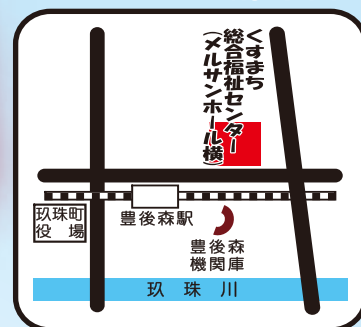


めるへん

社協発



発行 社会福祉法人 玖珠町社会福祉協議会 TEL72-5513 FAX72-2816
大分県玖珠郡玖珠町大字岩室24番地の1 (くすまち総合福祉センター内)

地域共生社会の実現に向けての福祉教育



高齢者の 事を知ろう



3月8日、森中央
小学校3年生31名の
皆さんが、高齢者体
験キットを使って、
身体の動きや聞こえ
方・見え方・手先の
感覚を学びました。
「重りを付けて歩く
と、ふらふらした」
「お年寄りは杖がな
いと歩けないことが
わかりました」「後
ろから声を掛けられ
ても気が付かず、前
からの声しか聞こえ
ませんでした」「ぼ
んやりして自分の名
前がきれいに書けな
かった」「ボタンか
けや財布からお金を
出すことが難しかっ
たです」などたくさ
んの感想が聞けまし
た。今回の体験を通
して児童の皆さんに
は、困っている高齢
者への優しい声掛け
や手助けを期待して
います。

みんなの笑顔・地域福祉の輪が広がっています

3月16日、玖珠自治会館で「第5次地域福祉活動計画（小地域福祉活動計画）」の4地区合同報告会が開催されました。会場にはコミュニティの関係者35名が出席し、目標である各地区の“支え合いマップづくり”“防災対策”“多世代交流”“有償サービス”などの報告を受け「よく頑張っている」「大変参考になった」「うちでも取り組みたい」と、前向きな感想が沢山寄せられました。

続いて、mottoひょうごの栗木剛先生による地域づくり講演会では、震災の体験を交えた軽快なトークで「被災しても地域住民の連帯で



mottoひょうご
代表 栗木 剛氏

命が守られる、普段からの良き近所付き合いが、いざという時に活かされる」などを教示していただきました。

講演の後、出席者から「地域のつながり」や「活動の継続」について共感と納得の声が上がり、これからの活動を後押しするものになりました。



森地区
加来 直幸氏



玖珠地区
菊池 新一氏



北山田地区
秋好 憲一氏



八幡地区
帆足 博充氏



梅木 朋恵

玖珠町で介護支援専門員として働かせてもらうことになりました。出身は福岡で看護師として働いていました。慣れないことも多くあると思いますが、焦らずゆつくりと頑張りますのでよろしくお願いします。



大力かおり

これまででは医療機関にて看護師、介護事業所にて介護支援専門員として約15年働いてきました。今回新たに地域福祉推進部にて福祉相談員として仕事をさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。



若窪真理香

この度、地域福祉推進部で働くことになりました。主に生活福祉資金の貸し付けや困窮事業（安心サポート）を担当しています。力不足ではありますが、上司や先輩方のお力を借りながら少しでも地域の皆さんのお役に立てればと考えています。どうぞよろしくお願いいたします。



増永 忠佳

日常生活自立支援、権利擁護を主に担当します。一日でも早く慣れ、地域の皆様のために尽力できるように頑張ります。町内隅々まで駆け回りますので、お気軽にお声掛けいただけましたら嬉しいです。よろしくお願いします。

新
人
職
員
紹
介

住民型有償サービス 「くらサポ八幡」がスタート

4月6日八幡自治会館で、関係者約50名が出席し「くらサポ八幡」の設立総会が盛会に開催されました。

「くらサポ八幡」は、高齢者などが抱える生活の困り事を地域住民が支援する共助の仕組みで、昨年9月から八幡地区コミュニティ運営協議会を中心に協議を重ねてきました。

利用会員が求める「ごみ出し、調理、掃除、布団干し、庭木の手入れ、買物代行など」を活動会員が有償で支援するもので、現在利用会員は6名、活動会員は33名となっています。

総会後、昨年スタートした「森地区くらしのサポートセンター」の加来会長から「支え合い活動のポイントや注意点」についての話があり、活動会員から「いよいよ今日からが本番！」

「くらサポ

八幡を広め

よう」と意

欲あふれる

言葉が聞か



みんなで交流、ゴーゴー！！ (55名)

令和3年度のふれあいいきいきサロン交流を2会場に分けて開催いたしました。

2月25日の玖珠自治会館は、玖珠地区・北山田地区23名、3月1日の森自治会館では、森地区・八幡地区32名のサロン代表者に参加いただきました。

両館ではそれぞれ講師に、短期集中リハビリ事業所ウォークの町野健氏と玖珠園の松尾理氏より、短期集中リハビリ教室の紹介と自宅でする簡単な体操を指導していただきました。

玖珠町役場の尾臺主幹より『全国健康寿命で大分県の男性は1位、女性は4位、玖珠町は18市町村で男性6位、女性4位と健康寿命が伸びている。』とのうれしい報告もありました。

また新しいゲームを紹介し、実際に体験された方から「面白いね。今度のサロンで借りてみよう。」との感想をいただいたほか、折り紙でのおひな様づくりでは、お互いに教えながら完成させたりと、充実した交流会になりました。



転倒予防はバランスが大切！



3月28日、玖珠自治会館で介護予防サポータースキルアップ講座を開催しました。今回は新型コロナウイルス感染予防のため、規模を縮小し、日頃から地域の週一体操教室のお世話役やサポーターとして活躍されている玖珠・北山田地区の21名が参加しました。

講師のNPO法人ヘルスフィットネスフォーラム代表 松元義人氏より、大分県が推奨している「めじろん元気アップ体操」と「バランス強化体操」のほか、体力測定の方法を詳しく学びました。

「めじろん元気アップ体操」では、ひとつひとつの意味を丁寧に解説していただきながら、参加者は体を動かして確認しました。

週一体操教室に参加している高齢者の中には、片脚立位が苦手な方が多く、転倒の危険性があることから、バランス運動をしっかりと行う事が大切です。

受講者は今回学んだ事を、地域に持ち帰り皆さんに伝えます。

尚、森・八幡地区は、後日開催します。



ノルディックポールで颯爽と

3月24日、ノルディックウォーキング講座が、玖珠町総合運動公園で開催され、26名が参加しました。講師のNPO法人大分県ノルディックウォーク連盟 内田菜穂子氏から、全身の筋力アップと認知症予防にも効果があるウォーキングの指導を頂きました。

ノルディックポールを使ったストレッチで、しっかりと身体をほぐし、理想の歩き方を学んだ後公園外周の1キロコースに挑みました。「ストレッチの後に理想の歩き方は大変」との声もありましたが、晴れわたった青空のもと心地よい春風を受け、参加者は颯爽と歩いていました。

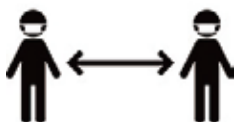
この講座は、玖珠町老人クラブ連合会が主催する「高齢者の健康づくり事業」の一環で行われました。



感染対策は「思いやり」のマナー

大分県社会福祉協議会主催で感染症専門医の山内勇人先生による「子ども食堂・多世代交流の居場所づくり運営のための『感染症対策セミナー』」がズーム研修で行われ、地域食堂や居場所づくりに関わるスタッフが参加しました。「不織布マスク」を着用し顔にフイットさせること「適度な換気」で空気の流れをコントロールすること、マスクを外した時の「距離」等大切な場を守るためには正しい知識で理にかなった対策が重要とのことでした。

参加者からは、感染対策をしっかりとしながら、今後も活動を続けていきますとの決意が聞かれました。



地域の担い手として、 つながりました

4月7日、北山田自治会館で地区の11単位老人クラブをまとめた「北山田げんき老人クラブ」の発会式が開催されました。

この会は、老人クラブの三大基本目標「健康づくり・奉仕活動・友愛訪問活動」に加えて、クラブ間の融和・防災活動への積極的参加・地域のパイプ役となり、地域活性化に努めることを目的にしています。また多世代とつながることで、近年課題となっている会員増員にも活かされればと考えています。

今後は、北山田地区コミュニティ運営協議会健康福祉部会の一団体として、活動していきたいと思います。



北山田げんき
老人クラブ
顧問会長



いさくさサロン通信

チューリップやパンジーに癒されます！

今回ご紹介するサロンは、最高齢94歳から70歳の幅広い年齢層12名からなる玖珠地区寺村「交流サロン楽しみの集い」の皆さんです。

サロンが出来たきっかけは、三十年前、高齢者の方から「何処にも行くことも無いし、楽しみも無くなった」との声を聞き、当時の婦人会の方々が、「それなら楽しみごとを創ろう」と始めたそうです。月に一回みんなが集まれる日を、調整して開催しています。毎回昼食を一緒に食べることを楽しみにしているので、調理担当の方は、会員の皆さんが畑で育てた季節の野菜を食材にしてメニューを作ります。近況を報告し合い、若い頃の思い出話もします。歌担当の方に合わせて、懐かしい歌を合唱します。その他にも季節ごとの行事やゲームなどを楽しみあっています。デイサービスを利用している方にも声かけをして、参加できるように配慮している、素敵なサロンでした。



いきいき元気教室（毎週水曜日・金曜日）

男性ふれあい広場（第4火曜日）

参加者募集！

皆さんと一緒に体操のほか、手芸、工作、グラウンドゴルフ、園芸、交通安全教室などいろいろなレクリエーションで体と心を健康に！

時間：10:00～11:30

場所：玖珠町老人福祉センター 万年の間

お問合せ申込みなど詳しくは玖珠町社会福祉協議会：担当/合谷・田中・井上まで

☎72-5513・6577

***感染対策をとり活動します。**



ひきこもりのことでお悩みを抱えている方へ

ひきこもりとは…さまざまな要因によって、学校や仕事などの社会的な参加が減り、他者との交流を避けて、長期にわたって家庭にとどまり続けている状態のこと

人と話すのも不安

このままではいけないとは思っているがどうしても
いまいちわからない

子どもにどう接
していいか…

これからの生活
が心配

ご本人へ

ひきこもりは誰にでも起こりうることで、特別なことではありません。まずご相談ください。あなたのお悩みをじっくりお聴きします。ひとりで悩まずちょっとだけ踏み出してみませんか？

ご家族へ

誰かに話をする事で気持ちが楽になり、これまでとは少し違った糸口が見えてきたりするものです。一緒に考えると問題の整理ができます。まずはご相談ください。

相談専用窓口

☎ 72-5001

E-mail: seikatsukonkyu@kusushakyo.or.jp

LINE



電話・来所・メールまたは必要に応じて訪問等による相談に応じます。
相談内容に応じて、他の適切な関係機関とつながるよう
に支援します。

●相談無料

●秘密厳守

社会福祉法人 玖珠町社会福祉協議会

月～金 9:00～17:00



わたしたちと一緒に「今できること」を考えてみませんか？

「活動を続ける中で出会う素晴らしい仲間の皆さんや子どもたちから、たくさんのことを学び、元気をいただいています。あと少し恩返しに社会参加を続けたいと思っています」と笑顔で語ってくださいました。

これからも益々のご活躍をお祈り申し上げます。

さらに玖珠町を「童話の里」としての特色ある町、子どもたちに夢のある未来を残す町「にしたい」との願いから8年前に「童話の里を考える女性の会」を立ち上げ活動を続けられているそうです。

玖珠自治会館の子育てサロンの立ち上げ・運営に携わり、年齢に応じた遊びを提供し、また多世代交流の場としての「くすくす地域食堂あそぼーや」の立ち上げ・運営の主要メンバーとしても活動されています。

ターちゃんといま県内外に出向き、PTAや学校、公民館等で食育や子育て、人権や働く女性など様々なテーマで講演をされ、年間多い時は150回を超え、現在も県内で40回前後講演されているそうです。



今回ご紹介するのは、長年に渡り幅広くボランティア活動をされている、玖珠塚脇地区の山本紀子さん（81歳）です。

退職後、腹話術で相棒の

今回のキラッ☆



「お達者年齢」を延ばそう

今回は「お達者年齢」を延ばす「7つの習慣」から2つ目の適切な食生活を目指そうと3つ目の適切な運動をしようを詳しくみていきましょう。

健康寿命を延ばす3つの鍵

「減塩ー3g」 「野菜摂取350g」 「^{プラス}歩数+1,500歩」

年齢を重ねると活動量が減り、食も細くなり、だんだんと筋肉量も落ちてきます。そこに低栄養が加わる事で、ますます筋肉量が減っていきます。低栄養とは生きるための「タンパク質」と活動するための「エネルギー」が不足した状態です。

そこで、元気な身体を維持するためには**まめに食べて動く**ことが重要になります。



＜低栄養を改善するには＞

- ①**エネルギー源になる炭水化物**を多く含む、ご飯、パン、麺類
- ②**血や肉を作る良質のたんぱく質**を多く含む魚介類や肉類、卵
- ③**身体の調子を整える食物繊維、ビタミンやミネラル**を多く含む野菜類

これらを組み合わせてしっかりと食べましょう。また、まめに食べて動く事で、筋肉量を保持し、元気な身体をつくりましょう。

運動すると気分も良くなり食欲も出ますね。運動は無理せず、テレビを見ながらのストレッチやラジオ体操、今よりプラス1,500歩のウォーキングなど、額に少し汗をかくくらいを目標に、1日10分間身体を動かすことを習慣化していきましょう。



“しゅーいち”についてのお問合せ
 玖珠町社会福祉協議会 ☎(72) 5513
 玖珠町地域支援包括センター ☎(72) 7154

今回ご紹介する“しゅーいち”は「田代週一体操教室」の皆さんです。
 参加者のみんなが集まりやすい、日曜日の9時から、めじろん体操に取り組んでいます。
 会員は20名ほどいて、「コナ禍で様々な活動が自粛となる中で、『週一元気アップ体操教室』だけでもしよう！」と、参加できる方が自由に集まって取り組まれています。
 週に一度顔を合わせる場所があり、筋力維持にもつながり取り組んでよかったそうです。
 町も社協も、週に一回集まって体操を行うことを推奨しています。事前説明会も随時行っていますので、お気軽にお問合せ下さい。
 “自分の健康と地域の元気をめざして”しゅーいち“を始めてみませんか？”

“しゅーいち”元気アップ広場

ナイスショット！ ホールインワン！



3月28日に玖珠町総合運動公園の多目的広場で玖珠町身体障害者協議会『第2回グラウンドゴルフ大会』を開催し、参加者15名で、3チームに分かれてプレイしました。

終日笑い声がたえず、最終ラウンドでのホールインワンには、大変盛り上がりしました。

参加者からは「久々に皆と会えて、いい運動になった」「今日は運動したから、よく眠れそう」という感想も聞かれ、久しぶりの活動を楽しみました。



★営業時間変更のお知らせ★

岩室温泉かたらいの湯

5月から9月は営業時間が
13:00～19:00 に変更になります。

(※土日は9:00～19:00)

○入館料(入浴料含む)

- ・町内小学生、65歳以上 … 110円
- ・町内13歳以上65歳未満 220円
- ・町外65歳以上 …… 160円
- ・町外13歳以上65歳未満 270円

○休館日

- ・月曜日(祝日の場合…翌日)

新型コロナウイルス
感染防止対策をとって
営業しております。
ご理解とご協力を
お願いします。

☀お知らせ

- ＊令和4年度介護福祉士等就学資金貸付事業
- ＊離職介護人材再就職準備金貸付事業
- ＊令和4年度保育士就学資金貸付事業
- ＊保育士就職準備金貸付事業

左記事業につきまして、内容や募集期間
等の詳しいお問い合わせは

大分県社会福祉協議会 (福祉資金部)

097-515-7771

栄養のお話 ⑨

スナップエンドウのマヨぽん炒め

スナップエンドウに含まれる栄養は、美肌を作る！ビタミンC、糖の代謝を助ける！ビタミンB1、骨のカルシウム沈着を助ける！ビタミンK、骨粗しょう症の予防に！カルシウム、腸内環境を整える！食物繊維などです。

【材料】2人分 スナップエンドウ 8本 ジャがいも 1個 ★マヨネーズ 小さじ4 ★ポン酢 小さじ2
黒コショウ お好みで

- 【作り方】① スナップエンドウは筋を取り、沸騰したお湯で1～1分半茹でてから半分に切る。
- ② ジャがいもは皮をむいて厚さ5mm程度の一口大に切り、電子レンジにかける(600Wで約2分30秒) もしくは、茹がいてザルにあげる。
- ③ ★をよくまぜあわせておく。
- ④ 熱したフライパンに全ての材料を入れてよく絡ませる。
- ⑤ 最後にお好みで黒コショウを振りかけてできあがり！



愛の贈物

(令和4年2月1日
〜令和4年3月31日)

香典返し

学校区 倉成 育夫 様
駅 東 阿部あや子 様
瀬戸口 秋吉 秀規 様
下園上 江藤 徳美 様
杉河内 梅木 忠彦 様
田の口 小野 利雄 様
長野上 小田原 茂 様
西の2 麻生 省三 様
清田川 秋吉 政子 様
田 中 太田 照道 様
錨 田 湯朝 哲彦 様
中山田 安達 節子 様
下 組 河島 正子 様
日出町 櫻井 哲子 様
小郡市 遠山 清美 様
寄付金
玖珠組仏教婦人会 様

物品寄付

代太郎 穴井 茂美 様
内 匠 山口 清子 様
匿名 1件

“ご本人”ご家族の了承を得て掲載しています

ありがとうございます

「常々福祉に対してお礼がしたいと思っていたところ、今回明るい高齢者表彰を思いがけずいただき、よい機会をありがとうございました。」と北山地区代太郎の穴井茂美様から車椅子を寄贈いただきました。

当日は江藤事務局長が受け取り「必要とされている住民の皆さまに有効活用させていただきます」と感謝の意を伝えました。



一期一会

「喉元過ぎれば」

社会福祉法人 玖珠町社会福祉協議会

会長 小田原 利美

平成28年4月14日、21時過ぎ、妻と居間でくつろいでいると、突然けたたましい地震警報。妻をかばい身構えると、直後に“ぐらぐら”と、これまでに経験のない大きな揺れが襲ってきた。後で分かったが余震である。くしくも、その日は塚脇地区自治委員協議会で防災対策が話題に上ったのだ。

翌日の深夜、眠りを切り裂く強い地震に見舞われた。本震である。繰り返しの揺れに、いつでも動けるように靴を履き、懐中電灯を握りしめた。

テレビが報じる「震源地熊本の被災状況」に目を凝らし、人間の無力さを感じつつ、夜が明けるのをじっと待った。

町内でも、土砂崩れや建物被害・断水等を被った。我が家は屋根瓦の一部落下のみだったが「もし、母屋が倒壊したら、ライフラインが寸断したら」と思うと…。

それから3年（平成31年3月）、全町で地震を想定した避難訓練が行われ、私たちの自治区でも公民館を一時避難所に、避難の呼びかけや要配慮者の搬送など、関係機関の協力を得て、54世帯103人が訓練に参加した。訓練を通して、行動の難しさや想定にない課題が見つかるなど、意義深い一日であった。

熊本地震（震度7）から6年、当時の思いが薄れつつある中、今年1月に日向灘を震源とする地震（震度5強）で、県南部を中心に被害があった。いつ起こるかしない震災に、命を守り、暮らしを守るには、日頃から“助け合う・支え合う地域の醸成”と定期的な“自主防災訓練”が大事だと思いを新たにしている。

6月・7月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
5 /29	30 ■老人福祉センター 休館日	31 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線) ■障害年金無料相談会(要予約)	6 /1 ■ふれあい福祉バス (鳥屋線・日出生線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	2 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	3 ■ふれあい福祉バス (鏡山線・小田線・ 山浦線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	4 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)
5 ■給食サービス	6 ■老人福祉センター 休館日	7 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線)	8 ■ふれあい福祉バス (鳥屋線・日出生線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	9 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	10 ■ふれあい福祉バス (鏡山線・小田線・ 山浦線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	11 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)
12	13 ■老人福祉センター 休館日	14 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線)	15 ■給食サービス ■ふれあい福祉バス (鳥屋線・日出生線) ■いきいき元氣教室 ■法律相談会(要予約) (ともに老人福祉センター)	16 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	17 ■ふれあい福祉バス (鏡山線・小田線・ 山浦線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	18 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)
19	20 ■老人福祉センター 休館日	21 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線)	22 ■ふれあい福祉バス (鳥屋線・日出生線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	23 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	24 ■ふれあい福祉バス (鏡山線・小田線・ 山浦線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	25 ■おもちゃ図書館 (福祉センター) ■給食サービス
26	27 ■老人福祉センター 休館日	28 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線) ■男性ふれあい広場 (老人福祉センター)	29 ■ふれあい福祉バス (鳥屋線・日出生線)	30 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	7 /1 ■ふれあい福祉バス (鏡山線・小田線・ 山浦線)	2 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)
3	4 ■老人福祉センター 休館日	5 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線) ■給食サービス	6 ■ふれあい福祉バス (鳥屋線・日出生線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	7 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	8 ■ふれあい福祉バス (鏡山線・小田線・ 山浦線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	9 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)
10	11 ■老人福祉センター 休館日	12 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線)	13 ■ふれあい福祉バス (鳥屋線・日出生線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	14 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	15 ■給食サービス ■ふれあい福祉バス (鏡山線・小田線・ 山浦線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	16 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)
17	18 (海の日)	19 ■老人福祉センター 休館日 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線)	20 ■ふれあい福祉バス (鳥屋線・日出生線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	21 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	22 ■ふれあい福祉バス (鏡山線・小田線・ 山浦線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	23 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)
24	25 ■老人福祉センター 休館日 ■給食サービス	26 ■障害年金無料 相談会(要予約) ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線) ■男性ふれあい広場 (老人福祉センター)	27 ■ふれあい福祉バス (鳥屋線・日出生線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	28 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	29 ■ふれあい福祉バス (鏡山線・小田線・ 山浦線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	30 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)
31	8 /1 ■老人福祉センター 休館日	2 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線)	3 ■ふれあい福祉バス (鳥屋線・日出生線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	4 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	5 ■給食サービス ■ふれあい福祉バス (鏡山線・小田線・ 山浦線) ■いきいき元氣教室 (老人福祉センター)	6 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)

編集後記



5月と言えばこどもの日。こどもの日と言えはこいのぼりですね。こいのぼりは江戸時代の武家が端午の節句の時に、男児の健やかな成長を願って鯉を模したのぼりを飾っていたことから広まったそうです。日本では全国各地でこいのぼりにちなんだ行事がとり行われています。

ここ玖珠町でも、5月の日本童話祭でジャンボこいのぼりが登場し、ジャンボこいのぼりの中を歩く、くぐり抜け体験イベントも行われていました。□□ナでここの年中止されていましたが、今年は開催されるそうです。

現在新しいジャンボこいのぼりが令和5年の童話祭に向けて製作中だそうです。悠々と空を泳ぐジャンボこいのぼりを早く見てみたいものです。(H)