ふれあい

さらべつ
社協だより
No.91

子ども交流サロン『わんぱくキッズ』

診療所クリスマス会（ボランティアすずらん会）

歳末義援金のお届け

○ 特集『これからの大人の暮らし方を考える冊子づくりワークショップ』・・・Ｐ２
○ 特集『さらべつ成年後見センターについて』・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ３
○ 赤い羽根共同募金運動と歳末たすけあい運動結果報告 ・・・・・・・・・・・Ｐ４－６
○ 社協トピックス（ふれあい広場２０１９さらべつほか）・・・・・・・・・・・Ｐ７
○ ボランティアセンターだより☆ふれあい版☆ ・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ８－９
○ ご寄付ありがとうございます、高齢者等生活支援事業 ・・・・・・・・・・・Ｐ10
○ リサイクル協力者、福祉用具や福祉車輌をお貸しします ・・・・・・・・・・Ｐ11
○ 介護カフェのお知らせ、心配ごと相談所、元気クラブほか ・・・・・・・・・Ｐ12

"ふれあい" は、赤い羽根共同募金助成金を受けて発行しています。

特集

～更別社協の社窓（しゃそう）から～

これからの大人の
暮らし方を考える
冊子づくり
ワークショップ

村のおと
MURA no OTO
にタイトル決定！

価値観の多様化により、人とのつながりから感じられる幸せが豊かさとして注目されています。冊子「村のおと」の制作は、支え合う地域づくりへの試みです。多様な立場のメンバーがチームになり「豊かな暮らし方」をテーマに村民への取材を行いました。それをもとにワークショップで対話を重ね、更別村での幸福の要素から「叶えたい暮らし方」を描いた冊子です。

冊子発刊に寄せて お言葉をいただきました

更別村建設業協会
会長　山内　信男　様

「村のおと」発刊おめでとうございます。老若男女が世代を超えて繋がり、高齢者が楽しく生きがいをもって暮らしていくための活動に敬意を表します。また建設業に携わる者の代表として村民皆が安心生活できる環境づくりに努力して参ります。

更別村長
西山　猛　様

一年間の冊子づくりワークショップを通じて得たものが、今後の村づくりに活かされることを楽しみにしています。様々なライフスタイルを取材する中で感じた多様性を受け入れる気持ちこそが共生社会をつくる上で重要なカギとなります。一人一人が尊重しあい、助け合い、そして支え合う気持ちを持つ方が暮らす村になることを願っています。

更別村農業協同組合
代表理事組合長　若園　則明　様

避けられない高齢社会を迎えるにあたり、自身の将来を考えると住み慣れた地域で安心して暮らし続けたいと思っております。また、生活支援活動を含め地域の環境づくりに積極的に協力して参ります。

更別村商工会
会長　高木　修一　様

さらべつの地で、心豊かな暮らしを過ごすには、人とのふれあいや支え合いが大切です。それを担い育んでいくのが商工会、商店街の役割だと思います。これからも多世代の皆さんで、活動されることを期待しています。

更別村国民健康保険診療所
所長　山田　康介　様

冊子の完成，楽しみです。人生１００年時代、６５歳から３５年もの人生が待っています。どうせなら楽しく豊かに暮らしたい！この冊子で既にそんな暮らしを実現している先輩に出会えます。誰だろう…きっと役立つヒントがもらえるはずです！

村のおと お披露目イベント

トーク ライブ

更別村長
西山　猛氏

石塚計画デザイン事務所
石塚　雅明氏

3/7 sat
2020
14：00▶16：00
開場▶13：30

村民が楽しく
支え合う暮らし

<ところ>
地域創造複合施設

特集 ～さらべつ成年後見センターについて～

更別村社会福祉協議会は、更別村の委託を受けて「成年後見制度運営事業」を行っています。
この事業を進めるため、社会福祉協議会内に設置しているのが『さらべつ成年後見センター』（以下、センター）です。

～センターの取り組み～

- 権利擁護・成年後見制度等にかかる相談、支援、広報、普及啓発等
- 市民後見人の養成研修、活動支援
- 法人後見
- 日常生活自立支援事業
- あんしんお預かりサービス事業
- 関係機関との連携（ネットワークづくり）

～用語説明・本会事業のご紹介～

○ 権利擁護（けんりようご）

・・・障がいや加齢による判断力の低下、また認知症等により自己の権利の表明や十分にできない方の権利を、支援者が代弁することなどにより守ること。

○ 成年後見制度（せいねんこうけんせいど）」

・・・判断力が十分でない方について、家庭裁判所に申し立てを行い、本人を支援する者（成年後見人等）を選任して本人の代わりに法律行為を行うことができるようにする制度。
大別すると「法定後見」と「任意後見」があり、全国で21万人以上が利用している。【2017年12月時点】

○ 市民後見人（しみんこうけんにん）」

・・・弁護士や司法書士などの専門資格はもたないものの、研修により成年後見に関する知識・倫理を身につけた地域住民。

○ 法人後見（ほうじんこうけん）」

・・・社会福祉法人やNPOなどの法人が成年後見人等になり、判断能力が不十分な方の支援を行うこと。

○ 日常生活自立支援事業（にちじょうせいかつじりつしえんじぎょう）」

・・・判断能力が低下している方に対し、市町村社会福祉協議会の生活支援員が定期訪問し、福祉サービスの利用援助や日常の金銭管理サービス等を行う。成年後見制度の前段階として利用される。
【実施主体：北海道社会福祉協議会】

○ あんしんお預かりサービス事業（あんしんおあずかりさーびすじぎょう）」

・・・更別村社会福祉協議会の独自事業。上記日常生活自立支援事業の対象外となる高齢者集合住宅等の入居者で、同じく判断能力が低下している方に対し、日常の金銭管理サービス等を行う。

ご相談・お問合せは「さらべつ成年後見センター」☎ 53－3500 もしくは
介護や福祉の総合相談窓口「更別村地域包括支援センター」（更別村役場保健福祉課）☎ 53－3000 へ

報告　令和元年度 赤い羽根共同募金運動 結果報告　（順不同・敬称略）

更別農業高等学校

更別小学校

上更別小学校

更別中央中学校

総額　2,920,269 円

ご協力ありがとうございました！

<戸別募金・・・７９９戸：６６１,９００円>

新栄町 28 戸 26,300 円／本町 73 戸 44,000 円／花園町 65 戸 42,400 円／中央町 12 戸 12,500 円／
緑町 76 戸 67,300 円／若葉町 52 戸 48,300 円／錦町 48 戸 26,500 円／柏町 24 戸 19,500 円／
曙町 46 戸 44,100 円／上更別区 41 戸 20,500 円／東栄区 16 戸 16,000 円／香川区 20 戸 20,000 円／
上更別南区 25 戸 25,000 円／勢雄区 39 戸 36,500 円／平和区 16 戸 10,000 円／旭区 20 戸 20,000 円／
更別区 43 戸 43,000 円／昭和区 21 戸 21,000 円／更南区 22 戸 11,000 円／更生区 14 戸 10,000 円／
協和区 16 戸 16,000 円／更別東区 33 戸 33,000 円／
南更別区 23 戸 23,000 円／北更別区 26 戸 26,000 円

<法人募金・・・６８法人：２,００４,１２０円>

～村内４５法人～　　※ 公表許可をいただいた法人のみ掲載

【1,000,000 円】㈱山内組　　【260,000 円】㈲サンシステム企画

【141,620 円】更別村農業協同組合（法人募金：80,000、ミニ縁日（9/1）売上寄付…61,620）

【50,000 円】㈲コタニアグリ　　【30,000 円】㈲石村車輌整備工場／㈱ヤマジョウ

【10,000 円】(合同)赤澤農場、㈲アグリサポートさらべつ／㈲今城商店／エア･ウォーター十勝食品㈱／
㈲小川建設／㈲片岡商店／㈲更別運輸／㈱更別企業／㈱さらべつ産業振興公社／更別村商工会／
更別森林組合／三立運輸㈲／㈱泰章農場／㈱ティー･ワイ／㈲林自動車整備工場／
ひらやまファーム㈱／㈲フナキ薬房／㈱ほそかわ農場／㈲丸山山口商店／㈲山田商店

【5,000 円】㈱エースフロンティア〈クローバーモア〉／ＭＳＦ㈱／小澤農場㈱／㈱和光農場／㈲加藤自動車／
さらべつチーズ工房㈲／㈲シツカワ測量／ニッテン／㈲鳥せい更別店／
㈱ファミリーパークさらべつ／㈲堀井電気／㈲本間農機／㈲増田商店／㈱松橋農場／㈲美郷牧場

【3,000 円】㈲正浄農場／道東エア・ウォーター㈱

～村外２３法人～

【20,000 円】岡田建設㈱（帯広市）

【10,000 円】大昭電器工業㈱（帯広市）／上嶋工業㈱（同）／東日本道路㈱（同）／㈱西川工務店（同）／
㈱振興電気（同）／㈱北口電器商会（同）／アラヤ総合設計㈱（同）／フジ暖房工業㈱（同）／
北海道道路整備㈱（同）／菊地技術コンサルタント㈱（幕別町）／加藤建設㈱（同）／
㈱双栄電気工業（中札内村）／㈱昭和熱器工業（同）／
生命保険協会 釧路協会帯広協会（釧路市）／㈱アトリエ aku（札幌市）／新栄クリエイト㈱（同）

【5,000 円】㈱奥原商会（帯広市）／㈱ネクサス（同）／㈱半田美装帯広支店（同）／㈱ニシダ（音更町）

【3,000 円】日東美装㈱（帯広市）／まちの建築家あくてぃぶネット協同組合（同）

<事業所募金・・・３０事業所：１１５,０００円>

【10,000 円】御食事処あさひ／石川車体工業所／西田商店

【5,000 円】小島商店／髙橋板金加工所／安江新聞店／翠泉書道教室／渡邊造林／お菓子のニシヤマ／
日の出旅館／身心術整体和顔／中華菜館 翡翠楼／セブンイレブン更別店／パブリックハウスヤジ

【3,000 円】どんぐりむらとくる味の木／食堂わがや･つがる亭／Lounge 眉山／とこやすずき／青空味店／
かっこう料理店

【2,000 円】SHIMONO-SUN／すずらん理容院

【1,000 円】市川天竜堂商店／食彩空間ほそや／トマト美容室／さらべつペットクリニック／
レストハウスかしわ／十勝夢想園／すきた養鶏場／IGELKOTT

<学校募金と箱募金・・・１１ヶ所：３８,６８１円>

更別小学校 3,642 円／上更別小学校 814 円／更別中央中学校 14,472 円／更別農業高等学校 2,683 円／
老人保健福祉センター 8,473 円／セイコーマートやまぐち更別店 3,967 円／ポピーマート 2,928 円／
更別村農村環境改善センター 1,019 円／ＪＡさらべつ 275 円／更別郵便局 228 円／ma･na･カフェ 180 円

<イベント募金・・・１４,４０７円>

さらべつ大収穫祭 2,363 円／コムニの里 夏まつり 4,281 円／ふれあい広場 2019 さらべつ 7,763 円

<その他の募金・・・８６,１６１円>

中央町 佐藤 勉 1,000 円／平和区 竹原 敏和 2,473 円／その他匿名７件 58,984 円／
老人クラブ連合会 2,471 円／コカ･コーラ自販機売上寄付 14,233 円／寄付グッズ（ピンバッチ等）7,000 円

集まった募金の約９０％は、新年度、村内の福祉事業に助成され、地域のために使われます。

残りの約１０％は、北海道内の助成（赤い羽根車輌等）や、国内の大災害時のために積み立てられ、災害ボランティアセンターの運営費などに活用されます。

報告　令和元年度 歳末たすけあい運動 結果報告

（順不同・敬称略）

総額　８４４,７０７円

<戸別募金・・・７９４戸：４４６,４９３円>

新栄町 77戸 19,300円／本町 71戸 33,100円／
花園町 72戸 45,600円／中央町 18戸 11,000円／
緑町 78戸 59,639円／若葉町 37戸 32,833円／錦町 52戸 30,000円／柏町 12戸 8,000円／
曙町 41戸 38,921円／東栄区 16戸 8,000円／香川区 20戸 10,000円／上更別南区 25戸 12,500円／
勢雄区 40戸 22,000円／平和区 16戸 10,000円／旭区 20戸 10,000／更別区 43戸 17,500円／
昭和区 22戸 10,000円／更南区 22戸 6,600円／更生区 14戸 10,000円／協和区 16戸 10,000円／
更別東区 33戸 20,000円／南更別区 23戸 11,500円／北更別区 26戸 10,000円

<職域・団体募金・・・３５件：３４５,４２７ 円>

更別ライオンズクラブ 30,000円／株式会社 山内組役職員 30,000円／
ＪＡさらべつ職員 12,327円／民生委員･児童委員 12,000円／
更別村農業委員 12,000円／更別老人クラブ長生会 10,000円／
上更別老人クラブ長寿会 10,000円／更別村議友会 10,000円／
(社)どんぐり福祉会職員会 10,000円／コムニの里さらべつ職員 8,700円／
北海道更別農業高等学校職員 6,800円／勢雄老人クラブ柏寿会 5,000円／
農協年金友の会 5,000円／教育長 荻原 正 5,000円／
更別村ゲートボール協会 3,000円／更生老人クラブ福寿会 3,000円／
更南老人クラブ喜楽会 3,000円／上更別郵便局職員 1,000円／
役場各課、各委員会、診療所、消防 137,600円／
社会福祉協議会役員 8,000円／社会福祉協議会職員 17,000円／共同募金委員会役員 6,000円

更別ライオンズクラブ

<個人篤志募金・・・７件：５２,７８７ 円>

更別村共同募金会の運動により集まった歳末たすけあい募金は、更別村社会福祉協議会に全額に助成され、各会議による審査・協議を経て、年内に"歳末義援金"として、社会福祉協議会理事により決定世帯に届けられました。

～歳末義援金をお届けした世帯～

- ○ 長期在宅療養者……５名
- ○ 重度心身障がい者…１４名
- ○ 高齢者世帯……６世帯
- ○ 高齢者一人世帯……５６世帯
- ○ 母子父子世帯……１２世帯
- ○ 寡婦寡夫世帯……１世帯
- ○ その他要支援世帯……５世帯

以上９９世帯に、それぞれどんぐり商品券 10,000円分をお届けしました。(不足分は社会福祉協議会への寄付を充当)

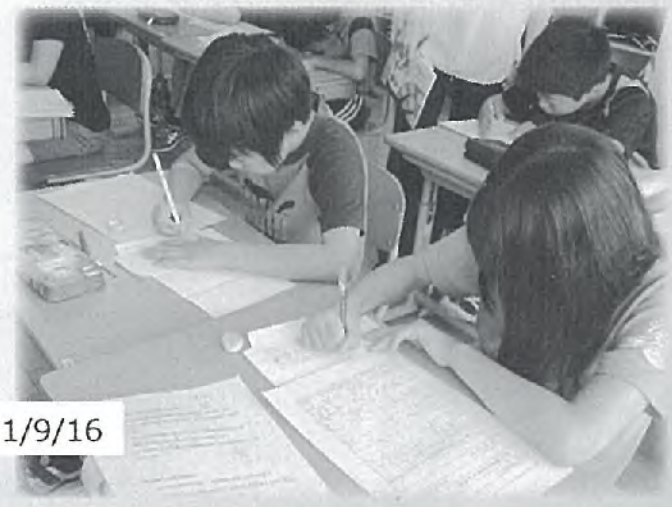
～ Sarabetsu Shakyo トピックス ～

ふれあい広場２０１９さらべつを開催しました！

関係団体、多くのボランティアとともに福祉のお祭り“ふれあい広場”を開催し、約３００名の来場がありました。

メインプログラムでは特別講演としてノンフィクション・ライターの中澤まゆみ氏より「人生100年時代！知っておきたい成年後見制度や介護保険」と題しお話をいただき、その他さらべつうどんの無料昼食や縁日、喫茶や販売コーナーなどに多くの方が集まり、賑わいました。

小学生から高齢者へ手紙を～ふれあい郵便～



８０歳以上の方へ小学生から郵便書簡をお送りする“ふれあい郵便”。今年は３０３通が届けられました。

“夜カフェ”でアルコールと健康について学ぶ

フナキ調剤薬局の船木達氏を“介護カフェ”にお招きし、「アルコールと健康」についてお話しいただきました。

南十勝社会福祉協議会役職員研修交流会が更別で開かれました

村内の社会福祉法人（コムニの里、元気の里、どんぐり福祉会）を視察後、北海道熱中開拓機構の亀井事務局長を講師に熱中小学校の取り組みについて学びました。

恒例のリサイクルカレンダー市を開催

地域から集まった２０２０年カレンダーの販売を老人保健福祉センター（温泉）ロビーで行いました。

＊売り上げは福祉事業に使わせていただきます。

ボランティアセンターだより　～ふれあい版～

ボランティアセンターは、ボランティア活動の啓発・推進等を目的に社会福祉協議会内に設置されており、ボランティア活動のコーディネート、助成、講座の開催、情報提供などを行っています。

【ボランティアセンターの事業報告】

～ 更別中央中学校２年生の授業「障がいとパラスポーツ」～

令和２年１月22日

更別中央中学校からご相談をいただき、授業のお手伝いをさせていただきました。

北海道のWheelchairRugby（車椅子ラグビー）Team『SILVER BACKS』の上野文士さんをお招きし、同チームの米澤大さんにも協力者としてお越しいただきました。

２年生25名がラグビー用車椅子に乗り、実際の競技のように車椅子をぶつけ合うという貴重な体験。またお二人の実体験から、地域の一人ひとりに求める思いについても教わりました。

～ 「ボランティアミニ愛ランド2019 in かみしほろ」に参加 ～

令和元年10月20日

更別から12名のボランティア活動者が参加し、折り紙やミュージックケアなどの分科会でそれぞれ学び、また他町村のボランティアとの交流を深めました。

～ ボランティア体験「リサイクルセンターへ行こう」 ～

令和元年11月２日

小学生４名が参加。

リサイクルセンターに持ち込まれるゴミの分別をお手伝いしながら、資源の再利用について学びました。

【サロンやボランティアグループの活動】

サロンほっと（上更別長寿会）

毎月５日に開催（１月除く）

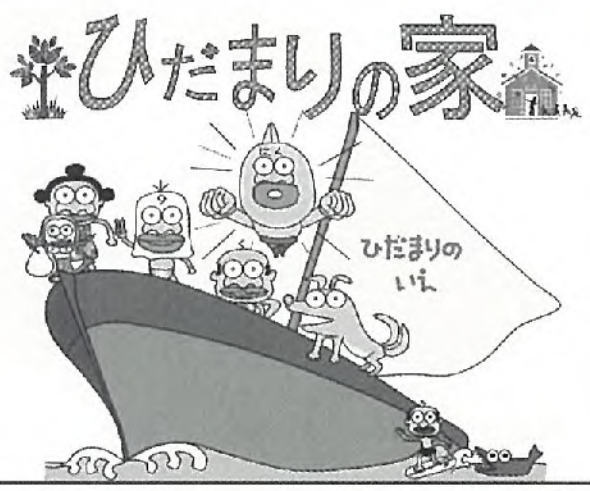
サロンポピー

ポピーマート隣（オアシス）にて、
主に１０日に開催

ふれあいサロン（ボランティアすずらん会）

<今後の予定>
２月１９日（水）、３月４日（水）、３月１８日（水）
※　時間は１０時から１５時まで
※　場所は農村環境改善センターの和室です。

ボランティアグループ　ＪＡこんにちは



<ミニ・デイサービス「ひだまりの家」>
２月１２日（水）１０時～１４時
２０日（木）１０時～１４時
２６日（水）１０時～１４時
※　場所は老人保健福祉センターです。

子ども交流サロン『わんぱくキッズ』

<今後の予定>
２月１７日（月）、３月２日（月）
※　時間は１４時から１７時まで
※　場所は街なか交流館 ma･na･ca です。

ふまねっと運動（ふまねっと かしわの会）

<今後の予定>
２月２４日（月）１０時～１１時３０分【老福センター】
３月３０日（月）１０時～１１時３０分【ma･na･ca】

ご寄付ありがとうございます (R1.10.15～)

金銭預託

行政区	お名前・団体名	金額	内容
緑町	金曽隆雄　様	１００，０００円	故 裕子 様の逝去に際して
南更別区	佐藤勇　様	１００，０００円	故 敏子 様の逝去に際して
協和区	佐藤光代　様	１００，０００円	故 武雄 様の逝去に際して
—	更別村ボランティア すずらん会　様	３０，４１０円	ふれあい広場リサイクルバザーの売り上げを福祉のために
—	更別村手をつなぐ 親と子の会　様	１３，１５０円	ふれあい広場縁日コーナーの売り上げを福祉のために
花園町	柏木秀雄　様	１００，０００円	故 久躬子 様の逝去に際して
—	更別村睦の会　様	５，３０２円	福祉のために
平和区	安村愛子　様	１００，０００円	故 定治 様の逝去に際して

物品預託

行政区	お名前・団体名	物品	払い出し先
更南区	佐藤金正　様	切手１８３３枚	法人の通信用に
勢雄区	勢雄区婦人会　様	タオル３０本	福祉施設または災害時のために
東栄区	原田君子　様	タオル２２本	〃
花園町	柏木秀雄　様	紙パンツ他	コムニの里さらべつへ
勢雄区	漁勢会　様	タオル２１０本	福祉施設または災害時のために
音更町	北海道コカ・コーラ ボトリング株式会社　様	飲料９ケース	シルバーハウジングほか
協和区	小谷文子　様	タオル１０本	福祉施設または災害時のために
平和区	安村愛子　様	肌着他	コムニの里さらべつへ

～高齢者等生活支援事業のお知らせ～

対象者：①おおむね６５歳以上の方のみの世帯の方
②障害者手帳の所持者のみの世帯の方　など

『配食サービス』・・・月～金曜の昼・夕方に、見守りを兼ねお弁当を配達します。（祝日除く）
週１回からご利用いただけます。
料金はごはん付きで３００円、おかずのみの場合は２６０円です。

『寝具乾燥サービス』・・・７月と１２月の年２回、使用している寝具をクリーニングします。
無料のため、住民税非課税世帯が対象です。

『除雪サービス』・・・おおむね２０cm以上の積雪時に、住宅周囲の除雪を無料で行います。
住民税非課税世帯が対象です。（実施期間：１２月～３月）

リサイクル にご協力いただいた皆様 (R1.9.24～)

～ アルミのリングプル ～

江別市の非営利団体「リングプル再生ネットワーク」へ送り、規定量に達すると車イスや歩行器等の福祉用具に交換できます。

行政区	お名前
本町	中村節子 様
花園町	中島則子 様
中央町	石田美志子 様
〃	梶 遼太郎 様
錦町	林 八重子 様
東栄区	原田君子 様
勢雄区	宍戸功治 様
〃	島田富二子 様
〃	橋本節雄 様
〃	野田 栄 様
旭区	森田順子 様
更別区	塩田ミツ子 様
更南区	佐伯八寿子 様
協和区	小谷文子 様
更別東区	橋本みち子 様
南更別区	木下兼子 様
〃	山口喜美子 様
更別東区	アグリサポートさらべつ 様
—	更別村リサイクルセンター 様

～ 使用済み切手 ～

「(公社) キリスト教海外医療協力会」に送っています。団体の活動資金になります。

行政区	お名前
本町	道見洋子 様
錦町	林 八重子 様
柏町	濱口幸信 様
東栄区	原田君子 様
北更別区	九々多美子 様
上更別区	北央道路工業株式会社 様
更別東区	アグリサポートさらべつ 様
緑町	(社)更別どんぐり福祉会 様
錦町	更別森林組合 様
上更別区	認定こども園上更別幼稚園 様
—	更別村役場産業課 様
—	更別村役場住民生活課 様
—	更別村役場建設水道課 様
—	更別村役場保健福祉課 様
—	更別村国保診療所 様
—	更別村教育委員会 様
—	学校給食センター 様

※ 切手の消印は切らずに残してください。
※ 封筒のままお持ちいただいても構いません。

～ 未使用・使用済みテレフォンカード ～

「ＮＰＯ法人札幌いちご会」へ送り、団体の活動費として充てられます。

行政区	お名前
花園町	中島則子 様
曙町	道見榮子 様

みんなで
リサイクル
ボランティア

福祉用具や福祉車輌をお貸しします

歩行器

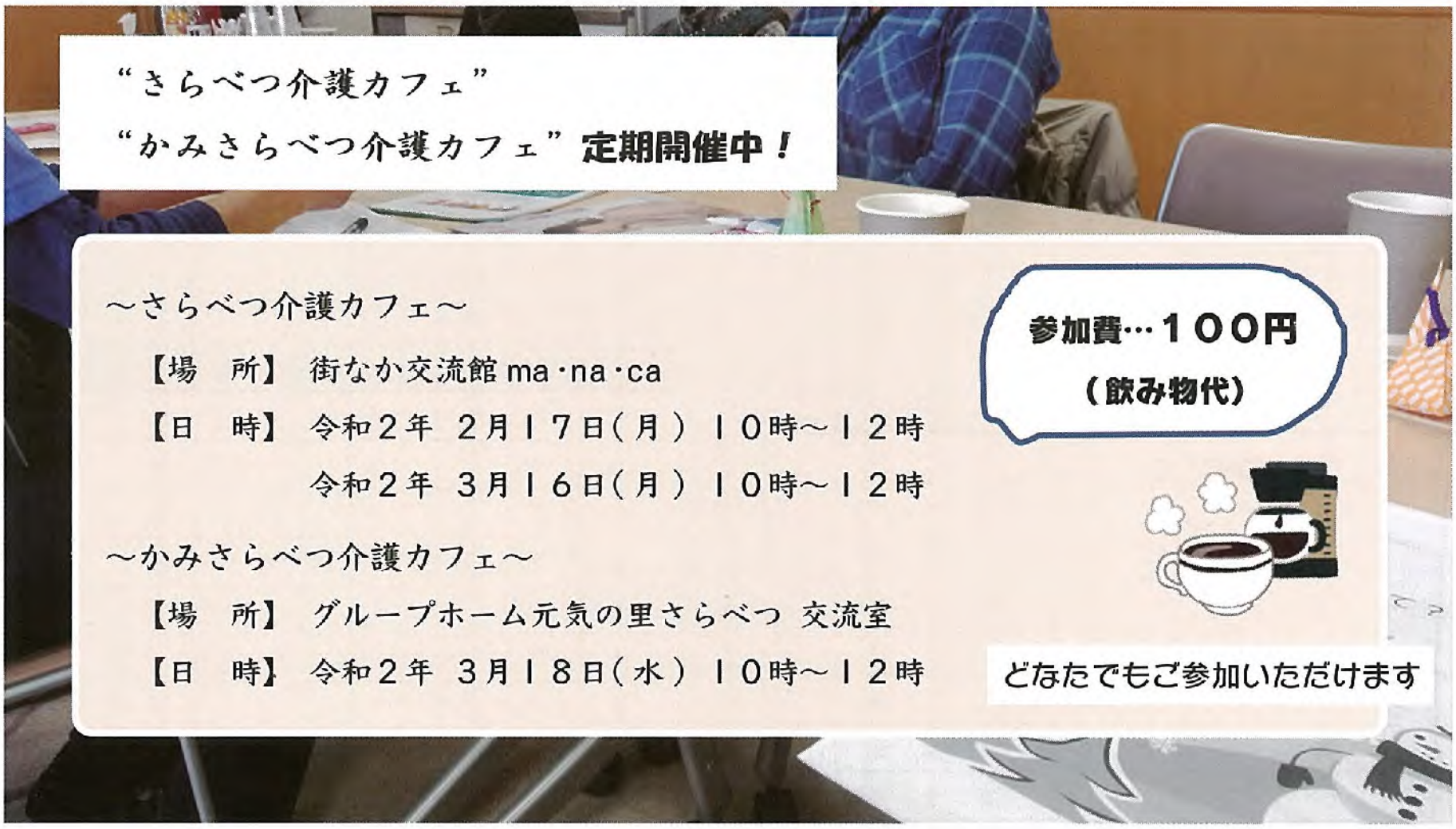
リフト付きハイエース

更別村社会福祉協議会では、ケガや身体状況の悪化など、急遽福祉用具が必要となった場合に、車椅子や歩行器、ポータブルトイレなどを無料でお貸ししています。

また、要介護者や障がいのある方が一時退院する際などに、福祉車輌（ハイエース、ポルテ）もお貸しすることができます。

詳しくはお問合せください！

TEL…53－3500（野々村）



“さらべつ介護カフェ”
“かみさらべつ介護カフェ”**定期開催中！**

～さらべつ介護カフェ～

【場　所】 街なか交流館 ma･na･ca

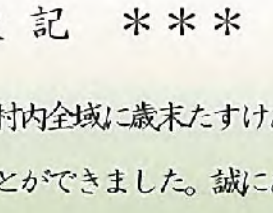
【日　時】 令和２年 ２月１７日(月) １０時～１２時
令和２年 ３月１６日(月) １０時～１２時

～かみさらべつ介護カフェ～

【場　所】 グループホーム元気の里さらべつ 交流室

【日　時】 令和２年 ３月１８日(水) １０時～１２時

参加費…１００円
(飲み物代)



どなたでもご参加いただけます

社会福祉協議会では“心配ごと相談所”を開設しています。

＜開 設 日＞　月曜日～金曜日（年末年始・祝日除く）　午前８時３０分～午後５時１５分

＜相 談 員＞　岡事務局長、野々村福祉活動専門員

☎ 53-3500

・ 困りごとをお聞きし、一緒に考え、必要な場合には他の機関をご紹介します。
・ グループの集まりやイベントなどへ、『出張相談』にも伺います。

1/12/26「元気クラブ クリスマス会」

～ 元気クラブ 開催中 ～

対象者 ： 村内の65歳以上の方（事前登録必要）
開催日 ： 毎週木曜日 10時～12時
場　所 ： 老人保健福祉センター　利用料:200円

＊＊＊　編 集 後 記　＊＊＊

今年度も皆様のご厚志により、村内全域に歳末たすけあい募金を義援金としてお届けすることができました。誠にありがとうございました。

地域の方々の協力をいただきながら、子どもから高齢者まで心配なく暮らせる社会を目指して、社会福祉協議会は日々活動しています。

今後とも皆様のご協力を何卒よろしくお願い致します。(W)

さらべつ社協だより編集委員会

委員長：瀧上 健一、委員：荻原 悦子、江本 和枝、若園 裕子

【さらべつ社協だよりふれあい No.91 ／令和２年２月10日】社会福祉法人更別村社会福祉協議会

〒089-1531　河西郡更別村字更別 190 番地 1 更別村老人保健福祉センター内
TEL（0155）53－3500　FAX（0155）52－2161
法人代表メール：sara-shakyo227@abelia.ocn.ne.jp
ホームページアドレス：http://www.shakyo.or.jp/hp/160/