



第2回 交流会

2016年2月28日(日)交流会

今回のテーマは「ロングロングコース」

お天気に恵まれて、13名の参加者が、超長距離のコースを走破？！

河津桜を見に行く人の混雑に較べて、なんだか独り占めのような黒崎の鼻。いつまでも穴場であってほしいです。

10:00



三崎口集合

通りがかりの知らない方から「旗の刺繍が素敵」と声をかけられる
駅前でごく簡単に全員自己紹介

10:10

出発、畑のまっすぐな道を通り、黒崎の鼻へ



10:50



黒崎の鼻着、春霞であいにく富士山は見えませんが、
開放感にひたりながら15分間休憩

江戸時代の入江の埋め立ての話や、戦争遺跡の話など話題は尽きず



三戸浜を気になるモノを集めながら(ビーチコーミング)歩く

12:00



サンコロ石着
船が沈んで江戸城の石垣になれなかった話、
お精霊流しの話を Mさんから聴く
講、大山参りの話など話題はつきず

石の上に浜で拾った宝物を並べて、鑑賞会
ここで一句「春の海 竜宮城の ごみ溜めか (伸)」

12:30

サンコロ石でそのまま昼食
おやつ差し入れがぐるぐる回る、ごちそうさま
トビ襲撃事件(お大事に)
次回から昼食時は傘で背中側をガードしましょう

13:00



小網代の森へ出発、上諏訪神社から三戸の集落を
抜け、農地造成地を通って北尾根へ

14:30

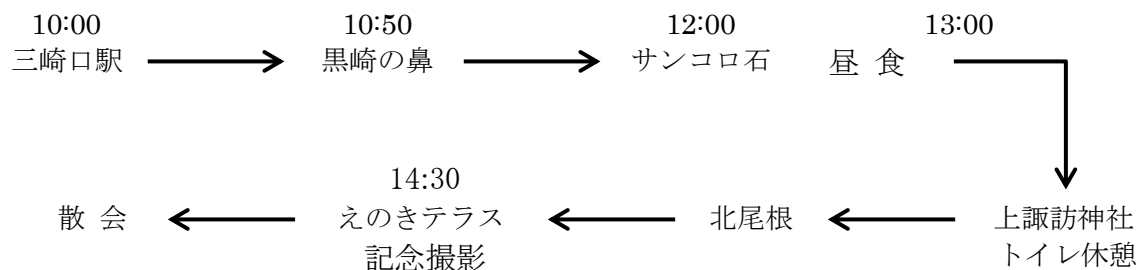


えのきテラス着、記念写真を撮り、散会
中央の谷をのぼり、渋滞している道の横を歩いて
駅に着いたら 16:00 でした

Mさん、車でのサポートありがとうございました
幸いにもみなさん元気に歩きとおすことができました

(文:浪本 晴美 写真:松下 景太)

今日のコース



交流会で緑の球体を見つけた方々へ



三浦半島海藻図鑑で調べた所、ミル科のタマミルという名前で、一見マリモのようでありました。内部には細胞がつまっているとのことでした。同じ所にサキブトミル、ヒラミル、ナガミル、ミル、ハイミル、クロミルと写真つきで仲間がでていました。宮本が人魚姫の鬘と呼んだのは恐らくサキブトミルだろうと思いました。ミルは同じ太さ、同じ長さの所から枝分かれするとありましたので、少しちがうようでした。いずれも小網代、三戸浜で採取できるようです。

ご参加の皆さまからコメントをいただきました

黒崎の鼻から三戸海岸へ浜辺を歩きながら、三コロ石で昼食。のんびり、おしゃべりしたり、聞いたり、とても心やすまる(ゴールが小網代)ひとときでした。

Y. M

キャベツ畑から、岩と砂の道、貝や海藻をひろったり、また畑道から自分のふるさとのような小網代の森へと変化に富んだ明るい道を楽しみました。ウグイスの声、道ばたの花、もう言うことなし。

K. S

無風快晴、小春日和、最高のハイキングでしたね。皆様に、サポートして頂いてありがとうございました。

Mさま、細やかな心づかいに厚くお礼申し上げます。

三浦海岸の河津桜を見て帰りました。

S. S

好天にめぐまれ、楽しい1日でした。海岸、林、干潟……、昔観音崎～三浦～湘南～湯河原を歩いたときを思い出しました。(海岸線)

横浜E. F

10:00 三崎口駅→黒崎の鼻→三戸海岸→サンコロ石で昼食 食べる→北尾根→エノキテラス 14:20 ☆気まぐれに畑、海見て小網代へ

H. N

長いコースとお聞きしましたが、初めてのコースを色々覚えて、今度はお友達と一緒に来たいです。ありがとうございました。

T. N

黒崎の鼻のコースは、シルバーコース(ゴールドより上)ですね。今度は諸崎側から北上してみたい。

K. M

みなさま 交流会おつかれさまでした。 ロングコース大満足！

H. N

黒崎の鼻の絶景を見て目の保養。三戸浜の磯を歩いて脚力アップ。キャベツやブロッコリー、大根と農地の作物を見るのにも癒されました。

M.H

サロン小網代

随想 小網代でんてん ②1

風の道の贈りもの ― サネカズラ

須田 漢一

十二月中旬、かつて「風の道」と詩的に名付けられた道で、サネカズラの果実を拾った。

直径2センチぐらいの軸に、紅色の液果が和菓子「鹿の子餅」みたいに差しこまれている。

ザクロなどは、種子を、厚く硬い皮でカバーしているのに、サネカズラは種子をひとところに集めて、球体をつくっている。

なぜだろう。

小さくばらけた実なら、鳥に食われ、どこかへ散らばり、芽生えるチャンスがふえるのに。

もしかしたら、鳥など当てにしないで、ネズミやイタチやリスなどに運んでもらおう、とひとつのかたまりにしたのかも知れない。

それにしても、この果実は、どこから落ちてきたのだろう。山の斜面や周りには、それらしいつる状の茎が見当たらない。動物が運ぶときに落としていったものか。それとも谷の上の台地に生えていたものがころがってきたものか、落とし

主、不明である。

マツブサ科サネカズラは革質で、楕円形の葉をつけている常緑の木で、茎がつる状に伸びる性質がある。雌雄異株で、八月のころ葉の脇から出た柄に、淡黄色で深味のある花をつける。別名のビナンカズラ(美男葛)は、昔、この皮を薄く削って熱湯を注ぐと、どろどろの液が滲出し、それを櫛に付けて、油の代わりに髪を梳いたことからが、語源だという。

漢方では、実を「南五味子」と呼び、天日で乾燥し水で煎じたものを、滋養・強壮・せき止めなどに用いた。

そうした、人との結びつきがある果実なので、捨てるのは惜しい。風の道の贈りものとして、紙に包んで持ち帰った。

そのまま放っておいた実を、年を越した二月になつて、ふと思ひ出し開いてみる。当たり前だが赤かった球は黒く変色して、拾った時の瑞々しさは無く、しわがよっていた。



細かく観察しようと、種子のひとつひとつを軸から抜いてみる。合計で30粒あった。そのひと粒を爪で割ると、薄い皮に包まれ、向き合った腎臓形の種子が出てきた。

地面に落ちた種子の全てが芽生えるとしたら、単純な計算では $30 \times 2 \parallel 60$ の新たな生命 いのち が芽生えることになる。が、実際にはそれほど見かけない。

自然の中では何かに食われたり、腐ったり、干涸びたりしてコントロールされているのかも知れない。

それにしても腎臓形には驚いた。

その形は人の体のものと似かよっていて、生命をつかさどるものは、同じような形になるのかと、目には見えないが、生きているもの同士の深いつながりを感じた。

風の道の贈りものは、果実としての美しさだけではなく、その中の種子のかたちまでも教えてくれる、またとない贈りものだった。

(2012. 12 / 26 2013. 2 / 3 観察)

南米チチカカ湖 トラ製のバルサ(葦船)

地球の裏側、南米アンデス山中のチチカカ湖。ペルーとボリビアの国境にあり、標高は約4000メートル、広さは広島県とほぼ同じで琵琶湖の約12倍(8300km²)。

「ティティ」とはインカの神聖な動物であるピューマ。カカとは石。転じて輝く石という意味だという。岸边を探して見たがカニは確認できず、土地の人たちの話では体長50センチ、世界最大級の大カエルが生息するという。透明な湖の中には水生植物のトラ(カヤツリグサ科の植物・葦)が群生している。ウロス族の人たちは皮を剥いて生で食べている。このトラの茎を纏め束ねて長さ5メートル級の葦舟を造る。2、3人は同乗できる。

富士山よりも高度があり、空気が薄く高山病の兆候が現れてホテルの階段でも息がきれる。深夜、外へ出ると満天の星。遥か南方を見上げて南十字星と偽南十字星を確認する。その時、幸運にもスーと長い光跡を引いて飛ぶ人工衛星が望めた。

チチカカ湖から100キロ離れた地点にある、ボリビア最大の都市ラ・パス。人口は110万。国土は日本の3倍で面積は110万Km²。標高は3800メートルで世界最高所にある首都である。日差しが強いので、男女共に個性的な帽子を着用している。サッカーの盛んな南米、しかし空気の稀薄な高所にあるのでビジターチームは苦戦するという。

最大の飛ぶ鳥コンドルや、ラクダ属の仲間であるビクーニャ・リヤマ・アルパカ等アンデス山地特有の動物を目にする。トウモロコシやジャガイモの原産地で、スペイン人によってヨーロッパへもたらされたという。

(1994年5月の紀行)

祖父川精治



今日の小網代 3月29日

本日、午後3時半から4時半までジャヤナギテラスまで歩いてきました。タチツボスミレが満開、アスカイノデが萌黄色の腕を広げて、谷底をすだれのように縦の線で覆うようでした。日本桜草と思われる桃色の桜草が一株、オオアラセイトウが昨年と同じ真ん中湿地に咲いておりました。ジャヤナギは小さい芽吹きで煙のような風情でした。ヤマザクラ、大島桜の咲いたのを確認して戻りました。比較的大きなドラミングの音が何度もしました。新しい自然案内の看板が県政総合センターの名前でつけられていました。

M.M

質問コーナー

みんなで考えよう感じよう！自分で考えよう！考えたら言い合いっこしよう！

第2回

今さら聞けない質問。納得のいくまで、聞いたり話し合ったりしましょうか。

今回は・・・ 氷はどうして融けるの？

- お友達に聞いてみたよ！
南極基地のお兄さん「氷は火を使って温めないと溶けません。」
インドネシアのお姉さん「氷は、いつでもあつという間に溶けます。」だって。
(森ネーム：森のタヌキ・ぽんぽこ)



地球って、場所によっていろいろだね！！

これ、とっても良いヒントですよ。



- 夏のかき氷のことかな。
氷にかけるシロップとかが、凍っていないからかなあ。それと
氷をかき混ぜているうちに、氷が溶けてきて、溶け具合が
絶妙な美味しさになるよね。(森ネーム：ふわら)



だんだん、近づいてきました。シロップは、
氷にくらべて？ そう暖かいよね。で？

- 寒さの中で固まっているのは、もう、がまんできない！
身も心もくずれちゃったのさ。(森ネーム：春よこい)



水は自由だね。

はい、正解！！暖まると分子の活動が活発になるからです！



- ねえ、水ってかっこいいよね、
摂氏0度で固体から液体になるし。100度で気体になるし。(森ネーム：ケルビン)



ちがうちがう、逆。逆。水を基本にして温度を
決めたんだよ。

古代ギリシャでは、水が万物の基本だと
考えられていましたよ。



0度で水になるのは、摂氏という温度を使っている国でだけ、だよ。
アメリカ合衆国なんかは、華氏を使っているから、水になるのは華氏32度。



- アメリカの水はかっちょわるい



えつ、そこ？

※アメリカ合衆国の水は飲めるし、お
いしいよ、フッソもはいて
いて虫歯予防になるよ

投稿先（同封の投稿用紙をご自由にお使いください／交流会でもお渡しします）

eメールで：watashitachino@mori-club.com

ファクスで：03-3774-9704（ファクス専用機です。24時間受信可能）

交流会で手渡し：次回は4月29日京急線三崎口駅12時

おもしろQ&AのQもAもひきつづき、募集しています！！
愉しみにしております！！

復習コーナー（第1回での質問例）

- (01) 氷はどうして融けるの？
- (02) 木の葉は、どうして、秋になると、色が変わるの？
- (03) 海はどうして青いの？ すくってみても、色はないよ。
- (04) 海の色がところどころ違うのはどうして？
- (05) 花はいつ自分が咲くってわかるの？ 自分で決めているのかな？
- (06) 海にはどうして波があるの？ 湖にも波ができるときはある？
- (07) アカテガニは、満潮だって、どうしてわかるんだろう？
- (08) トリは、どうやって胸筋を鍛えているんだろう？
- (09) トリの鳴き声には、種類がありますか？
- (10) 蜘蛛の巣には、表うらがあるの？
- (11) トリさんは、どうやってお友だちを見つけますか？
- (12) 海にある貝は、食べられますか？
- (13) 海岸で、生きものを一生懸命探すといなくなっちゃうのに、
- (14) 海の水は、どうしてしょっぱいの？
- (15) 舟は、どうやって、進路がわかるの？

今回のコメンテーター



科学の先生



地理学の先生



哲学史の先生

次回もおたのしみに！

（企画：森くらぶスタッフ 進行：会員のみなさま）



今日の小網代 4月3日

朝方雨が降っていたのが幸い、桜の森はしっとりと迎えてくれました。休日にしては散策者も少なく、こんな日はゆっくり歩くには狙い目です。オオシマザクラ、ヤマザクラは満開、ヤナギもコナラもヤシャブシも優しい新芽の季節、淡いトーンに癒されます。伐採の進んだ明るい散策路脇にはいつもの春の野花が勢ぞろい。そして森のあちこちに県設置した観察ポイントを紹介する看板が立っていましたよ。 H.N



別荘池でウシガエル



ハンノキ平でヒメウマノオバチ

森でうふふな美学



桜で触覚 皮膚感覚 そして聴覚



ジポーリン 菜穂子

桜の季節、花の春。みなさま、いかがお過ごしでしたか。たくさんのお花が次から次へ。たとえるなら、どんなお花？ ひっそりとしぶといヒメウズがお好きな方。ほかの花を引き立てるカスミノウがお好きだという方。可憐なオオイヌノフグリが好きだとおっしゃる方。やっぱり上品なスマレでしょう、の方。やっぱり桜、幸せな気分にしてもらえるから、という方。みなさまからのご報告、ありがとうございました。

桜。小野小町が、ご自分にたとえていましたね。

花の色はうつりにけりないたづらに わが身世にふるながめせしに

(百人一首 九番 『古今集』)

この時代、花といえば桜、だそうで。ちょうど、今頃の桜でしょうか。雨が降り桜が色あせてしまった。思いにふけっている間に、私も老いらくの身。・・・。

同じ百人一首のこちらの桜の句。にゅうどうさきのだじょうだいじん 入道前太政大臣、さいおんじきんつね 西園寺公経。鎌倉にも縁の深い公卿です。

花さそふ嵐の庭の雪ならで ふりゆくものはわが身なりけり

(百人一首 九六番 『新勅撰和歌集』)

こちらも年をとっていく自分です。嵐に誘われて桜の花が散り、まるで雪のようだが、降りゆくは花、古りゆくは私。小野小町と同じように花がうつろい、自分も老いるわけですが、少し様子がちがいますね。小野小町は室内で座卓に頬づえでもついている感じ。お大臣は、お外にいるのでは。小町さまは、内側に向かい、しっかりと自己を見つめています。公経さんは、お庭で自分と花の嵐が一体化。花びらいっぱい美しい空間に包まれています。広がる空間は宇宙にまでつながりそうな。小町さまの句から二百年余り後にできただけに、洗練され、唯美的な句ですが、もともとにあるのは、原初な皮膚感覚。感じませんか。私たちが忘れそうになっている感覚かもしれません。

さて、気がつけば、森は若葉の季節です。桜は、葉桜。うつりゆく花の色も気にはなりますが、芽吹く桜の若葉の美しいこと。明治の頃に作られた江戸小唄に、葉桜を唄ったものがあります。

葉桜や

月は木の間をちらちらと 叩く水鶏に誘われて

ささやく声や 笠の船

新緑萌える桜の木々の葉かげから洩れる月の光。清逸でありながら、なま暖かいような空間の広がりを感じられます。と思っていたら、関心は水辺のヒクイナの鳴き声に。そうしたら、聞こえてくるのは、こしょこしょ声。川辺に泊められた舟にでも腰かけているのでしょうか。だれとだあれ？ささやかれていることは、なんでしょうね。うふふ。

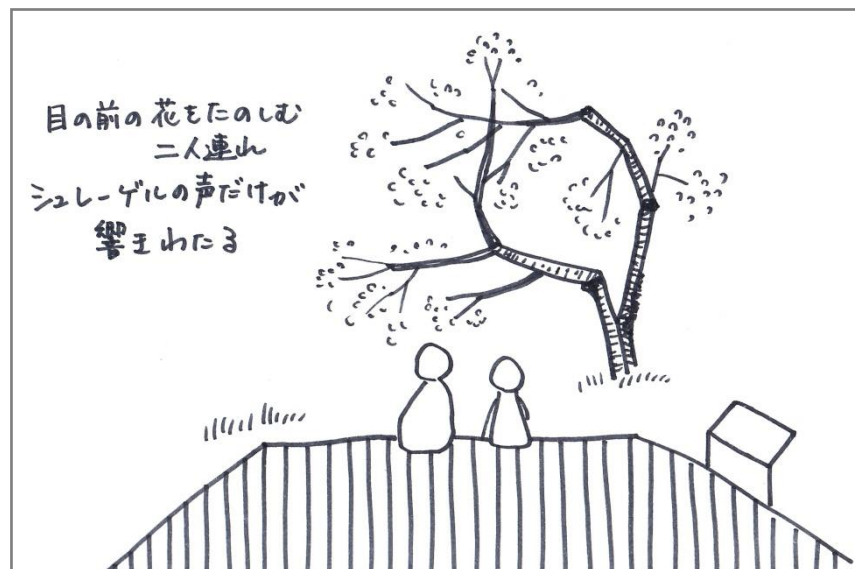
なんとも艶っぽい小唄です。桜も、花が散り、葉桜となった、今からが新しい季節の始まりでしょう。そうすると、老いらくは「老い楽」(二葉亭四迷『浮雲』より)。楽しいこと、愉快的なこと、これからもいっぱい。みなさまと。

参考にした本：

『桜よ「花見の作法」から「木のころ」まで』佐野藤右衛門(集英社 2001)文庫アリ

『見わたせば柳さくら』丸谷オー (中公文庫 1992)

『日本的感性 触覚とずらしの構造』佐々木健一 (中公新書 2010)



今日の小網代4月5日

空はどんより厚い雲が一面に広がっている。じっと見つめると濃淡の模様がゆっくりとながれて行く。雨上がりのしっとりした朝の北尾根を下っていくと、スミレの濃い紫が広がっている。思わず這いつくばって鼻を近づけるとほんのり香りがする。谷底からは賑やかなカエルの鳴き声が上ってきて雲に届きそう。干潟の潮に指を付けてしゃぶったらあまりしょっぱくないのは森からの流れが盛んなせいだろうか。カニたちはまだ眠いのか、たくさん並んだカニ穴はひっそりうつろ。足音をたてないように静かに木道を歩きながら水音を聞く。ジャヤナギに群がる細い袋をつまむとモゾモゾなかでダンスをするのはだれだろう。N.T

小網代を詩う

花咲きめぐり

中井 由実

この季節

日本中で桜の話題がにぎやかだ
桜は日本では特別な花

三浦も お花見の声が聞かれる

でも 小網代では
花は桜ではない

私なら 小網代の花は
フデリンドウ

そして ギンラン

重ねてきた春の思い出の花

あなたの花は何でしょう？

毎年愛でてきた花が

それぞれにきつとあるはず

たとえば ツボスミレ

たとえば ウラシマソウ

黄ケマン キランソウ それから、



3・11

中井 由実

あれから5年と
行き交う人が言う

おかしいかな
人間で、忘れないために
数えることをするんだ

おかしいかな
人間で、区切りが必要な
そのために数えるんだ
辛いことを本当は忘れたいから

忘れたいこと
残したいこと

たしかにあった楽しいこと

振り返れば 数えきるなんてできないほど

笑ってもいいよ 小網代

思い通りにならないこともあるけれど
これから何年でも

一緒に歩きたいと思っっているのは
本当なんだから

何があっても 昔ばなしで話せるように
きつとなれると思うから

こあじろ あ・ら・か・る・と

森を巡る逸話を不定期で 宮本美織 記

第2回会員交流会(2月28日)では黒崎の鼻を巡り、三戸浜を歩き、新設の富士見新道の下の平らな道を通って、北尾根尾根にて、小網代の森の散策路を通るコースでした。今回はその途中で見聞きした事柄で後から、調べたり、教えて貰ったりした事を中心に**あ・ら・か・る・と** なお季語に拘らない子供の俳句を童句と言った例にならい、老人の句を老句として、駄作を並べた我儘をお許し下さい。

はしま 今、西部の埋立地と言われている黒崎地区と入り江に挟まれて三浦臨海高校や新設の商業施設の近くに浮かぶ島のような緑の小山は、文字通り、入り江に浮かぶ島、「波島」と言われ、静かな波と島と月の登る姿を黒崎の鼻から写した写真は絶景の面影を残していた。

昔、海 今は陸地の 波島かな

そなれまつむしろう 黒崎の鼻に咲く、ソナレマツムシソウの保護とごみ拾いをしていた三浦の会があった。咲くのにめぐり合いたいこの草は蕾も花も実も美しい植物なのだ。ここで、ラジコン飛行機を飛ばす遊びをしていた方々の痕跡が見当たらなくなっていたのが新しい発見。

磯に慣れ マツムシソウも 土を這う

黒崎の鼻を掠めて 初音 聞く

とんねる 太平洋戦争末期、相模湾防衛の戦跡が三戸浜に3箇所ほどある。入り口がふさがれたものもあるが、この黒崎の鼻を通らずに、三戸と黒崎を繋ぐ戦争中に掘ったと思われるトンネルがあり、人が歩ける高さにできていた。20年ほど前 三戸側から入ると、黒崎の側には斜面を滑り降りるような位置に出て、スリル満点だった経験がある。5年前の東日本大地震で地盤が弱っていると思うので、今は絶対に入らないようにしたい。

さんころ石 ビーチコーミングをして拾い物を置いた大きな石やお昼に座った2つの巨石が何と江戸城を築くため伊豆の真鶴町旧岩村の小松山から運んだ小松石(安山岩)かもしれない。他に11箇所も伊豆半島には築城や補修のための石丁場があったそうだ。江戸に運ぶ途中に嵐でここに寄せられたという。浮力？を利用しての運び方の話しが面白かった。

300年 居座る石に 昼餉かな おにぎり と 鳩の接触 気をつけて 穴あきを 笛に奏でて 今人も

おしょうろながし お正月のお飾りを焼き、その火で焼いた御餅を食べて無病息災を祈るおんべやきの行事が三戸部落にある。「おんべ燃して けえらっせ！」と子供が正月飾りを集める役なのだ。

お精霊流しも夜中に子供たちが新盆のお墓を回ってお供物をリヤカーに集め、大人たちは3地区に分かれて、それぞれのやり方で竹と藁でお精霊船を作る。飾りはそれぞれが持ってきてお供物を入れて綺麗な舟になる。和尚さんが小さな船に乗り、西に向って祈りを捧げて3艘の船を先導する。3艘の船は地元の子供たちが沖まで泳いで引いていったものだ。20年前に宮本が見学した時に古老がいていた。既に、子供たちも遠泳の習慣はなく、ライフジャケットを身に着けて安全第一の行事になっていたし、3艘の船に乗せた供物も海を汚さない工夫をしたと聞いている。ともあれ、2011年、国の重要無形民俗文化財に指定され、継続されていく仕組みも整っている。

おんべ焼き お精霊流し 子は育ち

ミル 人魚姫が髪を作ったらこんなものだろうと想像される緑色の三桠状の海藻が落ちていた。また、緑色のマリモに似た海藻のようなものも落ちていて拾って楽しんだ。横須賀自然・人文博物館の三浦半島海藻図鑑で調べてみたら、サキブトミルとタマミル、どちらも三戸浜、小網代の海岸で拾えるとのこと。

人魚姫 ミルを髪に 三戸の浜 タマミルを そっと 手の平 三戸の浜



台湾リス 富士見新道と呼ばれている坂の下、早春キャベツ、春キャベツの綺麗に植えられている畑の側を歩き、元のゴミの滝あたりで北尾根に取り付く。マテバシイの林の中でゲコゲコと台湾リスの音がする。

ゲコゲコと リスの進出 北の尾根

タチツボスミレ アカテガニ広場の後ろの斜面は日当たりのよいこと、一面の紫のスミレ。気持ちのよい春限定の花畑。

ムラサキの すみれに 染まる 瀧へみち

新風景 コナラの大木が斜面を鯨のあばら骨のように覆っているように倒れているのが新しい風景。

西洋の教会の天井の梁のようだと表現している人がいた。

こあじろの森くらぶ NEWS

◆スタッフの活動

- 01.31(日) 10:00～ 通信 No.1 印刷・発送(於 横須賀市立 市民活動サポートセンター)
 スタッフ会議(於 横須賀市立 市民活動サポートセンター)
 02.06(土) 第2回交流会下見-01
 02.20(土) 第2回交流会下見-02
 02.28(日) 第2回交流会 ロングロングコース 10:00 三崎口駅前集合
 03.13(日) 10:00～ スタッフ会議(於 横須賀市立 市民活動サポートセンター)
 03.27(日) 10:00～ ミーティング(於 横須賀市立 市民活動サポートセンター)
 04.09(土) 第3回交流会下見 10:00 三崎口駅前集合

◆ホームページ公開のお知らせ

4月18日(月)、こあじろの森くらぶの新ホームページ(会員専用)をオープンいたします。別添のユーザー名とパスワードを使用して、是非ご覧いただきお楽しみください。

<http://www.mori-club.com/main/index.html>

第3回交流会の予定

小網代切り抜き紀行「午復の森を歩こう」

みんなで、森を「切り抜き」に行きましょう。

色々な形の窓に切り抜かれた、森の風景はどんな風景？

思いがけず窓の中に姿を現す鳥はどんな鳥？

とにかくみんなで森を切り取り写真に撮って、心に残る小網代を探しましょう。

後日、印刷された写真を見るのも、楽しさの一つですね。

一回で二度おいしい交流会開催です！

お待ち合せ：4月29日(祝・金) 三崎口駅前

12:00(正午)

(遅いスタートです。16時頃散会予定。)

徒歩で森へ向かい、途中スポーツ公園で昼食をとります。

持ち物： お弁当・飲み物、筆記用具など
 “あそび心”

対象： 「こあじろの森くらぶ」会員と
 そのご家族ご友人

*保険は無しです、事故等は自己責任で!!



こあじろの森くらぶ通信 No.2

2016年4月17日発行

こあじろの森くらぶ Koajiro Woods Club

所在地：〒238-0101 三浦市南下浦町上宮田 1528-75

連絡先：info@mori-club.com (高橋)

046-889-0067 (仲澤)

URL：http://www.mori-club.com

年会費：1000円(7月～6月 入会金不要)

郵便振替 こあじろの森くらぶ 00290-6-137203