

表1

近隣の低山	奥多摩（御岳、奥多摩湖、数馬）	青梅丘陵（高水三山、むかしみち）	高尾山近郊	秩父	山梨（百蔵山など）	丹沢山系
	金時山	大菩薩峠	大雄山	筑波山	富士山	
一泊・ロープウェイなど利用	北八ヶ岳(坪庭、北横岳)	霧ヶ峰	蓼科牧場			
	西穂高	乗鞍				
	千畳敷カール	入笠山				
	白馬五竜	岩岳	拇池	八方尾根		
	谷川岳	河口湖	箱根	十国峠		
	越後湯沢～清津峡	尾瀬	沼津アルプス	天城越え	達磨山	
渓谷	西沢渓谷	奥蓼科	蓼科			
	尾白川渓谷	昇仙峡	長瀬			
	鳩の巣、御嶽					
海岸	銚子	江ノ島	城ヶ崎（横須賀）	沼津	猿島	
街歩き	鎌倉	横浜	柴又	都心	川崎	
公園	昭和記念公園	森林公園	野山北公園	桜ヶ丘公園	武蔵野公園	