

第 2 7 7 号

高御位



2 0 2 4 年 5 月

高御位山遊会



目 次

1. 巻頭言	「筋肉を「貯筋」」	須増	1
2. 山行案内			2 ～ 5
	・一般山行案内		
3. 労山基金継続手続きについて			
4. 活動報告 <期間：3月7日～4月10日>			6
5. 学習会報告			7 ～ 8
6. 退会者・入会者のお知らせ			
7. 山行報告			9 ～ 20
	■金勝アルプス	田中(重)	
	■六甲山・労山の森見学会	平井	
	■高尾山・筑波山 <ゆっくりズム山行>	澤田(律)、黒本	
	■京都トレイル第一弾	島谷、團野、笹木	
	■熊山 <女性委員会山行>	中村	
	■六甲・菊水ルンゼ <アルプ山行>	尾内	
	■新竜アルプス	仲田	
	■高森ボランティア報告	佐々木	
8. 会員紹介			21
9. 23年度 第10回運営委員会だより			22
10. 行事予定(24/5月～/8月 山行の部、一般の部)			23 ～ 24
11. 会員だより		平井、平石、福原	25
12. 編集委員だより			
13. 高御位山遊会賛歌			26

表紙の写真：「高尾山から見えた富士山」

登りたかった高尾山に登頂できた達成感とこの景色。

皆で食べた名物「天狗焼」最高のご褒美でした。

撮影：臼井