

月	ラ ン ク	山 域	山 名	コ ー ス
6	花 歴	東村山	東村山国宝地藏堂と 花菖蒲	国分寺（西武国分寺線）－東村山…正福寺 …八 国山尾根道入口…久米川古戦場跡碑…白山神社 …東村山ふるさと歴史館…東村山（3:30）
6	花 歴	千葉県	稲毛海岸	稲毛駅－花の美術館…ウッドデッキ…稲毛記念 館…野外音楽堂…ヨットハーバー－稲毛駅
6	A	三浦半島	新人歓迎山行 大楠 山	前田橋 ～大楠山～阿部倉～衣笠城址～衣笠駅 （3:40）※6/16 予定
6	A	奥多摩	金剛の滝	武蔵五日市～小峰公園～金剛の滝～広徳寺
6	A	奥多摩	金比羅山～南沢あじ さい山	武蔵五日市駅－金比羅山－あじさい山－武蔵五 日市駅（3:20）※下旬
6	B	房総	鵜原海岸岩峰	鵜原駅～岩峰（岩場でロープワークとトレーニ ング）～鵜原駅（1:00＋実技 4:30）
6	B	奥日光	高山～千手ヶ浜	東武日光駅（バス）～滝上 BS～高山～熊窪～冠岩 ～千手ヶ浜～仙人庵～千手ヶ浜～熊窪～冠岩～ 赤岩～竜頭の滝 BS（バス）～東武日光駅（5:00）
6	B	奥日光	半月山	中禅寺温泉 BS～狸山～半月山～半月峠～中禅寺 温泉 BS（4:55）

6	B	東北	みちのく潮風トレイ ル（八戸）奥入 瀬散策 八甲田山周 回登山 （2泊3日）	東京駅－八戸駅－鮫駅～蕪島神社～種差海岸～ 種差海岸駅－一本八戸駅（泊）－八戸駅 BS－子ノ 口 BS～奥入瀬溪流館 BS－酸ヶ湯温泉（泊）～ 地獄湯ノ沢～仙人岱～鏡沼～八甲田大岳～避難 小屋～毛無岱～城ヶ倉分岐～酸ヶ湯温泉－新青 森駅－東京駅（3:15）（4:00）（4:30）
6	C	足利	中倉山～沢入山	銅親水公園～中倉山～沢入山～中倉山～銅親水 公園（往復）（6:20）※舗装道路歩きが往復2 時間弱あるので6時間超だがCランクとしまし た。
6	C	上越	平標山	平標登山口～松出山～平標山～平標の家～平標 登山口（5:30）
6	C	中央沿線	御前山～高柄山～矢 平山	上野原～鶴島御前山～高柄山～矢平山～旧大地 峠～大地（5:30）
6	C	八ヶ岳周辺	硫黄岳～天狗岳 （泊）	桜平駐車場～オーレン小屋～硫黄岳～夏沢峠～

				根石岳山行（泊）～根石岳～天狗岳～黒百合ヒュッテ～渋の湯(4:55) (4:30)
6	C	北アルプス	常念岳～蝶ヶ岳 (2泊3日)	一ノ沢登山口～王滝ベンチ～常念小屋（泊）～常念岳～蝶ヶ岳（泊）～三股登山口 (4:35) (5:20) (3:25)
6	D	谷川連峰	谷川岳～平標山 (泊)	土合口～巖剛新道～西黒尾根～谷川岳～肩の小 屋（泊）～万太郎山～仙ノ倉山～平標山～松手 山～元橋(4:25) (9:50)
6	D	足尾山塊	皇海山 (泊)	銀山平～庚申山荘(泊)…庚申山…鋸山…皇海山 …鋸山…六林班峠…庚申山荘…銀山平 (2:30) (12:05)
7	花 歴	江東区	新木場～夢の島熱帯 植物館	葛西臨海公園駅…葛西臨海水族館…鳥類ウォッ キングセンター…葛西臨海公園駅
7	花 歴	山梨県北杜 市	清春芸術村と青白 寺 (泊)	1日目千葉駅～新宿駅～長坂駅～グリーンヒル 八ヶ岳…芸術村…グリーンヒル八ヶ岳（泊） 2日目グリーンヒル八ヶ岳～長坂駅～東山梨駅 …青白寺…東山梨駅～高尾駅～千葉
7	A	奥秩父	西沢溪谷	西沢溪谷入口～竜神の滝～滝見橋手前迂回歩道 ～大久保沢～西沢溪谷入口(3:40)
7	A	八ヶ岳～北ア ルプス	美ヶ原～八方池 (泊)	松本（レンタカー）～美ヶ原自然保護センター 駐車場…王ヶ頭…アルプス展望コース…美しの 塔…王ヶ頭…駐車場～信濃大町（泊）～はっぼう ゴンドラリフトアダム～池山荘…八方池…池山荘 ～はっぼう～五龍とおみ・テレキャビン～地蔵の 頭～五龍とおみ～長野(3:00) (3:00)
7	B	東北	月山 (泊)	山形(バス)～姥沢(リフト)～リフト上駅…姥ヶ 岳…月山(泊)…弥陀ヶ原…8合目(バス)～羽黒 山…羽黒センターBS～鶴岡(2:20) (3:40)
7	C	塩原	釈迦ヶ岳	大間々台～八海山神社～剣ヶ峰～釈迦ヶ岳～剣 ヶ峰～大入道～小間々台(5:20)
7	C	奥多摩	大岳山	御岳山駅～七代の滝～大岳山～鋸山～登計 峠～奥多摩駅(5:55)

7	C	上越	平標山～千ノ倉山 (泊)	三国峠登山口～三国峠～三国山～大源太山～平標山の家(泊)～平標山～仙ノ倉山～平標山～松出山～平標登山口(4:15)(5:00)
---	---	----	-----------------	---

7	C	大雪山系	北海道大雪山 (3泊4日)	羽田一旭川(レンタカー)ー大雪高原山荘登山口…第二花畑…緑岳…白雲山避難小屋…白雲岳往復…白雲山避難小屋(泊)…緑岳…大雪高原温泉登山口ー(レンタカー)ー旭岳温泉(泊)ー姿見…旭岳…黒岳石室(泊)…黒岳往復…石室…裾合平…姿見…日帰り温泉ー旭川空港 (5:50)(5:20)(5:40)(6:00)
7	D	北アルプス	白馬岳 (2泊3日)	白馬八方～八方池～白馬(泊)ー猿倉～白馬尻～白馬山荘(泊)～白馬岳～三国境～白馬大池～樽池自然園(2:45)(5:50)(5:45)
7	D	東北	飯豊連峰 (3泊4日)	飯豊温泉(前泊)～石転びの出合～梅花皮小屋(泊)～飯豊山～切合小屋(泊)～三国岳～川入(7:30)(7:40)(6:15)※上旬
8	A	南アルプス前衛	入笠山	ゴンドラ山頂駅～入笠山～野草園～ゴンドラ山頂駅(2:30)
8	A	中央沿線	倉岳山	梁川駅～立野峠～倉岳山～立野峠～梁川駅(3:50)
8	B	奥日光	竜頭の滝～湯滝	竜頭の滝BS～竜頭の滝～泉門池～湯滝～湯ノ湖～湯ノ平湿原～湯元BS(4:15)
8	C	丹沢	葛葉川本谷	秦野駅～菩提原～葛葉川本谷(下半部)～二ノ塔尾根～菩提原～秦野駅(4:10)
8	C	会津	会津駒ヶ岳 (泊)	(前伯駒ヶ岳登山口～水場～駒の小屋～会津駒ヶ岳～中門岳～会津駒ヶ岳～登山口)(7:15)
8	C	南アルプス	塩見岳と小河内岳 (2泊3日) (+前夜泊)	鳥倉口～三伏峠～小河内岳～三伏峠(泊)～本谷山～塩見岳/塩見小屋(泊)～三伏峠～鳥倉口(4:40)(5:10)(6:10)
8	C	北アルプス	笠ヶ岳 (2泊3日)	(前伯)平湯温泉～新穂高温泉～鏡平小屋(泊)～抜戸岳～笠ヶ岳(泊)～杓子平～新穂穂高温泉(5:10)(5:40)(6:25)
9	花歴	日高市	高麗峠～巾着田	千葉ー秋葉原ー池袋ー飯能…奥武蔵自然遊歩道…高麗峠…あいおい橋…巾着田…高麗駅

9	花 歴	東京	葛飾柴又	柴又駅（京成金町線）…参道商店街…帝釈天… 寅さん記念館…山本亭…矢切の渡…里見公園… 国府台駅（京成線）
9	A	奥多摩	新人歓迎山行 御岳 山～日の出山	滝本～（ケーブルカー）～御岳山駅～御嶽神社～ 日の出山～つるつる温泉（2:30）※9/15 予定
9	A	奥多摩	御岳山～大塚山 （泊）	御嶽駅～ラケットトレイル - 高峰山～竜のヒゲ～日の 出山～御岳山～宿坊（泊）～御嶽神社 ～大塚山 ～広沢山～古里駅（3:30）（3:20）※9/7～8 予定 （宿の予約具合にもよる）
9	A	中央沿線	高尾山	蛇滝口～4号路～（みやま吊橋）～高尾山～一丁 平～城山～小仏BS（3:50）
9	B	足尾	赤倉山	間藤駅～赤倉山～間藤駅（往復）（4:25）
9	B	富士周辺	宝永山	富士宮口五合目～第一火口分岐～宝永第一火口底 ～馬の瀬手前分岐～宝永山～大砂走り分岐～大砂走 り～大石茶屋～御殿場口新五合目（3:25）

9	B	浅間山周辺	黒斑山	東京駅（新幹線あさま）～佐久平（JRバス）～高 峰高原ホテル前BS～車坂山～トーミの頭～黒 斑山～蛇骨岳～黒斑山～トーミの頭～高峰高原 ホテル前BS（JRバス）～小諸駅～軽井沢（新幹 線）～東京駅（4:10）
9	B	尾瀬	尾瀬ヶ原～三条の 滝 （泊）	鳩待峠…尾瀬ヶ原…見晴（泊）…三条の滝…尾 瀬御池（3:00）（4:40）
9	C	大菩薩	本社ヶ丸	甲斐大和駅～登山口～清八峠～本社ヶ丸～角研 山～庭洞山～笹子駅（5:40）
9	C	御坂山塊	王岳	根場民宿BS～王岳～五湖山～精進BS（5:20）
9	C	南アルプス	北岳（2泊3 日）	新宿～広河原～白根御池小屋（泊）～大樺沢二俣 ～右俣コース～北岳肩の小屋～北岳～北岳肩の 小屋（泊）～草すべりコース～白根御池小屋～大 樺沢二俣～広河原～甲府（3:00）（5:30）（5:00）
9	C	北アルプス	蝶ヶ岳～中村新道 ～徳本峠～クラシェ ックロー ド （2泊3日）	三股～蝶ヶ岳ヒュッテ（泊）～蝶ヶ岳～大滝山～ 徳本峠～霞沢岳（スタジオジャンクション）～岩 魚留小屋（泊）～二股～島々（4:40）（6:25）（4:00）

9	D	越後	八海山	六日町～八海山スキー場(ロープウェイ)～山頂駅～浅草岳～薬師岳～大日岳～薬師岳～浅草岳～山頂駅～八海山スキー場～六日町(7:20)
9	D	北アルプス	霞沢岳 (2泊3日)	島々…二股…岩魚留小屋…徳号小屋(泊)…シヤンクシヨンプーク…K1…霞沢往復…明神小屋(泊)…田代橋…焼岳…中の湯登山口(7:50)(9:15)(7:32)
9	D	北アルプス	伊藤新道 (3泊4日)	信濃大町一七倉山荘一高瀬ダム…湯俣山荘(泊)第一吊り橋…第三吊り橋…展望台…第一庭園…分岐…三俣山荘(泊)…鷺羽岳…ワリモ北分岐…水晶小屋…東沢乗り越…真砂岳分岐…野口五郎小屋(泊)…三ツ岳下部…烏帽子小屋…三角点…権太落し…高瀬ダム一七倉山荘一信濃大町(2:50)(7:30)(6:00)(6:10)
10	花歴	大宮	大宮鉄道博物館	新検見川～大宮鉄道博物館駅…鉄道博物館…大宮公園…氷川神社…北大宮駅(3:30)
10	花歴	千葉市	枝豆狩りと花と散策を楽しむ	蘇我駅・新検見川駅一富田さとやま耕園一蘇我駅・新検見川駅(1:00)
10	A	奥武蔵	初級講座 (前期実技) 顔振峠～ユガテ	吾野駅～顔振峠～越上山～ユガテ～東吾野駅(3:45)
10	A	中央沿線	小仏城山～高尾山	小仏峠入口～小仏城山～一丁平園地(ゆっくり山飯づくり)～高尾山～山上駅(リフト)～高尾山駅(3:40)
10	A	房総	鋸山	浜金谷駅～車力道～展望台～鋸山山頂～石切り場跡～日本寺～保田駅(4:00)
10	B	奥多摩	丹波天平	丹波BS～サオラ峠～丹波天平～保之瀬天平～親川BS(4:30)
10	B	茨城	筑波山	筑波山口～薬王院～男の川コース～キャンプ場～東筑波ハイキングコース～つつじヶ丘(4:30)

10	B	箱根	矢倉岳	矢倉沢～矢倉岳～山伏平～浜居場城跡～テレビ中継所～酒水の滝入口～山北駅(4:05)
10	B	群馬	赤城山	前橋駅一赤城神社…黒檜山登山口…黒檜山(赤城山)…駒ヶ岳…駒ヶ岳登山口…覚満淵一前橋駅(3:50)

10	B	谷川連峰	平標山～仙ノ倉山 (泊)	平標山登山口～平標山ノ家(泊)～平標山～仙ノ倉山～平標山～平標山登山口(2:25)(4:50)
10	B	志賀高原	焼額山・志賀山 (泊)	東京駅—長野駅(急行バス)—蓮池ひろばBS—プリンスホテル西館BS～焼額山～奥志賀高原ホテルBS—蓮池ひろばBS～やまゆり荘(泊)～蓮池ひろばBS—ほたる温泉BS～渋池～志賀山・裏志賀山～四十八池～大沼池～大沼池入口BS—湯田中駅—長野駅—東京駅(2:10)(5:00)
10	C	奥秩父	乾徳山	塩山—大平高原～月見岩～乾徳山～月見岩～国師が原十字路～乾徳山登山口(5:30)
10	C	奥多摩	川苔山	川乗橋BS～細倉橋～百尋ノ滝～足毛岩～川苔山～舟井戸～大根ノ山ノ神～鳩ノ巣駅(5:35)
10	C	奥多摩	棒ノ折山・岩茸石山	さわらびの湯～棒ノ折山～岩茸石山～惣岳山～御嶽駅(6:25)
10	C	日光	日光白根山	(前泊)山頂駅～七色平への分岐点～日光白根山～七色平～山頂駅(5:00)
10	C	鬼怒沼湿原	奥鬼怒 (泊)	女夫淵バス停～日光澤温泉(泊)～鬼怒沼湿原南～鬼怒沼湿原北～日光澤温泉～女夫淵バス停(2:00)(5:00+2:00)
10	D	東北	朝日連峰 (泊)	朝日鉱泉～鳥原小屋(泊)～小朝日岳～大朝日小屋～大朝日岳～古寺鉱泉(4:00)(8:30)※上旬
10	D	北アルプス	槍ヶ岳 (4泊5日)	新穂高…穂高平小屋(泊)…白出沢出会い…滝谷出会い…槍平小屋…2631m地点…南岳小屋(泊)…分岐…槍ヶ岳…ヒュテ大槍…天狗原分岐…分岐…南岳小屋(泊)…2641m地点…北穂北峰…北穂南峰…潤沢岳…穂高岳山荘…ザイテングラート取付…潤沢小屋(泊)…屏風岩分岐…中島新道分岐…新村橋…徳澤…明神分岐…上高地BT(1:00)(7:50)(8:30)(8:00)(6:00)
11	花歴	千代田区	皇居半周紅葉巡り	九段下駅…北の丸公園…千鳥ヶ淵…半蔵門…桜田門…日比谷公園…御幸通り…東京駅(3:00)
11	花歴	鎌倉	朝夷奈切通～寺巡り	鎌倉—朝比奈…熊野神社…朝夷奈切通…十二社神社—恵観山荘…報国寺…華頂宮邸—鎌倉

11	A	奥武蔵	登山用地図アプリ講座講習 (初級実技) 日和田山	武蔵横手駅～物見山～日和田山～高麗駅(2:30)
11	A	丹沢	大山寺阿夫利神社下社日向薬師	大山ケーブルバス停～大山寺～阿夫利神社下社～見晴らし台～日向薬師薬師～日向薬師バス停(4:00)
11	A	箱根	矢倉岳	矢倉沢～矢倉岳～山伏平～地藏堂(3:45)

11	A	箱根	金時山	乙女口 BS～乙女峠～長尾山～金時山～公時神社分岐～矢倉沢峠～金時登山口～仙石 BS(3:10)
11	B	群馬	リーダー育成講習 (前期実技) 岩櫃山	郷原駅～古谷登山口～密岩通り～岩櫃山～平沢登山口～群馬原町駅(3:30+実技1時間)
11	B	南アルプス	日向山	新宿駅(特急あずさ)～甲府駅～長坂駅(タクシー)～尾白川溪谷～矢立石登山口～日向山～雁ヶ原～日向山～矢立石登山口～尾白川溪谷(タクシー)～長坂駅～甲府駅(特急あずさ)～新宿駅(4:15)
11	B	奥多摩	高水三山	軍畑～高源寺～高水山～岩茸石山～惣岳山～御嶽駅(4:00)
11	B	足利	行道山～両崖山	行道山 BS～浄因寺～行道山～両崖山～織姫神社～足利駅(4:35)
11	B	中央沿線	陣馬山～景信山	陣馬高原下～陣馬山～明王峠～景信山～小仏峠(5:15)
11	C	丹沢	塔ノ岳	大倉 BS～堀山の家～花立小屋～塔ノ岳～花立小屋～堀山の家～大倉 BS(6:00)
11	C	八ヶ岳	編笠山	観音平～雲海展望台～押手川～青年小屋～編笠山～押手川～雲海展望台～観音平(5:45)
11	C	中央沿線	菊花山～久鬼山	大月～菊花山～九鬼山～池ノ山分岐～田野倉駅(45:20)
11	C	西上州	大桁山～鍬柄岳	鍬柄岳登山口～川後石峠～大桁山～鍬柄岳～鍬柄岳登山口(5:30)
11	D	丹沢	鍋嵐	土山峠～辺室山～宮ヶ瀬尾根(能の爪)～鍋嵐～物見峠～煤ヶ谷(5:30) ※オニオンストラクチャーが見られます

11	D	奥武蔵	武甲山～大持山	一の鳥居～武甲山～子持山～大持山～鳥首峠～名護 (6:55)
12	花歴	房総	忘年山行 バスハイク	千葉駅一上総湊駅 (バス) 一紅葉の里公園 (バス) 一金谷港 (送迎バス) 一海辺の湯 (送迎バス) 一浜金谷駅一千葉駅
12	花歴	君津	久留里城周辺	千葉 (高速バス) 一久留里城三ノ丸 BS…久留里城跡周辺散策…久留里城三ノ丸 BS (高速バス) 一千葉 (2:30)
12	A	三浦半島	新人歓迎山行 鷹取山	京急田浦～がらめき切通し～鷹取山～神武寺～京急神武寺駅(2:30) ※12/8 予定
12	A	神奈川	鎌倉	北鎌倉駅～天園ハイキングコース～獅子舞いもみじ谷コース～永福寺跡鎌倉宮～覚園寺～鎌倉駅(4:00)
12	A	館山	小松寺～音落ヶ嶽 (鎌倉古道)	千葉一館山 (タクシー) 一小松寺…音落ヶ嶽 (乙王の塚) …小松寺 (タクシー) 一館山 (3:30)
12	A	丹沢	弘法山	秦野駅～浅間山～権現山 (展望台) ～弘法山～吾妻山～鶴巻温泉駅 (2:20)
12	B	中央沿線	高尾山	日影バス停…いろはの森コース…頂上…裏高尾…大垂水峠分岐…南高尾…梅の木平…高尾山口 (5:20) ※歩程は長いがアップダウンが少なく危険箇所なし
12	B	房総	三石山	上総亀山駅～藤林大橋～展望台～観音寺～三石山～上総亀山駅(4:15)

12	B	丹沢	大山	蓑毛 BS～ヤビツ峠～大山 1251m～見晴台～下社 (女坂)～大山ケーブル駅 BS (4:30)
12	B	愛鷹山山塊	越前岳	富士見峠～越前岳～十里木～越前岳～愛鷹山登山口～十里木(4:35)
12	C	奥武蔵	武川岳～二子山	名郷 BT～天狗岩～武川岳～二子山～芦ヶ久保駅 (5:35)
12	C	中央沿線	城山～景信山～明王峠	日影～城山～景信山～堂所山～明王峠～与瀬神社～相模原駅 (5:40)
12	C	南アルプス前衛	七面山 (泊)	白糸の滝～ (表参道) ～敬慎院 (泊)～七面山～敬慎院～ (北参道) ～七面山温泉



				(4:40) (5:40) ※年末泊 (宿坊) 一年間の締めくくり七面山 宿坊敬慎院から黎明の富士を拝む
12	D	奥多摩	馬頭刈山～鋸山	軍道～馬頭刈山～鶴脚山～つつら岩～白倉分岐～鋸山～奥多摩 (7:45) ※上旬
1	花歴	江東区	深川七福神巡り	深川七福神巡り (森下駅…門前仲町駅) (2:00)
1	花歴	房総	笠森グリーンルート	茂原駅ー笠森…笠森観音…百山望…観湖台…野見金公園…蔵持バス停ー茂原駅
1	A	丹沢	シダゴ山	田代向 BT～宮地山入口～宮地山山頂～シダゴ山～三又路～ロウバイ園～寄 BT (3:00)
1	A	茨城	宝篋山	土浦ーバスで宝篋山入口…極楽寺コース…頂上…成願寺コース…宝篋山入口ー土浦 (5:20)
1	A	奥武蔵	子の権現～竹寺	西吾野駅～子の権現天龍寺～豆口峠～竹寺～小殿バス停 (3:10)
1	B	南房総	富山	富山～西尾根～とみやま水仙遊歩道 (5 5分車道歩き) (5:30)
1	B	房総	嶺岡浅間～高鶴山	千葉ー木更津 (バス) ー主基 BS…嶺岡浅間 (一等三角点) …高鶴山登山口…高鶴山…東善寺…畑青年館 BS (バス) ー安房鴨川 (高速バス) ー千葉 (4:30)
1	B	房総	鎌倉古道 (堂ノ下～大崩)	岩井ー国保病院前～堂ノ下～正壽院～川上青年館～奥山～佐久間ダム～大崩ー保田 (4:15)
1	B	中央沿線	陣馬山	千葉ー高尾ー相模湖…与謝神社…大平…明王峠…陣馬山…陣馬登山口バス停 (4:30)
1	C	房総	郡界尾根	保田駅～小保田～小保田峠～白狐峠～小鋸山～鋸峠～鋸山～車力道～浜金谷駅 (5:30)
1	C	八ヶ岳	北横岳 (雪山)	北八ヶ岳ロープウェイ山麓駅 ～坪庭 ～北横岳～七つ池 ～坪庭 ～山頂駅 (3:30)
2	花歴	江東区	夢の島熱帯植物館	新木場駅…夢の島熱帯植物館…第五福竜丸展示館…新木場駅
2	花歴	房総	柏 布施弁天	千葉ー船橋 (東武アーバン) ー柏 (バス) ー弁天入り口…布施弁天…あけぼの公園…我孫子駅

2	A	奥武蔵	登山用地図アプリ講座講習 (中級実技) 日和田山	武蔵横手駅～物見山～日和田山～高麗駅(2:30)
2	A	秩父	宝登山	野上駅…野上峠…宝登山…宝登山神社…長瀨駅(3:20)
2	A	房総	花嫁街道と烏場山	花嫁街道入口～経文石～烏場山～黒滝～抱湖園～和田浦(4:00)

2	A	房総	大崩～松尾芭蕉句碑～市井原 (鎌倉古道)	千葉ー保田(バス)ー大崩BS…松尾芭蕉句碑…伊 レストランジェノバ…市井原BS(バス)(前半、藪 の中の道あり)(3:30)
2	B	三浦半島	三浦アルプス	風早橋～仙元山～ソッカ～観音像～乳頭山～田 浦梅の里～田浦駅(3:30) ※上旬
2	B	逗子	逗葉アルプス	逗子駅(バス)～風早橋 BS～葉山教会～仙元山～ 観音塚～鉄塔下～乳頭山～田浦梅林～JR 田浦駅 (4:55)
2	C	奥羽山脈南部	安達太良山 (雪山)	奥岳レストハウス--- 薬師岳---安達太良山--薬 師岳--奥岳レストハウス(4:45)
2	C	伊豆・箱根	沼津アルプス	多比バス停～太平山～志下峠～徳倉山～香貫山 ～沼津駅(6:00)
2	C	丹沢	檜洞丸	西丹沢自然教室～ゴーラ沢出会い～檜洞丸～ゴ ーラ沢出会い～西丹沢自然教室(5:30)
2	D	中央沿線	高尾山	藤野駅～陣馬山～景信山～高尾山～高尾山口駅 (7:35)
2	全	上信越	斑尾タングラムサー カス (2泊3日)	ゲレンデスキー
3	花 歴	下総中山	法華経寺～東山魁夷 記念館	下総中山駅…法華経寺…東山魁夷記念館…下総 中山駅(3:00 見学含む)
3	花 歴	都内	江戸川橋～戸山公 園	江戸川橋…肥後熊本藩細川家庭園…大隅講堂… 箱根山 44m(戸山公園事務所)…高田馬場駅 (3:30)
3	花 歴	目黒区	目黒川の桜(その 2)目黒川上流(池 尻大橋～五反田)	千葉ー池尻大橋…目黒天空庭園…中目黒公園… 目黒川の桜並木…大鳥神社…五百羅漢寺…五反 田

3	A	茨城	新人歓迎山行 宝篋山	小田東部～（常願寺コース）～尖浅間～宝篋山～小田東部(3:15) ※3/16 予定
3	A	房総	海老敷金比羅山～滝田城址	千葉ー館山（バス）ー千代原 BS…海老敷金比羅山…二反森…滝田城址…滝田（バス）ー館山ー千葉(4:00)
3	A	群馬	富岡アルプス	神農原駅～宮崎公園～神成山～新堀神社～芋芸神社～神農原駅(4:00)
3	A	中央沿線	城山片栗の里～草戸山	京王線橋本駅～城山片栗の里（園内散策）～城山湖～草戸山～高尾山口(4:25)
3	B	八ヶ岳周辺	飯盛山	飯盛山（雪山）(4:15)
3	B	三浦半島	三浦アルプス	JR 逗子駅～風早橋 BS～仙元山～観音塚～乳頭山～馬頭観音～JR 東逗子駅(4:10)
3	B	中央沿線	菊花山	大月駅～菊花山～御前山～神楽山～猿橋駅(4:35)
3	C	秩父	秩父御嶽山	三峰口駅(バス)～古池 BS～猪狩山～鞍掛山～タツミチ～御岳山～杉ノ峠～大滝発電所～三峰口駅(6:05)
3	C	丹沢	三峯山	煤ヶ谷～物見峠分岐～三峰山～不動尻～鐘ヶ嶽登山口～広沢寺温泉～広沢寺温泉入口 BS(5:10)
3	C	愛鷹山山塊	位牌岳	愛鷹山登山口…北尾根…位牌岳…須山(5:45)
3	C	奥多摩	戸倉三山	刈寄山登山口～刈寄山～入山峠～市道山～臼杵山～元郷 BS(5:30)
3	D	中央沿線	蕎麦粒山	川乗橋バス停～笹ノ岩山～蕎麦粒山～一杯水避難小屋～東日原バス停(6:30)

3	D	八ヶ岳	天狗岳(雪山) (泊)	渋の湯--- 黒百合ヒュッテ---中山峠---中山-黒百合ヒュッテ(泊) ---中山峠---東天狗岳--西天狗岳---東天狗岳---中山峠、黒百合ヒュッテ、渋の湯(4:05)(5:10)
4	花歴	横須賀	猿島	横須賀中央駅…三笠棧橋ー猿島ー三笠公園…汐入駅
4	花歴	飯能	宮沢湖	東飯能駅…ほほえみの丘…高麗峠…宮沢湖…飯能駅
4	A	奥武蔵	初級講座 (後期実技) ユガ テ～日和田山	東吾野…ユガテ…北向地藏…日和田山…高麗(3:50)

4	A	中央沿線	南高尾	高尾山口～梅ノ木平～山下 BS 夫付近～西山峠 ～榎窪山～三沢峠～草戸峠～四辻～高尾山口 (3:30) ※4/16j(火)実施予定
4	A	中央沿線	坪山	八ッ田 10:04/20…(2:00)…坪山…(2:00)…びり ゆう館…(0:05)…学校前 BS(4:00)
4	A	外秩父	笠山～堂平山	白石車庫～笠山～堂平山～白石峠～白石車庫 (3:20)
4	B	茨城	筑波山～裏筑波	千葉-つくば(バス) -つつじヶ丘…女体山 (一等三角点)…御幸ヶ原…裏筑波…つつじが 丘(バス) -つくば-千葉(4:20)
4	B	中央沿線	高尾山～景信山	高尾山口～水行道場～(6号路)～高尾山～城山 ～小仏峠～景信山～小仏バス停(4:15)
4	B	中央沿線	陣馬山	相模湖駅～与謝神社～孫山～明王峠～奈良子峠 ～陣馬山～陣馬山登山口～藤野駅(5:20)
4	B	奈良	奈良(大和)古 道 (泊)	①三輪山登拝～石舞台古墳～万葉展望台～談山 神社 ②畝傍御陵前駅～神武天皇陵～畝傍山～橿 原考古学研究所博物館～天香具山～天香山神 社～藤原京跡～耳成山公園～大和八木 (5:00)(4:40) ※4/4～6 ※①飛鳥多武峰の桜道 と三輪 ②古代神話の大和三山
4	C	前日光	地蔵岳～夕日岳	古峰神社バス停～地蔵岳～夕日岳～地蔵岳～古 峰神社バス停(往復)(6:20) ※舗装道路歩きが 往復2時間弱あるので6時間超だがCランクと しました。
4	C	御坂山塊	三つ峠山	新宿駅(特急あずさ)～大月駅(富士急線)～富士 急河口湖駅(富士急バス)～三つ峠登山口BS～ 三つ峠登山口～三つ峠山～三つ峠山荘～木無山 ～天上山～天上山護国神社～富士急河口湖駅～ 大月駅(特急あずさ)～新宿駅(5:20)
4	C	中央沿線	高尾山ハートル ート	高尾山口駅…四辻…草戸山…三沢峠…西山峠… 中沢山…大洞山…大垂水峠…一丁平…大垂水峠 分岐…稲荷山…高尾山口駅(6:40)
4	B	中央沿線	高畑山～倉岳山	鳥沢駅～穴路峠分岐～高畑山～穴路峠～倉岳山 ～立野峠～倉岳山登山口～梁川駅(5:00)
4	C	伊豆・箱根	天城山	天城縦走登～山口～万二郎岳～万三郎岳～八丁 池(5:00)

4	D	中央沿線	滝子山	笹子～登山口～(寂シヨウ尾根)～浜立て分岐～滝子山～檜平～水場～林道終点～初狩(6:30)
5	花歴	横浜	港が見える丘公園	石川町駅…外交官の家…外人墓地…港の見える丘公園…中華街…石川町駅
5	花歴	房総	佐倉	千葉駅—佐倉駅—臼井バス停…佐倉ふるさと広場…舟戸大橋…佐倉ラベンダーランド…女子大駅前
5	A	奥武蔵	奥武蔵丸山	芦ヶ久保駅～大野峠登山口～大野峠～丸山～芦ヶ久保駅(3:55)
5	A	房総	鋸山と日本寺	浜金谷～車力道～東京湾を望む展望台～鋸山山頂～地獄のぞき～日本寺～保田(4:15)
5	A	奥多摩	御岳山ロックガーデン	JR 御嵩駅—ケーブルカー滝本駅—御嶽山駅…御岳山…七代の滝…ロックガーデン…綾広の滝…ケーブルカー御岳山駅—滝本駅(3:00)
5	B	群馬	リーダー育成講習(後期実技) 岩櫃山	郷原駅～古谷登山口～密岩通り～岩櫃山～平沢登山口～群馬原町駅(3:30+実技1時間)
5	B	中央沿線	高尾山～景信山	高尾山口～稲荷山コース～高尾山～城山～景信山～高尾山口(6:00)
5	B	大菩薩嶺	大菩薩嶺	上日川峠～(唐松尾根)～雷岩～大菩薩嶺～雷岩～賽ノ河原～介山荘～石丸峠～上日川峠(4:15)
5	B	秩父	皆野アルプス	秩父華厳前バス停～華厳の滝～華厳の滝登山口～札立峠～破風山～大淵登山口(4:55)
5	B	富士周辺	倉見山	三ツ峠駅(富士急行)～厄神社～さすの平～倉見山～堂尾山公園～寿駅(4:15)
5	B	上信越	尾瀬ヶ原・三条の滝(泊)	鳩待峠～山の鼻～牛首～竜宮～見晴(泊)～赤田代～平滑の滝～三条の滝～(燧裏林道)～尾瀬御池(3:00)(4:30) ※下旬
5	C	御坂山塊	黒岳	天下茶屋…御坂峠…黒岳…新道峠…大石荘BS(5:15)
5	C	御坂山塊	鬼が岳～王岳	富士急河口湖駅—漁眠荘前BS～鬼が岳～鍵掛峠～王岳～漁眠荘前BS—富士急河口湖駅(6:30)
5	C	富士周辺	毛無山～十二ヶ岳	河口湖駅—長浜…毛無山…吊り橋…十二ヶ岳…沢……十二ヶ岳登山口BS(4:55)
5	D	日光	日光白根山	(前泊)菅沼登山口～白根山～前白根山～五色山

			(前泊)	～菅沼登山口(7:10)
5	D	愛鷹山山塊	位牌岳	森林公園～池ノ平～つるべ落しの滝～位牌岳～ 愛鷹山登山口(6:40)