



湧く雲の
白さを盛りし
かき氷

野路齊子

「求めない」
求めない——
すると
簡素な暮らしになる。
求めない——
すると
いま十分に持っていると感じづく。
求めない——
すると
いま持っているものが
生き生きとしてくる。
求めない——
すると
それでも案外生きていけると知る。
求めない——
すると
改めて人間は求めるものだを知る。
求めない——
すると
キョロキョロしていた自分が可笑しくなる。
求めない——
すると
ちよっと恥ずかしくなるよ、あんなクダラヌものをもとめていたのか、と。
求めない——
すると
心が静かになる。
求めない——
すると
楽な呼吸になるよ。

「求めない」
求めない——
すると
体ばかりか心もゆったりしてくる。
求めない——
すると
心が広くなる。
求めない——
すると
ひとに気がねしなくなる。
求めない——
すると
自分の好きなことができるようになる。
求めない——
すると
恐怖感が消えてゆく。
求めない——
すると
心が澄んでくる。
求めない——
すると
悲しみが消えていく。
求めない——
すると
時はゆっくり流れ始める。
求めない——
すると
心に平和がひろがる。

「求めない」

加島祥造



1923年 東京神田に生まれる。早稲田大学英文科卒、クレアモント大学院留学、信州大、横浜国大、青山学院女子短大に勤め、1993年「老子」に出会い、「タオ—老子」を出版。現在は信州・伊那谷に独居し、詩作、著作、墨彩画の製作を行っている。

おひとり様でも不安なく笑顔で暮らせるお手伝いをしたい。愛の会はそんな思いから生まれました。

一般社団法人 〒260-0045 千葉市中央区弁天1-15-1細川ビル4階

めぐみ
愛の会
043-287-1975
<https://meguminokai.or.jp/>

「身元保証」「生活支援」「金銭預託管理支援」「公正証書遺言作成」
「成年後見人支援」「葬送支援」「死後事務支援」「遺品整理」



房総の民話



それは、それは遠い昔のお話じゃ。下総(しもうさ)の国の印旛沼(いんばぬま)の地方では、雨が一粒も降らず、来る日も、来る日もお日様がキラキラと照りつけていたそう。 「ああ、いつまで、この日照りは続くんじゃないやろう。このままでは、わたらの食い物も尽きてしまうわ」 「あしたこそはなあ、雨が降んねえかなあ」 村人たちの願いもむなししく、日照りは続き、飢えて死んでしまう者も、出て来る始末じゃった。 このことを知った天皇は、釈明(しゃくめい)というお坊さんに雨乞(あまご)いの祭りをやって、雨を降らせるよう命じたそう。 早速、釈明は印旛沼に船を漕ぎ出して、沼の真ん中で、海龍王経(かいりゅうおうきょう)などを読み続けて、龍神様(りゅうじんさま)にお祈りをした。 それは、それは、命がけのお祈りだったそう。 一日、二日、三日と、釈明の声は絶えることなく沼のあたりに響き渡ったそう。

すると、どうでしょう。三日目の夕方、ちよどお日様が地面にかくれる頃のことじゃった。 「ザザザザッ」 ものすごい波の音とともに、沼の中から龍神様が現れたのじゃった。 やがて天に舞い上がり、暮れゆく空の中に姿を消したそう。 と、その時じゃった。 突然、真黒な雲が地面から、もくもくと舞い上がって、いなまずと雷鳴の中で渦巻きが起ったそう。 「ポツリ、ポツリ」 天から大粒の雨が落ちてきました。と。だんだん雨は激しくなると、一日二日と降り続いた。 今まで、ひび割れていた田んぼも、枯れ草同様の畑の作物も、生き返った。 「助かった。助かった」 「ありがたいことだ。ありがたいことだ」 村人たちは、天にも昇る思いで、手を合わせ、読経(よきょう)したそう。 七日目。その日は特にすごい雷光(らいこう)と雷鳴(らいめい)の日じゃった。 「ぴかっ」 「ズズーン。バリバリバリッ」 天も地もふっ飛ぶような雷鳴が、どろき渡ったそう。 「ああ。龍の体が……」 村人たちは、一瞬、凍りついたように立ちどまった。三つに裂けた龍の姿を見たのじゃった。 私たちを救ってくれた龍……。 村人たちは三つに裂かれた龍の体を捜しに出かけたそう。 すると、二本の角のついた頭は安食(あじき)に、腹は本埜(もと)の(に)、尾は大寺(おおでら)に落ちていたのが見つかった。 「おらたちの身代わりになってくれた龍よー」 「わたらの神様じゃー」 変わり果てた龍を見つけた人々は、それぞれの地で供養することにしたのじゃった。 頭部は、石の唐櫃(からびつ)に納めて龍角寺(りゅうかくじ)の堂前に埋めた。 腹は、本埜の地藏堂に納めた。尾は、大寺の寺に納めたそう。龍角寺(りゅうかくじ)、龍腹寺(りゅうふくじ)、龍尾寺(りゅうびじ)とそれぞれ寺の名前になった。



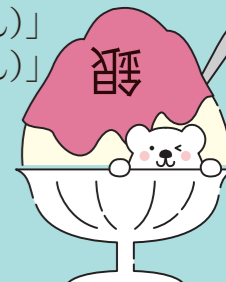
伝説の地(豊和地区大寺) 大寺の龍尾寺 (おおでらのりゅうびじ)

編集後記

ロシアによるウクライナ侵攻の悲惨な映像がお茶の間に流れ続けています。あるウクライナ人の老婆が「私たちはプーチンに何か悪いことでもしたのか」と声を絞って泣いていました。スマナサーラ氏の「怒らないこと」は正しいのでしょう。「求めない」で得られる心の豊かさ、103歳の卓見、「寛容」を作ることができる素直な心は、ストーンと入ってきます。子供を幸せにする遺言書でのお母さんの作られたまだ開けてない遺言書も見たいですね。(編集子)

漢字クイズの答え

- ◆ 気になる解答は...
□に入る漢字は……「銀」でした!
- ◆ 解説
上から読むと「水銀(すいぎん)」
左から読むと「金銀(きんぎん)」
右に向かって読むと「银杏(いちよう、ぎんなん)」
下に向かって読むと「銀河(ぎんが)」





グループ
法人
事務士
行政書士
総合事務
佐藤 美由紀

◆年々増える、後継ぎのいない「無縁墓」

管理・承継する人がいなくなり管理費が支払われていないお墓を無縁墓と言います。少子高齢化、お墓に対する考え方の変化等により、年々全国的に増加しているようです。その増加について、最近実感する機会がありました。無縁墓を撤去する手続きの代行のご依頼です。無縁墓を、管理者(寺院であれば住職)が撤去する際には、法的な手続きを踏む必要があります。ひと昔前には、このような業務内容のご依頼はありませんでしたので、「無縁墓」の増加による問題が、深刻化していることが伺えます。

◆お墓の後継ぎを誰にするかを決めておく

まず、先祖代々のお墓がある場合には、お墓を引き継ぎ管理する承継者を決めておくことが重要です。古くからの慣習ですと、長男が承継する



「103歳になってわかったこと」(幻冬舎)より

103歳になってわかったこと

生きとし生ける者、自らに由る 篠田 桃紅

篠田桃紅(しのだとうこう、本名：篠田満洲子、1913年3月28日-2021年3月1日)は、日本の美術家、版画家、エッセイスト。



私も数えて一〇三歳になりました。この齢まで生きています。いろいろなところで少しずつ機能が衰えます。老朽化して、よく動いているものだと思います。まだ生きています。ただ、体が少し痛むのは当然の事。私よりも若い人がどんどん亡くなっているの、こうして生きているのですから。生きとし生ける者、生物というものは衰えていく。これは真理。しょうがないです。私たちの知恵ではどうすることもできません。

すべて下り坂になっても、年の功というように、歳をとって初めて得られるものはあるのか。この先、得られるものはなんなのか。ずっとそのことを考えています。

私は生涯、一人身で家庭を持ちませんでした。この美術家団体にも所属しません。比較的、自由に仕事をしました。歳をとるにつれ、自由の範囲は無限に広がったように思います。自由というのは、どういうものか考えると、今の私かもしれませぬ。なにかへの責任や義理はなく、ただ気楽に生きています。そんな感じがします。

この歳になると、誰とも対立することはありません。誰も私とは対立したくない。百歳はこの世の治外法権です。百歳を過ぎた私が冠婚葬祭を欠かすことが有っても、誰も私をどがめることとはしません。パーティなどの会合も、まわりは無理だろうと半ばあきらめて

て承継者を指定しておくといでしょう。

◆墓石を持たないという選択肢

次に、承継者がいない、承継者に負担をかけたくない、あるいは、先祖代々のお墓に入りたくない等のケースもあります。そのような場合には、必要があれば墓じまいをしたうえで、墓石を持たないお墓を準備する、という選択肢があります。永代供養墓や自然葬などがそれにあたります。

◆自然葬のあれこれ

墓石を持たず、海や山などの自然に帰りたいとの思いを実現するものが「自然葬」です。近年、樹木葬や海葬など、驚きの方法も出てきています。しかし、自然葬の中には、風船に入れて地上10〜50kmの成層圏まで飛ばすバルーン宇宙葬や、少量の遺骨をカプセルに入れてロケットで宇宙に飛ばす宇宙葬など、驚きの方法もあります。ペットと共に入れる樹木葬もあり、選択肢は多様化しています。

◆お墓も多様化する時代、まずは話し合いを

このように、お墓の形式は多様化しており、お墓の承継者の有無家族構成や親族との関係、住んでいる場所、お墓に対する考え方などに応じて、「無縁墓」にしないために選べる方法も様々です。お墓の承継・墓じまい等の対策を立てる



お墓の形式は多様化しています。



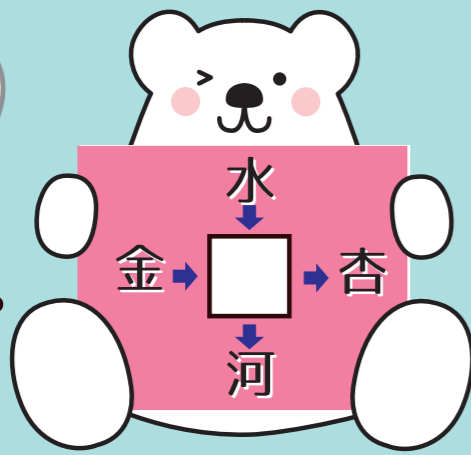
※付言事項・遺言の法的効力を有する本文とは別に、付け加えて言いたいこと(例えば、相続人へのメッセージ、葬儀やお墓のこと、遺言を書いた理由等)を書ける部分

人は驕り高ぶる生き物なので、自然とは別物だと思っているかもしれないが、まぎれもなく自然物です。自然を征服してきたつもりになっているかもしれない、雨を降らせることもできない、天然自然に対して無力です。むしろ、自然のほうが、人間よりも少しだけ許されたいけれども、このくらいなら許してあげようぐらいに思っているかもしれない。

自然物には莫大の種類があります。人は動物の一種、ウサギや亀などと同一。自然の産物として、生まれただけ、そう思えば気楽な物です。

漢字クイズ

答えはこの号のどこにあるよ！探してみね!!



□に入る漢字は何？

子どもを幸せにする遺言書

円満な家族ほど良い遺言を残したい
行政書士法人倉敷昭久事務所 代表 倉敷昭久

遺言書がもめる遺言書になるか、もめない遺言書になるかは紙一重のことが有ります。これは大丈夫と思つた遺言書でももめることが有りますし、これはまずいと思つたにもかかわらず円満な相続に大きく役立ったものもあります。特に強く印象に残っている遺言書はどれも一読した時には、まずいなと思つた遺言書です。しかしそれがもめない遺言書になり円満な相続が行われました。そこにはもめないだけの理由があります。

幸せを繋いだ遺言書の事例

遺言者はお父様でした。相続人は妻、長男、次男、長女。遺言の趣旨は、妻に自宅(土地と建物で約四千万円)と定期預金一千万円、次男には自動車(約一〇〇万円)を相続させ、長男の妻に株式(約一〇〇〇万円)、長女の一人娘に普通預金約一〇〇〇万円を遺贈するという内容でした。遺産総額は七一〇〇万円です。お分かりだと思ひますが、この遺言書にはもめる要素があります。長女の相続分がありません。そして次男の相続分も遺産総額からするとわずかです。子供三人には遺留分(約五九一万円)がありますがいずれも遺留分(下記註)が守られていません。長男には妻が、長女は娘が遺産を受け取れるのでまだよいとしても、次男が受け取れる遺産はわずか車一台だけです。次男から遺留分の請求が起きる

可能性が高く、もめるのではないかと思ひました。長男や長女から遺留分の請求が有つてもおかしくはありません。

長男から、「相続人全員を集めて、遺留分請求の意思確認をするので、その場に同席して、もし誰も遺留分を請求しなかったら、相続手続きを手伝ってほしい」といわれました。そして、全員集まった席で、長男はお父さんの遺言書を読み上げました。長男が遺言書を読み終える、長女から遺留分という制度について説明を求められたので、丁寧に説明しました。此の遺言書では長男、次男、長女の遺留分が守られていないため、それぞれの権利についても詳しく説明しました。そして、長男が、自分は遺留分を請求しないと思ひ表示をした上で、次男と長女に遺留分を請求するかどうかを尋ねました。それまで黙つて長男の話を聞いて

寛容

-かんよう-

素直な心になって
認め合うことの大事さ



お互い人間は、何処かの離れ小島でたった一人で生きていくというのではなく、ふつうみなが相寄つて、集団生活というものを営んでいます。その共同生活を営む上で大切なことはいろいろあります。中でも最も大切なことのひとつは、お互いが共々によりよく生きていくということではないでしょうか。そしてそのために大切なことの一つに「寛容」ということが有るのではないかと思ひます。

共同生活にはいろいろな人がいます。背の高い人もいれば、低い人もいます。声の大きい人もあれば小さい人もいます。いろいろな性格、考え方の持ち主がいるわけです。したがつて、もし背の高い人が低い人に対して、「背の低いのかけしからん。消えてなくなれ」というようなことを云つたとするならば、背の低い人たちはみな怒るでしょう。しかし、いたたまれなくなつてどこかへ行こうと思つても、結局、共同生活から出ていけば生きていくことはできません。だから、背の高い人が低い人の存在を認めないようなことが有れば、両者の間に争いも起り、お互いの不幸な姿も生まれかねないでしょ

う。もちろん実際にはこういったことはあり得ないことかもしれませんが、しかし例えば思想や宗教、あるいは人種的な差別という面では、往々にして起りかねないことだと言えましょう。

また、お互い人間一人ひとり、それぞれに個性というか持ち味を異にしていますが、そのどれもが尊く、また共同生活の向上のためにも有用なものではないかと思ひます。つまり、一人ひとりのそれぞれの持ち味が十分に発揮され生かされていくところから、共同生活の向上というものがもたらされてくるのだと思ひます。だから大切なことは、たとえ何らかの点で自分の気に入らない人がいたとしても、けしからん、消えてなくなれというのではなく、その存在を認めて、そしてともに和やかにやっていくようにしていく、ということでしょう。またそうしてこそ、一人ひとりがそれぞれの持ち味を自由に伸び伸びと発揮することもでき、より良き共同生活を実現していくことも出来るようになると思ひます。

寛容とは、広い心をもって、よく人をゆるしいれるということです。また人のあやまちに対して厳しくがめ

ていた次男が口を開きました。次男はお父さんがこの遺言書を書いた経緯を話し始めました。お父さんは随分と悩んで、ようやく遺言書に関する自分の考えが定まったところで、次男のところへその考えを伝えるに來たそうです。その時次男がお父さんから聞いた話の概要は次のようなことでした。お父さんの考えた遺言の内容は次の三つでした。

1. 妻には家と定期預金をあげたい。
2. 長男の妻には株をあげたい。長男の嫁は長男と結婚してからずっと、自分達夫婦と多くの時間を共に過ごし、面倒をみてくれた。長男ではなく嫁に遺産をあげても、長男は自分の想いをわかってくれるだろう。
3. 孫に普通預金をあげたい。少し障害のある孫と二人で暮らしている長女が孫のために使えるようにしたい。

お父さんの想いは以上のようなものでしたが、これでは次男に残せるものがほとんどなくなつてしまつています。お父さんはそれが気になつ

たてしないということ。たとえ良くないことをした人に対して善意をもってそのあやまちを正すということ。はしたとしても、良くないことをしたからといってその人を憎み、その存在をゆるぎない、というようなこと。はしないということ。それでは寛容ということにはならないだろうと思ひます。

けれども、お互い人間というものは、人の罪は許すことができにくい、というような一面があるようです。だから人が悪いことをすれば、すぐ非難したり責めたりする。なかなか寛容な態度をとることができないというわけです。しかし、だからといって、お互いの非を数えたとて非難しあつても、それによつてよりよい姿が生まれてくるとは限りません。むしろお互いにくるがみ合い、争い合うというようにないにもなつて、かえつて好ましくない姿にも落ちいかねないのではないのでしょうか。そういうことを考えますと、やはりお互いに相手をゆるしいれるという寛容の心を養つていくことが大切ではないかと思ひます。お互いが広い寛容の心をもちあうならば、たとえ相手に少しぐらい非があつても、それをあたたかくゆるし、また自分の非も許されるということになつて、ともどもに安らかに暮らしていくこともできやすくなるでしょう。

それでは、そういった好ましい寛容の心はいつたどこから生まれてくるのかといひますと、それはやはり素直

て、次男がこの遺言書を受け入れてくれるかどうか聞きに來た、とのことでした。

私は、この遺言書を読んだ時に、次男とは不仲だったのかと思つてしまいました。しかし、お父さんは決して次男に遺産をあげたくなくかつたわけではなく、お父さんの想いを強いものから順に並べていくと、このような遺言書にせざるを得なかつたのです。次男もお父さんの想いを理解しました。それがこの遺言書に集約されています。お父さんはもめない遺言書にするための仕上げを見事にしていました。

これはもめるはずのない遺言書でした。誰からも遺留分の請求は起らず、それぞれか、相続人全員がお父さんの心配りと思ひを受け入れてくれた次男に感謝しました。遺言執行者が指定されていまして、ので、相続手続きはスムーズに終えることができました。

手続きが完了して、お母さんに会つた時、「私も夫のような遺言書を作りたいので、先生、手伝ってくださいね」と言われました。後日、お母さんは本当に事務所にお見えになりました。何度も相談を重ねて、ご主人に劣らぬ遺言書を作られました。これもまた心に残る遺言書になるはず。その遺言書はまだ開かれていません。

遺留分…被相続人の配偶者や子など、兄弟姉妹以外の法定相続人が相続できる最低限度の相続分です(民法一〇四一条)

な心から生まれてくるものだと思ひます。素直な心というものがあれば、おのずとそういう寛容の心があらわれてくるのではないかと思ひます。

素直な心は万物万人一切の本当の姿をとらわれなく見つめ、これをともどもに正しく生かそうとする心です。したがつて、素直な心になれば万物万人いっさいのそれぞれの良さとか意義というか、価値、長所、そういったものが明らかに成るわけです。そしてそのように万物万人いっさいの良さを見ていけば、全く無用のものというか、排除すべきものは何もないということがわかつてきます。

このように、素直な心になれば、万物万人いっさいをゆるしいれる広い寛容の心というものがあらわれてくるのではないかと思ひます。



松下幸之助(1894年<明治27年>11月27日 - 1989年<平成元年>4月27日)日本の実業家、発明家、著述者。松下電器製作所、松下電器産業(旧社名:松下電器製作所)の社長として経営を築き上げた。異名は「経営の神様」。

松下幸之助「素直な心になるために」(PHP文庫)より

高齢者の住まい、今後どうするの？

近年、全国的に空き家が増えており、空き家になる要因の約6割が相続にあるといわれています。ご自身が亡くなられた後、ご家族がその家に住み続けるのか、それとも売買等により別の誰かに引き継ぐか、相続の準備等をあらかじめ進めておかないと、管理がされず、ご家族や近所の方に迷惑をかけてしまう空き家になる可能性があります。老後の家の相談は、所有者の入院や高齢者施設への入居が契機となることが多いです。その対策のために、住宅の「終活」の相談に乗る自治体が増えていきます。背景には急増する空き家問題があり、相続や売却の準備を促すことで空き家の発生を抑える狙いがあります。神奈川県や埼玉県などは「家の終活ノート」を作成し、ホームページでも公開しています。

高齢者の5人に1人が認知症になる時代になりました。家の所有者が認知症になると、家の売買が難しくなります。元気なうちに家族と話し合い、認知症に備えることが大切です。財産管理の信託契約を本人と家族との間で結ぶ「家族信託」、あらかじめ後見人を選ぶ「任意後見」などがあります。住まい方も様々な方法があります。シニア向け住宅への住み替えや家の売却のほか、自宅を売却した後も賃借して住み続ける「リースバック」、自宅を担保に資金を借りて死後に家を売却して返済する「リバースモーゲージ」もあります。

家じまい



住み替え

- ・シニア向け住宅
- ・サービス付き高齢者向け住宅
- ・有料老人ホーム
- ・グループホーム



最後まで住み続けたい

- ・リースバック
- ・リバースモーゲージ

売却

- ・不動産会社
- ・中古住宅仲介サイト
- ・「空き家バンク」
- ・NPO

相続

- ・遺言書、遺産分割協議書の作成
- ・生前贈与、相続税の申告準備
- ・認知症対策＝「家族信託」「任意後見」など



Point 元気なうちに家族や専門家と話し合おう！！

怒らないこと

～謙虚な生き方を見習う～

「怒らないこと」(サンガ出版)より
スリランカ初期仏教長老
アルボムッレ・スマナサーラ



「怒り」のことを真剣に考えてみましょう。きちんと理解をしてほしいのです。怒った人は鬼か悪魔になつて、強烈で恐ろしい放射能のような波動をからだから出します。自分だけでなくすべての人々の幸福を奪って、社会の幸福まで壊してしまうのです。

ある国の政治をやっている人々が何かのきっかけで怒ってしまうと、戦争が始まってしまふことが珍しくありません。そうなると、何の怒りも罪もない国民が戦争に行つて、死ななくてはならなくなつてしまふのです。世界中の歴史を見ても、そういう愚か者どもがよく登場しているのですよ。

怒りは自分を壊し、自然を破壊し、挙句の果てには他人の幸福まで奪います。ですから、我々は怒りを何とかするよう真剣に努力すべきです。自分を甘やかしてはいけません。「怒らないこと」は個人の課題でもあり生命体からの要請でもあります。

動物も怒るのですが、人間の怒りとは違います。例えば犬同士が怒るのは、その犬の世界の道徳を破つたからであつて、それ以外の理由では怒りません。猿の世界でも同じです。決まりを破つたら、殴られたり、噛まれたりして、殺されるぐらいひどい目に遭います。殺されはしません。運悪くひどいけがをしたら死んでしまう可能性もあります。そんなふうには自分の命にかかわるだけに、動物はいつでも互いに気を使つて、お互いの気持ちをできるだけ理解しようと努めながら生活しています。ですから怒る人というのはその次元よりもずっと下にいることになるのです。エゴを捨て、怒らない人というのは例外なく、本当の幸福を得られるのです。

では我々はどうすればいいか。謙虚な生き方を見習うことで我々も怒りを治めることができます。アインシュタインと女の子のお話をしましょう。

家の隣に算数がよくできる人が住んでいるのに」といったのです。女の子は「もちろん、それが誰のことなのか知りません。ですから、「なるほど、隣の家のおじいちゃんに聞いて、宿題を教えてもらえばいいんだ」と思って、早速隣の家のチャイムを鳴らしたのです。ドアを開けたら小さな女の子が立っているもので、すから、アインシュタインも「まあ、どうぞ」と家に入りました。その子は「おじいちゃん、学校の先生が、隣のおじいちゃん、算数が上手だ、と聞いたのよ。だから、これを教えてちょうだい」と頼んだのです。アインシュタインはとても忙しく、すでにアメリカの国宝のような存在でしたが、彼女にそんなことなく全部教えてあげました。

しばらくたって、その女の子があまりにも算数ができるようになったので、先生が不思議がつて「あなた、最近よく算数ができるようになりましたね」というと、その子は「先生は言ったでしょう。あのおじいちゃんに聞いて教えてもらえって」といふのです。

先生と女の子のお母さんは、アインシュタインに大変迷惑をかけてしまったと、これは大変なことになってしまったと、謝りに行きました。しかしアインシュタインは「いいえ、何のこともないのです。教えるのはなく、反対にいろいろなことを教えてもらいました。教えてもらったのは私の方です」といったのだそうです。

「なんだ、小学生ではないか、忙しいんだからこつちに来るな」とは言わなかったのです。相対論を発見した人なのだから女の子とは比べ物にならないほど智慧があるはずなのに、本当に謙虚なのです。こうした謙虚な生き方を見習うことで我々も怒りを収めることができます。つまり「怒りの人間になる」ということはもう、人間を捨てたことです。そのあとに自分の成長もありません。生き物のレベルでいえば動物よりもはるかに下です。動物は「お互いの気持ち」を計算しながら共同生活をしていきます。動物の世界ではわがままはだめなのです。我々人間も、これに倣って、相手の気持ちをいつも敏感に感じる事が大事なのです。



～ご案内～

会員様の日頃のお悩みや愛の会への要望事項を聞く会を開催します。最首美枝子代表ももちろん参加します。日頃の悩みをお聞きします。

<日時>2022年9月28日(水) 大安
11:00～14:00

<場所>ホテルポートプラザちば ルビーの間
中央区千葉港 8-5 043-247-7211
(ケーキ、コーヒー付き)

<プログラム>

- ・最首代表理事の挨拶
- ・高齢化社会に備える大事なこと
- ・意見交換会(全体)、ケーキとコーヒーを提供
- ・チームに分かれて個別相談

◆お申し込みは下記へ(愛の会)
043-287-1975