

山域名	ルート名	種類	年月	備考
剣岳	チンネ	岩	80/08	
剣岳	チンネ左稜線	岩	78/08	核心部はA O
剣岳	源次郎尾根尾根 I 峰平蔵側下部中谷	岩	77/08	
剣岳	源次郎尾根尾根 II 峰平蔵側	岩	80/08	
剣岳	ハツ峰完全縦走	岩	80/08	末端スラブより
剣岳	ハツ峰六峰C フェース剣稜会	岩	75/08	
剣岳	ハツ峰六峰D フェース久留米大	岩	77/08	
剣岳	本峰北壁	岩	78/08	
白馬	主稜	雪	07/05	風雪の中の厳しい登行
鹿島槍	天狗尾根～正面ルンゼ	雪	09/03	天候悪化のため天狗のコルから引き返す
唐沢岳幕岩	大凹角	岩	02/07	オールフリーを目指す上部でルートミスのためA O
唐沢岳幕岩	S 状ルンゼ	岩	09/05	流水でコンディション悪いため撤退
奥鐘西壁	志岳会	岩	03/10	雨のため敗退
奥鐘西壁	中央ルンゼ	岩	10/10	相棒が臆病風に吹かれて途中下降
丸山東壁	右岩稜	岩	07/05	核心は越えたので下降
丸山東壁	左岩稜	岩	10/09	骨折後のリハビリ山行のつもりが遭難事故に遭遇
北穂高	滝谷ドーム北壁	岩	81/07	
北穂高	滝谷下部、第三尾根、ドーム中央稜	岩	77/08	
北穂高	滝谷第4尾根	岩	75/07	
前穂高	4峰正面甲南	岩	75/07	
前穂高	4峰正面松高	岩	04/10	
前穂高	4峰正面北条新村	岩	06/06	
前穂高	東壁C B A フェース	岩	77/09	単独
前穂高	北尾根	岩	74/05	単独
前穂高	屏風雲稜	岩	76/11	積雪期
前穂高	屏風青白ハング小倉	岩	77/11	下部は東壁ルンゼ
前穂高	屏風中央カンテ	岩	81/07	
前穂高	屏風中央壁ダイレクト下部から東稜	岩	81/07	
前穂高	屏風東稜	岩	77/01	積雪期、最終ピッチを残して敗退
前穂高	屏風東壁ルンゼ	岩	04/05	2ピッチ目で雨のため敗退
前穂高	屏風雲稜	岩	06/05	前穂東壁への継続はならず
前穂高	屏風蒼稜	岩	10/05	3ピッチ終了後下降
岳沢	コブ尾根	岩	73/09	
岳沢	タタミ岩奥壁	岩	77/10	
岳沢	奥穂南稜	岩	78/06	
槍ヶ岳	北鎌尾根	岩	74/11	積雪期、墜落
北ア赤沢山	槍沢側正面壁	岩	78/05	
明神	東稜	岩	74/06	下降、単独
明星	ドームルンゼ状壁	岩	76/08	
明星	南壁左岩稜	岩	79/11	
明星	恐怖の雨男	岩	02/10	フリースピリッツを登るつもりが間違え、途中で下降
明星	マニフェスト	岩	06/10	上部城塞を越えられず下降
明星	フリースピリッツ	岩	06/10	楽しいルートでした
錫丈	中央稜P2右岩壁	岩	77/07	単独
錫丈	左方カンテ	岩	01/08	再開後の初本番
錫丈	注文の多い料理店	岩	03/09	楽しいルートでした
錫丈	ニルンゼ	岩	05/10	雨の中をトレーニングでアイゼンをつけて登る
宝剣	天狗岩駒峰	岩	76/07	
宝剣	東壁	岩	74/10	
宝剣	東壁中央稜	岩	76/03	積雪期
宝剣	東壁中央稜	岩	76/07	
宝剣	東壁中央稜	岩	79/05	
北岳	バットレスDガリー奥壁	岩	78/09	
北岳	バットレス下部フランケ	岩	76/07	
北岳	バットレス中央稜ノーマル	岩	76/07	
北岳	バットレス中央稜ノーマル	岩	78/09	
北岳	バットレスピラミッドフェース～4尾根	岩	07/08	
甲斐駒	ダイヤモンドAフランケ白稜ルート	岩	78/11	
甲斐駒	摩利支天中央稜	岩	77/05	
谷川岳	マチガ沢東南稜	岩	78/09	
谷川岳	一ノ倉コップ正面雲表	岩	79/10	

谷川岳	一ノ倉一ノ沢一ノ沢中間リッジ	岩	79/05	
谷川岳	一ノ倉一ノ沢一ノ沢中間リッジ	岩	08/03	積雪期
谷川岳	一ノ倉烏帽子奥壁凹状	岩	79/10	
谷川岳	一ノ倉烏帽子奥壁中央カンテ	岩	76/09	
谷川岳	一ノ倉三ルンゼ	岩	78/08	
谷川岳	一ノ倉衝立ダイレクトカンテ	岩	79/10	
谷川岳	一ノ倉衝立岩雲稜第2	岩	77/01	終了付近で宙吊りに
谷川岳	一ノ倉滝沢第三スラブ	岩	81/07	
谷川岳	一ノ倉中央壁本庄山の会ルート	岩	79/09	
谷川岳	一ノ倉中央稜	岩	76/06	
谷川岳	一ノ倉中央稜	岩	78/10	
谷川岳	一ノ倉中央稜	岩	79/02	積雪期
谷川岳	一ノ倉中央稜	岩	80/05	
谷川岳	一ノ倉中央稜	岩	12/10	出発の遅れと相棒の不調から核心越え後に下降
谷川岳	一ノ倉南稜	岩	75/06	
谷川岳	幽ノ沢中央壁左フェース	岩	79/11	Zピッチから先は正規ルートをはずす
八ヶ岳	阿弥陀南稜	岩	73/08	下降、単独
八ヶ岳	阿弥陀南稜	岩	74/04	
八ヶ岳	阿弥陀南稜	岩	80/02	積雪期
八ヶ岳	稲子岳南壁	岩	75/05	
八ヶ岳	稲子岳南壁	岩	79/09	
八ヶ岳	小同心クラック	岩	76/01	積雪期
八ヶ岳	小同心クラック	岩	06/02	積雪期
八ヶ岳	赤岳西壁ショルダーリッジ	岩	76/01	積雪期、敗退
八ヶ岳	赤岳西壁主稜	岩	76/01	積雪期
八ヶ岳	赤岳西壁主稜	岩	80/02	積雪期
八ヶ岳	赤岳西壁南峰リッジ	岩	76/01	積雪期
八ヶ岳	大同心正面右ルート	岩	79/08	
八ヶ岳	大同心正面雲稜	岩	76/12	積雪期
八ヶ岳	中山尾根	岩	76/01	積雪期
八ヶ岳	天狗尾根	岩	73/08	単独
八ヶ岳	阿弥陀北西稜	岩	04/03	積雪期 ガイド山行
八ヶ岳	権現岳東稜	岩	06/03	積雪期
八ヶ岳	旭岳東稜	岩	13/01	積雪期 五段の宮で思いのほか時間を要す
八ヶ岳	阿弥陀北稜	岩	13/02	積雪期
八ヶ岳	石尊稜	岩	13/03	積雪期 思いのほか手強かった
八ヶ岳	赤岳西壁主稜	岩	14/02	積雪期 ラストが落石負傷のため1ピッチ目で下降
大台ヶ原	サマーコレクション	岩	05/10	人工壁チック
比叡山	ニードル左岩稜〜本峰	岩	14/04	日本列島徒歩縦断時にガイドと
みずがき	ベルジュエール	岩	04/10	ガイド山行
みずがき	ベルジュエール	岩	05/08	核心の大フレークは越えたが、次のチムニーで敗退
みずがき	調和の幻想	岩	05/04	
みずがき	春一番	岩	02/06	フリー化される前
みずがき	大ヤスリ ハイピークルート	岩	02/10	
小川山	涸沢岩峰群 II 峰ダイレクト	岩	01/07	フォローオンリー
小川山	ウスノロマン	岩	04/05	4ピッチ目で相棒が墜落負傷したため下降
小川山	セレクション	岩	04/09	
小川山	レモンルート	岩	03/05	
小川山	ガマスラブ	岩	12/05	
城山	南壁バトルランナー	岩	01/04	ガイド山行
城山	南壁バトルランナー	岩	02/04	昔のパートナーと再びザイルを
城山	南壁バトルランナー	岩	07/09	暑くて注意力が散漫となる
城山	南壁バトルランナー	岩	13/04	セカンドが鎌形ハングを越せずに下降
城山	南壁バトルランナー	岩	13/12	三日月ハングルートとの継続
城山	南壁三日月ハングルート	岩	13/12	バトルランナーとの継続
城山	南壁エキスカーション	岩	02/03	
二子岳	中央稜	岩	01/11	下部はバリエーション経由
二子岳	中央稜	岩	05/10	先行パーティーが墜落、ヘリで救出
二子岳	中央稜	岩	12/11	三度目の正直で完登
御在所	前尾根	岩	73/05	その後、何度となく登る
御在所	前尾根 フランケ	岩	77/04	
御在所	中尾根	岩	76/10	P2まで

御在所	中尾根	岩	13/11	P4のみで時間切れ
御在所	中尾根バットレス	岩	76/10	
三ツ峠	中央カンテ	岩	76/04	
三ツ峠	中央カンテ	岩	10/10	
三ツ峠	直登カンテ	岩	79/04	
三ツ峠	巨人ルート	岩	06/04	
三ツ峠	鶴亀ルート	岩	12/05	
十二ヶ岳	マルチ（ルート名不詳）	岩	12/05	
越沢バットレス	左ルート	岩	76/05	
越沢バットレス	第一スラブ	岩	76/05	
越沢バットレス	第二スラブ	岩	79/03	
越沢バットレス	第一スラブ～鋸	岩	10/04	
笠ヶ岳	穴毛谷	沢	76/09	単独
黒部源流	赤木沢	沢	85/08	
甲斐駒	黄連谷右俣	沢	79/10	単独
南ア光岳	易老沢	沢	87/08	
鳳凰三山	白井沢	沢	07/08	単独
中ア三ノ沢	伊奈川本谷	沢	74/09	
奥利根	水長沢本谷	沢	79/08	藪尾根に逃げる
谷川岳	南面ヒツゴー沢	沢	78/10	
仙ノ倉岳	西ゼン	沢	78/08	
上越	大源太山北沢	沢	85/10	
巻機山	米子沢	沢	78/08	単独
朝日岳	ナルミズ沢	沢	02/08	単独
平ヶ岳	恋ノ岐川	沢	01/08	
裏妙義	谷急沢	沢	08/08	単独
奥秩父	甲武信東沢本谷	沢	72/10	単独
両神山	金山沢右俣	沢	02/08	単独
大菩薩	大黒茂谷	沢	03/08	単独
奥多摩	水根沢	沢	09/10	単独
奥多摩	川乗山逆川	沢	10/10	単独
丹沢	勘七の沢	沢	78/09	
丹沢	小川谷廊下	沢	71/11	
丹沢	小川谷廊下	沢	07/07	
丹沢	水無川本谷	沢	72/09	
丹沢	滝郷沢左俣	沢	78/10	
鈴鹿		沢	73/04	単独
その他	奥三河	沢	73/10	
その他	中門沢	沢	84/08	
その他	武尊沢	沢	87/10	
八ヶ岳	ジョーゴ沢	アイス	79/01	
八ヶ岳	裏同心ルンゼ	アイス	07/12	
八ヶ岳	裏同心ルンゼ	アイス	01/12	
八ヶ岳	広河原沢右俣	アイス	08/02	
妙義	裏谷急沢	アイス	12/02	
日光	雲竜溪谷	アイス	79/02	
三ツ峠	コーモリ沢	アイス	80/01	
御在所	三ルンゼ	アイス	76/02	単独
奥秩父	東沢乙女の滝	アイス	79/01	
松木沢	黒沢	アイス	04/02	
その他	奥美濃田立ノ滝	アイス	78/02	
その他	袋田の滝	アイス	79/01	
上越	荒沢山風穴沢マイナーリッジ	ヤブ	80/04	雪稜登攀のつもりが木登りに
上越	荒沢岳から中ノ岳縦走	ヤブ	00/08	単独 今は立派な道があるようだが
上越	巻機山から朝日岳縦走	ヤブ	02/06	単独
上越	三国峠から白砂山	ヤブ	03/04	単独
上信	鳥居峠から角間峠	ヤブ	11/05	単独 四阿山～湯ノ丸山の縦走途中
上信	大上峠から大仁田峠	ヤブ	11/12	単独 余地峠～大仁田峠の縦走途中



