

第203号

高御位 山遊会



2018年 2月

高御位山遊会

目 次

1. 巻頭言	「長寿遺伝子のスイッチ」	藤本	1
2. 山行案内			2～3
	2月17日(土)～18日(日)― 高見山・三峰山		
	2月24日(土)～25日(日)― アルプ 氷ノ山		
	2月24日(土)― 六甲全山縦走トレーニング 西コース		
	2月25日(日)― 六甲全山縦走トレーニング 東コース		
	3月 1日(木)～3日(土)― 霧ヶ峰・八島湿原の散策		
	3月 7日(水)― 女性委員会 八幡山		
	3月11日(日)― 六甲全山縦走		
	3月14日(水)― 白山・妙見山		
	3月18日(日)― 女性委員会 交野山		
	3月18日(日)― 高御位山縦走		
	3月21日(水)～22日(木)― アルプ 稲村ヶ岳		
	3月24日(土)― 鎌倉山		
	3月31日(土)― ゆっくりズム 増位山・弥高山・広峰山		
	4月15日(日)― 霊仙山		
	9月13日～10日間― 海外トレッキング オーストリアアルプス		
3. 活動報告	〈期間：12月16日～1月15日〉 ☆ 山行の部 ☆ 一般の部		4
4. 山行報告			5～13
	★ 武庫川廃線跡ハイク ・武庫川溪谷廃線跡ハイキング道のトンネルは冒険気分	松浦	
	★ 納山会 Aコース ・奥畑登山口～三嶽～西ヶ嶽～藤岡ダム	平井	
	Bコース ・納山会に参加して	岡田(美)	
	Cコース ・急登、急降、なんとかクリアして無事納山会おわる	廣岡	
	★ 六甲クリスマス山行 ・締めくくりのクリスマス山行	木村	
	★ 元旦ご来光登山・高御位山の報告	砂川(延)	
	★ 新春トレーニング山行・新春トレーニング山行に参加して	藤原(浩)	
	・初めての新春トレーニング	高島	
	・高御位山遊会新春トレに参加して	木畑	
5. 第7回運営委員会だより			14
6. 行事予定(18/2月～5月 山行の部、一般の部)			15～16
7. 編集委員だより・会員だより			17～18

表紙の写真：新春トレーニング

「出発前は好天に恵まれたが、昼には一時吹雪となる天気の変化の中で
参加者全員が無事走破しました。」

撮影者：垣内