

# シルバーせたがや

Vol.149

2017.春号



- ・ 憂てずに ゆっくり しっかり 油断なく
- ・ 気の緩み 慣れと油断が 事故招く
- ・ 健康は 気力体力 自己管理

———— 平成 29 年度「安全標語」入選作品

## ★★ 目 次 ★★

2P~3P…平成 28 年度 当センターの活動報告  
4P~5P…平成 28 年度 仕事別グループ交流会議  
「グループ化のメリット、女性の就業域拡大」／  
2 年次会員研修「求められる 接遇マナー」／  
発注者訪問実施／  
あしたかサロン便り「クリスマス パーティー」  
6P…安全委員会からのお知らせ  
安全標語入選作品発表／シルバー傷害保険対象・  
事故一覧／「通学路児童見守り」が会員増作戦へ

7P…会員のページ  
趣味はタンスの肥やしのリフォーム／紅葉の鎌倉史  
跡巡りを実施／東京マラソン祭り 2017 に参加／  
組長交代ニュース  
8P…事務局だより(さわやか相談・事業実績・  
定時総会開催予定のお知らせ／  
植木の技能研修会 参加者募集／  
／同好会会員案内



28年度の実績を報告し、新年度に向けた計画をお知らせします。

## 運営委員会

清宮 茂光

センター事業を円滑かつ効果的に推進するため、理事会のもとに置かれた委員会です。①地域組織・会員部会、②広報・広聴部会、③就業適正化部会、④女性活動推進部会の4部会が、調査・審議を行った事項や懸案事項を当委員会で審議・調整し連携して活動しています。

### ◆平成28年度活動実績

- ①役員研修（7月25日：用賀ワークプラザ）
- ②「せたがやふるさと区民まつり」で、当センターのP R活動（8月6日・7日：馬事公苑）
- ③理事による発注者訪問（9月5日～11月16日）

④「いきいきせたがや文化祭」へ参加

(10月26日・27日：区民ホール)

⑤「就業感謝のつどい」開催

(11月18日：成城ホール)

⑦「仕事別グループ交流会議」開催（2月22日）

### ◆平成29年度の活動計画、目標

- ・平成30年度開催予定の「当センター設立40周年記念行事」の準備活動
- ・「仕事別グループの実情調査」・「就業マニュアル集」の作成準備
- ・会員（特に女性会員）増と女性会員の就業職域拡大への取組
- ・安全委員会、4つの部会、事務局との連携強化。

## 地域組織・会員部会

大崎 秀男

センターに入会すると、居住地域の組織（組・班）の一員として登録されます。各会員が、就業あるいは地域の会員交流や諸活動を通して、充実した日々を過ごせるよう、研修会開催や、諸問題の改善、解決を図ることを目的とした部会です。

### ◆平成28年度活動実績

- ① 居住地域での会員同士の交流を盛んにするため、組織の諸行事、活動支援の有り方の改善等を検討。  
地域組織が発展すれば、組単位で仕事を受け、会員の諸事情を配慮した就業配分も可能になる。  
高齢・独居所帯が増える中、互いに支えあい繋がりを持って活動すれば、地域社会貢献にもなる。
- ② センターの理念、運営指針、現状の課題等について理解を深められるよう、各種の研修会を開催。

研修会参加により、会員同士の情報交換や、諸問題への自分の意見や提言発表もできる。

研修時に、臨床医による「三途の川の渡り方」の講演を実施。人生訓として好評をいただいた。

### ◆29年度の活動計画、目標

- ・ 地域組織の維持、育成に努めたい。現在、地域組織は15組、117班の構成で運営されているが、組織の維持・発展には、新陳代謝が必要。組長・班長の任期は、原則1期2年、3期までとなっている。

班長は広報紙の配布と共に、会員の相談や意見をセンターに伝える役目があり、班単位の活動も可能である。組長は地域のイベントの主催者として、様々な活動ができる。

★班長・組長の活動も体験してみませんか。地域の仲間との繋がりも大きく広がります。

## 広報・広聴部会

木村 万紀子

広報紙「シルバーせたがや」（年4回発行）やホームページを通して、センターおよび会員の活動状況やイベント情報を、会員や発注者様等へ伝える役目をしています。

### ◆平成28年度活動実績

- ①定期総会、様々な研修会、ふるさと区民まつり・せたがや文化祭・就業感謝のつどい等のイベント情報の告知や開催レポートを広報誌で提供。
- ②変化する社会情勢に応じて、当センターに期待される役割や新分野の職種の動向、変化に対応する組織の改編、地域組織（組・班）の新しい動き等

を適宜こまめに提供。

③各職種の就業ルポやボランティア体験記、趣味の世界紹介等で具体的な活動や思いを伝え、会員どうしを繋ぐ媒体の役割も目指している。

④「就業感謝のつどい」等で、就業活動状況を写真パネルで展示し、センターのP Rに努めた。

### ◆29年度の活動計画、目標

- ・インターネット活用が普及し、当センターのホームページも年間2万件余のアクセスがある。

広報紙よりも早くイベントや募集情報を見ることができる。会員の疑問に答えるQ & Aも充実している。ホームページの活用を促進したい。



## 女性活動推進部会

土屋 信三

女性会員の増加と就業職域の拡大を重要な目標として、家事援助を中心に、より幅広く女性会員の活動の支援を推進しています。

### ◆平成28年度活動実績

- ①「あったかサロン」の地域定着・拡大。平成28年度（4月～29年1月末）の利用者数は、1,170名で、昨年度より約200名増。
- ②「支えあいサービス」開始への対応で、協力会員を地域別に集計。家事援助新人研修会や地域活動懇談会等で協力会員の登録を勧誘。29年1月末で協力会員登録数は291名。
- ③女性会員増と就業分野拡大を目標に活動。29年1月末で女性会員数は965名。
- ④その他の活動

昨年8月、29年2月：「みのり通信」を発行  
9月：催事「布ぞうり作り講習会」開催  
10月：窓ガラス清掃（換気扇）研修会開催  
11月：一般研修会「世田谷美術館鑑賞会」開催  
12月：「支えあいサービス研修会」で「老いてからの医療とのつきあい方」講演を実施

### ◆29年度の活動計画、目標

- ・「あったかサロン」の新設。29年10月以降の用賀ワークプラザ改修による休館対策。
- ・介護保険法改正に伴う総合事業（介護予防・日常生活支援）への対応に関する調査検討。
- ・女性会員増と就業機会の確保、就業職種の開拓。



## 安全委員会 橋本 誠

会員の健康と安全に関する事項を検討し、対策を推進する委員会です。安全を最優先する基本理念のもとに「安全基本計画」を策定し、安全のための組織体制・事故防止措置・安全教育・安全意識の普及啓発等に努めています。

### ◆平成28年度活動実績

- ①センター主催の会合・イベント等で「安全就業情報」を提供。
- ②シルバー傷害保険対象事故発生時は、委員が直接本人に会い現場検証も行って事故の要因を分析、広報紙に掲載して会員への周知を図ってきた。
- ③9月～10月、主に屋外就業の職種を選定し安全パトロール調査を実施。

### ◆29年度の活動計画、目標

- ・財団・第4ブロック等の「安全講習・研修」に参加した成果を、当会員へ提供・周知に努めたい。
- ・事故の要因の4M（Man：人的、Machine：設備的、Media：作業環境的、Management：管理的）分析を徹底し、結果を広報紙に掲載。事故防止に活用したい。
- ・各職場への安全パトロールを強化。都の自転車安全利用条例が改正され、安全で適正な利用の啓発に努め自転車事故の撲滅を推進。

### ★事故・トラブル発

生時に敏速に対応するため、就業時には「緊急連絡カード」を携帯してください。



## 就業適正化部会

本田 牧夫

未就業会員の就業促進、4回ルールの公平な運用等、「第4次就業改善推進計画」に沿って、就業の拡大・公平化・適正化を具体的に推進しています。

### ◆平成28年度活動実績

- ①「未就業会員の意向調査」を実施。就業希望者は「さわやか相談」や事務局の窓口への来訪を促すはがきを送信。未就業者の削減を推進。
- ②「4回ルール」の周知徹底と公平な運用の促進を図った。毎年更新される年間契約の就業には、更新上限を4回とする「就業の適正化に関する基準」

がある。

- ③「仕事別グループ」設立の促進を目指して、職種ごとの研修資料やマニュアルを収集、グループ化の成熟度の調査を行っている。

### ◆29年度の活動計画、目標

- ・「未就業会員の意向調査」の回答率が3割弱なので、回収率アップや未回答者への対策を検討。
- ・「4回ルール」の趣旨が運用に活かされているかを点検し、会員への更なる周知を徹底する。
- ・承認されている「仕事別グループ」は4組、定期会が開催されるのが6組なので、各グループの会員や担当職員から精細な実情調査を実施したい。



## 平成28年度仕事別グループ交流会議

# グループ化のメリット、女性の就業域拡大

2月22日午後、本部会議室で第5回仕事別グループ交流会議が開催され、15組の職種代表28名、役員一同、事務局職員4名が参加しました。

現在仕事別グループとして認められているのは、会長承認済みの4職種と、定例会開催等でグループ化しつつある6職種です。今回は、グループ化の可能性がある5職種を加えて、15組（右表参照）の代表に出席していただきました。

会長から「就業規約に基づき、自主・自立の精神で会員が就業活動を続け、仕事別グループの組織化促進と、女性会員の職域拡大を図ってほしい」と挨拶がありました。

常務理事より、次のようなグループ化の必要性やメリットの解説がありました。

「仕事別グループができれば、会員の交流ができ、グループ内でマニュアル作成や研修会開催等により仕事の完成度や発注者の満足度が向上する。グループ化が成熟すれば、センターと連携しながら、仕事の受注・人選・契約締結・就業報告書提出までグループ内で行うことも可能である。それにより、会員の連帯意識の高揚、センター運営の効率化が図られる」。

会長承認済み	定例会開催等	未グループ化
①家事援助	⑤シルバーパス(更新)	⑪マンション清掃
②自転車(指定管理)	⑥(自転車等)整理誘導	⑫公園清掃
③植木	⑦ポスター(掲示)	⑬施設管理
④除草	⑧襖・障子貼	⑭施設清掃
	⑨家具転倒防止(器具取付)	⑮児童見守り
	⑩(損保ジャパン)美術館管理	

以降、会議での発言を、時系列で紹介します。

### ◆グループ化のメリットは何ですか？

**家事援助**（原田氏）：年度末に全体会を開催し、自由な意見交換を行っている。4名のコーディネーターが、全体の取りまとめ役となっている。

**除草**（広田氏）：高齢化で手入れができる家が増え受注が増大している。グループ化で複数会員就業になりクレームが減り、受注から就業までの期間が短縮され、お客様の満足度はアップしている。

**自転車**（米屋氏）：センターと駐輪場管理センターの密接な連携で、全体の総括管理ができ、発注者の区に対し、均一な駐輪場管理・事務を提供している。

**植木**（菅野氏）：区内21ブロックごとに地域リーダー

## 2年次 会員研修 求められる 接遇マナー

1月12日三茶しゃれなあと、31日烏山区民会館で、「会員としての接遇マナー」をテーマに入会2年次会員研修会が開催され63名が参加しました。

会長の挨拶は「時代の変化に合わせた組織運営を継続するため、職員研修、2年次・5年次研修、役員、組長班長研修を体系化し実施している」。

副会長からは「接遇マナーは、会員が就業の場で求められる〔自覚や配慮すべきこと〕であって、他人との繋がりを大切にし、発注者との信頼関係を築いていくために重要である」。他に、就業機会確保の活動、安全就業、健康管理等について、幅広く事例を交えた講話がありました。

続いて、「就業体験の感想、今後の抱負」のテーマでグループ討議が行われ、様々な職種の会員の就



▲三茶しゃれなあと（グループ討議中）

業体験に基づく感想が披露されました。

出席者アンケートでは、会員の考え方や意見が参考となった61%、互いに交流を深めることができた25%、お互いの知識や経験、情報を共有できた25%との感想をいただきました。

がいて、年間約2,300件の受注をこなしている。毎月1回リーダー会開催、技能訓練も定期的に実施。技能職なので、5人の審査員による会員のランクアップも行う。グループ化で受注・人選・契約締結・就業報告書提出まで実施している。

**シルバーパス**（伊藤氏）：5月にリーダー選出を行い、就業者全員に仕事内容、お客様への対応等をミュレーション式研修で2回ずつ実施している

**整理誘導**（千葉氏）：8か所に56名+巡回アドバイザー6名が就業。3月に接客マナー研修を行っている。2年前マニュアルを作ったことで問題発生が減り、職場の違いも均一化されてきた。

### ◆女性の就業職域拡大の可能性はどうか？

**児童見守り**（高野）：男女の特性は異なるが、能力差はない。元気な高齢者を沢山動員できるセンターの組織は、すごい財産だ。児童見守り就業は、地域と繋がり、生活にリズムができる健康になる。

**施設管理**（渡辺氏）：業務内容では女性の就業に問題はない。夜間一人で10時まで就業するので安全面が心配。緊急時の連絡網等を作る必要がある。

**施設管理**（山岸氏）：現役時代の役員風を吹かす人や、身だしなみ、セクハラ発言が女性には不快。

**襖・障子**（山田氏）：技能職で、搬入・搬出作業が

伴うので女性は入りにくいだろう。都の職業訓練場に通ってから入会ください。会員増は大歓迎。

**会長**：各地のセンターは、組織として女性会員訓練を行い、紙貼りや棧を洗う等、女性が混じって作業している例がたくさんある。

**ポスター**（前田氏）：19名の男性が700箇所の掲示板を受け持ち、3名（2名は女性）がポスター仕分けをしている。担当地区を小さくすれば女性も就業可能。2か月に1回、意見交換会を開催。

**家具転倒防止**（今村氏）：1級建築士の技術があれば女性も可能。発注が減少気味で現6名で十分。

**公園清掃**（小倉氏）：トイレが少ないのが女性には辛いのでは。

### ■土屋女性活動推進部会会長の要望

昨年、男女差・体力・時間的制約・安全等の問題で女性への配慮をお願いしましたが、女性側にもリーダー役や、屋外の仕事や技術が必要な仕事にも積極的に取り組む、意識改革が必要と思います。

女性の特性を理解し、参加しやすいよう仕事への対応、シフトやシェアの仕方等を検討いただけるよう要望します。

**■青山事務局長の講評**：仕事別グループは、環境・条件が異なり、各々がふさわしい形を作っていくべきで、それが事務局の効率化や仕事拡大に役立つはずです。グループは組織の活動単位であり、「自主・自立・共働・共助」の実現手段です。

女性の職域拡大についても、女性会員自身の取組の自覚、同僚男性会員や発注者の意識・理解、トイレや安全の問題等の具体的な課題の解決に向けて、今後に役立つ議論ができたと思います。今後、それぞれのグループがグループ作りと共に意識してこれらの点も少しずつ進めていただきたい。

### 発注者訪問を実施

9月5日～11月16日、例年のように58か所の就業先を理事が訪問し、センターや就業会員への要望や評価、発注拡大の可能性等をお聞きしました。

訪問先の苦情や相談ごとは事務局担当者へ伝えて迅速に処理がなされ、就業拡大に繋がる「新設駐輪場・公園」等の情報も得られました。

就業への評価は93%が好評でしたが、一部の会員に問題があるということで、マニュアルの整備・業務内容の周知徹底等の要請がありました。

### あつたかサロン便り クリスマス パーティー

12月20日、用賀ワークプラザで、サロンのお客様やボランティアの方など36名が参加してクリスマスパーティー(12時～15時)が開催されました。

お寿司やサンドイッチ、おつまみ等を前に、竹内会長の挨拶と乾杯で始まり、全員参加で連想ゲーム、続いてbingoゲームでプレゼントの抽選と盛り上がり、あちこちに歓談の輪も広がりました。

女性活動推進部会で10月からパー



ティーの企画を練り、開催のチラシを作り配布。限られた予算と有志の寄付等を財源に、知恵を絞って最大限に豪華なメニューとプレゼントの準備をし、事務局の支援も得ながら、開催にこぎつけました（角屋）。

# 安全委員会からのお知らせ

## 平成29年度「安全標語」入選作品

テーマ① 転倒・墜落・転落事故防止  
優秀作

慌てずにゆっくりしつかり油断なく

川名 亨子

佳作  
心しよう！自信と過信は紙一重

斎木 誠

テーマ② 慣れによる行動  
優秀作

気の緩み 慣れと油断が事故招く

中島 義之

佳作  
安全は確認 余裕(ゆとり)の二重奏  
テーマ③ 日々の健康管理

広瀬 進

健康は 気力体力 自己管理  
佳作  
健康を常に自覚し自己管理

平塚 郁太朗

体調を 佳作  
永光 省三

## 平成28年度 シルバー傷害保険対象・事故一覧（前号掲載以降 2月末現在）

月日	性別	年齢	発生区分	就業内容	事故発生状況	傷害内容	入・通院日数
8/3	男	68	就業途上	駐輪場管理	自転車で現場に向かう路上で、前輪が落ちていた細かい砂利で滑り、バランスを崩して転倒	左肋骨骨折	通院3日
8/20	女	75	就業途上	マンション清掃	就業先に徒歩で向かっていたとき、道路の窪みに足を取られ転倒	右肩、右ひじ剥離骨折	通院見込30日
9/8	女	79	就業中	園内清掃	園内連絡口の床が濡れていて滑りやすくなっていたため、転倒	手首、顎骨折	入院11日、通院10日
9/25	男	78	就業途上	庭園管理	自転車で園内の控室に行く途中、犬の散歩中の方を避けようとしたら、濡れ落ち葉でタイヤが滑り転倒	左膝蓋骨骨折	通院6日
10/18	男	69	就業途上	代官屋敷清掃等	自転車で現場に向かう途中、前方確認せずに運転。十字路で相手方の自転車後輪と接触して転倒	左橈骨骨折	通院8日
11/9	男	76	就業中	小田急第1駐輪場	就業中、清掃道具を持って石の階段を下りる際、バランスを崩し、かかとで躊躇転倒	頭部挫傷	通院5日
12/22	男	80	就業途上	小田急祖師谷大蔵第2駐輪場	合羽を着て自転車で帰宅途中、工事車両の横をすり抜けようとしたらバランスを崩し同車両に左肩をぶつけ転倒	左肩腱板部損傷	通院見込20日

### 「通学路児童見守り」が会員増作戦へ

2015年4月から始まった「城山小学校児童見守り」就業は、少子化による学校の統廃合の増加→通学路の変更・遠距離化で生じた新規の職種です。

昨年秋、北沢地区での同様の発注を受け、受注拡大の可能性が出てきました。通学路見守りは、午前1回、午後2回と3回の就業時があり、交代要員を含めると多数の就業者が必要になってきます。

就業希望者を募集しましたが必要人員が確保できず新たに会員増対策を実施することになりました。

「センターの会員募集」と「通学路児童見守り募集」を表裏に刷ったチラシを制作し、近隣の8

つの郵便局に有料でチラシを置かせてもらう作戦を実施。さらに、該当地域の梅丘・北沢組（村上組長）、松原・松沢組（下山組長）、三軒茶屋組（田村組長）の協力で、約1万枚のポスティングを実施できました。

その結果、入会者の希望職種に「児童見守り」をあげる人や北沢地区在住の方が増え、必要人数も確保ができました。

配布したチラシ





### 趣味は、タンスの肥やしのリフォーム

下馬・上馬組 山本 美代子

趣味？いえ、暇つぶしでしょうか。若い頃愛用していたタイトスカート等がたくさんあります。縁あって自分のものになったと思うと、断捨離ができません。そこで、リフォームを考えました。

スカートの裾部分を切って2本の紐状のものを作り、残った裾部分は縫い合わせて角をつけ、バッグの底部分にします。2本の紐をスカートのベルトの前部分、後ろ部分にそれぞれ通してバッグの持ち手にすれば出来上がり。約3時間で完成。

ジーンズのズボンの股上部分を切って縫い合わせ、腰部分の貼ポケットを活かしたバッグは、すてきだ

と目にとめてくれた方の縁で、「NHKのおしゃれ工房」で作り方の動画が放映されました。

裏地が付いていないジーンズは、細工が簡単なのでお勧めです。刺繡が入った帯も、上品で豪華なバッグに変身できますよ。



いきいき文化祭に出展した作品

### 紅葉の鎌倉史跡巡りを実施

上野毛・深沢組 吉川 達興

鎌倉に魅せられ、より深く知りたくなり、観光文化検定試験に挑戦。難関の1級に合格してガイドを



始めました。

12月2日、「上野毛・深沢組」会員の親睦を目的に、私のガイドで紅葉の鎌倉史跡巡りを実施。会員有志23名が、覚園寺、鎌倉宮、永福寺跡、瑞泉寺、荏柄天神社と巡り、古都鎌倉の紅葉を楽しみました。

古刹の建立目的や歴史的な伝説や逸話、数々の仏像の特徴、そしてひっそりとたたずむ伽藍と、それを取り巻く樹木の紅葉とのコントラストは、見応えがありました。鎌倉の武家政権が作りだした文化や精神は、日本文化の発展に極めて重要な役割を果たしています。

また機会があれば、会員の皆さんと鎌倉・その文化に触れ、楽しい思いを共有したいと思っています。

◀覚園寺山門前

### 東京マラソン祭り2017に参加

用賀組 徳丸 正典

晴わたった青空の下、今回で2度目のボランティアに参加です。

今年はコースが変わり、両国の江戸東京博物館の特設ステージ周辺に12時30分集合ということで、この一帯が当センターの活動場所でした。作業内容は、来場者の誘導や、ごみの分別等でした。

4時30分までの活動で、観客の方々から、多くの感謝の言葉をいただき、自分が健康である限り、ボ



ランティアを続けたいと思いました。

仕事の終了時には、ボランティアに参加したセンターの皆様と記念写真を撮り、解散いたしました。

#### 組長交代ニュース

新年度を迎えるにあたり、2組の組長が交代します。

用賀組	吉川 清治 氏 (新)	齋藤 齋 氏 (旧)
祖師谷・成城組	大西 一孝 氏 (新)	石川 智英 氏 (旧)

# 事務局だより

## ★会費納入のお願い★

平成27年度及び28年度の会費(年1,000円)が未納の方は、早急に宮坂本部または烏山支部へお納めください。

## 就業についてのご相談

- ◆理事による「さわやか相談窓口」は毎月第2月曜日に行われます。  
※(祝祭日と重なっている場合は翌日)

### 4月～6月

- ・4/10(月)・5/8(月)・6/12(月)
- ・開設時間：10～12時 13～15時  
(あー人の相談時間は30分以内です)
- ・場所：宮坂本部
- ◆事務局窓口では、時間内にはいつでも相談できます。



## 植木の技能研修会 参加者募集！

- ☆植木の手入れに 관심がある方
- ☆剪定ができるようになりたい方

ぜひ、この機会に体験してみませんか。植木の就業のチャンスにもなります。

- ◆研修予定日：6月7日(水) 9時～14時 ★雨天の場合は翌日
- ◆研修場所：世田谷区上用賀
- ◆募集人数：5人ぐらいい
- ◆服装：作業着(汚れてもよい長袖・長ズボン)、地下足袋(運動靴も可)、帽子、軍手
- ◆準備する道具：刈込バサミ・木バサミ★道具がない人には貸出します※申込時に、貸出希望を伝えること
- ◆連絡先：事務局 ☎3426-9211 小板橋まで
- ★申込期限：5月19日(金)



## 世田谷区シルバー人材センターの楽しい広場

### 同好会会員案内

入会希望者は連絡先の担当者にご連絡ください

#### ◆シルバーボウリング同好会

- ・場所 オークラボウル
- ・毎月第3金曜日 午後4:30～活動
- ★連絡先 鈴木尊康 ☎090-2175-4615

#### ◆囲碁同好会

- 囲碁の好きな方、実力無関係です。
- ・場所 宮坂区民センター 2階 和室
- ・毎月 第2火曜日と第4土曜日 午後1時～5時
- ★連絡先 田村 進 ☎090-7856-3519

#### ◆植物研究同好会

- 草花・低木の手入れ管理、実習など。
- ★連絡先 前澤一福 ☎090-7417-7420

#### ◆ゴルフ同好会「けやき会」

- ・年4回 コンペを開催。
- ★連絡先 田村 進 ☎090-7856-3519

#### ◆カラオケ同好会

- ★連絡先 (松陰神社) 辻谷 ☎3303-4212
- (船橋) 佐藤 ☎3483-0203

#### ◆社交ダンス同好会

- 「いきいきせたがや文化祭」出演予定
- ・場所：宮坂区民センター 3階 中会議室
- ・毎週月曜日 午後6時～8時30分
- ★連絡先 西村光代 ☎3420-1007

## 配分金振込予定日

配分金振込みは支払日に指定口座へ入金されますが、給与振込みと違い、全ての口座へ午前中に入金されるわけではありません。ご了承願います。

- ・3月 14日(火)
- ・4月 14日(金)
- ・5月 17日(水)
- ・6月 14日(水)

