

第 2 7 9 号

高御位



2 0 2 4 年 7 月

高御位山遊会



目 次

1. 巻頭言	「フレイル予防」	小田	1
2. 山行案内			2～3
	・一般山行案内		
3. 活動報告	＜期間：5月9日～6月9日＞		4
4. 学習会報告			5～7
5. スズメバチに出会ったら			
6. 山行報告			8～20
	■鎌倉山(452.7m) ＜初めての山歩き教室実技Ⅱ＞	喜田	
	■竜ヶ岳（滋賀県・三重県）	立花	
	■大杉谷 ＜アルプ山行＞	笹木	
	■大台ヶ原 ＜学習会終了山行＞	稲見	
	■久住山 ＜ゆっくりズム山行＞	橋本(万)	
	■両神山・雲取山～ 秩父・奥多摩へ	高島、徳本	
	■善防山・笠松山（読図） ＜初めての山歩き教室実技Ⅲ＞	船本	
	■大峰山系稲村ヶ岳（1726.1m）（奈良県）	一瀬	
	■六甲・紅葉谷～魚屋道～有馬 ＜アルプ山行＞	平井	
7. 23年度 第12回運営委員会だより			21
8. 行事予定（'24/7月～/10月 山行の部、一般の部）			22～23
9. 会員だより		福田、松本(聡)	24
10. 編集委員だより			25
11. 会員動向			
12. 高御位山遊会賛歌			26

表紙の写真：「立中山のミヤマキリシマ」

久住連山の麓、坊がつる湿原に近い場所にある立中山、山麓から山頂までミヤマキリシマが一面に咲き乱れていました。まさに息をのむような美しさ！
感動の連続でした。

撮影者：澤田(律)