
隔週刊「77歳が送る農業文化マガジン『電子耕』 第93号

-健康・農業・食・図書・人物情報・高齢者と若者の交流誌-

<http://nazuna.com/tom/>

2002. 10. 3 (木) 発行 西東京市・ひばりが丘 原田 勉

*****発行部数 1699 部*****

<キーワード>

健康・食べ物・農林園芸・図書を中心とした雑学情報を提供し、庶民の歴史も残す。高齢者と若者の交流ミニコミ誌。お互いに情報を交流しましょう。

目 次-----

<『メールマガジンの楽しみ方』アクティブ新書は明日(5日から)発売>

<読者の声>9/23 増山さんから、9/23 鈴木さんから、9/24 安富さんから、9/24 内田さんから、9/26 森本さんから、9/28 田んぼのおばさんから

<舌耕のネタ>「1冊の本に込められた読者の愛」原田 勉

<農業・図書情報>農文協図書館のホームページ更新、ビデオの閲覧ができる

<図書情報>新刊案内『メールマガジンの楽しみ方』岩波アクティブ新書

<中学生に環境問題をどう教えるか>酸性雨は熱帯雨林に降りますか?

環境クラブ 増山博康

<日本たまご事情>アントワープの変なコンサート(1)

愛鶏園 斎藤富士雄

<体にやさしい鍼灸のはなし>4 未病を治す 山下健

鍼治療のメカニズム その2「未病を治す」

<私の近況報告>9月19-10月2日。

<『メールマガジンの楽しみ方』アクティブ新書は明日(5日から)発売>

岩波書店から10月4日出庫され、都内大型書店は5日から、一般の書店の店頭には7・8日ころから発売になります。

直接ご注文頂いた方と編集同人には10月5日ないし7日に発送致します。

読者の声の主な引用は「3 読者の反響で元気をもらう」「4 思いがけぬメールいろいろ」「5 主張したいから励まされる存在に」に投稿時のネームで出てます。せっかくのご承諾をいただきながら紙面の都合でその後、掲載できなくなった声もあります。ごめんなさい。

なお、岩波書店の書籍、とくにアクティブ新書を扱っていない書店も多いので、最寄りの書店であらかじめ予約注文して下さるか、岩波オンラインショップで予約し、最寄り書店で受け取り、あるいは自宅配送が選べます。

WEBからは以下のリンクから注文できます。

◆岩波アクティブ新書『メールマガジンの楽しみ方』案内

<http://www.iwanami.co.jp/hensyu/active/lineup/spec045.html>

(著者と内容紹介があります。是非ごらんください。)

またはこちら

<http://www.iwanami.co.jp/BOOKS/70/X/7000450.html>

のページの右下の「購入する」ボタンを押すと注文できます。最寄りの書店を選択してお受け取りの場合は本体価格700円+税35円のみ。自宅配送の場合は送料380円(代引きの場合はさらに200円)です。クレジットカード・郵便振替・代金引換が選べます。

いづれも岩波オンラインショップ

<http://www.iwanami.co.jp/order/index.html>

取扱です。(この方法が最も早く入手できます)

私の方に直接ご注文下さる場合は、本体価格700円+税35円+送料240円=975円です。

メールで郵便番号・住所・氏名・電話番号・希望冊数を明記してお申し込みになれば、郵便振替用紙請求付きで送ります。下記の振替口座でお申し込みも出来ます。振り込み手数料はご負担ください。切手・現金等をご遠慮ください。よろしくお願ひします。数がまとまらないといけないので遅れる場合があります。

郵便振替口座番号 00120-3-562465 名称 原田 勉
<mailto:tom@nazuna.com> (メールタイトルは「メルマガ本注文」でお願いします。)

★『メールマガジンの楽しみ方』案内(帯付き表紙画像を入れました)

まえがきと目次が読めます。

<http://nazuna.com/tom/book.html>

<読者の声>

電子耕 9 2 号

<http://nazuna.com/tom/2002/92-20020919.html>

■9/23 増山さんから：9 2 号拝見

電子耕 92 号拝見しました。

本や麦茶のネット直販の件、戦争体験の件、それから
当方の投稿への感想など、いろいろ興味深かったのですが、
今回は、連載記事もありますので、
次回以降、改めてご挨拶させていただきます。

環境クラブ 増山

●原田からコメント：どうぞ、次号にご意見をお願いします。

■9/23 鈴木さんから：9 2 号拝見

『電子耕』19 号 拝見、相変わらずのご活躍感じいてをります。

暫らくご無沙汰が過ぎました。

やっとボードに触れる気になりました。

九州の姪達上京とありましたが、皆さんお見えに成ったのですか。

10月6日お会いするのを楽しみにしています。

駒込の鈴木

●原田からのコメント：お久しぶりですね。10月6日劇団文化座創立60周年を祝う会でお会いしましょう。つもる話はその時にどうぞ。

■9/24 安富さんから：9 2 号拝見。

戦争時代のこと、私も中島飛行機製作所荻窪工場の南1kmあたりに住んでいたので、爆弾に見舞われました。悪夢です。1つは焼夷爆弾、1つは小型炸裂爆弾でした。わが家はその2つの弾から10m位のところにありまして、土台は曲がりましたが、助かりました。2軒先の家はいづれも吹き飛びました。ひとつが全焼しました。その焼跡は50年以上経ったいまも空地（駐車場）です。そこを通るたびに戦争は愚かなことだと思えます。

●原田からコメント：中島飛行機はエンジン生産を大正時代から荻窪で始めたそうです。そのため米軍から集中的に空爆されたそうです。このことは次号で詳しく述べたいと思います。

■9/24 内田さんから：

生まれたばかりのアロエでしたが、根付いて良かったです。
また手に入った時にはお送りしたいと存じます。

農業に関して全く知識がなく、このようなご本を頂けるなんて、
恐縮に存じます。

息子を10歳から女手一人で育ててきた私も今年9月で64歳。
近藤先生の写真いり指圧法を参考にさせていただいています。

(アロエベラはある程度大きくなったとき、葉の中のゼリー状のところを
ワサビ醤油で食べている方もいるそうです。)

●原田からコメント：3カ月前に送ってもらったアロエベラが根付きましたという報告に対するご返事でした。今後ジュースにして頂きたいと思っています。なお、近藤康男先生の全身指圧をホームページに掲載した甲斐がありました。今後もよろしく。

<長寿の秘訣>寝つきがよくなる「全身指圧法」

<http://nazuna.com/100sai/shiatu01/index.html>

■9/26 森本さんから、

「メールマガジンの楽しみ方」ご出版を間近かに控えて
何かとお忙しいと存じます。

書店に並ぶ日を楽しみにいたしております。

小生も恥ずかしながら、9月初旬に初めての自著出版を
果たし、全国の書店に並びました。地元NHKラジオで、

そのうちの一遍が朗読紹介され、皆さんから嬉しい声を

いただきました。「忘れかけの夏」という川ガキ頃の遊び
をエッセイ風に記したのですが、川の人に与える恩恵
を、少しでも訴えたいとの想いをこめた積りです。

先日開催の森林蘇生シンポで、森と川の自然力回復に
大きな関心を寄せている人が多いことを知り、老後をど

のような形でもそうした運動に参加協力したいと考えて
おります。益々のご健勝をお祈りしております。

●原田からコメント：森本さんのご本はこれでしょうか？

山島潤三(やましま・じゅんぞう)著 文芸社「忘れかけの夏」

<http://www.trc.co.jp/trc/book/book.idc?JLA=02041353>

「忘れかけの夏」出版おめでとうございます。

とにかく、書き残すことが大切だと思います。

私の本は「病気と貧乏物語」で恥ずかしいのですが、編集部は面白く、楽しい
話ばかり要求します。その結果をご覧ください。

私立図書館に行ったら郷土出身のコーナーに永久保存するから1冊寄贈してく
れと頼まれました。

松山市でも保存するでしょうから、そんな運動をするのは良いと思います。

本が出たら感想を聞かしてください。お願いします。

■9/28 田んぼのおばさんから：

今回は幅広い年齢層の『電子耕読者』の皆さんにおききたいことがあります。
ます。

私事で恐縮ですが、私の両親は80歳と73歳です。

都内に住んでおりますが、八王子からはなかなか通える距離ではありません
ので連絡を密に取れる方法を考えています。まえまえからインターネット
を勧めて、メールのやり取りをしようと言いつづけてきましたが『いま
さらインターネットをやる気がない』と腰が重いため、1年ほど前に携帯
電話を持たせました（ほとんど使っていません）。ここへ来て友人が扱い
の簡単なパソコンを見つけてくれ、メールとインターネットだけで使える
ように設定してくれましたので、届けに行くことに。息子（大学生）は
『それは押し付けではないか』というのですが、どうなのでしょう。わ

たし自身近ごろ老眼が気になり始め、細かい文字や複雑な扱いの家電品な
ど億劫に感じるようになっていきますから、子ども（わたし）の感覚で便利
だからといって新しいものを一方的に与えることに疑問も感じ始めました。

親孝行のつもりが、迷惑な押し付けだったら…と、皆さんの考えを聞かせ
ていただきたいと思います。

●原田からコメント：私もメールを主とした簡単なパソコン設定を息子にして
もらっています。あとは自由に興味が湧けば他のこともやっています。読者の
皆さんいかがですか？ご協力ください。

<舌耕のネタ> 「1冊の本に込められた読者の愛」原田 勉

『電子耕』の3年分から生まれた『メールマガジンの楽しみ方』は、多くの読者に支えられて完成しました。

2日に出来た見本本を、つくづく見ると読者の『電子耕』に対する深い愛情と信頼が感じられました。

少なくとも個人が発行しているメルマガに関わらず、こんなに信頼を寄せて頂いて良いのかと、もったいないことだと思いました。

今、世の中は、虚偽に満ち満ちて、国際的にも、国内の企業や公益事業の中でさえ、何年も前から不正や偽り・不条理がまかり通っていたのが次々に暴露されています。それもいつまで続くのかと思うくらいです。

それに比べて、『電子耕』の読者の声や編集同人の寄稿は、純粹に、お互いに信頼し、正直に事実だけを述べられていると思いました。

この本にはスペースの関係で読者の声は何十分の一しか載せられませんが、何百人かの読者に対して改めてお礼を申し上げます。

なお、この本の初版は1万部だそうです。印税も入ります。読者からの投稿については当初から原稿料は差し上げられませんでしたとお断りしていました。

今までの必要経費もありますので、僅かの余剰金の一部は、ガンなど難病に苦しんでおられる患者の会などに寄付したいと思っていますので、ご了承下さるようお願い申し上げます。

★10月2日、岩波書店にて自著を受領。喜びの著者

<http://nazuna.com/tom/photo20021002.html>

アクティブ新書編集部の山本慎一さんと。

<農業・図書情報> 農文協図書館からのお知らせ

詳細は WEB でご覧ください。

●ビデオソフト館内鑑賞のご案内（ビデオリスト約 330 本）

<http://www.ruralnet.or.jp/nbklip/sp/200209/news1.html>

●FAX 番号が変わりました/コピー機が機能アップしました

新しい FAX 番号は 03-3928-7441 です。

<http://www.ruralnet.or.jp/nbklip/sp/200209/news1.html>

●新規収蔵図書（8 月分）

<http://www.ruralnet.or.jp/nbklip/book/01new.html>

●団野信夫文庫全目録（13 ページ）

<http://www.ruralnet.or.jp/nbklip/book/080dannobunko.html>

<図書情報>新刊案内『メールマガジンの楽しみ方』岩波アクティブ新書

書名：岩波アクティブ新書 45『メールマガジンの楽しみ方』

著者：原田 勉

定価：本体 700 円＋税

発行日：2002 年 10 月 4 日

発行所：岩波書店

<http://www.iwanami.co.jp/>

ISBN4-00-700045-X

「解説と目次」

シニア（77 歳）で難病を抱えながらメルマガ『電子耕』の発行続け、多くの読者に助けられ、「こんなに面白く楽しいものはない！」という体験を語る。

- 1 メルマガを発行したい（HP の開設・創刊までのいきさつ）
- 2 好奇心と伝えたい気持ちで読者 1800 人を獲得（マスコミの応援）
- 3 読者の反響で元気をもらう（自殺、日の丸、君が代、長寿の秘訣など）
- 4 思いがけぬメールいろいろ（男女 4 人の意外な事例）
- 5 「主張したい」から「励まされる」存在に（ガン告白から内容に変化）
- 6 好まれるメルマガの条件（双方向・編集同人など継続の工夫）
- 7 誰でも作れるメルマガ Q & A（実践的なノウハウを紹介）
- 8 いかにかに生き、楽しむか（高齢者社会の生き方）

まえがき・目次・著者近影・表紙・WEB からの注文方法案内

<http://nazuna.com/tom/book.html>

<中学生に環境問題をどう教えるか>酸性雨は熱帯雨林に降りますか？

環境クラブ 増山博康

中学生に環境問題をどう教えるか？

「酸性雨は熱帯雨林に降りますか？」

ある時、環境クラブを訪問する前に、事前提出された質問項目にあったのが、これ。聞けば、「教科書に載っている」とのこと。熱帯雨林について、教えなよりも教えた方がいいとは思いますが、本当に環境問題の解決を考えた場合、ちょっと掘り下げが足りないような気がします。

教育制度や方法の批判を、現場の先生や生徒に向かって言ってもしょうがないので、授業自体を全部こちらで組立て直すことにしました。

「市役所のホームページを観て、市内の山林面積の変化をグラフにきなさい」、

「気温の変化をグラフにきなさい」。

「銘木百選のホームページを観なさい」

「市の緑地課を訪問したり、銘木百選の場所を観てきなさい」・・・。

「市内の大気汚染のデータを市役所で観てきなさい」

次々を宿題を出しました。

教科書で勉強した子供達の認識は次のようなものでしょう。

「地球環境問題＝熱帯雨林＋酸性雨、だから、熱帯雨林に酸性雨が降る」・・・

。

しかし、自分達の地域の中にも大気汚染があり、木が枯れている場所もある、山林が減れば気温が上昇していく、そういうことを方々調べ回るうちに、だんだん、認識が変わっていったのでした。

この経験を通じて、環境クラブも学びました。最大の成果は、「郷土学習としての環境教育」と言う概念の発見です。

環境クラブ 増山 博康

<http://www.ecoclub.co.jp>

P. S

10月5日の「トモニーバザー（豊島区社会福祉協議会主催、池袋西口公園）

で「見沼たんぼ」のお米を販売することになりました。

首都 25km 圏最大・最後の緑地帯の保全のため、水田を残すための事業につなげていきたいと考えています。

<日本たまご事情>アントワープの変なコンサート (1)

愛鶏園 齋藤富士雄

齋藤 富士雄@愛鶏園です、たまごの話の脱線ついでに。

アントワープの変なコンサート (1)

アムステルダムから電車で2時間少々、ベルギーのアントワープにつく。今回旅の主な目的はこのコンサートに参加することでした。もう15年まえになりましたが、カミさんが変な音楽に取り付かれて自宅の倉庫でコンサートを始めました。素人の”怖いもの知らず”と言うか、それでもしぶとく、なんとか15年間継続しておりました。私にはいまだに馴染めないのですが、いわゆる現代音楽、前衛音楽、フリージャズ、、といったジャンルのものです。

この世界はあまり一般受けしないものですから、世界中でもプロとして飯を食っていけるものはそう数多くないのです、そりゃーそうでしょう、自分の好きなことだけをやっていて、お客に迎合しないのですから。ですから演奏者はどちらかと言えば皆貧乏なのです。ところが世の中良くしたもので、その純粹さというか、自分の世界にのめり込んでいる姿がたまらないと言って少数ではありますが、マニヤのサポーター達がいるのも事実です。

彼等、彼女等が日本に演奏旅行にくるたびにカミさんはどのように交渉するのかわかりませんが、割り勘で岡部町の”EGG FARM”に来て貰い、コンサートを続けていたのです。15年間継続すると言うことは恐ろしいもので、ちょっとオーバーに言えば、その世界のプレイヤー達にとって「JAPANのEGG FARMで演奏したか？」が合言葉となりました。いつのまにかカミさんは「EGG FARMのママ」と呼ばれるようになっていたのです、誰もその世界では私をパパとは呼んではくれません。

その付き合いのあるプレイヤー達が、このアントワープに世界中から集まって三日間連続でコンサートをやるのだという、私はあまり気乗りがしなかったのですが、カミさんの興奮ぶりに仕方なしについて行ったのです。

齋藤 富士雄

(株) 愛鶏園

<http://www.ikn.co.jp/>

<体にやさしい鍼灸のはなし> 4 未病を治す 山下健

鍼治療のメカニズム その2 「未病を治す」

Q 先生東洋医学ではよく「未病を治す」と言いますがどう言う事ですか。

A 最近貴方は東洋医学を大分理解すると同時に良く勉強をしますね。

Q そうなんですよ、興味があると言うか、面白いと言うか、自分が「はり治療」をしてもらい調子がいいと人に進めた

くなるのです。それには東洋医学を少しでも知っている人と人に教えることができますからね。

A それは有難いことですね、今の若い鍼灸師に貴方の爪の垢でも煎じて飲ませたいですね。

B 先生その若い鍼灸師がここにもいますよ。

A あーそうか君も鍼灸師の端くれだったね、それでは「未病を治す」と言うことを話してごらん。

B えー僕が話をするのですか。

A 君も私の所にきてもう1年になろうとしているだろう、その成果を聞きたいね。

B わかりました。「未病を治す」と言うことは「今だ病にならざる人を治す」と言うことであります。病気になってからは治療しても遅いですよ、病気になる前に手入れをした方がいいと言う事ですね。

A そうですね。その通りですがもう少し詳しく説明をすると東洋医学は病気を診ると言うよりも病人を診ることに重点をおいています。それは例えれば胃が悪いから胃の治療をし、肩が痛いから肩だけの治療をすると言うのではなく、身体全体を診て治療して行く、それも病気である肉体だけではなく精神面の両方から診ていきます。

Q 先生精神面の両方から診ると言うことはどういう事ですか。

A 東洋医学では病気の原因を心の悩みからくるものもあり、それを内因性といって七情(怒る、笑う、思う、憂い、悲し 驚く、恐がる、)の感情から起るとしてしています。

よく「怒る」人は「肝を傷る」と言って怒りっぽい人は肝機能が低下して、やが

ては肝臓の病気になりますよ、と述べています。このように心(感情)と病気を一体として考えています。この事は病気の原因のところでもう少し詳しくのべます。

Q では 先生病気でない人の治療法はどのようにして治療するのですか。私の友人が少し頭が痛いとか寝つきが悪いと言ってお医者さんに行くといろいろ検査した結果どこも悪くないから治療の方法がありません貴方の場合「気」の性でしょうと言って何にもしてくれないと言ってはぼやいていました。

西洋医学では病気がわからず病名がつかないと治療しないですね。

A 西洋医学ではそのような事もありますが東洋医学では病気として診ないで病人として診ますからね、病名がわからずとも治療の方法はいくらでもありますよ。例えば西洋医学では病名が判明すると治療方法も病名にしたがって同一化しています。それが東洋医学では病名が同じでも正反対の治療をする事があります。一例をあげますとお腹が痛いと言う患者さんが何人かいます、とその人達が同じように大腸炎と言う病名が付いたとします、その中のAと言う人は下痢が激しいので下痢を止める治療法をします(これを東洋医学では補法と言います)同じように、Bと言う人も下痢が激しいのに下痢止めをしないで逆に促進する治療法をする事があります。(これを瀉法と言います)それは病気だけを診ないで病人として身体全体から診て診断していくのです。Aと言う人は虚証体質と言って身体全体が弱っていて他にも関連した病気が有るのではないかと考えるのです。それに引き換えBと言う人は見るからにも普段から健康そうで骨格が大きく肉体的にも元気が有り余っているように見える。こう言う人を実証タイプあるいは実証体質と言って下痢だけの病気として悪い物は早く出してお腹を空にした方が早く治ると判断するのです。

(次回は経絡と治療法)

山下鍼灸院 03-5496-0989 水曜日休診

<http://nazuna.com/tom/yamashita-ac/>

<私の近況報告> 9月19-10月2日。

9月19日、西東京市のローカル週刊新聞・東興通信社をたずね「メールマガジンの楽しみ方」の新刊紹介をお願いする。新書が出来たら届けることになった。また、昔の田無物語を寄稿してくれと頼まれる。

同じ日、西東京市立図書館

<http://www.library.city.nishitokyo.tokyo.jp/>

では、郷土在住の人の著作を永久保存するので、原田さんの著作も寄付して欲しいと要請される。

20日、同上の要請に応じて『評伝・岩渕直助』と近藤康男先生の最近作2点を届ける。これは図書館でも購入する手続きをするという。

22日、彼岸の中日は雨というので妻・作子の両親の墓参りに行く。高尾の東京都霊園である。父は1946年に死去、50回忌もすぎた。母は1987年に死去、来年は母の17回忌をしなければと話し合う。

24日、近藤康男先生のお弟子さん、阿部正昭先生が来館される。話題は健康状態と今執筆のエッセイについて。先生も来客があればうれしく会話が弾む。

25日、近藤門下の今村奈良臣常務理事

<http://www.ruralnet.or.jp/ouen/015.html>

来館、先頃病氣入院されたことについての、経過報告。もうだいたい良くなったがぼつぼつやっている。

28日、秋野菜（香菜、春菊、菜花）の種蒔きをする。畑の回りにはチューリップ、水仙、百合の球根を埋める。うまく芽を出せば良いと願う。昨年の秋にはそれぞれ「この花を自分で見られるか」と思いながらの球根植えだったが、有り難いことにこの1年無事に送れた。毎年これを繰り返すことができるように祈る。いつまで続くことが出来るか？

10月2日、岩波書店で私の新書の見本が出来たので、太郎を共に早速、毎日・朝日・日経・共同通信・読売・産経の各新聞社を訪問して書評依頼をする。

<http://nazuna.com/tom/photo20021002.html>

◎お願い「<読者の声>の投稿規定・メールの書き方」

- 1、件名（見出し）を**K**ず書くこと。読みたくなる見出しを簡潔・明瞭に。「はじめまして」は省略して、言いたいことを具体的にズバリと書き出す。
- 2、氏名・ハンドルネームは、文末ではなく始めの方に書く。
- 3、1回1テーマ、書き出し・本文・結論を10行位にまとめる。
- 4、送信する前に、何を言わんとするか、読み返し、推敲することが大切。
- 5、ホームページを持っている人は、文末にURLをつける。

— P R ————— 劇団文化座 —————

- 憎しみの連鎖を断ち切るのは
- その涙のひとしずくかも知れない。
- 鈴木光枝から佐々木愛へ。
- 戦争と人間の真実が、いま受け継がれます。
-

□□□□ 朗読劇 『あの人は帰ってこなかった』

□□□□

菊池敬一・大牟羅良編「あの人は帰ってこなかった」(岩波新書)

岩手県農村文化懇談会編「戦没農民兵士の手紙」(岩波新書)より

□□□□

□□□□ 構成／堀江安夫・演出／佐々木雄二

□□□□

<http://bunkaza.com/>

★公開舞台稽古のお知らせ

<http://bunkaza.com/play/ano hito/keiko.html>

日時：10月31日(木) 16:00～

会場：蕨市民会館(048-445-7660) JR京浜東北線 蕨駅西口徒歩約10分)

入場無料

★東北公演日程

<http://bunkaza.com/play/ano hito/local.html>

—————劇団文化座————— P R —————

『電子耕』から大切なお知らせ

■山崎農研発行の書籍のご案内

http://www.taiyo-c.co.jp/public_html/yamazaki/yama_books.htm

●協力をいただいているサイト紹介コーナー

「農文協ルーラルネット」

<http://www.ruralnet.or.jp/>

「山崎農業研究所」

http://www.taiyo-c.co.jp/public_html/yamazaki/yama_frame.htm

「劇団文化座」

<http://bunkaza.com/>

「77歳の伝記ライター 原田 勉」ホームページ制作管理

internet SOHO なずなコム

<http://nazuna.com/>

■ご意見・ご感想は、Eメール

<mailto:tom@nazuna.com>

または、電耕掲示板

<http://6201.teacup.com/tom/bbs?>

までお願いします。

●メール送付の際のご注意案内↓

<http://nazuna.com/tom/denshico.html#mail>

『電子耕』は、2つのルートで配送しております。

『まぐまぐ(ID=14872)』

<http://www.mag2.com/>

『Macky !(ID=1283)』

<http://macky.nifty.com/>

★SPECIAL THANKS to INTERNET JAH

<http://www.jah.ne.jp/>

<本誌記事の無断転載を禁じます>

隔週刊「77歳が送る農業文化マガジン『電子耕』」 第93号

バックナンバー・購読申し込み/解除案内

<http://nazuna.com/tom/denshico.html>

2002.10.3 (木) 発行 西東京市・ひばりが丘 原田 勉

<mailto:tom@nazuna.com>

発行部数 1699部 **ここまで『電子耕』*****