

人生、歩けば No.91 中田 作子さん(83歳)

た

ゆ



R1.6.1 個別外出の様子
SL 銀河に乗車しました

私は花巻市大迫町に生まれました。昭和11年4月18日生まれです。仕事は保育所の調理師をしていました。栄養士さんがいなかったのでカロリー計算をするのが本当に大変でした…。私も夫も出掛けるのが好きで、一緒に色々な場所に行きました。休日寝て休みたい時も「出掛けるぞ」と夫に誘われて行っていました。弘前方面にはよく行きました。日帰りで帰ることはまずなかったですね。必ず宿に泊まりました。いい思い出でした。最近、6月に花巻から遠野までSLに乗ってきました。

中田作子さんは、平成28年5月からグループホームやすらぎで過ごされています。

け や ま き



第 95 号

令和元年7月29日発行

〒028-3307
岩手県紫波郡紫波町桜町字三本木46番地1
社会福祉法人紫波会
特別養護老人ホームにいやま荘
特別養護老人ホームにいやま荘桜町ユニット
にいやま荘短期入所生活介護事業所
にいやま荘居宅介護支援事業所
にいやま荘通所介護事業所

グループホームやすらぎ
あづまね温泉通所介護事業所
あづまね温泉保養施設きょう荘
紫波町高齢者生活福祉センターこもれび
ふれあいプラザ
心れあ
二ア
シニ
心二
ふれ
あ
二ア
シニ

Tel 019-676-5777

掃除の丁寧さや、料理での包丁さばきにはいつも驚きます。作子さんから学ぶことが多くいつも勉強になります。これからも、やすらぎでの生活楽しんでいきましょね。

グループホームやすらぎ 介護職員 中田有沙



H31.4.18 誕生会の様子
中田さん、お誕生日おめでとうございます！

「SLに乗った事がなかったからとつても楽しかったよ。車内で景色を見ながらおにぎり食べて。また乗りたいね。やすらぎに来てからは、塗り絵がとっても楽しいよ。つつい無心になっちゃいます。料理するのも楽しいよ。食べることが大好きなので美味しいもの食べて、何事もなく健康で過ごしていきたいな」と話しています。

もくじ

- 人生、歩けば……………1
- 施設長就任あいさつ/新人紹介…2
- 地域公益事業について……3
- にいやま荘……………4
- にいやま荘桜町ユニット…5
- にいやまテイ……………6
- あづまねテイ……………7
- グループホーム……8
- 居宅/医務……………9
- 決算・貸借対照表……10
- 事業報告……………11
- 編集後記……………12

施設長就任のご挨拶

施設長就任のご挨拶

この度、平成二六年度より施設長を務められた坂本元彦さんの退任を受けまして、特別養護老人ホームにいやま荘施設長を六月一日付で命ぜられ勤務いたしております。

紫波会は、昭和六十三年八月に法人が設立され、「個人の尊厳を守り、人間愛を持ち続け、地域と共に歩む」の理念のもと、昨年で三十周年の歴史を刻んでおります。デイサービス・特養から始まった事業も、現在では特別養護老人ホーム（従来型・桜町ユニット）、デイサービスセンター（二か所）、居宅介護支援事業所、グループホームやすらぎの他、介護予防日常生活支援総合事業通所サービス（二か所）、町の指定管理である温泉保養施設ききょう荘及び高齢者生活福祉センターこもれば、と多くの事業を実施しております。

介護事業を取り巻く環境は、少子高齢化の進行や人口減少等により大きく変化しており、また他業種と同様に人手不足も深刻となっており対応を迫られているところであります。

この様な中、もとより経験も浅く、人間的にも適任とは言えないことは自認いたしておりますが、紫波町をはじめ関係機関・団体の皆様のご指導ご支援を頂きながら、法人の事業を続けていくという重責を、職員と共に、努めたいと考えておりますので、よろしくお願ひ申し上げます。



施設長 藤尾 天右

新入職員のご紹介

①氏名 ②採用月 ③配属先 ④趣味・特技 ⑤ひとこと ⑥所属長よりメッセージ



① ^{たかはし みさき} 高橋 美咲

② H31年4月

③ にいやま荘 従来型

④ 野球観戦、卓球、さんさ踊り

⑤ まだまだ未熟ですが、先輩のような職員になれるよう頑張りますのでよろしくお願ひします。



① ^{はだけやま ひまわり} 畠山 向日葵

② H31年4月

③ にいやま荘 桜町ユニット

④ バレーボール、漫画を読む

⑤ 覚えなければならない事をまだ覚えきれず、ご迷惑をかけていると思いますが、教わりながらしっかり学んでいき、一生懸命頑張りますのでよろしくお願ひします。



高校卒業後すぐ介護現場に入り、色々大変だと思いますが体を壊さないようにして下さい。業務をこなすことより人を看る事ができる介護士を目指し頑張ってください。

責任感が強く、一つ一つの業務を丁寧に確実にい入居者様にも人気者です。社会人一年生として戸惑うことも多いかと思いますがスタッフ、入居者様共に応援していますので向日葵さんらしく仕事ができるよう一緒に頑張りましょう。

紫波町社会福祉法人連携ネットワーク事業

少子高齢化や人口減少が進み、地域などでの支え合いの基盤が弱まってきている中、住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域をともに創っていく「地域共生社会」の実現がこれからの社会福祉の基本理念として掲げられています。



社会福祉法人は、ソーシャルワークの中核的な担い手となるべく、地域ニーズに向き合い、介護・障がい・保育・生活困窮等において社会福祉事業を展開してきました。一方、平成28年4月に施行された改正社会福祉法により、「地域における公益的な取組」が責務化され、社会福祉法人本来の使命に対する幅広い実践が期待されています。

そこで、町内の社会福祉法人が連携・協働し、地域住民・行政・関係機関とより一層ネットワーク構築を図りながら包括的な支援を行うことを目的に、以下の事業を開始いたします。



買い物等支援

◆対象者

家族や地域の支援が得られない
・65歳以上の1人暮らし高齢者世帯
・65歳以上の高齢者のみの夫婦世帯
・障がい者世帯 等

かつ以下の条件に当てはまる方

- ①公共交通機関を利用し移動することが困難であり、歩いて行ける範囲に商店等がない方
- ②自家用四輪自動車を所有していない方(所有者の場合は、運転免許証を返納していること)

◆実施日及び利用時間

利用者ごとに毎月1回
概ね第1水曜日に実施(予定)

就労支援ボランティア

◆対象者

自立支援相談機関等から「中間的就労」を体験する必要があると判断された方

※中間的就労とは…

将来的に一般就労が可能と認められた方が、まずは短時間の軽作業など可能な形で働ける場を提供しながら自立を支援すること。

◆実施場所

紫波町内法人連携している社会福祉施設

詳しい内容や開始時期については、紫波町の広報誌等により随時お知らせいたします。

～ IWATEあんしんサポート事業のお知らせ ～

社会福祉法人紫波会では、社会貢献(地域公益)活動の一つとして、IWATEあんしんサポート事業に賛同し活動しています。

この事業は、生活困窮者等に対して**制度利用支援**や**経済的支援**を行うものです。

事業内容等について詳しくお聞きになりたい方は、お気軽にお問い合わせください(☎ 019-676-5777)。

【支援事例】

- ・本人と夫の二人世帯で、夫の年金収入と山菜採りによる収入で生計を立てる。
- ・冬期間は年金収入のみとなり困窮しており、入浴もできない。
- ・薪ストーブに使用する廃材を薪にするチェーンソーの歯が折れた。

【支援概要】**経済的支援**

入浴券、必要な医療費、チェーンソーの替え刃等

計 46,274 円



ひな祭り

3月、ひな壇を飾り、ひな祭りを開催しました。テーブルに飾る生け花を届け、ひな壇を備忘がらのお茶会を楽しんでいます。



お花見ドライブ

4月、五郎沿経由で石鳥谷産直まで、お花見ドライブを楽しんでいます。石鳥谷産直では、ソフトクリームやお土産を購入し、桜を鑑賞しながら食べています。施設内では、グループホームの桜並木を鑑賞しに散歩に出かけ、風流を楽しみました。



母の日



5月12日(日)、母の日に女性利用者様にはマニキュアを塗り、職員より花束を渡されています。渡された方々は、お互いに貰った花束を見せ合い「綺麗だね～」と褒め合っていました。



日詰幼稚園花の日訪問



6月3日、日詰幼稚園の園児達が来荘し、歌を披露して頂いた後、利用者様へ花束贈呈をされています。花を贈られた利用者様はとても喜び、食堂の花瓶に飾り、鑑賞されていました。

にいやま荘桜町ユニット

6月7日 花巻バラ園に出かけてきました。天気は残念ながら曇りでしたが、きれいに咲いたバラと匂いに囲まれて至福のひと時を過ごしました。



お花見

今年も満開に咲いた桜や花を見ることができました。

まだ風が肌寒い...

坂道だらけで、職員は翌日筋肉痛に悩まされました。



～日々の様子～

誕生会などのイベントがない日には、おやつを食べたりテレビを見たりとゆったりと過ごしています。



矢巾サンデーで買い物
犬と猫 かわいかった

今年は、たくさん外出の機会を設けて楽しんで頂きたいと思っています。

とっても良い匂いですよ

職員が自宅の庭より持参したバラの花で『バラ風呂』を堪能して頂きました。

東南ユニット

お花見

今年も施設前の桜が、美味しいお菓子とお茶と一緒に楽しんで嬉しく思います。

庭の草取りも頑張りました。お花も沢山咲いています。



焼肉！旨かった

焼肉！パーティーですよ！皆さんどうぞ。

お誕生日おめでとうございます

94 歳になりました。6 人兄弟の末っ子ですが、兄弟の中で誰もなかったことのない歳に私だけになりました。色んな方々に支えられてここまで歳をとることが出来ました。これからは、なるべく忘れないように自分で出来る事はやっていきたいです。みなさんにお祝いをして頂きありがとうございます。

寿司旨かったなあー

あらら！素敵なプレゼント

バラ湯最高ですよ！！



にいやま荘 デイサービスセンター



新元号発表の瞬間



令和もよろしくお祈りします



お花見ドライブ

紫波町の桜の名所を
巡り心癒される
満開の美しい桜
城山、五郎沼・・・
そして、にいやま荘！



柏餅作り



美味しく季節を感じつつ、
混ぜる、練る作業で機能訓練



玉ねぎの皮を使い毎年恒例の染物。
幸せの黄色いハンカチが完成！！



～おらほの畑～

今年も種類豊富！！
実りに期待！！



双葉会様

ビーズの ブレスレット作り

ミニ運動会



素晴らしい踊りを
見せて頂きました！



楽しく体を
動かしています♪
これからが夏本番！



あづまね温泉通所介護事業所



誕生会



おやつタイム

狙いは1等賞!

ゲーム大会!



焼けてきました!



あづまね農園で
育てた野菜たち。
大きく育てね〜



日々の一コマ

季節を感じる行事や笑顔溢れる活動等々・・・
明るく楽しく和気あいあいとした時間を提供しています。



や

す

ら

ぎ

春のバスハイク

お花見会



変(へん) 昌夫とやすらぎ社中による
歌と踊り♪「しらかば〜♪」



太田代温子さんの
「矢切の渡し」
バッチリポーズも
決まっています。



水沢バスハイク



しあわせカフェ

個別外出



小岩井農場に行
ってきました。
天気も良く、良
い気分転換にな
りました。



新花巻駅から遠野までSL
銀河の旅を満喫してきまし
た。
沿道の鉄道マニアの多さに
ビックリです！



珈琲館



年3回の珈琲館。
いつも来ていただきありがとうございます！



にいやま荘居宅介護支援事業所だより

皆さんは「買い物弱者」という言葉を聞いた事がありますか？簡単に言い直すと日常生活で買い物に困難を感じている人を総称したもので、食料品を販売する最寄りの店まで直線距離で500メートル以上あり、自動車の利用ができない人を想定しているものです。自動車を運転できれば買い物弱者になることは避けられますが、最近が高齢者ドライバーによる交通事故のニュースが話題になることも多く、難しい問題だなと感じています。私達が訪問させて頂くご家庭でも実際、居住地域周辺にお店がなかったり、徒歩や自転車で行ける距離にお店があったとしても買い物に不便さを感じている方々が多くいらっしゃいます。

そこで、皆さんの住んでいる地域に「お弁当配達してくれるよ」「移動販売車で日用品売ってくれるよ」などなど・・・お店の情報がありましたらぜひ、**019-671-1232**までお気軽にご連絡ください。



医務部だより

高齢者のスキンケアについて

高齢者の皮膚は加齢に伴う影響として皮膚の弾力性の低下、ドライスキンといった状態から皮膚障害や損傷リスクが高くなります。これらを予防していくためには日常から皮膚の理解をして低下した生理機能を補うスキンケアが必要となります。スキンケアとは皮膚の機能を良好に維持する、あるいは向上させるために行うケアです。スキンケアの要素には①洗浄・清潔②保湿③保護があります。ただし洗浄するだけ保湿をするだけでは皮膚維持機能を良好にするのは難しくなります。スキンケアは洗浄、保湿、保護の過程をそれぞれ適切に行うことが重要です。

入浴時のスキンケアに関する留意点

1. 石鹸を用いた洗浄は1日1回（手は別）
2. 刺激の弱い弱酸性洗浄剤やマイルドしっとりタイプを選択する。
3. 毎日入浴しない場合は腋窩、頸部、陰部、足など汚れやすい部分を洗浄する。
4. 洗浄剤は大量使用に注意し、すすぎ残りが無いようにする。
5. ナイロンタオルなどでのゴシゴシ洗いは避け、泡で洗う。
6. 湯温度は熱すぎないようにする。（38～40℃）

保湿は冬場に限らず夏場も大切です。保湿成分も種類があります。特徴を理解し継続して使用出来る物を選択しましょう。

平成30年度 社会福祉法人紫波会 決算報告

社会福祉法人紫波会 資金収支計算書
(自)平成30年 4月 1日 (至)平成31年 3月31日

社会福祉法人紫波会 事業活動計算書
(自)平成30年 4月 1日 (至)平成31年 3月31日

(単位:円)

(単位:円)

勘定科目		決算額
事業活動による収支	収入	
	介護保険事業収入	598,948,615
	指定管理事業収入	51,738,520
	総合事業収入	6,978,931
	借入金利息補助金収入	90,000
	受取利息配当金収入	98,169
	その他の収入	6,342,992
	事業活動収入計(1)	664,197,227
	支出	
	人件費支出	480,069,360
事業費支出	125,615,470	
事務費支出	60,839,730	
利用者負担軽減額	2,419,192	
支払利息支出	1,942,350	
その他の支出	581,504	
事業活動支出計(2)	671,467,606	
事業活動資金収支差額(3)=(1)-(2)	△ 7,270,379	
施設整備等による収支	収入	
	施設整備等補助金収入	1,500,000
	施設整備等収入計(4)	1,500,000
	支出	
	設備資金借入金元金償還支出	21,712,000
	固定資産取得支出	4,814,508
	ファイナンス・リース債務の返済支出	3,904,080
	施設整備等支出計(5)	30,430,588
	施設整備等資金収支差額(6)=(4)-(5)	△ 28,930,588
	その他の活動による収支	収入
積立資産取崩収入		8,999,601
その他の活動収入計(7)		8,999,601
支出		
積立資産支出		5,933,659
その他の活動支出計(8)		5,933,659
その他の活動資金収支差額(9)=(7)-(8)		3,065,942
予備費支出(10)		—
当期資金収支差額合計(11)=(3)+(6)+(9)-(10)		△ 33,135,025
前期末支払資金残高(12)		326,346,024
当期末支払資金残高(11)+(12)	293,210,999	

勘定科目		決算額
サービス活動による収支	収益	
	介護保険事業収益	598,948,615
	指定管理事業収益	51,738,520
	総合事業収益	6,978,931
	サービス活動収益計(1)	657,666,066
	費用	
	人件費	483,573,418
	事業費	125,615,470
	事務費	60,839,730
	利用者負担軽減額	2,419,192
減価償却費	56,846,715	
国庫補助金等特別積立金取崩額	△ 14,479,437	
サービス活動費用計(2)	714,815,088	
サービス活動増減差額(3)=(1)-(2)	△ 57,149,022	
サービス活動外による収支	収益	
	借入金利息補助金収益	90,000
	受取利息配当金収益	98,169
	その他のサービス活動外収益	6,342,992
	サービス活動外収益計(4)	6,531,161
	費用	
	支払利息	1,942,350
	その他のサービス活動外費用	581,504
	サービス活動外費用計(5)	2,523,854
	サービス活動外増減差額(6)=(4)-(5)	4,007,307
経常増減差額(7)=(3)+(6)	△ 53,141,715	
特別増減	収益	
	施設整備等補助金収益	1,500,000
	特別収益計(8)	1,500,000
	費用	
	固定資産売却損・処分損	10,892
	国庫補助金等特別積立金取崩額(除却等)	△ 1,456,090
	国庫補助金等特別積立金積立額	1,500,000
	特別費用計(9)	54,802
	特別増減差額(10)=(8)-(9)	1,445,198
	当期活動増減差額(11)=(7)+(10)	△ 51,696,517
繰越活動増減差額	前期繰越活動増減差額(12)	792,293,224
	当期繰越活動増減差額(13)=(11)+(12)	740,596,707
	基本金取崩額(14)	
	その他の積立金取崩額(15)	
	その他の積立金積立額(16)	
	次期繰越活動増減差額(17)=(13)+(14)+(15)-(16)	740,596,707

社会福祉法人紫波会 貸借対照表
平成31年 3月31日現在

資産の部		負債の部	
流動資産	336,967,847	流動負債	75,942,928
現金預金	235,897,910	事業未払金	39,950,435
事業未収金	92,458,813	1年以内返済予定設備資金借入金	21,712,000
未収金	8,611,124	1年以内返済予定リース債務	3,904,080
固定資産	921,661,801	預り金	3,806,413
基本財産	736,913,390	賞与引当金	6,570,000
土地	220,030,703	固定負債	179,086,123
建物	513,882,687	設備資金借入金	117,760,000
定期預金	3,000,000	リース債務	7,064,884
		退職給付引当金	54,261,239
その他の固定資産	184,748,411	負債の部合計	255,029,051
建物	2,060,266	純資産の部	
構築物	8,690,041	基本金	3,000,000
機械及び装置	40,945,735	第1号基本金	3,000,000
車両運搬具	3,140,899	国庫補助金等特別積立金	211,003,890
器具及び備品	14,181,859	その他の積立金	49,000,000
有形リース資産	11,089,364	給与積立金	39,500,000
権利	920,068	運用資金積立金	9,500,000
ソフトウェア	288,000	次期繰越活動増減差額	740,596,707
退職給付引当資産	54,261,239	(うち当期活動増減差額)	△ 51,696,517
給与積立資産	39,500,000		
運営資金積立資産	9,500,000		
その他の固定資産	170,940	の部合計	1,003,600,597
資産の部合計	1,258,629,648	負債及び純資産の部合計	1,258,629,648

平成 30 年度社会福祉法人紫波会介護保険事業年間利用状況

	特別養護老人ホーム にいやま荘		特別養護老人ホーム にいやま荘桜町ユニット		にいやま荘 短期入所		グループホームやすらぎ	
	実利用人数	延入居日数	実利用人数	延入居日数	実利用人数	延入居日数	実利用人数	延入居日数
4月	30	867	40	1,145	36	250	9	244
5月	30	892	40	1,227	37	261	9	271
6月	30	871	40	1,196	35	244	9	259
7月	31	849	41	1,207	34	262	9	279
8月	30	876	40	1,235	34	265	9	275
9月	30	774	40	1,194	35	276	9	263
10月	30	842	40	1,240	36	290	9	279
11月	31	835	40	1,159	36	266	9	270
12月	30	919	38	1,162	19	152	9	279
1月	30	906	38	1,111	18	136	9	279
2月	31	822	39	990	16	133	9	252
3月	30	897	41	1,162	19	119	9	279
合計		10,350		14,028		2,654		3,229
備考	定員 30 名		定員 40 名		定員 10 名		定員 9 名	

	にいやま荘通所介護			あづまね温泉通所介護			にいやま荘居宅支援事業所			
	介護	総合事業	合計	介護	総合事業	合計	介護計画	予防計画	総合事業	合計
4月	622	31	653	521	59	580	244	6	12	262
5月	626	45	671	636	63	699	243	7	10	260
6月	640	41	681	621	60	681	239	8	10	257
7月	651	45	696	634	60	694	237	9	10	256
8月	628	56	684	629	54	683	242	9	11	262
9月	620	51	671	632	66	698	242	9	11	262
10月	654	46	700	666	76	742	247	9	12	268
11月	628	40	668	615	77	692	239	9	11	259
12月	647	39	686	611	64	675	235	9	11	255
1月	575	40	615	577	53	630	230	9	12	251
2月	540	33	573	556	54	610	228	11	13	252
3月	578	46	624	624	48	672	229	13	9	251
合計	7,409	513	7,922	7,322	734	8,056	2,855	108	132	3,095
備考	定員 30 名			定員 30 名			介護支援専門員 7 名			

感謝録 (順不同)

ボランティア

認定こども園ひかりの子様 (花の日訪問)
 紫波総合高校様 (シート交換手伝い)
 葛岡奈保子様 (音楽療法)
 小笠原悦子様 (話語り)
 双葉会様 (歌・踊り)
 大里寛彦様 (手品・ウクレレ)
 岩月福田会日誌様 (唄・踊り)
 滝沢ひまわり会様 (唄)
 コスモス会様 (踊り)
 がまがえる様 (藤原泰雄様) (合唱)
 道草の会様 (唄・踊り)
 サークルいもん様 (唄・踊り)
 あかね会様 (踊り・ハーモニカ)
 岩峰会様 (唄・踊り)
 夢乃会様 (踊り)

社会福祉法人紫波会の動き (平成31年3月～令和元年6月)

3月	6日	第5回部署間連絡会議
	14日	第12回衛生委員会
	22日	第4回理事会 ・平成30年度会計補正予算(第2号)について ・紫波会組織規程の一部改正について ・平成31年度事業計画について ・平成31年度会計予算について
	28日 29日	第12回職員全体会 辞令交付式(退職者)
4月	1日	辞令交付式(正規職員採用、他異動・昇格等)
	3日	新任職員研修
	11日	第1回衛生委員会
	25日	第1回GHやすらぎ運営推進会議 第1回職員全体会
5月	9日	第2回衛生委員会
	10日 13日	第1回入所検討委員会 社会福祉法人紫波会役員選出委員会
	17日	第1回監事会 ・紫波会各事業H31年1月～3月の調査 ・紫波会各会計H31年1月～3月の出納調査
	23日	第1回理事会 ・平成30年度事業報告について ・平成30年度会計決算について ・紫波会定款の一部変更案、定款規則の一部改正について ・就業規則の一部改正について ・職員に関する規定の一部改正について ・勤務時間に関する規定の一部改正について ・経理規程の一部改正について ・災害補償規程の廃止について ・職員の任免について ・役員候補者の決定について ・評議員会の開催について
6月	30日	第2回職員全体会
	3日	辞令交付式(昇格者)
	11日	第1回評議員会 ・平成30年度紫波会事業報告の認定について ・平成30年度紫波会会計決算について ・紫波会定款の一部変更について ・紫波会役員の選任について 第2回理事会 ・理事及び監事の選任について
	13日 20日 27日	第3回衛生委員会 第2回GHやすらぎ運営推進会議 第3回職員全体会

編集後記



社会福祉法人 紫波会

ホームページ URL
<http://www.shiwakai.com/>

下記QRコードからも
 ご覧いただけます。



広報・ホームページへ
 ご意見・ご要望等ござ
 いましたら、下記まで
 ご連絡くださいます
 ようお願い致します。

社会福祉法人紫波会
 特別養護老人ホーム
 にいやま荘
 ☎ 019-676-5777

広報「やき95号」をお届けします。
 今号から、「広報「やき」」の編集委員を再
 編し、新しい委員のもとでお届けすること
 となりました。
 令和の新しい時代も、入所者や利用者の
 皆様の笑顔をたくさん届けられるように発
 行していきたいと思っておりますので、どうぞよ
 ろしくお願いいたします。

●広報「やき」編集委員

- 福 田 一 生 (にいやま荘従来型)
- 畑 山 広 美 (にいやま荘ユニット型)
- 北 條 祥 子 (にいやま荘ユニット型)
- 西 野 愛 菜 (にいやま荘デイ)
- 工 藤 富 男 (あづまね温泉デイ)
- 中 田 有 沙 (グループホームやすらぎ)
- 高 橋 敦 美 (にいやま荘居宅)
- 佐 藤 光 代 (医務部)
- 瀬 川 久美子 (事務)
- 藤 村 宣 平 (事務)
- 小 原 涼 奈 (事務)

ご覧いただき
 ありがとうございます。
 次号もお楽しみに!

