

サ

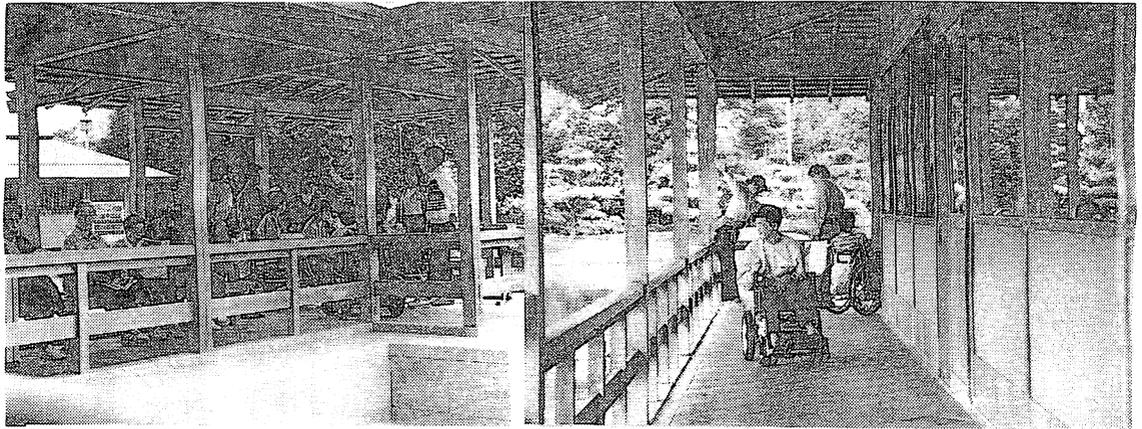
ロ

ン

あべの

No 89

出合い ふれあい 助け合い



# 秋の日本庭園へ

サロン・あべの十月の出会い

平成五年十月十六日(土)、  
JR阪和線の百舌鳥駅に集合し、  
山本さんと藤井さんの案内で、  
堺市の大仙公園内にあります、  
初秋の日本庭園を訪れました。



春にも、長居公園を散策する  
予定を立てたのですが、この時  
は雨が降ってしまい、とても残  
念でした。今回もお天気が一番  
心配されましたが、なんとか雨  
に遭わずに済みました。

駅からしばらく歩いて、まず

日本庭園へ。庭園の美しさなど  
は、とても表現しきれませんが、  
良く手入れされた木々、大きな  
錦鯉が優雅に泳ぐ池、その池を  
挟んで建つ休憩所、そして、そ  
れらが見事に調和していました。  
俗世間を離れ、心和む空間と  
時間の欲しい方には、ぴったり  
ではないでしょうか。ちなみに、  
スロープやトイレなど、車椅子  
での利用に対しても、良く考え  
られていました。

その後、自助具の部屋の方が  
製作して有名な、「釣り銭器」  
を使っておられる、福祉の店  
「だいせん」へ。ここで飲み物  
を買って、のどを潤しましたが、  
その周りでは、堺大茶会が華や  
かに開催されていました。

最後は、大きな池のほとり  
で輪になり、自己紹介や、この日  
の感想を語り合って、十月のサ  
ロンは幕を閉じました。

参加者は、二十三名でした。

(上平幸雄)

# 「ちいさい秋みつけた」

だれかさんが だれかさんが

だれかさんがみつけた

ちいさいあき ちいさいあき

ちいさいあきみつけた

.....

なんとなく口遊みたくなる秋

## 私なりの秋

中野 君江

今年の梅雨は、記録的な長雨続きで、何時上ったとの宣言もない内に夏に入り、その夏も、冷夏のため「カッ」と照りつける日も少ないまま秋になるのかしらと思っていいたら、もどり夏とかで汗をかき日が続いてやれやれ。でも、時おそく近年にないお米の不作に心配している。

毎月一回、長居で俳句会が行われ、出席

人間やはり、「ゆとり」をもつ大切さ、

アスファルトでは感じない落ち葉を歩く足

底の感触。障害や時間を忘れてどこ迄も歩

きたい気分。私は四季の中で一番好き。

ある人は、物悲しいので嫌いと言うけれど、肌寒い体に一枚羽織るベストの温かさ

が好き。家の中では味わう事の出来ない目に

映る小さな秋をこのむ。大きな秋を求め

て旅をしたと思うけれど、中々まゝにな

らず、小さな秋で十分満足している。

のため少し早い目に家を出て、公園の中に足をふみ入れた。とても街中とは思えない木々のみどりが広大に広がり自然を楽しむ。吹くともない風に枯葉がひらりと落ち地面が見えないくらい。あっ、団栗の実が落ちていて。なつかしくて拾い上げて見る。幼い頃の遠足の日々の思い出。椎の実もあちこちに散らばっている。今まで、何度となく通るこの公園にも、何か俳材はないかと歩いて見て初めて気付く有様。

## 小さい秋見つけた

杉山 蔦枝

今年も我が家のキンモクセイは、堪能する程よい香りを放ちながら、びっしり黄色い花をつけました。

秋だなぁと思いつつながらふと見ると、オニツタがもうきれいに紅葉しているのです。

私は、秋風に誘われてどこかへ行って見



たくなりました。

そこで、久しぶりに生駒の娘のところへ行って来ました。

秋の日差しは柔らかく、空気までがなんとなくおいしいのです。紅葉には、まだ早い生駒の山の自然の風景は、命を蘇えらせるように、実に快い安らかな気分させてくれました。

きれいに刈り込まれた家々には、燃えるような真っ赤なサルビアと黄色いマリーゴールドの花壇があり、隣にはなんとなく寂しそうなホトトギスの花やムラサキシキブが艶やかに光り輝いて実をつけていました。夕食には、娘の心づくしの栗御飯が出て来ました。

食卓にも、小さな秋を見つけた一日でした。

迷い込んだココロギ

南光龍平

真夜中に突然、ココロギが鳴き出ししました。それも「風流な虫の音」と言う訳にはいかず、家中に鳴り響くほどの大きな声で

す。家のなかのどこで鳴いているのやら初めは分からず、とりあえず

「うるさいな！だまれ！」

なんてどこに向かっというとともなく、それでも安眠を妨害する者に対して抵抗を試みながらも、しかたなく眠りました。

次の夜も、また時計の針が十二時をまわるころになると「鳴り響く虫の音」が聞こえてくるのです。

どうやら風呂場から聞こえてくるのですが、いくら居所を探してみても見つかりません。うるさいことも確かなのですが、風呂場なんかにいればすぐに死んでしまうことが分かっているので、外へ逃がしてやりたい気持ちもあって「声はすれども姿は見えず」の相手を探すがどうしても見つかりませんでした。

案の定、二、三日立つうちに声はだんだんと弱々しくなりいつの間にか聞こえなくなっていました。

この九月に、引越してきたばかりの新しいわが家（といっても古くて狭いビルの一室ですが）に訪ねてきてくれた初めての「秋のお客様」だったのに、もう少し静かな秋を味わわせて貰えればよかったのと、晩秋の今、思っています。

# お知らせ

十二月の出会い

日時 平成五年十二月四日(土)

午後一時～四時

場所 育徳園三階「幸分ホール」

(スロープ・車椅子トイレ有り)

テーマ 「サロンのクリスマス、

きっと、ええことありますよ」

会費 千五百円

備考 軽食とお飲み物、そして、

心ばかりのクリスマス・プレゼントをご用意しています。

準備の都合がございますので

十一月末までに、お申し込み

ください。

お申し込み、お問い合わせは、

電話 ○六一六九一一〇二八

富田慶子 まで

(3)

四天王寺は創建一千四百年

先月号でお知らせしましたが、十月二十三日、二十四日の両日、「ホーアのつどい」の生花および作品展が開か

● 河合恵子

作る

つくる

5

創る

れました。会場はJR鶴ヶ丘駅から歩いて六―七分。南大阪療育園のマリアの家。水曜日は未生流の生け花、金曜日は染織絵更紗や機織り「さをり織」の教室です。織り機は縦糸の操作をスイッチで操作できるようになっています。穏やかな日差しの中、花々はそれぞれ個性的に秋を表現し、また源氏物語をはじめ、様々な題材による見事な絵更紗。山本篤江さんの素敵なお織り

のマフラーや型押しのお雛などお見聞出来ました。手作りマドレーヌと紅茶も美味。

十一月三日は天王寺ワッツ。第四回とまだ新しいお祭りですが、舟だんじりをはじめ約七十台の山車。百濟、高句麗など各時代の渡来人に扮した約三千六百人が約四十万人の見守るなか、一時半より二時間余りかけて、谷町九丁目から四天王寺まで一・五キロのパレード。太鼓や笛の音も躍動的。

今年には四天王寺創建一千四百年にあたり、様々なイベントが繰り広げられました。十一月二十三日まで大阪市立美術館では「四天王寺の舞楽装束展」が開かれています。奈良時代に中国や朝鮮から日本にもたらされた外来の音楽・舞踊。聖徳太子に対する篤い信仰に支えられた舞楽。豊臣秀頼寄進と伝える重要文化財の装束・面、そして舞楽に関する絵画・文書・楽器が展覧されます。日頃、近くで見ることの出来

ない染織・工芸品をみるチャンスです。



# ●高齢者と在宅介護

## 4

井元 真澄  
いもと まさみ

### 二、在宅痴呆性老人介護者の介護時間(3)

#### 《研究の結果》

#### ③老人や家族の状況と介護時間の関係

前回、前々回で、介護の時間と時間帯についてみてきました。介護時間のところでは、個人差が非常に大きいことも触れました。そこで今回は、介護時間の差はどこから生じるのか、介護時間と様々な要因の関連をみることにします。

分析の方法は、平日の総介護時間について、様々な要因別の平均時間の違いを求め、その有意差についてF検定を行うこととしました。介護時間に影響を及ぼす要因としては、「高齢者の特性」、「介護者の特性」、「家族の特性」、「介護の状態」の四つに大きく分け、それぞれに小項目を設定しています。

1. 「高齢者の特性」による要因  
四つの要因の中では、「高齢者の特性」の

項目に、介護時間との関連が多くみられます。ここでは、高齢者のADLと、痴呆による問題行動についての項目を設定しています。まず、ADLと介護時間は密接な関係にあり、ADLが低下するにしたがって、おおむね介護時間も長くなっていることがわかります。

具体的に数字をあげると、「聴力」が「普通」の場合の一日の介護時間が一三〇分であるのに対し、「聞こえない」場合では三三六分、「排泄」が「自分でできる」場合は八五分、「全面介助」では二六四分となっています。

さらに、「睡眠」については、「よく眠れる」場合が一五五分、「寝つきが悪い」場合二三分、「昼夜の逆転」で二一六分、この結果もあります。「寝たきりの程度」でみると、「外出できる」五一分、「家の中で動ける程度」が一七七分、「寝たり起きたり」で二九分、「寝たきり」が一六二分となっており、寝たきりになる一歩手前の状態で、最も介護時間がかかっていることとなります。このよ

うに、それぞれのADLや状態の違いによって、一〇〇分から二〇〇分程度の差が生じています。

また、痴呆による問題行動の有無によっても、介護時間に違いが出ています。具体的には、「妄想がある」、「幻覚、幻聴がある」、「徘徊をする」、「外出して迷う」、「作り話をする」の項目で、有意な差がありました。中でも、「徘徊」がある場合の介護時間は三一分で、ない場合の一四一分に比べて二倍以上になっています。そして、多くの問題行動を持つ場合ほど、介護時間が増加するとの結果も得られました。

◆ ◆ ◆  
私事で恐縮ですが、十月に結婚いたしました。名前は、神垣から井元へと変わりました。が、これまで同様、よろしくお願い申し上げます。

## ほんのすこしの神に近い部分

ある集まりのなかで、ホスピスの院長の話をきいたことがある。印象に残ったのは「亡くなったとき一番泣くのは、若い看護婦さんたちです」という言葉だった。

もちろん、家族はホスピスのなかではなく、ひっそりと自分の部屋で泣いているのだろう。あるいは、それまでの長い道のりのなかで、もう充分に涙を流したのかも知れない。しかし、それにしても、当の家族でもない看護婦が、いちばん泣くというのは、誇張された表現だったにしても新鮮に聞こえたのである。

司会をしていた私は、院長の話のあと、ひとこと冗談めかして、こう言った。「私



は、つねから自分が死んだら誰が泣いてくれるのだろうと思いついていましたが、ホスピスに入れば泣いてくれる看護婦さんがいると聞いて安心しました」。会場には、ちよつとした笑いが起こり、学生のひとりがあとから私のところにきて、「先生、あのジヨークは受けましたね」と言った。

しかし、冗談ではなく、ほんとうに何か救われたような気がしたのである。心身が弱わり、社会的な地位も力も失い、死をまつ人として初めて会った看護婦たちに自分の死を悼んでもらえるとは幸せなことだ。こちらは、看護婦たちに何かを与えるわけではない。なにもかも失い、ただこの世を去る者としてのみ彼女たちの前に現れるのだが、それでも死を悲しんでもらえるのである。

葬式に参列するたびに、泣けない自分の心の冷たさに気づき、しよせんは人は互いに無関心なのだ、誰に向けることもない恨みを持ってあまじきみだった私にしてみれば、話にきいた看護婦たちの存在は、仏の慈しみを思わせる甘い夢のようだ。

もちろん、現実の看護婦たちは、私がよく知っている周囲の女子学生たちと変わらない人たちだろう。わがままなところもあり、小さな嘘をつき、気にいらぬ人に意地悪をして喜ぶときもあるにちがいない。見栄をはって、ありもしないことを自慢げに言ってみたり、うぬぼれて人の悪口を楽しむこともあるのだろう。

つまり、私は、彼女たちが「天使」だとは考えていない。どこにでもいるあたりまえの若い人たちのだが、ここに少しばかり神にちかい部分がある。それはほんの少しばかりなのだが、彼女たちの仕事のなかで、それが大きく活かされているのだろう。

私は、どんな人間にも、ほんのわずかの神にちかい部分があると信じている。つまり、完全に愛情に満ち、自己をかえりみず相手のことを純粋に思うところがあるということだ。そのほんのわずかの神にちかい部分が、人間の歴史をつくってきた。もしそれがなければ、私たちはずいぶん以前に滅んでしまっていたはずである。

人間を信じ、世界を信じるとは、このよくな、それぞれの人間がもっているわずかの神にちかい部分が、残りの人間の暗く醜い、しかしごく前大部分を、やがて



大連に四ヶ月余り住んで

中村 美穂子



## 我在大連住了四个多月

## 連載第四回

習慣の違いにビックリすることが数多くありました。

家庭に招かれて食事のとき、お茶を飲むとビックリされた(中国では食事中にお茶は飲まないみたい、スープがあるから)。

プラム大の桃は皮をむかずそのまま食べます。私が皮をむいて食べたらビックリされ、皮をむかずに食べると聞いてこちらが反対にビックリ。

日本では主食はお米だけですが、中国の東北地方では、お米・まんとう・餃子が主食でそれに何ピンかのおかずがつきまします。

中国の人達は、本当によく食べます。それだけ食べても太らないのは運動がたっているせいでしょうか。

町の食堂で餃子や小竜包(小さい豚饅)半斤(二五〇グラム)を我々は二人で食べているのに、目の前のミメ麗しき乙女が一人でペロリと平らげる様は、

よくあれだけたべれるネ・・・  
でも、どうして太った人が少ないのかネ

エ・・・

歩いて二、三〇分の距離は近いのか、遠いのか?の感覚の違いだと思ふのです。

日本に帰って「中国料理を楽しむカイ」を開きました。覚えていた中国料理を出るだけ忠実に作ったツ・モ・リ・なのですが・・・?で、味が薄い・・・あんまり調味料なんて使っていなかったけど・・・そうなのです!。私の腕のせいではなく

(まあそういう言う事にしておこう——カゲノコエ)材料の鮮度が違うのです。

下味をしっかり付けて作ったのは美味しかった!。ウームそうか!、中国で、美味しいと思つたのは——新鮮さがちがうのだ—————そういやア——パンなんか五日も置いておくと、カビが生えて来たのにはビックリした。日本の物は味付けしないとたべれない、中国の物はそのままたべれる、この差はおおきいゾウ・・・

市場へ買い物に行く楽しみは、季節の移り変わりが野菜や果物によって分かるから。

だから、しょっちゅう市場へ行つて、ただブラブラ見てるだけでも楽しかったんだ。人参、たまねぎ、ジャガ芋、モヤシ、旬がいつなのか知らなかった。新鮮なものを選ぶのに必死になつて買い物してたから楽しかったんだ。

トマトもキュウリもモモも梨もよく見て確かめて買ったから・・・こんな買い物の仕方、日本ではもう無理なのかナァ・・・余談ですが、中国では十二支の最後が猪(ぶた)になります。





## はあとがはろー!

グルメの新年会

富田 慶子

今年は何年より十五日も早く木枯らし一  
号が吹き、紅葉の便りも身近になって、何  
やら気忙しい昨今となってまいりました。

カレンダーも新年度用が届き始め、サロ  
ンの新年会の予定もそろそろ具体的に詰め  
る段階となってまいりました。

一月のサロンが、恒例の新年会として外  
へ出て行くようになりましたのは、昭和六  
三年からでした。

△サロン・あべの▽が初めて迎えた一月

は、研修室で「女性障害者と職業」につい  
て山本篤江さんを中心に話合いの出会いを  
持ちました。それは、それで意義あるもの  
でしたが、一月ぐらいいちよっと違った雰  
囲気を感じてみるのも良いのではという声  
が出てきましたので、それではと外での  
食事を企画する事になりました。

それで、昭和六三年一月の出会いには、あ  
べのベルタの地下二階にある「とり兆」で  
鳥肉のバーベキュー定食の「にぎやか新  
年会」を開きました。自分で焼いて食べる  
という事が、その当時の私には珍しくて、  
食べる事とおしゃべりに時間を忘れる思い  
でした。十八名が参加して下さいました。  
遠く和歌山市からも大岩氏が駆けつけて下  
さったり(毎年恒例となる)、又、今は亡  
き大島氏や渡辺さんのお顔もなつかしく思  
い出されます。

第二回目(平成元年一月二日)もあべ  
のベルタ地下二階の中華料理店「龍鳳」で  
「わくわく新年会」出合いの場を持ちまし  
た。が、これは当初予定していた新宿ごち  
そうビル内に車椅子用トイレが無いという  
事で、急遽変更して決ったお店でした。

当日になっての変更で委員は冷汗もので

した。この日は、前年に入院加療されてい  
た石田氏も奥様同伴で元気なお顔を見せて  
下さった事がとても嬉しいでした。

二〇名の参加がありました。そこは一部  
屋で狭い場所でしたが、肩を寄せあいなが  
らも全員がお互いの顔を見ながら語りあ  
う食事は、本当にアットホームな雰囲気  
が味わえたと思えました。

このせまいきゆうくつな経験から、喫茶  
店?が借り切られたら良いのではという話  
が出て、その年の暮れに問い合わせを入れ  
たところOKが来ました。

第三回目(平成二年一月二〇日)は、  
そのベルタ地下にあった「E・FRAT」  
を貸し切りにして「にぎやかに楽しくホ  
ボノとした新年会」の出合いの場を持ちま  
した。参加者二五名が大きなひょうたん型  
のテーブルを囲んで、ワインで乾杯をし、  
ステークに舌鼓を打ちながら、自己紹介を  
したり、クイズ風の福引きをしたりして、  
サロンだけの気楽さを楽しむ事が出来まし  
た。残念ながら、このお店はその後閉店さ  
れました。

第四回目(平成三年一月十九日)は、車  
椅子トイレ等の設備も完全な新装になった阿

倍野近鉄百貨店九階の「粋花KYK」で「今年もよろしく新年会」を開きました。有名なトンカツ店、解りやすい場所、ついにお買い物も楽しめる等々で、三四名もの参加がありました。車椅子や電動車椅子で参加された方も十二三名おられましたし、府外からも何名かの参加がありました。参加下さった皆さんは、この出合いを通してより親しく話あっていただけました。

翌年(平成四年一月十八日)も同じ「粋花KYK」店で「にぎやかに華やかに新年会」の場を持ちました。この年は、三七名の参加がありまして、お店の方で色々とお便

「不要の車いすを贈る」  
計画にご協力を!

南アフリカ共和国の南東部のナタール州の山中に住んでいるクワ・ズール族は、貧困から乳幼児や母親のほとんどが栄養失調。生れてくる子どもたちも障害者となるケースが多い。

現地では非政府組織(NGO)の「ヒランガニ・ンゴタアンド」(愛とともに手を携えて)がボランティアで活躍している。この活動を支援するボランティアが関西にも約10人居る。そのグループが、不要になった車いすや松葉づえなどを集めて、今年末、南アに贈る計画を進めている。

ご協力下さる方は下記の所へご連絡をお願いします。

\* \* \*  
アフリカ教育基金の会  
大阪事務所所長; 林 正 弘  
〒553 大阪市住吉区東粉浜  
2-1-24  
TEL・FAX 06-671-5985

宜を図ってはいただきましたが、全員が席に着き食事を始めるのに小一時間程かゝり、おまけにテーブルも別れわかれになって、全員のお顔が見えなく、不自由をされている方もおられるのではと気がかりな思いを致しました。が、各テーブルではおたがいに、助けあいながら和気あいあいに過ごして下さった様でしたので、ホッとしました。やはりサロンの仲間になるべく同じ場所に集りたいという希いから、今年(平成五年一月十六日)は、阿倍野近鉄百貨店九階のレストラン「遊彩食」で「新しい年新しい出合いの新年会」の出合いを持ちました。

レストランのコーナーをサロン参加者三名が一同に集い、ステーキ定食とビールで新年を祝いました。今年の集合場所のホールでは、皇太子様と雅子様のご婚約記念写真展が催されており、いっそうの華やかさを感じました。

新年会の場所は、毎年ギリギリまで担当委員が必死に探してくれています。便利な場所、安いながらもちよびりリッチな雰囲気味わえ、参加者の方々と楽しめる所をと...

来年のご参加をよろしく。お待ち申し上げます。

# 美智子のこんな話



岸田 美智子

やっと変ってきたJRの方針

十月二五日に、国障年大阪連絡会の窓口で、大阪市とのオールラウンド交渉がありました。

これは毎年一回行われていて、介護・住宅・作業所・街づくり・教育などのすべての分野での交渉が丸一日行なわれます。

その中で、街づくりの問題については主に各駅にエレベーター設置の問題が話されました。そして、近鉄や南海など各私鉄がエレベーターをつけていくという方針を出している中、最後までつけないといいつづけていたJRですが、阪和線の高架駅になるあびこ町・長居、そして環状線の新築される今宮駅には、エレベーターをつけるとい

う確約がとれました。それから、先月の新聞にも書いてあったのですが、障害者用の割引切符を今までは、いちいち窓口で手帳を見せて、買わなければならなかったのですが、十月の二〇日からは介護者と障害者ともに子供用の切符を券売機で買えばよいということになりました。

私は四、五年前に、あびこ町駅では下りのホームでしか、障害者用割引切符が売ってもらえず、いちいち陸橋をわたって向か

いのホームに行つて、買い求めなければならず、雨の日や急いでいるときなど、とても腹が立って駅員ともめた思い出があります。他の駅でも、よくこのようなもめごとが続いていました。

でも、このようなことももうなくなるので、すっきりした思いです。

それにしても、JRの運営方針はいつも最後まで問題にされるのは、どうしてなのでしょうかね。

## 電動車椅子サッカー定期大会

この春、サロンの出会で電動車椅子サッカーを紹介して下さったサッカークラブ「大阪ローリングタートル」が、A. M. F. C. エスカルゴとの定期大会を開催します。

Jリーグ顔負けの熱戦が期待されます。

サポーターの皆さん、大きな声援を贈りに行って下さい。

### 記

日時 平成5年11月23日(火)  
午後1時～4時

場所 大阪市身体障害者  
スポーツセンター(体育館)

[大阪市東住吉区長居公園1-32]

### プログラム

1. 開会式(午後1時～1時20分)
2. 練習・ミーティング
3. 試合(午後1時30分～3時20分)  
「A. M. F. C. エスカルゴ」

VS

「大阪ローリングタートル」

4. 表彰式及び閉会式  
(午後3時20分～3時50分)

商品紹介

目の不自由な人も手軽に検温

オムロンでは、目の不自由な人が使える音声付き電子体温計「けんおんくん」を発売する。点字付き電源スイッチを入れ、音声ボタンを押すと、「測定して下さい」等

操作手順を説明。それに従ってセンサーをわきの下にはさめば簡単に検温できる。身体障害者の「日常生活用具」に指定されているので、一、二級の重度視覚障害者なら、各市町村の福祉事務所に申請をすれば、無償で給付される。

それ以外の希望者には、「日本盲人会連合(電話〇三―三二〇〇―一〇一―)」を通じて、一万一〇〇円で販売している。

(朝日新聞十月二七日付より抜粋)

サロン・あべの文庫のご案内

絵本「朝子さんの一日」

サロン・あべの紙の読者から「目の不自由な方のリくらしの知恵リがうかがえると同時に、目の見える人が、どのように協力すればよいかの手引きになる本だと思えます」とのメッセージとともに絵本「朝子さんの一日」が贈られてきました。

この絵本は、会社員の夫と小学三年生の息子と三人で暮らす視覚障害者の働く女性が主人公。この朝子さんの一日の出来事を通して、視覚障害者がどういふことに困っているか、社会としてどんな配慮が必要な

のかといったことを、優しい色づかいの絵と解りやすい言葉で表現されています。

○B5変型判、六十八頁。

発売元〓小学館・定価〓千円

〓問い合わせ先〓日本児童教育振興財団

〓〇三―五二八〇―一五〇二



編集後記

毎年のことながら11月は編集子にとって、てんてこまいの月なのである。今年でいえば11月20日に出して、12月4日に出さねばならない。サロン・あべのの例会の日が、本紙の発行日だから仕方ないとはいうものの大へん大へん。いきおい、寄稿して下さる方にもひと月に2度の締切りがくる。神垣真澄さんご結婚、おめでとうございます。(石)

編集人; サロン・あべの運営委員会・<サロン・あべの>NO.89[93.11.20 発行] 定価¥100.  
代表; 上平幸雄〒545 大阪市阿倍野区阪南町2-19-2-303. 電話06-621-4365  
連絡先; 富田慶子〒545 大阪市阿倍野区阪南町6-3-26. 電話06-691-1028  
表題; 斉藤孝文・筆  
印刷; セルフ社〒545 大阪市阿倍野区西田辺町2-2-10-101. TEL.06-691-2365.