



ケアタウン小平 だより ~第6号~

2011. 6. 20

東奔西走 ⑥

～震災を通じて感じた「いのちの理由」～

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

山崎 章郎

2011年3月11日午後2時46分、この日この時間を、皆さま同様私は生涯忘れることはないでしょう。東日本大震災、巨大津波、最悪の原発事故、自然災害と人災が二重三重に人々を襲い、襲い続けています。この時を、我々はどう生きてらいいのでしょうか。混沌とした現実の前で、まずは、目の前の与えられた仕事をしっかり続けようと、自らを叱咤激励する日々が続いていました。

5月初めでした。いつものように、往診車に乗りながら、BGMのようにNHKのラジオ番組を流していた午後4時頃、突然のように、物まねの第一人者コロッケさんの歌が聞こえてきました。この日のコロッケさんはだれかの物まねではなく自分の声で歌っていましたが、それは、さだまさしさんの作詩作曲した「いのちの理由(わけ)」という歌でした。その歌を聴いているうちに急に胸が熱くなってきました。優しいメロディーに乗って聞こえてきた歌詞は「私が生まれてきたわけは……」と何度も繰り返していたのです。

私が生まれてきたわけは、父と母がいたからで、自分の意思が関与していない出来事だったはずでした。だからこそ、死までをどう生きるのかは自分の意思で決めていきたいと願い、生きてきました。しかし、コロッケさんの歌は「私が生まれてきたわけは、父と母に出会うため」「兄弟たちに出会うため」「友達みんなに出会うため」「愛しいあなたに出会うため」と続けました。

ここでは、人は受動的に生まれてきたのではなく、自分の意思で生まれてきたのだと言い、そして、それは、父や母、兄弟、友達など自分の身近

な人々に出会うためであり、愛しい人に出会うために生まれてきたのだと、静かに訴えていました。

確かに、一人の人がこの世に誕生するためには、何億もの精子の内の1個が1個の卵子に出会う必要があるのですから、卵子と精子がそれぞれを選び合い、自分の意思をもってこの世に生まれてくる事はあり得ることだと思います。

私も「私が生まれてきたわけは、今までお会いした全ての皆さんと出会うためであり、これから新たにお会いするであろう人々に出会うため」だったのだと信じます。かくも素晴らしき人々と出会えたのは、偶然ではなく、それぞれの意思が働き、お会いしているのだと思います。お互いを大切にしながら、日々の出来事を大切にしながら、被災者の皆さまに思いをはせながら、目の前の問題に地道に取り組み続ければ「混沌の中にも未来への道はきっと見えてくる」と信じて今まで通り前進しよう、と思います。

ケアタウン小平を応援してくださる皆さま、私たちが目指している安心して住み続けられる地域社会の創設にご参加ください。お待ちしております。ちなみに、さだまさしさんの「いのちの理由」は、「美しい朝」というCDの10番目の曲です。



後：鈴木、山崎
石巻

前：板東、遠藤

未曾有の大災害で亡くなられた方々のご冥福をお祈りするとともに、被災された皆様に心からお見舞い申し上げます。3月11日地震が起きた時、私はちょうどケアタウン小平にいました。2階3階の入居者の方たちの様子をうかがったあと、一人暮らしの利用者さんのお宅に自転車を飛ばしました。利用者さんの腕を持って「大丈夫？」と言いながら、長い大きな余震に私のほうがオロオロしていました。その日は電車通勤のスタッフはダイサービスに泊まりました。それぞれがなかなか家族と連絡がつかず、テレビから次々に飛び込んでくる悲惨な状況に胸を痛め、ひんぱんに起きる余震とで不安な夜を過ごしました。

その後、商店の店先から電池やガソリンなど物がなくなってきたので、できるだけ日中は自転車で訪問をするようにしました。改めて災害時のマニュアル本を読み返し、非常用の物品を揃える事と、非常時の対応の仕方や利用者への対応、スタッフ間の連絡方法など確認し合いました。計画停電が始まり吸引器、在宅酸素、電動ベッド、エアマットなどを使用している人に、どう対応したらよいか説明していきました。吸引器は手動の吸引器をインターネットで購入しようとしたのですが、物流や品薄の問題ですぐには手に入りませんでした。知り合いからペットボトルで作る簡易吸引器の情報を得て、皆で炭酸を一気飲みして7～8個の吸引器を作り吸引を必要としている人に配りました。充電式の吸引器に変更してもらえるか業者に連絡を入れました。阪神大震災を経験した訪問看護師に聞いたのですが、長時間使うなら足踏み式吸引器が良いそうで、あとは赤ちゃん用の吸引器か、注射器で引く方法があるということでした。在宅酸素は内部バッテリーの有無や酸素ボンベが

きちんとあるか、利用者に合わせた対応の仕方を主治医と確認して利用者宅に伝えていきました。また、電動ベッドに関しては計画停電前に平らにしておく、クッションやバスタオルなどを使用して体位変換を行うことなどを説明しました。常時人工呼吸器を使用している利用者さんはいなかったのですが、その場合外部バッテリーや蘇生バックなど緊急時に備えて準備が必要になります。

被災地の皆さんはどんな思いで過ごしているのだろう、私たちに何ができるのかと考える毎日で、多くの方がそうだったと思うのですが、何事にも前向きになれず鬱々とした日々を送っていました。節電は身近にできることなので、この震災を期にステーション内ではエアコンを入れませんでした。

3月末になり、今年のケアタウン小平でのお花見をどうしようかと悩んでいたところ、テレビで「私たちが元気にならなければ被災地の人が元気になれない」と言っているのを見て勇気づけられました。検討した結果、復興のために義援金を集める会にもなればいいのではと企画を考えました。みんなで桜の花の形に切り抜いた紙に、被災地の方々への思い、復興への思いなどのメッセージを書いて“希望の桜”を咲かせようと思いました。それがこの写真です。

大きな地震が来るといわれたり、この夏に停電は大丈夫なのかなど在宅で療養している方、また、そのご家族は不安な日々を送っていることでしょうか。こんなときこそ、在宅療養を支える私たちが一番の力になっていかなければいけないと思います。



林 中川 岩本 福地 蛭田 板垣

一笑懸命 ⑥

ケアタウン小平デイサービスセンター

～ 大切な人への思いは心に深く刻まれています ～

看護師 おおの あきこ
大野 晃子

私がデイサービスに来て早や4年が過ぎました。そしてここでの日々は笑いあり、涙あり。今回は、ここでいただいた心の宝の一片をご紹介します。

♪そこにあなたがいてくださることは何と素敵なこと
だろう(中略)

いつものように顔を洗う音 廊下を歩く足音
そんなことがうれしい そんなことがうれしい
あなたが部屋で本を読んでいる 何か書き物をして
いる
そんな気配がうれしい そんな気配がうれしい♪

これは月に一度、歌のボランティアに来てくださる方が、欠かさず私たちのリクエストに応じて歌って下さる歌詞の一節です。全てを包み込むような深く優美なソプラノの声、そして暖かなピアノの音色にスタッフまでもが思わず手を止めて聞き入る昼下がりの一と時があります。デイサービスに集う皆がこの豊かな心の歌を聞けることを、とても楽しみにしています。

「あなたがいてくださるということ。その存在こそが、かけがえのない宝物であるということ。そして幸せは何気ない日々の生活の中にこそある。」そんなメッセージを届けてくれるこの歌は私たちへの最高の応援歌なのです。そしてこの歌のように、何気ない生活の中での最高に幸せな出来事をおご家族に教えていただきました。Hさんは、長年デイサービスに通ってくださった笑顔の素敵なお利用者さんです。半身が不自由な上に、

物事を記憶することが、かなり難しくなってきました。次男のお嫁さんであるMさんに、心細やかな温かい介護を受けておられました。まるで本当の娘さんのようでした。

ある日、リハビリの先生がHさんに「MさんはHさんのどなたにあたりますか？」と質問をされたそうです。するとHさんは、「私の一番大好きな人。」と答えられたというのです。先生の求めた“次男の嫁”という関係性は答えらなくとも、Mさんにも私たちにとっても、世界で一番嬉しい答えでした。人の心の奥底にある一番大切な人への思いは、何があろうと、絶対に深く刻まれて、そこに確かに強くあり続けること、HさんとMさんの深い絆、そして思いやりと感謝の心を持つ素晴らしさ……あらゆることをHさんは私たち教へて一足早く旅立たれました。Hさんの言葉は今もMさんや私たちの心を温め続けてくれています。

ここは毎日が宝探しです。思いがけないところに幸せのかけらが散らばっています。それをキャッチできるように、こころを澄ませ、あの歌を心に響かせて、私たちは今日も歩きます。この度、未曾有の大震災がありました。その中でも、何かを得て、そしてより強く、賢くなって、きっとみんな乗り越えていける。そんな確信を日々ここで強くしています。そんな風に思わせて下さるデイサービスに集う仲間にとただただ感謝です。



歌／林さん 伴奏／西村さん



林 錦織 沼尻 谷川 大野

ケアから生まれたつながりが、新しい支えあいを育みます

ボランティア こうさき 幸崎 じゅんこ 順子

ケアタウン小平の中庭に入ると、サクラが終わり、ランタナの花が咲き始めています。周りは緑のカーテン、そこに建っているケアタウン小平。

耳を傾けると笑い声が聞こえてきます。吸い寄せられる様に中に入ると、スタッフの方に、優しい、そして、すてきな笑顔で迎えられます。

「おはようございます!」、「いつも、ありがとうございます」と。

5年前に夫が、短い間でしたがデイサービスセンターに通い、在宅では、クリニックの先生や訪問看護ステーションのナースの方々にお世話になりました。

夫が亡くなった1年半後に、ボランティアとしてケアタウン小平に来て、3年が経ちました。デイサービスをご利用されるみなさまやボランティア仲間、毎週会えることで、私自身が癒されております。

お話をしたり、ゲームをしたり、大声で笑うこともあり、そうすることで元気をいただき、その魅力に誘われ、ついつい長居をしてしまい、夕方までお邪魔をしています。スタッフの方々に、感謝です。

11時頃には、小さく、かわいいチビちゃんたち(4ヶ月~3、4才位)が、若いママと来てくださり、にぎやかな時間になります。

チビちゃんたちの声が、庭から聞こえたかと思うと、ご利用者のみなさんの顔が、うれしそうに、イキイキと目が輝いてきます。みなさん、ジイジとバアバになっています。

そのチビちゃんたちに、ボランティアの一人

が英会話教室を開き(30分位)、その時デイの空間は、アメリカの世界になります。

もう一つ楽しいことは、いつぶく荘の方が「紙芝居」を2週間に1度、きかせて下さるのです。チビちゃんたちは、ドンドン引き込まれていきます。それを見ているジイジとバアバの目は、優しい目です。

こんなデイサービスってあるのでしょうか? 本当です。すてきな所です。こんな居心地のいい場所で、ボランティアのみなさんの底力を感じ、私も微力ながら手伝わせていただいております。

また、私は現在ケアタウン小平遺族会「ケアの木」の世話人もさせていただいています。遺族の悲しみを分かち合い、つながりを持って、少しずつ支え合い「ケアの木」が大きくなって欲しいと願っております。

今年の4月から「ケアの木・サロン」と称し、第3木曜日の午後2時から午後3時30分ごろまで会員遺族が気軽に集えて、おしゃべりできる場所を開設しました。こういう場所もあっていいのではないのでしょうか。大いにご利用くださればと思っております。



<ケアスタッフの募集のお知らせ>

2011年6月時点

現在、『地域(在宅)で、最期までそのひとらしく』を支えるためのスタッフを募集しております。

★募集職種① 訪問看護ステーション…常勤看護師

② デイサービスセンター…非常勤看護師、非常勤介護士

<特徴>①は、在宅緩和ケアを積極的に行っている訪問看護 ST です。②は、要介護度の高い方や医療的な処置など手厚いケアを要する方の受入れを積極的に行っています。

詳しくは NPO 法人事務局までお問合せ下さい。(TEL) 042-321-5985

東日本大震災から3ヶ月余り、TVを通じて、今なお被災地で不便な生活を強いられている人々の姿を見るにつけ、精油の香りを彼の地に届けたいと思うアロマセラピストは私だけではないと思います。精油の香りに閉じ込められた様々な植物のエッセンスは、過度に緊張して疲れた心と体を柔らかく解きほぐしてくれるからです。

ケアタウン小平がオープンしてはや6年、NPOの文化事業部の一環として当初からアロマセラピーに関する活動を続けてきましたが、この年月のうちに、活動はさまざまな広がりを見せながら着実にこの場所に根付いてきたように思います。

ケアタウン小平では、火曜日と金曜日にアロマセラピーのサロンが開かれていて、二人のセラピスト（馬場・佐藤）が交代で施術を行っています。「病院に行くほどではないけれど、何となく不調」、「病は気からというけれど、気持ちが少し後ろ向き」等、毎日の生活ではよくあることですが、心と体の不調の波を自分で緩やかに修正していく、アロマセラピーで使われる精油の香りにはそんな自己回復力を引き出す力が備わっています。サロンでは、訪れてくださる方々の健やかな生活へのお手伝いを目指して活動をしています。緑豊かなケアタウン小平の中で優しい音楽と植物の香りに囲まれ、五感をゆったりと休ませてくれるひとときを共有することは、セラピストにとっても学ぶことの多い実りのある経験です。

一方、ここから発信していく活動もあります。最初はボランティアや地域の方を対象にした「ア

ロマセラピー」を紹介するワークショップから始まり、続いて簡単なアロママッサージの講習会や、精油を使って香りを楽しむアロマソープやバスソルト作りへと発展していきました。

応援フェスタやクリスマスの時期には、日常的につながりのある近所の子供たちに全面的に手伝ってもらいながらバスソルトやアロマソープを作っています。その上「とてもいい香りだったから、また欲しいわ」等の嬉しい言葉でリクエストをいただくことも多く、今ではコンスタントに年に数回の石鹸作りのワークショップを行なっています。手作りで完成まで二、三ヶ月を要するため、一度に大量に作ることは出来ませんが、その都度多くの方に手に取っていただけるのが作り手としては大きな励みになっています。

このようにセラピストが関わりながらの活動とは別に、デイサービスセンターでは利用者の方々へのマッサージには精油を日常的に使っていますし、庭先のハーブがおやつのお皿にさりげなく彩りを添えることもあります。植物の香りがケアタウンの日々の営みの中に当たり前のように溶け込んでいる毎日は、アロマセラピーの理想とする情景でもあります。

植物の香りには、生命の計り知れないエネルギーが閉じ込められています。ケアタウン小平ではそのエネルギーを受け取りながら、関わる人々がいつも生き生きと過ごせたらいいなと思っています。



30分と60分のコースがあります。



金曜担当：佐藤 火曜担当：馬場

2010年10月10日(日) ケアタウン小平応援フェスタ2010

2年ぶりに開催となった応援フェスタ。
前日の大雨がウソのように晴れわたる空の下、
おとなも子どもも一緒になってフェスタを楽しみました。



お菓子班の作るクッキーやケーキ、
和菓子は、愛情たっぷり！
抜群の味と豊富な種類で、今年も見事に
完売でした。



今年は遺族会「ケアの木」のみなさんも
参加してくださいました。



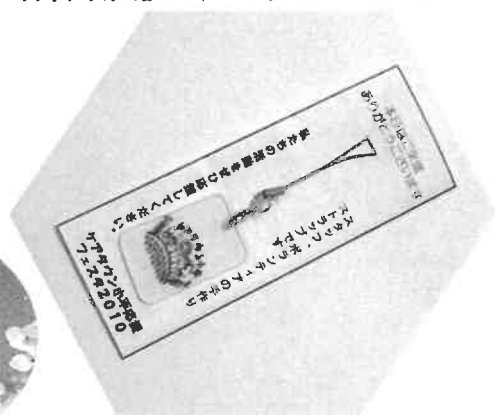
掘り出し物満載のフリマ班も大盛況！



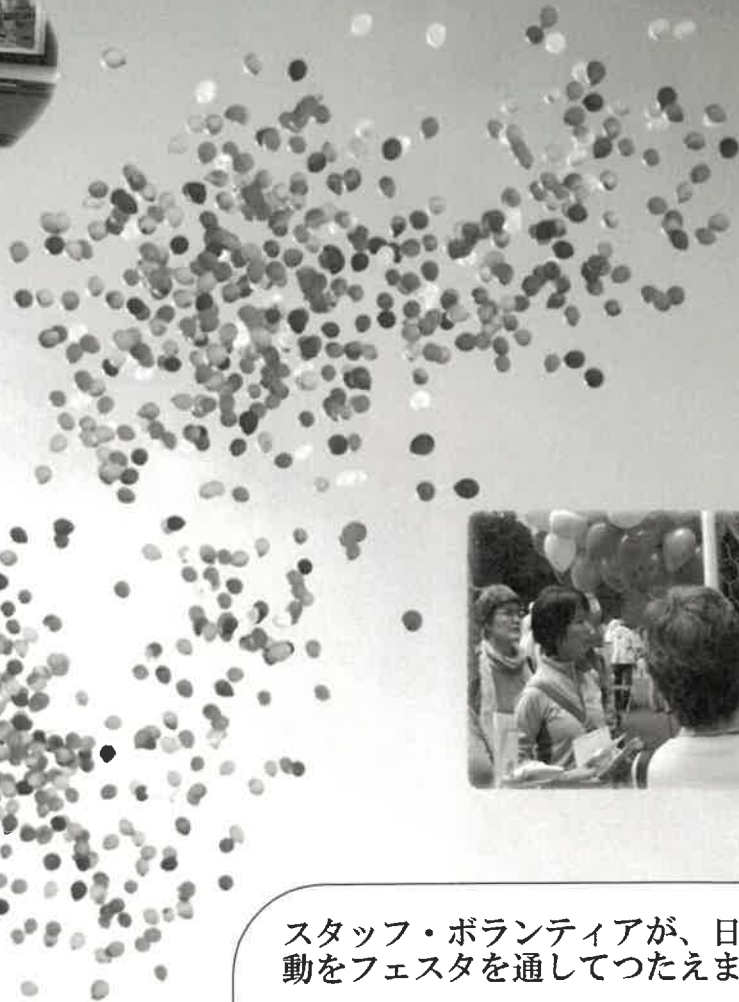
「コール・メルコルディ」と
「鈴木の森合唱団」の音が響きわたります。



苔玉やベゴニアのハンギング・バスケットも。



スタッフとボランティア手作りの
ロゴ入りストラップです。



想いつながれ！
バルーンリリース



スタッフ・ボランティアが、日々の活動をフェスタを通してつたえました。

ケアタウン小平の活動を知ってもらい、地域在宅ケアに関心をもってもらえたり、安心を届けられたらうれしいです。
ひとりの手は小さいけれど、みんなの手と手をあわせて、応援しあえば「住んでよかった」と思える地域になるのではないのでしょうか。
そのようなお手伝いができるよう、関係者一同これからもがんばります。

感謝を込めて

～本当に苦しい時、助けになるのは絆です～

㈱クロスケア ケアタウン小平ヘルパーステーション

ケアマネージャー 田口 亮子^{たくち りょうこ}

東日本大震災で被災された方々に心からお見舞い申し上げます。クロスケアのヘルパーさんの中にも被災地からご親族を引き取って同居されている方が何人かいらっしゃいます。それでも、いつもと同じ様子で仕事に励んでいらっしゃることに感銘を受けます。

どこで働いていても、ヘルパーさんたちもケアマネージャーも人のお役に立ちたいという思いを持っています。小平市の研修に出た際ケアタウンで仕事をしているということで他事業所の方たちの憧れと好奇心のまなざしを強く感じました。皆様お察しのようにクロスケアではケアタウン小平クリニックのご利用者様と関わらせていただくことが多く、差し迫った具体的なニーズにお応えできるため、心のこもった感謝の言葉をいただくことも多いのです。ケアマネ冥利(みょうり)に尽きると言ってもいいかもしれません。

ここケアタウン小平という場所で私の人生の丁度この時期にケアマネージャーという仕事をさせて頂いたことも、何か不思議な力の働いためぐり合わせのような気がします。人生のこの時期、というのは、夫が逝ってしまった時期ということでした。人と人の絆について四六時中考えていた二年間でした。幸運だったのは、一人で考えなくてもよかったことです。まるで神様が試練の時期に合わせて私をケアタウン小平のような場所にポンと配置してくれたようなタイミングです。

仕事を通じて様々な方にお会いすることができました。この仕事をケアタウンですしていたからこそ、ご縁のあった方々。ご利用者様やご家族様のそれぞれのドラマやお人柄に触れさせていただ

て有難かったです。ご病気の方を訪問して私の方が洗い清められたように力をいただくことが何度もありました。不思議なことです。

人が本当に苦しいとき、人との絆だけが助けになるのかもしれない。そのことをいつも心にもっていれば、とても良い人生が送れるのかもしれない。でもたいていの人は聖人君子ではないし、自己中心的になってしまいます。ケアタウン小平ではいつでも看護師さんやデイの職員さん、ボランティアさんやお医者様たちだって人との関わり方を勉強されています。

チームケアという言葉があります。クロスケアがケアタウンにあることで私たちも一緒に学ばせていただけます。チームの方々と一緒に学び、ご利用者様やご家族様と関わっていく過程で私自身もいやされてきました。

ケアタウンには善意があふれています。ヘルパーステーションのヘルパーさんたちも善意にあふれています。善意は相乗効果で広がっていきます。これからも出会いを大切にしていきたいと思



歌川 藤山 高橋 田口 對馬 加藤

みゆき往還 ⑥

～同じ考えをもって取り組む人との出会いに喜びを感じます～

(有) 暁記念交流基金

代表取締役 長谷 方人^{はせ かつひと}

圧倒される自然の力の中で、庭の大きなケヤキがある日一斉に緑の葉を伸ばし始め、ケアタウン小平にもまた春が巡ってきました。ここを開設して5度目の春です。昨年秋には、新しい“店子さん”として一般財団法人草の根事業育成財団が

ここに事務所を置き、その事業が始まっています。詳しくは <http://www.kusanoneikusei.net> を閲覧していただくと幸いです。

ケアタウン小平は、開設以来もうすぐ6年が経ちます。この間、日本各地から訪問者もありまし

た。ある企業の企画担当者は「ここをモデルにチェーン展開しないんですか」と商談？ さながらに声を掛けてこられました。一つ目をモデルにチェーン展開していくというビジネスの発展形は理解できますが、その手法はたしかにコミュニティを形成していくにはあまり実効性があるとは考えていませんでしたので、商談にはなりませんでした。

一方で、ある地方からこられた医師は「地元で、ああだこうだと計画を立てていたらこの取り組みにつきあたり、計画を実行に移す前に直にこの目で見えて話を聞きたいと考えて来ました」とビジネスパートナーになる予定だという地元の医療生協のコンサルタントを帯同してこられました。とてもうれしい思いをしたものです。ここでの取り組みが参考になると評価されたこともそうですが、自分たちの仕事を通して気づいた問題をまず自分たちの周りにある社会資源を活用する「つながり」で解決していこうという同じような考えを持つ人が、そこにもおいでだったという喜びでした。

ここケアタウン小平は、其々の事業を展開する各事業所が自立と責任において提供するサービスを向上させながら、それを必要とする地域の人々に適時上手に届けられること。さらに、サービスを受け取る人にとって必要なサービスを組み合わせ

せ、足りないところは他から助力してもらう。助力がすぐに見つからなければその仕組みを作り出していくくらいのチャレンジ精神を発揮して、様々な困難を抱えている人が、背負いきれないほどの荷を担ぎ続けなければならないようなことが少しでも減るように働き続けてほしいのです。ここが、人の行き交いに障壁の低い、時に力を貸せることは貸し合いながら、生活する互いを排除しない、緩やかでしなやかなコミュニティをめざす限り、その展開と継続に参画することを使命として、それを実現するための基盤を担い続けたいと考えています。



長谷方人 郁子 公人

～ ケアの木 情報 ～

遺族会ケアの木も、設立から三年近くがたちました。会員数も増え、現在100世帯ほどが会員となっています。

平成23年4月から新たな取り組みをはじめました。

それは、『ケアの木・サロン』です。

ケアタウン小平のアトリエで、会員同士がお茶やお菓子を楽しみながら、近況を話しあったり、楽しいおしゃべりをしたり、時には泣いたっていい、そんなサロンが開催されています。

毎月第3木曜日 14:00 から 15:30 頃まで

(8月、10月、12月を除く)



5月24日
第3回遺族会
(総会)

34名の会員が参加しました。前半は、グループ別の話しあい、後半は山崎 Dr.の講演が行われました。

会員のみなさん、お気軽にお越し下さい。

世話人が毎回笑顔でお迎えます！

緊張の中での初めてのサロンの日。

訪ねてくれた会員と楽しいひととき



日野原 重明 「いのちを語る」

聖路加国際病院 理事長

<日時> 平成23年12月1日 木曜日 14:00~16:00 (開場13:30)

<場所> 武蔵野市民文化会館 定員 1300人 (全席自由)

<内容> 日野原 重明 氏講演、日野原 氏と山崎医師との対談

<参加費> 3,000円

日野原先生は今年10月4日で100歳になります。記念すべき年に講演が実現することになりました。

より良く生きるための人生のエッセンスが、楽しく、明るく、深くお聞きできるものと期待しています。お誘いあわせの上、ぜひご参加ください。

<参加申込み方法>

必要事項と「講演会希望」とご明記の上、ファックス、郵送またはEメールでお申込み下さい。

郵送の場合は、80円切手を必ずご同封下さい。折り返し、参加費の納入方法をご連絡します。

必要事項：①お名前(フリガナ) ②郵便番号 ③連絡先ご住所(ご自宅又は勤務先)

④お電話番号/FAX番号(ファックスでお申込みの方は必ず) ⑤ご職業

申込み先&問い合わせ

聖ヨハネホスピスケア研究所 講演会受付係 〒184-8511 小金井市桜町1-2-20

FAX042-380-7826 (24時間) / TEL042-380-7820 (平日13時~17時)

Eメール: inotiwokataru2011@yahoo.co.jp 期限 平成23年11月11日(金) 定員締切り

※ご記入の個人情報は本件に関する事務手続きの他、当研究所の行事案内に使わせていただきます。行事案内がご不要な方は、お手数ですがその旨をご記入下さい。また、調査研究の為、個人を特定できない統計情報の形で利用させていただく場合がございます。

コミュニティケアリンク東京の活動にご協力ください

当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 〇九店(ゼロイチキウ店)

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～

・4月、小学生の時から遊びに来ていた、近所のSさんとYさんが、入学式の前に高校の制服を着て、私たちを訪ねてくれました。震災後のこんな時だからこそ、なおさら彼女たちの成長はまぶしく輝いて見えました。(N)

・震災後、人生の見方が少し変わりました。以来、断舍離に励んでますが、なかなか難しい…でも頑張ります。(O)

・今度の大地震で人との絆の大事さを改めて痛感しました。地域で、お年よりも、小さな子どももケアしていこうというケアタウン小平の存在がこれからますます光ってきますね。(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