

第二十七回 特別講演会開催

河野景子先生を迎えて



六月五日、北九州市のリーガロイヤルホテル小倉にて、第二十七回目となるウチヤマグループ主催の特別講演会が開催されました。講師には、「河野景子の言葉のアカデミー」校長の河野景子先生をお迎えしました。当日は約二二〇名のお客様が来場されました。

「自己表現とおもてなしの心」というテーマで、言葉と表情によるコミュニケーションの方法や、アナウンサーや相撲部屋の女将としての経験から学んだことなどについてお話され、最後は参加者からの質疑応答にも答えてくださいました。講演終了後には、さわやか倶楽部が運営する放課後等デイサービス事業所「さわやか愛の家」に通う子供たちと、ウチヤマグループの社員の子供たちから花束の贈呈が行われました。

講演会終了後は、アサノパティオに会場を移して、講師の河野先生を囲んで食事付きの懇親会が行われ、一三〇名のお客様が来場しました。河野先生は参加者のテーブルをまわり、握手や記念写真の要望にも笑顔で応じられ、参加された方々も大満足の様子でした。



海外研修旅行 in 上海

第2班

先月号でもお伝えしたボナーのカラオケ・飲食部門の社員を対象とした海外研修旅行の第二班が五月二十七日から二泊三日の日程で行われました。ボナーの歌野社長や各エリアの社員、取引先の方々など総勢二十四名が参加しました。

コロッケ倶楽部 川宮店 吉松 祐輔さん

夜の自由行動ではタクシーを使って二〇万ドルの夜景を見に行きました。昼と夜ではまったく違う景色に驚きました。カメラ係として、たくさんいい写真も撮りました。他の社員やアルバイトにも見せて、今回学んだことを話したいです。

コロッケ倶楽部 隼人店 松元 めぐみさん

上海では、コンビニのレジ袋は有料で、公衆トイレの紙も有料、もしくは顔認証で一人が使える量が決まっていました。ゴミを回収されている方の箱には「ゴミを減らしましょう」という注意も書かれていました。環境保全に対する考え方は日本の方が甘いと感じました。今後の生活では少しでもゴミを減らすよう意識しようと思います。



第32回 内山さわやか会総会

6月18日、北九州市のアサノパティオにて、第32回となる内山さわやか会の総会が行われました。古賀会長が議長となって進行し、昨年度の事業内容や今年度の行事予定の報告、役員や新入会員の紹介などが行われました。総会の後には、来賓の方々も参加して総勢106名で懇親会が行われ、北九州市の北橋健治市長も駆けつけて挨拶をされました。内山さわやか会では今後も様々な活動を通じて、会員様同士の交流を図るイベント等を計画しています。



さわやか倶楽部 介護職員初任者研修

受講生募集中



研修場所 福岡県北九州市小倉北区熊本2丁目10番10号

研修費用 **38,000円**(受講料・テキスト代・消費税込み)
※さわやか倶楽部の職員は10,000円の補助があります

開催日程 **2019年8月6日～2019年10月4日**
※毎週火曜・金曜

申込期間 **2019年7月31日まで**

定員 **24名**(定員となり次第受付終了)

対象者 **年齢不問**(18歳未満の方は保護者の同意必要)
現在介護業務に従事している方および
今後介護業務に従事しようとする方

お問合せは ☎ **093-551-5555** 【担当】 なかやま

さわやか倶楽部

副部長2名誕生!

さわやか倶楽部では、組織体制の強化を図るために組織変更を行い、運営部と運営指導部に各1名ずつ副部長が就任しました。



運営部 副部長 仲野 大吾



運営指導部 副部長 原野 聖士



キラリ★ 一等星

輝くスタッフをご紹介します!

STAR
No.135



村上 瑠香さん[23歳]

●さわやか桜参館
(秋田県秋田市)

私は、中学の頃から将来は人の役に立つ仕事がしたいと思っていました。そんな時、友人や両親から介護の仕事を進められ、興味を持つようになりました。高校は福祉を学べる学校を選び、介護の知識や技術を身につけ在学中に初任者研修を取得しました。卒業後は老人保健施設で4年働き、重度の方から認知症の方までさまざまな身体状況の入居者様と関わってきましたが、もっと入居者様一人一人と深く関わっていきたい、たくさんのレクや行事を通してコミュニケーションを図りたいという思いが強くなりました。そこで、さわやか倶楽部の理念にある「お客様第一主義」という言葉と多種多様な行事、レクをしている所に魅力を感じ、入社することに決めました。

最初はわからないことだらけで、先輩スタッフや入居者様にご迷惑をかけていたと思います。入社して1年になろうとしている今は、入居者様からの「あなたになら相談しやすい」、「今日も来てくれたの」、「また、お願いね」など声をかけてもらえることが増え、本当にこの仕事をして良かつ

たと思います。

昨年は、遠隔地本社研修に参加させていただきました。研修で行った先々の施設でもたくさんの情報を得ることができ、とても勉強になりました。全国の施設で働いている仲間と出会い、交流しながら一緒に学ぶことができたのも嬉しかったです。

プライベートでは運動することが好きなので、バスケットをしたりランニングをしたりと汗をかくまで身体を動かしています。秋田市で暮らすようになってから実家に帰省することも少なくなってきたので、時間を見つけて家族とも過ごしたいと思っています。

入社してから毎日楽しく仕事させていただいています。それも入居者様が元気に過ごしてくださっているおかげです。介護歴としては5年目になりますが、まだまだ知識や勉強不足なところもあります。日々勉強することを忘れず、毎日の業務にいかしていけるよう、どんなことにも挑戦し、介護士としてスキルアップしていきたいと思っています。



日

報

賞

ウチャマグループで働く皆さんの日報をご紹介します！



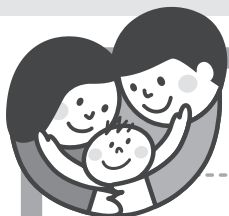
小出 直樹さん ● さわやかひだか館 (埼玉県日高市)

5月21日にアップしたブログを見られたご家族様が「さわやかダイアリー見ました。母の笑顔の写りがきれいにできてよかった」と喜ばれていました。そして「いつもありがとう」と私に言ってくださいました！ブログは続けるのは大変だし、どうせ誰も見ていないでしょ、と思っていましたが、ご家族様からすると毎日の自分の親の日々の様子を見ることが出来るツールなんだぞ！ということを再認識させていただきました。そして、「自分だけ」ではなく、スタッフの皆や入居者様と一緒に作り上げることがウチャマグループの「理念」と「哲学」なんだと改めて思いました。遠いからなかなか施設に来られないご家族様のためにも、日々更新を続けて、ひだか館の様子を届けていきます。



三宅 千花子さん ● コロッケ倶楽部 久留米合川店 (福岡県久留米市)

来店されたお客様にランチの声掛けを積極的に行い、20食販売することに成功しました。本日は獲得率40%を達成し、嬉しく思います。13時からのVIPルームの予約は、10名様のうち3名様が車いすの方ということでしたので、石井さんと協力してソファを一つ部屋の外に出し、スペースを事前におきました。予約の時点でお客様の状況を確認していたので、スムーズにご案内ができ、お客様も喜んでいらっしゃいました。



産んでくれて、育ててくれて、ありがとう。

私は今から39年前に、大分県との県境にあります福岡県吉富町にて、是木家の長女としてこの世に生を受けました。長子であった為、両親の愛情をたっぷり受けて育ちました。当時、地元の新聞に投稿され、掲載された程です。

実家は兼業で農家を営んでおり、5月の誕生日の時期になると、田植え前の種蒔きなどの準備で忙しく、小さい頃はあまり盛大に誕生日を祝ってもらえなくて、11月生まれの妹を羨ましく思っていたものです。それでも、中学生の頃から福祉の道を志していた私を、大学まで行かせてくれた両親には、感謝の一言しかありません。

父は厳格な性格で、今でも「お前程、人生を甘く考えている人間はいない」と口癖の様に言われる一方、福岡ソフトバンクホークスともいえるクローバーZの百田夏菜子の大ファンで、「最近、晶子ももクロのチケットを取ってくれん。映画館中継のライブビューイングでもいいのに」と言っているそうです。

母も、東方神起を始めとするアーティストのライブに行くのが好きで、先日も星野源のライブに2人で行き、とても喜んでくれました。また、実家に帰った時は「ちゃんと栄養があるものを食べなさい」と言って、料理や果物を持たせてくれたり、毎朝、出勤前に「今日も仕事行ってらっしゃい」とLINEしてくれたり、いつも励ましてくれます。

社会人になってから、ずっと障がい者・障がい児支援の仕事に没頭してきて、結婚や孫の顔を見せるといった世間一般的な親孝行を何一つできていない私ですが、仕事を通して成長している姿を見せられればと思います。

これからも、色々迷惑をかけると思いますが、温かく見守っていて下さい。お父さんとお母さんの娘に産んでくれて、本当にありがとうございます。



せ ぎ
是木 晶子さん

● さわやか
愛の家のおがた館
(福岡県直方市)

● コロッケ倶楽部 中間店

すえながさん、なかやまさんは愛想よし、笑顔もよしで対応もよし。毎月一回来ていますが、従業員の皆さんの対応が良く、気持ち良しで張り切って歌える気分になります。五名で行きますが、来月も楽しみにしています。
(福岡県中間市井上様より)

● コロッケ倶楽部 佐賀駅前店

すえじまさんの笑顔、接客が最高です。十数年、月一回お伺いさせていただいておりますが、今日のすえじまさんは感じの良い笑顔で最高でした。私達高齢者は優しい言葉にすごく感動したり、居心地の良さを感じます。二人とも気持ちよくお店を出ました。
(佐賀県佐賀市江里口様、百武様より)

● コロッケ倶楽部 南大分店

こんどうさんの対応がとっても良かったです。誕生日のハガキが来たので行ったのですが、料理を持ってきた時に「こんどうさんが「今日の誕生日の人は誰ですか?」と言って、その人に向かって「おめでとうございませう」と言ってくれました。
(大分県大分市加藤様より)

● コロッケ倶楽部 宮崎柳丸店

皆さんのお客様思いの接客が素晴らしい!! 希望の機種が空いてなくて他の機種の部屋に入っただけで、「希望の部屋が空きました」が移動しますか?と伝えてくれたり、スマホの充電器があるか聞いたら、わざわざ部屋まで届けてくれたり...感動しました!
(宮崎県宮崎市いのつえ様より)



イチゴ狩り

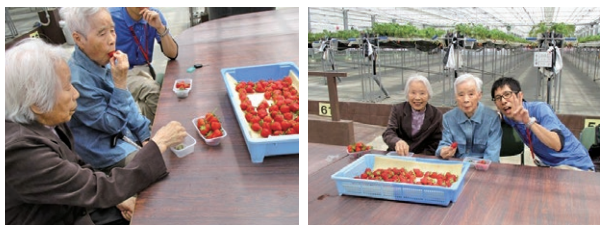
5月に入り日差しも強くなり、周りの木々も緑が多くなってきました。そんな中、私たちはイチゴ狩りにいってきました。

着いた早々に、さっそく一つまみ。甘さと、酸っぱさが入り混じった最高の味に、思わずピースのサインが。

どれどれ、どれがあまくおいしいかな、つぶさないように。みてみて、赤くて立派なイチゴが、美味しそう。



どうです、すごいでしょ、私たちがこれだけたくさん採れました。私たちの大好きなイチゴが、こんなにたくさん食べれるなんて、とっても幸せ。また、行きましょう。(鈴鹿 豊)



ひょっこ踊り

ボランティアで「大分宮河内ひょっこ同好会」が来館してくれました。楽しい音楽と踊りの時間で、皆様とても喜ばれていました。踊りに参加される入居者様もいました。「大分宮河内ひょっこ同好会」の皆様！楽しい時間をありがとうございました。



そして、皆様が着ているはっぴと旗の製作者が、なんとっ!!! さかのいち館に入所されている川越宗太郎様でした。自分の作品との久々の再開に感動して、とても喜ばれていました。川越様いい仕事されてます。(岡野 登美世)



日々更新される施設のブログから
一部をご紹介します。

外出レク

東大阪市指定文化財である旧河澄家に入居者様とショートステイの利用者様と一緒にに行ってきました。



歴史を感じる建物で、皆さん故郷の思い出話などで盛り上がっていました。現在こちらでは折り紙展が開かれており、みなさん興味津々の様子でした。



雨が降る予報もありましたが、天気もギリギリ持ってくれて皆さん満足されたようでした。またお出かけしましょう。(大河 亮太)



七夕飾り

オーナー様のKマートの店長が七夕飾りの竹を持って来てくれました。

短冊に願いを込めて飾り始めました。歩けるようになればすように!と書かれた短冊もありました。願いが叶うといいですね!毎日元気で楽しく過ごせますように!と何枚も書いていっしょにしました。今日は近所に住んでいっしょる娘さんが来て、楽しいそうでした。



蛇腹の飾り作りを御願いしましたら、細くこまかく、めがねをはずし切ってくださいました。

素敵な天の川の川が完成しました。彦星様も織姫様も渡りやすいですね!願いが叶いそうですね!(國吉 淳子)

お誕生会 南小春歌謡ショー

5月度のお誕生会の様子です。今月お誕生日を迎える方は、こちらのお洒落な入居者様1名様のみでした。

お誕生日プレゼントをお渡し後、田中ケアマネとパシャリ。とても素敵です。



そして…3年ぶりにお越しいただきました南小春さんです。凄い熱気、その迫力に圧倒されます。そして、トークも最高。入居者様方は、真剣に聞き入っておられました。(笑顔作り課)

お花見レク

皆様こんにちは、お花見ドライブレクの様子をご紹介します。室蘭の公園では、八重桜が花盛りでした。とてもきれいでした。暖かくとてもドライブ日和でした。室蘭にもようやく春がきた模様です。

お花見の後は、デザートです。皆様のたくさんの笑顔を見ることができました。(近藤 麗美)



保育園からのお客様

お隣の北雀宮保育園からくまぐみの皆さんが遊びに来てくれました。皆様元気な子供たちと会うのを楽しみにされていたいました。

先日行われた保育園の運動会で行ったダンスを披露してくれました。そして、入居者様に肩たたきをしてくださいました。子供たちの元気を分けてもらいました。



子供たちから折り紙のお花をプレゼントしていただきました。お返しに写真立てを皆様からプレゼントさせていただきました。また遊びに来てくださいね。(岩出 靖人)



リーダーとしての行動力

六月二日の日曜日に、福岡市博多区の「さわやかいそだ館（以下、いそだ館）」を久しぶりに訪問しました。訪問を思い立ったのは、社内のアンケート調査の結果を見て、居ても立つても居られなくなったからです。

さわやか倶楽部では、介護サービスの向上を目指して様々な新しい試みを取り入れています。私が時々施設へ見回りに行くと、日常業務がマンネリになっている部分に気が付くこともあります。そこで、改めて自分たちの施設の強みと弱みを分析してもらい、弱点は強化しつつ良いところは他の施設とも共有を図ることで、会社全体でより一層レベルアップするため、各施設へのアンケートによる予備調査を五月に実施しました。そして、毎月の会議の中で一施設を題材に取り上げて意見交換をする時間を設けることにしました。第一回目となる六月三日の月例会議では、いそだ館が事例発表をすることになっていたのですが、私が会議の前日に本社で資料の確認をしていたところ、その素晴らしい取り組みに感激して、ぜひ自分の目で施設の状態を見ておきたいと思い、急ぎよ福岡市に向かうことにしたのです。

いそだ館は、二〇二二年五月一日に開所した住宅型の有料老人ホームで、定員は五〇名、一階にデイサービスと訪問介護事業所を併設しています。改善内容の中で特に目を引かれるのは、職員の定着率のアップとチームワークの良さ、それに伴う収支の改善でした。いそだ館では約二年前に九名もの職員が同時に退職の意向を示すという窮地に陥ったことがありました。しかしその当時、前管理者から交代して着任したばかりの永留施設長（現エリアマネジャー）は、退職を希望する職員一人ひとりと面談する中で、退職を慰留するような発言を一切しなかったと言います。それよりも本人の将来像や目標を確認して、その為に今何をすべきかを親身に話し合ったり、会社の理念や方針に共感する人材かどうかを確認したりする面談を長時間かけて行っていたそうです。私は、この話を聞いて彼のリーダーシップが本物であると感じました。退職を希望する職員を人数合わせの

為に慰留することは、一時的には人数が減らずに済みますが、仕事に対するモチベーションは低いままで勤務することになり、遅かれ早かれまた同じ話になるだけでなく、周囲に悪い影響を与えてしまうこともあり得ます。結局九名の内、四名は退職しましたが五名は自らの意思で思い留まってくれました。そして、この五名は職員が減ってしまった施設を立て直していく大きな原動力になってくれました。自分の友人と一緒に働くように声をかけてくれたり、仕事が終わった後夜遅くまで求人へのポスティングをしたりと、共に働く仲間を探す為に並々ならぬ努力をしてくれたそうです。その結果、いそだ館は偶然集まった職員の集団ではなく、価値観を共有する仲間の集団になり、離職率も低くなりました。退職を思い留まってくれた五名のうち二名は現在フロアリーダーとして勤務しており、当時退職した四名のうち一名は当社のUターン制度である「ウチャヤマふるさと制度」を利用して戻ってきてくれています。

今回いそだ館に行き、一步館内に入っただけで、この施設がお客様に喜ばれ必要とされている暮らしの場であり、職員がやりがいと使命感をもつて働いている職場であることを感じました。大きな声、明るい笑顔、生き生きとした植物、清潔な環境、これらは誰か一人が頑張つてできることではなく、全職員の高い意識とチームワークの成果だと思っています。いつも伝えていることですが、理念と哲学の理解や価値観の一体化というのは、企業において最も大切なことです。管理者の皆さんは、今回の事例をもとにリーダーシップの本質をよく理解してほしいと思います。月例会議の際には、各施設からいそだ館へ見学に行くよう指示しましたが、間髪入れずに見学に行く管理者もいれば、腰が重い管理者もいます。良いリーダーというのはこんな時貪欲に動き、勉強して、素早く行動に移すものです。このような良い事例から一つでも多くのことを学び、自施設の運営に生かしてください。管理者の皆さん一人ひとりが、入居者様・職員の人生を背負っているのです。



- 1 こうして会社を強くする (稲盛 和夫 著)
- 2 ホモ・デウス (ユヴァル・ノア・ハラリ)
- 3 続 昭和の怪物 七つの謎 (保坂 正康 著)
- 4 こころの真実 23年のすべて (河野 景子)
- 5 百花(ひやつか) (川村 元気)

- 6 Keep your smile (momoちゃん)
- 7 愛することば あなたへ (瀬戸内 寂聴)
- 8 わたしのかさはそらのいろ (あまん きみこ さく/垂石 真子 え)
- 9 みず (てづか あけみ え・ぶん)
- 10 ななちゃんのはみがき (つがね ちかこ 作・絵)

第二十七回特別講演会を終えて

六月五日に、ウチヤマグループ主催の第二十七回特別講演会を開催しました。講師には、元テレビアナウンサーで現在はタレントとして活躍されている河野景子先生をお迎えしました。会場のリーガロイヤルホテル小倉には、事前に申し込みされた一般の市民の方や取引先の方々、当社の介護施設を利用されているお客様など、約二〇〇名ものお客様が来場されました。

河野先生とは今回が初対面でしたが、最初に会った時からとても笑顔が素晴らしい、控室の部屋に入られた瞬間に、その場の雰囲気明るくなったような気がしました。皆さんもご存じの通り、河野先生は元横綱、貴乃花関と結婚され、二〇〇四年から二〇一八年までは、貴乃花部屋の女将として大相撲の世界を裏方から支えてこられました。昨年の十二月に、貴乃花部屋に在籍していた貴景勝関が九州場所で初優勝した際、アサノパティオで開かれた内山さわやか会主催の食事に貴景勝関にも来ていただいたことを河野先生にお話して、私と貴景勝関が並んで写った写真をお見せすると、たいへん喜んでくださいました。相撲界を離れた後も、かつての愛弟子のことを大切にされている様子がよく伝わってきました。

今回の講演は、「自己表現とおもてなしの心」というテーマでお話いただきました。河野先生は、相撲部屋の女将を務めていた二〇一六年にご自身で会社を設立し、「河野景子の言葉のアカデミー」という会話を指導する学校を開校されており、言葉の使い方や笑顔の大切さといったコミュニケーションの上達のコツについて教えていただきました。また、アナウンサーを目指した学生時代のお話や、パリの駐在員時代に経験した有名人へのインタビューから学んだこと、そして、アナウンサーとして海外で活躍していた生活から一転し、相撲部屋の女将という日本古来の伝統を重んじる世界に足を踏み入れた時に受けたカルチャーショックなど、様々な経験をした河野先生だからこそ伝えられる興味深い話を聞いているうちに、あつという間に九〇分が過ぎていきました。

講演の最後には、質疑応答の時間もありました。当社の主催する講演会の特徴として、一人でも多くの方に「来てよかった」と喜んでいただけるよう、講師の方にはいつも最後に参加者からの質問を受け付けていただくことをお願いしているのですが、河野先生も快く引き受けてくれました。最後の質問者に指名

されたのは、当社で運営している障がい児通所支援事業所「さわやか愛の家」にお子様を通わせているという若い女性でした。シングルマザーで子育てしながら仕事をしていた、体力的にきつい時もあるが、帰宅した時に子どもに疲れた顔を見せたくないという思いから、河野先生にアドバイスを求められたのです。その問いに対して、河野先生がそのお母さんに伝えたのは、自分自身の体験としてどんなに仕事で疲れて帰ってきた時でも、子どもをギュツとハグして、そして「元氣もった！ありがと」と優しく伝えるということでした。忙しく仕事をしながら一男一女を育てられてきた河野先生の母親らしい愛情あふれる側面が垣間見られ、会場全体に温かい拍手が自然と沸き起こりました。

講演会終了後は、アサノパティオに会場を移して、河野景子先生を囲んでの懇親会を開催しました。前日までは一〇〇名程度の来客を想定して準備をしていましたが、当日に急ぎよ参加を決めたお客様も多く、会場には予想を大きく上回る一三〇名ものお客様が来場されました。河野先生は、参加者が着席されているテーブル一つ一つをまわって、記念撮影や握手にも笑顔で応じられていました。九〇分の講演を終えた後、懇親会では食事をとる暇もほとんどなく、最後まで笑顔を決やさずにお客様対応に徹していた河野先生の姿勢には、本当に頭が下がる思いで、私も真の「おもてなし」というものを肌で実感することが出来ました。

おかげさまで今回もたいへん盛況のうちに講演会を終えることができ、参加された方々からは感謝の言葉を多くいただきました。運営に関わってくれた職員の皆さん、そしてご協力くださった取引先の方々に、心より感謝いたします。来年もまた、素晴らしい講師の方をお招きして、皆様に喜ばれる講演会を企画したいと思えます。





さわやか桜参番館&愛の家さくら館
(秋田県秋田市)

一周年記念

第一回大運動会



6月1日の開所1周年を記念し、施設から車で15分ほどの所にある一つ森コミュニティ体育館を貸し切り、さわやか桜参番館とさわやか愛の家さくら館合同による「第1回大運動会」を開催しました!

齊藤様ご夫妻による素晴らしい選手宣誓から始まり、赤組と白組に分かれ競技を行いました。競技は、パン食い競争、借り物競争、応援合戦、玉入れ、障害物競走などお馴染みのものばかり。「よーいドン」のホイッスルの音にいつの間にか夢中になり、子供たちのかわいい姿にも喜んでいらっしゃいました。また職員による風船割り、飴食い競争、どれも白熱しました!



応援合戦では、入居者様の団長が率いる熱い応援が繰り広げられ、圧巻でした!結果は僅差で優勝が白組、準優勝が赤組でした!表彰式では入居者様の中から赤組団長の佐藤様がMVP賞に選ばれ、愛の家の子供たち全員に「がんばった賞」として先生方手作りのピカピカのメダルが贈られました。多くのご家族様も応援に駆けつけてくださり、とても嬉しかったです。入居者様・ご家族様・子供たち・職員の笑顔が満開で、大成功の運動会となりました。

これからも皆様に生きがいを持って楽しくお過ごし頂けるよう、職員一丸となって真心こめて支援して参りますので、どうぞよろしくお願い致します。(さわやか桜参番館 施設長・三浦 由美子)



ご出産 おめでとうございます

そら
谷口 蒼空くん
令和元年 5月13日生まれ

元気な第三子が誕生しました。とても元気な男の子で、これからの成長が本当に楽しみです。

★そらくんのパパ
さわやかこすもす館・施設長
谷口 数矢



(株)さわやか倶楽部

今後の開所予定



名称	定員・ベッド数	開所予定日
1 さわやか訪問看護ステーション別府 [大分県別府市]	訪問看護ステーション	2019年 7月
2 さわやかながれやま館 [千葉県流山市]	特定施設(71床)	2019年11月
3 さわやかさくらのもり [秋田県秋田市]	特定施設(50床)	2020年 2月
4 さわやかしらおか館 [埼玉県白岡市]	特定施設(55床)	2020年 3月
5 (仮)さわやか神戸西館 [兵庫県神戸市]	特定施設(80床)	2020年 4月
6 (仮)さわやか室蘭式番館 [北海道室蘭市]	特定施設(50床)	2020年 6月

さわやか相談室

あなたのお悩み話してみませんか?



ひとりで悩まないで!

お気軽にどんなことでもご相談ください。
お電話、メールお待ちしております!

電話番号

090-9497-5764

メール

sawayakasoudan@docomo.ne.jp