支えあういのちと愛
～千葉の会だより～

12 月号 2024.12.1

発行：千葉骨髄バンク推進連絡会
〒267-0054 千葉市緑区大高町 18-37 北村方
TEL／FAX 043-497-5083
http://www.marrow.or.jp/chiba/

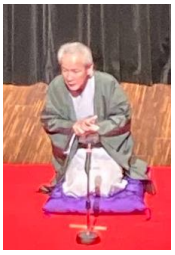
骨髄バンクチャリティ「コンサートと落語会」 開催 ～11月16日(土)

今年で第9回となる骨髄バンクチャリティ「コンサートと落語会」を成田市文化芸術センターなごみの米屋スカイタウンホールにて開催しました。 当日は、小泉成田市長、関根副市長をはじめ 140 名以上の方々がご来場くださいました。桂右女助師匠と隅田川わたしさんによる落語会では、軽妙な語り口に場内の皆さんの顔がほころびます。骨髄移植体験者の堀彩華さんとそのお母様でドナー体験者でもある堀ともこさんの対談では、体験者にしかわからない生の気持ちをお話しくださいました。さらに、三戸さん、小澤さん、高田さんによるピアノ三重奏の素晴らしい演奏が会場内の方々の心に深く染み渡りました。また、今年もホールでのコンサートの前に成田山新勝寺にて御護摩の法要および新勝寺名物“勝ちごぼう”の精進料理をいただくことができ、皆様に秋の一日を楽しんでいただくことができました。来場者のアンケートには「三重奏は迫力があり素晴らしかった」、「お母さんの愛情が直に伝わってきた」など、内容に感銘を受けたという声がたくさん綴られていました。来年以降もぜひこの活動を継続し、骨髄バンクの必要性を多くの方に届けられれば良いと考えています。開催に先立ち、10 月 19 日（土）・20 日（日）に行われた第 19 回成田市健康・福祉まつりでは、当会も骨髄バンクの普及活動を行わせていただきました。また、11 月 2 日（土）には成田市制施行 70 周年記念式典にご招待いただき、市川團十郎白猿丈の演舞を観覧することができました。

最後になりましたが、開催にあたり、県、市をはじめとした行政機関、成田山新勝寺様をはじめ多くの方から後援や協賛、ご支援をいただきましたことに厚く御礼申し上げます。

（実行委員長 小泉治彦）

ご法話と精進料理


落語

対談の様子

ピアノ三重奏

◆トークにご参加いただいた堀さん母娘からコメントをいただきました。

この度はとても素敵なイベントに参加させていただき、心より感謝申し上げます。 なぜドナー登録が必要なのか。どれほど大切なことなのか。なかなか言葉では伝わりづらいです。 このような落語やクラシックのコンサートと、トークイベントを一体化することは、いろいろな世代や環境の方に向けて発信できる良い企画だと思いました。ドナー体験者の桂右女助師匠の取り組みもまた、心から尊敬に値するものです。

今まで、どなたかの骨髄ドナーになった私と、どなたかから骨髄をいただいて命を助けられた娘が一緒にトークに参加することは滅多にありませんでした。 私たちは経験を語ることしかできませんが、そのことでドナー登録の大切さ、命の大切さ、そして貴方が誰かのヒーローになれるかも知れないということを直接伝えることができる大切なチャンスをいただけました。このような機会をこれからもずっと続けていただきたいと、心から願っております。

（堀 ともこ 映画プロデューサー、ドナー経験者）

この度は大変貴重な機会を頂き、ありがとうございました。普段の親子間での闘病中の頃の会話は、印象的なイベントなど話題が限られていたので、司会をしてくださった桂右女助師匠に質問していただいて、改めて思い出すことも多かったです。 当時、治療の苦しみをただただ耐えるだけの毎日で、自分のことしか考えられませんでした。両親を含め自分の周りの人たちが何を考えていたか、どんな思いで過ごしていたのかを聞ける機会は少なかったので、当時の母の気持ちを聞くことができ大変嬉しく思いました。また、こうやって自分の体験として皆さんに話せることの大切さと役割も、改めて感じています。今回の対談を通じて、多くの方に少しでも骨髄バンクや骨髄移植について興味を持って頂けますと幸いです。

（堀 彩華 元患者 移植経験者）

＊堀ともこさんプロデュースの映画「いちばん逢いたいひと」は、白血病の少女と、そのドナーになった男性との物語です。2023年公開後も各地で上映会が開催されています。次回作の「春の香り」は脳腫瘍がテーマで、2025 年春全国公開予定です。

ちばアクアラインマラソン 2024 で普及啓発活動 11 月 10 日(日)

「ちばアクアラインマラソン 2024」でドナー登録説明会及び普及啓発を行いました。同マラソンは、2012 年から始まり 2 年毎に開催されています。このマラソンの特徴は、東京湾アクアラインをコースの一部としていることで、木更津市と川崎市を結ぶ高速道路を市民ランナーが駆け抜けます。2020 年大会は新型コロナウイルスの感染拡大のため中止になったので、今回は 6 回目になります。 千葉の会は 2012 年の初回大会から千葉県薬務課が設置くださったテントを中心に、同課と協働で大会会場、沿道でランナーを応援しながら、ハローキティの骨髄バンクの幟を掲げて、ティッシュ、チラシを配布しています。例年は木更津会場、袖ケ浦会場の 2 か所に分かれて活動していますが、今回は木更津会場（木更津市民体育館まわり）1 か所に集中して活動しました。当日の天気は曇りで肌寒く、一度パラっと雨が降りましたが、何とか天気は持ちました。こんな中、薬務課からは長谷川副課長、鷹箸副主査が参加され、千葉の会からは北村美、円東、久永、西島夫妻、相良の皆さんと私梅田の 7 人が参加し、ティッシュ 450 個、ギフトオブライフ 250 枚、県のチラシ 150 枚を配布し、普及啓発を行い、ドナー説明会も併せて行いました。

同大会で走ったランナーは約 17,000 人で、フルマラソンが約 12,000 人、ハーフマラソンが約 5,000 人、車椅子参加も 10 人位おられたそうです。フルマラソンの男子 1 位は 2:18:56 の蜂須賀源さん、女子は 2:48:31 の山口遥さん、ハーフマラソンの男子 1 位は 1:04:41 の佐田直也さん、女子は 1:16:30 の関谷夏希さんでした。

木更津市民体育館まわりの会場には、多数の出店も出て大変な人出でした。参加者一同、活動の一方で、お祭りのような会場で食べたり、飲んだりも楽しみました。参加くださった皆さま、お疲れさまでした。

（当日の活動責任者 梅田正造）

登録会報告

順天堂大学さくらキャンパス 10月23日(水) 説明員 北村美和子、山口智子

登録者18名 説明者6名の結果でした。大勢の学生さんたちがグループでみえ、初献血の方もいらっしゃいましたが多くの学生さんに登録いただくことができ、忙しく嬉しい悲鳴の 1 日でした。複数説明や同時説明の時間帯もあり、説明を聞いてくれた方の大半は快諾され、午前 5 名、午後は 13 名もの方に登録いただくことができました。説明後、是非登録したいですとか積極的に登録しますとか、嬉しいお声をいただく事ができた登録会でした。前回春の登録会で山口さんが参加された際に説明を聞いた男子学生さんが本日は登録されるという嬉しいエピソードもありました。また登録済の女子学生さんが兄弟間移植のため、高校生の時にドナーになったというお話をしてくれました。 (北村美和子)

JFEまつり 10月27日(日) 説明員 梅田正造、円東克典、萩原匡祐、萩原佑紀

登録者2名 説明者7名の結果でした。公園全体に店が広がっており、賑やかなお祭りでした。ティッシュとギフトオブライフを配ると、通行したほとんどの人が受け取ってくださり、中にはその場でギフトオブライフを開いて興味を示してくださる方もいました。登録者は人数の割に少なかったですが、骨髄バンクに前から興味を持っていた方々から声をかけていただき、説明を聞いていただけました。その中で私が対応したのは、家族連れの母親の方でした。お子さんが心配なため入院は難しいとの理由で、残念ながら登録は見送られました。他にも、家庭を持ったことがきっかけで、骨髄バンクを知ったという方も多くいらっしゃいました。 (萩原佑紀)

イオンタウン野田七光台 11月 24 日(日) 説明員 中村剛

登録者3名 説明者5名の結果でした。11 月末とは思えない日射し、上着なしでも過ごせるほどの陽気でした。朝一番で献血会場に来られた男性は、以前この会場で私が説明を行った方でした。そのときは献血後の説明だったため、登録申込書に記入まで行い「登録は次回で」となったのですが、今日はその記入済の申込書持参で来場して下さいました。約束を覚えて来てくださったことが有難く、朝からとても嬉しい気持ちになりました。他にも見覚えのある献血者の方や、声掛けしたら「以前説明聞きましたよ～」という反応の方など、毎月同じ会場に来ているからこその出会いですね。

登録会報告(会場)	10月	登録者数(人)	説明受講者(人)	献血者数(人)	説明員
航空自衛隊 第4補給処木更津支処	3日 (木)	3	3	42	相良梢
献血ルーム フェイス	4日 (金)	8	4	83	柴谷みち子、小泉治彦
モノレールちば駅献血ルーム	7日 (月)	4	5	96	眞田律子、相良梢
千葉県庁	8日 (火)	2	1	35	円東克典
津田沼献血ルーム	8日 (火)	5	2	80	相良梢、佐々木達夫
柏献血ルーム	9日 (水)	4	4	63	柴谷みち子、円東克典
モノレールちば駅献血ルーム	10日 (木)	11	1	93	西島一恵、西島隆史
海上自衛隊 航空補給処	11日 (金)	1	3	47	相良梢
学校法人 国際医療福祉大学(成翔祭)	12日 (土)	12	6	70	西島隆史、柴谷みち子
unimoちはら台事業所	12日 (土)	1	6	57	円東克典
学校法人 国際医療福祉大学(成翔祭)	13日 (日)	4	6	86	円東克典
イオンモール木更津	13日 (日)	3	1	56	相良梢
カインズ市原店	14日 (月祝)	1	1	49	西島一恵、西島隆史
津田沼献血ルーム	14日 (月祝)	4	4	103	眞田律子
モノレールちば駅献血ルーム	15日 (火)	7	3	103	北村美和子
陸上自衛隊 木更津駐屯地	16日 (水)	6	1	81	相良梢
千葉市役所	17日 (木)	2	0	63	山口智子、北村美和子
陸上自衛隊 木更津駐屯地	17日 (木)	5	5	70	西島一恵、西島隆史
君津市保健福祉センター	17日 (木)	0	2	75	小泉治彦
アリオ市原	19日 (土)	2	6	46	西島一恵、西島隆史
イオンタウン野田七光台	20日 (日)	3	4	57	中村剛
津田沼献血ルーム	20日 (日)	14	0	107	西島一恵、西島隆史
柏献血ルーム	21日 (月)	8	2	86	柴谷みち子、山口智子
順天堂大学 さくらキャンパス	23日 (水)	18	6	121	北村美和子、山口智子
献血ルーム フェイス	23日 (水)	4	3	91	柴谷みち子、円東克典
松戸献血ルーム Pure	24日 (木)	3	4	47	柴谷みち子
JFEまつり	27日 (日)	2	7	38	梅田正造、円東克典、萩原匡祐・佑紀
松戸献血ルーム Pure	28日 (月)	3	1	34	柴谷みち子
献血ルーム フェイス	28日 (月)	8	1	64	眞田律子、山口智子
献血ルーム フェイス	29日 (火)	5	1	56	久永幸子、竹崎恵子
モノレールちば駅献血ルーム	30日 (水)	7	2	91	円東克典、柴谷みち子
津田沼献血ルーム	31日 (木)	1	3	46	北村美和子、円東克典
10月合計(32会場)		161	98	2236	

登録会報告(会場)	11月	登録者数(人)	説明受講者(人)	献血者数(人)	説明員
柏献血ルーム	6日 (水)	2	3	49	柴谷みち子、円東克典
流通経済大学 新松戸キャンパス	11日 (月)	7	6	46	円東克典、柴谷みち子
献血ルーム フェイス	11日 (月)	5	0	67	眞田律子、山口智子
モノレールちば駅献血ルーム	12日 (火)	6	5	96	円東克典、久永幸子
献血ルーム フェイス	13日 (水)	6	3	80	柴谷みち子、佐々木達夫
中央学院大学	14日 (木)	6	3	39	柴谷みち子
市原市役所	15日 (金)	2	0	51	西島一恵、西島隆史
袖ケ浦市保健センター	15日 (金)	4	0	44	相良梢
八街中学校(産業祭会場)	17日 (日)	3	0	46	久永幸子
秀明大学	19日 (火)	3	4	55	北村美和子、柴谷みち子
秀明大学	20日 (水)	8	3	44	山口智子、柴谷みち子
習志野市役所	21日 (木)	3	2	74	山口智子
モノレールちば駅献血ルーム	21日 (木)	5	3	98	西島一恵、西島隆史
モノレールちば駅献血ルーム	22日 (金)	4	0	92	小泉治彦
多古町保健福祉センター	23日 (土祝)	0	1	50	久永幸子
アリオ市原	23日 (土祝)	3	1	68	西島一恵、西島隆史
イオンタウン野田七光台	24日 (日)	3	5	59	中村剛
松戸献血ルーム Pure	25日 (月)	2	4	48	柴谷みち子、小泉治彦
モノレールちば駅献血ルーム	25日 (月)	10	2	110	眞田律子、相良梢
津田沼献血ルーム	25日 (月)	3	0	77	北村美和子
麗澤大学	26日 (火)	2	10	41	柴谷みち子
城西国際大学 千葉東金キャンパス	26日 (火)	5	6	47	久永幸子、伊庭辰雄
柏献血ルーム	28日 (木)	4	3	72	柴谷みち子、山口智子
津田沼献血ルーム	28日 (木)	5	2	60	西島一恵、西島隆史
献血ルーム フェイス	29日 (金)	4	0	94	北村美和子
津田沼献血ルーム	29日 (金)	2	4	79	柴谷みち子、相良梢
イオンモール木更津	30日 (土)	3	4	45	相良梢
11月合計(27会場)		110	74	1731	

会 費 納 入 の お 願 い

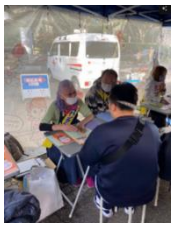
千葉骨髄バンク推進連絡会は、皆様からの会費とご寄付で運営しています。
皆様のご支援とご協力をお願い致します。

年 会 費 3,000 円 (学生 1,000 円)
振替口座名 千葉骨髄バンク推進連絡会
郵便振込口座番号 ００１６０－６－５４７１６８

郵便局以外の銀行 ATM やインターネットバンキングでお手続きの場合は、次のとおり指定してください。
ゆうちょ銀行店名 〇一九 (ゼロイチキュウ) 口座番号０５４７１６８

東京雪祭 SNOWBANK2024 での献血併行登録会に参加 11 月 9 日(土)

毎年恒例の東京雪祭が11月9日(土)10日(日)に開催され、千葉の会からは9日(土)に3名で参加しました。2日間で来場者 43,000 人、献血者数 463 名、ドナー登録数 100 名と素晴らしい成果となりました。以下参加者からの報告です。



4～5年ぶりに説明員として 9 日(土)に参加しました。集合時間の 30 分位前に会場に着くと丁度ゲレンデ作り真最中で、大きな車から雪が出てくるのを初めて見ました。あの車の中はどんな仕組みになっているのかな？と考えている内に、青森市に転勤で住んだ時の排雪車(除雪車ではない)を思い出しました。献血会場の説明用テントで、血圧測定と説明員に分かれスタンバイ。血圧測定後バンクの声掛けに、聞いて下さる方を説明員テーブルに誘導(時間で交代)。東京、神奈川、埼玉の方々の説明等に触れることができ勉強になりました。この日は財団関係での実地研修の方が2名(男女共に若い方)参加でフレッシュな空気が流れました。 (柴谷みち子)

今回初めてスノーバンクに参加させていただきました。毎年恒例と言うだけあって、大変な賑わいで、楽しい雰囲気の中で活動ができました。東京や埼玉、神奈川の骨髄バンク所属の方と一緒に活動もすることができ、いい経験になりました。最初は千葉のやり方と違うところがあったり、初めてお会いする説明員が多かったりという状況で、戸惑うところもありましたが、皆さんで和気あいあいと活動ができて、とても楽しかったです。活動した印象としては、たくさん説明希望の方がいらっしゃってとても働き甲斐のある現場でした。出産時の臍帯血バンクから骨髄バンクを知った方や、世帯を持って骨髄バンクを知った方もいて、活動を知ってもらえれば、こんなに多くの方が興味を持ってくれると知って嬉しかったです。東京の会の実地研修で、19 歳の女性が参加されていました。私よりも若い方に初めて会い感激しました。この調子で、若い説明員の仲間が増えることを願っております。 (萩原佑紀)

最新医療情報 「効率的・安価・安全に CAR-T 細胞を作製」その1(全 2 回)

CAR-T 療法については、本誌でも何回かその高い有用性について紹介しましたが、その作製には大掛かりな設備が必要となるため、高額となり、またキャパ的な制約のため、多くの方々に使用できないなどの欠点がありました。

信州大学附属病院小児科 中沢洋三教授らの研究グループはこのデメリットを克服することに成功したとの記事がありました。将来、夢のある治療法と感じ、今回紹介します。

信州大学医学部小児医学教室 HP の「キメラ抗原受容体 CAR-T 細胞療法について」ならびに国立研究開発法人 日本医療研究開発機構(AMED)の成果情報「世界初非ウィルス遺伝子改変 GMR CAR-T 細胞を用いた医師主導治験(ヒト初回投与試験)開始」から要点を紹介します。

1. CAR-T 療法はがん患者の免疫細胞(T 細胞)を体外に取り出し、その免疫細胞にがん細胞に対する特異性と攻撃力を高める遺伝子を組み込んで患者体内に戻す治療法です。
   この遺伝子組み込みの時、従来は、ウィルスを使うウィルスベクター法が使われてきました。中沢教授らは、piggyBac トランスポゾン(アオムシ由来遺伝子転位酵素。中沢教授は米国で研究中にこの酵素に巡り合い、その特徴に有望性を感じ研究を続けた)法と電気穿孔法を組み合わせることで、ウィルスベクターを使わずに効率的・安価・安全に CAR―T 細胞を作製できる革新的な手法を確立しました。この方法はウィルスベクターを用いる方法に比べ、大掛かりな設備や厳重なウィルス管理などが不要なため、格段にコストが低く、癌原遺伝子への親和性も低いことから、臨床応用に向けたハードルが低いと考えられます。すでに本法を用いた第一相臨床試験が CD19,CAR-T で開始されています。(CD19 陽性急性リンパ性白血病に対する piggyBac トランスポゾン法によるキメラ抗原受容体遺伝子改変自己 T 細胞の安全性に関する臨床第一相試験)
2. AMED には次回紹介する方法で作製した GMR CAR-T のところで、「本治験製品は、非ウィルスベクターの利点を生かし、信州大学内の部門で完結する低コストで行うオールインワン型創薬であり、今後の日本の CAR-T 細胞開発を加速させる新しいモデルになると考えています。」のコメントがありました。

以上、今回はウィルスを使わない CAR－T作製およびそのメリット、臨床試験例について紹介しました。 次回は本細胞療法を使用した急性骨髄性白血病、若年性骨髄単球性白血病などの新規 CAR-T について紹介します。 (溝口理文)

「いのちの輝き展」開催報告 (久永幸子)

◆イオンモール船橋 10月 1日(火)～ 15日(火)

今回は千葉県庁パネル展とスケジュールが重なり使用できるパネルが限られるなか、見やすさや種類、バランスを考えながらの飾り付けとなりました。会場は 1 階でパネル展会場の前を通り、各店へ向かう動線のため多くの方にご覧いただけました。会場にセットした「ギフトオブライフとティッシュ」は、毎日 10 セット以上持ち帰りいただきました。設営・運営にご協力いただいた保健所職員の方に感謝です。

◆千葉県庁 10 月 7 日(月)～ 10 月 21 日(月)

「骨髄バンク推進月間」にあわせて開催しました。展示スペースは本庁舎から中庁舎への連絡通路で、通行の妨げにならないよう配慮しました。往来は多く、準備中から足を止めてご覧になる方々がいたりと、大変多くの方にご覧いただけました。薬務課の担当の方々に大変お世話になりました。

◆八街市立図書館 10月 22 日(火)～11月 5 日(火)

図書館入口から受付までの通路に本と一緒にパネルを展示し、受付向かいに感想ノート、パンフレットなどを配置。パネルのすぐ横に関連図書があり、すぐ手に取れるようになっていたので多くの方が骨髄バンクや骨髄移植についての知識を深めることが出来たのではないかと思います。ケア帽子関連のパネルを今回初めて展示しました。感想ノートに 2 名の方が記帳で共に「感動した」とありました。船橋からの搬送にトラブルがあり設営に苦労したこともあり「無事開催出来良かった。」と思いました。

★今後の開催予定

＊市原市中央図書館 12月10日(火)～ 24日(火)	＊八千代市役所 2025年1月7日(火)～ 28日(火)

日本骨髄バンクと千葉県の登録者数最新情報(2024 年 10 月末現在)

(単位:人)	全国	対前号増減数	対前年増減数	千葉県	対前号増減数	対前年増減数
ドナー登録者数	561,673	+3,432	+11,114	21,738	+301	+1,348
累計患者登録者数	69,983	+409	+2,329	2,721	+19	+105
累計移植例数	29,270	+186	+1,054	930	+5	+37

千葉県主催の骨髄ドナー登録説明員養成講座が開催されます!!

昨年度に引き続き、今年度も骨髄ドナー登録説明員養成講座が開催されることとなりました。今回で3度目の開催となります。

ドナー登録会において、一般の方に説明や手続きのサポートをするボランティア「説明員」の方の存在が非常に重要です。

本講座を受講後、希望者の方には、その後、実際の登録会に実地研修として参加いただき、推薦・登録の手続き後に、正式な説明員となります。

昨年度の講座をきっかけに当会で一緒に活動いただいている方も複数名おられます。是非ご参加を検討ください。

日時　2024年12月13日(金)　10:00~14:30

場所　千葉県教育会館(千葉市中央区中央 4-13-10)

詳細は千葉県ホームページをご参照ください。

https://www.pref.chiba.lg.jp/yakumu/chiikiiryou/dona-setumeiinnyouseikousyuu.html

今後(2024 年 12 月、2025 年 1 月)の予定(お知らせ)

(※日程は都合により変更となる場合があります)

【ドナー登録会】
- 12月 3日 (火) 山武市成東保健福祉センター
- 12月 5日 (木) 富津市役所
- 12月 8日 (日) アリオ市原
- 12月 8日 (日) ゆりまち袖ケ浦駅前モール
- 12月11日 (水) 川村学園女子大学
- 12月14日 (土) イオンモール木更津
- 12月16日 (月) 船橋市役所
- 12月16日 (月) 木更津市役所
- 12月16日 (月) 一宮町保健センター
- 12月17日 (火) 長南町保健センター
- 12月18日 (水) 大多喜町役場　保健センター
- 12月19日 (木) 大網白里市保健文化センター
- 12月20日 (金) 富里市役所
- 12月21日 (土) unimoちはら台事業所
- 12月22日 (日) カインズ市原店
- 12月23日 (月) 成田市役所
- 12月23日 (月) 八街市役所
- 12月24日 (火) 市川市役所　第1庁舎
- 12月25日 (水) 流山市役所
- 12月25日 (水) 千葉県庁
- 12月26日 (木) 千葉県庁

【各献血ルーム登録会】
- ◆モノレールちば駅献血ルーム
  12 月 9 日(月)、20 日(金)、24 日(火)、26 日(木)
- ◆献血ルーム　フェイス
  12 月 10 日(火)、11 日(水)
- ◆松戸献血ルーム　Pure
  12 月 26 日(木)
- ◆津田沼献血ルーム
  12 月 7 日(土)、10 日(火)、13 日(金)、18 日(水)
- ◆柏献血ルーム
  12 月 13 日(金)、18 日(水)、23 日(月)

【定例会】
日　時:2025 年 1 月 5 日(日)14:00~
場　所:船橋フェイス　市民活動サポートセンター

白血病フリーダイヤルからのお知らせ

無料電話相談　白血病フリーダイヤル

0120−81−5929

当面第2・4土曜日開催　10:00~16:00
専門医も対応いたします。
なお、15 時以降は、専門医が電話相談中のことが多く、対応ができない場合があります。早めにお電話をお掛け願います。
(認定 NPO 法人　全国骨髄バンク推進連絡協議会)

こころからのご寄付、ありがとうございます。

成田市健康・福祉まつり募金	10,675 円		
コンサートと落語会募金	33,150 円		
幕張メッセライオンズクラブ様	20,000 円		
佐々木智久様	10,000円	匿名	5,000円
増井 淑子様	3,000円	荒井つや子様	5,000円
辰己 百恵様	3,500円	野平 晋作様	2,000円

<編 集 後 記>

恒例の成田での「コンサートと落語会」が無事に終了し、一段落しました。秋はちばアクアラインマラソン、スノーバンクとイベントも多く、芸術の秋・スポーツの秋を実感しました。気候の方は 11 月になってもまだまだ気温の高い日が続いているかと思ったら、下旬になっていきなり冬の様相です。夏と冬の二季になってしまうのかと、余計な心配をしています。これから師走で慌ただしくなります。体調に気を付けて年末を乗り切りましょう！　(萩原匡祐)