

ケアタウン小平 だより ~第4号~



2009. 4. 15

東奔西走④

~今、こころ痛めていること~

コミュニティケアリンク東京 理事長

ケアタウン小平クリニック

院長 やまざき 山崎 ふみお 章郎

「たとえ末期のがんであったとしても、住み慣れた地域の、住み慣れた家で、最後まで、安心して暮らしたい」と願う人々の、その想いに応えることの出来る地域モデルを創ろうと、医療、看護、介護が連携したケアタウン小平チームが発足して、4年目を迎えました。

チームが真の意味でチームであるためには、チームメンバーは、いつでも顔と顔を合わせて、コミュニケーションを取り合えることがベターです。そのためには各事業所が隣同士で活動できるベースキャンプが必要ですが、それはケアタウン小平構想に共鳴した、ケアタウン小平の建物を管理・運営する会社である(有)暁記念交流基金の長谷氏の協力によって、実現されています。また、ケアタウン小平チームの在宅ケアを望まれる人々に適切なチームケアを提供するためには、どうしてもチームが無理なく活動できる範囲の設定が必要であると考えました。在宅ケアチームの中心である訪問看護ステーションと協議した結果、ケアタウン小平からおおよそ半径3キロメートル以内が適切であると結論付けました。実際には、その時々で半径3キロを若干超えることもあります。私は質の高いケアを提供するためには、チームの活動範囲に限界があることはやむを得ない、と考えています。

我々が目指したいことは、持続可能な地域在宅ケアのモデル創りであって、目の前の問題解決のために無理をし、結果チームが疲弊し、崩壊してしまうことではないからです。そのために、在宅ケアを望まれる方々からの切なる訪問依頼を、そ

の想いは痛いほど感じながらも、訪問距離の関係でお断りせざるを得ないことも起きてきます。あるいは、我々はホスピスでのケアの経験を活かして、在宅での療養を希望される方であれば、がん以外の方々にもケアを提供しようと取り組んできましたが、最近では在宅でのケアを望まれる末期のがんの方々からの訪問依頼が急増しています。それら末期のがんの方々の余命はそう長くはありません。そのため長期にわたる療養が予測される慢性疾患の方々からの訪問依頼があっても、時間の限られている末期のがんの方々を優先せざるを得ない状況も生まれています。多くの方々のご期待に応えたいと願いながらも、以上のような現実の前で、それらご期待に応えられないこともあり、チーム一同心を痛めることも増えています。

我々の力だけでは解決の難しい問題ですが、それら問題を社会に提起しつつ、我々は、当初の目的の実現を目指し、これからも歩み続けて行きたいと考えています。今後ともよろしくご支援お願いいたします。



前列 山崎 Dr. 石巻 Dr.
後列 遠藤 鈴木 Dr. 板東 右順

訪問看護ステーションが開設し、3年半が過ぎました。初めは3名だった看護スタッフは、昨年7月に1名、10月にもう1名が加わり、平成21年3月現在常勤6名（蛭田・長岡・佐野・西田・堀越・増田）、非常勤1名（板垣）となりステーションは賑やかになりました。※写真左順

訪問看護の1日は朝の打ち合わせから始まります。夜間の電話対応や緊急訪問について報告をした後、その日に訪問する利用者さんのケア内容を確認します。その後訪問に出かけますが、午前中に2件、午後には2～4件のペースで伺います。次の訪問時間がせまっている時は周りを見る余裕がなく、自転車で暴走していることもあります。訪問で一番身についたのは太腿の筋肉かも知れません。夕方には訪問した様子を報告し合い情報を共有しています。

訪問看護師になり感じたことは、在宅は病気と共存しながら生活をしていく、生活の場であるということです。本人の生活に合わせて臨機応変に対応していかなければいけないので大変さもありますが、同時にやりがいもあります。ターミナル期にある利用者さんを訪問することも少なくありません。外へ出ることが難しく、ベッド上で過ごしていたAさんに季節の風を届けたいと思い、雪の降った日に雪ウサギを作って持っていきました。Aさんはとても喜ばれ、冷凍庫に保管してくださいました。亡くなった後にAさん宅に伺うと、まだ冷凍庫に雪ウサギが保管してあり、思い出を奥さんや私に残してくださいました。ご家族や利用者さんと一緒に時間を過ごす中で、当たり前前時間が当たり前ではない事や、日々の時間がとても貴重な時間であることを教えられました。

訪問する中で課題にぶつかることもあります。

何人かのご家族から、「利用したくても介護保険が全然利用出来ない、何の為の介護保険なのか」と言われたことがありました。病状が悪化してくると、病人を一人にはしておけない、そばを離れられないとご家族は常に緊張した状況になります。ご家族が食事や買い物、自分自身の病院受診、銀行に行くことなど日常の用事を済ます時間をとることがままならなくなることがあります。

ご夫婦2人暮らしのBさんの妻は、訪問看護師と相談して訪問看護を利用している間に用事に出かけるようにしていましたが、全部を済ますことができず戻ってくるのがしばしばありました。介護保険ではヘルパーが見守りという形でケアに入ることができないのが現状です。ちょっと誰か見守ってくれる人がいたら、介護者が安心して用事を済ますことが出来るようになるかもしれません。また介護者の食事を準備してくれる人がいるだけで、介護者が病人のそばで過ごす時間が増えるかもしれません。周囲で生活をサポートしてくれる体制があれば、介護に専念できることもあるのではないのでしょうか。私は、制度だけではなくご家族やご遺族の方々の声も聞き、地域でサポートできる体制を考えていけたらと思っています。介護者の生活を維持しながら介護が出来る社会になることを強く望んでいます。

今年から遺族会『ケアの木』が始動します。利用されていたご家族の皆様とケアタウンとの関係が続くことはとても嬉しいことです。今後も多くの方から教えていただいたことを生かしながら、少しでもその人らしく過ごせるようにケアを行っていきたいと思います。まだまだ未熟な私達ですが今後ともよろしくお願いします。



一笑懸命 ④

～ボランティアさんとともに歩んでいます～

ケアタウン小平デイサービスセンター 所長

にしきおり かおる
錦織 薫

デイサービスでは、一週間に述べ約 50 名のボランティアさんが活動してくださっています。年齢も職種も様々、大学生から白髪の人生の大先輩までおられます。活動内容は、デイサービスに通ってこられる利用者さんの食事の準備、入浴介助、おやつ作り、庭仕事、送迎車の洗車など多岐に及びます。今回はボランティアさんの活動の様子をご紹介しますと思います。

お風呂のお手伝いは、体力勝負。特殊入浴機械で毎日 7 名から 9 人名の方をお入れします。スタッフと 2 人で軽快なトークを交えながら手際よく進めます。

おやつ作りの日は小麦粉や卵、見たことのないような道具が登場、いい香りが室内に立ち込めたとすると数時間後にはデパートの地下に並ぶ商品のようなお菓子が出来上がっています。それを見て利用者の M さんは、「私のレシピはこうだった」と話し始めます。今はお体が自由に利かずお料理はとても出来ませんが、以前お菓子作りをしていた頃を懐かしく思い出す、そんな時間を M さんは過ごせると語ってくれます。

デイサービスの入口にある折り紙や和紙などで作る季節の飾り物は男性のボランティアさんの作品です。実に繊細で利用者さん、来客者の目を楽しませてくれます。作ってみたいという希望があれば講習会を開き、みんなで実践。同じ作品が利用者さんの玄関先に並びます。

スタッフのマンパワーが不足し、応援をお願いするとボランティアのネットワークで人が集まり、お昼御飯の前後の仕度、入浴前後のケア、大量の洗濯物の片付けなどを分担してピンチを救ってくれます。

体調の悪い利用者さんにスタッフがかかりきり



になると、レクリエーションでフロアを盛り上げて、スタッフが利用者さんと十分関われる時間を作り出してくださいます。

室外の活動では二台の送迎車をびかびかに洗車、なかなか出来ないお風呂の溝掃除、大量の落ち葉はきをさりげなく終了。夏の暑い日でも冬の木枯らしが吹く日でもその作業に変わりはありません。その姿に私達は魅せられ、頑張らねば！と気合を入れます。

事務仕事や、季節行事のお手伝いもそれぞれの特技を生かして活動に参加、まだまだ足りありません。

ケアタウン小平デイサービスセンターは、沢山の方達に支えられ 4 年目をむかえることが出来ました。たいへんなこともたくさんありますが、スタッフがモチベーションを高く持ち仕事をするために、ボランティアさんの協力参加なくしては語ることは出来ません。良いチームで仕事出来る喜びと感謝の気持ちを忘れず、チーム一丸となって良いケアが利用者さんに提供できるように前進していきたいと思っています。



クリスマス会 ボランティア合唱団



大野、林、錦織、沼尻、善本 左順

ボランティアの目からみた在宅介護は想像以上に大変でした。

ボランティア おやまつ ただかつ
親松 忠勝

私がボランティアらしき事を始めたのは、57歳の時でした。定年後は自然を相手に楽しく過ごせたらと思っていた時に、自然公園のボランティア募集を見て始めました。定年後は少し余裕が出来たので、文化的なボランティアもいいなと思い週1回楽しんでいました。しかし、自分の好きでやるボランティアは遊んでいるようなもので社会貢献できていないように感じていた時に、ケアタウン小平のボランティアの募集がありました。介護について何も知らないのにすうすうしいように思いましたが、講座を受けました。今は木曜日と金曜日にデイサービスでボランティアをしています。

このようにして始めたボランティアも3年が過ぎました。介護現場の情報はいろいろなメディアによって多少は知っているつもりでしたが、自分が見た介護の実態は想像以上に大変なことだと感じました。重症で手厚いケアを必要としている方が、私の思っていた以上に在宅で療養されていたからです。

スタッフの人たちが何事もないように働いておられるのには感心します。ご利用者やそのご家族がいかにかケアタウン小平のスタッフを信頼しているかを、送迎の時の添乗をして強く感じました。

お迎えに行くと家族の方が安心した顔で「よろしくお願いします」と送り出されます。また帰りの時もどこの家でも明るく迎えてくださいます。車が立ち去るまで玄関で見送ってくださいます。1日が楽しく過ごせた感謝の気持ちだと思います。私は何もしていないのですが嬉しくなります。

高齢者が多くなり、元気な高齢者が高齢者を助けていく必要があると感じます。若い人たちの負担を少しでも少なくしたいとも思います。こんなことを考えるようになったのもここで多くのボランティアと接し、いろいろなことを話し、教わったからです。このような人たちと楽しい時間を持てることをありがたいと思います。



マーマレードの仕込みの最中

ケアタウン小平遺族会「ケアの木」が発足しました

ケアの木 世話人代表 まめしろ ようじ
豆白 洋司

<父について>

私は、父と会話した記憶がありません。

父は、終戦後、結核を患い、その時打ったストレプトマイシン注射の副作用により難聴となり、他人との会話が出来なくなったからです。

サラリーマン生活終了後は、難聴者のために情報誌作りのボランティアを続けていましたが、90歳頃から一人での外出が出来なくなり、情報誌作りも断念しました。その後、父はそれまでに趣味で書き綴ったシナリオをまとめ、念願の書籍も発刊しました。

<ケアタウン小平との出会い>

情報誌作りも止め、書籍発刊も果たした後は、

ベッドで横になりながら読書やテレビ鑑賞だけの生活となり、見る見る体力が衰えてきました。

これはまずいと思い、少しでも運動になればと、デイサービスに通わせましたが、耳の聞こえない本人からすると、周りの人が歌ったり、お喋りをしていても何も聴こえず、苦痛であったようです。

このことをケアマネージャーに伝えると、「ケアタウン小平デイサービスセンターという、利用者の自由を尊重してくれる施設がある」との情報を頂きました。

早速施設の見学を行い、平成18年3月からデイサービスのお世話になりました。「寝たままお風呂にも入れてくれるし、スタッフの人もニコニコととても親切だ」と大変喜んでいました。

しかし、同年7月に微熱が続き、病院で血液検査をしたところ、「数値が異常で、即入院をして精密検査をする必要がある」との診断でした。

ケアマネージャーに相談すると、「ケアタウン小平クリニックの山崎先生に相談してみたら…」とのアドバイスを頂き、先生にお願いしたところ、早速、山崎・石巻両先生に往診をして頂けました。

先生の診察結果は、「精密検査をしないと正確な判断は下せないが、血液検査の結果から、まず肝臓に間違いはないでしょう。しかし、老人に辛い検査を受けさせるかどうか…」というものでした。

家族で相談し、「検査を受けさせ癌だと判明しても、高齢で手術に耐えられる体力も残っていないであろう。それなら、山崎先生に往診をお願いし、天命を待とう」という結論に達しました。

しかし、念のために入院させてみようということで、先生に相談したところ、往診2日後には病院に入院手配をして頂けました。

往診時の分かり易い説明、スピーディな入院手配と、山崎先生の的確・迅速な対応には、「今時、このような先生がいらっしゃるのか…」と、家族一同驚きと感謝で一杯の思い出が残っています。

約半月間で退院。即、訪問看護ステーションのお世話になることになりました。

暑い中、自転車で訪問してくださる長岡看護師さんが、耳の聞こえない父のために、いちいち筆談してくれる姿を見ていると、感謝の気持ちで一杯になりました。

しかし、看護期間は僅か5日間。同年8月8日、父は、妻・子・孫・ひ孫に看取られながら、半世紀にわたる音のない人生に、92歳の幕を閉じま

した。

<遺族会の発足について>

平成19年12月「ケアタウン小平スタッフと遺族の集い」が開催され、出席させて頂きました。会終了後、「定期的に遺族が交流できる場があったらよい」との意見などがあり、翌20年、有志6遺族がケアタウン小平に集まりました。

山崎先生からも遺族会の趣旨や必要性の説明があり、その場で「遺族会」の発足が決定されました。また、世話人については、参集した遺族がそれを担うことを快諾しました。

皆さんが快諾された背景には、ケアタウン小平の各サービスに携わるスタッフの方々から、本当に利用者の立場にたち親身になってサービスを提供して頂いたことに対し感謝の念を抱いていたからではないか、と私は思っています。その後、何回か会合を重ね、会則作りや運営方法の協議などを行い、遺族会の名称は「ケアの木」となりました。

遺族会の設立趣旨は、『ケアタウン小平の何れかのサービス（クリニック・訪問看護・デイサービス）を受けて亡くなられた方のご遺族に対し、交流の場を提供する』ということです。

遺族会への入会をご希望の方は、NPO 法人コミュニティケアリンク東京事務局までお申し出下さい。



※ 写真は平成20年12月に行ったスタッフが主催する「ケアタウン小平ご遺族交流会」です。平成19年1月から平成19年12月までのご遺族を対象に開催しました。左写真が豆白氏。遺族会「ケアの木」の本格的活動は、平成21年4月以降を予定しています。

2008年11月2日(土)「ケアタウン小平 応援フェスタ2008」

今年は「ケアタウン小平と私たちの活動を地域の人たちに伝えよう！」をテーマに
応援フェスタを開催しました。天候にも恵まれ、400名ちかくの方々にご来場い
ただき、私たちの取り組みをお伝えすることができました。



今年も手作りクッキー
ケーキは大人気でした



ハンドマッサージで
癒しのひととき♪



デイサービスでは、材料の異なるゼリーを
使って、嚥下についての説明を行いました。



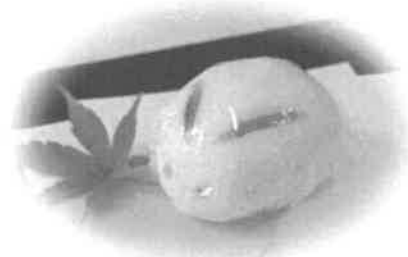
スタッフによる
ケアタウン小平説明ツアーも行いました。



牛乳パックで作ったスツール。
近所のママたちもパック集めに
協力してくれました。



今や定番！
手作りジャム。



デイサービスのご利用者さんには、
毎日ボランティアさんによる
手作りお菓子をお出ししています。
これは題して「お月見うさぎ」。

たくさんの笑顔に会えました。

中庭で

綿あめ
ちょっと待っててねー



ゲームコーナーに、
子どもたちみんな
熱中しました。

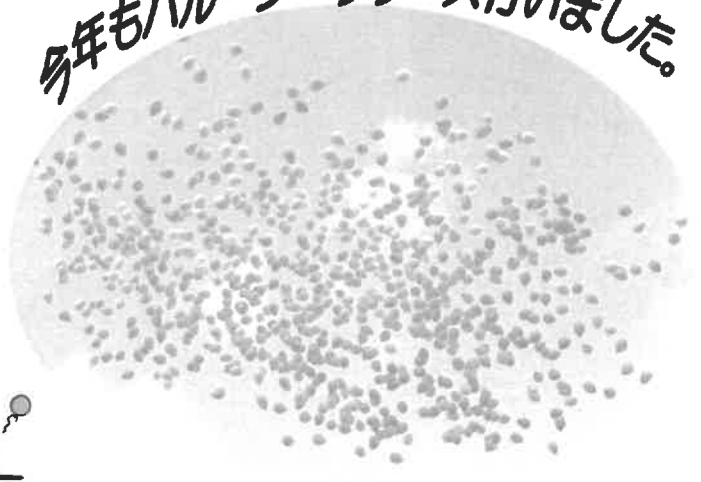


屋内で

さあさあ紙芝居の時間だよ～！



今年もバルーン・リリース行いました。



千個の風船一つずつに、地域の方たちの
願いを込めて空に放ちました。
秋晴れの空に、千個の風船は吸い込まれ
ていきました。風船も願いごと用紙も、
自然に還る素材でできています。

楽しかったわ！

恒例の
折り紙教室



これからも、
力を合わせて頑張ります！
応援よろしくお願いします。



今回は近所の小中学生やご遺族、小平
第八小学校や関係者の方の新たな応援
をいただき開催することができました。
そして、今年もボランティアさんの力
と情熱あつての「応援フェスタ」でし
た。本当にありがとうございました。
いつまでも地域を応援し、地域に応援
されるNPOでありたいと思います。

みゆき往還 ④ ケアタウン小平に訪れる様々な訪問者

(有)暁記念交流基金代表取締役 ケアタウン小平開設者 長谷 方人

ケアタウン小平には、実に様々な関心で訪問者が来てくださいます。先日は、某放送局の多摩支局に最近赴任してきたという記者さんからメールが入って、「是非、取材させてほしい」と言ってきました。当地まで来訪いただきその依頼内容を聞いてみましたが、取材から放送日までに間がありません。とても十分な取材と編集ができるとは思えず、今回は取材をお断りしました。以前の取材で苦い思いをしたからです。

時に、空から飛来する訪問者もあります。カルガモのつがいです。庭のあちこちを尻尾を振りながらひょこひょこ歩きまわり、見知らぬところの散歩を切り上げて小金井公園の方角に飛び去りました。つがいに目をとめた間、何だか気持ちがほっくりしたものです。

近所の子供たちの訪問は後を絶ちません。すぐ北の方にあるこのあたりの学区の小学校が放課後になると、学校から一度家に帰った子供たちが籠にサッカーボールを積んだ自転車に乗って現れます。人工芝の庭でフットサルのゴールめがけてボールを蹴りに集まってくるのです。時に、その数はボールを蹴らない女の子も合わせて20人にも及ぼうかという日もあります。当方では、面倒を観ず小言は言いません。

そんなある日、ここを不在にしていた私に電話が入りました。訪問介護や居宅支援のケアマネジャーの事業所であるクロスケアのマネジャーからでした。「子供たちが、一階のトイレのガラスを割って謝りに来ました」という。三年たって初めての“事故”でした。幸い、けが人はなく保護者の

方々とも問題が拗れることもなく、再び子供たちの歓声があがっています。

そんな様子を、「NPOの子育て支援事業の一環ですか」と、視察見学と称して訪問されたある人から問われたことがあります。私は、「NPOでどうみているか明快ではありませんが、事業というほどのことはないと思います。毎日、誰か大人が仕切っているわけではありませんから」と答えた。悪意のいたずらで壊したり燃やしたり、人に傷を負わせたりしなければ近所の子供たちもここを遊び場にしてほしいと思って、ここを作りました。

子供たちのかくれんぼで、いつぶく荘のある二階や三階まで駆け上がって遊んでいたのには、さすがに何軒かから苦情が出たことがあります。それには、NPO法人コミュニティーケアリンク東京の事務局長を務める中川氏が、小学校の朝礼まで出かけて行ってこの様子を子供たちに説明してくれました。ありがたいことです。

ケアタウン小平は、いつまでも世代を超えた様々な人が、来たいときに来られる所であってほしいと考えているのです。



長谷方人・長谷郁子

みんな、誰かを支えることに幸せを感じています

(株)クロスケア ケアタウン小平ヘルプステーション所長 沼倉 信子

ある朝、事務所では8時55分より電話が鳴り響く。もう一人のケアマネジャーである小林は、すでにご利用者宅訪問中である。訪問介護スタッフはみんなケアに出ていて不在だ。私は出勤早々電話対応に追われる。一人で3ヶ所の電話が鳴った時には、泣きたくなくなってしまふ。ひと通り電話が鎮まると、こんどは登録スタッフより前日のケ

ア、当日朝のケアの報告を受ける。そうしているうちに、他のスタッフもケアから戻ってきて、朝の喧騒が再び始まる。

みんな、ご利用者宅ではゆっくりと、丁寧に話をしているのに、事務所で報告をしている時にはものすごい早口になる。次のケアが迫っているので、時間との戦いなのだ。私も、一緒になって早

口で対応して、みんなが再びケアに出払うと、ふか～いため息をひとつこぼし、書類の山に目を投じる。いつも小林ケアマネジャーが入れておいてくれるコーヒーメーカーの温かいコーヒーを飲みながら……。

こんな朝が1年3ヶ月続いている。バタバタと慌ただしく始まった20数名のチームだったが、何となくいい感じに収まっている。日々いろんなことが起こって、悩みも多き毎日だが、結構楽しい。

介護の仕事に集まる人たちは、やさしい人ばかりだ。みんな誰かを支えることに幸せを感じている。また、ケアタウン小平は特別な場所だ。本来は他事業所であるクリニック、訪問看護、デイサービス、加えて大家さんやボランティアさんまでみんなやさしい。ご利用者のために、私達に足りない分の知恵を補って助けてくれる。職種や会社の形態の垣根を越えて、みんながご利用者のために一つの問題に取り組んでいける素晴らしい環境の中で、介護の仕事に取り組めることの幸せを感じている。

4月には介護保険の改正が行われる。今回は加

算等の目先の点数が変わるだけで、根本的なことは変わらなさそうだ。平成18年の改正(改悪?)と比べると、少しホッとしているが、これで終わりではないだろう。平成12年の介護保険法施行以来、どんどん変わっていく制度に振り回されながらも、私達は「ご利用者に寄り添うケア」を目標に、これからも前へ進んでいきたいと思う。

クロスケアはにぎやかで明るくて楽しい職場です。言い換えるとうるさいとも言えますが……。介護保険制度のことや、訪問介護サービスのことなど、分からないことがありましたらいつでも声をかけてください。これからもよろしくお願い致します。



左から藤山・羽田・沼倉・小林・阿部

コミュニティケアリンク東京の活動にご協力ください

NPO法人ではよりよい活動を展開していくために、皆様からのご寄付をお願いしております。ご寄付いただいた方には、ケアタウン小平だより等を通じて、当法人およびケアタウン小平の活動をご連絡させていただきます。ご寄付受入れ口座は以下のとおりです。

①郵便局からの払込の場合…

口座記号番号 00100-1-279489
加盟者名 (特) コミュニティケアリンク東京
※払込取扱票の通信欄に「寄付金として」とご明記ください。

②銀行からのお振込の場合…

銀行名 ゆうちょ銀行
店名 〇一九店 (ゼロイチキュー店)
口座 当座 0279489
名義 特定非営利活動法人
コミュニティケアリンク東京

～編集後記～

・NPO ももう少しで4歳です。たくさんの方からの支えと、広がっていくつながりが、ホスピスケアを育ててくださいます。本当にありがとうございます。(N)

・「ケアタウン小平だより」も4号となり、パソコン作業もだいぶ慣れました。デイサービスでのボランティアも含め、いろいろなことにチャレンジできてとても勉強になります。(O)

・ケアタウン小平にかかわる職員の方々の具体的なお顔が見えてきてだんだん「生きた冊子」になってきましたね。私の友人の話ですが86歳のお母様がケガで入院。寝たきりになられたら、すぐに認知症に。体重も35キロと痩せてしまったのです。友人は毎週1回都内から手料理を入院先の青梅市の施設に届けました。2、3カ月後、お母様は体重も増え、認知症も軽減。そんなこともあるんですね。うれしくなりました。(O)

発行 NPO 法人コミュニティケアリンク東京
〒187-0012 東京都小平市御幸町 131-5
TEL042-321-5985・FAX042-321-5982

ケアタウン小平キッズ写真館

今年2月の集まれ！子ども広場「獅子舞いでまちを歩こう」での写真です。地域のお宅に伺って、獅子舞い踊りで幸せを届けてきました！！

かまないで・・・



あ～♪
獅子にかまれて不幸ない！



<スタッフ>



その他にも親御さん、近隣住民の方なども参加し、子どもたちと関わってくださいます。

★NPO法人コミュニティケアリンク東京の子育て支援事業は、子どもが地域の中で自分を発揮して、地域の大人との生き生きした関係をつくることを目指しています。乳児から中学生まで、そのときどきに集まる子どもたちの年齢の幅はとても広く、活動もユニークです。さて、今月はどんなアイデアが飛び出すか。ケアタウン小平キッズの笑顔が弾けます。(担当理事 河邊貴子 丸写真)

★<ケアの町>ケアタウン。何て素敵な言葉でしょう！<～してあげる><～もらう>の関係ではなく、<あなたのまま>で自分らしくそこにいていい。あそびに来る子どもも大人もそこに暮らす皆さんも。1人であるのもいいけれど1人が2人、2人がたくさんになっていく。人とかがわるのはちょっと面倒で煩わしい時もあるけれど、<関わることをあきらめない>その先には面白いこと、楽しいことが待っています。

子どもと大人があそび合う、生き合う、そこには未来があります。1ヶ月に1回たくさん笑って『共に生きてるって楽しい面白い』を実感しています。(アフタフ・バーバン 須貝京子、佐藤律子 角写真左順)

<アフタフ・バーバンのホームページ>

NPO法人あそび環境 Museum アフタフ・バーバン <http://afutafu-barban.org/>