

社協だより*とうかい

—東海村社会福祉協議会が目指すもの—

「かけがえのない一人ひとりの想いと行動を紡ぐまちづくり」

<Pick Up!>

- ◆村社協の生活支援紹介 ◆水中体操教室申込み受付開始!
- ◆村社協設立60周年記念社会福祉大会開催!



▲友達と交替しながら車いす操作の練習



▲段差の下り方のコツを教わって挑戦



▲視覚障害のことや白杖の使い方を勉強



▲アイマスク介助体験では介助役に誘導してもらい階段へ

福祉体験学習サポート ボランティア活躍中!

村社協では、ボランティアと協力して子どもたちへの福祉教育に取り組んでおり、小学校4年生の総合的な学習の時間を中心に、さまざまな福祉体験学習を行っています。

車いす介助・アイマスク（視覚障害）介助の体験学習では、昨年9月に開催した「地域活動ステップアップ講座」参加者が新たに加わった“福祉体験学習サポートボランティア”が大活躍!

同じ地域に住む住民であるボランティアから助け合いの方法を教えることで、優しい気持ちが子どもたちに伝わり、お互いを思いやる心が地域の中に受け継がれています。

Contents

あなたの「困った」聞かせてください.....	2
村社協設立60周年記念社会福祉大会	4
社協会費納入状況報告.....	5
社協情報局.....	6
11・12・1月寄付報告	7
皆さまの善意で子どもたちが大喜び.....	8
高校生と赤ちゃんが交流.....	8
地域支え合い推進講座 参加者募集	8

あなたの「困った」聞かせてください

いつまでもあなたらしく安心して暮らせるように…

村社協では、住民の皆さま一人ひとりが地域で安心して生活を送ることができるよう、関係機関と連携しながら、さまざまな心配ごとや暮らしのサポートを行っています。

本特集では皆さまの「困った！」に応える支援やサービスを紹介します。

お金の管理で困った!

～日常生活自立支援事業～

「年金が入らない月になるとお金が無くなってしまう!」など認知症や知的・精神障害により判断能力に要支援課題が生じ、親族の支援が受けられない方と契約を結び、福祉サービスの利用援助や日常生活における金銭管理を行います。本人の状況に応じて、定期的に自宅などを訪問し、本人の気持ちに寄り添った支援を行います。

財産管理で困った!

～成年後見制度申立支援／法人後見受任事業～

家族や親族などで「成年後見制度の申立てをしたい」という方に対し、制度を利用しやすくするための相談・助言・情報提供を行ったり、親族など他に適切な支援を受けることができない方に対し、村社協が法人として成年後見人などをお受けします。

※成年後見制度とは・・・

判断能力に要支援課題が生じた方について、家庭裁判所に申立てを行い、本人を支援する人(成年後見人など)を選任し、その人に法的権限を与えて本人に代わって法律行為ができるようにする制度です。

お金が不足して困った!

～小口資金貸付事業・生活福祉資金貸付事業～

離職や離婚などにより一時的に生活費が不足したり、入院や引っ越しなどで急にお金が必要になり資金が準備できない方のために、無利息もしくは低利息で資金の貸付を行います。

単に資金を貸付するだけでなく、本人の希望をお聞きしながら生活の安定に向けた支援なども併せて行います。

※貸付には条件・審査がありますので、詳しくはお問い合わせください。

家計のやりくりが上手くいなくて困った!

～家計相談支援事業～

「収入より支出が多くなってしまおう!」など家計のやりくりで課題を抱える方に対し、家計状況の可視化など専門的な助言を行います。また、滞納(家賃・税金・公共料金など)の解消や各種給付制度の利用に向けた支援を行います。

困っているけどどこに相談しよう?

～総合相談事業～

とにかくいろいろ困ってます!

どこに相談したらよいかわからない、利用できる窓口や制度を知りたい、近所の人のごことや家族のごことで相談したい、既存の制度や仕組みでは解決が難しいなど、生活上の心配ごとや困りごとについて相談に応じ、解決に向けたお手伝いをします。

電話・匿名での相談も可能です。弁護士・行政書士による専門相談をご希望の方は、お問い合わせください。

食べるものがなくて困った!

～法外援護事業～

日々の食事などにお困りの方に対し、食料品や生活用品（タオルなど）を支給しつつ、安心した生活に向けた支援を行います。

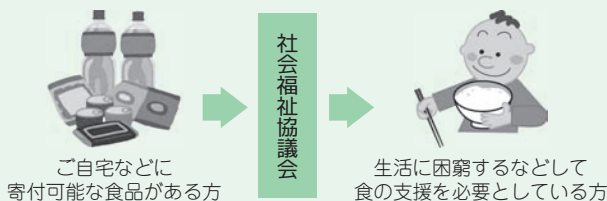
もったいない を ありがとう に 家に眠っている食品大募集!

フードドライブ始めませんか?

～フードドライブで寄付していただきたい食品～

- ◎麺類など ◎調味料各種・食用油 ◎保存食品（缶詰・瓶詰など）
 - ◎飲料（ジュース・コーヒー・紅茶など） ◎ふりかけ・お茶漬けのり
 - ◎インスタント食品・レトルト食品 ◎ギフトバック（お歳暮・お中元）など
- ※それぞれ未開封で、賞味期限が2か月以上残っているもの

「フードドライブ」とはご家庭に眠っている食品を集め、食の支援を必要としている方への支援物資として活用する活動です。



地域でできることを
考えたい!

～東海村地域支え合い体制整備事業・ 多機関の協働による包括的支援体制構築事業～

困っている人たちを
支えたい!

平成28年度から、地域におけるさまざまな生活課題に対応するため、下記の2つの取り組みをスタートしました。

①課題の解決に向けた調整を行うコーディネーター

支え合いコーディネーターは、資源開発や地域での支え合いの仕組みづくりを中心に活動します。



支え合いコーディネーター 相談支援包括化推進員

相談支援包括化推進員は個別の困難ケースなどのコーディネートや支援プランの作成などを中心に活動します。

※お電話や来所による相談のほか、相談者のご自宅やお会いできる場所までお伺いします。

「支え合いコーディネーター」と「相談支援包括化推進員」は、地域づくりの専門職であり生活困窮者支援、子育て課題、介護予防など、地域におけるさまざまな生活課題に対応する調整役として配置されています（社会福祉士資格保有）。両専門職は互いに連携しながら、支え合いの仕組みづくりに取り組みます。

また、対象者別の縦割りの相談支援体制では、対応が困難なケースについて世帯の抱える複合的な課題を調査・分析し、多機関で連携した支援ができるようコーディネートします。さらに、地域の中で支え合える仕組みなどを地域住民との連携のもとに開発していきます。

②課題の解決に向けた話し合いの場づくり

地域でそれぞれに活動しているサークルや団体などをつなぎ、地域支え合いのための資源として活かすための仕組みづくりやネットワークについて話し合う場を設けます。



今地域で抱えている課題や気になることについて自由に話し合う



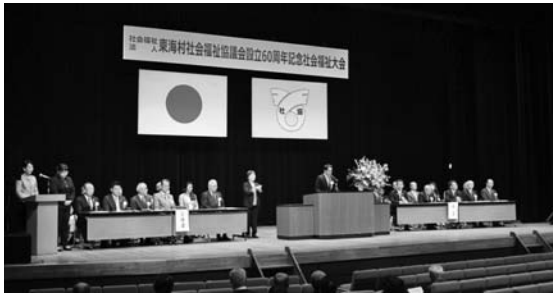
前回の議題の中で深めたい部分を中心に協議する



新しい資源開発・仕組みづくり・行政への提言など

【問い合わせ】生活支援ネットワーク係 ☎283-0205

村社協設立 60 周年記念社会福祉大会



平成28年10月15日、東海文化センター大ホールにて、
やま だ おきむ 山田 修 東海村長ほか来賓の臨席のもと、村社協設立60周年
 記念社会福祉大会が催されました。

この大会は、長期にわたり福祉の発展に功績のあった方々
 を顕彰するとともに、社会福祉に対する理解と地域福祉の向
 上をさらに推進することを目的としています。

<記念講演>

大会前半は、淑徳大学のいな がき みか こ 稲垣 美加子教授をお迎えし、「これから東海
 村が目指すべき地域福祉とは～かけがえのない一人ひとりの想いと行
 動を紡ぐまちづくり～」という演題で記念講演をいただきました。福
 祉を取り巻く現状と進むべき方向性を浮き彫りにしたお話は会場の共
 感を呼び、盛大な拍手で幕を閉じました。



▲東海村の地域福祉の発展に長年ご尽力く
 ださっている稲垣 美加子教授

<顕彰>

後半では、福祉の発展に貢献した村内外の個人・団体の表彰が行われました。

今回、表彰の対象となられた個人は延べ226人・団体は73団体に上りました。今回受賞された皆さま、誠
 におめでとうございます。これだけの多くの方が地域福祉に貢献して下さってきたことを再確認でき、村
 社協では地域住民の皆さまと共に、地域福祉の推進に今後一層力を注いで行きます。



▲民生委員・児童委員の部
たむら みさお
 (代表:田村 操 氏)



▲社会福祉協議会、社会福祉施設及び
 社会福祉団体の役員の部
なかがわ てるお
 (代表:中川 輝夫 氏)



▲社会福祉協議会評議員及び各種委員
 会委員、心配ごと相談員の部
かわまつ ひみお
 (代表:川松 丈夫 氏)



▲社会福祉協議会、社会福祉施設及び
 社会福祉団体の職員の部
あおき ひめみ
 (代表:青木 早苗 氏)



▲ボランティアの部
ともべ たかこ
 (代表:友部 孝子 氏)



▲社会福祉施設、社会福祉団体及び地
 区社会福祉協議会の部
いのうえ よしあき
 (代表:井上 義明 氏)



▲長期在宅介護者の部
とつすね よこ
 (代表:都所 洋子 氏)



▲多額寄付者(感謝)の部
てるまさ のぶくに
 (代表:照沼 信邦 氏)



【問い合わせ】 総務管理係 ☎282-2804

平成28年度社協会費納入状況報告

社協会員加入ならびに会費納入にご協力いただき、ありがとうございます。

皆さまにご協力いただいた会費は、貴重な財源として村社協の各事業に役立てていきますので、引き続きご支援をお願いします。社協だよりとうかい第81号発行後に納入のありました法人会員について掲載いたします。

○法人会員○

30,000円	(有)川崎産業		(敬称略・順不同)
10,000円	日本スタンダード(株) 茨城特殊車輛(株) 東康建設工業(株) 東興機械工業(株) 山藤鉄工(株) (株)岩手製作所東海 (株)大興建設 (株)筑波銀行東海支店 (株)平成興業	積水メディカル(株)創薬支援事業部 (有)豪建 (有)小林文具店 東成工業(株) 三菱原子燃料(株) (株)フジタビジネスマシズ (有)杉山 (有)野上住設 (株)岩谷空庄	(有)サンタクシー 三樹商事(株) (株)ミキコーポレーション東海 原子燃料工業(株)東海事業所 さくら屋旅館 ※さくら屋旅館様は2口納入いただいたため、10,000円の枠に再掲載しました。
5,000円	(株)葵テック (株)タスココーポレーション (株)照沼勝一商店 中央労働金庫 大みか支店 東海建機(株) 東海村建設業協同組合 常陸警備保障(株) ファミリーマート 東海駅東店 三国屋建設(株) (株)アトックス 東海営業所 (株)オーヌキ (株)関東総建 (医)村松会 尾形クリニック (一財)高度情報科学技術研究機構 (一財)放射線利用振興協会 (一社)ハピネス東海 NPO法人 ドリームたんぼぼ NPO法人 まつぼっくり いさかや 茨城県信用組合 東海支店 エーテック(株)	大西建設(株) 大仁建設(株) カストマシステム(株) 環境保全事業(株) (株)サノヤ産業 三陽塗装工業(有) 清水屋酒店 (株)東陽印刷所 (株)トータル・サポート・システム (株)ナスカ (株)前田工業 (株)原子力セキュリティサービス (有)SKライフ 読売新聞店 東海センター (有)アイエスアイ (有)アロマトーク (有)河野 (有)サンエイ (有)トキワ交通 (有)松山金型技研 (有)美川商事 (有)武藤工業	水戸信用金庫 東海支店 石井整形外科クリニック 茨城工販(株) ニュークリアデベロップメント(株) (有)亜細亜警備保障 (公財)放射線計測協会 いばらきコープ生活協同組合 弓山建設工業(株) 原子力エンジニアリング(株) 日本アドバンステクノロジー(株) (有)おその江 (有)信栄電気 (有)東陽機工 (株)ジェー・シー・オー (有)ゴウザワ 住友金属鉱山(株) (株)鈴木ハープ研究所 (株)東海ゴルフ (株)アセンド 沼田屋旅館 Yショップひらの

【問い合わせ】 総務管理係 ☎282-2804

(1月31日現在)

ひたちなか青年会議所と村社協の新たなつながり～災害協定締結～

1月12日、一般社団法人ひたちなか青年会議所と村社協が災害時相互協力協定を締結するため、調印式が行われました。

今回の協力締結は、地震・風水害・その他の災害が発生した場合において、相互に協力して被災者支援活動を行うために行われました。

具体的な協定内容は次の通りです。

- 村社協が災害ボランティアセンターを立ち上げた際の活動をバックアップ
- お互いのネットワークを生かした情報の収集と共有
- 災害ボランティアセンター運営の際、効果的な支援活動に資するための情報収集・資源把握・備蓄の推進など、災害ボランティアセンター運営について、平常時から協議を行う連絡会議の設置

この協定締結により、災害時における支援活動の強化がさらに図られることが期待されています。

【問い合わせ】 総務管理係 ☎282-2804



▲協定書に調印する黒羽根村社協会長(中央)



児童センター

育児の情報交換の場！ 児童センターの「育児講座」

児童センターでは「育児講座」として、1・2・3歳児の親子サークルを開講しています。リズム・制作・集団遊び・戸外遊び・植物栽培などに加え、ハロウィンやクリスマスなどの年中行事も行っています。

子どもたちが楽しめるだけでなく、保護者にとっては、同年代の子を持つ親同士、育児に関する情報交換なども行える場になっています。興味のある方は、児童センターまでお問合せください。

- 対象者 村内在住の1・2・3歳児の親子各20組
- 申込み 毎年4月に募集を開始します
- 開講 5月～翌年3月まで
- 活動日 毎月3回(サークルごとに活動日は異なります)
- 【問い合わせ】児童センター ☎306-1017



▲昨年はさつまいも作りに挑戦しました



▲身近な素材でハロウィンの衣装を手作り！

縁側につどう家“であい”

おせち料理に初詣 ～新年の季節行事を楽しむ～

新年を迎えた1月1日、縁側につどう家“であい”では調理員が腕を振るい、利用者と職員が一緒におせち料理を楽しみました。

お正月のお飾りをした室内で、かまぼこや黒豆・栗きんとんなどのおせち料理を囲むと、会話が弾みます。利用者は笑顔で、自分の家のお正月の過ごし方や家族のことなど、さまざまな話を職員へ聞かせてくれました。

食事のあとは、初詣に行きました。手を合わせて今年が良い一年となるよう祈願した後は、風のない穏やかな晴天の下、ゆっくりと散策しました。

高齢になると自分ひとりでは難しくなってくる季節行事ですが、“であい”ではさまざまな世代を交えて、新年の空気を一緒に楽しんでもらうことができました。



▲おせち9品はすべて手づくりです



▲健康な年でありますように

総務管理係

40歳から参加できるクラスも！ 平成29年度水中体操教室（前期）参加者募集

高齢者と障がい者の健康維持を目的とした水中体操教室の参加者を募集します。40歳以上から参加できるクラスも設定していますので、多数の応募をお待ちしています。

日時 4月～9月末までの各曜日
 場所 総合福祉センター「絆」機能回復プール
 対象者 右表にあてはまる村内在住の方
 内容 水中でのウォーキングや体操など
 参加費 9,000円/人
 申込締切 2月13日(月)～28日(火)までに、村社協窓口で直接申し込みください。

※電話での申込みはできません。
 ▼申込みには身分証明書(免許証など)の提示が必要です。
 ▼欠席時の振替はできません。(少人数クラス除く)
 ▼応募多数時は抽選となります。
 ▼受付の際に簡単な問診を行います。
 ▼医師の意見書が必要になる場合があります。

【申込み・問い合わせ】総務管理係 ☎282-4300

No.	コース	クラス	時間	定員	対象者
1	一般	月曜1組	9:30～10:30	15	60歳以上の方
2	ゆっくりペース	月曜2組	11:00～12:00	15	60歳以上の方
3	少人数	月曜3組	13:00～14:00	4	おおむね40歳以上の方で障害などがあり、医師の意見書を提出できる方
4	一般	月曜4組	14:30～15:30	15	60歳以上の方
5	一般	木曜1組	9:30～10:30	15	60歳以上の方
6	ゆっくりペース	木曜2組	11:00～12:00	15	60歳以上の方
7	少人数	木曜3組	13:00～14:00	4	おおむね40歳以上の方で障害などがあり、医師の意見書を提出できる方
8	一般	木曜4組	14:30～15:30	15	60歳以上の方
9	一般	金曜1組	9:30～10:30	15	60歳以上の方
10	ゆっくりペース	金曜2組	11:00～12:00	15	60歳以上の方
11	少人数	金曜3組	13:00～14:00	4	おおむね40歳以上の方で障害などがあり、医師の意見書を提出できる方
12	一般	金曜4組	14:30～15:30	15	60歳以上の方
13	一般(40歳以上)	土曜1組	9:30～10:30	15	40歳以上の方
14		土曜2組	11:00～12:00	15	40歳以上の方

「貧困・格差を考える講演会」レポート



▲講師 藤田 孝典氏



▲熱心に講演を聞く聴講者

1月18日に開催した「貧困・格差を考える講演会」。世相を反映してか、村内・村外からたくさんの方の参加をいただきました。

ベストセラー「下流老人」の著者である藤田 孝典氏の講演では、貧困問題が福祉・経済と幅広い視点から語られ、聴講者を引き込みました。

聴講者からは、「近頃の日本の現状が良く理解できた」「受援力（援助を受ける力）の大切さが理解できた」「自分にできることを行動に移す大切さが良く分かった」という感想が聞かれました。

事前に呼びかけて設置した「フードドライブ」窓口には、たくさんの方の食料の寄付をいただくことができました。村社協では、今後も啓発活動を通し、正しい理解を地域に広げて行きたいと思っています。

【問い合わせ】 地域福祉推進係 ボランティア市民活動センター ☎283-4538

11・12・1月分の寄付報告

皆さまからお寄せいただいた善意は、村社協が行う福祉事業や在宅福祉機器購入に充てられます。



善意銀行 金銭の部

(敬称略・受付順)

ご芳名	預託金(円)
佐藤 幸子	889
東海村盆栽連盟	9,100
二八蕎麦の会	10,000
東海村山草連盟	11,265
佐藤 寿恵	5,000
穴ヶ所村役場商工観光課	24,000
佐藤 雪	10,000
阿久津 茂敏	10,000
猿田 彦太郎	20,000
水戸友の会	5,000
長松院護持会	28,000
四代目月の家圓鏡茨城県支部後援会 会長 澤畑 光	30,000
匿名3件	123,932

善意銀行 物品の部

(敬称略・受付順)

ご芳名	預託品	活用先
細浦	クリスマスツリー	児童センター
茨城県退職公務員連盟東海支部・東海村教育友の会・東海村退職校長会	タオル他日用品一式	であい、障害者センター、児童センター、東海南中学校、NPO法人まつぼっくり
㈱トッパン プロスピント	カレンダー 50冊	高齢者センター、生活支援
宮内	絵本一式	すくすく、学習支援oasis
㈱トータル・サポート・システム	爪切り100個	生活支援、障害者センター、高齢者センター
高田 一良	三輪車2台	障害者センター
宮村 亜紀子	おもちゃ一式	
疋 孝子	タオル、洗剤、下着類	生活支援
柴田 結羽・心愛	おもちゃ一式	児童センター
阿部 之平	ホワイトボード	高齢者センター
鈴木 美穂	おもちゃ一式	すくすく、障害者センター、学習支援
石垣 結貴	洗濯用洗剤20本	障害者センター
匿名21件	おもちゃ、子ども用品一式、介護用おむつ、クレヨン一式、ベビー布団、毛糸・フェルト、柔道着、書道具一式、雨合羽、台所用洗剤、ブラレーン・トーマス一式、ティッシュ、半紙・条幅紙、毛布、洗剤類、文房具、布団、東海高校制服、佐和高校制服、絵本、レゴブロック、布地一式	児童センター、障害者センター、学習支援oasis、東海村書道連盟、すくすく、東海南中学校

とうかい明日への架け橋基金募金

(敬称略・受付順)

※この募金は東海村の子どもたちのために活用されます。

ご芳名	金額
第22回I~MOのまつり運営委員会	131,059
東海村商工会女性部	10,000
貧困・格差を考える講演会 募金箱	14,622
学習支援 oasis 募金箱	546



▲寄付して下さった第22回I~MOのまつり運営委員会の皆さま



▲年末にのし餅30枚を寄付くださった竹瓦地区の市毛 満様。お配りした世帯からは、「良いお正月になった」と大変喜ばれました。

寄付をお願いします

トミカのミニカー、ぼぼちゃん人形(抱き人形)、ぼぼちゃんのお洋服、メルちゃんのお洋服、バスタオル、ベビーベッド用布団カバー・シーツ、Tシャツ、洗たく用洗剤、台所用洗剤、電気スタンド、ベビーカー、電動鉛筆けずり、東海中・南中学校の制服やジャージ、学校使用の裁縫道具、フェルト、習字道具、彫刻刀、スニーカー(23cm~26cm)、新品のノートや鉛筆などの学用品、ジグソーパズル(300~500ピース)とパズル用の額、アンパンマンのキーボード、ブラレーンの電車、麻雀牌、麻雀マット

【問い合わせ】 総務管理係 ☎282-2804

※できるだけ状態の良いものをご寄付いただけると助かります。

※上記以外の引き取りについては事前にご相談下さい。

使用済み切手・ベルマーク・未使用テレホンカード・未使用はがき・書き損じはがきなど

(敬称略・受付順)

ご芳名
三国屋建設(株)東海支店、(公社)東海村シルバー人材センター、東海村福祉保険課、東海村議会事務局、日本スタンダード(株)、篠原 登、(株)葵テック、渡辺 直美、黒羽根 史郎、アトックス(株)、(株)フジタビジネスマシンス、匿名4件

各種相談窓口



	日時
生活相談	月～金曜日 午前8時半～午後5時15分 専用電話 ☎283-0205
家計相談	月～金曜日 午前8時半～午後5時15分 専用電話 ☎283-0205
弁護士 相談	3月3日(金) 午前10時～正午 予約制(1組約20分) 予約開始: 2月6日(月)から先着6組
行政書士 相談	3月10日(金) 午後1時～3時 予約制(1組約30分) 予約開始: 2月13日(月)から先着4組
子育て 相談	月～金曜日 午前9時～午後4時 専用電話 ☎306-1017

※相談会場: 子育て相談は、児童センター
それ以外は、総合福祉センター「絆」内の相談室
【申込み・問い合わせ】

生活支援ネットワーク係 ☎282-2804

※心配ごと相談・心配ごと電話相談は、平成28年度より廃止となりました。

新すべり台やクリスマスプレゼント！ 皆さまの善意で子どもたちが大喜び

平成28年12月、水戸ヤクルト販売(株)様から福祉ヤクルトの販売を通じて児童センターへ新しいすべり台とテーブルセットの寄付をいただきました。

また、クリスマス会では「歳末たすけあい募金」を活用してアンパンマンのパズルを用意し、子どもたちにプレゼントしました。

どちらも子どもたちは大喜び。どうもありがとうございました。



高校生と赤ちゃんが交流

平成28年11月29日に「高校生 赤ちゃんふれあい体験」が行われ、児童センターを利用している親子18組と、児童保育の授業を選択している県立東海高校3年生24人が参加しました。

初めはおそろおそろ赤ちゃんに触れていた生徒たちは、手遊びなどを通じて交流するうちに、いつの間にか笑顔で声をかけたり、抱っこをしたりしていました。さらには、泣いた赤ちゃんをあやしたり、ハイハイする赤ちゃんを追いかけたりと、お母さんに代わって大活躍。

生徒たちはこの事業を通じて、命の大切さを学ぶことができました。



地域支え合い推進講座 参加者募集

地域活動への参加のきっかけづくりを目的として、初心者でも気軽に参加できる3種類の講座を開催します。これらの講座でスキルを身につけて、ボランティアに挑戦してみませんか？

①認知症サポーター養成講座

【日時】
2月23日(木)
午前10時～11時半

【内容】
認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者としての知識を身につけます。

②プロに聞く！お掃除の基本とコツ

【日時】
3月1日(水)
午前9時半～11時半

【内容】
ダスキンメリーメイド水戸店から講師を迎え、お掃除のコツを学びます。

③ありあわせの材料で簡単お料理

【日時】
3月14日(火)
午前9時半～12時40分

【内容】
管理栄養士磯野由利子氏の指導のもと、自宅にあるもので簡単料理を作ります。試食タイムもあります。

場 所 総合福祉センター「絆」 定 員 村内在住の方 各10人
参 加 費 無料 申込締切 2月20日(月)

【申込み・問い合わせ】 地域福祉推進係 ボランティア市民活動センター ☎283-4538

社協だよりに関するご提案・ご意見がございましたら、お気軽にお寄せください。

【発行】 社会福祉法人東海村社会福祉協議会 〒319-1112 那珂郡東海村村松2005 Tel. 029-282-2804(代表) Fax. 029-283-4535
(ホームページ) <http://www.t-shakyo.or.jp/> E-mail: tokai@t-shakyo.or.jp Facebook 公開中!