

第280号

高御位



2024年8月

高御位山遊会



目 次

1. 巻頭言	「足がつる原因」	乙坂	1
2. 山行案内			2～3
	・一般山行案内		
3. 活動報告	＜期間：6月10日～7月10日＞		4
4. 学習会報告			5～6
5. 山行報告			7～15
	■坊勢島一周散策・かしわの山（100m）＜ゆっくりリズム山行＞		
		岡田(淳)、三木(知)	
	■高妻山（たかつまやま 2353m）長野市～戸隠の最高峰	松田	
	■六甲ロックガーデン ＜初めての山歩き教室実技Ⅳ＞	團野	
	■氷ノ山 ＜初めての山歩き教室終了山行＞		
		植田、坂本、船本、一瀬	
6. 23年度臨時・24年度第1回運営委員会だより			16
7. 高御位山遊会 第24回定期総会報告			17～18
8. 行事予定（'24/8月～/11月 山行の部、一般の部）			19～20
9. 会員だより		仲田、坂本、澤田(律)	21
10. 編集委員だより			
11. 高御位山遊会賛歌			22

表紙の写真：

第24回高御位山遊会定期総会の集合写真です。2023年5月のコロナの5類への移行以来、昨年に続いて市ノ池みどりの相談所研修棟での開催となりました。69名の参加でした。沢山の参加ありがとうございました。

森本