

2006.2

# 三多摩山スキークラブ 会報

2月号 155



2006年2月10日 発行

三多摩山スキークラブ

会長 川上 邦夫

〒180-0013 武蔵野市西久保 3-25-7-303

Tel& Fax 042-253-7289

<http://www.asahi-net.or.jp/~xi7m-ootk/backnumber.htm>

2006年  
1月7日~8日



## 尾瀬岩鞍スキー 基礎講習



## 野沢温泉 / 鍋倉山

29日、今年2日目の快晴  
総勢26名が参加 (報告9頁)



堀内さんの撮影にかかる写真は左記 URL <http://www.imagegateway.net/a?i=3DLkcLHnTo>

## 目次

尾瀬岩鞍スキー場・基礎講習	2
野沢温泉 / 鍋倉山	3
目次	4
今月の表紙	4
インフォメーション	5
例会、運営委員会、リーダー会、スキー協行事等	
行事案内	6
オグナ武尊スキー場・前武尊	6
2006 八甲田山山スキー	7
飯綱山・赤倉前山	7
東京スキー協	8
行事報告「野沢温泉スキーツアー & 鍋倉山」山行報告	
	9
近況報告	10
例会・運営委員会等	13
スキー協関連報告	14
編集後記	15

### 今月の表紙

「シーズンに1回は、全会員が一同に会し山スキー談義を！」ゲレンデと山スキー。今年は、ブナ林がきれいな鍋倉山へ。昨年続き、今年も大雪にめぐまれゲレンデでも深雪を堪能、そして29日は、年が明けて2

日目の晴れ(元旦依頼だそうです)。

総勢26名が参加、表紙写真すいません1名、土曜日に帰られましたので、25名です。

汗をかいた後の温泉。酒…。ゲレンデも深雪と...

今年も堪能しました。

## インフォメーション

<b>例会</b>			
-----------	--	--	--

### 2月例会のご案内

雪崩について

日時 2月8日(水) 午後7時30分～

場所 国分寺労政会館 (042-323-8511)

今月は、読図について勉強会を行います。シルバーコンパス、鉛筆をお持ちください。

3月	8日	(水)	午後7時30分～	国分寺労政会館(042-323-8511)		
4月	12日	(水)	午後7時30分～	国分寺労政会館(042-323-8511)		
5月	10日	(水)	午後7時30分～	国分寺労政会館(042-323-8511)		
<b>運営委員会</b>						
2月	15日	(水)	午後19時30分～	国分寺労政会館(042-323-8511)		
<b>リーダー会議</b>						

三多摩行事等予定					担当
2月	11～12日		滑降講習・山スキー	群馬県・オグナ武尊	近藤
3月	4～5日		山スキー	戸隠、前山	3日夜発 近藤
3月	18～19日		山スキー	みつまた、かぐら	新潟 高畠
3月	25～26日		山スキー	守門岳	新潟 長部
2月	17～26日		山スキー	八甲田山(日程等、詳細は行事案内をご覧ください)	酸ヶ湯温泉

その他 スキー協関係は			問合せ先		
2月	25～26日	入門	山スキーのエッセンスが豊富	湯の丸高原(長野)	東京スキー協 03-3971-4144
3月	4～5日	入門	自然と対話し山小屋一泊、温泉	安達太良山(福島)	東京スキー協 03-3971-4144
3月	18～19日	入門	ロープウェイを利用して自然園へ	柵池高原(長野)	東京スキー協 03-3971-4144
3月	25～26日	実践	上越国境の連峰の一つ、雪も豊富	巻機山(新潟)	東京スキー協 03-3971-4144

# 行事案内

2月 野沢温泉(ゲレンデ&山スキー)は、クラブ員総勢26名が参加しました。昨年同様、ゲレンデで滑降練習し、ぶな林で有名な鍋倉山へツアー行ってきました。山頂までいけませんでした、また...				
11(金)~12(月)	2日	オクナ武尊	近藤	
25(土)~26(日)	2日	湯の丸山		(同日、東京スキー協教室)
17(金)~20(月)	4日	予定人員20名限度	長部	週末中心
19(日)~22(水)	4日	予定人員20名限度	矢口	平日中心
23(木)~26(日)	4日	予定人員10名限度	大川	エキスパート
3月 ゲレンデから山へ。本格的な山スキーのシーズン到来です。しかし今年は雪が多いのと、降り方も例年と違ってます。雪崩等に気をつけましょう。				
3(土)~5(月)	2日	戸隠(飯綱山)、妙高前山	近藤	次ページ参照
18(土)~19(日)	2日	みつまた・かぐら	勝亦	
25(土)~26(日)	2日	守門岳	長部	詳細は、2月の例会・読図で
先のリーダー会議で新たに追加、変更された計画があります。あなたの予定表にも加えてください。 NO.24 平標山 4月22日~23日 R二階堂 山スキー レベルC NO.30 穂高横尾谷 5月20日~21日 近藤 山スキー レベルB NO.31 剣・長次郎 6月3日~4日 (期日変更)				

三多摩山スキークラブ 会山行

## オクナ武尊スキー場・前武尊 参加要項

オクナスキー場から前武尊山迄 登ります。そこから沢に入ってすべります。深雪を楽しめるとおもいます。でもこの季節自然は厳しいです。

### スケジュール

期 日 2月10日(金) - 2月11日 (夜行日帰り)  
場 所 オクナスキー場-前武尊山周辺 山スキー  
仮 眠 オクナ武尊スキー場周辺民宿  
集合場所 未定(車提供者次第)  
個人装備 山スキー用具一式 ビーコン スコップ テルモス 防寒具 保険証  
団体装備 ツェルト コンロ コップ  
地 図 2万5千 鎌田

行事担当 近藤 TEL FAX 03-3316-3628 携帯 090-4594-7812

締め切り 1月25日 まで 申し込み 近藤まで

参加条件 山岳保険加入者(内容確認します。)

\* \* 行事実施条件 参加人数分の車があること。車がなければ中止です。

---

## 2006 八甲田山スキー

今年は、下記日程により3回にわけ実施します。なお(C)は、エキスパートとしての相応のレベルを求めています。参加資格については担当(大川)までお問合せください。

なお、(A)(B)についても初めてのの方は、事前に幹事までお問合せください。

日程 (A) 2006年2月17日(金)から20日(月)【3泊4日】(定員20名)

(B) 2006年2月19日(日)から22日(水)【3泊4日】(定員20名)

(C) 2006年2月23日(木)から26日(日)【3泊4日】(定員10名)

場所 青森県北八甲田周辺(八甲田大岳等)

宿泊 「酸ヶ湯温泉旅館」 0177-38-6400(バス青森駅発 酸ヶ湯温泉下車)

集合 (A) 2006年2月17日(金)午前9時「酸ヶ湯温泉旅館」へ

(B) 2006年2月19日(日)午前9時「酸ヶ湯温泉旅館」へ

(C) 2006年2月23日(木)午前9時「酸ヶ湯温泉旅館」へ

参加費 35,000円(宿泊費、ガイド費、交流会費)(1月10日迄に、各担当まで)

申込み・締め切り

1月10日までにお申込みください。各担当(下記)まで。なお定員になり次第締め切ります。

問合せ先

(A) 〒153-0042 東京都目黒区青葉台 3-9-14 長部保雄 (Tel・Fax 03-3463-1041)

(B) 〒233-0001 横浜市港南区上大岡東 1-31-22-202 矢口政武 (Tel・Fax 045-845-9113)

(C) 〒183-0052 府中市新町 2-5-8 大川 淳 (Tel・Fax 042-365-2184)

打合せ会については、各担当にお聞きください。

---

## 飯綱山・赤倉前山

期日： 2006年3月3日(金)夜行発～3月5日(日)

場所：戸隠スキー場～飯綱山、赤倉スキー場～前山

目的：山スキー 飯綱山、前山を滑ります

出発 集合：3月3日(金) 時間、場所は参加者で決めます

コース

3月3日(金) 集合場所 黒姫倶楽部 夜中(泊)

3月4日(土) 送迎～戸隠スキー場～瑠璃山～飯綱山～霊仙山～

飯綱リゾートスキー場～送迎～黒姫倶楽部

3月5日(日) 送迎～赤倉スキー場～前山～赤倉スキー場～送迎

黒姫倶楽部～帰京

宿泊：黒姫倶楽部

装備：通常山スキー装備 クトー、歩行アイゼン、

板をサイドにつけられるザック

参加条件：山岳保険加入者、 会員

交通：車がない場合夜行バス 帰り新幹線

締め切り：2月11日(土)迄

申し込み問い合わせ 近藤

TEL,FAX 03-3316-3628

Mail address :noseta@eos.ocn.ne.jp

## その他

東京スキー協は、山スキー教室

東京スキー協2006 山スキー教室開催日程

どなたでも参加できます。

回	日程	場所	教室概要	宿泊 参加費
2	2月25日 (土)~26日	湯の丸高原 長野	入門コース。スキー場のすぐ上が粉雪の高原。シール着脱・登高、樹林滑降など山スキーのエッセンスが豊富	ロッジ花紋 16000 円
3	3月4日(土) ~5日(日)	安達太良山	自然と対話し、山スキーの楽しさ、難しさ、困難さを肌で感じる。日帰りでは味わえない山小屋一泊、温泉です。	くろがね小屋 15000 円
4	3月18日(土) ~19日(日)	柵池高原	柵池スキー場から天狗原を越え蓮華温泉2泊、条件により雪倉岳を目指す	
5	3月25日(土) ~26日(日)	巻機山	上越国境、ゆったりした連峰だが、天候、風、雪質の変化など、本物の山スキー	
6	3月31日(金) ~4月2日(日)	蓮華温泉と 紙すき牧場	柵池スキー場から天狗原を越え蓮華温泉2泊、条件により雪倉岳を目指す	

問合せは、東京スキー協 03-3971-4144へ

## 三多摩山スキークラブ会費納入のお願い

会費(6000円(会友:3千円))は、下記口座に振り込んでください。

三多摩山スキークラブの通常郵便貯金口座が開設されました。

早速ですが、今年度の年会費未納者はこちらに振込みください。自身の通常郵便貯金からの振り替えで振り込むと手数料が安くなります。

口座名「サンタマヤマススキークラブ」

「通常郵便貯金」の口座記号・番号「10190 77805631」

ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

## 行事報告

### 「野沢温泉スキーツアー & 鍋倉山」山行報告 (写真、3頁)

**期間** 1月28日(土)～31日(日) 前夜発2泊3日

**参加者** L高畠、S L川上、長部、近藤、荒木 Mg吉原、中川

井上、今井、樋口(仁)、陶山、笹木、伊達、二階堂、亀井、八木橋、川崎、町田、勝亦、  
斉藤、樋口(浩)、石川、近藤(知)、小川、小村、堀内

**宿泊地** 民宿「さわ」TEL0269-85-2750

#### 経過及び感想

役員会主催2回目ということで、総勢26名、三多摩山スキー始まって以来の参加者となる。27日車にて1台は西国分寺駅17時半発、4台は八王子駅南口21時発で野沢温泉に向かって出発。飯山IC近くになると降りしきる雪で前が見えなくなるほど。深夜2時前無事全車「さわ」に到着。各7部屋に分かれて就寝。一部遅くまで盛り上がっていた部屋もあったとか。

翌朝は天気が悪いため「鍋倉山」は断念し、ゲレンデスキーとする。3班に分け9時前ゲレンデに向かう。気温も低く、雪が降り続く中、各班はゴンドラで山頂へ。早速深雪に入ったが思っていたほど雪が重く、途中で脱出するのに苦労する。深雪はあきらめゲレンデに切り替える。昼食は「上の平山荘」で全員集合。結局コンディションの悪い中であつたが午後4時まで滑りまくる。夕食はほとんど貸切状態、お酒も入り大いに盛り上がったが早めに切り上げ就寝する。

29日は快晴、久しぶりとか。6名はゲレンデ、残り19名は鍋倉山へ向かう。なにせ大所帯ひとつひとつの行動にも時間がかかり出発も遅くなってしまふ。温泉の部落から林道をカットしながら田茂木池らしき平原を右に見て山荘に着く。一本取り付近で陶山さんに雪崩講習を受ける。実地で講習を受けるのは確かに勉強になったようだ。その後尾根に向かって登り出すが、何分急斜面で手こずってしまい、結局標高820mまで登って残念ながら時間切れ、陽だまりの所で昼食を取り重い雪を蹴散らしながら下山する。

宿に着き時間も早いので、本日帰京する人たちに見送られゲレンデへ、今日滑れなかった分を取り返すべく、ガンガン気合を入れて4時まで滑る。一部の人は温泉と味覚めぐりを楽しんでいただたようだ。

最終日は曇り空ながら時々薄日の差すまあまあの天気。ゲレンデは勿論ガラガラ。雪質はやまびこゲレンデは申し分なし。二班に別れるが10時半に一旦休憩を入れ、今度は14名全員で午後1時まで休みなく滑り宿に帰る。

今回も天気に恵まれ、鍋倉山には登頂できなかったが、全員怪我もなく3日間楽しんでいただけたと思う。役員の方々、また会員の皆さんご協力ありがとうございました。

追伸

何名の方々から、現金、お酒の差し入れがありました。美味しく頂かせて頂きました。ありがとうございました。

高 畠

## 近況報告

川崎 敏

市内のスキー場にせっせと通うが雪が多すぎて雪崩の危険性がある急斜面をクローズしているスキー場が多い。22日のNHKに「復活をめざす赤字スキー場」という番組があって、わが白山市の事例が紹介された。



セイモアスキー場で発生した全層雪崩、1月14日気温が上がり雨が降った。翌日以前から亀裂が入り立ち入り禁止になっていたゲレンデで発生した。積雪約2m(写真)。



中宮温泉スキー場からの白山

近藤修通

1/30～1/31 伊豆稜線歩道(天城山中)

天城トンネル～猫越峠～船原峠まで歩く。思ったより天気が悪く、寒い中。誰一人会わず、ちょっとさびしかったです。

陶山 正

12/23～12/25 妙高杉の原

初すべり。今年は雪が多く問題なし。雪がやまなくて第三高速リフト、3日目にやっと動くが、おいしいところは進入禁止。ゲレンデで楽しく滑りました。

1/7～1/8 尾瀬岩鞍スキー場

基礎講習を行う。11名の参加、ゲスト1名を加えて夜はDVDを見たりして勉強。大部屋が仕切りで、ゆったり過ごし、疲れは片品温泉(湯元)でとって、帰路につくが、大渋滞。これはおまけ

荒木正司

11/26～11/27 三頭山～三国山

三頭山避難小屋泊。紅葉残る笹尾根を歩く

12/11 奥多摩・金袋山

ミズナラ大樹(幹回り7.5m)見学。一石山からウトウの頭往復。

中川幸子

12/23～12/25 妙高杉の原(クラブ行事)

1/8～1/9 富士見パノラマスキー場

3キロメートルのダウンヒルを午前中6本滑った。息子と義理の息子と、八ヶ岳が美しかった。

近藤知子

12/17～12/18 白樺湖ロイヤルヒルズ

風邪気味なのに強行し、大風邪をひいてしまった。そのために 23~25 日の妙高杉の原に行けず、すみません。

1/7~1/8 尾瀬岩鞍スキー場

基礎講習でみっちり教えていただきました。充実！ 少しでも身につけて、上手になりますように。

笹木祐司

12/17~12/19 ニセコアンヌプリ

雪が降っているのはよかったが、風が強く、止まっているリフトが多く残念。

12/24~12/25 野沢

12/29~1/1 野沢

1/8~1/9 野沢

こんなに雪の多い野沢は初めて。寒気が続いたので日陰の斜面は午後でも軽い雪だった。

やまびこリフト下は、雪が多く斜度が足りないためスキーではあまり進まず、ボーダーが少し滑った後がおもしろかった。

樋口浩子

12/23~12/25 妙高杉の原(クラブ行事)

雪に恵まれ食事もおいしく楽しい初すべりでした。

1/7~1/8 尾瀬岩鞍スキー場(クラブ行事)

基礎講習。カービングターンの練習。DVD鑑賞等、充実した2日間でした。

堀内享子

12/23~12/25 妙高杉の原

例年通りクリスマスの連休は妙高スキー。2日目にスキースクールに入り成果あり(と自分では思っている)。

1/7~1/9 ニセコヒラフスキー

初めての北海道、さすがに北海道。深雪でも軽くてどんどん滑れる。3日目は、朝方、晴れ間も出てリフトのうえからさらに上に登って、ノートレースの新雪を快適に滑降。

今井哲夫

12/23~12/25 妙高杉の原(クラブ行事)

初すべりを黒姫倶楽部滞在に合わせて楽しみました。

1/7~1/9 志賀高原・焼額山

所沢の市民スキーツアーに参加しました。寺子屋で若干の深雪を楽しみました

勝亦勇一

12/24~12/27 志賀高原スキー場

25日快晴。岩菅山をはじめ、浅間山も見えた4日間、よく滑りました。

初滑りから、左の膝が痛い。1月は、自重して滑っていません。これからは膝と相談しながら滑ります。

大川 淳

12/26~12/31 燕岳(登山)

中房温泉までの道路は40cmの雪であったが除雪されていて歩きやすかった。雪がたっぷり、

写真には非常によかった。寒さも今年は半端ではなかった。

斉藤シゲ子

1/2 ~ 1/3 高通山、長九郎山、金冠山、達磨山

今年は、伊豆の山を中心に登ります

1/10 御岳山(奥の院) ~ 鍋割山

1/18 沼津アルプス

吉原露子

12/23 ~ 12/25 妙高杉の原(クラブ行事)

雪もよく楽しかった。

1/3 ~ 1/6 志賀高原スキー場

最終日午前のみ太陽を見る。雪が多すぎて困りもの。除雪が間に合わず運休中のリフトが数本あった。

二階堂耕司

12/18 八ヶ岳

山の会の雪訓。雪不足のため富士山から谷川に変更。雪のため関越途中閉鎖で再び変更。

12/23 ~ 12/25 妙高杉の原(クラブ行事)

クラブの初すべり。

1/1 ~ 1/2 入笠山

初日は好天で富士見パノラマで遊び、登山口まで登り幕営。天気崩れ寒さもなかなか。

1/7 ~ 1/8 尾瀬岩鞍スキー場(クラブ行事)

クラブの講習会。いっぱい学びました。

町田定男

12/22 ~ 12/24 ニセコ

三日間晴天。12月スキーでは初めて。外人(オーストラリア)が多かった。また一番上のリフト脇まで圧雪してあり深雪できなかったのが残念。

1/7 ~ 1/8 尾瀬岩鞍スキー場(クラブ行事)

例年より多い雪のため全面滑降可能でした。基礎スキーの講習。

石川聖子

12/23 ~ 12/25 妙高杉の原(クラブ行事)

1/7 ~ 1/8 尾瀬岩鞍スキー場(クラブ行事)

やっと元気が出てきて、今シーズンより再開。妙高で久しぶりの雪に慣れ、岩鞍での講習を経て少しずつ感覚を思い出しつつあります。

小村慶子

12/16 ~ 12/29 ニューージーランド

ミルフォードトラック 4泊5日、ルートバーントラック 2泊3日、マウントクック 2泊  
初夏の強い日差しとたっぷりの雨で、花も、しだも、山も、満喫しました。

## 例会、運営委員会、リーダー会議報告

### 1 月例会報告 .....

2006年1月11日 午後7時30分から同9時 / 出席者24名

報告事項、近況報告、勉強会

雪崩について(陶山)

メカニズム、種類、どんな時・何処で、斜面は、地形の特徴、予知方法、対処、回避行動、雪崩にあわない滑走法。

運営委員会報告(略)

06シーズン行事(略)

今後の例会での勉強会は、以下の予定となっています。

2月は、読図について /

3月は、救急法です /

4月は、未定(希望がありましたら運営委員まで)

冬山に入るために必要な技術、知識とスキー操作を学びましょう。

例会では、勉強する場を設けています。短い時間ですが、参加し、みんなで勉強しましょう。

### 1 月運営委員会報告 .....

日時 2006年1月18日

場所 国分寺労政会館

委員 川上、荒木、長部、近藤、高島、中川、吉原(下線者、出席)

委員会概要、報告、議事内容：

事務局

会報 1月号発行、

例会 1月例会の主題は、なだれについてです(講師 陶山氏)

行事 行事表発表、1月野沢温泉全会員の参加を呼びかける

会計 スキー協指導員登録処理(会員登録見直し、登録しました)。会員登録されていない方でスキー協行事に参加のときは、運営委員まで申し出てください。なお、登録されて方には、会員証をお渡しします。

入退会について

今月は、変動ありませんでした。

次回運営委員会 2月15日(午後7時30分から)

### リーダー会議報告 .....

1月25日に第2回のリーダー会議を開きました。

以下の事が決まりました。

\*新たに行事予定がきまりました。

(詳細は行事予定表を見てください)

\* 会行事の登山計画表(届)の提出の徹底の確認

NO.15 湯の丸 2月25日~26日 R未定 山スキー レベルC

NO.24 平標山 4月22日~23日 R二階堂 山スキー レベルC

NO.30 穂高横尾谷 5月20日~21日 R近藤 山スキー レベルB

NO.31 剣長次郎 6月3日~4日 (期日変更)

## スキー協関係

東京都勤労者スキー協議会(東京スキー協)

<http://www.cpi-media.co.jp/skikyo/>

スキー協通信掲載箇所

<http://www.cpi-media.co.jp/skikyo/tsusin/tsusin.htm>



全国勤労者スキー協議会(全国スキー協)

<http://www.mmjp.or.jp/wsaj/>

全国勤労者スキー協議会(全国スキー協)山スキー部掲示板ができました。下記URLへ

<http://okuda0948.sakura.ne.jp/skikyo/light.cgi>

東京スキー協

1月28~29日	レーシングキャンプ	
2月4~5日	第30回競技大会GSL	
2月11~12日	養成レベルアップ	
2月18~19日	第3回研修会+認定会	
2月25~26日	2006 東京スキー協S L 競技会	レーシングキャンプ 野沢温泉
4月6日	第5回理事会	

●山スキー関連とウィークデー委員会行事、ジュニア委員会行事を除く。

全国スキー協山スキー関係

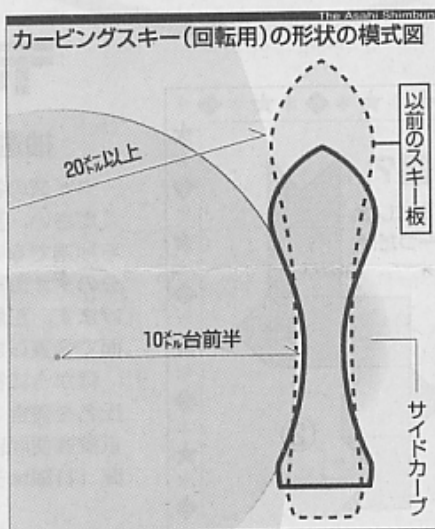
整理 NO	日程	会場	行事名	主管する県またはブロック
10	06/03-11-12	妙高火打	関越B山スキー交流会	新潟
15	06/04/15-16	八幡平	東北山スキー交流	全国山スキー部
20	06/05/13-14	針の木大雪渓	針の木大雪渓大滑降	全国山スキー部



98年の長野五輪後にアルペンの世界で広まったのがカービングスキーだ。80年レークプラシッド五輪後に旗門に可倒式ポールが採用されたのに続く道具革命といっている。

カービング (Carving) とは「彫る」「切る」という意味だ。スキー板のエッジを雪面にしっかり角付けして横ずれを使わず雪

## スキー② 滑り方を変えた短い板



面を切るようにターンする技術を指す。スピードのロスが少ないが、初心者には難しい技術だ。

それを容易にしたカービングスキーは、板のトップとテールの幅が太く、中央部は細い。さらに全長を縮めて、板のサイドカーブの弧の半径を縮めた。回転用では従来の板は半径が20%以上あったが、カービング

スキーは10%台前半だ。レースの世界ではすぐに広まらなかった。ねじれに弱く、雪面を十分にクリップできなかったためだ。

しかし、芯材を補強するメタルなど補強材の接着技術の向上や、板の厚みを場所によって変えることで、ねじれに強いスキーが登場。それを駆使した若い選手が一気に台頭した。02年ソル

トロレク五輪までにベテランも使うようになった。横ずれがなく、半径の小さい高速ターンは、選手にかかる遠心力も大きくなるため、それに耐える筋力が求められる。ターンの高負荷が原因と見られる腰やひざの故障が増えた。現在、板の長さは国際スキー連盟によって、短くても165センチと決められている。

サロモンの小田島賢マイケティング部長は「昔は転んでだけがする人が多かったが、今は滑走中にじん帯を痛める人が多い。腰を左右に傾けるだけでターンできる。腰をあまり上下動させず股関節を使うように。ひざを曲げすぎると、従来より負荷が強くなるので、ひざのじん帯を痛める」と話す。(中村裕)

## 雑記帳

野沢温泉に26名が参加。これまでのクラブ行事で最大の参加人数であろう。

しかし、28日、一緒に八甲田行事を進めてきているクラブ「ラ・ランドネ」では、前山で雪崩事故にあい、3名がケガをされた。早い回復をいのる。今年の大雪、雪崩の危険が当初から言われていた。慎重に。

雪崩講習や、ピーコン、ソンド棒、スコップをというが、本来、雪崩を避ける技術を持つことではないのか。

資料提供 大川 淳

三多摩山スキークラブ会報 (2006.2 155)

発行 川上邦夫

編集 長部保雄

ホームページ編集 大槻 真人

<http://www.asahi-net.or.jp/~xi7m-ootk/backnumber.htm>

発行連絡先

180-0013

武蔵野市西久保 3-25-7-303

Tel/Fax 042-253-7289

2006.2.10 発行