



やまたん

やった! 薬師岳登頂



9/8~11 薬師岳~室堂平山行

10月の定例会は

10月7日(月) 19:00~

我孫子北近隣センター並木本館

ライチョウの親子(?)が目の前に!



定例山行計画

ご案内



準定例山行計画		臼杵山～市道山～醍醐丸～和田峠 (842m～795m～867m)		リーダー:矢野貞 グレード:2B
月 日	2024 年 10 月 27 日(日) 日帰り			
山 域	奥多摩	日の出日の入りなど	日の入り/16:50	
目 的	少し早い紅葉			
費 用	約 5,000 円	交通機関	JR、バス	
行 程	我孫子 5:32→柏→立川 7:01/7:22→武蔵五日市 7:54/8:40→バス→本宿役場前バス停 9:00/9:05 ⇒2:10⇒臼杵山⇒1:25⇒市道山⇒1:40 ⇒ 醍醐丸 ⇒ 45 ⇒ 醍醐丸登山口⇒85⇒ 和田バス停→ 藤野駅 →我孫子 ＜歩行時間:7時間 11.3キロ 登り 1189m 下り 1111m ＞			
個人装備	個人装備一式			
メ モ	標準歩行時間の 1.0 で歩ける人、雨天中止 休日お出かけパス利用 武蔵五日市駅→本宿役場前 20 分 470 円、和田バス停→藤野駅 14 分 300 円 和田発バス時刻 15:47 (我孫子着 18:40 頃), 17:05 (我孫子着 19:40 頃) 本宿迄タクシー利用も考慮中			

定例山行計画		湘南 鷹取山 (139m)		リーダー:一氏 グレード:1A
月 日	2024 年 11 月 2 日(土) 日帰り			
山 域	神奈川県	地形図 (又は日の出日の入り)	1/25000	
目 的	鎖場、岩場の三点支持の確認			
費 用	約 3,000 円	交通機関	JR 京急	
行 程	我孫子 6 : 35→柏 6 : 40→上野 7 : 09／7 : 21 戸塚 8 : 08→逗子 8 : 33→東逗子 8 : 36 ⇒神武寺 9 : 00⇒鷹取山⇒鷹取山公園 (昼食) ⇒摩崖仏⇒追浜 14 : 30 (特急) →品川→我孫子			
個人装備	日帰り装備			
メ モ	鷹取山は低山ながら「岩の上を歩く」「鎖のあるトラバース」「頂上の岩場」とバリエーションのある登山道です。基本の確認を講師として藤家さんをお願いしています。 雨天中止とします。			

定例山行計画		立山三山縦走 (浄土山 2831m～雄山 3003m ～別山 2880m)		リーダー:細谷 グレード:4D	
月 日		2024 年 11 月 23 日(土)～25 日(月) 2泊 テント泊 予備日 26 日(火)			
山 域		立山	日の出日の入りなど	日の出 6:15 日の入り 4:34	
目 的		厳冬期の立山			
費 用		約 5 万円	交通機関	マイカー・レンタカー	
行 程	1 日目	柏・我孫子 1:00 → 扇沢駐車場 6:00 → 扇沢 7:30 → 室堂 9:00/10:00 ⇒ 一の越 11:30⇒龍王岳 12:50⇒浄土山 13:30⇒室堂 14:30 (幕営地) テント設営宿泊 ＜歩行時間 4.5 時間＞			
	2 日目	幕営地⇒5:00⇒一の越 6:00⇒雄山 7:30⇒富士ノ折立 9:00⇒真砂岳 10:00⇒別山 11:30⇒劔御前小舎 13:00⇒幕営地 14:30 ＜歩行時間：9 時間＞			
	3 日目	室堂 8:00 → 室堂山 (展望台) 9:30/10:30 ⇒室堂 12:00 (テント撤収・昼食・荷造り) /14:15 → 扇沢 15:51 → 扇沢駐車場 16:10 → 柏・我孫子 21:30～22:00 ＜歩行時間 3 時間＞			
個人装備		厳冬期テント泊装備一式			
メ モ		雷鳥沢野営場又は、室堂ターミナル前の仮設野営場にテント泊します。 冬季の雷鳥沢野営場トイレをはじめ一切の設備が利用できません。 各自携帯トイレを利用するか、室堂ターミナルまで我慢します。 11 月の立山は厳冬期となります。 気象条件が厳しい場合、中止します。 夜間は氷点下 20 度前後になりますので、凍死しない装備が必要です。 冬季立山は、ビーコン、プローブ、シャベルが必須です。(無いと入山できません) 岩・氷・雪の状況でアイゼンワークが確実にできる方、雄山直下のトラバースは状況により氷の斜面となり、滑落した場合、最大 300m 落ちる可能性があります。			



定例山行報告

定例山行報告		薬師岳 ～ 室堂平 (2926m)		リーダー：佐藤 清宏 グレード：3C	
月 日		2024年 9月 8日(日)～11日(水) 山小屋 3泊4日			
山 域		北アルプス	日の出 / 日の入	薬師岳 5:18 / 18:16	
目 的		「北アルプスの貴婦人」に登る			
費 用		約 69,000円(大人の休日利用)	交通機関	JR・新幹線・タクシーなど	
行 程	1 日 目	上野駅集合 6:10 上野 6:22 →かがやき 501号 →富山 8:23/40 →(大和タクシー)→折立 9:45 折立 9:57 →三角点 11:46/12:01 →五光岩ベンチ 13:35/41 →太郎平小屋 14:32 ＜歩行時間：4時間14分＞ ＜行動時間：4時間35分＞ 【 距離：6,3km のぼり 1033m くだり 58m 】			
	2 日 目	太郎平小屋 5:57 →薬師峠キャンプ場 6:21/27 →薬師平 7:08 →薬師岳山荘 8:06/12→薬師岳 9:14/47 →北薬師岳 10:54 →間山 12:34 →スゴ乗越小屋 13:36 ＜歩行時間：6時間54分＞ ＜行動時間：7時間39分＞ 【 距離：8,5km のぼり 755m くだり 814m 】			
	3 日 目	スゴ乗越小屋 6:10 →スゴ乗越 7:03/06 →スゴノ頭分岐 8:10 →越中沢岳 10:07/30→鳶山 12:42/54 →五色ヶ原山荘 13:34 ＜歩行時間：6時間50分＞ ＜行動時間：7時間24分＞ 【 距離：5,5km のぼり 847m くだり 588m 】			
	4 日 目	五色ヶ原山荘 5:32 →ザラ峠 6:17/25 →獅子岳 8:13/20 →鬼岳東面 9:27/33 →龍王岳分岐 10:32 →浄土山南峰 10:39 →浄土山登山口 11:46 →室堂平 12:35 →みくりが池温泉 13:00～13:50 ＜歩行時間：6時間42分＞ ＜行動時間：7時間03分＞ 【 距離：6,3km のぼり 677m くだり 740m 】 室堂ターミナル 14:20 →(バス)→美女平 15:10/20 →(ケーブルカー)→立山 15:27 立山 15:27 →(富山電鉄特急)→電鉄富山 16:22 JR富山駅解散 16:30			
ル ー ト 状 況		○道標はきちんとあり迷うことはないが、行程は長く、急なのぼりやくだりのアップダウンが続くルートである。岩がゴロゴロと重なった岩稜帯の通過には緊張した。 ○夏山の花のシーズンは終わっていたが、ところどころにお花が残っていた。			
参 加 者		佐藤清 L/やまなみ、矢野貞 SL, 田嶋 SL, 田村/記録、吉川/記録・写真、北角/写真、大島/救急、中村育/会計、北田/会計、土田/旗、男3名、女7名 計10名			
メ モ		○よい天気めぐまれて、薬師岳のカール群を足下に、東隣には赤牛岳とその奥に裏銀座コースから後立山連峰に続く山並みを、西には富山湾から能登半島の眺望を楽しんだ。 ○2日目 スゴ乗越小屋手前の間山付近で、ライチョウの親子？ が砂浴びをしているのを目の前の距離で観察した。 ○太郎平小屋・スゴ乗越小屋はココヘリ提示で500円割引だった。 ○五色ヶ原山荘は水不足で、飲料水は500mlが450円だった。			



金作谷カール



ヤマハハコ



太郎平小屋
小屋のご主人を囲んで



シラタマノキ

越中沢岳目指して





薬師岳めざして



ミヤマコゴメグサ



ミヤマリンドウ



みくりが池



アオノツガザクラ



スゴ乗越小屋

定例山行報告		伊豆ヶ岳 (851m)		リーダー:富井容 グレード:3A	
月 日	2024 年 9 月 21 日(土) 日帰り				
山 域	奥武蔵	日の出日の入りなど	1/25000 秩父		
目 的	早秋の奥武蔵の自然を楽しみ、大藁草履に会いに行こう				
費 用	約 4,000 円(反省会費用は含めない)	交通機関	JR・西武鉄道		
行 程	我孫子駅 6:01→池袋駅 6:51/西武池袋線乗換 7:02→飯能駅 7:51/西武秩父行乗換 7:54→正丸駅 8:26/8:45⇒伊豆ヶ岳登山口 9:15⇒五輪山 10:35⇒伊豆ヶ岳 11:05⇒古御岳 11:40⇒高畑山/お昼 12:20/50⇒中ノ沢ノ頭 13:30⇒天目指峠 14:00⇒愛宕山 15:15⇒子ノ山 15:30⇒浅見茶屋⇒子の権現 15:30⇒分岐 15:55⇒西吾野駅 17:15/17:32→飯能 17:57/18:02→池袋 18:54/19:02→日暮里 19:15/20→我孫子駅 19:49 ＜歩行時間：約 8 時間＞				
ルート 状 況	＊登山コースは、沢沿いを歩く五輪山コースで、連日の夕立の影響か道は滑りやすく、流木も多く以前より歩き辛い状態であった。 ＊登山道は、整備され多少荒れていても支障なく歩ける。 ＊落石等の危険があるため男坂、女坂は通行止めになっている。 ＊登山道には、色々な花や茸が見られ楽しく歩ける。 ＊休憩場所が多い。 ＊伊豆ヶ岳への沢沿いの道と天目指峠からのアップダウンが続く道が、子の権現天竜寺（足腰の守護神）に至る修行となります。				
参加者	富井容(L・旗)・高橋芳恵(SL)・外崎蓮・小林安代(記録)・田嶋まり・小山三恵(写真)・北角順子(やまなみ) 男 1 名、女 6 名 計 7 名				
メ モ	＊グレードは、2A→3A に変更しました。 ＊うどんが美味しいとの評判の浅見茶屋に立ち寄るには、注文時間を確認して行程を設定することをお勧めします。 ＊日没時間を考慮して山行時期を決めることをお勧めします。 ＊色々なコース設定ができ、楽しめる低山だと思います。 ＊天候は、曇りでしたが残暑もやわらぎ、登山をし易い日となりました。				



伊豆ヶ岳山頂にて



沢沿いの急斜面
(子の権現天竜寺
への修行の道)



アップダウン連続
の尾根歩き(子の
権現天竜寺への
修行の道)



登山道には、秋の
到来を教えてくれる
花や茸などが、迎え
てくれているよ！



修行の道の終わりには、子の権現天竜寺(足腰の守護神)の大わらじが待っていた！

運営委員会・山行部会議議事録

令和6年度 運営委員会(第7回) 議事録

令和6年9月17日(火)

1. 行事予定 (令和6年9月～令和6年11月)

(巻末に掲載)

2. 各部より

《会長》 *8月は予定していた山行が悪天候で中止になり、山に登っていないことに気づき、筑波山に登ってきました。登山道の石を止めているのを直している人に出会いました。下山の時、直してあったのを見て私も何かしなくては、と思いゴミを拾ってきました。

《副会長》 *9月になり、今年度も後半年になりました。
10月定例会の机上研修で、「今年度の山を語ろう」の提案が出ているので楽しみです。

《総務部》 *新入会員(山本ちはるさん)入会承認依頼について
柏広報を見ての入会希望。既に会長・副会長の面談も済み、全会一致で10月からの入会が運営委員会で承認されました。よろしくお願いします。

《山行部》 *「山行規定」の修正案(来期実施)が出されましたが、検討箇所があり次回再修正案を運営委員会に提出することになりました。
*山行計画書にエスケープルートの記載がないがあるので、担当リーダーは入れて下さい。

《会計部》 *特になし

《装備部》 *特になし

《会報部》 *「やまなみ」に関するアンケート報告について
52人の会員から回答をいただき、アンケート内容、今後の「やまなみ」編集方針についての説明あり。編集体制など今後の検討課題を次年度体制に反映していく。

《県連》 *9月24日 笠間アルプス 当会参加 14名
10月19日・20日 実技講習「登山寿命を延ばすための講習会」当会参加 6名
10月18日～21日 韓国紅葉ハイキング 当会参加 4名
9月27日 「登山能力の改善を目的とした8か月間の筋力トレーニングの取り組みとその成果」オンライン講演会 当会申込者 0名
皆さま、是非ご参加下さい。ご協力をよろしくお願いします。

10月定例集会所	吉川さん	やまたん原稿 締切り	10月号	9月25日(水) 吉川さん
			11月号	10月25日(金) 吉川さん

村越、北田、矢野裕、郷田、室崎、白崎、矢野貞、細谷、佐藤清、武内、大畠、秋山、千葉、森岡、田嶋、小林安土田、蟹江、一氏、中村八、藤家、中村育、松下、矢野朝、高橋芳、(運営委員25名)

29 期 第 7 回山行部会 議事録

2024/9/17（火）19：00

1. 山行部より

労山千葉県連の教育遭難対策委員会では、11月16日（土）に「事故防止・経験交流集会」を開催予定です（船橋市の塚田公民館）。プログラムはまだ正式には決まっていますが、そこでは現在教遭委員会で作成している「初級ロープワーク術（仮称）」が紹介される予定です。これは以前（2000年頃）に作成された「安全登山の為のロープワークと7点セットの使い方」の情報が少々古くなってきたため、ハイキングレベルの必要最低限のロープワーク技術として、必要装備の検証、使用方法をまとめられるものです。対象となるハイキングとは、①岩場、沢、雪、海外を除く、②標高2000m以下、③標準コースタイム5時間以内、④日帰り、⑤既設登山路、以上5条件を満たすもの（労山基金「ハイキング3倍交付特典」の要件に該当する登山）とされます。ロープワーク技術は、安全性の追求を通して、日々進化しています。いずれ、皆さんに公開できる日がくると思いますが、日程が許せば「事故防止・経験交流集会」にもご参加ください。

（山行部長）

2. 山行計画

（巻末に掲載）

3. 教育研修

【机上研修】

日 程	対象者	研修場所	研修内容	担当講師	資料等
10/7（月）	新人	定例集会	山行計画書の作成練習（新人に計画書を作成してもらう）	新人/秋山・千葉	
10/7（月）	会員	定例集会	今年度の山を語ろう（中間報告）	山行部研修グループ	
11/4（月）	新人	定例集会	山の天気を予測する	大平	
11/4（月）	会員	定例集会	山に向き合う（仮題）	高橋重	

【実技研修】

日 程	山名	対象者	研修内容	担当講師
10 月	中山道～鳥居峠	参加者	中山道の本曾路を歩く	矢野朝
11 月	子の権現・竹寺	参加者	晩秋の低山	本田
12 月	入笠山	参加者	クリスマス山行（食事とテント）	外崎・新谷

4. 山行報告

山 名	参加者数		山行NO 1323	やまなみ	カメラ	ヒヤリハット	特記事項
	会員	一般					
8/25-27 燕岳							天候不順の為中止
8/27-29 御嶽山・恵那山							天候不順の為中止

9/1 磐梯山							天候不順の為中止
9/7-9 伊藤新道の硫黄沢							リーダー体調不良の為延期
9/8-11 薬師岳～室堂平	10		1323	佐藤清	吉川 北角	無し	

5. 公開登山について

一般参加者1名の応募があった。会員の参加者が多く40名弱になる予定。

人数が多いので2班に分けて登る。

9/14に担当が下見をした。コースに問題はなかった。

6. その他

公開登山のポスターを我孫子市の近隣センターに掲示する場合、その方法で掲示期間が異なる。

募集の2週間に対し、公開は1か月。柏も異なるので掲示場所のルールを知る必要がある。

(リーダー) 外崎 大畠 武内 千葉 矢野貞 本田 矢野裕 村越 大平 北田 藤家 石塚

小林安 佐藤清 蟹江 森岡 白崎 田嶋 小島徹 秋山 小野 矢野朝 土田 一氏 細谷

吉川 佐藤健 小山 室崎 飯塚

(進行) 鈴木忠

欠／高橋芳 新谷 小島洋 松下 北川 郷田 富井



『 山行記録の方法・スマホを使って 』

講師：矢野朝水さん、吉川さん

- ・ヤマレコのお話、時代は変わってきていると痛感しました。山と俳句のお話、自然を楽しみ、感じた気持ちを文章化する能力に感嘆、登山の原点を再認識させられるお話でした。
- ・吉川さんは、さすがスマホ&ネットの情報収集がお上手なだけあって、素晴らしくわかりやすいヤマレコの山行記録のマニュアルを作って頂きありがとうございました。残念ながら私はヤママップを使っていますが、参考にさせていただきます。矢野朝水さんのお話では、矢野さんの俳句に対する並々ならぬ愛情と努力が伝わってきました。残念ながら私は俳句は作りませんが、目にした光景や感情をうまく 17 文字に表現できた時は、山歩きが何倍も思い出深いものになるのだらうなと想像しています。
- ・吉川さんのヤマレコの説明は席を外していたので途中からだったので資料をプリントしてやってみます。矢野さんの山行記録はいつも楽しみに拝読しています。山行後、早めに送って下さるので紀行文の俳句がすぐに浮かんでくるのかと毎回感心していましたが、苦勞して作られていると言うので驚きました。山行から帰ってくると忘れてしまうことが多いのですが、矢野さんの紀行文と俳句と写真は改めて思い出に浸ることができます。ご自分の為にと書いていましたがこれからも楽しみにしていますので続けてください！ありがとうございました。



- ・9月の研修はいずれも参考になりました。できたら利用者の一番多いと思われ、自分も利用している YAMAP も同じように上手に活用している方のお話が聞けたら有難いと思いました。矢野さんは何時も山でメモしている姿を見て感心していました。帰ってあれだけの文章を作る！！凄いです。山の楽しみ方は、色々あると思い知らされました。
- ・記録の方法をデジタルとアナログの両面から説明していただいた今回の研修は興味深く、良い企画をありがとうございました。吉川さんのヤマレコによる記録のとり方は、苦手な分野をわかりやすくプレゼンテーションしていただいたので、この資料を使って習熟していきたいと思っています。矢野さんの記録方法は、なじみやすい方法なので自分もやってみたいと思っているのですが、なかなか矢野さんのように実行するのは容易ではありません。しかし、せっかくの楽しい山行をしっかりと記録することは大事でもあり、また矢野さんの言うようにボケ防止にもなる

ので、ぜひ心がけて行こうと思いました。

- ・矢野様のご意見に感銘を受けました。山行後寄せられた高尚な文章に毎回首をひねさせられていましたが、明かされてみると秘訣はメモにも一因があったとは驚きました。氏の俳句は長寿大学での部活動に源を発し、以来6年間作り作り続けてこられたことが秀作の流れを作り出したということ。私はスマホに代表される文明の利器に頼りすぎて、メモという古来の基本的な作業を忘れていたことに今更ながら気付かされました。当然、メモ習慣だけであの山行の秀作が生み出されるわけもなく、氏のこれまでの知識、体験、習練が裏打ちされた結果であるのは承知しています。80歳に手が届かんとする身ですが、見習うことは遅すぎず、氏に続いていこうと思いました。吉川さんのお話も参考になりました。有難うございました。
- ・資料がスマホの画面を出してくれているので、取り入れたいと思う場合、とても参考になります。この画面を見ながら計画を立てれば、ココヘリや地元警察への登山届がいっぺんにできますね。私は計画書の行程を利用してココヘリはココヘリ登山届、警察には警察署の登山届に沿って作り、送信しています。ヤマレコで作れば一つでできるので利用したほうが良いと思いました。ぜひ、挑戦したいです。ありがとうございました。矢野さんから届く紀行文、いつも楽しく読ませてもらっています。写真と共に一連の流れのように、歩いた場所や見つけたもの、俳句などが載っていて読みながら自分も歩いているようにいつも、感じています。写真はスマホですが、見つけたもの、感じたことはメモを細かくとっているということ。俳句を詠むのにも、とても苦勞されていることを知り、そうなんだ！と納得しました。ご苦勞されているからこそ、自分でも歩いているように、その時その時の場面が見えてくるような紀行文になっているのですね。これからも楽しみにしています。ありがとうございました。



ました。

- ・吉川さんの資料はとても具体的に説明をされていて、上手に使いこなせない私にはとてもありがたかった。矢野さんのお話の中にあった「キーワードをメモする」。私もメモをとるのですが、上手く活かせません。メモの取り方にもコツがあると学びました。
- ・山行記録をまとめるのが苦手です。これまでの記録が散逸してしまっているのが私の課題です。お二人の記録の方法は再度、記録に挑戦するきっかけになりました。吉川さんのスマホアプリを活用した方法＋矢野朝水さんのようにファイルできたら素晴らしい記録になりますね。これから先の山歩きの一つ一つを大切にするためにも学びと気づきのある素晴らしい研修を送っていただき感謝いたします。
- ・これまで、山行の前に登山計画をおおよそ立て、下山後の登山記録は残していませんでしたが、お話を伺って、アプリを使って計画から登録、管理していくと、もっと深くなり、楽しさが広がるように思いました。もっと勉強していきたいと思えます。矢野さんのお話を伺って、自然の感じ方をカメラだけでなく言葉で表現できるところが素晴らしいと思います。自分も言葉の持つ意味を大切に考えられるようになりたいと思いました。

* * * *



* * * *

【「10月机上研修」のご案内】

10月の机上研修では

グループに分かれて、語り合いたと思います。

①今年度の山行で、印象に残るものは？

②来年度、どんな山に登りたいですか？

どんな研修があるといいですか？

できれば具体的に

【「忘年山行」費用集金について】

12月1日(日)忘年山行を予定しています。**費用は1万円**です。

11月定例集会において費用を集金しますのでよろしくお願いします。

山行計画と行事予定

■ 山行計画

日 程	分	山 名	山 域	L/企画者	G	備考（目的）
10/2（水）	自	手賀の丘周辺	柏・我孫子	小野	1A	どんぐり散歩2 2手賀の丘 【募集済み】
10/8（火）	定	平標山	谷川連峰	秋山	2A	谷川の紅葉 【募集済み】
10/13（日）	定	八重山～能岳	中央線沿線	担当＊		＊藤家、大平、小林、富井、北角、大賀 市民とのふれあい、紅葉を楽しむ 公開登山 【募集済み】
10/27（日）	準定	臼杵山～市道山 ～醍醐～和田峠	奥多摩	矢野貞	2B	少し早い紅葉
10 月	定	天覚山～大高山	奥武蔵	森岡	1A	秋の飯能アルプスの一部をのんびりと 楽しむ
10 月	定	伊豆半島	伊豆	室崎	1A	西海岸を歩く
10/31～11/1 （木-金）	定	鳥井峠	木曽路	矢野朝	1A	中山道の木曽路歩き 【募集済み】
11/2（土）	定	湘南高取山	湘南	一氏	1A	岩と摩崖仏の鑑賞
11/23～11/25 （土～月）	定	立山	立山	細谷	4D	雪の立山
11 月	定	日の出山	奥多摩	蟹江	1A	紅葉と展望【L 体調不良で実施不可】
11 月	定	高水三山	奥多摩	小島徹	2A	三山を繋ぐミニ縦走
11 月	定	行道山	足利	石塚	1A	陽だまりハイク
11 月	定	三つ峠	富士周辺	田嶋/北角・大賀	2A	初冬の富士山を眺める
11 月	定	子ノ権現～竹寺	奥武蔵	本田	2A	晩秋の低山尾根と寺巡り
12/1（日）	定	鶏足山～焼森山	栃木、茨城県	担当＊		＊矢野朝、白崎 一氏、佐藤明 忘年山行 【募集済み】

■ 行事予定（令和6年9月～令和6年11月）

	月	日	行 事	場 所	備 考
当会	10月	7（月）	定例会	我孫子北近隣センター並木本館	19:00～20:50
		15（火）	運営委員会＋山行部会	市民プラザ	19:00～20:50
	11月	4（月）	定例会	我孫子北近隣センター並木本館	19:00～20:50
		19（火）	運営委員会＋山行部会	市民プラザ	19:00～20:50
	12月	3（火）	定例会	我孫子北近隣センター並木本館	19:00～20:50
		17（火）	運営委員会＋山行部会	市民プラザ	19:00～20:50
県連	10月	17（木）	理事会	Zoom	19:00～21:00

＊山行報告書の提出先 gaku.abi01@gmail.com（会報部メールアドレス）