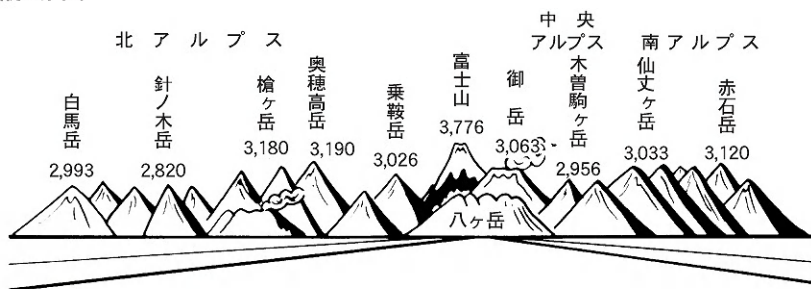


第 43 号

平成20年11月



砂防ニュースロー"長野"



白馬村 大瀬川 (平成20年10月末撮影)

目 次

長野県治水砂防協会 第70回通常総会開催	2	警戒情報発令時の伝達について	7
(社)全国治水砂防協会 第72回通常総会開催	2	神野 松本砂防事務所長あいさつ	8
長野県砂防技術研究協議会		ネブカ平現地調査	9
創立30周年記念講演会開催	3	宇原川 56災 27回目慰霊祭	9
平成20年度		(社)日本地すべり学会	
土砂災害防止推進の集い(全国大会)	4	中部支部シンポジウム開催	10
横湯川 野猿公苑上流土砂崩落について	5	《砂防ボランティアだより》	11
土砂災害に対する全国統一防災訓練実施	6	編集後記	12
土砂法レッド解除	7		

長野県治水砂防協会 第70回通常総会開催

平成20年8月6日長野市において、第70回長野県治水砂防協会通常総会が多数のご来賓の方々をはじめ、県下90余名の市町村長並びに関係者出席のもと開催しました。

総会では、中村会長の挨拶のあと来賓として中野国土交通省砂防部長、大久保(社)全国治水砂防協会理事長、宮本県議会危機管理建設委員長、北沢長野県建設部長よりご祝辞をいただきました。

また、永年、砂防事業の促進に功績のありました9名の方の表彰を行いました。受表彰者は、中原正純氏、宮坂博敏氏、山崎袈裟盛氏、北原正義氏、山崎賢一氏、篠原定良氏、小熊友和氏、久保田周一氏、岩渕重信氏です。

議事では、平成19年度事業報告・収支決算報告、平成20年度事業計画・収支予算(案)について審議され、いずれも原案どおり満場一致で承認されました。さらに、本県の砂防関係事業の一層の推進を図るため決議(案)が提案され、満場一致で承認されました。



受賞者の皆さん



中村会長挨拶



総会の様子

総会終了後、中野砂防部長から「土砂災害対策の現状と今後の展開」について、大久保理事長から「砂防協会の事業」についてそれぞれ有意義なご講演をいただきました。

このように総会が滞りなく終了することができましたことに対し、会員の皆様をはじめ関係各位に感謝を申し上げます。

(社)全国治水砂防協会第72回通常総会開催

平成20年5月21日シェーンバッハ・サポール「利根」において(社)全国治水砂防協会第72回通常総会が多数の国会議員列席のもと盛大に開催されました。本県からは、中村会長をはじめ100余名が出席しました。

総会では、綿貫会長の挨拶、来賓の祝辞に引き続き、議事に入り、平成19年度事業報告・収支決算報告・平成20年度事業計画・収支予算(案)が原案どおり全会一致で承認されました。

つづいて(社)全国治水砂防協会会長表彰が行われ、寺島宗正氏〔前長野県治水砂防協会会長(前生坂村長)〕が受賞されました。



◀ 寺島前会長
(手前)

長野県治水砂防協会 研修視察及び講演会を開催

(社)全国治水砂防協会総会終了後、県協会主催による研修視察と講演会を実施しました。

研修視察は最高裁判所大法廷を訪れ、係員による大法廷内の説明に、皆さん熱心に聞き入っていました。

その後、砂防会館に戻り、講演会を開催しました。

本年は、国土交通省の亀江砂防部長をお招きし、「砂防行政の現状と展望」と題してご講演いただき、今後の砂防事業の展開等に大変有意義なものとなりました。

研修視察・講演会とも90余名もの大勢の会員の皆様にご参加いただき、成功裏に開催できましたことを感謝申し上げます。



研修視察（最高裁判所）



総会

長野県砂防技術研究協議会 30周年記念講演会並びに式典が行われる

平成20年9月18日長野市内で「長野県砂防技術研究協議会30周年記念行事実行委員会」主催により記念講演会並びに式典が開催され、国、県、市町村の砂防関係者や建設コンサルタント、協議会役員・会員等が出席し、盛況に開催されました。

はじめに、元長野県砂防課長や旧建設省砂防部長を務め、現在(社)全国治水砂防協会理事長の大久保駿氏により『砂防の多様な役割』～地域に安全と活力を～と題した記念講演があり、江戸時代からの砂止めから近世からの砂防事業の歩みや、砂防事業を利用した中山間地の安全と活力等について、約250名が聴講し砂防に関する理解を深めました。

その後の記念式典では、腰原副知事をはじめ、神野忠広国土交通省松本砂防事務所長、長野県歴代砂防課長、3砂防事務所長、協議会の役員・会員の皆さんが参加され、記念式典が盛況におこなわれました。

合わせて実行委員会が作成した、創立30周年記念誌も配布され、これまでの協議会の経過や3砂防事務所長の寄稿、協議会会員の実績や砂防事業に対する思い等が掲載された手作り限定版の記念誌となっています。



大久保理事長の講演



腰原副知事の挨拶

平成20年度（第26回） 土砂災害防止推進の集い（全国大会）in 松本

昭和57年の長崎豪雨災害を契機に、翌58年から毎年開催されている「土砂災害防止推進の集い（全国大会）」の第26回大会が、去る6月4日～5日に長野県松本市を中心に国土交通省と長野県の主催で開催されました。

開催目的：全国の土砂災害の現状を踏まえながら、長野県の砂防の歴史を振り返り、砂防の必要性和今後の展開について住民の理解を深めるものとします。

参加者：全国各地から防災担当者、砂防ボランティア、防災工事担当者、県内から各市町村長、一般住民の皆さんなど、大勢参加していただきました。（入場1,800人）

【6月4日 全国大会】



開会式：知事挨拶



土砂災害防止功労者表彰

北澤秋司信州大学名誉教授他 1個人、7団体が受賞しました。



■ パネルディスカッション

「砂防の歴史と今、そして明日(これから)」

平成18年7月豪雨災害を踏まえ、砂防のこれからのあり方についてハード・ソフト両面でどうあるべきか、コーディネーターとして亀江幸二前国土交通省砂防部長（現全国治水砂防協会顧問）をお迎えして意見交換を行いました。長野県からは、北澤名誉教授、林新一郎前岡谷市長、斉藤千恵子奈良井女性消防団長、藤澤繁雄NPO法人梓川流域を守る会会長がパネリストとして参加しました。

■ 砂防の歴史と事例に学ぶ

小川村薬師沢惣代長 古林徳文さん、と牛伏鉢伏友の会会長 加藤輝和さんから明治以来の伝統ある砂防事業の現場で、地域住民の皆さんが事業実施・維持管理両面で支えていただいたことなど、長野県の砂防の歴史について紹介いただきました。



【6月5日 現地見学会】

大会2日目の現地研修には、3コースに分かれて多くの方に参加していただきました。当日は心配された雨も最小限に留まり、各コースとも意義ある研修となりました。



△上高地コース：梓川上流の砂防



△牛伏川・蜂ヶ沢コース：歴史的砂防施設を訪ねて



【大会を振り返って】

今大会の準備を通じて、長野県の砂防の歴史を改めて振り返ることにより、先人の皆さんが営々と進められてきた土砂災害防止に係る取り組みが現在の自然環境や住民の生活を守っていることと、これからも時代の要請を踏まえた砂防の取り組みを進めていくことが重要であることを全国に発信出来ました。

今後も、様々な機会を捉え、土砂災害とその対策について広報に努めてまいりたいと考えています。

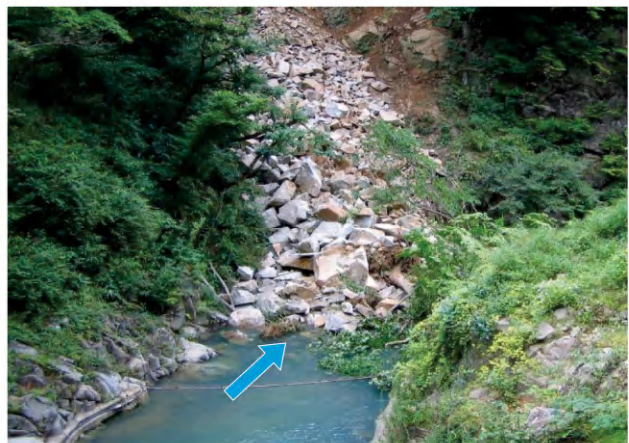
◁岡谷・諏訪コース：
平成18年7月豪雨からの復旧状況

横湯川 野猿公苑上流土砂崩落について

平成20年9月27日に、山ノ内町を流れる横湯川左岸から土砂崩落が発生しました。崩落した土砂により、本川が堰き止められ、小規模な天然ダムが発生しました。(写真1) 幸い崩落した土砂はほとんどが岩であったため、水は少しずつ岩の隙間を抜け流れており、一気に決壊し土石流となる恐れはないと判断しています。

管轄している中野建設事務所により、警戒避難態勢・監視体制の確保、崩落土砂の除去等迅速に行われました。

場は、まさに「地獄谷野猿公苑」、崩落現場直下にはおサルが気持ちよく温泉浴をしている風景が広がっています。



9月29日の状況 (写真1)



11月4日の状況 (写真2)



崩落現場

除石作業は、急峻な地形で重機が入らない状況であるため、ほとんどが人力で、上下流へ石を動かし通水断面を確保するといった方法で行われました。(写真2) 抜本的な対応については、今後、崩落土の様子を見ながら行っていく予定です。

平成20年土砂災害に対する全国統一防災訓練を実施しました

近年多発している土砂災害で多くの犠牲者がでていることから、平成20年6月1日を中心に「土砂災害に対する全国統一防災訓練」が全国各地で実施されました。

長野県では、小谷村など19市町村で「土砂災害に対する全国統一防災訓練」を実施してました。

1 目的

災害時の情報伝達、避難勧告、避難行動が必ずしもスムーズに行なわれていない事例も見受けられることから、土砂災害に対する防災訓練を実施し、避難勧告の発令、災害時の情報連絡体制及び避難体制の確立を図るとともに、課題・改善点をみつけ今後に生かしていく。

2 参加機関

- ① 対象地域の住民、災害時要援護者施設関係者（保育所、老人福祉施設、知的障害者援護者施設等）
- ② 市町村、消防署、警察署、消防団
- ③ 長野県、地方事務所、建設事務所、砂防事務所
- ④ 国土交通省、関東地方整備局、北陸地方整備局、中部地方整備局、長野地方気象台

3 防災訓練実施市町村、参加人数

実施市町村	実施日	参加人数(人)		
		行政関係	住民・消防団	合計
川上村	6月11日	18	22	40
佐久市	8月30日	雨天中止		0
上田市	6月1日	22	79	101
岡谷市	6月1日	142	439	581
茅野市	6月8日	101	304	405
辰野町	6月1日	49	121	170
大鹿村	6月1日	24	104	128
天龍村	6月1日	22	46	68
大桑村	6月28日	114	0	114
松本市	6月1日	34	148	182
安曇野市	6月1日	17	93	110
大町市	5月25日	17	41	58
千曲市	6月1日	20	55	75
小布施町	6月1日	21	20	41
中野市	5月31日	57	119	176
長野市	6月1日	50	267	317
野沢温泉村	6月1日	43	95	138
小谷村	6月1日	30	56	86
麻績村	6月1日	17	73	90
信州新町	9月7日	29	23	52
9市3町7村		827	2,105	2,932

4 実施結果（課題・改善点）

情報伝達	<ul style="list-style-type: none"> ・防災行政無線が届かない箇所がある ・衛星電話の活用、訓練が必要である ・相互通報システムに手間取った ・携帯電話が一部地域では電波が届かない
避難訓練	<ul style="list-style-type: none"> ・土砂災害警戒情報は、市町村単位で出されるが避難ルートが1本しかないところは、災害時に孤立する可能性がある ・水防活動に従事している消防団は、避難周知等に従事できない可能性がある ・避難経路に危険箇所があることから、地区毎に誰がどのような避難行動をとるのか、事前に確認しておく必要がある



新聞記事



避難先での土砂災害防止講習会
(小谷村)



住民避難状況 (上田市)



災害者要援護者（車いす）の避難状況
(野沢温泉村)

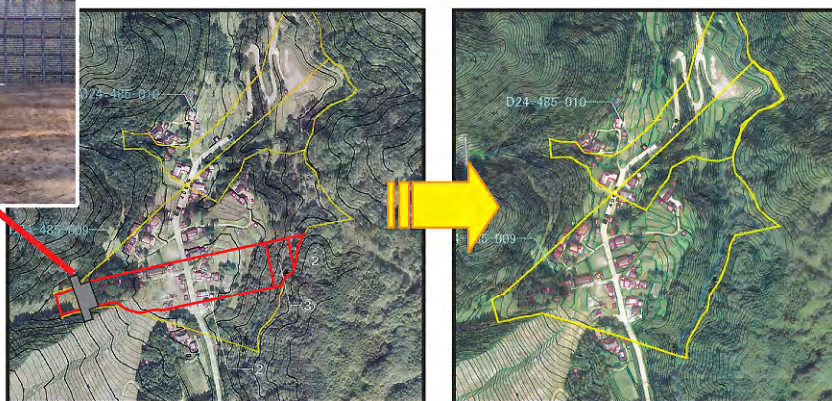
土砂災害防止法により指定した 土砂災害特別警戒区域の解除を行いました。

白馬村峰方沢で「砂防えん堤」工事の実施により、土砂災害特別警戒区域の全部について指定の事由がなくなりま
したので、土砂災害防止法第8条第1項の規定により指定した白馬村峰方沢の「土砂災害特別警戒区域」を6月26日
に解除しました。

なお、土砂災害特別警戒区域の解除は、県下で初めての事例です。



完成したえん堤



土砂災害特別警戒区域解除を持って安全が確保された訳ではありません。

土砂災害特別警戒区域の解除は、指定の事由が無くなることにより手続きされますが、地形的条件で指定され
た「土砂災害警戒区域（イエローゾーン）」は解除されないことを、ご理解願います。この「警戒区域」が引き
続き指定されている趣旨は、想定外の土砂災害が発生した場合には危険な区域であり、引き続き土砂災害に対す
る注意が必要であるということを忘れないでください。

土砂災害警戒情報が発表された際の情報伝達について

土砂災害警戒情報は、土砂災害の危険性が高まった
ときに、気象台と長野県が共同で発表する情報で、平
成19年6月から運用開始されています。突発的に発生
する土砂災害から生命を守るためには、危険な時には
避難することが最も効果的です。的確な避難は、土砂
災害警戒区域の指定等の情報をもって「危ない場所を
知る」ことや、区域毎の警戒避難体制の確立による「い
つ危ないか知り、どこへ逃げるか理解する」など、平
時から「逃げる準備を怠らないこと」が重要です。土
砂災害警戒情報は土砂災害の危険が差し迫っているこ
とを住民に知らせることを目的としており、避難のタ
イミングを図るために重要な情報です。市町村の皆様
におかれましては、この点ご理解をいただき、土砂災
害警戒情報を避難情報と位置づけ、避難勧告発令につ
ながっていただきますようお願いいたします。

平成20年は、長野県では幸い警戒情報の発令は1回
のみで、大きな災害にはつながりませんでしたが、他
県で発生した人的被害を伴う土砂災害では、発令され
た土砂災害警戒情報の住民への伝達が不十分であった

との報道もありました。今後はこのような情報の取り
扱いがより一層重要な課題となってくるものと思われ
ます。

我々情報を伝える側としても、土砂災害警戒情報の
一般の方の認知度がまだまだ低いと感じております。
この情報の重要性について今後、様々な機会を通じて
より一層周知を図るとともに、伝達方法についても改
善を行ってまいりたいと考えています。



熊本県で発生したがけ崩れ災害

砂防さまざま

松本砂防事務所長 神野 忠 広



皆さん、初めまして。神野忠広と申します。7月14日付で国土交通省松本砂防事務所所長を拝命いたしました。

前任地は、インドネシア共和国ジャカルタです。国際協力機構（JICA）の長期専門家の立場で、公共事業省水資源総局に砂防政策アドバイザーとして派遣されておりました。業務は、技術的な助言のほか砂防に関する政策提案などでした。

2年間の任期中、インドネシアの各地を巡り、工事中の砂防えん堤も幾つか見る機会がありました。勿論、インドネシアでも重機は使われていますが、何と言っても人手が多い国のことで、現場では数多くの労働者が働いています。数台のコンクリート・ミキサが回り、玉石や生コンの入ったバケツを次々に運んでいる彼らの姿を見ることもできます。

労働者は、周辺の集落から毎日バイクに乗ったり、歩いたりしてやって来ます。また、工事現場周辺には掘っ立て小屋のような売店や簡易食堂が出来、そこでもやはり周辺に住む女性達が働いているという話でした。インドネシアでは、今でも砂防工事は山村地域の人々にとって重要な現金収入の場として位置づけられているようです。

かつて世界恐慌で疲弊した農山村を救うための救恤事業としての重要な役割を果たした日本の砂防事業ですが、今では「無駄」「環境破壊」と決めつけられることもしばしばです。しかし、インドネシアで砂防事業の原点とも思える光景を見ると、その意義を改めて実感することができます。

我々の仕事は中山間地域に住まう方々の生命と財産を守るだけでなく、その生活を支えてもいるのだと誇りを持って仕事をしていきたいものです。

皆さん、これから宜しく願いいたします。



工事中の砂防えん堤（左奥にあるのが売店）



仕事が終わリバイクで帰宅する地元住民

北股入沢砂防連絡協議会 合同現地調査

平成20年9月2日、「北股入沢砂防連絡協議会」の構成員により、長野県白馬村に位置する北股入沢の合同現地調査を実施いたしました。北股入沢は、北アルプス白馬岳・杓子岳に挟まれており、源流域を形成している白馬大雪渓は日本三大雪渓の一つとして特に有名です。流域は、第四紀氷河作用による堆積物が厚く存在する重荒廃地域で、過去には幾度となく崩落や土石流が発生しております。「北股入沢砂防連絡協議会」は、この北股入沢流域の保全を目的に設立され、白馬村・国土交通省・環境省・林野庁・長野県の各行政機関により構成されております。



H20.9.2 現地調査の状況

長野県では、平成12年度から大雪渓上部ネブカ平の砂防工事を行ってきており、平成19年度に概成いたしました。本年度は、各種モニタリング調査及び「協議会」による現地調査を行いました。施工した砂防施設や植生の回状況は共に概ね良好でした。

しかしながら本流域は、抜本的な対策を行うことは技術面からも環境面からも非常に困難であり、依然土砂流出危険性が高い状況です。また、本年8月19日には、土砂崩落により2名の方が亡くなる（行方不明1名）という痛ましい事故も発生しております。今後も引き続き各種モニタリングや「協議会」による現地調査を行い、各機関が連携しながら本流域の保全に取り組んで参りたいと考えております。

56災須坂市宇原川27回目慰霊祭

昭和56年8月22日日没から23日未明にかけて、台風15号により須坂市峰の原において217mm/日という記録的な豪雨となり、須坂市内を流れるすべての河川が氾濫し甚大な被害をもたらしました。なかでも宇原川では大規模な土石流が発生し、仁礼地区を直撃、一瞬にして10人もの尊い命を奪い去る大惨事となりました。後に激甚災害に指定され、計画貯砂量25万 m^3 の4基の砂防えん堤、5基の治山えん堤が完成しますが、その復旧のさなか災害復旧記念碑が西原の被災地に昭和58年建立されました。「土石流災害の惨事を決して忘れない、あの悲しみを再び繰り返してはならない」地域の人々の願いを込めた記念碑は被災時に土石流として流れ下った約20トンもある巨石などが使用されています。その記念碑の前で毎年8月23日、土石流が発生した午前6時に慰霊祭が行われ、今年も須坂市長以下ご遺族や消防団等約100名が参加ししめやかに行われました。



慰霊祭の様子

また同日を「須坂市民防災の日」とし、防災訓練や危険箇所点検などが市内各所で行われています。このように被災の記憶を風化させないための取り組みは重要であり、私たちも砂防事業という形で地域に貢献できたらと願わずにはられません。
(須坂建設事務所 計画調査係長手塚)



記念碑に使用された被災時の巨石

平成20年度 (社)日本地すべり学会中部支部シンポジウム開催される

平成20年10月22日長野市において(社)地すべり学会中部支部の設立10周年を記念して『これからの地すべり対策』をテーマにシンポジウムが開催されました（長野県治水砂防協会共催）。当日は官公庁、民間、一般の方々を含めて約270名もの参加があり、満席となった会場で参加者は、こどもシンポジウム、基調講演、パネルディスカッションに熱心に耳を傾けました。

午前の部では、長野県中条村立中条小学校5、6年生10名による「こどもシンポジウム」が行われました。5年生8名からは、「地すべりの地に学んだこと」と題して、環境型水路工を見学し、生息する生物調査を行ったことなどについて発表があり、「自然にやさしい水路をつくってほしい」との願いがありました。また、6年生2名からは、「成山公園の調査活動」と題して、集水井の中に実際に入って調査した内容について発表がありました。

午後の部では、土屋 智（静岡大学農学部教授・(社)日本地すべり学会中部支部長）による「地震による大規模斜面災害」と題して基調講演が行われました。基調講演では、地震による土砂移動の特徴や本年6月の岩手・宮城内陸地震の荒砥沢上流で発生した地すべりの概要、同年5月の四川地震による大規模崩壊などについて、現地ですら撮影した災害直後の生々しい写真をもとに発生状況や現地の対応について説明があり、あらためて地震による崩壊規模や被害の大きさに驚かされるとともに、今後の取り組むべき課題を示していただきました。また、「これからの地すべり対策に向けて」と題してパネルディスカッションが行われ、

(社)地すべり学会中部支部設立10年の節目を迎え、「地すべり技術の継承と将来への決意」という難しいテーマに取り組み、パネリストの皆さんからは自らの経験をもとに活発な意見が出されました。今回あらためて、避難、情報伝達の迅速性、地下水の特定の難しさや現地調査の重要性などを再認することができ、先輩の培った技術を継承し、風化させないことが大切であると感じられたシンポジウムとなりました。

最後に、多くの方々の参加をいただき、この場をお借りしましてお礼を申し上げます。



中条小学校5、6年生による発表



土屋 智氏による基調講演



パネルディスカッションの状況

- | | |
|--------|---|
| *パネリスト | 川上 浩（信州大学名誉教授）、近藤 浩一（(財)砂防・地すべり技術センター専務理事）
内藤 哲（NPO法人 長野県地すべり防止工事士会理事長）、
佐藤 知章（長野県土尻川砂防事務所長）、大場勝一郎（日本工営(株)） |
| *司 会 | 飯沼達夫（日本工営(株)） |

●平成20年度長野県砂防ボランティア協会総会が開催される

平成20年5月22日T O i G O（長野市）において、平成20年度長野県砂防ボランティア協会総会が開催され、会員64名が出席しました。議事の中で平成19年度の事業報告、会計報告、平成20年度の事業計画、役員及び組織体制について承認されました。

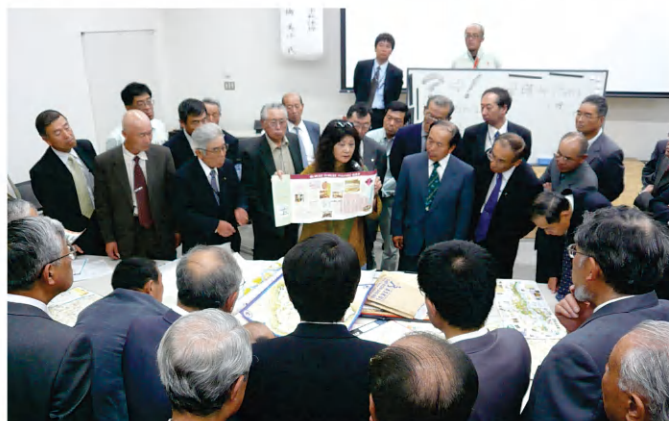
引き続き行われた講習会には県職員も加わり、総勢80名を超える参加となりました。講習会では、栗原砂防課長から「これからの砂防事業を考えるうえで」と題した講演がありました。長野県では過疎化や高齢化のために山の荒廃が進み土砂災害の発生が懸念されるなか、世論調査では県民は安全・安心な暮らしを1番に望んでおり、土砂災害危険箇所の整備には、一層のコスト縮減や整備方針の転換が必要であることなど、砂防事業の現状と課題についてお話をいただきました。

絵地図師・散歩屋の高橋美江氏には「絵地図と散歩で頭の柔軟体操」と題して講演をしていただきました。高橋氏はプロのデザイナー・イラストレーターとして、東京、神奈川、大坂などの絵地図（イラストマップ）を手がけています。一方で、絵地図の下見のまち歩きを発展させ、散歩屋の肩書きでNHK文化センターの



総会の様子

講師として活躍されています。まち歩きでは、観光スポットやまちの行事などの非日常＝「ハレ」でなく、普段どおりの日常生活＝「ケ」の部分のほうが面白いという高橋氏は、視点を変えたものの見方、頭のやわらかい使い方についてお話をしてくださいました。ポイントは、①先入観を持たない、②目に見えないものを感じ取る、③自分の感性を面白がる。受講者との会話があたり、机いっぱいいろいろな地図を広げてのユーモアたっぷりの説明に、会場の雰囲気も和んだ楽しい講演となりました。



絵地図師・散歩屋 高橋講師の講演

●平成20年度の活動について

6月の土砂災害防止月間にあわせ、建設部の現地機関では、土砂災害危険箇所のパトロールを毎年実施しています。このパトロールには砂防ボランティアも参加しており、本年度も13現地機関（佐久、上田、諏訪、伊那、飯田、松本、安曇野、千曲、中野、長野の各建設事務所と犀川、姫川、土尻川の砂防事務所）から砂防ボランティア協会に派遣要請があり、延べ34名の協会員が参加しました。

パトロールは地元警察署、消防署、市町村、地方事務所、建設（砂防）事務所及び自治会代表者らと合同で行われ、土砂災害危険箇所や防止施設などを点検しました。砂防ボランティアが今までに培った経験を活かし、地域の方の土砂災害に対する認識を深め、地域防災力の向上に貢献しています。



土砂災害防止月間に伴うパトロール
地すべり防止施設の点検(上田建設事務所)

長野県砂防ボランティア協会では、土砂災害危険箇所パトロールのほかにも、小学生を対象とした「地すべり先生の青空教室」や歴史的砂防施設の維持管理活動などを行っており、今後も土砂災害の防止のために活動を行っていきます。砂防ボランティアの派遣を希望される方は、砂防ボランティア事務局（建設部砂防課地すべり係）までご相談ください。



地すべり先生の青空教室(茶臼山・共和小学校)



歴史的砂防施設維持管理活動(薬師沢)



編集後記

山の装も秋の深まる気配が感じられるこの頃となりました。皆様お変わりございませんでしょうか。

本年9月20日に初めて根羽村へ行って来ました。飯田山本ICから153号線を走り、阿智村、平谷村、ネバーランド、月瀬の大杉、昼神温泉へ。食や文化も地域性に溢れ、感動しました。一番驚いたのは、根羽村月瀬日影平地籍にある月瀬の大杉は、幹回り約14m、

樹高は40mに達する巨木で、昭和19年11月に国の天然記念物に指定されました。何より天気に恵まれた事、小木曾村長さんにお会い出来て光栄です。昼神温泉も良く、思い出多き日でした。また県内のどこかへ訪ねてみたいです。（書記：高橋）



※お知らせ

砂防ニュースレター長野では、掲載したい記事や写真を募集しています。長野県治水砂防協会事務局までお問い合わせ下さい。

●第43号 編集・発行 長野県治水砂防協会 〒380-8570 長野市大字南長野幅下692-2 長野県建設部砂防課内
TEL 026(232)0144 E-mail : n-sabo@sky.plala.or.jp