

福祉わくや

2023.11
第159号

赤い羽根共同募金運動 スタート!

支えあおう 

10月1日から全国一斉に赤い羽根共同募金運動が始まり、今年も運動の啓発のため、イオンスーパーセンターとヨークベニマルで涌谷町ボランティアの会、涌谷ブルースターズ(少年野球)、涌谷高校の皆さんのご協力をいただき、街頭募金を実施しました。



集まった募金は町内の
さまざまな福祉活動や
社会福祉施設への助成
等に活用されます。
ご協力ありがとうございました。



つなぐん



つくるん

涌谷町社協オリジナルキャラクター

- | | | | |
|----------------------|-------|--------------------|-----------|
| ● 福祉標語コンクール入賞作品紹介 | 2 ページ | ● 一般介護予防事業 | 6 ページ |
| ● 「さくら会」で世代間交流を実施！ | 3 ページ | ● ゆうらいふ通信 | 7～8 ページ |
| ボランティアセンター通信 | | ● まるごと受け止める社協の相談窓口 | 9 ページ |
| ● わたしの居場所み～つけた！ | 4 ページ | ● お知らせ | 10～11 ページ |
| 町民福祉研修会「老いじたくセミナー」報告 | | わくや地域福祉フォーラム 等 | |
| ● 生活支援体制整備事業 | 5 ページ | ● おらほの良いとこ、み～つけた！ | 12 ページ |
| 福祉わくわくネットワーク | | 編集後記 等 | |

学びあおう：福祉学習・人材育成等
支えあおう：住民同士の支えあい・相談支援等
通じあおう：交流連携・情報共有等

学びあおう

支えあおう

通じあおう 

涌谷町地域福祉活動計画「3つの活動方針」

令和5年度福祉標語コンクール 入賞作品発表

「小学校低学年の部」

「小学校高学年の部」

学びあおう

最優秀賞



おもいやり
こころとこころが
つうじあう
籠岳白山小1年 相澤 琉空

優秀賞



助け合う
笑顔あふれる
涌谷町
涌谷第一小3年 畑山 悠和

優良賞



つなげるよ
えがおのリレー
ちいきへと
涌谷第一小3年 吉川 春佑

最優秀賞



助け合い
心つながる
優しい町
涌谷第一小4年 渡部 優輝

優秀賞



差し出すよ
その手ひとつで
明るい未来
涌谷第一小5年 鹿野 凛斗

優秀賞



あいさつで
笑顔をつくろう
地域の輪
籠岳白山小6年 高橋 輝音

優良賞



つながる手
やさしいこころ
バリアフリー
涌谷第一小4年 小野 有翔



わくわく♪ 福祉学習出前講座



涌谷中学校3年

宮城卓球バレー協会のご協力のもと、ユニバーサルスポーツである卓球バレー体験等を行いました。11月まで体験や講話等、全6回の出前講座を予定しています。

月将館小学校4年

車いす体験、白杖体験を行ったほか、障がいのある方が情報を得る方法やコミュニケーション手段についての講話を実施しました。後日児童の皆さんからお礼のメッセージ集を頂きました♪

月将館小学校との世代間交流を行いました

総合的な学習の一環として、月将館小学校3年生と「さくら会」の参加者で、4年ぶりに世代間交流を行いました。児童の皆さんがグループに分かれ、出し物の合奏・手作り紙芝居・ダンスなどを一生懸命披露してくれました。そのあと昔の遊びのお手玉・あやとり・だるま落としなどを一緒に楽しみ、参加者は「子どもや孫のこと、昔のことを思い出した」と嬉しそうに話していました。世代を超えた交流がお互いにエネルギーを与えあう貴重な機会となりました。



「だるま落とし」
みんなですると
楽しいね！



すごい上手だねー！

合唱では透きとおる
児童の声に感動！



さくら会 … 町内在住のひとり暮らしの高齢者(70歳以上)を対象に、ゆうらいふを会場に開催しています。季節の行事、講話、体操、ゲーム等、参加者同士のつながりづくりを目的とした交流の場です。企画・運営にはボランティアグループ「さくらグループ」にご協力いただいています。「参加してみたい」という方は、社協にお問い合わせください。



ボランティアセンター通信

地域で発揮！ボランティアのパワー！

～活躍中の団体やサークルを紹介します～

支えあおう

涌谷新星レクダンス
利用者の皆様と一緒に、
楽しく体を動かそう



民謡 よしわかかい 嘉若会
美しく、力強い歌声で、
敬老祝いを華やかに



コカリナサークル森の笛
優しい音色を聞きながら
歌謡曲を口ずさもう



「ボランティアを紹介してほしい」「ボランティア活動に興味がある」「地域で自分の特技を活かしたい」「災害ボランティアの登録方法を知りたい」等、お気軽にお問い合わせください。

問い合わせ先 ☎43-6661(担当：地域支援・ボランティアセンター)

わたしの居場所みーつけた! 「サロンぽえむ」

支えあおう 

地域活動支援センターで月1回開催している「サロンぽえむ」は、どなたでも気軽に参加できるサロンです。心に不安やストレスをかかえている方ものんびり、ゆったりと読書やゲームなどをして過ごせる場所となっています。また、個室もあり、「オープンスペースは苦手…」という方は職員と1対1で過ごすこともできます。

参加に不安のある方は、ご連絡いただければゆうらいふ玄関前で職員がお待ちします。お気軽にご参加ください。

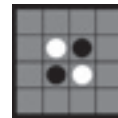
次回の予定は…

日時：11月22日(水) 10時～15時

場所：ゆうらいふ玄関ホール付近

10月の様子

オセロを楽しんだり、参加された方が持参してくれたCDを聞いて楽しい時間を過ごしました。



幸せの種をみんなで作ろう!プロジェクト

今年の夏に育てたひまわりの種を採種し、袋詰めしたものを涌谷修紅幼稚園と認定こども園子どもの丘の子どもたちに地域活動支援センターの利用者と職員でお届けしました。

迎えてくれた子どもたちの太陽のような笑顔にとっても癒されました! ひまわりの花言葉は複数あり、「あなたを幸せにします」という意味もあるようです。来年の夏には町内にたくさんのひまわりが咲くように、これからも幸せの種をお届けします!



学びあおう 

研修のポイント

☆遺言とは、自分が生涯かけて築き、大切に守ってきた財産を、次の世代へ託すための意思表示(保険)です。

☆「公正証書遺言」と「自筆証書遺言」の違いを、あらかじめ知っておきましょう。



最期まで自分らしく生活するために、元気なうちから将来の備えとして必要な「老いじたく」のことを学ぶため、本セミナーを開催し、39名の参加をいただきました。

講師には、イオンスーパーセンター涌谷店内にあるコフレド司法書士事務所より、司法書士の千葉光樹氏をお迎えしました。今回は、テーマを「遺言」とし、普段は耳なじみのない相続登記のことなどを、事例を交えながら、わかりやすく紹介していただきました。

質疑応答では、涌谷町でも案件がある農地や共同山のことで、独居や認知症の場合の相続問題などの質問について説明があり、有意義な時間となりました。

町民福祉研修会「老いじたくセミナー」
～老後のもしもに備えて、遺言のいろは～

おらほの支えあい企業 登録募集中!

いま、地域には皆さんの「ちから」が必要です!

おらほの支えあい企業とは?

住民の日々の暮らしにおける困りごとを解決するため、業務の延長線上のちょっとしたサービスの提供や社会貢献活動に取り組む企業・商店・事業所等のこと

登録条件は、たった二つ!

- ・ 涌谷町内に店舗がある、または営業エリアになっていること
- ・ 「涌谷町のために何かをしたい」「地域住民とつながりたい」などの想いを持っていること

おらほの支えあい企業の活動内容

- ①生活支援(食料品及び日用品の宅配・移動販売・買い物代行、訪問理美容、送迎等)
- ②見守り活動(ながら見守り、訪問による見守り、電話やメールによる見守り等)
- ③集いの場支援(グラウンドや会議室などの会場貸出、レクリエーションメニューの提供、食事の提供等)
- ④その他(清掃活動や地域行事への参加、フードドライブへの協力等)



最近の活動例

株式会社ヤマウチ機工

普段は、仕事や生活をしながらの「ながら見守り」をメインに活動していただいています。

先日、「おらほのベンチ」に取り付ける名札プレート(金属プレート)を作製してもらいました!



登録を希望される方はもちろん、「何ができるかわからないからな…」と思っている方も、お気軽にご連絡ください。活動内容を一緒に考えます。

問い合わせ先 ☎43-6661 (担当: 地域支援・ボランティアセンター)

支えあおう

福祉わくわくネットワーク 第1回全体会を開催しました!

町内の全ての福祉事業所で構成する「福祉わくわくネットワーク」の今年度第1回目の全体会を開催し、今後取り組んでいく活動内容について協議を行いました。

全体会開催前に運営会議を開催し、今年度の取り組みの大枠を話し合いました。その内容を全体会で共有し、協議を深めました。



今年度やってみよう! 全体会で決まったこと

通じあおう

- ① PRグッズの作成: おそろいのビブス、気軽に配れるノベルティグッズを作ろう!
- ② 職員合同研修会の開催: たくさんのテーマが提案されました。今後決定します!
- ③ 11/5(日) 9:30~開催予定の「ふ・ふ・ふ(ふくし・ふれあい・フェスタ)wakuya 2023」へブースを出展しよう! ※折込チラシをご参照ください。

※「令和5年度 宮城県小規模法人のネットワーク化による協働推進事業」の指定を受け、補助金を活用しながら取り組みを進めています。

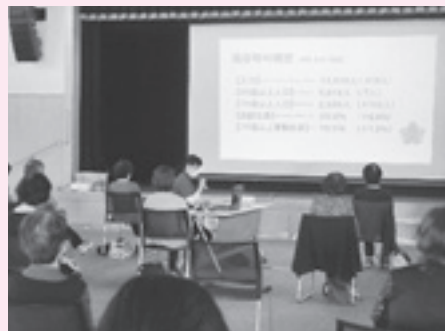
令和5年度「かるが〜るプラザ卒業生の集い」開催

かるが〜るプラザ卒業生が集まり、今後も健康づくりが継続できるように、現在の体の状態を知る機会として体力測定を実施しました。また、専門職から加齢に伴う心身の変化やフレイル予防に関する講話を聞き、ラジオ体操等を活用した運動指導を受けました。

久しぶりの再会に会話も弾み、「今日は来て良かった」「皆に会えて嬉しかった」との声が多く聞かれました。

今後も、集いを通して介護予防や健康づくりに必要な知識などをお伝えし、地域に元気の輪が広がっていくようお手伝いしていきます。

学びあおう



※かるが〜るプラザとは…

専門職によるフレイル予防のための運動を実施しながら、介護予防に関する人材を育成しています。参加して2年目以降の方は、体力測定の結果にもとづいた卒業制度があります。

第3回「さくらカフェ」を開催しました！

今回のさくらカフェのテーマは、「家族から見た認知症の方へのアプローチと音楽のちから」です。プロのマリンバ奏者である門間大樹氏によるマリンバの優しい音色に耳を傾け、心癒される時間を過ごしました。その後の講話では、認定心理士の門間すみ江氏から、家族同士だからこそ起こる心の葛藤や、気持ちを前向きに保つ方法などを教えていただきました。

最後に伝えられた「人それぞれ反応や効果は違うが、音楽には感情を刺激するちからがある」とのメッセージの通り、認知症発症前はよくギターやウクレレを弾き、音楽を楽しんでいたという参加者の方が和やかな表情で手拍子をしながら、音楽を聴いている姿が印象的でした。



さくらカフェとは？



認知症の方やその家族、地域住民、介護や福祉の専門職など、誰でも気軽に集える場所です。

【次回開催】11月8日(水) 10時～ 涌谷公民館 会議室

【内 容】「わたしの介護経験談～男性介護者の体験談～」など

【募 集】さくらカフェでボランティア活動をしてみませんか？ ※参加希望の方は、お問い合わせください。

対象：町内在住で認知症サポーター養成講座やパワーアップリーダー養成講座を受講した人

内容：カフェ会場の準備、片付け、お茶類の提供、参加者との会話

問い合わせ先 ☎43-6661 (担当:地域支援・ボランティアセンター)



支えあおう



介護のこと、ゆうらいふにお任せください「わくわく介護体験会」

5名の方に参加いただき、在宅介護の実情を相談される場面が多くありました。社協としてできる限り皆様の声に寄り添い、お手伝いできるよう努めていきます。

【9月26日開催の様子】



家庭で役立つ、
オムツ交換の実演



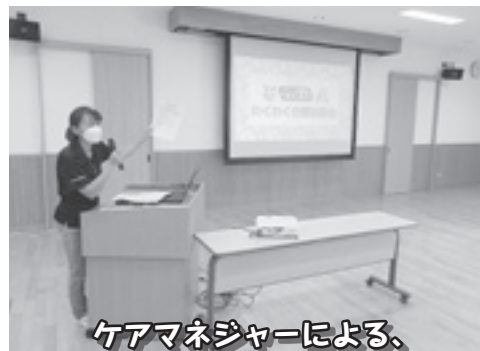
看護師による、
訪問入浴サービスの説明

10年前に家族の介護を
していましたが、オムツの
種類など、進化しているな
と感じました。

なかなか食形態ごとに
試食する機会がないため、
とても参考になった。



管理栄養士による、
介護食の試食会



ケアマネジャーによる、
介護サービス利用のいろは

次回、開催日が
決定しました！

11月29日(水) 10時～12時

ゆうらいふ多目的ホール

参加費無料、定員10名(先着順)。申し込み受付中。お待ちしております！

問い合わせ先 ☎43-6661(担当：デイサービス、地域福祉課)

家庭で役立つ移乗の実演(車やベッドから車いすへの移動など)

デイサービスの一日の流れ、楽しいレクリエーション紹介

大好評！介護食の一口試食会

介護サービス利用の流れ(ケアマネが教えます)

ゆうらいふの入浴設備の紹介(寝たまま・座ったまま入れるお風呂など)



ゆうらいふ敬老会特集

特別養護老人ホーム、グループホーム、デイサービスで敬老会を開催し、鏡開きやマジックショー、演芸など、盛りだくさんのプログラムで長寿のお祝いをしました。



大きな声で
「セーの! よいしょ!」



職員によるすすめ踊り&パネルシアター



あっと驚くマジックショー



お祝い膳をいただきました



委員会主催！ 職員研修&施設見学

涌谷社協では職員で構成する委員会が主催し、研修や他施設の見学を行っています。今回は3つの委員会で開催された研修や見学の様子をご紹介します。

虐待・身体拘束防止委員会【研修】

テーマ「事例で考える、これって虐待!？」

DVDを視聴し、介護の現場で起こりがちな場面をロールプレイで振り返り、虐待防止・身体拘束廃止のポイントを考えました。



感染対策委員会【研修】

講師 石巻赤十字病院

感染管理特定認定看護師 松本亜紀 氏

高齢者施設における新型コロナウイルス等に対する標準予防策や初動の流れ、個人防護服の着脱手順について再確認しました。

職員資質向上委員会【見学・研修】

複数の介護サービス事業所が併設されている複合施設の見学と、認知症の方への関わり方について研修を行いました。



見学先：大崎市社協 田尻支所
田尻福祉センター「虹の郷」



講師：㈱悠久会
代表取締役 熊谷光二 氏

まるごと受け止める社協の相談窓口

食料品などの配付を行います！

フードバンク物資配付

物価高騰等の影響で生活にお困りの世帯に食料品や日用品の無料配付を行います。

提供期間：11月13日(月)～18日(土)

9時～17時

提供場所：ゆうらいふ

※受け取りを希望されるご本人様に来所して頂くようお願いします。

※時間外・期間外での受け取り等についてはご相談ください。

一人で悩まず、ご相談ください！

生活相談所

「毎日の生活が不安」「仕事のことで悩みがある」「今後どうしたらいいかわからない」等、ひとりで悩まず、まずは生活相談員にご相談ください。

11月22日(水) 13時～15時

麓岳地域ケアセンター

12月20日(水) 13時～15時

ゆうらいふ



「もったいない」を「ありがとう」に！

フードドライブにご協力ください

ご家庭で使いきれない未開封の食品や日用品をご寄付いただき、フードバンクを通して必要としている世帯へ提供する活動です。



募集食品

- お米、缶詰、レトルト食品、ふりかけ、調味料など常温保存可能なもの
- 賞味期限が2ヶ月以上残っているもの
- お米などの重い食品はご自宅まで受け取りに伺います



回収ボックス設置場所(6か所)

- ①新みやぎ農業協同組合 涌谷営農センター
- ②新みやぎ農業協同組合 涌谷支店
- ③涌谷町役場 本庁舎1階 町民生活課前
- ④涌谷公民館 入口付近
- ⑤涌谷町町民医療福祉センター 健康課・福祉課事務室入り口付近
- ⑥ゆうらいふ 正面玄関



9月～10月分

ご協力ありがとうございました

- ・アルプスアルパイン労働委員会 わくや支部 計2kg
- ・新みやぎ農業協同組合 涌谷支店、涌谷営農センター 計16kg
- ・その他設置場所等 計342kg(お米など)



問い合わせ先：生活相談・支援センター ☎ 43-6661 ✉ mail20@wakuya-sfk.net



お知らせ

心温まる善意ありがとうございました

(8月23日から10月23日)

▽寄付金

・匿名様

5千円

・石川直喜様

5千円

▽寄付物品

・さくらグループ様

ティッシュケース

40個

一般介護予防事業「いきいきお達者教室」を開催しています

楽しく脳トレや体操をしながら、皆でたくさん笑いあえる「いきいきお達者教室」に参加して、アタマとカラダ、そしてココロをほぐし、元気を保ちましょう！

▽場所 ゆうらいふ多目的ホール

▽日程 11月1日、12月6日

▽時間 10時～11時30分

▽持ち物 運動しやすい服装、飲み物、鉛筆等

▽参加費 100円(申込不要)

▽問い合わせ先 ☎43-6661

地域支援・ボランティアセンター

介護予防出前事業「脳力アップ倶楽部」を活用ください

地域や企業でのサロン活動や健康教室等へ社協職員がお伺いし、認知症予防の脳トレや講話等を行います。お気軽にお問い合わせください。

▽問い合わせ先 ☎43-6661

地域支援・ボランティアセンター

ひとり暮らし高齢者ふれあい事業「さくら会」を開催しています

介護予防体操やレクリエーションを通して高齢者のつながりづくりや社会参加の場としています。

▽日時 11月21日、12月22日

10時～11時30分

▽場所 ゆうらいふ多目的ホール

▽参加費 500円

▽対象者 町内に居住する70歳以上のひとり暮らし高齢者

▽問い合わせ先 ☎43-6661

地域支援・ボランティアセンター

みやぎの防災力を高めよう／ むすび丸ピンバッジ募金のご協力について

宮城県共同募金会では、県内の防災力を高めることを目的に、防災資機材の整備費用として活用するため、むすび丸ピンバッジを頒布しています。

涌谷町共同募金委員会においてもピンバッジの取扱いしていますので、ご協力をお願いいたします。



募金応援価格
500円

問い合わせ先 ☎43-6661(担当：総務企画課)

子育て支援事業「エプロンおばさん遊び場」を開催しています

未就学の子どもたちとその保護者を対象に、自由遊びや子育て相談を通して、交流を図る場としています。

参加費・申込不要です。

▽日時 毎週木曜(祝祭日・年末年始除く)10時～11時30分

▽場所 ゆうらいふ多目的ホール

▽問い合わせ先 ☎43-6661

地域支援・ボランティアセンター

求人！介護職員を募集しています

▽募集内容

嘱託職員

・給与 月給153,000円

・配属先 特別養護老人ホーム、グループホーム

・手当 夜勤手当6,300円/回

資格手当(介護福祉士)5,000円、通勤手当、その他規定に基づく

・勤務シフト制

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

臨時職員

・給与 時給925円

・手当 資格手当(介護福祉士)3,000円

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

・資格 介護職員初任者研修または介護福祉士、運転免許

配食ボランティア、募集中

涌谷町社協では、一人暮らし高齢者や調理が難しい障害者等を対象に、配食サービスを行っています。見守り・安否確認を行いながら、夕食のお弁当をお届けするボランティア(協力員)を募集しています。

【活動の流れ】

15:50 【活動開始】
配達数、申し送り事項の確認します。

16:00 【出発】
お弁当を受け取り出発します

17:15 【活動終了】
ゆうらいふに戻り、利用者の変化等を報告します。

- ☑ 活動回数は、月1回から可能です。都合の良い日を伺います。
- ☑ 配達エリアは涌谷町内で、3コースに分かれて配達します。1コースあたり4軒～10軒の配達をお願いしています。
- ☑ 自家用車を使い、配達していただきます。そのほか活動に必要なエプロン等は貸与します。

問い合わせ先 ☎43-6661(担当：地域支援・ボランティアセンター)



涌谷のちから、ここにあり！

わくや地域福祉フォーラム

身近な地域で暮らし続けることができる体制を確保するため、地域という一つのフィールドにおいて多様な主体がつながる事例から、世代や分野を超えて連携・協働することの重要性を学び合い、今後より一層、地域での助け合い活動が推進され、支え合いの輪が広がることを目的に開催します。興味のある方は、ぜひご参加ください。

日 時 令和5年11月27日(月) 13時30分から15時30分

場 所 涌谷町高齢者福祉複合施設ゆうらいふ 多目的ホール

内 容 県内先進事例(仙台市・荒町子まもりプロジェクト)について、町内における取り組みについて
問い合わせ先 ☎43-6661(担当：地域支援・ボランティアセンター)

認知症サポーター養成講座受講者募集

認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。認知症を正しく理解し、地域や職場で認知症の人やその家族を見守り、寄り添い、支え合えるように応援する「認知症サポーター」を養成します。

家族や身近な人が認知症になっても、あなたのさりげない手助けで安心して暮らせる町をつくりませんか？

日 時 11月22日(水) 10時～11時30分

場 所 高齢者福祉複合施設ゆうらいふ 多目的ホール

対 象 涌谷町在住の方

申込締切 11月13日(月)まで

申し込み先・問い合わせ先

☎25-7903 涌谷町福祉課包括支援班(涌谷町地域包括支援センター)



介護職員初任者研修講座

7月12日から9月27日まで、宮城県指定介護職員初任者研修講座を開講し、受講生5名が資格を取得しました。

「研修の終わりに」

受講生 阿部 宮子

この二カ月に渡る研修では、介護についての基礎的な知識や技術を学ぶことができました。

それまでは、「できないことを手伝ってあげること」というイメージのあった介護の仕事でしたが、支援を必要としている方々が介護に対して感じていること、気持ちや思いを受け止め対応していくコミュニケーションの大切さを知ることができ、理解が深まるにつれ、介護職員としての考えや心構えも変わったような気がします。

これからはこの研修で学んだことを活かし、それぞれの現場で信頼されるよう、利用者さん一人ひとりに寄り添った介護を目指していきたいと思っています。



おらほの

良いところ みつけた!!



各行政区の地域福祉会からご報告いただいている活動や、生活支援コーディネーターが取材した活動等を掲載しておりますが、地域には職員が知らない活動がまだまだたくさんあります。「こんなのもやってるでば!」「おらほさ来て下さい」とぜひお声がけください。



3区



下小塚区



上町区

多くの行政区で、敬老祝いの事業が開催されました。お祝いの気持ちを込めて準備した記念品をお届けしたり、皆で集まってワイワイと楽しい時間を過ごしました。



8区



9の3区

ご近所のカフェを会場に、ミニコンサートを開催!癒しのひとときを過ごしました。

ギターとオカリナの美しい音色を聞きながら、挽きたてのコーヒーをいただきました。



簗岳区



大谷地区

青空の下、パークゴルフ大会を開催!お天気にも恵まれ、気持ちよく体を動かしました。

歌あり、踊りあり!笑い声が響き渡る、大盛り上がりのお茶っこ飲み会でした。

社協だよりでは「つながる」から継続、「つなげる」ことで望みが広がっていくことを大切にお届けしています。私も来月に予定している地域の集いにもけて電話をつなげます。

広報委員

編集後記

福祉わくや第159号のお届けです。

表紙を捲ると福祉標語コンクールの入賞作品が目がいきます。(今回は小学生のみの応募だったようです)ふと気づいたのは「つながる」「つなげる」という言葉。そしてこれらの入賞作品にも共通している文字。心。笑顔。手。もうつながっていると感じてしまいます。

ボランティアグループ
「おはほの会」

朗読テープの
貸し出し

町広報・社協だよりの朗読テープを無料で貸し出しています。視覚障がい者の方、介護者の方など、お気軽にご利用ください。

問い合わせ先 ☎43-6661
(地域支援・ボランティアセンター)

社協だより
福祉わくや

2023.11
第159号
通じあう



編集・発行
ふれあいネットワーク
社会福祉士会浦谷町社会福祉協議会

〒987-0121 宮城県遠田郡涌谷町涌谷字新下町浦192番地

浦谷町高齢者福祉複合施設(ゆーらいふ)内
TEL(0229) 43-6661 FAX(0229) 43-6670
E-mail:shakuyo@wakuya-sfk.net
ホームページ: http://www.wakuya-sfk.net/