



「記念日」

ちいろば会理事長 大澤 星一

僕が毎年愛の園幼稚園からクリスマスプレゼントとしてもらっている『太陽・月・星の暦』には、毎月綺麗な天体写真と共に月の満ち欠けや様々な天体ショーが書き込まれています。そしていろいろな記念日も書いてあって、毎日何かしらの記念日や〇〇デーがあります。「記念する」とは、『広辞苑』によれば、「後々の思い出に残しておくこと」とあり、同時に「祈念（祈り念ずること。祈り。祈願）とも書いた」とあります。この二つのことから、「記念する」ことの意味は、物事を思い、残し、その物事と今の私たちの姿を考え、これからを考えて祈るということと考えられます。ちいろばも、愛の園も西大和教会も創立記念という行事をしますが、それぞれ創られた時から今に至るまでを思い起こして、これから歩んでいく道を確認していくことです。

キリスト教もキリスト教が生まれたユダヤ教にも、沢山の記念日があります。イースターやクリスマスなど、他にも沢山の記念日があって、それぞれ今の私たちの歩みを振り返る機会になっています。

1945年9月2日は、15年にわたる日本の長い侵略戦争に敗れたことを正式に認め調印した日です。今の私たちの社会では、8月15日が敗戦（終戦）記念日となっていますが、これは前日14日のポツダム宣言の受諾を天皇ヒロヒトが国民に伝えたことによるものです。だいたい1950年ぐらいまでは、新聞などでは9月2日が降伏記念日とされていたようですが、その後、その記念日は消え、8月15日が終戦記念日とされ、今に至っています。8月15日を敗戦と呼ぶか終戦と呼ぶかは様々な考え方がありますが、日本の社会の多くでは、終戦という言葉が使われています。僕は以前は終戦ではなく敗戦だと受け止めていました。しかし、ふと疑問に思うのは、15日を何と呼ぶかよりも、なぜ、9月2日を降伏記念日としていたのに、それを無くし、8月15日を終戦記念日とするようにしたのかということです。8月15日を何と呼ぶかという問題もありますが、社会で降伏と受け止められていた9月2日を無くしていった背景は何だったのでしょうか。降伏を抹消し、敗戦を終戦とする、というような思惑があったのではないかと思うのです。それは、今の日本の戦争が出来る国につながっていているように思えます。

いずれにせよ、8月15日だけでなく、9月2日の降伏記念日を覚えておくべきではないでしょうか。そして、その戦争を行ったという過ちを改めて認め、受け止め、これからの非戦反戦を祈念・希求する、そんな道を歩んで行きたいと思います。

とうじ しゃしやたい じぎやうしょ じつげん
当事者主体の事業所を実現する！ ～みんなが主役の合同終礼～

えんしゆにん おくだようこ
ちいろば園主任 奥田陽子

これまでの誌面でも何度か触れましたが、ちいろば園では全員でおこなう「合同終礼」という集会を週に一回開いています。毎回数名の利用者が順番に皆の前に出て自身のニュース等を発表するというものです。利用者ひとりひとりが主役になれるようにしよう！と数年前に始めた合同終礼ですが、当初は職員が週替わりで司会をしていました。大した準備もせず、発表はある程度言葉で発信できる利用者の人に頼り、同じ顔ぶれ…、気づけば発表者そっこのけで職員がしゃべっているなんてことも…。利用者のみなさんの主体性が損なわれるような関わりが多かったと反省しています。

2019年度からは「当事者主体の事業所をめざす！」という目標の下、当事者の会（ちいろば園みんなの会）も発足し、「合同終礼」の準備や司会は、利用者のみなさんが担当するようになりました。ガラッと雰囲気が変わり、利用者のみなさんに多くの変化が見られるようになりました。

姪っ子ちゃんとのエピソードを発表しようと、事前に写真を準備して来られるIさん。言葉では言えないけど、発表用紙とペンを職員に手渡して発表したい気持ちを伝えるUさん。他の利用者の発表を見て「ぼくも言います！」と手を挙げて立ち上がるMさん。これまで参加しにくかったOさんも、今では自分が発表する時にはちゃんと練習をして皆の前に立っています。

もちろん職員も変わってきました。発表している人の世界観をその場にいる皆と共有することができ、自己肯定感を持ってもらえるようにしようという思いが、さまざまなかたちとなって表れるようになりました。発表が周囲に伝わりにくい人や、言葉話すのが困難な人の発表の際には、画面に文字を表示し音声読み上げ機能を使って読み上げ、視覚・聴覚的にも伝わる工夫をします。発表者ひとりひとりの特性に応じたセリフ（台本）の準備もします。セリフを早口で一氣に読む人には一文ずつページを分けてペラペラめくる台本にしたり、セリフを見ると顔が下向きになる人にはスケッチブックに大きな文字で書いて前で持ったりなど、工夫を凝らしています。

そんな中、迷い、悩むのは、発表者の想いを理解することです。事前に発表内容を考えてもらおうと、「〇月〇日△△へ行きました。□□を買いました。▽▽を食べました。」と、事実の羅列で終わってしまったり、気持ちを尋ねると「楽しかった」といつもお決まりの回答だったり…。心の中の想いが言葉として表れたものと一致しているのか、また、言葉で伝えることができない人の場合には、どのように感じているのだろう…と悩むことばかりです。

4年前にレポート合宿でお世話になったひまわり教室（金沢市）の徳田茂先生の文章に、こうあります。『本人の言葉の内容に焦点をあてて聞くと、表面的理解で終わってしまうことがしばしばである。私たちは、今、目の前の人を感じていることや考えていることを共感的に、より深く理解したい。そのためには話の内容以上に、話し方や表情などに焦点を当てて聞くことが重要である。』

人は誰でも、「理解してほしい」と願っている。その際、聞く人の内的照合枠によってではなく、こちらの内的照合枠にもとづいて理解してほしい、と思っている。

理解する側から言えば、本人のものの見方や考え方・感じ方など（内的照合枠）をベースにしてその人の言動を理解する、ということが大切である。』

自分ではない相手の想いを理解するなんて、不可能かもしれません。それでも、想いを少しでも理解したい、共有したいという気持ちで努力を続けていきたいと思っています。

コロナ禍の支援

グループホーム職員 川西 伸也

ちいろば園から帰ってきた利用者さんがグループホームに入ったら うがい、手洗い、

消毒、検温から始まります。

検温は最低1日3回以上はします。大変だと思う介助はお風呂だと思えます。車椅子の

方、障害の他に疾患のある人もいます。

手に消毒液をすりこんでいく。お風呂介助専用車椅子に座ってもらう。左足で車椅子

を押さえ、右手でリフトのリモコンを持つ、左手で利用者さんのひざを押さえながらお尻

を格子の奥に持っていく、この時リフトのアームにフェイスシールドがひっかかる。車椅子

にもひっかかる。あせる、暑い、汗が流れ落ちる。これってマスクのせいもある。とにかく

暑いお風呂にいきます。上から下まで順番に洗っていきます。首筋を洗う時フェイス

シールドが顔に当たりそうになる。お尻を洗うのに車椅子の下にもぐる。またフェイス

シールドをひっかけてしまう。さすが浴室はもっと暑い。フェイスシールドがくもってくる。

洗うところが見えない。暑い、息苦しい、マスクの中の鼻がかゆい。フェイスシールドと

マスクがじゃまで思わず心の中で叫んでいました。

このような支援が毎日つづいています。うがい、手洗い、消毒、検温がくせになってい

ます。新型コロナウイルスの感染が拡大する中、

グループホームでの支援の現場でもいつもと

ちがうストレスを感じる場面が増えています。

このような事態が一日でも早く終息すること

を願うばかりです。



かつよう
活用しよう！BMI（ビーエムアイ）

えんかんごし うめがき ちよこ
ちいろば園看護師 梅垣千代子

しんがた かんせんかくだい ともな まいとし がつ おこな けんこうしんだん ねんはんまえ じっし
新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、毎年6月に行われる健康診断が1年半前から実施されない
じょうきょう つづ けんこうしんだん もくてき びょうき そうき はっけん い ていきてき
状況が続いています。健康診断の目的は、病気を早期に発見することです。かかりつけ医で定期的に
けんさ う かた かんせん ふあん びょういん じゅしん ひか けんこうしんだん う
検査を受けている方もおられますが、感染の不安から病院への受診を控えたり、健康診断を受けずに
す かた がいしゅつ せいげん うんどうりょう へ いっぼう せいかつ なか いきぬ
過ごされている方もおられます。また、外出が制限され、運動量が減る一方、生活の中での息抜き
しょくじ たよ りがちなり、体重が増えた方も多いのではないのでしょうか。

えん りょうしや へいきんねんれい さい ねん がつ にちげんざい だい げんき
ちいろば園の利用者さんの平均年齢は38.7才（2021年8月31日現在）となりました。20代は元気
だい じょじょ たいりよく お はじ だい いぜん くら びょうき はっしょう
いっぱいでも、30代になると徐々に体力が落ち始め、40・50代になると以前に比べて病気を発症
い さき み か かんせんよぼう てあら
しやすくなると言われています。先が見えないコロナ禍では、感染予防の手洗いやマスクもさること
せいかつ ととの うんどう しょくじ こうくう き けんこうてき せいかつ おく
ながら、生活リズムを整え、運動や食事、口腔ケアなどに気をつけながら健康的な生活を送ること
わす
も忘れてはいけませんね。

えん じっし たいじゅう けつあつそくてい けんこうじょうたい はあく じゅうよう しひょう
ちいろば園で実施している体重や血圧測定は、健康状態を把握できる重要な指標となります。
すいい かくにん ぞうげん びょうてき はんだん そくていけっか げつごと てがみ
推移を確認し、増減が病的なものでないか判断しています。その測定結果を3か月毎にお手紙にし
わた きさい あたい かくにん
てお渡ししています。そこに記載されているBMI(ビーエムアイ)の値を、確認していただいていますか？
たいかくしゅう せいじん ひまん ていたいじゅう しひょう もち
BMIは体格指数のことで、成人の肥満や低体重（やせ）の指標に用いられます。BMIが22となる
たいじゅう ひょうじゅんたいじゅう どうけいじょう どうりょうびょう こうけつあつ ししつじょうしゅう こうしけつしゅう もっと
体重が標準体重とされ、統計上、糖尿病や高血圧、脂質異常症（高脂血症）に最もなり
にくいとされています。BMIが25を超えると、生活習慣病のリスクが2倍以上になり、30を超え
こ せいかつしゅうかんびょう ばいじょう
ると積極的な減量治療を要するものとされています。

いっぼう ふつうたいじゅう たいしほうりつ たか かねい ともな きんにくりょう へ
一方、BMIは「普通体重」だけど、体脂肪率が高い、または、加齢に伴い筋肉量が減ったとい
う、いわゆる『隠れ肥満』も増えています。これは筋肉を作るために必要なタンパク質の摂取が不足
ひ か しほう ないぞうしほう ちくせき けっか きさい たいしほうりつ
していたり、皮下脂肪や内臓脂肪が蓄積しているのかもしれません。結果に記載している体脂肪率も
あわ くだ けんこう たも しょくじ うんどう
併せてチェックしてみてください。いずれにせよ、健康を保つためには、「食事」と「運動」のバランス
がポイントの一つになります。「動く」よりも「食べる」が大きいと、脂肪として蓄積されやすくなり
ます。逆に、食べる量を極端に減らすと、栄養不足や筋肉量の低下を招くことにつながります。
えいよう しょくじ みなお
また、栄養バランスや食事のリズムも見直しましょう。

あき すず ある じかん
そして、秋になり涼しくなってきたので、歩く時間を
にちじょう と い ゆうさん そうんどう ないぞうしほう
日常に取り入れてみませんか？有酸素運動は内臓脂肪
ねんしょう こうかてき けつあつ すうちがいぜん
の燃焼に効果的ですし、血圧の数値改善にもなります。
かいだんりょう すず いま たいしほうりつ けんこう
階段利用もお勧めです。今のBMIや体脂肪率を、健康
かんり ひと めやす きょう せいかつ やくだ
管理の一つの目安として、今日からの生活に役立ててい
きましょう！



グループホームの暮らしから

グループホーム職員 高田 拓

グループホームに利用者の皆が帰られてからの支援について、以前は夕方にグループホームの利用者の皆が帰られると、手洗い・うがいの後に自室やリビング等でお風呂の順番を待ちながら乾いた洗濯物を職員と一緒にしまったり、テレビやDVDを見たりして各自で思い思いに過ごしてもらっていました。夕食も温かい物を食べてもらおうと、直前に温めてその場にいた利用者の皆に配膳等を手伝ってもらい、夕食時には利用者皆で食卓を囲っていました。

新型コロナウイルスの再流行が始まり、以前とは支援の仕方を変えていく事になり、手洗い・うがいの徹底の他にマスクの徹底が加わり、リビングで過ごさずに各自の自室で過ごしてもらうようになり、夕食時にも対面で座るのを避けるためにテーブルを2つ用意し、分かれて座ってもらったり、夕食を食べる時間をずらしてもらうようになりました。

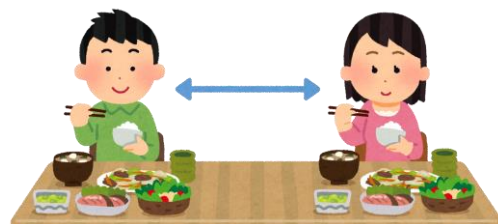
グループホームの職員も感染対策の一環で、夕食の介助時にフェイスガードや手袋の着用、マスク着用の徹底や出勤前の検温等に気を使っています。

こまめな検温や外出の自粛で、利用者の皆には煩わしい思いやストレスを感じさせていると思うと同時にコロナウイルスへの対策・感染予防に気を使うあまり、利用者の思いや細かい表情の変化に気づけているのか？疎かになっていないか？という思いも出てきています。

そういった思いの中で日々の支援をしていると、グループホームでの利用者それぞれの様子に変化が見られる様になり、土日利用の時に退屈そうに横になっていたのが、空いた時間に野球盤で楽しそうに遊んでいたりと、なかなか寝付けず夜中にDVDをこっそり見ていた利用者が、夜中に寝ぼけて部屋を間違えたりといった今まで見られなかった一面を見られる様になりました。

グループホームでの生活が定着し、利用者それぞれの“グループホームでの過ごし方”を見出したからだと思います。

コロナウイルスの流行もなかなか終わらず油断の出来ない日々が続きますが、今後も利用者それぞれの過ごし方を守る様な支援をしていきたいと思います。



— ぼくも わたしも みんなが^{しゅやく}主役 —

- 質問① ^{しつもん} 名前と年齢は？
 質問② ^{しつもん} 家族にまつわるエピソードは？
 質問③ ^{しつもん} 学校時代のエピソードは？
 質問④ ^{しつもん} 最近^{さいきん}気になっていること、興味^{きょうみ}があることは？

- ① ^{よしい} 吉井 ^{さえ} 紗英です。28歳^{さい}です。
 ② ^{とう} お父さん^{かあ}とお母さん^{いぬ}と犬のアポロと一緒に暮^{いっしょ}らしています。
 時々^{ときどき}、アポロにご飯^{はん}や水^{みず}をあげたりします。わたしは、お姉^{ねえ}ちゃんやお兄^{にい}ちゃん、お兄^{にい}ちゃんの子供^{こども}が遊び^{あそ}びに来てくれるのが楽^{たの}しみで、絵本^{えほん}を読^よんだり、ご飯^{はん}を一緒^{いっしょ}に食^たべたりします。
 ③ ^{しょうがっこう} 小学校^{とき}の時は、幼稚園^{ようちえん}の時から^{とき}の友^{とも}達^{だち}が家^{いえ}に遊び^{あそ}びに来てくれています。1年生^{いっしゅう}の時に足^{あし}の手術^{しゅじゅつ}をする為^{ため}に入^{にゅう}院^{いん}しました。家族^{かぞく}と離^{はな}れて過^すぎしたので寂^{さみ}しかったです。中^{ちゅう}学^{がく}校^{こう}、高^{こう}校^{こう}の時^{とき}は、プー^{しゅう}ルと修^{しゅう}学^{がく}旅^{りょ}行^{こう}で行^いった淡^{あわ}路^じ島^{しま}と徳^{とく}島^{しま}県^{けん}が楽^{たの}しかったです。
 ④ ^{さいきん} 最近^{さいきん}は、テレビを見る事^{こと}が楽^{たの}しみです。「ごくせん」という^いドラ^まマと歌^{うた}番^{ばん}組^{ぐみ}がお気^きに入^いりです。すみっこぐらしのグズ^{あつ}を集^{あつ}めたりもしています。わたしは、早^{はや}くコ^おロ^つナが落^おち着^ついて欲^ほしいです。早^{はや}くヘルパーさんと一緒^{いっしょ}に買^かい物^{もの}やカラオケ、美^お味^いしい物^{もの}を食^たべに行^いきたいです。



- ① ^{うめだ} 梅田^{さえ}佐衣^{さい}です。36歳^{さい}です。
 ② ^{ねんまえ} グループホーム「エンゼルハウス」で暮^くらしています。自宅^{じたく}は2年前^{にんねん}まで妹^{いもうと}たちがいて賑^{にぎ}やかでしたが、妹^{いもうと}たちがひとり^{ひとり}くしや結^{けっ}婚^{こん}して家^{いえ}を出^でたので、今^{いま}は母^{はは}と二^{ふた}人^{にん}で少^{すこ}し寂^{さみ}しいです。
 ③ ^{さんごうしょうがっこう} 三郷^{さんごう}小^{しょう}学^{がく}校^{こう}、三郷^{さんごう}中^{ちゅう}学^{がく}校^{こう}、二階^{にかい}堂^{どう}養^{よう}護^ご学^{がく}校^{こう}高^{こう}等^{とう}部^ぶです。小^{しょう}・中^{ちゅう}学^{がく}校^{こう}の友^{とも}だち^{たち}は私^{わたし}を「特別^{とくべつ}扱^{あつか}い」せず、一緒^{いっしょ}に登^{とう}校^{こう}し、私^{わたし}の良^よくないところ^{ところ}は注^{ちゅう}意^いしてくれ、楽^{たの}しい時^{とき}は一緒^{いっしょ}に笑^{わら}いあいました。同窓^{どうそう}会^{かい}も友^{とも}だちが母^{はは}に「おばちゃん^いは家^{いえ}に居^いとき」と言^いってく^くれて友^{とも}だちと一緒^{いっしょ}に出^{しゅつ}席^{せき}しました。
 ④ ^{がっこう} 学^{がく}校^{こう}で辛^{つら}かったことは、私^{わたし}なりのルーティーンがあるのにそれ^{それ}を学^{がっこう}校^{こう}から止^とめられて、精^{せい}神^{しん}的^{てき}に辛^{つら}いのに「薬^{くすり}が合^あっていないのではな^いいか・・・」と言^いわれ、不^ふ調^{ちょう}の時^{とき}の録^{ろく}画^がま^までさ^されて薬^{くすり}の変^{へん}更^{こう}を迫^{せま}られたこと^{こと}です。学^{がっこう}校^{こう}に行^いきたくなくて通^{つう}学^{がく}バ^バスに乘^のりたくなくなりました。

感染症と障害者の暮らし

ちいしば会理事 富田忠一

新型コロナウイルスの脅威はどうとうちいしばにも及んできました。お盆明けの8月16日、ちいしば園とグループホームの利用者Tさん（仮名）のご家族に陽性者が確認されたため、Tさんが濃厚接触者と認定されたため、17日～23日までの間、臨時休業して利用者、職員全員の検査を実施しTさんを含む全員の陰性が確認されました。幸い一人の感染者も発生はしなかったものの、今回の教訓から昼食時の机の配置、検温回数を増やす、マスクの徹底など、更なる感染予防対策を講じて24日からすべての事業を再開しました。

新たな感染予防策に少しは慣れたかなと思った矢先の9月6日月曜の夕方、体調不良で朝から欠席していた職員M（仮名）から陽性の判定があったとの連絡が入り、早速、県障害福祉課、郡山保健所と連絡を取り、利用者、職員への感染の有無が確認できるまでの間、休業することを決定し先週末に職員Mと接触のあった利用者、職員を特定、接触の程度等を確認した結果、利用者7名が濃厚接触者、職員2名が拡大検査の対象に認定され、県障害福祉課は、その他、間接的にも接触の可能性のある利用者、職員全員の検査をしてくださり、8日の夕方までに、利用者、職員全員の陰性が確認され、感染拡大はありませんでした。短い期間に2回も臨時休業やPCR検査を受けていただくことになり、利用者はじめご家族のみなさんには、大きな不安や不自由をおかけすることになり、心よりお詫言申し上げます。

8月末には、奈良県でも初めて200人を超える感染が確認され、9月に入っても連日、100名を越す感染者が発生しています。ここまでの感染拡大が続けば、いつ、だれが、どこで、感染しても不思議ではない状況です。もう、勘弁してもらいたいと思うものの、今後も同様の事態が発生し、利用者への感染が発生することも想定しておかななくてはなりません。感染予防のためには、手洗い、マスク、適度な距離等、基本的な予防策を徹底することにつきますと思うのですが、感染予防の意味や目的を十分に理解できない利用者のみなさんにとっては、何度もの手洗いやマスクの着用は不快そのもので、辛抱の強要でしかないのかもしれないかもしれません。また、新たに実行する様々な感染予防策も「いつものルーティンを崩してしまう不安の種」であり、ストレスを与える一方的な変更なのでしょう。

利用者のみなさんの命と健康を守る行動が心のバランスを乱すことにも繋がるという矛盾を抱えて日々の暮らしが続いています。発生から2年を越す、新型コロナウイルスとの闘いは、世界中の人々の暮らしに大きな影を落としています。長期に渡る自粛生活に多くの人々が徒労感を抱く中、東京オリンピック、パラリンピックの開催決定は多くの人々の手を外してしまいました。この状況下において、感染を抑え込むことは至難の業でしょう。1日も早く、希望するすべての人々へのワクチン接種が完了することを祈るだけです。

しかし、この状況下においてもちいしば園の利用者のみなさんは、それぞれの自粛を継続してくれています。大好きな乗り物での外出やお買い物やカラオケを我慢してくれている多くの利用者のみなさんの努力に感謝と敬意を表します。



☆ 後援会費・ちいろばだより年間購読料 (2021年6月1日～2021年7月31日)

ご協力ありがとうございます。

光田邦二、山田哲士、井上眞理子、山川登、足立拓矢・るり、福音幼稚園、太田章一、後藤芳子、十輪院、窪田義廣、東応成、藤原智久、西村恭子、兼平淑子、村上太一、菱田久美子、老田靖子、松村園美、高見忍・十茂子、竹田和子、浅井克哉、山崎喜美子、上野都枝子、中島佳代子、西村好夫、薮田農、村本建設株式会社奈良本店、本間結子、木村和子、川端邦芳、森山幸子、西浜樞和、篠原範子、藤山正子、福田容子、富田久江、中川朋子、井上謙一・圭子、大江耕平、中野みち、片桐文子、藤井博次、井上華代、後藤弥生、岡本啓子、本田佳子、建石より子、不二門雅代、井上基子、のぞみ幼稚園、社会福祉法人ゆうとおん、吉井紗英、松長玲、長尾良子、西田久美子、木村朋子、黒川正通、谷野裕悟、坂本友希、梶原拓馬、松本敬子、高見佳代子、辰巳普宣、吉田陽亮、梅野玲子、高島努、井原由紀子、石原慎也、前平正恭、吉岡佳菜、阿波宏晃、齊藤安代、竹下由里子、山田歩、森川佳紀、原武史、小川洋子、藤本千絵、村上智子、玉野康二郎、辰己真奈美、磯道香織、富田忠一、辰己浩規、新宮由土、土橋美香、阪本大和、梅垣千代子、奥田陽子、笠井草太、阪口寿久、米田守、大野美子、窪美代子、高橋沙耶加、加地まさ子、和田泰子、大西眞規子、田中伸一

以上 敬称は略させていただきます

- ※ ちいろば会では、8月17日から8月23日、利用者のご家族に新型コロナウイルス陽性反応者発生し、当該の利用者が濃厚接触となったためすべての事業を休止し（グループホームで帰省困難な方を除く）、利用者、職員全員のPCR検査を実施し、全員の陰性が確認され8月24日から通常稼働しました。
- ※ 9月6日夕方、ちいろば園職員1名の陽性反応が確認され、利用者7名が濃厚接触、職員2名が保健所の拡大検査の対象となり、9月8日までに検査の必要な利用者、職員のPCR検査を実施し、すべての陰性が確認され、9月10日から通常稼働しました。
ただし、濃厚接触となった7名の利用者は2週間の自宅待機となりました。
- ※ 利用者みなさまには短期間に二度も検査を受けていただくこととなり、また、ご家族、関係者のみなさまには、多大なご心配、ご迷惑をおかけしたことをお詫び申し上げます。
- ※ 濃厚接触となった利用者、ご家族のみなさまには、長期間にわたりご迷惑をおかけすることになり大変申し訳ありませんでした。

KSKS ちいろばだより

編集人／ ちいろば会後援会

年 6 回 頒価 50 円

連絡先／ 奈良県生駒郡三郷町勢野北 5 - 6 - 1 4

TEL : 0745-72-1923 FAX : 0745-72-1924

発行人／ 関西障害者定期刊行物協会

大阪市天王寺区真田山町 2 - 2 東興ビル 4 F

二〇二〇年十二月十二日

第三種郵便物承認

毎月（一・二・三・四・五・六・七・八の日）発行