

Lion

IWATE

2024.11

332-B 地区
アクティビティスローガン

“笑顔集めて
輝くアクティビティ”



神子田朝市

FWTセミナー 開催報告

地区SCP・FWTコーディネーター

L. 室岡 澄子 (盛岡観武LC)



FWTセミナーにご参加頂きありがとうございました。

今年度はこどもホスピスの支援を掲げていく事を目標に、更にこどもホスピスの輪を広げていくためにも、会員の方々に知って頂きたく、講師に一般社団法人いわてこどもホスピス代表工藤 美穂様に講演をしていただきました。工藤代表には一人っ子の子どもさんを2022年に4歳で亡くされた体験とホスピスの必要性をお話しいただき、皆涙して聞き入りました。岩手にこどもホスピスは無く、今も小児がんや難病のお子様がいらっしゃるご家庭では大変苦勞されています。

工藤代表はこどもホスピスを設立するために、毎週のようにアップルスタンドなどの募金活動をされ

ています。昨年私もお聞きしてから長い支援をする方法を考え、ゴルフ支部を県内にできるように応援をさせていただき、チャリティゴルフコンペを開催して募金を集めていただきます。またはクラブ単位でアップルスタンドの取り組みなどで、各クラブから募金できるようにして行きたいと考えております。FWTの活動として新たなアクティビティとして捉えていただけたら嬉しく思います。

福井県でも数年前からライオンズがこどもホスピスを長く支援され、設立に至っています。全国でも2例目となると思います。岩手の病気の子どもとそのお母さんを守る活動を広めることに、是非皆様のご支援をよろしくお願いいたします。



「岩手に、 こどもホスピスを。」

一般社団法人いわてこどもホスピス 代表 工藤 美穂



岩手県盛岡市で、岩手県初の「こどもホスピス」を設立するために活動をおこなっております工藤美穂と申します。

この度は、ライオンズクラブ332-B地区FWTセミナーにおいて、登壇の機会をいただきまして誠にありがとうございました。

私たちが団体を立ち上げるきっかけとなりましたのは、2022年5月、4歳の息子の丈（じょう）をお空に見送ったことをきっかけに、福井県でこどもホスピス設立を目指している石田千尋さんに出会ったことからです。ドイツのこどもホスピスで1歳9ヶ月の息子さんをお空に見送った石田さんはその必要性を訴えて活動をされていました。

息子の丈が空に旅立ったあとの家族の悲しさや苦しさや孤独さは、誰にも話ができず、生きている意味さえ失いかけていましたが、石田さんにドイツでのこどもホスピスのこと、「病気と闘うこどもたちこそ本当の英雄なんだよ」とおっしゃっていただいたことが、私たち家族を救ってくれ、病気と闘っていた息子が誇らしく思えました。

岩手には、私たちと同じような家族がきつという、そのこどもたちとご家族のために何かできることをしていきたい、「岩手に、こどもホスピスを。」つくろうと考え始め、様々なご縁をいただいて法人の設立に至ります。

「こどもホスピス」は大人のホスピスと違い、穏

やかな最期を迎えるための医療施設ではありません。現在、地域コミュニティ型の「こどもホスピス」は、大阪市のTURUMIこどもホスピスと横浜市のこどもホスピスうみとそらのおうちがありますが、私たち団体も地域コミュニティ型を目指しており、生命を脅かす病気や障害のあるこどもたちとご家族やきょうだいたちが、病院や自宅では体験することのできないイベントを楽しんだり、家族でのんびり過ごす場所となっており「第2のおうち」とも呼ばれています。

長期にわたる治療の中でもこどもたちは成長をしています。病院とは異なる形で、こどもたちが日常を安心して過ごせる場所を提供できること、それが治療中においてもとても大切なケアとなります。

医療や福祉の施設ではないため、全国のこどもホスピスプロジェクトの仲間たち同様、岩手でも活動の運営費や建設費などの資金は、高い壁となっています。国のこども家庭庁では、2023年よりこどもホスピス専門官がおり全国調査など行われておりますが、まだまだ国からの支援は見通しがつかず、寄付金や助成金に頼らざるをえません。皆様からのご支援は本当に大切なものとなっています。

皆様からの寄付による運営や、地域との繋がりを大事にしながら、重い病気のこどもたちとご家族の居場所となるこどもホスピスが岩手の未来に存在する日まで尽力していきたいと思います。

第42回 レオフォーラム in 御所湖

地区YCEレオ委員長 L. 佐藤 昌彦 (盛岡不来方LC 盛岡翌松クラブ支部)

去る9月28日(土)、332-B地区「第42回レオフォーラム in 御所湖」が、風光明媚な御所湖周辺の「湯守ホテル大観」(以下、「大観」)および「手づくり村」で開催され、参加しました。

レオフォーラムは、コロナ禍前は毎年度開催されてきましたが、コロナ禍によって中断され、本格開催はしばらくぶりとなりました。

今回は盛岡地区での開催ということで、できれば県内各地から集まりやすい、そしてフォーラム開催可能な風光明媚な盛岡近郊で開催しようということになり、その厳しい条件を何とか満たした御所湖周辺が会場に選ばれました。

開催日は、猛暑の夏を避けた過ごしやすい9月下旬となりましたが、その分各地のイベント等と重なり、県内レオクラブ5団体のうち2団体が欠席、3団体が大観に集合しました。10時から大観10階の会議室「清蓮」で、幹事クラブの盛岡レオクラブ小野寺 里瑛幹事の司会により、米澤 直輝会長の開会ゴングでフォーラムが始まりました。

まずレオクラブの歌「明るい瞳」を斉唱、出席者紹介の後、盛岡レオクラブ米澤会長の歓迎挨拶、L. 平野ガバナーの挨拶の後、同ガバナーから各スポンサークラブ会長に今年度助成金の贈呈があり、その後議事に入り、昨年度の活動実績について各レオク

ラブより報告がなされました。

提出いただいた資料やカラー写真による説明を中心に、パワーポイントを使い説明するクラブもあり、和やかに報告し合いました。欠席したレオクラブからも資料と写真により報告があり、昨年度のアクティビティについて知ることができました。

その後今回は、「血液事業の現状」と題し岩手県赤十字病院事業部の西海枝(さいかいし)副部長さんに講演頂き、今後の献血呼びかけのアクティビティ等へのインセンティブになったものと思われます。

終了後、11階宴会場「湖雲」で豪華お弁当を頂いた後、午後は御所湖湖畔の手づくり村へ移動、アトラクションで岩手の産品の手づくり体験を楽しみました。

南部鉄器の薫山工房の前では、待機して頂いていた盛岡レオクラブ所属の田山工房職人宮田康矢さんから南部鉄器の製作工程等について説明を受け、その後思い思いに様々な工房に分かれ、手づくり体験を楽しみました。なかでも盛岡せんべい店が手軽で、体験後に成果物を食べられることもあり、人気だったようです。

約1時間半足らずの体験の後、14時30分に簡単な閉会式を現地建物前広場で行い、解散となりました。





大船渡LC CN55周年記念事業 能登半島地震・豪雨災害支援活動報告

大船渡ライオンズクラブ幹事 L. 新沼 学

9月26日～28日の日程で会長L. 鈴木真弓、前会長L. 榊原昌宏と当クラブCN55周年記念事業として334D地区3R3Z輪島ライオンズに能登半島地震被災地支援として義捐金と令和6年9月能登半島豪雨災害に対する支援物資（レトルトカレー、パックご飯等）を届けてきました。

当初は、9月1日～3日の日程で訪問する予定でしたが、台風10号の影響を考慮して日程を延期し、9月26日～28日に訪問することにしました。ところが、9月21日から23日にかけて能登半島で豪雨災害が発生し河川の氾濫、土砂崩れ、能登半島地震により建てられた仮設住宅が床上浸水するなど甚大な災害が発生しており、予定通りに訪問すると豪雨災害による後片付けの邪魔になるのではないかと、輪島市まで行けるのだろうか等考慮して再度延期すべきか悩みましたが、輪島ライオンズクラブより輪島市までは通行が可能であるとの確認が取れたので、9月27日の12時頃に昼食を食べながら1時間程訪問することにしました。

9月26日は富山県高岡市に宿泊し、翌27日の9時にホテルを出発。輪島市には11時15分

頃の到着を予定して能越道高岡北インターから七尾まで行き、一般道からのと里山街道で輪島市を目指しました。のと里山街道は1月の能登半島地震により甚大な被害を受け、全線40キロ規制となっていました。道路が波打ち、勾配や形状が部分的に悪い箇所が多くあり、輪島市に到着したのは予定時刻を30分ほど過ぎた11時45分頃でした。輪島市に向かう車内では「車高の低い車や夜間の走行は十分注意をしないと事故を起こす可能性が非常に高い」などと話しながら車の運転をしていました。

現地に到着後は輪島ライオンズクラブのメンバーが経営するお店で、輪島ライオンズクラブの三役と昼食を食べながら、被災地の現状や輪島ライオンズクラブの活動、東日本大震災での経験等1時間ほど懇談をしました。輪島市内では崩壊したままの家屋やビル、屋根がブルーシートで覆われたままの家屋、豪雨災害で浸水した仮設住宅があり、地震からの復興途上に起きた豪雨災害により、思うように復興が進んでいない状況に心が痛みました。





国際財団理事長
パティ・ヒル



ライオンズクラブLCIF国際財団理事長
パティ・ヒル夫妻

日本公式訪問式典および晩餐会



元国際会長
L. 山田寛紘

332-B地区ガバナー
L. 平野 嘉男 (盛岡不来方LC)

2024年9月24日(火)名古屋マリオットアソシアホテルで15時より、
ご夫妻の訪問式典および晩餐会が行われました。全国より200人位の役員が集結しました。

ライオンズクラブ国際財団
ライオンズとレオの奉仕に力を与えるグローバル財団

私たちの使命

ライオンズクラブ、ボランティア、そしてパートナーが、
世界中の人々の暮らしに影響を及ぼす人道奉仕と交付金を通じて健康と福祉を改善し、
地域社会を強化し、恵まれない人々に支援を提供すると共に、
平和と国際理解を促進できるように力を与えます。



アクティビティ フォトコンテスト

第一四半期審査会開催



地区GSTコーディネーター L. 舘澤 繁信
(盛岡南LC)

L. 平野嘉男ガバナーのGST重点目標、「地域社会の為になる奉仕を実践し、新会員の“共感”を得ることを目指しましょう」その中の1つ、公共イメージと認知度の向上を目指す、アクティビティ写真コンテストの第一四半期審査会を、ライオンいわて編集委員会にて10月8日(火)に開催しました。

「厳選の結果」栄えある第一四半期優秀賞は、『1R1Z盛岡不来方ライオンズクラブ 世界地球デー植樹会』の1コマです。ライオンと子供たちが、額に汗し、環境保全に取り組む姿が、又笑顔が素敵ですね。

「心をうごかす、文章より1枚の写真」は新会員の共感を得るためには、きわめて有効であります。

セレモニーではなく活動そのもの、躍動感のある写真、目線を外したカット、ライオンロゴ、を意識して、次回も皆様の多数の応募をお願いいたします。

重要なことは「心を動かす」です。

第一四半期優秀賞



1R1Z 盛岡不来方ライオンズクラブ 世界地球デー植樹会

受賞に際して—— 栄えある第1回目の審査会で優秀賞に選んでいただき身に余る光栄です。

「集合写真感」が否めないところではありますが、以降の活動でも「フォトコン」を意識しつつ「笑顔集めて輝くアクティビティ」を体現したいと思います。

盛岡不来方ライオンズクラブ 前会長 L. 白沢幸一

審査風景



フォトコンテストの審査には、地区ガバナー L. 平野嘉男、地区GSTコーディネーター L. 舘澤繁信、地区IT・PR情報委員長 L. 山崎哲也とライオンいわて編集委員の11名が審査員として参加。第一四半期に応募のあった作品の中から4作品を選出し、さらに優秀賞1点を決定しました。

10月のアクティビティ

全クラブ	8日	LCIFクラブ献金（能登半島豪雨災害指定）
------	----	-----------------------

1 R 1 Z		
盛岡LC	6日	「ひかりの箱」街頭募金活動
	8日	世界ライオンズ奉仕デー 岩手護国神社清掃・掃除用具寄贈
	14日	緑生園&盛岡ラグビースクール支援事業
	15日	暴力団追放街頭キャンペーン
盛岡不来方LC	9月15日	こども食堂（盛岡観武LC）運営参加
	8日	世界ライオンズ奉仕デー 盛岡城跡公園清掃活動
	13日	こども食堂（盛岡観武LC）運営参加
	15日	暴力団追放街頭キャンペーン
盛岡中津川LC	29日	LCIF \$ 20献金
	6日	上原小児科医院開設50周年記念チャリティーショー協賛
	10~12日	世界ライオンズ奉仕デー 生森山展望台整備作業
	15日	暴力団追放街頭キャンペーン
盛岡観武LC	24日	LCIF \$ 1000献金、\$ 100献金、\$ 200献金
	6日	「ひかりの箱」街頭募金活動
	7日	IPS細胞研究応援
	10日	ヘッドネーション
	13日	こども食堂
	13~16日	ACTチラシ広告掲載 事業資金獲得
盛岡南LC	15日	暴力団追放街頭キャンペーン
	16日	LCIF \$ 1000献金、\$ 20献金
	6日	「ひかりの箱」街頭募金活動
滝沢LC	15日	ひかりの箱募金
	16日	能登半島豪雨災害支援募金送金
1 R 2 Z		
二戸LC	5日	第46回ライオンズクラブ少年剣道選手権大会
	7日	地域安全「ポスター」と「書」審査
	26日	世界ライオンズ奉仕デー 馬淵川公園枯草集め
西根LC	14日	献血推進活動、第23回西根ライオンズカップ少年野球大会兼八幡平市学童軟式野球大会
	19日	第21回西根ライオンズカップ小学生バレーボール選抜交流大会
安代LC	—	—
2 R 1 Z		
花巻LC	6日	世界ライオンズ奉仕デー 日居城野公園周辺清掃活動
紫波LC	19日	献血推進活動、ガールスカウト活動費寄付
	27日	ペットボトルキャップ回収・寄付
石鳥谷LC	12日	石鳥谷レオクラブと合同 石鳥谷駅清掃
	16日	直接献血
花巻東LC	5日	世界ライオンズ奉仕デー ライオンズの森整備活動
矢巾LC	2日	ライオンズ庭園の樹木手入れ
	19日	北上川河川の清掃
	20日	矢巾町秋祭り チャリティバザー
	23日	不来方高校合唱部 全国大会出場協力
2 R 2 Z		
北上LC	9月	資源回収リサイクル活動
	2日	LCIF \$ 1000献金
	7日	「いわてブルージャース盛岡」観戦チケット贈呈
	27日	北藤根子供鬼剣舞、上野中学校吹奏楽部、黒沢尻北小学校合唱部に青少年健全育成支援金贈呈、CN60周年記念事業「詩歌の森公園ベンチ」寄贈

和賀LC	5日	第36回ふれあい福祉スポーツ大会（ボッチャ）
	7日	「いわてブルージャース盛岡」観戦チケット贈呈
	8日	世界ライオンズ奉仕デー フラワーロード花壇整備
	12日	「四季の鐘」整備事業
	23日	献血推進活動 2か所
北上国見LC	8月9日	LCIF \$ 1000献金
	6日	世界ライオンズ奉仕デー 107号線沿清掃奉仕
	9日	献血推進活動
	21日	「いわてブルージャース盛岡」観戦チケット贈呈
江釣子LC	5日	第36回ふれあい福祉スポーツ大会
	7日	「いわてブルージャース盛岡」観戦チケット贈呈
	8日	世界ライオンズ奉仕デー 107号線沿清掃奉仕
	11、13日	献血推進活動
3 R 1 Z		
水沢LC	15日	「子ども食堂」へ寄付
	26日	水沢フラワーロード全体作業
	29日	ヘッドネーション協力
江刺岩手LC	3日	赤い羽根共同募金街頭活動
	23日	使用済み切手 5000枚送付
前沢LC	1日	ひかりの箱募金
水沢中央LC	1日	薬木園の剪定、草取り、清掃
	8日	第1回薬物乱用防止講演会（水沢中学校）
	25日	LCIF \$ 1000献金
	26日	水沢フラワーロード全体作業
金ヶ崎LC	2日	赤い羽根共同募金街頭活動
胆沢岩手LC	2日	直接献血
	26日	胆沢岩手LC旗争奪少年野球大会
3 R 2 Z		
一関LC	24日	世界ライオンズ奉仕デー ライオンズの森清掃奉仕
平泉LC	19日	黄金祭模擬店出店協力
花泉LC	13日	花泉LC杯スポ少ソフトボール大会
一関中央LC	6日	月一労力奉仕
	30日	LCIFクラブ献金 能登半島豪雨災害支援
一関厳美溪LC	28日	厳美溪集積清掃メンテナンス作業
4 R 1 Z		
千厩LC	10日	カーブミラー清掃事業
	29日	献血推進活動
大東岩手LC	10日	LCIF \$ 20献金
東山LC	15日	冬季オリンピック岩刈麗奈選手支援
藤沢岩手LC	15日	ヘッドネーション
川崎岩手LC	19日	多摩区民祭 ふるさと特産品販売支援
室根LC	12・13日	ライオンズの森草刈り
4 R 2 Z		
大船渡LC	2日	老人連絡協議会親睦交流大運動会運営協力
	10・11日	ライオンズ農園野菜収穫、大洋学園に届ける
	12日	大船渡LC杯 市民総参加チャリティグラウンドゴルフ大会開催
	25日	声の図書館点検と整備
陸前高田LC	17日	LCIF \$ 20献金
	20日	ライオンズの森草刈り整備、ひだまりの丘 ほっこり家敷地内草刈り整備
住田LC	14日	住田LCグラウンドゴルフ大会
大船渡五葉LC	12日	大船渡LC杯 市民総参加チャリティグラウンドゴルフ大会共催
	16日	LCIF \$ 1000献金
	22日	LCIF \$ 20献金
	26日	大船渡市子ども食堂実行委員会
5 R 1 Z		
宮古岩手LC	—	—
久慈LC	12日	赤い羽根共同募金運動街頭募金

陸中宮古LC	6日	赤い羽根共同募金運動街頭募金
田野畑LC	21日	使用済み切手 1300枚送付
岩泉龍泉洞LC	—	
みやこ浄土ヶ浜LC	1日	直接献血
	13日	宮古市文化祭ボランティア支援
	14日	夢灯りみやこ漁火協議会記念誌発行感謝の集いボランティア
	17日	チャリティゴルフ第49回二重丸コンペ
5R2Z		
釜石LC	9日	FC釜石へ活動資金贈呈、釜石市立図書館へ図書寄贈
	12日	世界ライオンズ奉仕デー 尾崎神社清掃
	28日	LCIF \$ 20献金
	28日	ひかりの箱募金
遠野LC	8日	障害者施設支援 リサイクル品の回収
	21日	LCIF \$ 1000献金
	23日	南部神社の清掃活動

釜石リアスLC	2日	釜石リアスLC杯釜石地域中学校バスケットボール大会運営費贈呈
	5日	世界ライオンズ奉仕デー 清掃奉仕
	25日	釜石市ラグビーこども未来基金贈呈式
大槌LC	14日	大槌剣道大会協賛
	20日	大槌ゴルフ協会協賛
	27日	いすー1グランプリ協賛
陸中山田LC	—	
レオクラブ		
盛岡LEO	—	
石鳥谷LEO	12日	石鳥谷駅の清掃奉仕
北上LEO	18日	北上コンピュータアカデミー周辺清掃
一関二高LEO	13日	全国もちフェスティバルIN一関ボランティア
	5,12,19,26日	おもちゃ図書館ボランティア
	19・20日	一関産業まつり商工祭ボランティア
釜石LEO	12日	世界ライオンズ奉仕デー 尾崎神社清掃奉仕

会員動向

●10月 新入会員一覧

クラブ名	会員名（新入/再入/転入）
盛岡南LC	L. 安孫子 学
滝沢LC	L. 岩 崎 周
花泉LC	L. 二 瓶 たまも
大東岩手LC	L. 岡 田 弘 史

●2024年10月 LCIF \$1000献金

クラブ名	会員氏名	MJF回数
盛岡中津川LC	L. 横 手 正 子	5
	L. 柏 眞喜子（分割累計）	1
盛岡観武LC	L. 佐々木 弘 光	1
北上LC	L. 菅 原 好 昭	31
水沢中央LC	L. 菅 原 智 美	17
大船渡五葉LC	L. 金 哲 朗	1
遠野LC	L. 及 川 一 男	1

訃報



北上LC
故 L. 菅原 好昭
 享年76歳
 2016年7月入会
 10月24日ご逝去



ライオンズ、レオ、そして友人の皆様にご挨拶申し上げます。

2025年に予定されております国際大会につきまして、重要なお知らせがございます。

メキシコシティにおける第107回国際大会への参加を心待ちにしていた方も多いことと存じます。メキシコシティで大会を成功させるために必要な信頼が得られるような条件の契約を確保するために長期的かつ継続的に努力してまいりましたが、その結果、また、予期せぬ難題のため、残念ながら国際大会の開催地を変更することを発表いたします。

この最新情報をお伝えするのは残念ですが、2025年国際大会のために、米国フロリダ州オーランドに素晴らしい会場を確保できましたので、ここに喜んでお知らせ申し上げます。日程は、2025年7月13～17日となります。登録に関する最新情報は、準備が整い次第、ライオンズに提供されます。

オーランドは魅力的な都市で、模範的なホテル宿泊施設、旅行者にとって便利な空港、世界最高級のコンベンションセンターで有名です。人気があるテーマパーク、トレンド的なショッピング、素晴らしいレストランなど、幅広いエンターテインメントで知られているオーランドは、世界的に見てもトップクラスの観光地です。

私たちは、オーランド市からのパートナーシップと協力に非常に感謝しており、皆さまに素晴らしい大会の体験をお届けするために、すでに協力し合っています。

国際大会は他では味わえない瞬間です。オーランドで皆さんにお会いするのを楽しみにしています。国際大会で真に力を合わせて足跡をしましょう！

奉仕の心で

ファブリシオ・オリベイラ国際会長
J. フランク・ムーア元国際会長 大会委員会委員長

＼アクティビティ／ 写真コンテスト



遠野LC

南部神社の清掃



花巻東LC

世界ライオンズ奉仕デー
ライオンズの森整備活動



室根LC

ライオンズの森草刈り



陸前高田LC

鎮魂の碑・ライオンズの
森草刈り整備



釜石リアスLC

ライオンズ奉仕デー
青葉通り清掃奉仕



千厩LC

カーブミラー清掃活動



釜石LC・釜石レオC

尾崎神社清掃活動



水沢LC

水沢フラワーロード
全体作業



中津川LC

生森山展望台
ベンチ木材運び



花泉LC

花泉ライオンズクラブ杯
ソフトボール大会



みやこ浄土ヶ浜LC

「第72回みやこ市民
文化祭」ボランティア



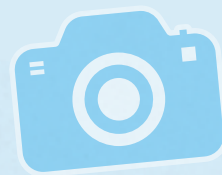
二戸LC

剣道大会



水沢中央LC

岩手県企業局文庫事業「ひまわり園
はっぴいウィングヘツツジの植樹」



編集委員からのひとこと

今年は猛暑の夏でしたが、11月に入りいよいよ寒さも増してきましたね。ライオンズクラブの皆様は、寒さにも負けず奉仕活動に励んでおられると思います。是非とも、奉仕活動の動きの有るアクティブな写真撮影して『アクティビティ写真コンテスト』への応募をお待ちしております。11月は、第61回OSEARフォーラムINパタヤが開催されます。エントリーは出来ませんでしたが、現地で雰囲気だけ味わって来ます。

ライオンいわて編集委員 L. 菅原 登



〔表紙の写真〕 神子田朝市

盛岡の台所として早朝から賑わう、年中常設の市場。農家が自ら育てた新鮮な野菜や果物、お惣菜などが購入できるほか、食事も可能。観光客にも人気です。

ライオンズクラブ国際協会332-B地区 キャビネット事務局

ライオンいわて編集委員会

発行 2024年11月25日

発行人：L. 平野 嘉男（盛岡不來方LC）
編集長：L. 齋藤 誠（盛岡不來方LC）
副編集長：L. 藤原 哲（盛岡不來方LC）
編集委員：L. 小寺 英毅（盛岡LC）、L. 米澤 俊夫（盛岡中津川LC）、
L. 菅原 登（盛岡観武LC）、L. 荒川 和行（盛岡南LC）、
L. 柴田さよ子（滝沢LC）

印刷 川口印刷工業株式会社
〒020-0841 岩手県盛岡市羽場10-1-2
TEL：019-632-2211 FAX：019-632-2217
E-mail：lion332b@kpj.co.jp
キャビネット事務局 〒020-0022 盛岡市大通三丁目6-12 開運橋センタービル4-7号
TEL：019-621-1415 FAX：019-621-1420
E-mail：office-332bmorioka@almond.ocn.ne.jp