

# サロン・あべの

VOL. 144

## 盲導犬とのふれあい

一九九一年九月三日第三種郵便物認可(毎日発行)

サロン・あべの5月の出会い  
98年5月16日(土)、育徳コ  
ミュニティセンター2階研修室  
において、サロン・あべの5月  
の出会いを開催しました。

5月パネラーは、山本美恵子  
さんでした。山本さんは、16年  
前から盲導犬と生活を共にされ  
ています。今回、その体験を、  
「盲導犬とのふれあい」という  
テーマで語っていただきました。

### 自己紹介

幼い頃の病気が原因で視力が  
低下し、後天性緑内障と診断さ  
れたのは、小学校に入ってから  
のことでした。それまでは視力  
の低下にも気付かぬまま、活発  
に遊ぶ毎日でした。数回の手術  
の後、大阪府立盲学校に転入。  
寄宿舎での生活が長かったこと

もあり、結婚後も、ひとりでは  
外出もできないほど、消極的に  
なっていました。

### きっかけ

28歳の時に失明。体調の悪化  
や精神的な落ち込みに襲われま  
した。その後、体調の回復と気  
分転換を目的に、盲婦人家庭生  
活研修会に参加するようになり  
ました。しかし、白杖での外出  
は緊張と疲れがひどく、会場に  
行っただけで、研修の受講すら  
ままならないこともありまし  
た。手引きも利用しましたが、その  
人間関係に疲れてしまうことが  
多かったのです。そんな時、ま  
わりの受講生が、元気で、はつ  
らつとしているのは、盲導犬と  
いっしょだからだ、ということ  
が分かりました。自分も盲導犬

が欲しいと思い、81年に貸与を  
申し込み、翌82年から盲導犬と  
の生活が始まりました。

### 出会いと変化

まず、泊まり込みで3日間の  
訓練を受けました。犬について  
の知識に始まり、ハーネスの使  
い方を習った後、3日目に盲導  
犬と出会いました。それが1頭  
目の盲導犬ジェーンでした。

ジェーンというパートナーを  
得たことで、自由に外出できる  
ようになりました。活発だった  
子供の頃を思い出し、目の前が  
開けたような気がしました。そ  
れからは、ジェーンといっしょ  
に、できる限り多く歩くこと  
にしました。

### ジェーンとケイト

ジェーンは、好奇心が強く行



山本美恵子さんとパートナーのケイト

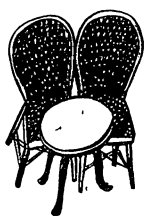
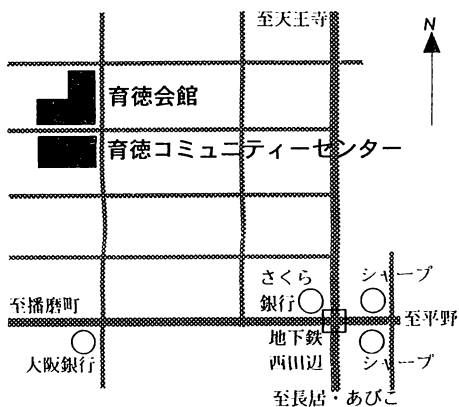


動的、しかも利口な犬でした。しかし、その生活も11年目になり、ジェーンが13歳になると変化が見え始めました。足が弱ってきたのです。盲導犬として働けるのは、おおむね13歳までで

**お知らせ**

＜サロン・あべの＞7月の出会い  
 日時 7月18日 (土)午後1時～4時  
 場所 育徳コミュニティセンター研修室  
 [大阪市阿倍野区阪南町5-15-28  
 スロープ・車椅子トイレ有り]  
 テーマ 「介護保険制度とは…」  
 パネラー 石井 順一氏  
 長吉西地域在宅サービスステーション  
 施設長

会費なし  
 お問い合わせ先  
 06-691-1028 (富田慶子)



す。ジェーンにも、その年齢がきたのでした。  
 93年に、2頭目の盲導犬貸与が認められ、現在のケイトがやってきました。  
 ケイトの性格は、ジェーンと正反対。とてもおとなしく、最初は、病気ではないかと心配するほどでした。しかしこの2頭の性格の違いが、結果的に良かったのです。外出を恐れていた頃、また、盲導犬の扱いに慣れていかなかった頃には、行動的な

ジェーンに助けられていたので。逆に、ケイトと出会った頃には、外出にも、盲導犬の扱いにも慣れていたので、ゆとりを持って接することができました。この順番が反対だったら、もっと苦労していたでしょう。

**まとめ**

この紙面では紹介しきれませんでした。山本さんには、この2頭の盲導犬にまつわるいろいろなエピソードや、質問に対する回答など、ほかにもたくさんのお話しをしていただきました。  
 盲導犬は、外出のサポートをしてくれますが、それは単なる道具という存在ではありません。また、体の一部でもありません。生きているもの同士の、心と心のふれあいから生まれる深い信頼関係。そんな信頼関係に裏打ちされた、本当の意味でのパートナーなのです。

参加者18名と1頭。

(上平幸雄)

幸せいっぱい

前略

みなさま、おかわりないでしょうか。私は、四月四日午後四時四分(見事でした!)に無事二六五〇gの男の子を出産しました。朝六時頃に「アレ。」と思って、お昼前から「イタイ」と思って、三時には頭が(赤ちゃん)が見えてきましたから、安産だったと思います。友人で五、六時間苦しんだと聞くとうちの息子は親孝行だと思います。

名前は、夫が「春人」とつけました。

春に生まれ、春のように周りの人達をやわらかな、やさしい、明るい気持ちにしてくれる人間になってほしいと願ってつけました。

泣かれると、どうしていいかわからなくて、私まで悲しくなりますが、オッパイを飲む真剣な表情や寝顔を見ていると、とっ

ても幸福になります。来年四月に職場復帰するまで、ベッタリ赤ちゃんにくっついて過ごしたいと思います。

追伸

いつも、サロン紙送っていただき、ありがとうございます。

藤村 美登利



感謝

カンパ、切手、葉書、用紙、お茶菓子等のご寄贈、またサロングッズのお買い上げ、ありがとうございます。

お礼申し上げます。

磯崎章一、岡 賀寿子、栗谷清子、

黒羽玲子、坂井榎子、崎本ヒサエ、

鈴木昭二、田辺サカエ、富田万里子、

永井美智子、宝示愛子、和田保子、

吉原和郎、その他の方々。

朗読テープのご案内

朗読グループ「ぼけっと」のご協力で、  
△サロン・あべのV紙一四三号の録音テープ(六〇分)が出来ました。

朗読テープ文庫

1. △サロン・あべのV紙は、第一号より一四三号までそろっています。(五〇号は、九〇分と六〇分の二本のテープに、一〇〇号は、一二〇分テープ二本)
2. △サロン・あべのV十周年記念誌「はあとが、はろー!」(九〇分テープ二本十二〇分テープに収録)

3. 絵本「未知の記憶」(作・絵「中川勝彦

4. 「ラジオたんぱ」放送『△サロン・あべのV平成七年五月の出会い』放送分(三〇分)

5. エッセー集「逃げたクヨナクボラ」  
ンティア活動の周辺」(岡本栄一著・表谷恵美子音訳)

いずれもご希望の方には、ダビング、または貸出しをしますので、富田までお申し出ください。(☎〇六―六九二―一〇二八)

作る つくる 創る(河合恵子)はお休みです。

## ピア・カウンセリングを考える

—ありのままの自分を受け入れ、  
生き生きした生活を送るために—

3

伊藤智佳子

前号(VOL. 143)では、わが国に障害をもつ者同士のピア・カウンセリングがどのような過程を経て導入されたのかについて触れる前段階の作業として、ピア・カウンセリング発生の背景について若干の整理を行った。

今号では、わが国における障害をもつ者同士のピア・カウンセリングの導入過程を、わが国の「自立生活」運動の展開・発展と関連づけ整理したい。というのは、わが国

へのピア・カウンセリング導入は、障害者の「自立生活」運動の展開・発展と関連していると思われるからである。

【わが国における障害をもつ者同士のピア・カウンセリングの導入過程】

2. ピア・カウンセリングと

「自立生活」運動

周知のように、1970年代に米国カリフォルニア州バークレーに起こったIL運動は、1980年代に全米に波及したといわれている。これは、重度肢体障害者を中心に展開されたが、IL運動の「自立生活」思想の特長は、「自己選択」、「自己決定」にある。従来の経済的・職業的自立や身辺自立を重視する考え方は異なり、日常生活動作において介助を受けながら「生活の質」を重視する考え方である。こうした理念の下、バークレーに第1号の障害者の自立を支援するための自立生活センター(Center for Independent Living, 以下CIL)が設立

され、その後全米に広がり、わが国を含め世界各国に広がった。CILでは、障害者の「自立生活」を支援するための、介助者照会サービス、住宅サービス、ピア・カウンセリングなどが行われている。

IL運動への批判として、しばしば、「自己選択」「自己決定」でにくい障害者のことを考えていないことが挙げられる。これに依る形で、定藤丈弘氏が「『知的障害者』自己決定力の制約者」として決めたステレオタイプの障害者観が知的障害者の実際の自己決定やその可能性を制約してきたことへの反省がなされ、知的障害者の自己決定を可能な限り尊重したり、仮にその能力が制約されていても、必要な支援を受けることによって自己決定しうる生活行為を広げたり、自分なりの可能性を追求して自己実現していく行為を、広く自立生活ととらえる理念も台頭している(定藤丈弘「障害者福祉の基本的思想」定藤丈弘・佐藤久夫・北野誠一編『現代の障害者福祉』有斐閣、1997年P.15~16)と指摘する点は注目に値する。つまり、当初重度肢体障害者を主な対象としていた「自

「立生活」の理念が、知的障害者や精神障害者などを包括した理念として波及してきたということになる。

わが国では、1970年代の街づくり運動や権利獲得運動などを継承し、1980年代に、米国のIL運動や北欧ノーマライゼーション思想を取り入れる形で、「自立生活」運動が展開された。自立生活運動の展開・発展の一要因として、1981年の国際障害者年を機に開始されたダスキン愛の輪運動の、障害者リーダー米国籍派遣事業による障害者米国籍研修や国際交流セミナーなどの開催を挙げることができる。わが国の障害者リーダー達が米国のCILでの研修を通して、どんなに重い障害を持っていても地域での「自立生活」は可能であると確信し、わが国でも、CILをモデルとした障害者による、障害者のための援助活動を開始した。具体的には、CILをモデルとした自立生活センターを各地に設立し、介助者照会や住宅サービス、障害をもつ者同士のピア・カウンセリングを行うようになった。

## さきみみずきん

### 狐の像のこと

皆様おなじみの阿倍王子神社を、もと熊野街道に添って北へいった所にある安倍晴明神社。

大江山の酒吞童子伝説などで知られる平安時代の陰陽師、安倍晴明を祀る神社だそうです。この境内に「葛の葉物語」の狐の像があります。サロンのお仲間では「絵はがき散歩」でご存じの方も多いでしょうが、私はつい最近、阿倍野の歴史を尋ねる会に参加して初めてこの狐に出会いました。

めたまなざしです。一目見た時から何となく心魅かれ、以来、神社の前を通りかかるたび、ついこの狐に逢いに行ってしまう。

王子神社よりも小さく、その分すっぽりと木々に抱かれていたような安倍晴明神社。大通りに隣接しているのが信じられないほどの静けさ、ひんやりとした空気の中で狐と向きあっていると民話の世界に引き込まれてゆきそうな気分になります。

（表谷恵美子）

## ★ 共感の難しさ

この数年、難病の子どもの親の会の調査をしている。そこで出てきた話のひとつに、子どもを亡くした親が、会の役員をする難しさがあつた。

難病をもつ子どもを育てながら、親の会の仕事、たとえば、総会の準備、機関紙の編集、会費の徴収等をするとは容易ではない。実際、親の会の多くは、役員のなり手がなくて困っていた。

そういう状況のなかで、会員のうち、子どもを亡くした人が役員の仕事をできるように求められる。子どもを亡くしたあとは世話をする負担がなくなるから、時間に余裕が出てくるのである。

亡くした子どものためにできなかったことを、会の仕事を通して他の子どもたちにしてあげたい。その気持ちは純粹であり、尊いものである。こうして子どもを亡くした親たちのなかに、親の会の役員を引き受ける人たちが出

てくる。

ここまで話を聞くと、それは切ないが、どこまでも美しい、人々の心の交流である。しかし現実には、そううまくはいかないようだ。



病気で苦しむ子どもの世話に、親たちが懸命に取り組んでいる。その姿に、子どもを亡くした親たちは、自分がかつて愛する子どものために闘った日々を思い出す。死別した子どもとの思い

出がよみがえり、知らず知らずのうちに微笑んでしまう。

ところが現に難病と苦闘している親たちにしてみれば、自分たちのもがく姿に「微笑み」を浮かべられてはたまらない。「何を笑っているの！」と怒りたくなる。

だが、生きている子ども親たちは誰も怒りはしない。「だって、あの人たちは子どもを亡くしているのだから」。親にとって子どもの死は、何よりも辛いこと。そんな辛い思いの人たちを責めることはできないというのだ。

同じ難病の子どもをもち、同じように世話をしてきた経験をもつ親どうしでも、その思いには大きな隔たりがある。一方は、いま現実に日々の闘いが続き、明日のこともわからない不安な毎日をすごしている。他方は為すべきことは全て過ぎ去った悲しみを抱いている。

難病の子どもを守る苦しみと喜び、  
そして同じ病で子どもを亡くした悲し  
みと愛おしさは、共通の体験によって  
結ばれて、ひとつの親の会の場に集う。  
しかし、そこでは生きる子どもたちの

日々は語られても、亡くなった子ども  
たちの思い出は、子どもの死におびえ  
ながら子育てをする親たちへの配慮か  
らか、語られることは少ない。  
共感しあうために集まりながら共感

しあえないもどかしさ。だが、そのも  
どかしさは、相手への思いやりから生  
まれていた。それを理解したところに、  
状況の違いを超えた共感が成り立って  
いる。  
(知)

また、お会いしましょう

△サロン・あべのVの皆様へ

今日、韓国は一日中雨が降っていますが、  
そちらはいかがでしょうか。日本の衛星放  
送を見ていると、南の方ではすでに梅雨入  
りとか。日本がなつかしく思い出されます。

先日の日韓民間交流の際は、いろいろと  
お世話になりました。誠にありがとうございます  
でした。皆様のおかげで本当にいい思い出  
ができました。

この交流をはじめに企画したイ・チャン  
ヒ社長もとても喜んでいきます。彼は日本語  
ができませんので、私が代わりにお礼を書  
くことにしました。

交流に参加した何人かの障害者たちから  
もとてもよかった、また今年だけでなくて  
来年も続けて今年のような交流をやってほ  
しいという手紙がきました。ボランティア  
スタッフとして参加した私もそういう声を  
とても嬉しく思いました。

二泊三日の短い日本訪問だったのですが、  
参加したみんなが韓国まで心に大切に持ち  
帰ったのは、みなさんの温かい歓迎と新し

い友情の芽生えだったのではと思います。  
短い時間でしたが、集まってくださった皆  
さん、どうもありがとうございます。

富田さんは細かいところまでいろいろと  
気を使ってくださり、最高の交流会を企画  
してくださり、そのご苦労とお心づかいに  
感謝いたします。

お手紙をいただいていたながらお返事が遅  
れてすみませんでした。こちらも短い間に  
準備をしなくてはならず、説明が不十分だ  
ったことを反省しています。ご心配をおか  
けしてすみませんでした。

イ・チャンヒ社長は小さな会社を経営し  
ながら、その利益の5%を毎年障害者のた  
めに積み立ててきました。韓国では障害者  
への差別も強く、たいいていの人が貧困に苦  
しんでいるのが実情です。何とかして障害

大橋だけは眺めたのですが、とても長かったです。こんど機会があれば、時間を多く取ってゆっくりあちこち見て回りたいです。

同行した障害者たちは、先日李社長がハンギョレ新聞に「韓日障害者・失業者民間交流」に参加者募集広告(ハンギョレ新聞に無料で掲載された)を3回出され、全国から集まった障害者たちなので、ほんの何日もたたないうちに実の兄弟のように親しくなりました。しかし、大邱では私を含めて4人だけ(大邱は多くの障害者団体があります)が参加しました。

今度は大邱にある障害者団体が主催する別の韓日障害者民間交流が慶州市コーロンホテルで5月14日から18日まで4泊5日の日程で行われます。日本からは大阪・東京などから50名が来られ、当地からは50名の障害者と40名のボランティアが参加する予定です。私も参加して韓日間の友情をより深めたいと思います。慶州での行事のあと、手紙で詳細をお知らせします。

いつもより早く蒸し暑くなっていますので、お身体に気をつけてお過ごし下さい。

1998. 4. 27

馬 泰 植

“ (2) ”  
“ 2월 23일 평창에서  
미국, 영국, 독일 장애인  
분들과도 교류하고 있습니다.  
일본인(미국인) 친구들은  
모든 나라와 장애인들  
입니다. 주소록 기록해 주실  
수 있으세요? ”

\*よろしかったら、アメリカ・イギリス・ドイツの障害者の方とも交流を持ちたいです。一般のアメリカ人の友人は多くいますが、障害者はいません。住所を教えてくださいませんか？

訳：出口美和

者に広い世界を見せ、勇気を持たせたいとい  
伊さんが考えたのが今回の旅行でした。た  
またま韓国では4月23日が障害者の日で、  
関心を持った報道陣がついてきたというわ  
けです。  
富田さんをはじめ、ハサロン・あべのV  
のみなさんはさぞかし驚かれたことでしょ  
うが、韓国の記者たちはスポーツセンター  
の設備やみなさんの活動に関心を持ったよ  
うです。今回の交流の様子も国営放送KB

Sがドキュメンタリーにまとめました。皆  
さんにもお送りしますのでご覧ください。  
韓国語がわからない皆さんのために、  
私が日本語訳を作りました。上手に翻訳で  
きたか心配ですが、ビデオをご覧になる時  
参考にしていただけたら幸いです。翻訳に  
時間がかかってしまい、お礼が遅れました  
こと、お許しください。  
次は私たちがおもてなしをする番だと話  
しています。ぜひ韓国に遊びにいらして

下さい。これからもこの交流が続き、日韓  
の友情の架け橋となるよう願っています。  
最後に皆様のご健康とご活躍をお祈り  
しています。何かお役に立てることがあれ  
ば、おっしゃってください。  
日本と韓国がいつそう仲良くなれますよ  
うに祈っています。  
韓国ソウル  
チャン・ジニョンより  
1998年5月15日



新聞からのお便り

富田慶子様

어제 가을 여름 보헤미안 스타일에서 교차하는 이상향 내의 D.M. ...

富田慶子様 先生 先生 先生 先生 先生 先生 先生 先生

그런데 저희의 일등 상류층은 후손으로 전사 서비스 팀을 운영하시는 후생팀의 뜻대로 운영이 이루어졌는데...

은 3 차로써 파서서 전후에서 모인 관리자들 사이에 육과 별이 되기 앞서 경험하게 된 친구와 친구들...

富田慶子様

(ホームステイ)、お許し下さった中村敏秋さんと多くの皆さまに心から感謝いたします。

こちらは今、夏の天候と秋の天候が交互にやってくるような異常な天気です。暑くて汗がたらたら流れる日があるかと思えば、寒くて夜に暖房を入れて寝る日もあります。

[\*日本の障害者施設と新しい職種を調べるための訪問]そして、このたびの日本訪問は割引(ディスカウント)サービス会社を運営なさっている李昌熙社長の意義深い配慮で実現しました。

日本は今、いかがですか?

先日の日本訪問では、富田さん(<サロン・あべの>のご友人たち)とお会いできてほんとうに嬉しかったです。

出口さんとはお顔を知らなかったもので、初めてお会いした時は石村さんのご夫人だと思っていました。韓国語を学んでいる方なので、今後私たちが(韓国、日本)の友情に大きな役割を果たして下さることを信じています。

(よろしく願います)

さて、3日間のあわただしい日程のため観光はほとんど出来なくて、続けざまに移動しなければなりません。ただ、明石海峡

また、私たちの日本訪問期間中、温かく歓待して下さった小学校の先生方と生徒たち

# 美智子のこんな話

岸田美智子

〜まいど〜連続セミナー

地域で暮らしたい！

わたしも・・・あなたも・・・

『自立生活センターMYDO〜まいど〜』では、6月・7月に「連続セミナー」を開催します。障害者が地域の中で暮らすために、欠かせない地域福祉サービス内容や生活支援について、地域で障害者の自立取り組みに携わっている方々をパネラーに招いて、講演形式で行います。

○第1回 現在の福祉制度について

日時 6月28日(日)午後1時〜4時30分

場所 住吉解放会館

内容 知っているようで、知らない地域福祉サービスの内容を、福祉事務所で長

年相談窓口を担当していらっしゃる方から、語ってもらいます。また自立生活セ

ンターが、障害者に対してどのような取

り組みをし、支援をしていくかを、実例

を交えて語ります。

パネラー 小西 宏樹氏(障害福祉研究会)

尾上 浩二氏(自立生活センター代表)

○第2回 地域の中でいきいきと生活する

のために

日時 7月26日(日)午後1時〜4時30分

場所 住吉解放会館

内容 将来の生活に対する不安、親元を

離れて自立したいけれど...不安を抱えて

いる障害者も親も多いと思います。知的

障害者の作業所やグループホームの取

組みを通じて、障害者の生活や活動支援

について障害者当事者と職員スタッフが

語ります。そして、現在自立して、生活

に仕事にエンジョイしている障害者から、

楽しい暮らし方を語ってもらいます。

パネラー 石田 智子さん(出発のなまの会)

本間 智治氏(出発のなまの会)

南光 龍平氏(自立生活センター)

★資料代として、一回につき500円

連絡先

自立生活センターMYDO〜まいど〜

〒558-0001

大阪市住吉区大領5-10-16

ライフ・ネットワーク内

TEL 06-607-8260

FAX 06-607-5503

(セミナー当日のみTEL 010-674-9777)





サロン隣組ニュース

会費 ; なし

問い合わせ先 ; 鈴木 昭二

TEL・FAX 06-340-3082

■「サロン淀川」7月の出会い

日時 ; 平成10年7月19日(日)

午後1:30~午後4:00

場所 ; 「やすらぎ」

[大阪市淀川区三国本町2-14-3]

内容 ; 「遊びりテーション パートII」

—運動のできる服装でお越しください。—

パネラー : 高藤 久留美氏

淀川暖気の苑

高齢者ケア・ピセンター 主任補佐

会費 ; なし

問い合わせ先 ; 淀川区社協 絆ケア・ビューロー

TEL 06-394-2900

■「ウイズ東淀川」7月の出会い

日時 ; 平成10年7月12日(日)

午後1時30分~4時

場所 ; 大阪市立東淀川区民会館

[大阪市東淀川区東淡路1-4-53]

TEL 06-379-0700]

内容 ; 「ノーマライゼーションについ

て、楽しく語りあおう」

パネラー ; 定<sup>さだ</sup>藤<sup>とう</sup>丈<sup>たけ</sup>弘<sup>ひろ</sup>氏

(大阪府立大学教授)

■「サロンいたみ」の出会い

☆お断り ; 6月の「ミニコンサート」は8月に延期となりました。

なお、6月・7月は休会です。

お問い合わせ先 ; TEL 0727-84-0057

(19時以後に、砂脇まで)

うれしいような・・・

あじさいの花が楽しく笑っているように見える季節ですね。

昨日、福永先生から「サロン・あべの」をいただき、びっくりしました。ナント私達二人まで載せていただいて嬉しいような、恥ずかしいような気分です。

本当に皆様の暖かい空気が嬉しくて良い経験をさせていただき、感謝しております。

本当に、どうもありがとうございます。

西浦 千秋  
米田 桂子

P.S

今度はもっと勉強していきます。また、よろしく願います。

編集後記  
FROM EDITOR

幸せいっぱい、を、お寄せいただいた藤村さんは旧姓田  
淵美登利さん。そう、人気コラムのあの「おもしろ姉ちゃん」  
です。うとうしい梅雨をブツ飛ばす、うれしい明るい  
ニュースありがとうございました。ほほえましい新米ママの奮闘に声援を。そして1日も  
早く真打ちママに昇進を。なにはともあれおめでとうございます。(石)



「物と人」の「物と人」の  
応援をお願いします。

- 品物を寄贈してください
- 準備を手伝ってください
- 販売を手伝ってください
- 買いに来てください

連絡先

石田 律 阿倍野区昭和町3-11-13 TEL06-622-2018  
 辻本輝子 阿倍野区阪南町3-40-5 TEL06-621-2241  
 富田慶子 阿倍野区阪南町6-3-26 TEL06-691-1028  
 中原友喜 阿倍野区丸山通2-10-6 TEL06-652-1208  
 久木 浩 阿倍野区晴明通り11-56 TEL06-651-4730  
 山村貴司 東住吉区南田辺5-1-18 TEL06-691-9071

品物をご連絡くだされば取りにうかがいます。またこ  
 われるものでなければ送料着払いでお送りくださって  
 も結構です。勝手ですが、古本・古着などご使用にな  
 ったもの、およびなまものは遠慮させてください。

編集人；サロン・あべの運営委員会・<サロン・あべの>Vol.144[`98. 6.20.発行] 定価¥100.

代 表；上平幸雄〒545-0021 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〒545-0021 大阪市阿倍野区阪南町6-3-26 電話06-691-1028

表 題；井上憲一・筆 文中イラスト；石田美禰子

郵便振替口座；サロン・あべの 00950-9-26941

印 刷；セルフ社〒546-0044 大阪市東住吉区北田辺町4-23-2ミスタービル2F ☎06-719-8212 ☎06-719-8213