

梅雨に入り、柿の木の池で睡蓮に蛙がひと休み



発行所: ほかにわ共和国  
発行責任者: 志賀俊紀  
編集責任者: ほかにわ広報部



## 合格ラインは何パーセント デイ雲柿の木 所長 原口由紀子

先日、田んぼの準備が始まつた水路に利用者がごみを投げ込んだとお叱りを受けました。農家については大切な水路ですから、職員が謝罪し、その場をおさめて頂きました。

ご本人には繰り返し言い聞かせ、職員が手をつなぎ移動していますが少しの隙を見逃さず、走ります。

勢いよく流れる水路に葉っぱを投げて流れを楽しむ障害特性を住民が容認できずとも、ペナルティはありませんが、発信も行動もペナルティも全て片方が負わなければならぬこの状況は、多くの施設が感じている実態であります。

わざわざ、「地域で暮らす」といわなくとも、障害者はこれまでもずっと地域で暮らしますので、本当は「福祉施設が地域で営む」が課題なのです。施設がどうすれば地域に受け入れられるかを従事する職員は、悲しいほど

人手に協力する役割を果たし、波風を立たせず、じっと息を潜めている感覚が私にはあります。

一体全体どうすれば省庁の言う地域連携が合格するのか、理解で

きないのです。それでも施設は地域連携推進を求められるのでしょ

う。しかし、人口減少、少子化、そして高齢化で地方が喘ぎ、国が迷走し、世界各地で争いが起きています。会を持つことに期待しているとし

ています。

現実は、自己主張など極力控え、人手に協力する役割を果たし、波風を立たせず、じっと息を潜めている感覚が私にはあります。

今法人の農福連携という部分で、大きく助けています。農福連携の事を知り、試しにジャガイモ掘りをお願いした。頃、町のソフトボールクラブで私がセンター、理事長がライトを守っていたそれ以来の関係です。

**ほかにわ共和国からのお知らせ**

高校生福祉講座が8月24、25日開講します。  
高校生のみなさん、たくさん参加してください！

9月にはほかにわ共和国後援会総会・研修会が開催予定です。研修会について、会員の皆様の率直なご意見をお聞かせ頂きたく、アンケートをとることになりました。ご協力お願いします。

法人設立20周年を迎える11月、記念式典が開催予定です。

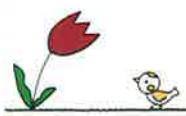


ジャガイモの選別作業をする(有)ステーションほかにわの皆さん

結果は意外と合格点の仕事振りで、「みんなのおかげで今日は、さばけた。ありがとう。」と言うと、「慣れどるけんね、また明日来るけんね」と帰つて行つた。以来十

年程になるが若干のメンバー交代はあつたがすっかり気心の知れた関係で、我家には、なくてはならない戦力です。適正を見極め、ここまでにメンバーを指導した先生方に脱帽です。

次もよろしくねー。



平成二十七年四月発行の法人誌の表紙面に、「障害者が地域で暮らす」が、グランドデザインとなつた

実施はよくある方法です。受け身ではなく、施設が能動的に発信す

ることで、理解をしていただけま

す。しかし、人口減少、少子化、そ

の表紙面に、住民が参加可能な様々な行事の実施はよくある方法です。受け身ではなく、施設が能動的に発信することで、理解をしていただけます。しかし、人口減少、少子化、そして高齢化で地方が喘ぎ、国が迷走し、世界各地で争いが起きています。会を持つことに期待しているとします。しかし、人口減少、少子化、そして高齢化で地方が喘ぎ、国が迷走し、世界各地で争いが起きています。会を持つことに期待しているとします。

実施はよくある方法です。受け身ではなく、施設が能動的に発信すこと

で、理解をしていただけます。

実施はよくある方法です。受け身ではなく、施設が能動的に発信す

ることで、理解をしていただけま

す。しかし、人口減少、少子化、そ

の表紙面に、住民が参加可能な様々な行事の実施はよくある方法です。受け身ではなく、施設が能動的に発信すこと

で、理解をしていただけます。

実施はよくある方法です。受け身ではなく、施設が能動的に発信す



## 平成23年 利用者朝礼の様子

最後になりますが、日々に人口の減少下と言われていますが、障害児者がいる限り私たちに求められていることは変わりません。人材確保に力を注ぎ、これからも法人ならびに施設の取り組みを模索しながら邁進して参ります。

今年度より、障害者支援施設八雲寮に異動となりました。私の勤務履歴としては、平成十四年入職し八雲寮が初めての勤務先です。その後は通所事業所や宿泊型施設、グループホームと法人内の事業所を経て、数多くの利用者と接してきました。久しぶりの人雲寮でまず感じたのは、利用者の高齢化や重度化でした。当たり前の話ですが、人は歳を取り老いてゆくものです。当時三十代から四十代が中心となり、農業を主体とした活動が盛んでしたが、現在では携わることの出来る利用者が激減しているのです。その一方、リハビリや機能維持を主体とした活動が

これからのあるべき姿

特集

## ほかにわ共和国の動き

7 / 1	物故者法要
8 / 24 ~ 25	高校生福祉講座
9月中旬頃	理事会
10 / 13	秋季大運動会
11 / 4	20周年記念式典
11 / 9	神社祭

令和5年度 決算報告

【社会福祉法人ほかにわ共和国】

【資金収支計算書の要旨】		【事業活動計算書の要旨】		【貸借対照表の要旨】	
科目	金額(千円)	科目	金額(千円)	科目	金額(千円)
事業活動収入	547, 652	サービス活動収益	538, 618	資産の部	
事業活動支出	529, 418	サービス活動費用	548, 339	流動資産	628, 764
事業活動資金収支差額	18, 234	サービス活動増減差額	▲ 9, 721	固定資産	654, 664
施設整備等収入	3, 179	サービス活動外収益	9, 033	(基本財産)	460, 523
施設整備等支出	34, 481	サービス活動外費用	8, 542	(その他の固定資産)	194, 141
施設整備等資金収支差額	△ 31, 302	サービス活動外増減差額	491	資産の部合計	1, 283, 428
その他の活動収入	2, 500	経常増減差額	▲ 9, 230	負債の部	
その他の活動支出	0	特別収益	3, 212	流動負債	57, 177
その他の活動資金収支差額	2, 500	特別費用	3, 042	固定負債	58, 197
予備費支出	0	特別増減差額	170	負債の部合計	115, 374
当期資金収支差額合計	△ 10, 568	当期活動増減差額	▲ 9, 060	純資産の部	
前期末支払資金残高	608, 474	前期繰越活動増減差額	941, 520	基本金	5, 559
当期末支払資金残高	597, 906	当期末繰越活動増減差額	932, 460	国庫補助金等特別積立金	107, 535
		基本金取崩額	0	その他の積立金	120, 000
		その他の積立金取崩額	2, 500	次期繰越活動増減差額	934, 960
		その他の積立金積立額	0	純資産の部合計	1, 168, 054
		次期繰越活動増減差額	934, 960	負債及び純資産の部合計	1, 283, 428

売りたか。なう@

夏本番！草が生い茂っていたり、木の枝が伸びてお困りのところはありますんか？

コミュニティーほかにわの環境整備班は、地域より剪定、消毒及び清掃、整備等の作業を受注し様々な作業を行っています。この時期、特に多いのが庭の剪定や除草作業です。時には雨の中カッパを着て作業し、夏は暑い中、汗をかきながら作業に取り組んでいます。作業が終わると一面



### 二、三、酒之三（理窟观）

$T_{\text{fix}} = 0.05 \text{ } z = 8.75 \text{ } 5.83 \text{ } 0$

私は、六年くらい前からウォーキングをしています。歩くことは腰痛改善の為、良いと言われて始めました。最初は家の周りを少しづつでしたが徐々に腰痛も改善して、長く歩けるようになり、今では一万歩を目安に景色の良い長い一本道や坂道の多いきつい場所など、コースを決めて、少し早めのスピードで歩いています。歩いた後はきつがつたりしますが良い気分になり、また歩こうという気持になります。歩くことは健康にもいいので運動不足かなと思われる方は是非、取り組んでみてはどうでしょうか。





• תְּהִלָּתָן

私は、六年くらい前からウォーキングをしています。歩くことは腰痛改善の為、良いと言われて始めました。

(副主任 濱田由佳)



(ワークネットやはた 井上辰也)



## 障害者スポーツ大会

5月13日（日）第24回長崎県障害者スポーツ大会が開催され、ボウリング競技とフライングディスクに出場しました。

ボウリングは長崎ラッキーボウル、フライングディスクは諫早県立総合運動公園での開催で、当日は天候も良く、スポーツ日和でした。

競技は午前と午後に分かれての実施となり、両競技とも参加者の能力毎に分かれ点数を競い合い頑張りました。終了時にはメダルの授与も執り行われ、あと少しでメダルを獲れた利用者の方もいましたが、最後は競技に参加しての感想から「また参加したい」と希望を聞くことができたので良かったです。来年は練習の成果を発揮し、全員がメダルを獲れるといいですね。



フライングディスク楽しかったです



メダルとったぞ！

(井上)

## New Face～職員紹介～

八雲寮へ新しく仲間入りしました。宜しくお願いします。



永友 正



松田 悅子



福田 末光

その為に日頃の訓練で、利用者一人ひとりの行動を理解し、安全に避難誘導を行えるように職員間の危機管理も共有しておく必要があると実感する。災害が起きた状況に応じてパニックを起こさないように対応ができるかを考えてしまう。

会に適切な対応を身につけていかたいものだ。（主任 山本智恵美）

毎年恒例のカラオケでは涙を流しながら熱唱される方もいて、いつもとは違う歌声を披露してくれました。収穫された作物に感謝して

お腹が満たされた頃にステージイベントでは「ピンボールベジタブル」ゲームを行いました。じゃがいもとたまねぎを転がして得点を競うゲームで今回初めてということもあり大いに盛り上がりました。

云寮・デイ雲合同で収穫祭が開催されました。今年収穫したじゃがいも、たまねぎを使い、カレーライス、フライドポテトコロッケの他にそうめん、フルーツポンチなどたくさんの料理が振舞われました。人気のあるカレーでは長い行列が出来るほど大好評でした。

## 作物に感謝を！



## 障碍者支援施設 八雲寮広報部

これからも法人理念である「共汗共育」を目指し一緒に作業をがんばりましょう。  
(福田義郎)

### 今後の行事

8月  
夕涼み会  
小G活動（野球観戦）  
帰省（予定）

9月  
お月見会

10月  
ほかにわ秋季大運動会



巨大ピンボールにワクワク



バックダンサーも加わり熱唱！

### 当たり前に、Eat (食べる) Buy (買う)

6月19日、南島原市発行の「いーとぱいチケット」を使用し、食事と買い物を楽しみました。外出をする前に店舗でチケットが利用できるかを調べ、「何を食べたいのか？」「何を買いたいのか？」と、利用者の方々と一緒に活動内容を決めました。外出された2名は外食、買い物等、満喫することができ、楽しいホーム外出となりました。

私自身、入社して約10年になります。千代垣荘の方々を見守る中で「できることは自分でする」という姿勢に感動しています。これからも、寄り添った支援ができるように頑張っていきます。（岡部）



## じゃがいも雑感！



## がんばらんば宣言

今回ご紹介するのは・・・？



井上裕文さん

笑顔が素敵  
な井上さん  
「これから  
も加工班で  
紙ちぎりの  
作業を頑張  
ります。」



中庭で行ったボール遊び

## 皆で作る芸術作品

創作活動の時間では、季節感を感じられて、個性を大事にした作品作りを心掛けています。

いつもは玄関や居室の壁に展示しデイ雲を彩っていますが、1年の集大成を2月の活動発表会で皆さんに披露します。その為、創作時はみんな集中し、自分の中にある最高傑作を出し切ります！みんなが簡単に作れる事ができ、個性が發揮される作品…ひねり出しています！（荒木）



児童指導員 小林真那加さん  
保育園で保育士として働いた経験を活かして様々なアイデアを子ども達に提案し、楽しく接していくけたらと思います。



看護師 永野やよさん  
利用者様に寄り添い、日々安心安全そして楽しく活動が出来る居場所と一緒に創っていきたいです。よろしくお願いします。

毎週土曜日の午前中、デイ雲ではレクリエーションと一概に言つても室内で行つたり、体育館・中庭を活用したりと様々です。また季節に応じた活動やカラオケ等、皆さんで楽しみ、有意義な時間を過ごして貰えるよう活動しています。

今年度は私と熊本支援員が担当者として、毎回創意工夫をし活動内容を考えています。利用者の皆さんは様々な障害を持たれていますが、それぞれが楽しめる内容を考え、色々な事に挑戦してもらいました。



“ほかにわ”的文字を使った連想ゲーム

副主任 高松 豊

エーション活動をしています。レクリエーションと一概に言つても室内で行つたり、体育館・中庭を活用したりと様々です。また季節に応じた活動やカラオケ等、皆さんで楽しみ、有意義な時間を過ごして貰えるよう活動しています。

今年度は私と熊本支援員が担当者として、毎回創意工夫をし活動内容を考えています。利用者の皆さんは様々な障害を持たれていますが、それぞれが楽しめる内容を考え、色々な事に挑戦してもらいました。

毎週土曜日の午前中、デイ雲ではレクリエーション活動をしています。レクリエーションと一概に言つても室内で行つたり、体育館・中庭を活用したりと様々です。また季節に応じた活動やカラオケ等、皆さんで楽しみ、有意義な時間を過ごして貰えるよう活動しています。

今年度は私と熊本支援員が担当者として、毎回創意工夫をし活動内容を考えています。利用者の皆さんは様々な障害を持たれていますが、それぞれが楽しめる内容を考え、色々な事に挑戦してもらいました。

## 土曜日のお楽しみ



実施した内容として体育館を使用し、地面に設置したコンテナを的に玉入れをしたり、多目的室を使用し脳トレを

しました。カラオケは皆さん特に樂

しみにされているようです。参加され

ました。カラオケは皆さん特に樂

しみにされているようです。参加され



## 九州旅行！大分・呼子へGO！

今年度から小G活動で外泊を解禁しました。その第1弾として「九州1泊旅行」を計画しました。CMの杉乃井ホテルに誘われて「ここに行ってみたかあ」と話に上がり、目的地を杉乃井ホテルに決定しました。

天候にも恵まれ大分市のマリーンパレス水族館や国立公園高崎山自然動物園を観光し、ホテルへ到着しました。

入浴した展望露天風呂では景色がすごかあ・きれかあなどの声が聞かれました。

2日目には佐賀県の呼子のイカを目指して車を走らせました。本場のイカは滅多に食べれるものではないので、美味しいと言ひながら完食。嬉野で休憩をとり、本場のお茶を飲んでホームに帰ってきました。

皆からは来年も行きたい・楽しかったなどの声も聞かれ、満足してくれたので良かったです。（池永）



（谷口）  
一歳でした。三十五度の気温の中で、地元の人は、冷蔵庫もクーラーもない生活を涼しい顔をして働いていました。子供と若い人しか見当たらませんでしたが、一〇年後はどんなに変化しているか楽しみです。

今、私は、次の言葉に共感します。しあわせを感じることは自分を「仕事」に「合わせる」と願いは同じです。  
そんな中、誰もが「普通の場所で、普通の生活をする」と願いはわれています。

短冊にこめ、職務に繋げたいです。

統括 井村一美

優勝は玉垣荘。上手に相手チーム返したり、ボールを追つたりと一生懸命参加する利用者さん。実力差が出にくいうように二パートに分けて試合を行いました。普段は車椅子や歩行が不安定な為に出席を敬遠される方々も椅子に座つての参加で楽しそうにプレイされていました。自分がボールを相手チームに返した時は満足そうでした。（田栗）

滑り込んでボールをキャッチしたり、ボールを追つたりと一生懸命参加する利用者さん。実力差が出にくいうように二パートに分けて試合を行いました。普段は車椅子や歩行が不安定な為に出席を敬遠される方々も椅子に座つての参加で楽しそうにプレイされていました。自分が印象深かったです。自分がボールを相手チームに返した時は満足そうでした。

## 初開催！自治会ビーチバレー大会

共同生活援助事業所  
(介護サービス包括型)  
悠炉里広報誌



## 笑ってストレス発散！お笑いライブ

南島原市主催の有家町で開催された爆笑ものまねライブへ行ってきました。

テレビの中で見る芸能人を見る！と行く前から凄く楽しみされていたライブ。いざものまねが始まると前のめりになり拍手をしながら終始見入られており、楽しめている様子でした。あつという間2時間のライブが終了～。皆さん「楽しかった～」と笑顔で話されていて、体感する活動を今後も取り組みたいと感じた1日でした。（大平）



福岡空港から三月のある日、カンボジアに飛びました。ホーチミンでトランジットして、中国政府が作った斬新なシユリンプアップ空港に到着。

アンコールワットは、ジャングルの中にあり、樹木が巻き付いて崩れそうになっている場所があり、一万九千歩いてもまだ三分の一でした。三十五度の気温の中

で、地元の人は、冷蔵庫もクーラー

もない生活を涼しい顔をして働いていました。子供と若い人しか見当たらませんでしたが、一〇年後はどんなに変化しているか楽しみです。

（谷口）

私は悠炉里にはじめて勤務す

るようになり、今、しあわせですか？と自問すると、私は幸せですか？と答えます。

なぜなら、家族がいて、仲間もいる。喜怒哀樂がある環境の中、幸福を感じているからです。

一説に、「あわせ」は「巡りあわせ」から一人一人の幸福感を得ることで周りの人との協力やご縁の中で成り立っていくと言えています。

（谷口）

私は悠炉里にはじめて勤務す

るようになり、今、しあわせですか？と自問すると、私は幸せですか？と答えます。

なぜなら、家族がいて、仲間も

いる。喜怒哀樂がある環境の中、

幸福を感じているからです。



リレーでは、気合充分。全員で応援し盛り上りました



パン取り競争では、笑顔でゴール



隅々まで丁寧に

があります

Q 特技は？

「オセロは誰にも負けない自信  
があります」

Q 趣味は？

「絵を描くこと、ウォーキング  
をしながら景色を見たり買い物  
に行く事です」

## 継続は力なり

競技は玉入れや徒競走、パン取り競争などそれぞれが自分の力を發揮することができます。

リレーでは、見事予選一位で通過し決勝に臨みましたが結果は惜しくも四位という結果。来年は一位を目指します。

(古賀)

達とも交流ができました。

昨年は、コロナの影響で半日開催でしたが、今年は一日開催となりました。参加者は長崎県内の施設で、ボランティアも含め、おおよそ二千人程度の規模での開催。競技もですが、他施設の方や久しぶりに会う友

達とも交流ができました。一生懸命に参加されていました。



## 高工賃を目指して

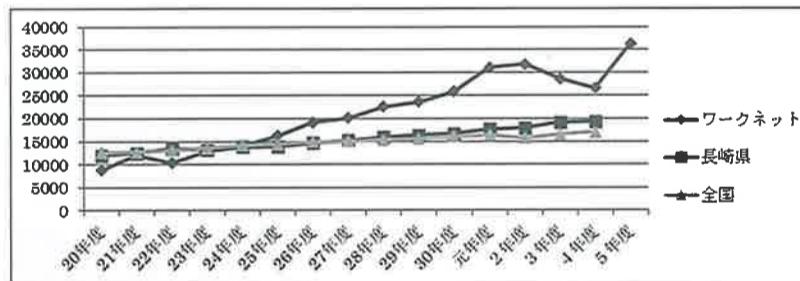


就労継続支援B型事業所の最大の目的は、利用者の仕事を確保すること、毎日の作業を安全に提供することが最大の事業所条件と認識しています。併せて、労働の対価としてお金を支給する事は必要不可欠なディーセントワークの第一条件です。

障碍者の“働く”には、生きがい的生産活動という言葉がよく使われます。もちろんとても大切なことはありますが働くから幸せに暮らすことを連動して導き出していくために、その為の仕事が需要あります。

### 平均工賃月額の推移

令和6年度 平均工賃月額目標 36,920円



## ワークネットやはたの今日のこの人



今回は「前田 三四男」さんです。

Q 休日の過ごし方を教えてください。

「テレビを見てます。特に、仮面ライダーが大好きで変身ベルトも沢山持っています。音楽を聴くのも好きで、AKBをよく聴いています」

Q 好きな食べ物は？

「バナナ、ケーキです」

被服班では、アイロン作業に従事されており仲間と協力しながら毎日頑張られています。これからも元気に通ってきてくださいね。



## 散歩道

昨日、学校の部活動を教職員の負担軽減及び少子化等の対策で地域に移行し活動する動きが国主導で進みつつある。

過疎地域の単独校では、人数

が足りず、複数校の生徒が集まる部活が多く諦めていた生徒達が選択肢が増え、大きな転換期を迎えているようだ。

一人でも多くの子供が活躍できる「場」可能性を引き出せる「場」が増え、子供たちを主体によりよい環境づくりが進んでいくことを願っている。

(主任 松尾浩道)

## リハビリがんばってます

今年度より、作業療法士に教えて頂きながらリハビリ担当をさせてもらっています。

4月当初は利用者にも聞きながら取り組んできました。

なぜ?どうやって?と疑問が多かったですが、少しずつ理解しながらリハビリ計画書に沿って何とか取り組んでいます。

日々、勉強しながらこれからもリハビリをできるようにして行きたいです。 (森内)



一人とも集中しています



リハビリはみんなが好きな時間

からももっと文章力を高めて、良い記事を書いていけるようになります。

(山下)



みんなブログ見てみてね♪

ほかにわ共和国のことを色々な方に知つてもらえるようにこれで頑張りたいと思います。

(惠理)



飛雲荘の食堂にて。みんなでテレビを見て談笑しています。

一方では、自分のことは誰しも丁寧に扱つてほしいもの。けんかをしても互いに理解しあう関係であつてほしいと思つて行きました。

人を支援するときには、不安になりますが、完璧であろうと

悠乃さん、美怜衣さんとキャッチボール  
このガッポーズ  
ゴールに球が入り

柿の木のブローチ、皆さん見てくれましたか?そうです。僕がブローチをアップしていく

夏の夏祭りや秋の運動会はまさしくそれで、法人の夏祭りが数年前まで8月に開催していましたが、夕方といつても気温は高く、昼間の炎天下の中で準備を初め、夜に片付けまですることは非常に大変なものがありました。

現在は、各事業所で実施し、各自にあつたものとなり、以前よりは規模が小さくなりましたが、そのご利用者の方たちには満足してもらえるものとなつていています。

明日も暑い予報。毎年使い終わつたことがない、ボディーシートを買って帰ります。(恵理)

## 利用者同士の関係と支援

グループホームでの生活を共にされている利用者にとって、互いの存在が鏡であり、憧れや嫉妬の対象となっています。

しかし、私たちも同じなのですが、

「自分」のことが一番見えておらず、それを自己認識する・してもらうということはなかなか出来ることではありません。

お互い似たもの同士だよ、と教えてくれる人が居ても素直に受け入れることが難しく、あの人のが好き・ここが気に食わん、など他者の思いは簡単に片付けがちです。

自然とみんなが汗だくで笑い合つて

集団で過ごす方法を学ぶ良い機会です。

ボールを使つたり、縄跳びをしたり、バドミントンをしたり、ただひたすら走つたりと、過ごし方は様々。遊びの中で、か出来る事ではありません。

や、運動不足なのは職員だけですが…。

ボーラーを見ると、自然と私

も笑みがこぼれます。

千春さんは気分を表現することが上手になってきています。特に最近は、お昼寝をしていたかと思えばいきなり立ち上がり、怒ったかのようにドタバタ歩いたり、お腹が空いたのか、我さきに食堂へ行きいざ食べようとすると、そんなに食べなかつたり…。でも、そんなあなたを考えさせてもらって、私たち職員は成長できます。(恵理)

## 言の葉

8月の行事
7日 河川アダプト
10日 ケーキの日
12日 弁当の日
22日 児童外出※
28日 市民プール(生活介護)※

※印は参加費あり



石川画伯 作  
『ピヨピヨ ひよこ』

## 五 だつてへっちらら

昨年より十九日遅く梅雨入りした長崎。この時期は周りも自分もジメジメして嫌な気分ですが、子どもたちはお構いなし。学校が休みの放デイは、近くの体育馆を借りて、運動不足解消!いやいや、運動不足なのは職員だけですが…。



食欲旺盛な千春さん

## 表現できるよ

千春さんは気分を表現することが上手になってきています。

特に最近は、お昼寝をしていたかと思えばいきなり立ち上がり、怒ったかのようにドタバタ歩いたり、お腹が空いたのか、我さきに食堂へ行きいざ食べようとすると、そんなに食べなかつたり…。でも、そんなあなたを考えさせてもらって、私たち職員は成長できます。(恵理)

「ああ今年も夏がきたなあ」と暑がりの私は毎年思います。それが年々早まっているのは、紛れもない事実のはずです。日本は四季がある国で、それぞれの季節にそれぞれの良さがあり、その中でも私は冬になりかけの秋が好きでした。(笑)。しかし近年では、それぞれの良さがあり、その中でも私は冬になりかけの秋が好きでした。(笑)。しかし近年では、夏が早く始まり遅く終わり、四季のバランスが崩れてきているようになります。

夏の夏祭りや秋の運動会はまさしくそれで、法人の夏祭りが数年前まで8月に開催していましたが、夕方といつても気温は高く、昼間の炎天下の中で準備を始め、夜に片付けまですることは非常に大変なものがありました。

現在は、各事業所で実施し、各

自にあつたものとなり、以前より

は規模が小さくなりましたが、そ

のご利用者の方たちには満足し

てもらえるものとなつていています。

自信をもつています。

明日も暑い予報。毎年使い終わつたことがない、ボディーシートを買って帰ります。(恵理)

