

# 山行企画一覧（山行手帖 2026年3月号）



山行手帖1月号に掲載  
山行手帖2月号に掲載  
企画一覧に新規に記載

★ は体験山行のお申込みを受付けます。

No.	日付	体験	HP 企画	企画名	備考	級	サブ	リーダー
1	2/1 (日)	★	HP	順礼峠		C	平山典男 一木妙子	吉野 誠
2	2/3 (火)		HP	宝登山		C	久保田勝美	小島幸代
3	2/4 (水)			タケ山からシダゴ山		C	菅原和歌子 濱田正和 岸秀	東 弥生
4	2/4 (水)	★		林試の森公園から目黒不動尊	軽ハイキング部	E	吉田仁洸 猿橋涼子 岸秀	村松みさを
5	2/7 (土)			高松山		B	安藤ひろむ	福田明彦
6	2/7 (土)	★		皆瀬川～大野山		C	平山典男 一木妙子	吉野 誠
7	2/7 (土)			多摩川④多摩川一の心和らぐ公園	軽ハイキング部	D	内田香子 仲野正子 内河芳子 梅澤秀夫	柏木哲彦
8	2/7 (土) ～ 8 (日)			高見石・縞枯山	教育部 雪山(初級)	C	教育部員と 綿貫政夫	佐藤 淳
9	2/8 (日) ～ 10 (火)		HP	タングラム斑尾(スキー全級)	教育部 スキー	ski	大東 億	前田正史
10	2/8 (日)			大室山		B	小芝真佐子 川上千晴	楯 恒雄
11	2/8 (日)			上野原の剣ヶ峰		C	脇清美	岡戸真二
12	2/11 (水)		HP	霧訪山		C	池田信夫 忻郭英	鄧 子丹
13	2/11 (水) (祝)			インドアクライミング		C	堀本薫 中尾史 岡戸真二	綿貫政夫
14	2/12 (木)	★		京王百草園と高幡不動尊	軽ハイキング部	E	北野敏彦	北澤秀三
15	2/13 (金) ～ 15 (日)			菅平高原スキー場	スキー中級	ski	前田正史	大東 億
16	2/14 (土)			川苔山		B	高木明 山中英子	原 真弓
17	2/14 (土) ～ 15 (日)			厳冬期の上高地		C	鈴山修英 東弥生	濱田正和
18	2/15 (日)			聖峰・高取山	入門部 C級入門	C	重久敬子	楯 恒雄
19	2/15 (日)	★		入笠山スノーシュー		C	藤田真太郎	在田みな子
20	2/15 (日)			陣馬山		C		久保田勝美
21	2/15 (日)	★		青梅丘陵	入門部 新入会員入門	D	猿橋涼子	村松みさを
22	2/18 (水)			三浦アルプス		B	楯恒雄 久保佳奈子	中村香澄
23	2/19 (木)	★		渋沢丘陵・震生湖		D	柏木哲彦 長谷川千枝	重松照雄
24	2/19 (木)	★		大倉山公園～太尾見晴らしの丘公園	軽ハイキング部	E	猿橋涼子 吉田仁洸	村松みさを
25	2/21 (土)		HP	丹沢 大山三峰	入門部 B級入門	B	大野さおり	高木 明
26	2/21 (土)		HP	石裂山		C	小作詠子	岡戸真二
27	2/21 (土)	★		風祭から飯田岡		C	吉野誠 脇清美	小林美貴男
28	2/21 (土)			軽ハイキング部植物班 武蔵野公園から自然観察園		D	村松みさを 小幡恵美子 菅野浅代	永富とし江
29	2/21 (土)			新宿御苑		E	滝澤幸一 滝澤和子 小林正美	濱田正和
30	2/21 (土) ～ 22 (日)			天狗岳	教育部 雪山(中級)	B	佐藤淳	鈴山修英

31	2/22 (日)	★		草戸山		C	横幕千栄子	北澤秀三
32	2/23 (月) (祝)	★		オウメソウの里・栗平集落	軽ハイキング部	D	斉藤悦子 猿橋涼子	村松みさを
33	2/25 (水)		HP	梵天山		B	設楽政夫 中原洋吉	久保田勝美
34	2/26 (木)	★		会津藩の足跡と観音崎の河津桜		D	平山典男 吉野誠	小林美貴男
35	2/26 (木)			珍しい三角点のある東京一の低山	軽ハイキング部	E	内田香子 仲野正子 内河芳子 梅澤秀夫	柏木哲彦
36	2/27 (金)		HP	栄雲山		C	保科美喜子	小泉雪乃
37	2/27 (金)	★		鎌倉の梅巡り・古刹と十二所果樹園		D	菅原和歌子 渡邊喬	藤田幸子
38	2/27 (金)	★		田浦梅の里	軽ハイキング部 (スケッチ・撮影)	E	宮田哲郎 臼井彌生 高下麗子 平山典男	鈴木五郎
39	3/3 (火)			府中市郷土の森博物館		E	柏木哲彦 長谷川千枝	重松照雄
40	3/6 (金) ~ 7 (土)			白馬山麓スノーシュー		C	保科美喜子	重久啓子
41	3/7 (土)			御正体山～石割山		B	田中久留美 安藤ひろむ	原 真弓
42	3/7 (土) ~ 8 (日)			編笠山	教育部 雪山	B	設楽政夫 小島幸代	久保田勝美
43	3/8 (日)			丹沢山(大倉尾根)		A	小芝真佐子 川上千晴	楯 恒雄
44	3/8 (日)			華厳山		C	平山典男 一木妙子	吉野 誠
45	3/8 (日)	★		弓立山～越生梅林		C	飯塚佐和子	岡戸真二
46	3/9 (月)	★		北丹沢・南山	軽ハイキング部	D	吉田仁洸 猿橋涼子 上原勝男	村松みさを
47	3/11 (水)			インドアクライミング		C	岡戸真二 綿貫政夫 鳥海淳子	中村香澄
48	3/12 (木)			天覧山	教育部 岩トレ	C	教育部員	小島幸代
49	3/12 (木)	★		葛西臨海公園	軽ハイキング部	E	猿橋涼子 松本和夫	村松みさを
50	3/14 (土)			鹿沼岩トレ&猿岩懸垂下降		B	加藤美香 富宮忍 中尾史 桜井恵子 吉見晃	綿貫政夫
51	3/14 (土)	★		石割山～平尾山～大平山～長池山		C	脇清美	福田明彦
52	3/14 (土)	★		赤ぼっこ		C	菅原和歌子 東弥生 岸秀	濱田正和
53	3/14 (土)			小仏城山(山でご飯を炊く)		C	忻郭英 村松みさを	鄧 子丹
54	3/14 (土)			多摩川⑤高台から見る多摩川の景観	軽ハイキング部	D	内田香子 仲野正子 内河芳子 梅澤秀夫	柏木哲彦
55	3/15 (日)			大山三峰山	入門部 B級入門	B	赤塚武美 田中久留美	鈴木武夫
56	3/18 (水)			弘沢の滝から浅間嶺		C	綿貫政夫 脇清美	中村香澄
57	3/19 (木)			鍋割山～大倉		B	高橋昇 沖理枝	小芝真佐子
58	3/19 (木)	★		巾着田から天覧山	入門部 新入会員入門	D	脇清美	重久啓子
59	3/19 (木) ~ 20(金・祝)			高宕山とキンダン沢		C	伊藤道也 菊浦美貴子	原 真弓
60	3/20 (金) (祝)			大山北尾根		B	鈴山修英 久保佳奈子 大野さおり	東 弥生
61	3/20 (金) (祝)			陣馬山～高尾山縦走		B	住田ますみ 平山典男 橋本毅 榊林久美子	前田正史
62	3/20 (金) (祝)			一ノ尾尾根から陣馬山(藤野周回)		C	富宮忍 保科美喜子	小泉雪乃
63	3/21 (土)			葛城山から発端丈山縦走		C	忻郭英	鄧 子丹
64	3/22 (日)			三轟(みかも)山		D	小林美貴男	住田ますみ
65	3/24 (火)	★		三浦アルプス		C	渡辺清道 平山典男 一木妙子	吉野 誠
66	3/24 (火)			高尾山・小仏城山	軽ハイキング部 (植物)	D	小田くに江 小幡恵美子 菅野浅代	永富とし江
67	3/24 (火)	★		真鶴半島・三ツ石	軽ハイキング部 (スケッチ・撮影)	E	臼井彌生 高下麗子 平山典男	鈴木 五郎

68	3/24 (火)	★		城山かたくりの里		E	猿橋涼子 吉田仁洸	村松みさを
69	3/26 (木)			都立桜ヶ丘公園		E	柏木哲彦 長谷川千枝	重松照雄
70	3/27 (金)	★		石垣山		C	飯塚佐和子	岡戸真二
71	3/27 (金)			三轟山・みかも山公園	軽ハイキング部 バスハイキング	D	猿橋涼子 吉田仁洸	村松みさを
72	3/27 (金)			荻窪散策と善福寺川緑地		E	小林正美	濱田正和
73	3/28 (土)			妙義山(白雲山・金洞山)		A	赤塚武美 原真弓 山中英子	高木 明
74	3/28 (土)			破風山		B	石橋美佳	鈴山修英
75	3/28 (土)	★		生藤山	入門部 C級入門	C	富宮忍 保科美喜子	小泉雪乃
76	3/29 (日)			連行峰～万六尾根		B	渡辺清道 平山典男 一木妙子	吉野 誠
77	3/29 (日)	★		高水三山		C	横幕千栄子	北澤秀三
78	3/29 (日)			日和田山	教育部リード訓練 (初級)	C	教育部員	綿貴政夫
79	3/29 (日)			横浜最古の寺・弘明寺からの桜並木	軽ハイキング部	E	梅澤秀夫 内河芳子 長谷川 千枝 仲野正子 内田香子	柏木哲彦
80	3/30 (月)	★		鎌倉のお花見・ハイランド桜道		D	渡邊 喬	藤田幸子
81	4/1 (水)			都立狭山公園～多摩湖 E		E	油井恭子 小林正美	濱田正和
82	4/2 (木)			西上州碧岩・大岩		A	新藤久夫 鈴木昭秀	小島幸代
83	4/3 (金)	★		日影沢で野点	軽ハイキング部	E	岡村志満子 山口鏡子 猿橋涼子	村松みさを
84	4/4 (土)			不老山		A	大野さおり	福田明彦
85	4/4 (土)			飯能アルプス	入門部 B級入門	B	小原美沙 吉見晃 中尾史	綿貴政夫
86	4/4 (土)			天覧山から多峯主山	教育部 地図読み (入門)	C	教育部員	重久啓子
87	4/5 (日)			蕨山		B	塩山いずみ 高橋美智子 中原洋吉 厚見透	久保田勝美
88	4/5 (日)			蜂城山・大久保山		C	村松みさを 小林美貴男 池田信夫	住田ますみ
89	4/6 (月)	★		能岳・八重山	軽ハイキング部	D	上原勝男 吉田仁洸	村松みさを
90	4/7 (火) ～ 9 (木)			吉野山と葛城山		C	東弥生	濱田正和
91	4/8 (水)			森林公園		C	久保田勝美	小島幸代
92	4/9 (木)			金時山～箱根湯本		A	高橋昇 沖理枝	小芝真佐子
93	4/9 (木)			高遠城址公園の桜		E	住田ますみ 北野敏彦	北澤秀三
94	4/10 (金) ～ 11 (土)			蛾ヶ岳(四尾連湖畔テント泊)		C	忻郭英	鄧 子丹
95	4/11 (土) ～ 12 (日)			四阿屋山と八丁峠～両神山		A	高木明 山中英子 赤塚武美	原 真弓
96	4/11 (土)			多摩川⑥浅間神社から古川薬師	軽ハイキング部	D	内田香子 仲野正子 長谷川 千枝 内河芳子 梅澤秀夫	柏木哲彦
97	4/12 (日)			破風山		C	沖和子	岡戸真二
98	4/13 (月)			磯部桜川公園	軽ハイキング部、 バスハイキング	E	松田悦子 上原勝男 松本和夫	村松みさを
99	4/14 (火)			小仏城山(山ごはん)		C	峯村哲也 楯恒雄	重久啓子
100	4/14 (火) ～ 15 (水)			弥彦山		D	柏木哲彦 長谷川千枝	重松照雄
101	4/15 (水)			インドアクライミング		C	中村香澄 鳥海淳子	岡戸真二
102	4/25 (土) ～ 26 (日)			笠取山～唐松尾山～竜崎嶺山		B	小島幸代	福田明彦
103	5/5 (火) ～ 6 (水)			鳳凰三山		A	中村香澄	原 真弓

リーダーへの申し込みは手帖掲載後毎月1日以降です。