

創立59年
OMC

里山からアルプスまで

生涯歩ける山の会

ハイキングから
岩登り 沢登り 雪山も

〒150-0046
東京都渋谷区松濤1-27-7-204

TEL・FAX 03-3469-9567

<http://www.oiraku.jp>

おいらく山岳会



始めよう!健康づくりと生きがいづくり

- ◆ 登山の基礎から学ぶことができます
服装や持ち物、地図の見方、岩や沢の基礎など
 - ◆ 毎月『山行手帖』をお届け致します。
約50種類の企画から自分に合った企画が選べます。
 - ◆ 入会は、40歳から（ご相談下さい）
 - ◆ 年会費9,800円（家族割引あり）
入会金1,000円
- ※体験山行などお気軽にお問い合わせ下さい。



紹介者名



シナノキンバイ