/28	11/15羽田8:30=20:15 シドニー(泊) 11/16シドニー 9:20=14:25クイーンズタウン(泊) 11/17クイーンズタウン8:00=9:30 Routeburn Shelter 9:45=13:45 Routeburn Falls Hut (10km, 4hr) 11/18Routeburn Falls 8:10=14:40 Lake Mackenzie (11.3km, 6.5hr) 11/19Lake Mackenzie 7:15=Key Summit(往復)14:15 The Divide (12km, 7hr)15:15=16:15 テアアナウ 11/20テアアナウ13:25=13:50 Te Anau Downs 14:00=15:00Glade Warf 15:00=16:20 Clinton Hut (5km, 1.5hr) 11/21Clinton Hut 6:45=14:00 Mintaro Hut (17.5km, 7hr) 11/22Mintaro Hut 6:55=Sutherland Falls(往復)16:00 Dumpling Hut (13km, 9hr) 11/23Dumpling Hut 7:00=13:00 Sandfly Point (18km, 6hr), Boat 13:45=14:00 Milford Sound = Cruise = Milford Sound 17:00=19:00 Te Anau (泊) 11/24テアアナウ=クイーンズタウン 11/25クイーンズタウン 07:30=12:15(Bus) アオラキ(泊): Kea Point Track (2hr x 2) 11/26マウントクック デイハイク Hooker Valley Track (6hr): アオラキ 11/27マウントクック デイハイク Red Tarns Track (3hr): アオラキ 11/28アオラキ14:25=19:30 (Great Sights Bus) クライストチャーチ 11/29クライストチャーチ 11/30クライストチャーチ=シドニー 12/1シドニー 2145=0520東京	ニュージーランド南島のトレッキング、ルートバントラック(2泊)、ミルフォードトラック(3泊)、マウントクック周辺デイハイクは時期が早かったせいもあり周辺の山々に雪が多く残り鋭い峰々や湖、渓谷など水河地形が美しかった。各トラックの山小屋はガスコンロ、ベッド(マット付)、水洗トイレはあるが食糧、コッヘル、寝袋は持参。水は沢水、薪ストーブは食堂のみ。道はよく整備されているが、森林限界(約1000m)を超えるところでは天候によって雨、風、低温対策が必要。
1117	個人山行	岩登り	岩登り	伊豆・箱根	幕岩	11/26	11/26	湯河原駅=8:30幕山公園=9:00岩トレ13:30=幕山公園14:00=湯河原駅	
1118	個人山行	岩登り	岩トレ	伊豆・箱根	幕岩	11/28	11/28	9:15幕岩駐車場集合=幕岩の岩場=15:00幕岩駐車場解散	
1119	自然保護部山行	ハイキング	自然観察会	中央沿線	八重山	12/1	12/1	町田6:56=7:23八王子7:32=7:38高尾7:39=7:56上野原BS 8:05=8:19大塚BS=上野原中学校8:50=展望台10:30=八重山11:30=能岳=虎丸分岐=13:00新井BS13:03=上野原=町田	紅葉の名残を味わったり植物観察をしながらゆったりと歩いた。展望台から富士山は見えなかったがはるか彼方の山々や街を一望することができた。
1120	個人山行	ハイキング		大菩薩	牛ノ寝道り	12/2	12/2	甲斐大和8:00=小屋平8:50=石丸峠=11:25榎ノ尾山11:50=大ダワ=モロクボ平=14:50小菅の湯15:22=16:25奥多摩16:32(解散)	木の葉がすっかり落ち歩き易いと思いきや石や木の根に神経を使う箇所が多くあったが、空澄のものんびり山行を楽しんだ。
1121	個人山行	ハイキング		奥秩父	小樽山	12/2	12/2	集合:町田マツキヨ前6:10=愛川IC=勝沼IC=8:30焼山峠駐車場8:45=的石=一杯水=10:35小樽山11:05=小樽峠=11:40幕岩12:10=小樽峠=一杯水=13:45焼山峠駐車場14:00=勝沼IC=愛川IC=町田(解散)	行き交う人も少なく静かな山行でした。小樽山から幕岩まで足を延ばしクワリを依って幕岩に登ってみた。
1122	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	12/2	12/2	町田駅6:56=7:29栗野駅バス7:44=ヤビツ峠8:30=三ノ塔=10:27=塔ノ岳13:20=見晴小屋15:00=大倉バス停15:40=渋沢=町田	尾根歩きは展望がよく気持ち良く歩けた。山頂は若者で賑わっていた。
1123	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	12/2	12/2	湖野辺駅=町田駅6:16=6:41鶴巻温泉駅6:50=高取山=浅間山=11:35大山12:00=ヤビツ峠13:00=三ノ塔14:40=16:30大倉=渋沢=町田駅	大山山頂は相変わらず人であふれていた。このコースはヤビツ峠から三ノ塔までの登りが大変。ご褒美に大倉のお蕎麦屋さんのかきの天ぷらで、大満足。
1124	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	城山	12/2	12/2	町田駅=八王子駅=高尾駅8:40=小仏9:15=小仏峠10:30=城山11:00=高尾山12:30=高尾山駅14:00=町田	
1125	ハイキング企画部山行	ハイキング	⑤東京近郊の山	丹沢	大野山	12/2	12/2	JR松田8:47=9:02谷峯9:20=11:25大野山13:10=15:28山北駅	天気にも恵まれて最後の紅葉をきれいにみる事ができた。天気予報ほど寒くないと感じた。大野山山頂ではイベントが開催されており、山岳救助隊の訓練が行われ、救助ヘリのデモンストレーションを行っていた。中原さん食当で美味しいバスタ、デザートを堪能することができた。
1126	個人山行	ハイキング		奥多摩	川苔山	12/2	12/2	JR町田駅6:05=8:12奥多摩8:35=8:48川乗橋=10:10百寿ノ滝10:30=12:05川苔山12:25=舟井戸=15:00湯ノ果駅	舟井戸から大ダワまでの尾根道が荒れていると注意があったので、舟井戸から舟ノ尾根を外れる道をとって下山した。細倉橋から百寿の滝、そこからの急登のあたりは落ち葉で滑りやすく、確かに「滑落注意」と思った。凍っていたりしたら怖がる。
1127	個人山行	ハイキング		上州	荒船山	12/2	12/2	6:30白金台=10:00荒船山登山口駐車場(車デポ)=11:00秩岩修験道場跡=12:10=12:30鐘岩避難小屋=14:00駐車場=18:00梅ノ木駅解散	当日はとても冷え込み、登山道も一部凍結していた。経塚山は割愛し下山する。
1128	個人山行	ハイキング		中央沿線	日連アルプス	12/2	12/2	日連神社10:00=宝山=11:00日連山=11:40鉢岡山=13:00八坂山=13:20金剛山=14:20日連神社	日連神社に駐車スペース5台分位ありました。ハイキングのつもりでいたのですが宝山の尾根に上る岩場が急斜面でロープがついていました。金剛山からバス停までの道も積もった落ち葉とザレた急斜面で怖かったです。眺望は葉の山頂のみ開けていました。最後の紅葉を楽しみました。
1129	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	景信山~堂所山	12/2	12/3	12/2高尾駅北口8:12=小仏BS9:00=9:50景信山10:30=11:20堂所山11:35=黒ドック13:10=夕焼け小焼おもしろの家14:00 12/3箱9:30=9:45八王子霊園10:10=高尾駅北口=12:00PUMP 216:00(有志)	年に一度開催の某山岳部の同窓山行に参加。追悼ポッカと室内ジムのクロス山行。北高尾山頂は静かでもみじの稲穂が美しかった。夕焼け小焼おもしろい思っている宿は一泊2500円(食事別)とリーズナブル。山行後仲間との懇親や親睦会を行うには丁度よい。山スキーの話で盛り上がり杯盤狼藉の翌日仲間だったSさんの墓前に足を運び、その後有志でPUMP 2へ。4時間みっちり室内壁に挑みました。
1130	個人山行	ハイキング		奥多摩	日の出山	12/2	12/3	12/2 9:30御嶽駅=10:00滝本=10:30御嶽神社=12:30日の出山=14:00高峰山=15:20御岳弘沢=15:40沢井(テント泊) 12/3 8:30沢井駅=8:50二俣尾駅=10:30三山=11:00梅ノ木峠=12:30日の出山=15:10つるつる温泉	奥多摩エリアの東端エリアの縦走路を踏破することができた。

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
1131	都連山行	岩登り	都連・東京登山学校クライミング講習会	東北	いわき青葉	12/2	12/2	10:00ときわ台公園集合10:30〜いわき青葉の岩場 クライミング講習〜16:00終了解散	
1132	個人山行	ハイキング		奥武蔵	丸山	12/3	12/3	八王子6:59=7:40東飯能7:56=8:35芦ヶ久保駅8:45…琴平神社…10:25日向山…日向山分岐…12:40丸山13:10…13:40大野峠…15:15芦ヶ久保駅	寒い朝でしたが、風もなく絶好の山行日和だった。丸山の展望台からは、浅間山・武甲山・両神山・甲武信ヶ岳・二子山などが望めた。ヒヤリハットや事故などなく下山しました。
1133	都連山行	岩登り	都連・東京登山学校クライミング講習会	奥武蔵	阿寺の岩場	12/3	12/3	8:15東吾野駅集合阿寺の岩場クライミング講習14:20終了	
1134	個人山行	岩登り	岩登り	八ヶ岳	横岳裏同心ルンゼ	12/3	12/3	甲斐小泉0620=0810美濃戸…1020赤岳鉱泉…裏同心ルンゼF1にてアistre…1400赤岳鉱泉…1530美濃戸=甲斐小泉 解散	下界のトラブルで入山が遅れた上に裏同心ルンゼは大渋滞のため最後でF1にてアistreとなったが天候が悪くなり、上部は風がひどくて多くのパーティが懸垂で降りてきた。水の発達はイマイチ。秋の少雨が影響か?美濃戸の駐車場はガラガラだったのだが、多分、あの車の大半は裏同心に入ったのだろう。
1135	自然保護部山行	ハイキング	自然観察会	湘南	鷹取山	12/4	12/4	町田7:47=相模大野(乗り換え不要)=8:15藤沢8:19=8:24大船8:36=8:55東逗子9:15…神武寺10:50…11:30鷹取山…鷹取山公園(トイレあり) 12:20(鷹取山ハイキングコース)…13:45京急田浦駅=横浜(解散)	鷹取山登山口から神武寺までの登山道は、森林に囲まれているため比較的低温多湿で、シガの種類が非常に多い。リョウモシガタやミツヅラボシ、ホランソバ、イワガキセンマイ、カニクサなど、20種近いシガを時間をかけて観察した。またいろいろなドングリやマキ、ヤマハゼ、トバラ、ヤマブドウなどの実を確認。下山路ではコゲラが大きな音を立てて朽ち木をつついており、ひとしきり眺めて癒された。
1136	個人山行	ハイキング		湘南	逗子二子山	12/4	12/4	成瀬=東逗子8:10…二子山ハイキングコース入り口…馬頭観音分岐…9:45二子山(上)…南郷上ノ山公園…11:45長柄松山古墳群…逗子海岸…13:00逗子駅=成瀬	二子山は東京湾、相模湾は良く見えたが山の方はいまいちだった。長柄松山古墳は4世紀ごろ造られた山の上の前方後円墳。逗子海岸は波静かで「太陽の季節ここに始まる」の碑があった。
1137	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	12/4	12/4	橋本6:00=上小山田6:30=ヤビツ峠8:00…9:06大山9:35…ヤビツ峠P10:25=各宅	エンディング山行の候補地として、山頂付近の集中予定場所等の状況を確認した。平日ということもあり、ヤビツ峠の駐車場は比較的空きがあった。
1138	個人山行	岩登り	岩登り	伊豆・箱根	城ヶ崎海岸	12/4	12/4	城山南壁9:00〜16:00…周辺で終日クライミング	南壁にて課題のルートをトライした。ブラウンシュガー、ハートルート、ボルサリノをトライした。
1139	個人山行	ハイキング		中央沿線	八重山	12/5	12/5	上野原8:05=8:19大堀8:30…9:40八重山…10:00能岳…11:35新井バス停11:42=12:00上野原駅(解散)	紅葉はテラホラ見ることができました。
1140	個人山行	ハイキング		房総	高岩山	12/5	12/6	12/5JR木更津駅9時タクシーにて=9:38 高岩林道起点登山口…9:48石射太郎山10:01…10:14もみの木テラス…10:23宇藤原浅間山…10:37もみの木テラス… 11:14 高岩観音… 11:30 高岩山11:53…12:34 高岩大滝… 13:23 高岩林道起点登山口=タクシーで上総湊駅=浜金谷駅…宿泊先=金谷かじや旅館 12/6金谷かじや旅館…JR浜金谷駅9:10=JR保田駅9:14=赤バス 浜金谷駅9:34=大崩バス停10:25…10:53 津森山登山口 - 11:27 津森山11:52…11:55津森山展望地…12:36 人骨山…13:06津森山登山口…14:14長久間ダム湖観水公園…14:17長久間ダム入口バス停 町内循環バス(赤バス青バス) = 16:30JR保田駅16:58 = 17:02JR浜金谷駅…17:20東京湾フェリー金谷港=18:00久里浜港	3年ぶりの高岩山でしたが、2019年の台風で甚大な被害を受けていた前日より上りやすい登山道になっていたように思います。下山後の林道のほうが崩落箇所があり危険だと思いました。踏み後はありますが注意が必要です。古の信仰を感じられる楽しいお山であることを再認識しました。個人的に33年ぶりに宿泊したかじや旅館は、アットホームでおいしい海の産物をいただける癒しのお宿で驚かしく思いました。台風の影響で一時は廃業も考えたそうで応援したいお宿です。津森山、人骨山は初めて歩きましたが、登山口が高農の民家の脇で探しくいですが、道自体は危険箇所はないと思います。人骨山は、城ヶ崎山、身体お供えの伝説が残るお山ですが、展望も良くてひたまりハイキングをするにはもってこいの山でした。大崩水仙の里としても有名ですので水仙の時期、桜の時期がよさそうですね。
1141	個人山行	ハイキング		湘南	畠山・大楠山	12/6	12/6	安針塚駅9:30…塚山公園9:57…畠山10:45…不動橋…木古庭橋…12:48大楠山13:30…前田川コース…前田バス停15:00…立石バス停…マローク秋谷本店15:30…立石バス停解散	朝まで雨予報の為、集合を1時間遅らせた。4年ぶりに通ったルートは、あまり人が入っていない為か一部敷置が少なかった。マローク秋谷本店はまだ改装中の為、場所の確認のみとした。天気は良く、雨降半端まで見渡せ、平日の為か、大楠山山頂には数人しかおらず、のんびり過ごせた。
1142	個人山行	ハイキング		奥多摩	日出山	12/6	12/6	08:40滝木駐車場(ケープル) = 御岳山駅09:00…ロックガーデン…後広の滝…11:20長尾平展望台…12:45日の出山13:30…14:40御岳山駅=滝木	秋晴れのような一日、今年最後の紅葉ハイクを満喫しました。長尾平展望台は絶好の休憩所です。
1143	ハイキング企画部山行	ハイキング	㊦東京近郊の山	丹沢	高松山	12/6	12/6	新松田駅BS8:25=8:35高松山入口BS8:45…10:20送電線鉄塔10:30…11:06ピリ堂11:15…11:48高松山(登丸)12:45…13:43尺里峠13:50…15:25高松山入口BS15:37=16:00新松田駅	12月とは思えないほどの陽気の中、ゆっくりと山頂まで歩いた。高松山ハイキングコースは序盤は新東名の工事のため、工事現場の足場のようなう回路を歩き、鉄製の階段がしばらく続いた。山頂手前でも長い階段が続いた。山頂は広く、富士山の展望が素晴らしい。下りは尺里峠からはずっと舗装路の下り道で、地味に疲れた。
1144	個人山行	ハイキング		中央沿線	高川山	12/7	12/7	小田急相模原6:23=6:29町田6:38=7:03八王子7:17=7:24高尾7:39=8:30初狩駅8:40…9:05登山道入り口9:10…10:15高川山10:55…12:25天神峠12:30…14:10大月駅	高川山山頂からの展望は素晴らしい。雪を纏った富士山が綺麗に見えた。登山道は落ち葉に覆われていて、滑りやすく急な下りでは注意を要す。また路肩が落ち葉で埋まっているところがあり、踏み込まないように歩いた。下山口の蔵の中でざわざわ音がした。熊か!と思ったら、サルの集団であった。駅前の信玄でほうとうを食べた。美味しかった。

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
1145	個人山行	ハイキング		中央沿線	八重山	12/7	12/7	八王子7:06=上野原BS7:34=大増BS7:55…八重山登山口P(WC)8:25…9:10展望台9:45…八重山10:20…10:45能岳12:15…13:05登山口…光電製作所BS=上野原=八王子	登山学校の同期生の1さんの復帰お祝い山行。終日富士山を眺めながら、美味しいものを頂き、思い出話に花を咲かせ楽しい山行でした。
1146	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	灯明山	12/7	12/7	小田原9:08=9:20真鶴駅9:30…12:30灯明山…14:00真鶴駅	樺の大木がたくさんある林で、森林浴、シダもたくさん見られました。舞鶴駅発バス、9時25分
1147	個人山行	ハイキング		丹沢	檜洞丸	12/8	12/8	古淵5:45=神ノ川ヒュッテ7:00…ヤタ尾根…9:40熊笹の峰…10:30檜洞丸10:40…11:15源蔵尾根分岐…広河原12:30…13:10神ノ川ヒュッテ=15:00古淵	天候にも恵まれ、箱根から富士山を挟んで南アルプスまで一望できた。源蔵尾根では、最近2~3ヶ月の間に多くの赤布(実際にはピンクと水色)が追加された。実際に尾根の上部がまっすぐ続いておらず、特に下りで迷いやすい尾根ではあるが、道が明瞭で必要の低い地点にも追加されており、より迷いがちな地点に付け替えた。拾ったゴミの量、ビニール、プラスチック80g
1148	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	12/9	12/9	座間駅6:21=6:41鶴巻温泉駅6:50…吾妻山…高取山…浅間山…13:00大山…14:10ヤビツ峠14:34=妻野駅	12月とは思えない暖かさで風もなく、汗ばむ陽気だった。帰りのヤビツ峠からのバスは、満車で座れなかった。
1149	個人山行	ハイキング		奥秩父	笠取山	12/9	12/10	12/9町田6:00、愛甲石田6:15出発 = 8:50作場平P9:05…9:40ヤブ沢分岐…10:45ヤブ沢峠…11:10笠取小屋11:40…12:40笠取山…13:35水干…14:20笠取小屋泊 12/10小屋7:00…7:30雁峠…8:20燕山…9:15古礼山…11:00雁峠…11:30笠取小屋12:10…13:20一休坂分岐…13:55作場平P = 町田・愛甲石田	コロナ中断後の久しぶりの年末笠取は、温暖化の影響もあり1mのつららや30cmの積雪もなく、思い出たようになってしまいました。笠取山古礼山2日間の素晴らしい景色に感動しました。
1150	アルパイン 企画部山行	岩登り	岩トレ③	丹沢	広沢寺	12/9	12/9	7:30広沢寺駐車場 弁天岩および藤岩にて、岩トレ・ロープワーク 16:00広沢寺駐車場=各駅解散	貸し切り状態の岩場で、各自十分な量の練習ができた。易しいルートを繰り返し練習し、最後にリードする人。トップロープでより難しいルートにトライする人。何度も落ちながらも果敢にリードする人など。安全に登る事を留意しながら練習した。
1151	個人山行	岩登り	岩登り	丹沢	広沢寺	12/9	12/9	8:00厚木バスセンター=9:00~14:00広沢寺弁天岩にて岩トレ=16:00厚木駅解散	広沢寺の岩場は空いており、午後から3パーティー程だった。
1152	個人山行	岩登り	バリエーション	日光・那須	日光白根山東麓	12/9	12/9	坂戸駅駐車場集合5:30 = 7:20菅沼登山口駐車場 = 8:00金精峠駐車場8:30 … 8:54金精峠 … 10:17金精山11:00 … 国境平… 12:55金精山13:30 … 金精峠 … 14:30金精峠駐車場 = 坂戸駅駐車場	菅沼登山口駐車場は既に満車で路駐10台以上だったので、金精峠駐車場に移動し金精峠から白根山東麓に向かいましたが金精峠を少し過ぎたあたりの急勾配からトレースも赤テープもなくルートも考えたがからの急勾配で胸ぐらいのラッセルになり、金精山から先も60~70cmのラッセルが続き、国境平付近で時間切れ、引き返すことにしました(;) 来春に再挑戦です。
1153	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	南高尾山稜	12/10	12/10	相模湖駅 バス8:39=8:55大垂水9:10…(南高尾山稜)…13:45草戸山…15:40高尾山口駅	陽だまりベンチではついつい休憩も長くなってしまい心地よい一日でした。
1154	ハイキング 企画部山行	ハイキング	④地図読み山行	奥多摩	高峰山	12/10	12/10	9:30御旗駅…9:50ラニヘッドトレイル…10:50 P558 …12:00高峰山…13:30 P583…14:30 P355…15:10沢井駅	高峰山から築尾尾根にかけて地図読み実習山行を実施した。高峰山までの登り、築尾尾根の縦走、P583からの下り斜面と地形図と比べながら山行して地図読みの基礎を体感した。
1155	個人山行	ハイキング		道志	今倉山	12/10	12/10	八王子=大月=都留市駅(富士急バス)=道坂隧道BS8:50…10:20今倉山(東峰)…赤岩…12:35二十六夜山…14:35芭蕉月待の湯=都留市駅=町田	赤岩は360度展望の山。山頂方位盤には槍ヶ岳まであったがさすがにそこまでは見えなかった。どこの山行でもそうだと思うが落ち葉に埋もれた下りでは神経が磨り減る。
1156	個人山行	ハイキング		奥秩父	笠取山	12/10	12/10	相原駅西口6:30=(中央自動車道)=勝沼IC=作場平P8:40…一休坂分岐…笠取小屋…水干…10:50笠取山…11:30水干11:50…笠取小屋…一休坂分岐…13:40作場平P=相原駅西口解散	笠取山荘までは癒しの道で、やさしい水の流れや、落葉が進み地形がはつきりわかる尾根をながめながら気持ちよく歩いた。新緑の頃にもう一度歩いてみたい。笠取山山頂では富士山や南アルプスが望めたが東峰と西峰の間は岩稜帯。
1157	個人山行	ハイキング		沼津アルプス	沼津アルプス	12/10	12/10	相模大野6:19=7:09小田原7:16=8:04沼津 沼津駅南口バス多比行き8:15=8:39多比着多比バス停8:50…9:30多比口峠…9:45大平山…10:50鷲頭山11:30…小鷲頭山…下坂峠…12:10馬込峠…13:20徳倉山…14:15横山…14:40八重坂峠…14:50八重坂バス停=沼津駅	低山ながら 急登&急下りのコースであったかと再認識。12月暖かな沼津アルプスを選んだが あまりにも暑く、富士山も結構標高の山ひだを表していた。海も冬とは思えぬブルー!
1158	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	12/10	12/10	高尾山口8:10…表高尾一ノ路(裏道)…9:40薬王院(安全折廻)…10:30山頂…いろはの森…日影バス停…日影林道…藤棚でコーヒー…小仏歩道…14:30高尾駅 解散	小春日和のなか 裏道は静かで歩きやすかった 美人ぶなは葉を落とすのでつかり空に向かって手を広げていた。紅葉もきれいで、富士山もはっきり見ることができた 藤棚のコーヒーは味香りとも素晴らしい、川本さんいろいろレクチャーしていただきました

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
1159	ハイキング 企画部山行	ハイキング	㊸誕生月山行	中央沿線	高川山	12/10	12/10	八王子6:35=7:28初狩 7:40→9:10高川山9:30→10:10馬頭観音→11:00天神峠→12:15むすび山→13:00大月駅=八王子駅解散	曇ひとつ無い晴天かつ気温も高く快適な山行となった。特に高川山山頂から見る雪化粧した富士山は美しかった。条件に恵まれ、計画よりも早く大月駅到着となった。
1160	アルパイン 企画部山行	雪山(アルパイン)	雪上突撃訓練	谷川	谷川岳	12/10	12/10	道の駅みなかみ0700=ベースプラザ0730→西黒尾根→1150谷川岳→1330天神平=1400=ベースプラザ=町田	前日から気温が高く西黒尾根も1400m付近でようやく雪が繋がったものの、ラクダの背は雪融け水が流れるありさま。半袖Tシャツがちょうどよい登行で上部で風が出たので雨具を着たが暑かった。天神尾根も途中からは岩場が出て水が流れており、アイゼンで歩きたい。天神平は気温10℃、積雪10～15cm。さらに今度は雨の可能性もあり、誠に「地球沸騰時代」を実感。
1161	個人山行	岩登り	岩登り	伊豆・箱根	霧岩	12/11	12/11	湯河原霧岩9:00→16:00→周辺で終日クライミング	アリババの岩場で、クリスマスローズとマゾオケサと言うルートでアップして、ゲイシャワルトとスーパータキクスというルートをトライした。
1162	自然保護部 山行	ハイキング		丹沢	菩提峠	12/13	12/14	12/13愛甲石田駅9:30=10:30表丹沢野外活動センター(幕営) 12/14センター=8:55→葛葉の泉→松沢林道→11:00不動の滝分岐→松沢林道→葛葉の泉→12:10表丹沢野外活動センター	自然保護部の懇親会。初日はローストチキンやピザなどを食べた後、合唱の集い。テントやツェルトに宿泊。二日目はシダなどの植物観察を行う。
1163	個人山行	ハイキング		奥多摩	深沢山・白岩山	12/14	12/14	成瀬駅6:21=八王子駅7:01=拝島駅7:30=7:53武蔵五日市駅8:05→8:30くみの木峠→P27→9:50深沢山→P41→P448→11:15真藤ノ峰→11:40梵天山→12:05白岩山12:20→(金尾羅尾根)→金尾羅山→14:55武蔵五日市駅	登り口からいきなりロープには驚いた。幸手尾根、ロンデン尾根はユニークな名前の山が多いところだ。
1164	個人山行	ハイキング		丹沢	三ノ塔	12/14	12/14	ヤビツ峠9:10→富士見山荘→11:15三ノ塔→三ノ塔尾根→牛首→風の吊り橋→14:00大倉=渋谷=町田	
1165	個人山行	ハイキング		丹沢	聖峰	12/14	12/14	町田=伊勢原(神奈中バス栗原行)=聖峰入り口8:15→9:00聖峰→9:55高取山→善波峠→弘法山→13:20富士見の湯→栗原=町田	11月に熊の目撃情報あり。善波峠に近づくとつれずれ違う人が多くなってきた。弘法山は平日にかかわらずハイカーたいへん多し。
1166	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	12/14	12/14	町田7:30=8:09秦野 バス8:25=9:10ヤビツ峠→10:00大山山頂→下社→バス停12:50=伊勢原=町田	登山者はまばらで平日の山歩きはいい。
1167	個人山行	ハイキング		奥武蔵	雲取山	12/14	12/15	12/14橋本駅6:10=鴨沢P8:10→10:50七ツ石小屋11:00→11:30ブナ坂分岐→12:50雲取山13:00→14:10ブナ坂分岐→14:30七ツ石小屋(泊) 12/15七ツ石小屋6:30→8:10鴨沢P=11:00橋本駅(解散)	駐車場には平日でもたくさんのお客でした。晴天の中気持ちよく歩きました。2日目は雨予報のため七ツ石山を諦め、朝日が見る前に歩み出しました。駐車場では雨がポツポツ降り出しましたから七ツ石山は諦めて正解でした。
1168	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	矢倉岳	12/16	12/16	相模大野6:59=新松田8:10=関本=地藏堂BS8:50→(万葉ハイキングコース)→清水越10:45→11:00矢倉岳11:35→清水越11:50→(山伏平コース)→12:50地藏堂BS15:25→夕日の滝→地藏堂BS14:15=竜福寺前=新松田14:54=相模大野15:37	雪割が悪天候で中止になり40度の矢倉岳を計画しました。曇り予報のとおり富士山の山頂は雲がかかっていたが両方の裾野まで見ることができ、反対側には相模湾が見え、山頂の眺望は素晴らしいです。早めに下山できたので夕日の滝も見えました。帰りのバスは竜福寺で降りて道路向かいのバス停に向くと新松田行きのバスが来て乗り継ぎが良く帰れました。
1169	個人山行	ハイキング		丹沢	大野山	12/16	12/16	JR松田8:47=9:02谷峯9:11→12:00大野山12:23→14:13山北駅	曇りがかった晴天で、季節外れの暖かさであった。山頂近くの東屋で鍋をやり、山仲間と親睦を深めることができた。
1170	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	鷹取山	12/16	12/16	藤野8:22→岩戸山9:30→小淵山10:00→12:00鷹取山13:00→上沢井14:30=藤野	今の時期にしては暖かい日で気持ちの良いハイキングでした。遠くの山々の景色を堪能しながらゆっくりのんびりたのしんでました。この日参加予定の野嶋さんは都合で不参加でした。
1171	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	明神ヶ岳～明星ヶ岳	12/16	12/16	町田6:16=6:58新松田7:10=7:25関本/大雄山7:50=8:00道了峰→8:30奥ノ院→11:00明神ヶ岳→13:00明星ヶ岳→14:25宮城野橋=箱根湯本=町田	「てんくら」で強風22mとありましたが 風のうなりを感じました。頭上、足元注意して40年前の結成当時の基本コースを欠かずに歩き、今年も歩けたと感無量！明神ヶ岳山頂では残念ながら長居は出来ませんでした。箱根に降りても現われ外輪山を見渡せました。これからも町田グラウス山の会の発展を祈ります！
1172	ハイキング 企画部山行	ハイキング	①新入会員 歓迎山行	中央沿線	倉岳山	12/16	12/16	町田6:30=6:55八王子7:04=7:41鳥沢8:00→9:10石仏→10:30穴路峠→11:30倉岳山12:00→12:50立野峠→15:00梁川駅=八王子解散	秀麗富岳十二景 九番の倉岳山ですが、あいにく富士山はすっぽりと雲の中でした。季節外れの暖かさでしたが、程よいしっとりとした空気で気持ちよく歩く事が出来ました。
1173	個人山行	ハイキング		奥秩父	雲取山	12/16	12/17	12/16鶴川5:05=東青梅6:33=自家用車=村宮駐車場8:00→堂所10:25→七ツ石小屋11:46→七ツ石神社12:16→七ツ石山12:30→ブナダワ7:43→鉢巻尾根分岐13:16→奥多摩小屋跡13:22→小雲取山14:02→避難小屋分岐14:25→雲取山14:27→雲取山荘14:49(1泊) 12/17雲取山荘8:00→雲取山8:40→避難小屋分岐8:41→小雲取山8:57→奥多摩小屋跡9:20→鉢巻尾根分岐9:24→ブナダワ9:52→七ツ石山10:14→七ツ石神社10:22→七ツ石小屋10:38→堂所11:29→村宮駐車場13:05=東青梅14:30=鶴川16:00	初日は曇りで時々晴れ間もあったものの眺望はなく、12月とは思えない高い気温でした。雲取山荘で1泊し、仲間と14時ころからコタツで忘年会となりました。2日目は晴れ間に小屋を出発し、雲取山山頂で日の出を見て、避難小屋で朝食を食べて下山しました。かなりの強風でしたが前日と違い山頂からも途中の登山道からもきれいに富士山を眺めることができました。雲取山荘の洗面所(外)の水道は凍っているため歯磨き用の水は各自用意する必要があります。飲み水はもらえました。
1174	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	矢倉岳	12/17	12/17	鶴川駅7:08=新松田駅=8:40矢倉岳BS8:40→登山口→10:09矢倉岳10:26→山伏平→11:45足柄峠12:15→足柄古道→虎御前入口→神田橋→13:19足柄駅=松田駅→新松田駅=鶴川駅	師走の快晴の登山。前面に広がる富士山の美しさに魅了された。

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
1175	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山	12/17	12/17	JR町田7:09→八王子→高尾＝高尾山口駅8:10→9:25草戸山→9:45榎窪山→10:10西山峠→10:30入沢山→11:05コンビテ山12:50→11:15大洞山11:50→13:10高尾山13:15→14:40高尾山口駅＝JR町田	当日は400名参加のトレランの大会があったため、狭い山道でのすれ違いが多く疎り合いながらの山行だった。このコースは16キロのロングコースでアップダウンも多少ハードなコースでしたが、お天気に恵まれ美しい富士山を見ることができた。3時間ほど待たばダイアモンド富士を見ることが出来たのだろうか、寒さに負け高尾山名物の「てんぐやき」を食べ下山した。てんぐやきは黒豆あんなどでも美味しかった。
1176	個人山行	ハイキング		中央沿線	小倉山、塩ノ山	12/17	12/17	町田マツキヨ前6:10＝中央道勝沼IC＝8:00公園駐車場登山口→8:35尾根分岐→8:50小倉山→9:35上条山→平沢分岐→10:50公園駐車場12:00＝12:40向嶽寺駐車場→12:55東屋→13:20塩ノ山13:50→14:30向嶽寺駐車場＝町田	甲州市の2座へ行き、低山ながら全く違う冬枯れの山歩きを楽しみました。
1177	個人山行	ハイキング		丹沢	丹沢山	12/17	12/17	橋本駅5:46→6:10町田駅6:16→6:30本厚木駅6:55→7:39三叉路BS7:50→9:00高畑山分岐→本間の頭→12:45丹沢山13:30→塔ヶ岳→16:50大倉BS＝沢沢駅＝町田駅	天候に恵まれ、左に三浦半島まで続く海の景色、右に富士山を眺めながらロングコースを歩いた。心配していた高畑山を過ぎた標高800m辺りは、谷底まで崩れている斜面に渡された鉄の橋？にも手すり付き、岩が連なる場所にはしっかりとした鎖が架られ、安心して通過することが出来るようになっていた。ご褒美は大会のお蕎麦屋さんのカキの天ぷら。
1178	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	高尾山・草戸山	12/17	12/17	成瀬6:44＝高尾山口7:30→稲荷山8:10→高尾山9:00→城山10:15→大垂水峠10:55→11:30大洞山11:50→13:45草戸山14:05→15:15四辻→15:30高尾山口＝16:30成瀬	いつもは静かな高尾山ですが今回はトレイルランの競技会と重なりにぎやかであった。富士山の展望には恵まれました。
1179	個人山行	岩登り	岩登り	富士・御坂	宝永山	12/17	12/17	水ヶ塚公園PAM4:30→須山口登山道→宝永山馬の背9:55→御殿場口登山道→二ツ塚上塚経由四辻12:00→公園P14:15	足腰鍛錬と雪上トレのため富士山最大の側火山宝永山へ。積雪は暖気で2700mから。今回は6合目付近から吹き荒れた風が肝でた。宝永火口から馬の背の山道では体が瞬間的に浮くような突風となり、風の影響が少ない御殿場口から二ツ塚を経由して下山。雪上→トレは実践級困難姿勢とアイスバンの斜面をアイゼンで下降する訓練のみとなりましたが烈風下のそれは実践そのもので得るもの多い1日となりました。
1180	都連山行	岩登り	都連・東京登山学校クライミング講習会	伊豆・箱根	幕岩	12/17	12/17	8:15幕岩公園集合→茅ヶ崎ロッククライミング講習16:00終了解散	
1181	個人山行	ハイキング		富士・御坂	越前岳	12/18	12/18	自宅5:00＝東名横浜町田IC＝榎野IC＝7:00十里木高原展望台P7:15→展望台7:30→8:00馬ノ瀬8:05→8:40平坦地8:45→9:25越前岳10:00→平坦地→馬ノ瀬11:05→展望台11:25→11:40十里木高原展望台P＝御殿場IC＝東名横浜町田IC＝自宅	気温は-1℃、柔らかい5cm位の針のような霜柱をザクザク踏みながらの登山だった。滑りやすいので注意して歩いた。山頂からは雪を被った富士山だけではなく、真っ白な、南アの聖、赤石、荒川が遠望出来た。駿河湾から遠く空気が入るせいか頭の上は曇り、途中小雪がばらついていた。気温が低かったため、下りの登山道は泥濘がことごとく、霜柱をザクザク踏みながら下山した。十里木高原には水洗トイレ、靴洗い場が設置されている。平日だが、意外に登山者が多かった。
1182	個人山行	ハイキング		湘南	乳頭山→仙本山	12/18	12/18	相模大野6:51→7:15藤沢7:26→7:31大船7:37→8:00田浦8:15→9:00田浦梅林→田浦分岐→9:35乳頭山→9:50三国峠→12:35観音塚→13:45仙元山→薬山教会→14:30風早橋バス停→逗子→相模大野	三浦アルプスの初冬にお薦めコースとして紹介されています。田浦梅林からは横須賀方面、スカイツリー、筑波山が望めます。仙元山からは富士山、江ノ島と伊豆の山々が望め絶景です。縦走路は道幅も狭く似て些か癒えてしまう感じで、道迷いも多く発生とありますので丁寧に確認の事。
1183	個人山行	岩登り	岩登り	伊豆・箱根	城ヶ崎海岸	12/18	12/19	18日:城ヶ崎9:00→16:00→周辺で終日クライミング 19日:城ヶ崎9:00→16:00→周辺で終日クライミング	城ヶ崎シーサイドエリアにてルート名、海賊ブック、トムボーイ、チェンヤネコ、気分は最高、ヒューパン、フィンカーペルタイトボーイ、ルースガールをトライした。
1184	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	陣馬山	12/19	12/19	08:26 藤野駅→08:50 陣馬登山口 → 10:30陣馬山 11:07 → 12:30 陣馬登山口 12:40 → 12:55 藤野駅	夫と上る予定が一人で歩くことになりましたが、一ノ尾尾根を上りで使い、橋谷尾根を下りで使いました。どちらも危険な場所はなく、はっきりしない空模様ながら、展望がよい山頂からの眺めは予想より良かったです。筑波山まで望めました。富士山は雲の中でした。山頂のトイレは冬季閉鎖になっているところも一部ありました。山頂直下で氷の花しもは少しですが見れたのがうれしかったです。
1185	ハイキング企画部山行	ハイキング	②スケッチハイイク	丹沢	南山	12/20	12/20	橋本北口バス停2番（ふれあいの館行き）7:55＝8:30間BS 8:55→上長竹BS→10:30南山11:20→11:40権現平12:40→13:50ふれあいの館BS 15:40＝16:35橋本	冬とは思えない暖かく風のない一日を、のびのびと山歩きを楽しんだ。山中ではおしやべりがはずんだが、スケッチになると声もなく集中し、充実したスケッチ山行でもあった。もっとゆっくりスケッチなどを楽しみたいひととバス遅らせることになった。ふれあいの館には新鮮な野菜などがあがり、周囲は噴水もある広い園庭が整備されていた。短いコースだが、なかなかの急登、急下降もあり、歩きがよいあるコースだった。
1186	個人山行	ハイキング		その他	筑波山	12/20	12/20	自宅5:15＝横浜青葉IC＝（東名、首都高、常磐道）＝土浦北IC＝7:30筑波山神社7:45→8:00分岐→8:40つじヶ丘8:50→9:55女体山10:05→10:30男体山10:40→ケーブルカー山頂駅11:00→11:55宮脇駅→12:00筑波山神社	天気も良く、富士山、日光男体山、霞ヶ浦を望めた。往路は朝早く出たため順調であったが、復路は故障車渋滞等があり時間がかった。また、エスケープルートとしてケーブルカーを予定していたが、12/11-22が16/17日を除いて運休であった。事前調査不足であった。
1187	個人山行	ハイキング		丹沢	高取山・弘法山	12/20	12/20	集合:7:15伊勢原駅北口1番のりば（栗原行き）7:33→7:50保国寺BS8:11→8:51聖峰不動尊9:00→9:45高取山9:47→10:35念仏山10:54→11:39めんよの里＝栗原駅（解散）	2023年の締めくくりとして、聖峰から高取山、念仏山を歩いた。日差しが温かく、ほとんど人もおらず穏やかな山歩きとなった。弘法山の山頂は省略し、ゴールのめんよの里にて、ジンギスカンで今年一年の山の無事に祝杯をあげた。

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
1188	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	景信山	12/21	12/21	高尾8:12=日影8:30…10:00城山…11:00景信山11:30…12:20小仏(解散)	日影からの登りは落葉しているこの時期は中央高速道路が良く見える。景信山茶屋からは富士山がくっきり見え、風は冷たかったが陽だまりは暖かく気持ちの良い山行だった。
1189	ハイキング企画部山行	ハイキング	◎その他	丹沢	河村城址	12/21	12/21	山北駅10:00…10:30河村城址12:45…不動尊…酒水の滝…15:00山北駅	文化財ガイド友の会の方が5名で河村城、不動尊、酒水の滝とそれぞれの専門分野を案内、解説してくださりました。河村城は予想外に広く堀切、障子堀も見事で北条氏本拠の小田原方面も良く見えました。不動尊は慶派の作で京都の三井寺から移したそうです。酒水の滝では昨年4月完成の40m観瀑台の階段を息を切らしながら登りました。
1190	個人山行	岩登り	岩登り	丹沢	広沢寺	12/21	12/21	9:30広沢寺駐車場 弁天岩にて岩トレ・ロープワーク15:30広沢寺駐車場=各駅解散	弁天岩にて、ダブルロープによるマルチピッチの練習をした。ロープワークに慣れる事、簡単なリードと高度感に慣れる事が目的。最後に右スラブを登り終了。寒さと岩の冷たさが身に染み一日でした。寒さには慣れなかった
1191	自然保護部山行	ハイキング	自然観察会	湘南	観音崎自然の森	12/22	12/22	観音崎バス停 (WC) 10:10…観音崎園地…海岸園地…(観音崎灯台) 11:30…展望園地…12:00(観音崎自然博物館・館内見学) 昼食…13:00(自然観察の森・案内あり70分) 14:00…観音崎バス停 (解散) =京急浦賀駅=横浜駅	風は師走で冷たいが日差しは温かく、穏やかな東京湾越しの房総の景色も手に取るように伺えた。観音崎自然の森は博物館により管理されており一般者は立ち入り禁止となっているが、博物館の館長の案内で海辺の自然観察が出来た。車裏のヘアシダ、子だくさんのコマチシダ、岩の壁面いっぱいフウトウカズラと実、葉の裏がツルツルのハナミョウガなど説明を受けた。
1192	個人山行	ハイキング		中央沿線	八重山	12/23	12/23	町田=八王子=高尾=上野原=大塚8:05…9:17展望台9:27…9:44八重山…10:00能岳11:00…11:29虎丸山…12:20大塚=上野原=八王子=町田	富士山を眺めながら各自持ち寄った美味しい料理を食べたので快晴で楽しい山行でした。
1193	個人山行	ハイキング		富士・御坂	高指山	12/23	12/23	集合町田マツキヨ前6:10=8:00三国山ハイキングコース入り口…パノラマ台…鉄砲木ノ頭…切通峠…10:40高指山…切通峠…鉄砲木ノ頭…パノラマ台…14:00三国山ハイキングコース入り口	お天気最高、富士山は裾野から頂上まで全容を見せてくれた。
1194	個人山行	ハイキング		八ヶ岳	北横岳	12/23	12/23	6:00白金台=10:00北八ヶ岳ロープウェイPK(車デポ)=(ロープウェイ)…山頂駅…坪庭…12:00北横岳…(往路を戻る)…13:30山頂駅=14:00PK=20:00白金台解散	積雪は10~15cm程度。風も穏やかで、今シーズン初の雪山になった。
1195	個人山行	ハイキング		陣馬・高尾	景信山・陣馬山	12/23	12/23	町田6:17=6:43八王子6:53=7:00高尾7:12=7:25大下BS…木下沢梅林…小下沢分岐…10:00景信山…堂所山…12:00明王峠12:35…13:15陣馬山14:00…15:15和田BS=藤野	一日中青空に恵まれ、気持ちの良い山歩きになった。景信山頂上あたりから小さなシモバシラが現れ、陣馬山から和田に下る辺りに次々ともっと大きなシモバシラがくさん見られ、大いに楽しんだ。
1196	個人山行	ハイキング		丹沢	丹沢山へ槍洞丸	12/23	12/24	12/23本厚木駅6:55(バス)=7:40三又7:55…本間ノ頭12:05…みやま山荘14:55 12/24みやま山荘6:30=8:35鉦が岳8:50…12:50槍洞丸13:20…16:40西丹沢バス停17:05=(バス)山北駅18:00…ほっぽ駅前屋(有志)…山北駅19:31=帰京	快晴が保証された2日間と思いきや日曜日は強風と小雪が舞う中の出発となりました。が、宿泊したみやま山荘はMasムードで終始賑やか。当チームも各々持参したグッツや食・物でプチMasを楽しみました。メンバーに恵まれ冬支度する主棟24キロを計画通り縦走。鉦ヶ岳の頂は整備され綺麗に、途中にある不動ノ峰休息所は立派な避難小屋に建替えられてました。帰路山北駅前のほっぽ駅前屋で山行を労う反省会を行い充実の週末になりました。
1197	個人山行	ハイキング		丹沢	菩提峠	12/24	12/24	秦野駅=ヤビツ峠8:30…富士見橋…9:05菩提峠…桜沢林道…表丹沢林道…葛葉の泉…9:45表丹沢野外活動センター=秦野	ヤビツ峠のシモバシラは確認できなかった。表丹沢林道では、ヒヨドリジョウゴの実が目立った。
1198	個人山行	ハイキング		奥武蔵	伊豆ヶ岳	12/24	12/24	正丸駅8:00…正丸峠…伊豆ヶ岳…12:00子ノ権現12:30…前坂…14:25吾野駅14:36=東飯能駅=八王子駅解散	寒さを心配したが、風もなく日向での休憩が心地よかった。リハビリでの参加メンバーの回復を願って、子ノ権現の足の神様に参拝した。山と高原地図23年度版では、子ノ権現～前坂間は破線ルートから実線ルートに変更されているとのこと。正丸峠～子ノ権現まではオーバーユースで道が荒れているが、子ノ権現から前坂間はとても歩きやすい道だった。
1199	個人山行	雪山(アルパイン)	雪山	八ヶ岳	硫黄岳	12/24	12/25	24日:茅野駅09:15(タクシー)=美濃戸口10:00…14:00赤岳鉱泉(宿泊) 25日:赤岳鉱泉出発07:30…赤岩の頭…10:50硫黄岳…赤岩の頭…13:45赤岳鉱泉14:15…16:45美濃戸口(タクシー)=17:20茅野駅(解散)	例年より雪が少ないように感じたが、北沢から先は登山道が氷結していた。天気にも恵まれ硫黄から見る八ヶ岳連峰は美しかった。
1200	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	12/25	12/25	自宅7:30=ヤビツ峠8:30…大山10:30…ヤビツ峠12:00	穏やかな日差し、冬枯れの尾根にオリーブの生き生きとした緑が輝かかっていた。アブラヤシ・ツツジ・サザンカなど冬芽がふくらみ春の訪れを待っていた。ヤビツ峠のレストハウス横のクロモジ2本は枯れてしまったがひこばえが出ているとか。
1201	個人山行	ハイキング		奥多摩	大塚山	12/25	12/25	6:00JR町田八王子行き先頭ホーム=八王子=立川=青梅=古里8:10…10:10大塚山10:20…10:40大塚山11:00…11:25御岳山11:35…12:20大塚山…13:30大塚山登山口=古里駅=青梅=立川=八王子=町田解散	大塚山への鉄五郎新道コースは沢山のピンクテープが道迷いの心配はありません。金毘羅神社から広沢岳まではかなりの急登ですが、広沢岳から先は気持ちよい登山道です。下山の丹二郎コースは一か所だけ迷いそうなおちりました。下山した御岳山登山口にはとてもきれいなトイレと休憩所がありました。

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
1202	個人山行	ハイキング		伊豆・箱根	玄岳	12/25	12/25	熱海駅 バス8:25(③ひばりヶ丘行き)＝8:43玄岳ハイキングコース入口…登山口…10:50玄岳(798.5m)11:50…12:30氷ヶ池…13:20氷ヶ池分岐…登山口…14:50玄岳ハイキングコース入口バス停＝熱海駅	富士山日和でした。
1203	個人山行	アイスクライミング	アイストレ	八ヶ岳	南沢小滝	12/25	12/25	甲斐小泉0635-0730美濃戸・・・0900南沢小滝 アイストレ1300～1400美濃戸＝もみの湯＝甲斐小泉	誰もいない南沢小滝でアイストレ。途中で単独の方が来られたので、入ってもらって、二人でアイストレを楽しんだ。気温も過ごしやすく、氷は堅かったが、充実したアイストレになった。
1204	個人山行	岩登り	岩トレ	伊豆・箱根	城山	12/25	12/25	愛甲石田駅＝7:30大仁・城山駐車場 南壁にてクライミング練習16:00城山駐車場＝解散	スラブ壁で2本練習してから、マルチルート・パトルランナーを登る。午後、ルートに取りつかず強風の為、2P目で降した。
1205	個人山行	ハイキング		丹沢	仏果山	12/26	12/26	本厚木7:00＝7:33愛川ふれあいの村野外センター前7:45～09:30高取山…10:15仏果山10:40～12:40鐘ヶ岳…14:00半僧坊前B S14:09＝14:50本厚木駅(解散)	仏果山からの下りは岩場ありアップダウンありの厳しいコースでした。丹沢山塊の厳しさを思い知る歩き納めになりました。
1206	個人山行	ハイキング		丹沢	大野山	12/26	12/26	09:07 谷崎駅 …10:50 大野山 12:02 …12:43 イヌクビリ…13:53 大野山登山口…14:30 山北駅	久しぶりの大野山へ行きました。天気が良く富士山、箱根の山、愛鷹連山、丹沢など景色も良かったです。風が強くて吹くときもありましたが山頂でキムチ鍋を食べたりお汁粉食べたり、コーヒーを飲んでゆっくりと忘年会をしました。山頂のトイレは冬季閉鎖だったので、駐車場のトイレを使いましたが、ひどいことになっていました。自分が使った紙は持ち帰るように張り紙したらいいのかなと思いましたが。広い山頂に景色の良い大野山は改めて良いかと再認識しました。
1207	個人山行	ハイキング		丹沢	袖平山	12/26	12/26	相模大野駅東口北出口5:40＝青根峯登山登山口P7:15…北尾根(P944)9:00～10:30袖平山11:00…絶次1…12:30黍藪山避難小屋13:30…14:00釜立沢分岐…15:30青根峯登山登山口P＝相模大野	大室山と富士山を横に見ながら北尾根を山頂へ。遠くには八ヶ岳、南アルプス、近くには増淵丸や丹沢の大展望を楽しみました。黍藪山避難小屋では、山バスタの後、掃き掃除、拭き掃除、トイレ掃除を行い青根に下山しました。拾ったゴミの量、不燃ゴミ2500g(プラスチック樹脂1900g、空き瓶600g)、可燃ゴミ1980g(ビニール片、プラスチック)合計2690g
1208	個人山行	雪山(アルパイン)	雪山	北アルプス	西徳高岳	12/26	12/27	26日:甲斐小泉0630-0930新徳高1000-西徳高1030…1150西徳小屋 暮雪1240…1300丸山手前展望台…1320テント 27日:テント0800…0900西徳高口＝0940新徳高＝小淵沢	26日朝まで道路にも降雪があったが、天候は回復してロープウェイからも槍などの山々が展望できた。西徳山荘に暮雪後に展望台まで上がったが、風が強くて上まで行くには時間が遅いので引き返した。夜から雪となり、朝もガスと強風のため撤収下山とした。
1209	個人山行	ハイキング		丹沢	大山	12/27	12/27	自宅7:40＝ヤビツ峠8:40…諸戸山事務所9:20…(カンスコロバシナワ左岸尾根)…11:20大山11:45…イタツミ尾根…12:50ヤビツ峠	年末とは思えない温かさで相模川の遠望は少し霞んでいた。標高1100mを越えたあたりから幅広い急傾斜で足元悪い。しかし眺望は素晴らしい。
1210	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	12/27	12/27	渋沢駅6:48＝7:05大倉7:15…9:50花立山荘…10:40塔ノ岳11:10…11:20金冷シ…11:40二俣分岐…13:30二股…14:30大倉BS…渋沢駅	天気も良くそれほど寒くもない一日でした。頂上から、お目当ての富士山をハッキリ観る事が出来て大満足でした。この時期の鎌割山稜は、冬枯れの木の隙間から右手に丹沢主稜、正面に富士山、左手に相模湾と最高の視界が広がりました。今回初めて小丸尾根を通りましたが、最初の展望の良さや歩幅と靴のサイズに合わない木道や階段がなかったのが気に入りました。が、下りからの林道は、いつも通りの参った感じが良かったです。
1211	個人山行	岩登り	岩トレ	丹沢	広沢寺	12/28	12/28	現地＝7:30広沢寺駐車場 余天岩および藤岩にて、岩トレ・ロープワーク 16:00広沢寺駐車場＝各駅解散	広沢寺、フジ岩の下部岩にて練習。クラックでのジャミングやガストンのつかみ方、ハンクのヒール、マントルを練習した。
1212	個人山行	ハイキング		丹沢	養生湖	12/29	12/29	渋沢駅南口(WC)9:20…榎窪会館(WC)10:15…渋沢丘陵…スポーツ広場(WC)10:30…公園入口11:20…11:30養生湖公園(WC)一周12:15…白能稲荷入口(R62横断)…今泉名水桜公園13:00…13:20栗野駅南口(解散)	交流ハイクで車椅子利用のゲストの方と歩くことを前提として下見を行った。地図に記載のないスポーツ広場、今泉桜公園のトイレを確認できたが多目的トイレが少ない。渋沢丘陵の好展望地は道幅が狭く車のワダチや木の根など障害者には問題なくても車椅子利用者には難易と思われた。栗野駅からの周囲コースなら手頃だが住宅街の中の歩行が長い。
1213	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	12/29	12/29	湖野辺駅6:26＝6:34町田駅6:47＝7:27渋沢駅7:50＝8:05大倉8:06…11:08塔ノ岳11:30…13:45大倉＝渋沢駅＝町田駅	富士山や南アルプスが青い空に映える素晴らしい景色を楽しみながら登ったが、とても暖かく沢山汗をかいた。
1214	個人山行	ハイキング		奥多摩	麻生山	12/29	12/29	町田駅7:10＝7:37八王子＝8:10拜島＝8:37武蔵五日市9:07＝白岩滝BT9:25…10:00白岩ノ滝…11:20麻生山11:45…12:30半神分岐…14:00金比羅山…14:35見晴らし展望台…15:10登山口…15:30武蔵五日市駅＝町田	年末とは思えない暖かな日差しの中、一年の山行を楽しみました。
1215	個人山行	雪山(アルパイン)	雪山	北アルプス	爺ヶ岳東尾根	12/29	12/30	29日:旧鹿島山荘0850…東尾根…JP…1300 幕営地(1978m付近)幕営 テント0600…0840爺ヶ岳0900…1040テント 30日:1100…1330旧鹿島山荘 解散	雪が少なく藪こぎが大変だった。大学山岳部の教パーティが入山しており、トレースが明確でワカンを使わないめずらしい山行となった。31日は二つ玉低気圧で雨が予想されたので、30日に早起きして山頂往復してから撤収・下山した。
1216	個人山行	ハイキング		丹沢	念仏山	12/30	12/30	秦野(自宅)14:07…善波峠…15:03念仏山…名古木…16:02栗野	数回の山歩を行い、ようやく念仏山から名古木の棚田までの経路を確認。エンディング山行で歩く予定。

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
1217	個人山行	ハイキング		房総	元清澄山	12/30	12/30	自宅6:30=8:30道の駅ふれあいパーク君津8:50=片倉ダム…9:45三石山10:10=地蔵峠…12:20元清澄山12:45=田代林道分岐…14:55道の駅ふれあいパーク君津15:10=19:00自宅	三石山までは車道歩き。三石山から元清澄山の登山道地蔵峠まで台風の被害大きく、倒木箇所が多数あった。田代林道もトンネルまで多数の倒木と砂崩れが箇所。登山者少なく、静かな山行でした。
1218	個人山行	ハイキング		丹沢	塔ノ岳	12/30	12/30	町田駅6:56=7:29妻野駅バス7:44=ヤビツ峠8:30…二ノ塔…三ノ塔…塔ノ岳12:55…(大倉尾根)…16:00大倉BS=渋沢=町田	順調に歩くことができた。景色がよく、ましてや近場でトレーニング出来るのはとてもありがたいと思った。
1219	個人山行	岩登り	岩トレ	丹沢	広沢寺	12/30	12/30	8:00厚木バスセンター=9:00~14:00広沢寺弁天岩にて岩トレ(アイゼントレ)=16:00厚木駅解散	今回はモノポイントアイゼンとWアックスを使って練習した。登山靴だけで登るのが最も難しい。
1220	個人山行	雪山(アルパイン)	雪山	日光・那須	日光白根山	12/30	12/31	30日:集合地4:15=8:50丸沼高原スキー場P9:30…11:45ゴンドラ山頂12:10…14:40c2400m15:00…16:25ゴンドラ山頂16:45…スキー場P17:50=沼田健康ランド19:00 31日:沼田健康ランド9:00=帰京11:40	南アルプスの甲斐駒ヶ岳を計画するも天候不良のため日光白根山へ。ゴンドラでの大名登山を試みたが大混雑で想定外のアルパイト。これ以上の良い選択がないと快晴無風の日光白根でしたが、時間切れのため頂を真交し望む森林限界の標高2400mで引き返しました。帰路「帰りたくない病」が発症。沼田の健康ランドに宿泊し終わりの2023年に感謝感杯をあげました。
1221	個人山行	山スキー	初滑り	上越	奥只見丸山スキー場	12/18	12/19	12/18 町田6:00=愛川IC=小出IC=奥只見シルバーライン入口10:00=大湯温泉 泊 12/19 大湯温泉7:30=丸山スキー場8:20…スキー滑降練習…スキー場13:00=小出IC=あきる野IC=町田17:30	18日はスキー場の天候不順のため閉鎖され翌日の初滑りとなった。前日の降雪により新雪の初滑りができた。
1222	個人山行	山スキー		東北	夏油高原スキー場	12/25	12/28	12/25 町田6:00=高尾IC=東北道・秋田道=北上西IC=15:00夏油スキー場 泊 12/26 夏油高原スキー場…終日・滑走練習(泊) 12/27 終日滑走練習(泊) 12/28 滑走練習…夏油高原発13:00=北上西IC=秋田道・東北道=高尾IC=町田20:30	積雪も充分あり、天候に恵まれ快適な練習ができました。
1223	個人山行	山スキー		東北	夏油高原スキー場	12/26	12/28	12/16 JR小田原駅、JR新橋高駅=JR東京駅7:16=9:42JR北上駅=10:10夏油高原スキー場11:00(無料シャトルバス) 昼食後 グレンデにてフリー滑走 12/27 グレンデにてフリー滑走 12/28 午前中グレンデにてフリー滑走 夏油高原スキー場14:00=14:50JR北上駅15:00=16:23仙台18:31=20:04JR東京駅 解散	今年の雪不足は深刻ですが、夏油高原スキー場はその心配もなく山頂140cm程度の降雪量、雪質も抜群でグレンデも混んでおらず素晴らしいコンディションで初滑りを終えました。2日目は風が強く、雪も降りましたがそのお陰でふかふかの雪を楽しみました。
1224	個人山行	ハイキング		富士・御坂	大室山(青木ヶ原)	12/29	12/29	6:30大和駅=10:00県道71号線大室山登山口PK(車デポ)…10:20富士風穴…11:00大室洞穴…12:00大室山北峰…12:10南峰…12:40神座風穴附録洞穴…12:45神座山…13:30富士風穴…13:45登山口=20:00センター北駅解散	大室山にもしっかりした登山道が出来てしまった。ピンクテープも有る。登りはこれらを利用して登った。
1225	個人山行	ハイキング		丹沢	檜洞丸	12/30	12/31	12/30古淵7:00=8:30折花橋手前…10:30犬越路…14:00檜洞丸(泊) 12/31檜洞丸9:30…10:20熊笹の峰ヤタ根分岐…13:30折花橋手前	年末で林道補修工事や採石場が休みに入ったため、11月の崩落現場近くのゲートが閉じられており、神ノ川ヒュッテまでの片道40分程度を歩くことになった。一日目は晴天で展望に恵まれたが、二日目は未明から降り始めた雨が、9時過ぎまで降り続いたため出発を遅くしてヤタ尾根で下山した。不燃ゴミ(空き缶160g、空き瓶760g、金属70g)990g可燃ゴミ(ビニールプラスチック)260g合計1250g
1226	個人山行	山スキー	山スキー山ポード練習	日光	奥日光白根山	12/30	12/31	12/30 4:00地野宅=4:15柳澤宅=関越道沼田ic=丸沼高原スキー場練習=15:30ペンションゆきだるま泊 12/31 8:00ペンションゆきだるま=丸沼高原スキー場=関越道=帰京19:00	12/30(土)は終日快晴で、思いのほか雪質も良く、シーズン序盤で良い練習が出来た。但し、当日がロープウェイ営業の開始日とのことで、混雑していたのが残念であった。12/31(日)は朝から雪時々雨で、残念な天候ではあったが、昨日とは異なる雪質の練習が出来た。