

## 防災教育～水害から身を守るには～

(7/5 那須中央中学校)



(6/29 黒田原小学校)



NAISタイムの一環として「防災教育」が、各小中学校で実施されています。

黒田原小学校では、6年生が大雨災害に備えて自分や家族ができることは何かを考えました。緊急避難指示が出た時の避難場所の確認、移動方法、服装などについて、参観した保護者も一緒に真剣に話し合いました。「自宅に一番近い避難場所は那須中央だが、川を避けるためゆめプラザに避難する」「見つけやすいように目立つ色の服を着る」といった意見が出され、いざという時の行動を確認しました。

那須中央中学校では、全校生徒が参加し、映像や土砂災害の模型、ライフジャケット体験をとおして水害について学びました。講師を務めた県大田原土木事務所の職員は「集中豪雨になると川はすぐ激流に変わり、水が一気に押し寄せてくる。災害時には命を守る行動を取ってください」と水害の怖さを生徒たちに伝えました。

1年2組の平山拳太郎さんは、「映像や模型で、大雨が降った時の川の危険性や雨の災害がどういうものなのかよく分かった」と振り返りました。

## 小学生の職場体験!職場見学!

東陽小学校では、3年前から6年生の職場体験と5年生の職場見学をあわせて実施しています。

6月27日、6年生29人が道の駅東山道伊王野や郵便局、農園などの10事業所に分かれて、1日職場体験を行い、5年生が事業所を訪問し、その仕事の様子を見学しました。

5年生の薄井優心さんは「6年生はみんな頑張っていて、仕事場にあった雰囲気、態度で真剣に仕事をしていました。来年は私たちも真剣に取り組みたいです」と来年の職場体験を楽しみにしていました。



▲働いている方に仕事で大変なことや工夫していること、どんな気持ちで仕事をしているかなどを質問しました

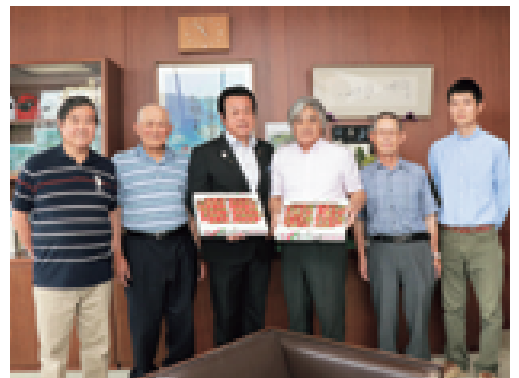
(7/4 特別会議室)

教育旅行で町にホームステイをしたテネシー州立大学の学生らが町で体験したこと、楽しかったこと、驚いたことなどを話してくれました



那須地方夏秋どりいちご生産協議会からなつおとめ2箱をいただきました。ありがとうございました

(7/18 町長室)



## イベント情報

8月～9月

### 那須おんせん朝市

浴衣でお越しの方には、お米2合をプレゼント（先着50名）。買い物した方には、素敵なプレゼント（数量限定）があります。

▼日時 8月毎週日曜日午前7時～10時

▼場所 「バス停那須湯本」から下へ100m

▼問合せ 那須おんせん朝市実行委員会（人見）

☎090・1456・5271

### なすついで祭り

▼日時 8月15日(木)午後4時

▼場所 黒田原小学校校庭

▼内容 盆踊りや打上花火のほか、イベント盛りだくさん。

### 伊王野盆踊り大会

▼日時 8月15日(木)午後7時

▼場所 道の駅東山道伊王野

▼内容 盆踊り大会、花火大会

### 芦野聖天花火大会

▼期日 8月19日(月)

▼場所 芦野仲町通り

▼内容 日本三所聖天の一つ。露店が出てにぎわいます。

▼花火大会 午後7時30分頃～

## リコーダーの優しい音色

7月6日、文化センター小ホールで那須シニアカレッジリコーダー講座10周年記念コンサートが開かれ、メドレー曲、アンサンブル、リクエストを含めて10曲を演奏。観客は、リコーダーの優しい音色に聞き入りました。



▲最後の曲、故郷をリコーダーの演奏にあわせて叙情歌講座の方々と観客がみんなで歌いました

## 食生活を振り返ってみよう!

7月8日、那須高等学校で、町食生活改善推進員主催の「高校生のための食育授業」が行われ、2年生26人が参加しました。高校生になると遠距離通学やお弁当による昼食など生活環境の変化に伴い、食生活も大きく変化します。近年、朝食を食べてこなかったり菓子パンだけで済ませる高校生が多いことから、4人の推進員が、講話の中で「1食に主食1皿、主菜1皿、副菜2皿が基本の食事」と説明し、食を通じた健康づくりについて伝えました。その後、生徒たちはレタスチャーハンと豆腐サラダ作りに挑戦。推進員に作る手順や材料の切り方などを教わりながら慣れない手つきで調理し味わいました。食育授業に参加した平山遥希さんは「朝食は少しずつ食べてくるようにしたい。食事作りを家でもチャレンジしてみたい」と話しました。



在宅医療・介護連携推進会議主催の住民向け講演会「あなたらしい人生の終(しま)い方」理想と現実と譲れないもの」が開かれ、笑いあり、感動あり、そして真剣に「自分の最期」を考えるきっかけになりました(6/30 ゆめプラザ・那須)



ロイヤルリゾート那須マスタークラブ主催の那須の自然・歴史・観光講座(4回目)が開かれ、町内外から21人が参加。山田資料館や渡邊葡萄園醸造、大山別邸などを訪れ、日本遺産に認定された「那須野が原開拓」を学びました(7/18 山田資料館)



伊王野保育園の年長児14人が座禅を体験。姿勢、呼吸、心を静かに整えて、集中力を磨きました(7/5 最勝院)



### 世界の子どもの絵画展

世界の子どもたちが描いた絵画約50点を展示します。

▼期間 8月17日(土)〜25日(日)

▼場所 那須高原ビクターセンター

▼問合せ 世界の子どもの絵画展事務局(さわだ)

☎070-22009-2333

### 大沢の獅子舞

▼日時 9月1日(日)午後2時〜

▼場所 大沢公民館裏

### 一ツ椏の獅子舞

▼日時 9月1日(日)午前6時〜

(雨天中止、参拝のみ)

▼場所 御富士山山頂、鎮守様

### 今年もやります!

### 那須・地ビール祭り2019

日本各地の有名地ビール醸造会社那須に集まります。子どもや大人も楽しめるお祭りです。

▼日時 9月7日(土)正午〜午後9時、8日(日)午前11時〜午後5時

※雨天決行・悪天中止あり。

▼場所 余笹川ふれあい公園

▼駐車場 文化センター

▼問合せ 那須・地ビール祭り事務局 ☎02095588



町教育委員会では、児童生徒の「生きる力」を養うため、学校や家庭、地域とともにさまざまな取り組みを行っています「夢ある子どもを育む那須の教育」について12回シリーズでお伝えします。

# 夢・感動通信

地域学校協働活動で地域の課題にアプローチ

No.8



また、部活動がない水曜日の放課後や、授業がない夏休みに利用して実施する「放課後子ども教室」「サマースクール」などの取り組みも広



炊出し体験（東陽小学校）

先月号では、地域の皆さんと学校がともに汗を流して活動し、地域を元気にしていく「地域学校協働活動」についてお伝えしました。こうした活動により地域と学校の信頼関係が築かれ、パートナーとなって「地域づくり」「学校づくり」を進めることができます。この様な協働活動で、さまざまな地域課題に働きかける事例も見られます。

東陽小学校では、土曜授業を利用して「炊出し体験」を実施し、水の使用が制限される被災時を想定して、炊飯活動を行っています。地域を挙げて防災を考える好事例です。

▼問合せ  
生涯学習課生涯学習係  
☎072-6923

通学路の危険箇所を確認してハザードマップを作ったり、独居老人宅を把握して福祉マップを作ったり……、地域学校協働活動の成果には大きな期待が寄せられています。



平ちゃん先生の自然教室（田代友愛小学校）



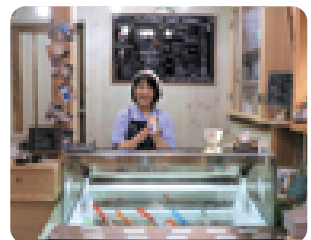
水曜講座（那須中学校）

がっています。地域の皆さんの専門性を生かして、子どもたちの豊かな体験の場を作るとともに、安心して過ごせる居場所をつくることにつなげていきます。

那須のいろいろなおいしいものを、作る人の思いも一緒にご紹介。

## ほっとひと息

ゆっくりのんびりできる空間



オーナーの長堀恵美子さん。ジェラートは常時10種類。味は季節で変わります

今の季節のおススメは  
とちおとめのイチゴジェラート☆



黒板はお絵かき自由。外にはブランコとハンモックがあり、大人も子どもも楽しめます



長堀さんが一目惚れしたオシャレな外観。2階の窓際の席は風も入り、特等席です！

「ジェラートが大好きで、那須に来たら必ず食べていました」と話すのは、ジェラートのお店「まじよの森」のオーナー、長堀恵美子さん。東京で仕事をされる傍ら、震災後の福島県や宮城県、岩手県の保育園で、読み聞かせボランティアをしていたときに、よく那須に遊びに来ていたそうです。そして、現在のお店の建物に一目惚れし、アットホームな内装に変え、昨年7月に大好きなジェラートのお店を始めました。

当初メニューはジェラートと「観光客はもちろん、地元の方もリピーターとして来てくれているのがとても嬉しいです。お客さま目線を無くさず、ゆっくりのんびりできる空間を試行錯誤しながらつくっていきたいと思っています」長堀さんのあたたかな思いが詰まった空間で食べるジェラートの冷たさが、夏を心地よくしてくれます。



**まじよの森**  
☎0287-73-8482  
木曜定休、月1・2回運休



**イチゴ農家**  
**畠山 奈々子さん(千振)**



畠山奈々子さんは、大学生のときに「夏のイチゴは珍しい」と大学の教授から聞き、夏秋いちごの勉強を始めました。4年前に、農家で果物や野菜を栽培している両親から「夏秋いちごなつおとめ」の栽培を引き継ぎ、就農しました。初めの年は、苗づくりに苦戦。2年目は、経費削減のためミツバチの数を減らしたら受粉に失敗。3年目は酷暑。今年は日照不足と、毎年さまざまな問題に奮闘しているそうです。

「問題が発生するたび大変ですが、毎年新たな発見があるのでイチゴ栽培は楽しいです」。なつおとめの特長は、酸味がさわやかでアイスやケーキのクリームとの相性が良いこと。イチゴ栽培と発見を楽しむ畠山さんとの相性も抜群です。

**短歌**

合歓の木に木通の弦の絡まりて  
 花か実か鎌持ちて思案す  
 息せず生まれし仔牛に涙して  
 無言で朝の乳を搾りぬ

中島 君江  
 塩島 恵子

**遊行柳投句箱**

蛙鳴く遊行柳の幹回り  
 梅雨晴間遊行柳と白い雲

加須市  
 大田原市  
 井上 昌子  
 大越 秀子

**俳句**

野良仕事日差し燦々梅雨晴間  
 海の日や海なし県に今は住み  
 夏座敷ねる児の頬を撫てる風  
 梅雨晴間カラスが狙ふ犬の餌  
 晩節を汚すことなく沙羅の花  
 嵐去り子等の木登り青胡桃  
 村と村つなぐ野の川姫女苑

平岡 丈子  
 角田富美子  
 七海 英音  
 仲川 光風  
 小森 静江  
 白田 静江  
 大島 昇  
 郷 華  
 齋藤 照代  
 長島 啓子  
 岡部 慶子  
 津田イツ子  
 鮎瀬 汀  
 松浦 秀文  
 井出かへい  
 中島 慶子  
 山口 生石

**那須文芸**

甘かりしアイスクャンデーあの戦後  
 海の日波の静かや誕生日  
 禅寺の零雨に烟る濃紫陽花  
 峰雲や佐渡の入江の鹽船  
 肺病みし兄の青春青胡桃  
 風入れて足音まつや夏座敷  
 実梅落つびくりと動く猫の耳  
 青胡桃少年の日の足の傷  
 夏つばき二階の窓の開かぬ家  
 夏座敷廊下に覗く庭の池

山口 生石  
 中島 慶子  
 井出かへい  
 松浦 秀文  
 鮎瀬 汀  
 津田イツ子  
 岡部 慶子  
 長島 啓子  
 齋藤 照代  
 郷 華  
 大島 昇  
 白田 静江  
 小森 静江  
 仲川 光風  
 七海 英音  
 角田富美子  
 平岡 丈子

**「広報那須」に広告を掲載しませんか**

- 広告の大きさとお掲載料  
 1号広告 縦5cm 横17cm 20,000円  
 2号広告 縦5cm 横8cm 10,000円
- 掲載方法  
 掲載希望発行日の2カ月前までに申込みをし、版下原稿を作成・提出してください。
- 申込み・問合せ 総務課秘書広報係  
 ☎72-6901

**那須文芸への出句について**

- 出句は楷書でお願いします。判別できない場合は掲載になりませんのでご注意ください。
- また、電話番号の記入をお願いします。
- 締切り 8月19日(月)
- 俳句の送付先  
 〒329-3222 那須町大字寺子丙3-166  
 田中 義郎 ☎72-5044
- 短歌の送付先  
 〒329-3292 那須町大字寺子丙3-13  
 総務課秘書広報係 ☎72-6901

# 子育て相談支援

子育て支援センターでは、子育ての不安、子どもの発達に関する相談をお受けしていますので、気軽にご利用ください。なお、平日お出かけできない方のために次のとおり相談日を設けています。

■日時 8月17日(土)、9月21日(土)

午前9時30分～午後4時

※別日の希望があるときは、ご相談ください。

■場所・問合せ 子育て支援センター ☎71-1137



## 無料相談会

### 心配ごと相談

▼日時 8月21日(水)午前10時～午後3時

▼会場 ゆめプラザ・那須  
▼内容 身の回りの心配ごと  
▼応対者 民生委員3名  
▼問合せ 那須町社会福祉協議会 ☎5133

### 交通事故巡回相談

▼日時 8月23日(金)午前10時～11時20分、午後1時～2時20分  
▼会場 那須塩原市役所  
▼内容 交通事故など  
▼応対者 交通事故相談員1名  
▼予約方法 3日前までに電話で予約し、予約がない場合、巡回相談は実施しません。

▼申込み・問合せ 県民プラザ ☎028-623-2188

### 不動産相談

▼日時 8月23日(金)午後1時30分～3時30分

▼会場 不動産会館県北支部  
▼内容 不動産取引など  
▼応対者 相談員2名  
▼問合せ 宅建協会県北支部(那須塩原市) ☎66677

### 人権相談

▼日時 8月26日(月)午前9時30分～正午

▼会場 ゆめプラザ・那須  
▼内容 人権に関する相談(職場でのパワハラ、学校でのいじめ、言葉の暴力など)  
▼応対者 人権擁護委員2名  
▼問合せ 保健福祉課福祉係 ☎6917

### 行政相談

▼日時 9月6日(金)午前9時～正午  
▼会場 ゆめプラザ・那須  
▼内容 行政上の困りごと  
▼応対者 平山英夫行政相談委員  
▼問合せ (自宅) ☎5234

### 広域無料法律相談

▼日時 9月12日(水)午後1時30分～4時30分  
▼会場 トコトコ大田原3階市民交流センター(大田原市中央1-3-15)  
▼内容 法律上の困りごと  
▼定員 18名(定員になり次第締切り)  
▼予約方法 9月5日(水)～11日(水)の期間に電話で予約をすることが出来ます。

▼申込み・問合せ 大田原市総務課 ☎0287-23-1111



## 消費の豆知識

使用中に偽の警告表示! 慌てて事業者に連絡しないで



### 事例

パソコンでインターネットを使用していたら、突然大きな警告音が鳴り、画面にウイルス感染の表示が出た。驚いて表示されている電話番号に連絡すると、「ウイルスに感染している。3年間のサポート契約が必要」と片言の日本語で言われ、約5万円をカード決済した。遠隔操作で何か作業されたが、不審な気がしたので解約したいとメールで連絡したが、返信がない。(60歳代女性)

### ひとつの助言

警告画面が表示されても、慌てて事業者に連絡したり、セキュリティソフトやサポート等の契約をしないようにしましょう。事例のような警告画面は偽の表示である可能性が高いと考えられます。その場合には、画面を閉じましょう。

悪質商法や多重債務などの消費生活に関する相談は、「那須町消費生活センター」へ!

■開所日 月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く)  
■時間 午前9時～正午、午後1時～4時  
■場所 那須町役場内1階東側  
■電話 0287-72-6937

「消費者ホットライン」3桁の電話番号188番へ  
土日など役場がお休みの時にも、相談可能な窓口へおつなぎします。(年末年始を除く)

「警告画面が偽かどうかの判断がつかない」「セキュリティソフト等を契約インストールしてしまつた」「警告画面が消えない」等の対処方法については、独立行政法人情報処理推進機構(IIPA)のホームページを参考にしたり、情報セキュリティ安心相談窓口にご相談しましょう。解約しようとしても、手続きがスムーズに進まないケースもあります。困ったときは一人で悩まず相談しましょう

▼問合せ  
○那須町消費生活センター ☎6937  
○栃木県消費生活センター ☎028-625-2227

# 令和元年8月・9月のカレンダー

8月10日～9月9日

<b>8月</b>	
<b>10</b> 土	
<b>11</b> 日	那須おんせん朝市(湯本) 休日当番医診療 なすのクリニック (☎60-5211) 休館 (ゆめプラザ・那須)
<b>12</b> 月	休日当番医診療 中川医院 (☎62-0040) 休館 (ゆめプラザ・那須)
<b>13</b> 火	休館 (図書館、スポセン、文セン、探訪館、野外、ゆめプラザ・那須)
<b>14</b> 水	休館 (りぼーる)
<b>15</b> 木	なすっご祭り(黒田原小) 伊王野盆踊り大会(道の駅東山道伊王野)
<b>16</b> 金	
<b>17</b> 土	恐竜くんトークショー(文化センター) 世界の子どもの絵画展 (那須高原ビジターセンター 25日まで) 子育て相談 (子育て支援センター 午前9時30分～午後4時)
<b>18</b> 日	那須おんせん朝市(湯本) 毎月第3日曜日は家庭の日です。 ～家庭のきずなを深める日としましょう～那須町教育委員会 休日当番医診療 見川医院 (☎76-2204)
<b>19</b> 月	芦野聖天花火大会 休館 (図書館、スポセン、文セン、探訪館、野外)
<b>20</b> 火	休館 (ゆめプラザ・那須)
<b>21</b> 水	心配ごと相談 (ゆめプラザ・那須 午前10時～午後3時) 休館 (りぼーる)
<b>22</b> 木	
<b>23</b> 金	交通事故巡回相談 (那須塩原市役所 午前10時～、午後1時～) 不動産相談 (不動産会館県北支部 午後1時30分～3時30分)
<b>24</b> 土	

<b>25</b> 日	那須おんせん朝市(湯本) 休日当番医診療 黒磯病院 (☎62-0961)
<b>26</b> 月	人権相談 (ゆめプラザ・那須 午前9時30分～正午) 休館 (図書館、スポセン、文セン、探訪館、ドーム、野外)
<b>27</b> 火	休館 (ゆめプラザ・那須)
<b>28</b> 水	休館 (りぼーる)
<b>29</b> 木	
<b>30</b> 金	
<b>31</b> 土	第24回那須地区郷土芸能フェスティバル (道の駅東山道伊王野)
<b>9月</b>	
<b>1</b> 日	大沢の獅子舞 一ツ樅の獅子舞 休日当番医診療 あしのメディカルクリニック (☎73-8885)
<b>2</b> 月	休館 (図書館、スポセン、文セン、探訪館、ドーム、野外)
<b>3</b> 火	休館 (ゆめプラザ・那須)
<b>4</b> 水	休館 (りぼーる)
<b>5</b> 木	広報9月号発行 第42回少年の主張発表那須地区大会(文化センター)
<b>6</b> 金	行政相談 (ゆめプラザ・那須 午前9時～正午)
<b>7</b> 土	那須・地ビール祭り2019 (余笹川ふれあい公園)
<b>8</b> 日	那須・地ビール祭り2019 (余笹川ふれあい公園) 休日当番医診療 大島内科小児科医院 (☎62-0106)
<b>9</b> 月	休館 (図書館、スポセン、文セン、探訪館、ドーム、野外)

※休館案内 表示と問合せは以下のとおりです。

図書館：那須町立図書館 (☎72-5840)、スポセン：那須町スポーツセンター (☎72-5959)、文セン：那須町文化センター (☎72-6565)、探訪館：那須歴史探訪館 (☎74-7007)、ドーム：那須スイミングドーム (☎72-6788)、野外：那須町野外研修センター (☎74-3711) ゆめプラザ・那須：那須町子ども未来課 (☎72-6959)、りぼーる：りぼーる・たなか (☎73-5347) です。


※検診等は保健センターだよりをご覧ください。※内容等は変更になる場合もあります。

## 8月の納税 納期限 9月2日(月)

- 町県民税2期
- 国民健康保険税2期
- 介護保険料2期
- 後期高齢者医療保険料2期

納め忘れの町税はありませんか？  
今一度ご確認ください。

○納税は便利な口座振替で！ ○コンビニでも納められます。  
○クレジットカード納付や、ヤフー公式アプリでの納付もできます。  
(クレジットカードの納付は町県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税のみ納期限内に限ります。詳しくは税務課まで☎72-6904)  
※毎週金曜日は、午後7時15分まで税務課窓口で町税の納付ができます。



広報那須9月号 9月5日(木)発行

# 「殺生石」物語考

物語の概略⑯

那須野に隠れ潜んだ金毛丸尾白面の狐は、遠近の民家や往来の旅人を襲い、人々は老若男女の区別無く喰われ、或いは喰われずに隠され、行方知れずになった。宗重の家来や婦女子にさえ失せる者があり、那須宗重は、那須家の面目にかけて、再び大規模な狩りを催した。が、山奥の大穴に、夥しい人骨と、かみ殺されたまま山積みになされた死体を、むなしく、発見するのみであった。

宗重は、事の重大さに、自ら上京しようと決心する。が、その上京を阻止するかのようになり、那須家に不思議が起こった。宗重の妻が突然二人となり、夫の宗重にも、どちらがどちらか、その虚実を見分けることはできない。しかし、宗重は庶民の歎きを優先し、あえて、京都へ向かう。

関白忠実公の朝議において、安倍泰親は、朝廷に伝来する宝鏡のみが、宗重夫人の真偽を明

らかにするものだと言し、宗重にそれが貸し与えられる。

宗重一行が宝鏡を護りながら、勢多の橋を渡り終えた時である。後方から、騎馬の一団が追いかけて来た。先頭には安倍泰親がいる。泰親は、那須宗重に、朝廷の事情が変わって宝鏡をいったん都に持ち帰ると説明した。しかし、この言を怪しんだ宗重は、離京の際泰親がくれた山鳥の尾の護符を取りだし、それを輪にして彼らの姿を見た。すると、輪の中の泰親や従者たちの顔は皆狐顔である。宗重は、即座に、剣を泰親に浴びせた。すると、化生の泰親は、その切っ先をかわし、一団は何処へともなく消え去った。

この事件を京都へ注進するとともに、宗重は急ぎ、那須の地に帰郷した。館ではすでに、虚の妻は消え失せており、実の妻のみが彼を出迎える。

筆者 前那須歴史探訪館 館長

齊藤 宏壽 先生(湯本在住)

今月のひとこと

天球儀を皆で囲みし理科室は  
どの辺りだろう廃校跡地

## かつこう

イチゴには、ビタミンC、カルシウム、葉酸、カリウム、マグネシウム、食物繊維、鉄分など栄養素がたくさん含まれています。なつおとめの収穫時期は7月頃から10月頃まで。夏秋にもおいしいイチゴが食べられるなんて嬉しいですね。いよいよ夏本番。なつおとめを食べて、暑い夏を乗り切りましょう。⑧

高校生のための食育授業の取材。24時間いつでも簡単に食べたいものが手に入る時代。主食・主菜・副菜をバランス良く食べる：わかつてはいても、時間がたつと、面倒でついつい：同世代の子を持つ親としても耳が痛く、自分や家族の食生活を振り返り反省しました。そして、自分が子どもの頃、理想的な食事が食卓に並んでいたことを思い出し、親の有り難みと食育の大切さを改めて感じました。⑨

ようやく本格的な夏到来。先日取材に行った黒田原の夏まつりも篠突く雨あがりの夏空の下、盛会に開催された。実行委員や町内外の出店者、子ども連れの家族、高校生やお年寄り。そこには地域の人々の笑顔をつなぐコミュニティがあった。暑い中、準備や交通整理を行う裏方たち、それぞれが役割を果たすことで地域行事が実現している。これらは地域づくりにつながる重要な過程であると感じた。⑩

## こんにちは 赤ちゃん



齋藤 いちか 一華ちゃん (小深堀)

平成30年 11月28日生

父 憲章さん 母 美香さん

一華ちゃんは…

おじいちゃんのことを大好き!いつもありがとう♡

「こんにちは赤ちゃん」コーナーの写真を随時募集しています。詳しくは総務課秘書広報係(☎72-6901)まで。

## 町の世界帯と人口

(7月1日現在・住民基本台帳)  
( )の数字は前月比

・世帯数 10,338世帯 (-17)  
・人口 25,149人 (-16)  
男 12,494人(+7) 女 12,655人(-23)

## あなたの「声」をきかせてください

地域の身近な情報や、広報「那須」の感想・ご意見をお待ちしています。お名前と連絡先とともに下記までお寄せください。