

会報



よろこび

第91号

発行 茨城よろこびの会

<http://www.ibasouken.org/yorokobi.html>

平成 30 年 1 月 1 日発行

謹んで
新年のお慶びを
申し上げます
成



柴犬（リキ）オス・2歳（会員 清藤宅愛犬）

新年のご挨拶

会長 飯田 則子

明けましておめでとうございます。お正月はどのように過ごされましたか。今年一年が皆様にとりまして穏やかで健やかにありますようお祈りいたします。

近くの市民センターでは、麻雀の人气が高く、毎回 60 人程の人が楽しんでいることを知り、私も麻雀をやってみたいと思いました。友達のご主人に、友達と私が手ほどきを受け 3 年が経ちました。牌の呼称から始まって覚えることがいっぱいあり、毎回ついていくのが精一杯です。認知症防止に良いと言われていますが、はたして効果はあるのでしょうか。ゲームの合間に市民セミナーのお知らせ、薬の話、健診の話などになり、なかなか手の方が進まず、牌を見逃したりと注意を受ける時があります。

近所に歯科が開業したという話から、いったい県内には医師は何名ほどいるのかと話題になり、早速調べてみました。平成 26 年度で医師 5,188 名、看護師 27,731 名、保健師 1,097 名と知り、全国では下から数えた方が早く、厳しい医師不足の現状が分かりました。

昨年 11 月 28 日の朝日新聞に、茨城県では 29 年度、私学助成金の中で私立高校の補助金を前年度より増やし、その増加分の一部を医学部進学に熱心に取り組んだ学校に配分する補助金の枠を拡充したと載っていました。過去 3 年間で県内の高校から大学の医学部医学科に入学した生徒は 456 人。うち私立高の卒業生は 5 割強の 260 人を占め、県は「医学部進学に力を入れる私立高校を財政的に支援することで県内出身の医師を増やし、将来的に県内で働く医師の数を確保したい」と言うことです。将来 2 人に 1 人ががんに患ってしまう時代に添うことが出来る医師の確保は重大な課題になります。

私達がいざ病気になった時に望む治療が受けられるよう、安心して生活が出来るよう願ってやみません。

若い女性の子宮頸がん予防に関して

茨城県立中央病院 病院長 吉川 裕之



この度、飯田会長より、私の専門の診療科（産婦人科）についての原稿依頼が来ました。茨城県立中央病院が発行する「ほっとタイムズ」に掲載した「若い母親ががんで亡くなること—HPV ワクチンと関連して—」を読まれた上でのご依頼とのことでした。

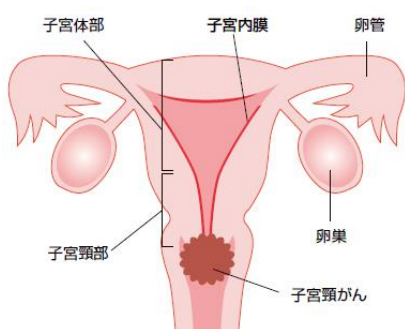
日本では毎年 10,000 人以上が子宮頸がん罹患し、約 3,500 人が死亡しています。この子宮頸がんの数に含まれない前がん病変としての上皮内がん・高度異形成は毎年約 15,000 人に発症します。この前がん病変の治療のために行われる円錐切除による流産や早産が数%の女性に起こります。子宮頸がんは、最近特に 20～30 歳台で増加しています。mother killer と呼ばれるように、結婚前後の女性や子育て世代の女性が罹患し、妊娠能力や命を失うことは、深刻な問題なのです。

小さなお子さんを持つ若い子宮頸がん患者さんは、がんが進んで末期状態になった時、他のがん患者さんとは全く異なる行動を取ります。本人の苦しみや命よりもお子さんのことを第一に考えるのが特徴で、強い母親としての行動を取るのです。最後の最後までお子さんと生活しようとし、本当に尊敬すべき患者さんを多く看取ってきました。そして、その若い母親が亡くなられた時のご両親、ご主人、お子さん、ご兄弟などの悲しみの深さは計り知れないものでした。

20～30 歳台の子宮頸がんを予防するにはがん検診だけでは不十分なのです。がん検診が普及した国でも 20～30 歳台では予防に成功していないことから明らかです。このような国での子宮頸がん罹患の圧倒的ピークが 35～39 歳（わが国は 35～44 歳）であるのも、若年の子宮頸がん予防が簡単でないことを示しています。その予防に必要とされて始まったヒトパピローマウイルス（HPV）ワクチンの接種事業が、本邦においては、事実上、中止状態になっています。日本以外の世界の多くの地域において高率な接種が継続されているのに対し、日本ではきわめて特殊な状況が続いています。

2013 年 6 月に HPV ワクチンクライシス（勧奨中止）が起こってから 4 年以上経過しました。日本では公費による HPV ワクチン接種は 2010 年 12 月に開始された。推奨一時中止の結果として、1994 年から 1999 年に出生した女性で 70%までに達した接種率は 2001 年以降に出生した女性では急減し、1%以下にまで減少したのです。WHO（世界保健機構）、FIGO（国際産婦人科連合）は、HPV ワクチンの安全性と有効性を繰り返し確認し、わが国における HPV ワクチン接種再開を求めています。慢性疼痛等の症状はワクチン接種後数か月以上経過して発症した人が多いことに加え、ワクチン接種がなくても同程度に発症することが知られています。国内の専門 17 学術団体も積極的な推奨を発表しています。HPV ワクチン接種停止は、科学的理由ではなく、政治的理由といわざるを得ないのです。HPV ワクチンは、20～30 歳台の子宮頸がんを減らすには必須で、接種推奨再開が待たれます。

子宮頸がんとは（日本産科婦人科学会HPより引用）



子宮下部の管状の部分を子宮頸部、子宮上部の袋状の部分を子宮体部と呼び、それぞれの部位に生じるがんを子宮頸がん、子宮体がんといいます。子宮頸がんは子宮がんのうち約 7 割程度を占めます。以前は発症のピークが 40～50 歳代でしたが、最近では 20～30 歳代の若い女性にも増えてきており、30 歳代後半がピークとなっています。最近になって、子宮頸がんが発生しているほとんどの人が、ヒトパピローマウイルス（HPV）というウイルスに感染していることがわかってきました。

教育現場から求められるがん体験談 ～稲敷市立阿波小学校のがん教育から～

会員 河口 雅弘

「参ったあ～！！」がん体験談は何度もやらせてもらっている。その都度、聞き手の方々の年齢、性別、職業やその環境等々を勘案して、少しでも理解していただけるように講演原稿を一所懸命に推敲する。しかし今回は、小学生が対象だ。しかも 4 年生から 6 年生の生徒さんが一緒に聞いてくれるという。どんな話をどんな語句で、どの程度のレベルですれば良いのか考え込んでしまっただけで一行の原稿も書けない。そもそも、何でこんな若い生徒さんにがん体験談を話すことになったのか？そんな必要があるのか？がんの話なんて理解できるのだろうか？

茨城県は、他県に伍して文部科学省の委託を受け「がん教育支援事業」を実施してきています。これまでは毎年度、県内の中学校及び高等学校から数校が選ばれ、生徒の発達段階に応じた「がん教育」を実施し、がんに対する正しい知識やがん患者に対する正しい理解を深め、命の大切さを再認識していただくことなどを目的として、専門医及びがん体験者による講演なども行ってきております。平成 29 年度からは、その範囲を拡大し、小学校でもこの「がん教育」を行うこととしたのです。そして、がん体験者の講演の大役を任せられたのが茨城よろこびの会「がん体験談スピーカーバンク」です。そして、今年度は小学校 3 校、中学校 3 校、高等学校 2 校において私どものがん体験談スピーカーバンクのスピーカーが体験談を語る事となったのです。



私は、稲敷市立阿波小学校を担当することとなりました。4 年生から 6 年生までの全員（44 名）が対象です。がんそのものについての説明は、土浦協同病院の看護師長さんが担当されます。体験談が私ですが、思い悩んでいても進みません。これまで中学校、高等学校や大学校などでやってきた体験談とは大きく変えて生徒さんたちの中に入り込んで話を進めてみようと考えました。勿論、県の教育庁の指導主事にご指導いただいた文科省のがんに関する「ガイドライン」などを十分に踏まなければなりません。生徒さんに色々質問したり、計算をして

貰ったりしながらがんそのものを理解してもらおうというより、命の大切さや私の闘病生活において心の支えになったことなどにウエイトをおいて話しました。

この対話形式のがん体験談は成功したようでした。生徒さんは飽きることなく真剣に質問に答えたり話を聞いたりしてくれました。私のがん体験談を小学生のみなさんへ「いのちの大切さと幼なじみとの友情」として伝えたつもりです。この私のがん体験談がこれらの生徒さんたちの将来においてがんを考える一助になることを願いつつ、お礼に生徒さんからいただいた花束を抱えて帰路につきました。

癒しの時間

レディスピア県西 塚越 節子

私は 14 年前、乳がんと診断され手術をしました。退院後は右手に力が入らず、今まで出来たことが出来ず、夜になると手術したところが締めつけられる痛みで苦しみました。そんな時、「レディスピアの集りに出て来たら？」と言ってくさる友人がいて、乳がんを体験した会員さんから色々教えていただき、力が湧いてきて、毎月の例会が楽しみになりました。皆さんの体験を聞き、それぞれ頑張っていることを知りました。その後、私は「突発性難聴」になってしまい、また色々悩むことができてしまいました。今も耳鳴りがあります。



今年の 1 月には、私が骨折し入院。退院後はベッドで生活となり、介護士さんや大勢の方にお世話になりました。久しぶりにレディスピアの例会に行くと「あ～ら、お久しぶり！」と笑顔で声を掛けていただき、今まで同様な会話がはずみ、干支の飾りを頂いてすっかり癒されました。

ピンクのノート ～ 母を介護して ～

会員 田野 百合子

先日、海外旅行から帰宅し、荷物の整理をしていた時、ふと目にしたピンク色の表紙のノート。それは、一昨年1月に亡くなった母の介護の記録ノートでした。その時私は、片づけを後にして読みふけてしまいました。母は一言で言うのなら、“もの静かでやさしい人” その母との最後の生活の日々をお話したいと思います。

ノートのスタートは、平成24年2月、母88歳からでした。お通じが無くて苦しむ様子、病院からの薬をあげ、お通じの（有・無）、食事の量、元気度合等が書いてあり、特に下剤が辛そうで、その話をレディスピアの仲間に話したら、「アローゼン（漢方薬）」を勧められました。この漢方は、一包服用して効果がなければ五包まで増やして大丈夫とのこと。早速、先生に話し処方していただき、母に飲ませたところ、大分お通じが改善されました。ノートには、『アローゼンは便を柔らかくして出す、何より腹痛が少ない。でもどうしても出ない時は浣腸をすると良い』と教えていただいたことが書いてありました。私達は、友人をはじめ、たくさんの方にお世話になり、多くの情報をいただき助けられました。

そうこうしているうちに、その年の10月に母は大腿骨骨折で手術、その翌年89才で恥骨近くを骨折、同じ年に今度は脱腸で手術。更に90歳で膝の皿を骨折し手術。88才まで大きな病気ひとつしたこともなく本当に元気な母でしたが、ノートを読み返してみると、最後の3～4年間は母にとって痛く大変な日々だったと改めて思いました。母はそれほど大変な状態でしたが、最後の最後まで諦めることなく、元気になることを目標に施設では車椅子でグルグル動き回っていました。その姿は「百合ちゃん一日一日大切に生きるのよー」と言っているように今の私は感じます。母といつも一緒に、娘としてやれることはやったと悔いはないと思っていたはずなのに、やはり後悔は残り、教えられることがいっぱいでした。



母と一緒に「白糸の滝」にて

秋の集いに参加して

会員 加藤 格司



秋の集いが10月29日（日）水戸プラザホテルで行われました。生憎の台風と水戸市漫遊マラソンの混雑に見舞われましたが、12名無事に定刻の11時半には集まることが出来ました。

まず飯田会長より、秋の行事としてここプラザホテルを選んだ経過や、月例の「三水会」とは異なった久しぶりの会の集いなので、楽しく歓談される様にとの挨拶がありました。

早速、四川飯店の様々な中華料理に舌鼓しながら、歓談に入りました。集まった12名が、それぞれ近況等を輪番で披露しました。皆さん体調の事情を抱えながらも毎日を工夫と努力を重ねて元気にお過ごしとの話しでした。近頃、歌手の川中 美幸さんが介護をされた92歳のお母様を亡くされて芸能活動に専念できるようになったそうですが、当会員にも似たケースの方がいらっしやいました。最近は、「老々介護」の世の中になってきて大変ですが、会員同士励まし合いながら過ごしたいと思います。

新しく入会された方の紹介で、創作帯研究をされ着付け師さんの豊田 文子さんの紹介がありました。豊田さんは、昨年の「がん体験談フォーラム」に大勢の方をお連れになり参加して下さったそうです。今後は、会員の一員として一緒に活躍をお願いしたいと思います。

私のふるさと自慢

会員 松井 義博

私は仙台に生まれ、その後、父の転勤で岩手県そして福島県南会津郡田島町（現南会津町）にあった八総鉾山へと移転しました。この地は父の生まれ故郷でもあり、この地での生活が長かったことから、南会津町（旧田島町）の紹介をします。八総鉾山は、徳川時代から銅の採掘が行われた銅山です。現在は、思い出の小学校も解体され「荒海健康キャンプ村」になっているようです。

さて、南会津町田島は、江戸時代には、幕府直轄「天領御蔵入」となり、その後も会津西街道の主要宿場町として栄えました。この街道は、会津藩だけでなく村上藩・新発田藩・米沢藩も参勤交代などで利用した重要な街道でした。当時の宿場の街並みを今なお残す大内宿には、現在も茅葺きの家が軒を連ね、多くの観光客を出迎えています。

郷土の自慢は、地酒（酒蔵が4軒）・蕎麦・温泉・スキー場など四季折々の大自然からの豊富な恵みです。今回は会津田島祇園祭を紹介します。会津田島祇園祭は、歴史は古く800余年を数え、京都祇園祭と並ぶ日本三大祇園祭の一つに数えられています。毎年7月22日～24日開催されます！見どころは23日の七行器（ななほかい）行列で別名花嫁行列とも呼ばれており、とても華やかです。毎年40名前後の花嫁が参加し、豪華絢爛な時代絵巻を楽しめます（写真右上）。22日・23日夕方には本大屋台・中屋台・上大屋台・西屋台の4つの屋台が運行され、各芸場では屋台歌舞伎が上演され、多くの人を魅了します（写真右下）。

祭りの賄い献立に「ふき」を多く使用することから、俗に「富貴祭＝ふきまつり」とも呼ばれています。また御神酒に濁酒を使用することから「どぶろく祭り」、屋台の運行が激しいことから「けんか祭り」などとも呼ばれます。詳しくは、南会津町の観光案内をご覧ください。

ぜひ！会津田島祇園祭をお楽しみください。これからの季節は、ふわふわ雪のスキー場がお待ちしています。



大いなる農業と人に尽くす喜び

会員 前野 武司

私は、夜明け頃に郊外の農地に向かいます。現地に着くとそこは、民家はなく大地の黒と植物の緑ばかりです。植物が出す空気は清々しく、とても気持ちが良いです。

大地に立ち、この土から豊かな作物が果てしなく採れると思うと、体の底からやる気が湧き上がります。今日はホウレン草の種を蒔きます。7,500粒の種を用意しました。まず耕地を7分位の力で耕します。休みながら1時間程でこの作業が終わります（これが一番大変な仕事ですが、疲れもあり気にせず作業を進めます）。

直径1mmにも満たない1粒の種が、陽の光と水と肥料で、あの大きな1株のホウレン草に成長するのです。これが全部出来ると7,500株です。とても沢山の収穫です。



農業は、心が豊かになります。私は、作った作物を全て出荷するのではなく、周りの方に分けてあげます。特にホウレン草は、美味しく料理しやすい食材なので、皆とても喜んでくれます。心からの「どうもありがとう」の言葉に私はとても嬉しくなり、また皆のために作ろうという気持ちになります。

農業は私の大好きな、大切な仕事です。これからも体力の続く限り、頑張りたいと思っています。

第2回がん体験談フォーラムを開催

平成29年度第2回がん体験談フォーラムを下記のプログラムにて、開催いたします。お忙しいこととは存じますが、どうぞ皆様、万障繰り合わせの上ご来場いただきたく、よろしくお願いいたします。

平成29年度 茨城県企画提案型がん対策推進事業

第2回がん体験談フォーラム

平成30年 2月17日(土) 13時～15時30分
(受付12時30分～)

水戸駅エクセル本館6階大ホール

水戸市宮町1-7-31

参加費無料
どなたでも
ご参加
できます

定員200名
(事前申込制)

第1部「がん体験」を語る

13時00分～13時10分	進化する「がん体験談スピーカーバンク」	がん患者の会・ 茨城よろこびの会会長 飯 田 則 子
13時10分～13時30分	がん体験談 ～直腸がん体験(ストーマ体験)を伝えたい～	猪 口 義 武 氏
13時30分～14時00分	緩和ケア病棟レポート ～緩和ケアの現場から～	茨城県立中央病院看護局 緩和ケア病棟看護師長 西 野 幸 恵 氏
14時00分～14時20分	がん体験談 ～乳がんからの転移の治療を体験して～	飯 塚 順 子 氏
14時20分～14時30分	= 休 憩 =	

第2部 パネルディスカッション

テーマ がん相談の実情から見たがん体験談の在り方

14時30分～15時30分 コーディネーター 高 田 恵 一 氏 茨城放送報道デスク

基調報告 いばらきみんなのがん相談室の実例

～こんな相談、あんな相談、みんなが知りたいこと～

いばらき みんなのがん相談室 相談員
(公社)茨城県看護協会

横 地 真知子 氏

パネラー 馬 込 ひろみ 氏 茨城県立中央病院 医療相談支援室 医療ソーシャルワーカー
井 上 恵 子 氏 がん患者ピアサポーター
志 賀 俊 彦 氏 がん体験談スピーカーバンク・スピーカー

全体進行 茨城よろこびの会 石 崎 きよ子

【主 催】茨城よろこびの会 がん体験談スピーカーバンク

【協賛】(公財)茨城県総合健診協会 茨城キリスト教大学看護学部

【後援】茨城県 水戸市 (株)茨城新聞社 NHK水戸放送局 朝日新聞水戸総局 エーザイ株式会社

問い合わせ 第2回がん体験談フォーラム事務局(公財)茨城県総合健診協会 経営企画室内

水戸市笠原町489-5 ☎029-241-0011 (代) FAX 029-241-0332

メール k-kikaku@ibasouken.org

お申込み：チラシ裏面の「ハガキ」又は、郵便ハガキに「第2回がん体験談フォーラム申込み、住所・氏名・参加人数」をご記入のうえ下記まで申込みください。

〒311-4303 東茨城郡城里町石塚 531-1 田所 厚子 行

レディスピア県央 県知事表彰をいただきました

会員 田所 厚子



平成 29 年 11 月 8 日（水）、常総市地域交流センター「豊田城」にて行われた、第 67 回茨城県社会福祉大会で「社会福祉援護功労賞」の表彰区分で県知事表彰の荣誉に浴しました。表彰は 686 個人・団体です。社会福祉援護功労賞では 81 個人・団体です。水戸市ではレディスピア、水戸市シルバー体操指導士の会南部第一支部、西部支部の 3 団体でした。

オープニング・アトラクションは「とんだばやし」で勇壮な中にも物静かな感じのしっとりとしたお囃子とお

かめ・ひょっとこ踊りや、獅子舞、神楽舞など楽しみました。

特別講演は、放送作家（元・吉本芸人）W マコト氏お二人の「人を輝かせる、喜ばれるコミュニケーション」でした。コミュニケーションに大切なのは、「笑顔」「傾き」「認め」であると、これらのことを踏まえて事例を演じてくれました。お隣に座っている人とその練習をして、相手の話の強調したいところは何かを見極め、強調していることを繰り返す練習をしました。また二人一組になって、お互いの良いところを認めて褒める練習など、1 時間の講演を楽しんで、また笑いが溢れて、傾きながら、コミュニケーションの極意を学びました。笑いの 5 原則として「案、共、認、楽、善」というものを教えていただきました。翌日 9 日（木）が例会で記念写真を撮りました。（左上写真）

メンズピア なつかしい味を求めて「男の料理」

会員 浜崎 昭一

食欲の秋、秋晴れを期待した 10 月 18 日（水）であつたが生憎の雨、遠方の 2 人が欠席となり、8 名で昔懐かしい「ソバガキ」や現代風の「米麺（ビーフン）料理」に挑戦した。調理道具や機材の充実した赤塚ミオスの広い調理室で環境は抜群、あとは会員各々の腕次第。皆の努力を期待し、班に分かれ事前のレシピ紹介と食材確認の後、実習に移った。

講師は、「ソバガキ」は佐々木氏、「米麺料理」は加藤氏が担当した。調理台・ガスコンロも複数あり能率が上がる。出来上がった 2 種類の料理は、色とりどりの皿に並べられ、好みによって薬味・調味料が添えられた。味見評論家の河口氏の絶賛の発声の後、皆さんで舌鼓を打った。和やかな雰囲気の中で、美味しい男料理を堪能し、あっという間に 2 時間が経過し無事終了することが出来た。感謝！



1、米麺の材料・作り方

1 人前：米粉 25 g、片栗粉 20g。大さじ 4 杯の水で米粉を練り、電子レンジ（500W）で加熱（20 秒）し、再度練る。これを 3～4 回繰り返して出来た生地を麺棒で伸ばし好みの大きさに切断。熱湯に 30 秒つけた後冷水で締めて完成。好みの薬味・調味料で味わう。

2、ソバガキの材料・作り方

1 人前ソバ粉 100 g、水 200 cc。まず鍋にそば粉・水 100 ccを入れて混ぜながら練る。残りの水 100 cc追加してさらに練る。良く練れた生地をガスコンロで熱しながら 3～4 分練る。火を止め余熱ですらに練り完了。銘々に盛り分け、好みの薬味・調味料で味わう。

<用意した薬味・調味料>

大葉、大根、生わさび、しょうが、海苔、紫蘇の実漬け、こしあん、ごまだれ、昆布醤油、鰹節

今回のソバ粉は常陸大宮市の製粉会社が前日に石臼で挽いた常陸秋ソバを使用。ソバガキなら簡単、11 月には出回る新ソバで各自再挑戦し、奥さんや子供、孫たちを喜ばせてあげましょう。レディスピアの皆さんにも機会があればご馳走しますよ。どうぞ声を掛けて下さい。

行事予定

○茨城よろこびの会がん体験談スピーカーバンク

- ・2月17日(土) 13:00～15:30 水戸エクセル本館 6階大ホール(水戸市宮町 1-7-31)

「第2回がん体験談フォーラム」※お申込みは、ハガキでお願い致します。

○三水会サロン

- ・2月21日(水) 13:00～ 水戸市福祉ボランティア会館(ミオス)「定例会」
- ・3月22日(木) 13:00～ " " 「定例会」
- ・4月18日(水) 13:00～ " " 「定例会」

○メンズピア

- ・4月18日(水) 10:00～ 水戸市福祉ボランティア会館(ミオス)視聴覚室「定例会」

○レディースピア県央

- ・2月 8日(木) 10:00～ 水戸市福祉ボランティア会館(ミオス)「定例会」
- ・3月 8日(木) 10:00～ " " 「反省会と事業計画」
- ・4月12日(木) 10:00～ " " 「総会」

○レディースピア県西

- ・2月 3日(土) 13:30～ 下館地域交流センターアルテリオ「定例会」
- ・3月 3日(土) 13:30～ " " 「定例会」
- ・4月 7日(土) 13:30～ " " 「定例会」

編集後記

なぜか、ふっと「ユリ根」について調べてみようと思いついた。それはTVの何かの番組で「ユリ根」を取り上げているのを見て、食用の「ユリ根」は苦みの少ない「コオニユリ(小鬼百合)」だそうで、北海道が生産量第1位ということを聞いたからです。北海道では霜が降りる10月頃から秋にかけて収穫され、正月料理に使われることが多い。ユリ根の栽培は種球から始めると収穫まで6年もかかるそうです。畑に植え付けるまでに3年、畑に植え付けてから3年の月日を必要とするそうです。

＜レシピ紹介：お節の一品に『ユリ根の甘煮』＞

○材 料：6人分(ユリ根1個、酢大さじ1.5、砂糖大さじ1、水カップ2)

○作り方：ユリ根を1枚ずつはがす。色のついた部分を薄く削り落とす。水に、酢と砂糖を入れて沸騰させ、ユリ根を火が通るまで煮る。大きさの違うものを集めて組み立てる。

○美味しくなるコツ：煮すぎるとくずれるので、ほっこりと煮えたらすぐに火を止める。お節では、箸休めにもなるように、味を薄くする。

(広報委員 田所 厚子)



発行人 茨城よろこびの会(がん患者と家族の会) 会長 飯田 則子 TEL 080-5429-8950 事務局 けんこうリンク (公財)茨城県総合健診協会 〒310-8501 水戸市笠原町 489-5 TEL 029-241-0011(代表)	編集・印刷 (株)ビーエムサービス 〒310-0851 水戸市千波町 1679-6 TEL・FAX 029-305-4477 Eメール info@bm-s.co.jp 担当:黒澤 理香  H18.4.10 取得
---	--