

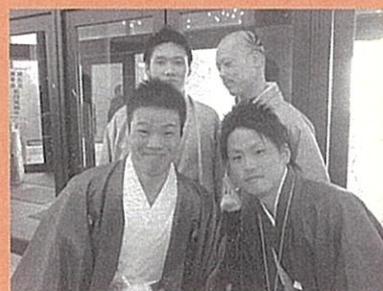
たかしま市
まちづくり
情報誌!

たかしまウオッチャーズ

第9号
2・3月号



●発行/たかしま市民協働交流センター



(敬称略)

◆目次

たかしま市民協働交流センターってなに?	P1
サービスの紹介・高島市メールマガジンの紹介	P2
きらきら☆NPO・市民活動	
・睦美会	P3
・NPO法人ほたるの苑	P4
・マキノ地域まちづくり委員会	P5
新春のつどい・高島市まちづくり研修会の報告	P6
たかしま INFORMATION	P7

島本 里奈 (新旭)	上原 拓馬 (新旭)	井花 由衣 (今津)
菟田 晴香 (マキノ)	大藤 晋司 (新旭)	岸田 理恵 (今津)
水口 友佳 (マキノ)	高橋 幸大 (新旭)	上原 亜衣 (今津)
早水 梓 (マキノ)	新田 敏也 (新旭)	宮田 恵 (今津)
奥津 裕磨 (安曇川)		澤井 勇人 (安曇川)
古城 恵 (安曇川)		立岡 尚磨 (新旭)
三浦 佑太 (安曇川)	尾中 紗千 (朽木)	保木 洋太 (新旭)
三浦 佑斗 (安曇川)		杉岡 友弥 (新旭)
福井 有規 (安曇川)		
森本 淳平 (安曇川)		
木嶋 想 (高島)	宮下 琢也 (高島)	中川 泉 (新旭)
林 菜穂 (高島)	小谷 陽弘 (高島)	中村 恵理 (新旭)
小川 睦子 (高島)	吉村 果歩 (高島)	犬童 綾乃 (新旭)
前川 恵美 (高島)		有川 みやこ (新旭)

ご協力ありがとうございます。

たかしま市民協働交流センター

ってなに？

私たちは、区・自治会活動、市民活動を応援します！

たかしま市民協働交流センターは、市民活動グループや自治会などの活動や交流を支援し、市民と市民、市民と行政とを結び交流の輪を広げ、地域活動をお手伝いする 高島市民のための拠点（センター）です。

高島市からの業務委託を受けて活動しています（公設）。運営については 市民の代表から構成される運営委員会において市民目線・市民感覚を持って審議・方向付けを行っています（市民営）。

センターは下段のように3つの機能を担うほか、市民活動についての様々な相談対応や、そして各種の備品を準備してのサービス業務、更には市民の皆さんが交流できるサロンも開いています。



運営委員会の様子

たかしま市民協働交流センターの3つの機能

機能その①

市民活動ネットワークキング

主な活動！

- 市民活動についての色々な相談
- たかしま市民活動屋台村開催等の各種交流事業、活動団体の紹介など
- 情報誌「たかしまウォッチ」発行
- ホームページ、メールマガジンで情報発信
- 市民活動団体の住所録データベースの整備
- 市民活動支援講座の開催

▼たかしま市民活動屋台村



情報誌
「たかしまウォッチ」の発行

ホームページの更新
メールマガジンの送信

表紙の写真は
随時募集中



エコキャップ回収事業のお手伝い

機能その②

まちづくり委員会の支援

主な活動！

- まちづくり研修会・交流会の企画・運営
- まちづくり先進地事例などの紹介
- 全市的な活動への協力
- 全体的な活動の紹介
- 委員会の運営相談 など

まちづくり研修会 ▶



機能その③

まちづくり政策研究

主な活動！

- 地域課題についての調査
- まちづくり研究サロンの開催
- まちづくり先進地事例の調査・研究
- まちづくり関連情報の収集
- 新しいまちづくりの手法やツールの研究



～お知らせ～

現在、市民活動団体の皆様に有益な情報の提供や、紹介業務の質を向上させるべく、市民活動団体の住所録データベースの充実化に取り組んでいます。昨年末に調査用紙が届かなかった団体の方は、センターまでご連絡ください。



まちづくりキャラクター
カエルン

備品紹介

カラー・白黒
コピー・プリントに
カラー複合機

	市内登録団体	一般
モノクロ	5円	10円
カラー	25円	50円

(一枚あたり)

ポスター、
垂れ幕横断幕作成に
**A1大判
カラープリント**

普通紙	250円	500円
厚手マット紙	400円	800円

(50cmあたり)

募 集

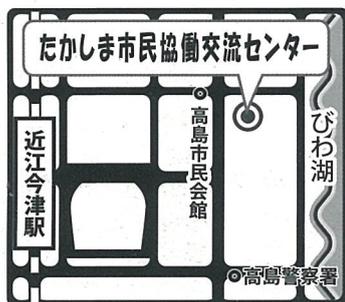
センターを運営する組織である運営委員会委員の任期満了に伴い、次のとおり運営委員を募集します。

- 募集人数：2名
- 募集期限：平成23年3月15日(火)まで
- 任 期：平成23年4月1日～平成25年3月31日まで
- 応募方法：応募用紙に必要事項を記入の上、レポートを提出してください。
応募用紙はたかしま市民協働交流センターのホームページより「運営委員募集要領」を取得してください。

URL：<http://tkkc.takashima-shiga.jp/>

- 提出先：たかしま市民協働交流センター
- その他：・運営委員会は12名の委員で構成されます。
・委員は無報酬です。

【お問い合わせ】たかしま市民協働交流センター（仁賀までご連絡ください。）



〒520-1622
滋賀県高島市今津町中沼1-4-1
(今津東コミュニティーセンター内)
電 話：0740 (20) 5758
ファックス：0740 (20) 5757
メー ル：webmaster@tkkc.takashima-shiga.jp
開館時間：10時～19時
休 館 日：日曜日・祝日

サービスの紹介

どんな時、相談してください。

- ・区の文化祭用に横断幕を作りたい
- ・イベント用のポスターデザインで悩んでいる
- ・安くカラーのチラシを作りたい
- ・ボランティアの募集を手伝って欲しい
- ・自分達の活動を多くの人に知ってもらいたい
- ・新聞やテレビに売り込む方法を知りたい
- ・まちづくりの仲間を紹介して欲しい
- ・パソコンの操作がわからなくて困っている
- ・パワーポイントでプレゼンを作りたいのだが…?
- ・ホームページやブログで情報発信するアドバイスが欲しい
- ・NPO(法人格)を取りたいのだけど手続きがわからない
- ・地域課題の解決について相談したい
- ・まちづくりのアイデアを持っているけど、誰に相談すればよいの?
- ・活動団体の帳簿付けを簡単にする方法はないの??
- ・助成金・補助金のことを詳しく教えて欲しい



などなど

お気軽にお立ち寄りください

取り合えずなんでもご相談ください。具体的な答えがわからない時は、調べたり・知っていそうな団体や人を一緒にさがしましょう。

配信は、毎週金曜日
午後送信!!



高島市まちづくりメールマガジン



配信内容は
あなたの携帯に!!

たかしま市民協働交流センターでは、高島市のまちづくりに有益と思われる情報を、あなたの携帯電話にメールで配信しています。

また、携帯メールや携帯インターネットは、災害時の通信手段として信頼性が高いとされていますので、万一 大規模災害が発生した場合、本メールマガジンを使って市内の災害情報・避難情報・救援情報などを配信する準備も進めています。

メルマガ購読 申し込み方法

1. 右のQRコードを携帯で読み取って空メールを送信
2. 自動返信メールの内容に従って指定部分をクリック
3. 登録完了メール受信 → 登録完了



PCメールアドレスで登録ご希望の方は「たかしま市民協働交流センター」のWEBサイトからお申し込みください。 <http://tkkc.takashima-shiga.jp/>

配信希望情報受付中

たかしま市民協働交流センターまでご連絡ください

利用者の声

- イベント告知を見て沢山の方の参加がありました。
- 補助金の案内など見逃さず知れるのでとても便利です。
- セミナー告知を見て大津まで行ってきました。
- ボランティア募集を掲載して頂いて、助かりました。
- 今後いろんな活用方法が考えられるので楽しみです。

担当者の声



利用者の方々のお話をお聞きし、お役にたてるよううれしいです。これからもたくさんのお話を聞きたいとおもいます。配信希望情報もお待ちしています。

※注
メルマガの購読は無料ですが、パケット通信料は各自で負担ください。

メール受信拒否を設定されていると登録できません。
@nishi-biwako.net を受信許可にしてください。

きらきら☆NPO市民活動

あははは
楽楽

あははは



地域住民の憩いの場 丸八百貨店運営団体

むつ み かい

睦美会



あははは

楽楽

朽木市場の中心部にある丸八百貨店は、今から約 80 年前の昭和 8 年（1933 年）に建設され、平成 9 年には滋賀県で三番目の国の登録有形文化財に指定された歴史的な建造物です。完成した当時は地域でも珍しい洋館建てで、中には雑貨や化粧品などのテナントが入った百貨店でした。平成 14 年には一時閉店となりましたが、2 年後の平成 16 年、商工会の呼びかけで地域のシンボルを守りたいと立ち上がったのが睦美会です。現在、地域の方々に愛される憩いの場として運営をされています。



睦美会と利用される方々

睦美会は旅行や食事を楽しむ地域の婦人会として発足し、現在メンバーは 13 名ですが、9 名の方が丸八百貨店を運営されています。事業内容は喫茶事業を中心に特産品や日用品の販売などで、中でもお惣菜は一人暮らしのお年寄りにとっても人気だそうです。食材を買うより安く地域の味が味わえ、何より地域の方とおしゃべりができるのでお年寄りの方には大変喜ばれています。また、事前に予約をするとバイキングや四季にあわせたお弁当なども作っていただける様です。

年明けには、七草粥を食べた事のない若者の移住者から「おばちゃん、七草粥食べたことないわ」と聞くと「明日食べにおいで」とメニューにはない料理を振る舞うなど、地元愛で溢れたお話を聞かせていただきました。

来場される方は、地域のお年寄りが多く、毎日十人前後の方々が集うそうです。最近では子育て中のお母さん達も利用され、地域の新しい輪が広がる交流の場となっています。

また観光客の方も多く「ネットで調べて来た」と関東の茨木や埼玉からもお越しになったそうです。驚く事に、「朽木は国際的な観光地だ」とオーストラリアの旅行団体が毎年 1 回、計 3 回も利用されたり、農業研修の一環として東南アジアやアフリカの方が来られたりと、外国の方からも愛された観光スポットとなっています。

去年の 9 月末には独自のイベントとして近江八幡よりゲストを呼び『歌声喫茶』を開いたところ総勢 50 人もの方が来場し、歌詞を見ながら 20 曲～ 30 曲歌い大盛況だったそうです。「今度はいつするの？」と多くの方から聞かれるようで今後もこのイベントを開きたいとおっしゃっていました。



この様な、地域の人達が主体となり、文化遺産の保全管理をすると同時に元気なお年寄りの見回りの場所として運営されている憩いの場は大変珍しく思います。雪のシーズンになると客足が減り「あそこのおばあちゃんは元気かな」と睦美会の皆さんは心配になるそうで、時にはお年寄りの家に雪かきにも行かれたこともあり、地域にはなくてはならない存在となりました。この、歴史的にも価値のある丸八百貨店を取り壊すとの話もあった様ですが、地域の声に守られ、地域の力で現在も活かされています。

みなさんも丸八百貨店にきて、コーヒーや紅茶などを飲みながら、いろんな話に華を添えてはいかがでしょう？

（たかしま市民協働センター 記）

道の駅

支所 GS R367 JA

丸八百貨店

お問い合わせ

滋賀県高島市朽木市場 838
電話：0740 - 38 - 3711

営業時間：10 時～ 17 時
お 休 み：火曜日



きらきら☆NPO・市民活動

あなたのまちのよいところ

NPO法人 ほたるの苑

NPO法人ほたるの苑は平成19年9月に設立され、子ども、お年寄りも、障がいがあっても、認知症になっても、住み慣れた場所で誰もが地域で手をたずさえ合って、共に生きる社会をつくっていくことを目的とし活動を開始されました。また、平成20年4月には、介護保険事業（デイサービス）・日中一時支援事業を開始されました。

夏草のかさなり茂るその下に 今年も薄紫の花が咲いた
我が友よ 人生にはたった一つ この花に似た思いがある
富を言わず 名を言わず 報い少ない仕事をして
その一生をいきる 深い誠実と愛である

以下略

インタビューを始める際に「ほたるの苑」と言う名の由来について NPO 法人代表の宇賀神さんにお聞きしたところ、高校時代の恩師が文集に書かれた詩がとても印象的で衝撃だったと話してくださいました。数十年間、苦しい時やつらい時、恩師の言葉を思い出し日々の生活を送っておられたそうです。こうしたことから、この詩より活動名をつけたそうです。

この詩にでてくる花とはつゆ草で、日本全国の道端や草地に生え、初夏から秋までの長い間、薄紫色の花をつける一年草のこです。つゆ草は別名【ほたる草】とされています。

宇賀神さんは、大阪で社会福祉協議会のボランティアセンターに勤めていた経験から、障がい者や車イスの方々にも不自由なく旅行を楽しんでもらいたいと考えていました。そして平成9年3月、高島市に移転された際、バリアフリーの家「ほたるの苑」を作られました。沢山の方々利用され、高島の自然や静けさにビックリして帰られたそうです。

そして NPO 法人設立時に、以前からあったバリアフリーの家の名前をそのまま活動団体名【ほたるの苑】とし、宇賀神さんの思いを強く感じたメンバーは、同時に活動を開始したボランティアグループ名を【ほたる草】とされました。現在スタッフは7名。スタッフの皆さんは「湖西障害者生活支援センターほろん」に所属されていた方々がほとんどで、高齢者福祉はもとより障がいや保育に詳しいスタッフばかりだそうです。また、ほたるの苑を支えるボランティアは現在20名でお手伝いに参加されています。

想いとは裏腹に、「理想にはまだまだ遠い」と宇賀神さんはおっしゃいます。

「多様なニーズのある、福祉のサービスは沢山あります。うちは少人数制をセールスポイントにすえて、行政などが行えない重度の利用者の受け入れを開始しました。命にかかわる大変なことだと思いますが、スタッフの皆さんは私以上に情熱を持ち仕事に打ち込んでいます。また、地域の方々からとても支えられ、利用者さんと将棋や囲碁を打ったり、利用者さんに出す食事で野菜を届けてくださったり、なんて暖かな地域だと思います。

ちょっと前まで家族3世代同居が当たり前でしたが、高島市でも今では核家族の家庭が増えました。私の理想は、同じ集落に暮らす3世代、4世代がその世代間の繋がりを持てるようお手伝いしたいと考えています。ですが、現状は難しく、道はとても険しいですね。」

★インタビューを終えて★

高島市内には大きな規模で運営されている介護福祉サービス以外にも今回紹介した「ほたるの苑」の様なアットホームな小規模施設もあり、それぞれに特徴があります。介護サービスの世話になるというのは、ご家族にとっても辛いことかも知れませんが、ご本人の性格にあった施設を選ぶために少しの努力が必要かも知れません。

(たかしま市民協働交流センター NiGA)



▲ご近所の方々が来て下さり、利用者さんを囲んで楽しい一時の様子



▲ゲームの風景
子ども達のあどけない笑顔や仕草に自然とお年寄り達の顔がほころび、ゲームに活気がみなぎります。



▲利用者さんとボランティアグループ ほたる草さんによる将棋対決の様子 ▼朝の体操風景



お問い合わせ

NPO法人ほたるの苑

住所：〒520-1133 滋賀県高島市鶴川平三丁目4番地9

連絡：TEL/FAX 0740-20-4052

E-mail: info@hotarunosono.org

URL : http://www.hotarunosono.org/

きらきら☆NPO市民活動

マキノ地域まちづくり委員会

眠った資源を最大限に生かし地域住民と協力し、様々な事業に取り組まれているマキノ地域まちづくり委員会の委員長、川添 宏司さんにお話をお聞きました。

私達マキノ地域まちづくり委員会では、あるものを探して、あるものを活かしたまちづくり事業の提案や採択をしています。そのポイントは、一部の人達だけではなく、なるべく多くの地域住民のみならず、各種団体の協力を得ながら様々な事業の後押しをさせていただくという点です。

マキノ町には観光名所がいくつもありますが、地元産の土産物がなかったことから平成18年4月、桜の名所・海津大崎をアピールする和菓子「海津大崎・桜まん」を開発しました。これは春限定の商品で、観光客で賑わうマキノの特産となる様、マキノ町内の製菓子業者2社の協力を得て販売を開始しました。

また、メタセコイヤ並木の特産品も欲しいと考え、地元銘菓の開発第二弾としてM's工房さんの協力の元、米粉ベースの「メタセコイヤ並木クッキー」を開発しました。ピックアップ、道の駅マキノ追坂峠、マキノ高原温



メタセコイヤ並木クッキー

泉「さらさ」で購入いただけます。地域の魅力を高めるマキノならではの美味しい特産品ができたと思います。

そして、広いお茶畑を利用すべく、マキノ茶のブランド化への道付けをマキノ町農協の協力を得て行い、また小学生には地元のお茶畑でお茶摘みの体験をさせていただくなど地元の人々の協力は計り知れない力となっています。

クラブするのは事業者だけではありません。今年度より高齢で手入れがむずかしくなった個人の雑木林を借り、小学生に里山授業の一環としてスギの木の手入れをお願いしました。間伐したスギの木は小学生達が「ベンチを作ろうかな？」と現在考え中です。地権者の方や、学校関係者、保護者の方々などのご理解により、地域の環境が改善され大変喜ばしく思います。



研修の様子 / 三重県 伊賀市



研修の様子 / 近江八幡中間支援センター

▼農協と協働して作った紅茶マティー



その他に、我々マキノ地域まちづくり委員会の事業として、去年9月末から「マキノ思い出アルバム 写真フリー2010」の募集を開始しました。これは、マキノに観光に来ていただくのみではなく、訪れた思い出をアルバムにしてみらおうという思いから発案した事業です。こちらの応募期間はもう過ぎていますが、ホームページでの掲載やパネル展示などで優秀作品の公開を考えています。是非一度、ご覧ください。また、この事業は来年度も行いますので、沢山の方にご参加いただきマキノの魅力再発見をしてみたいと思います。

お問い合わせ先

高島市役所 マキノ支所
〒520-1892
高島市マキノ町1410
TEL:0740-27-1121



★インタビューを終えて★

マキノ町はイベントや観光の名所が多く、四季を肌で感じることでできる地域だと思えます。同町は合併前より観光を軸にまちづくりに力を入れてこれ、合併を境に同委員会が発足し、ますます人と人の輪が広がり新たな活力に繋がったと思えます。行政や企業と協働することにより地域のいろんな人の知恵や技術・工夫をミックスし、地域力を最大限に活かし、いろんな角度からまちづくりの改善を考えておられます。

川添委員長は「昔から地域で助け合うという気持ちは眠っていたのだと思います」と語っておられましたが、私はこのインタビューで『眠った資源』や『ある物を探ることから、ある物を使う』とは多くの方が本来持っているパワーを使い、結びつけることではないのかなあ…と感じました。(たかしま市民協働交流センター はね丸)

マキノ地域人口 6,285人 (平成22年12月30日現在 高島市役所ホームページ・高島市の人口世帯数より)

新春のつどい



1月16日の日曜日、大雪にもかかわらず今津サンブリッジホテルは大勢の人々の熱気に包まれました。

高島市男女共同参画推進協議会とたかしま市民協働交流センター運営委員会の共催で、市民活動に取り組む市民が約60人も集まった「新春のつどい／賀詞交歓会」が開催されたのです。

協議会会長や西川市長の挨拶の後、高島子ども



狂言会の素晴らしいパフォーマンスに酔いしれ、更に子育て支援や、絵本文化の普及、琵琶湖の環境保全など多くの団体によって自己紹介や活動アピールなどが行われました。

参加者の皆さんは、さっそく、互いの得意分野による協働の取り組みができないかを話し合うなど、会場では多くの人だかりができて出会いの機会を活かされていました。

高島市まちづくり研修会

今年度第三回目となるまちづくり研修会は、1月20日に安曇川公民館 ふじのきホールで行われ、約70名の方々が参加されました。

今回は新旭地域、安曇川地域、高島地域の様々な取り組みをお聞きしたあと、島根県江津市より【NPO 法人 結まるプラス】のかわべまゆみ氏・河部 安男氏ご夫妻を講師に呼び、「地域資源を見直してまちづくりに活かす」をテーマに漫才の様な掛け合いで面白おかしくまちづくりの取り組みを紹介いただきました。



かわべまゆみ氏

島根県江津市は高島市よりも過疎化が深刻な地域ですが、極上の田舎をアピールポイントに地域のまちづくりに取り組んでおられます。以前にはマーケティング・プランナーをやっておられた経験をそのまま、まちづくりに活かした手法には多くの方が聞き入り終了時刻を迎えるのを惜しむ方が多数おられました。



10年後の未来を考えて。

このまちは、10年たったらどんな風になるかな？

うーん…

まず、人が減る。そしたら…

空き家が出る

空の家

そうならば、この町は…

グースタウンになる

でも、そうなら俺はオバケ屋敷のテーマパークを作っこのまちを活性化させる！

矛盾はないか？

▼まちづくり委員会の発表の様様



有料広告

業績UP!

印刷物作成・ホームページ作成・パソコン教室

特定非営利活動法人 **i-collaboration**

アイ・コラボレーション高島

〒520-1622 高島市今津町中沼2丁目1-5

TEL/FAX 0740-22-6777

縦の長さ 28mm

募集 広告

次号のたかしまウオッチ第10号
発行は4月15日前後 締切り 3月15日(火)

規格：縦の長さ 28mm×横の長さ 85mm
一色刷り

掲載料：1か月(1発行限り) 10,000円

お問い合わせ
たかしま市民協働交流センターまで【連絡先7ページ下】

横の長さ 85mm

たかしま INFORMATION

第8回チャリティコンサート

里山にひびけ歌声♪まさゆき&りか♪
オルゴールの調べ ~さざ波にのって~

私達、パイロットクラブは地域に密着した奉仕活動団体として、よりよい社会づくりに貢献するため、脳関連障がいの方々に焦点をあてた支援を行っています。

今回のチャリティコンサートは、多くの方に素晴らしい音楽を届けたく開催いたします。

日時：2月20日(日)

開場 13時 開演 13時30分

入場料：一般 1,500円

高校生以下・障がい者・介助者 800円

場所：今津サンプリッジホテル・2階ホール

JR 近江今津駅(湖西線)より送迎あります。このコンサートの収益金は福祉施設に寄付させていただきます。たくさんの皆様のご来場お待ちしております。

主催：びわこパイロットクラブ
お問い合わせ先・チケットのご予約
0740-25-5185 (伊妻まで)

日本民謡 寿民謡会

第29回鳴物おさらい会(唄・三味線)

「心のふるさと」と言われる民謡を少しでも多くの方に知っていただき民謡のすばらしさ、楽しさを伝え、守り、広めていきたいと活動をしています。

(唄、三味線、太鼓…の体験教室もしております。興味のある方はお気軽にご参加ください。お待ちしております。)

日時：3月12日(土)

10時30分~16時30分

入場料：無料

場所：今津東コミュニティーセンター 3階

お問い合わせ先

西近江民謡教室 永井教孔

電話：0740-22-2854

(毎月第2・4木曜日今津東コミュニティーセンターにて活動しています)

たかしま市民協働交流センター

たかしま市民協働交流センターは、市民活動、NPOを応援しています。

◆〒520-1622 滋賀県高島市今津町中沼 1-4-1

(今津東コミュニティーセンター内)

◆TEL: 0740 (20) 5758 FAX: 0740 (20) 5757

◆URL: <http://tkkc.takashima-shiga.jp/>

◆E-mail: webmaster@tkkc.takashima-shiga.jp

◆開館時間：10時~19時

◆休館日：日曜日・祝日・年末年始(12/28~1/3)

1日だけの体験コース

お米で米粉パンを

つくってみませんか?

地元農産物で安心と安全をプレゼント

【日時】2月24日(木)、3月10日(木)

各回とも10時~12時

【講師】里山パン工房のスタッフ

【会場】マキノピックランド

【参加費】一回 1,000円

【申込締切】各回開校の3日前まで(複数回参加OK)

【募集定員】各回20名(先着順)

※個人・団体どちらでもお申込みいただけます。

お問い合わせ先

里山パン工房(火曜定休)

電話：0740-28-8128

FAX: 0740-28-8121

自由演奏会 in 高島 4th STAGE

「自由演奏会」は年齢や演奏レベル、地域や団体の枠を超えた吹奏楽の公開リハーサルとコンサートによって構成されています。この演奏会を通じて音楽と楽器演奏のたのしみを再発見してもらおうと共に人と人の出会いと情報交換をすることにより、生涯に亘って音楽を愛好する心を育むことを目的としています。

日時：3月19日(土)

9時40分~16時

会場：高島市民会館

入場料：無料

演奏に参加希望の方は

下記までご連絡ください

お問合せ先

自由演奏会事務局(株 トリイ内)

電話：0740-22-2063

FAX: 0740-22-3633

本誌で紹介できなかったイベント情報や助成金・補助金情報を、貴方の携帯電話にメールでお届けします。(毎週金曜日)



“高島市まちづくりメルマガ”

- ・左のQRコードを読み取り空メール
- ・返信メールの指示に従いクリック!

情報誌やメルマガであなたの活動を紹介します。左記へ連絡ください。



この印刷物は、古紙パルプを配合した再生紙と大豆油インキを使用しています。