

日程	時刻	駅ほか	路線	距離	予定	
2017/9/1	金	06:24	新白河	なすの258号	155.1	
		07:18	大宮	かがやき503号 (指定①)	192.1	
		07:46				
		08:43	長野			
		09:00		ワイドビューしなの6号	62.7	ナワテ通り、松本城
		09:49	松本			小木曾製粉所松本駅前店(大ざる&山賊焼)
		12:00		あずさ16号 (指定②)	220.3	
		14:41	新宿			
		15:00		湘南新宿ライン	70.5	
		15:59	平塚			
		16:02		東海道本線	26.6	
		16:33	根府川			季作久
		19:56		東海道本線 (上野東京ライン)	90.4	
		21:28	東京			
21:44		やまびこ223号	185.4			
22:54	新白河					
2017/9/2	土	07:43	新白河	東北新幹線	155.1	
		08:36	大宮			JEXER大宮 (Zumba、10:00~10:45)
		11:10		はやぶさ15号 (指定③)	683.4	
		14:09	新青森			
		14:27		奥羽本線	3.9	
		14:33	青森			
		14:37		青い森鉄道	17.2	
		14:57	浅虫温泉			鶴亀屋食堂 (マグロと生ウニのダブル丼)
		15:58		青い森鉄道	17.2	道の駅浅虫温泉「ゆ〜さ浅虫」
		16:23	青森			
		16:45		奥羽本線	37.4	
		17:27	弘前			とんもつ串焼煮込み・しょう
		21:42		特急つがる5号	37.4	舟清
		22:17	青森			新鮮市場菟伝。(焼干ラーメン)
2017/9/3	日	08:36		快速風っこ	3.9	8:31 カシオペア入線 (タビックスジャパン・カシオペア紀行)
		08:43	新青森			
		09:52		はやぶさ14号 (指定④)	713.7	
		13:04	東京			
		13:21		中央線特快	2.6	
		13:25	御茶ノ水			
		13:27		総武線	0.8	
		13:29	水道橋			CARVINO (14:00~17:00)
		17:12		総武線	0.8	
		17:14	御茶ノ水			
		17:18		中央線快速	2.6	
		17:22	東京			
		17:28		やまびこ151号	185.4	
		18:38	新白河			
2017/9/4	月	06:59	新白河	なすの258号	185.4	
		08:16	東京			休暇ながら会社に立ち寄り (処理、会議)
		11:07		丸ノ内線	8.7	
		11:24	池袋			JEXER池袋 (Zumba、12:15~13:00)
		13:15		湘南新宿ライン	22.6	
		13:40	大宮			
		14:06		とき323号	168.9	
		15:00	越後湯沢			さくら亭 (日帰り入浴)
		17:13		Maxとき334号	168.9	特約店で緑川純米生酒、ぼん酒館でおちょこ、小嶋屋でへぎそば
		18:14	大宮			JEXER大宮 (Zumba、19:30~20:15)
		20:46		やまびこ59号	196.4	
		21:36	郡山			
		21:44		なすの284号	41.3	
		21:56	新白河			
				3,656.7		