

ボランティア活動の歴史

健生会名誉会長 上西正夫

時代は三十三年溯る。私が練馬区福祉会館の館長時代の頃だった。未だ「ボランティア」と云う事が世に知れ渡っていない時代だったので、当時の東京都福祉事務所の事務局長に、講師の依頼をした。大学教授の先生は快く引き受けて毎月一回「ボランティア」講座を開催してくれた。

毎回満席の状態で、私は皆が関心を持っているテーマだったのだなど、その反響の大きい事に驚き、嬉しかった。毎回、私も参加して学んだものだった。

その内私の定年退職が近づいて来た頃、区の福祉課長から突然の相談があった。それは「厚生部として福祉事務所のボランティア運営委員会が有名無実で何にも活動していないので、手伝って欲しい」

との依頼だった。

私は突然の話だったので、遠慮した所、「是非引き受けてくれ」との事で、引き受けた。私が入った事で当然村上周長との内部改革についての意見の対立はあった。

私が「ボランティア活動を練馬に広めたい」と云つたら、「ボランティアコーナーなんて、福祉事務所の隣にあれば良いんだ」とのご託宣だった。

これでは話にならないと思い、練馬区全域にボランティアコーナーを設け、それ等の統括をボランティアセンターがやる。その改革論を陳情書に書いて、練馬区議会に提出。勿論採択となり、各地域のボランティアコーナー設立を各出張所に協力を求めた。現在の姿はその時の状態がそのまま受け継がれている。

丁度、その頃から依頼があつて高齢者に対する給食ボランティア

を引き受けてくれとの事。「区はちゃんとボランティア活動を活用しているんだな」と感じて、喜んで引き受けた。この事業は皆さんの協力の賜物で一つの事故もなく行われてきた。

平成十一年十二月に岩波区長からの感謝会があった。私の隣にいた人が給食ボランティア協力者だった。

健康だより第一七三号

平成二十三年七月

免疫力を高める体の

防御システム第六弾

長寿の秘訣研究会 松島 勇次

免疫パワーを發揮する第六弾の食材は、貝類、肉と卵類、レバーです。ビタミンとミネラルの宝庫(貝類)、貝類には、ビタミンやミネラルが豊富で、必須アミノ酸も

バランスよく含まれています。コレステロールを下げるタウリンも多いし、貝類に多く含まれる(ビタミンB12)は赤血球の合成に必要で、不足すると悪性貧血を起こします。また、生体リズムを正常に保ち、血液中のビタミンCの量を調整する働きもあります。かきの旨みはグリコゲンで糖質を中心に、グルタミン酸やグルシン、アラニンなどのアミノ酸が多いのです。グリコゲンはエネルギー源でもあり、肝臓の機能を強化する働きもあります。

主な貝類は、あさり、しじみ、ホタテ貝、かき、はまぐり等。

(肉と卵類) 良質のたんぱく質とビタミンが豊富です。肉は体の構成が人間と良く似ているため、栄養源として最も効率が良い食べ物です。

共通して、たんぱく質、脂質、ビタミン、ミネラルをバランスよく含んでいます。豚肉はビタミンB群が非常に豊富で、鶏肉はビタミンAとセレンが多く、ささ身は脂肪が少なく消化吸収が良い食品です。

牛肉はアミノ酸組成に優れ、亜鉛を多く含んでいます。また、卵

にはビタミンC以外の栄養素がすべて含まれていますし、卵のたんぱく質は、理想的なアミノ酸の組み合わせで、卵の卵黄に多く含まれる（コリン）は神経組織の材料になります。

レバーにはビタミンAが大量に含まれています。強力なパワーを持つ（レバー）動物の内臓のなかで、良く食べているのが、肝臓（レバー）です。コレステロールが多いので、焼き鳥やレバー料理は、一週間に一度ぐらいにしましょう。ビタミンA、ビタミンB群、特にビタミンB2が多い、B2はエネルギー生産に不可欠です。また、亜鉛やセレン、鉄などの免疫力を高めるミネラルも豊富に含まれていますので、出来るだけ摂取するよう心がけてください。

●●映画「デンデラ」

T・H

ギタリスト深沢七郎原作の「楢山節考」は極寒・極貧の村に伝わる姥捨ての掟を現実と受け止め、むしろ詩情豊かに語る。

そのパロディである映画「デンデラ」も序盤は。主人公カユ（浅丘ルリ子）がお山行きを心から待ち望んでおり、息子に背負われ「極

楽浄土！極楽浄土！」と唱えながらお参りの場に着く。息子を下山させ、雪の中に横たわり、間もなく寒さ故に眠るように気を失う。ここまでではほぼ同じである。目を覚ましたカユは、洞窟の様な処で以前にお山入りした知り合い達に会う。まだ生きており、そこが浄土で無いことを知る。

映画は、全く異なる展開となる。三十年前にお山入りし百歳になるメイ（草笛光子）は、山に捨てられた事を納得せず、何が何でも生き延びようと火を起し、洞窟を見つけ、次々と捨てられて来る女達を助け、五十人の女だけで共同体「デンデラ」を創り上げた。下の村とは違い、差別もいじめも無く、少ない食べ物も分け合い、病の者は皆で助ける。「皆で分け合えばひもじいけど、飢え死にする者はだーれも居ねーだ！」

メイは村への恨みから、襲撃して皆殺しを計画していた。多くはメイに従うが、村で一番差別され蔑まされていたマサリ（倍賞美津子）は「食料を集めデンデラをもっと良くしていこう」と主張、カユは「子や孫が暮らす村を襲うなど出来ない」と言う。リーダーの

メイは意見の異なる者を排除したりはせず、従う者だけで準備を続ける。が、そこに大きな障害が立ちだかる。巨大熊の襲来は全員で力を合わせ、大きな犠牲の果て、熊の子供を殺し親を山に追いやり、一団はメイを中心に村の襲撃に繰り出す。

だがそこに、巨大熊の何倍もの悲劇が待ち受けていた・・・。

*映画はパロディだが滑稽さより、黒澤映画か西部劇の如き迫力。

*原作は佐藤友哉、三十歳。三島由紀夫賞を史上最年少で獲得。

*監督は天願大介。「楢山節考」の今村監督の息子。

*豪華女優陣が見事なヨゴレぶりで迫力満点。★★★★☆

◎「ホーム・ページの頁」

保坂 武雄

三月に誕生した「健生会ホーム・ページ」はヨチヨチ歩きを始めた。インターネットに「練馬健生会」と打ち込むとトップに出きます。会長挨拶、活動一覧表、二月からの毎月の健生会ニュースが見られます。各サークル活動は「パソコンサロン」「きらら・カレー作り」「繭の会」「ナベさん

の囲碁サロン」が既に掲載され、現在準備中は「練馬シルバー・コース」おしめたたみ・ボランテニア」で、七月中には載る予定です。他のグループもご準備願います。写真撮影など必要なことは、是非仰って下さい。

ページは少しずつ、改良を重ねる八月中にはご意見や質問も受けられるようにします。現在は「練馬NPO支援センター」のホーム・ページの中に間借りしている状態で、若干使用勝手が悪いですが、会としてのブログをスタートさせサークル活動その他を日誌風に載せて見やすくする予定です。

皆さんが見ることでヨチヨチから本格的に歩き出します。ご意見やアイデアをお寄せください。



■「みんなのおんがくかい」

感想 T・H

・なんと素晴らしい、なんとバラエティに富んだ音楽会だろう。私は受付・会場係と写真担当をしつつ鑑賞・感動した。だが歌う側は何倍も感動していたに違いない。趣味を長く続け、レベルを上げ、人々に感動を与えるまでに上達

する。この喜びを見て、羨ましい限りだった。

指一本で奏でる迫力、伴奏も無く指揮も無いハーモニーの素晴らしさ、日頃の忙しさも病も年齢も乗り越えていることが伝わる。会場全体には見えない、言葉以上の対話が広がっていた。

・出演者がアマチュアで、運営も健康会会員のみで行われた。

企画、集客、集金、告知、パンフレット、舞台の設営、受付、会場整理、司会、出演者のリハーサルからそのお手伝いまで、全て自前で行ったのは凄い。その結果、大変リーズナブルな経費で上がった。日頃から例会の運営、ニュースの編集、印刷、発送までを外注せずになしている事の成果だ。

長い歴史の蓄積、現メンバーの能力の高さと努力を見た。音楽会は大成功裏に終了、早くも第二回開催の話題が出ていることは喜ばしい。

『健康は、人と社会をつながつて』

☆ねりまNPOニュースより

健康会は今年でなんと二十八年目、会員は五十代から百歳を超え

る193人（取材日現在）で構成され、平均年齢は七十六歳！

なんと一度も会員の募集をしたことがなく、すべて紹介、口コミで集まったとのこと。これだけの大所帯を抱え、どのように活動をしているのでしょうか。会長の青木玲子さんに伺いました。

「活動内容は『ボランティア活動』『サークル活動』『健康学習活動』の三つに分けられます。それらの中に旅行、手芸、音楽、運動などのサークルが沢山あるんですよ。活動予定については毎月、会報を発送してお知らせし、自発的にやりたいこと、できることに参加していただいています！」

健康会のポリシーについては、発足から二十五年間会長を務められた、名誉会長の上西正夫さんにお聞きしました。「私は戦争の時、特攻隊員で死を覚悟していましたが、出陣の前日に終戦を迎えました。戦後、当時は不治の病と言われていた肺結核を患ったり・・・、何度も生き延びてきたんです。健康の大事さを噛みしめ『自分の健康は自分で守り、みんなの健康は皆で守ろう』を会の目標として、健康会を立ち上げました。」

現在、八十代の上西さん、三年前に全幅の信頼を寄せる青木さんに会長を任せ、ご自身は旅行やサークル活動など・・・今なお青春を謳歌中です。（笑）

青木会長の今後の展望は：。「役員十二名、ずーっと手弁当でやってきたのは一つの誇りでしたが、負担はかなり大きくなりました。今後のことを考え、今年中にNPO法人にする予定です。助成金を受け、せめて役員さんに交通費ぐらいは支給できるようにしないとね！」

青木会長はとても良く笑います。周囲を明るく照らし、ご自身も楽しい、これこそ一番の健康法なの

かもしれません（笑）取材当日の五月十八日は、「健康会主催による「第一回みんなのおんがくかい」が練馬公民館ホールで開催されました。出演者は青木会長がイベントに向いて、見込んだサークルに声をかけ、趣旨に賛同してくださった合唱、楽器演奏、指笛などの7サークル。気持ちの通ったあたたかい音楽会でした。

◎使用済み切手収集

協力者
島田フサ子 若菜 良江
並木みや子

俳句

七夕

自己主張している如きスイトピー
熱中症かかりしと師の見舞状
余震なおページを捲るふみ子の忌
七夕や折れぬ心で鶴を折る
万歩計万緑の中揺れ行けり

中村 清



◎例会報告 宮田 頼子

六月十四日(火)

リサイクルセンター

講師 遠武 健好氏

★放射能と健康について

① 目に見えない放射能は雲のように全世界に漂っています。

一八九五年、レントゲン博士がX線を発見。翌年ベクレル博士が放射能、一八九八年にはキュリー夫人が病氣治療に役立つ放射線、ラジウム、ポロニウムを発見した。

当時は放射線によって血液が破壊されてしまう症状まで研究が進んでいなかった。キュリー夫人と助手たちは白血病で死亡しました。

福島原発の事故で始まった放射能に関する最近のニュースでは、四十年前に原子力発電所で作業していた男性が心筋梗塞の症状を原発と関連して訴えていました。

九歳の時、長崎で被爆した遠武氏は「後縦靭帯骨化症」という難病指定の症状に罹って居り、原爆に起因するのか、判明していない。今後5年先、十年先、放射能の影響を受けた病気が多様な形で、難病として現れると思われる。

医療関係者も原子力研究者も人

体に及ぼす影響がどのような危険な形で現れるのか等、余りに大きな問題なので想定外として情報開示しないのでしょうか？

② 水素爆発まで惹き起こした福島原発は広島、長崎より五百倍も三百倍も大きな放射線が流れ出ている。いつまで終息しないのか？便利で清潔な生活を目指して研究を重ねて開発した効率のよい原子力発電も地震、大津波という自然の驚異に敵わなかったのは最大の不幸です。

世界唯一の被爆国日本は、この狭い国土に五十四カ所もの原子力発電所を建設する前に、放射能の恐ろしさを想起して、宇宙へ進出して資源を探したり、アニメの物語が予言しているようなロボット作業員を製造してから、より安全な、何が起きても事故を最小限に止める事の出来る発電設備を持つて欲しかったと感想を持ちました
出席者…二十三名 会員外一名

第四回 歩こう会



八月十三日(土)を予定しております。 遠武

■歩こう会に参加して

若月 たね子

以前健生会ニュースで遠武さんの「歩こう会について」の案内を読みました。思い当たる事ばかりでは是非参加させて頂こうと思いい、第一回から参加いたしました。

☆練馬駅前七時集合

七時五分出発。練馬駅まで、私の家から歩いて二十五分はかかります。その日は私の起床は五時半になります。今までの私の生活態度からはとても無理だと思つたのですが、これを機に、一日の時間の使い方を考え直して実行しようと思つたのです。

普段私が床に入るのが十一時過ぎ、それから読みたい本をとり出し頁をひろげます。だんだん頭が冴えて来て、ハッと気づくと午前一時半、しまった！とすぐ眠りにつき、目が覚めると朝八時近くになつております。こんな毎日をくり返していた私です。

一方、主人は夜九時になると自分の部屋に行き朝は四時半起床、規則正しい生活で、私の時間のいい加減さにあきれています。私の若い時からの悪い癖なのです。

☆歩く時間、約二時間三十分

時間の使い方の悪い私ですが日中は出来るだけ身体は動かし、休む時間も程々にして立ち働いておりますので特に体操とか歩く訓練をしなくとも支障ない毎日を過ごしておりますので、この位の歩行時間は大丈夫だと思っております。

東北大地震の悲惨な現状をテレビ等で見聞きする度に自分の甘いわがままな考えをいつときも早く正して、明日をもうわからない年齢の自分自身を如何処せばよいか、真剣に考え、ウォーキングに参加して真の健康を取り戻したいと考えております。

当日は練馬出発、豊島園駅、練馬春日町、光が丘公園、光が丘駅、成増駅、軽食後解散(光が丘公園は大体半周)初めて行った緑濃き光が丘公園は森林浴にふさわしく心地よい汗を流すことができました。お昼近くなると流石に暑かったです。

第三回出席者

青木玲子、河合寿恵子、島津英子、本名絹子、八島よし子、若月たね子、リーダー 遠武健好

次回八月十三日(土)は、池袋方面を予定。

「七月役員会」 報告

(四日・出席者)

青木玲子 池神幸子 秋元婦み子
上西正夫 内田稚代 菅原美佐子
近江勇吉 保坂武雄 中村千代古
宮田頼子 山口得代 (司会 池神)

☆巻頭言の執筆者が四名に、青木上西に加えて保坂、渡邊顧問に依頼、役員会の承認を得た。

☆ホームページのアドレスは今週中に決定し、役員に知らせる。又ブログを立ち上げる事を承認した。

★納涼会の役割分担、茶平 七月三十日(土) 司会、山口、ビンゴ、菅原、プログラム作成、内田。

☆「みんなのおんがくかい」次年度再度開催する事を決定。次期、内容などの詳細については次の役員会で。

☆九月例会九月十三日(火)「NPOについて」の長澤さんの講演。

司会・保坂

☆健全会NPO法人化委員会に青木、内田、近江、保坂が加わる。

☆健康連絡会九月は当番月九月十六日(金)豊玉保健相談所三階十時より、お茶当番 山口。

☆大江戸花めぐり十一月八日(火)次号にお知らせの囲み記事を載せる(担当 保坂)

☆パソコンサロンは八月お休み

☆発送の日の責任者を再度確認。手渡しは菅原、クロネコ便は山口。

☆例会「放射能と健康」についての記事を書く、宮田。

☆話のひろば投稿依頼

☆会員全員に八月十日までの投稿依頼をし、原稿用紙を入れる。

☆健全会パネルの預かり方、現在は中村宅が保管。大きすぎて持ち運びが困難なので、半分に折れるようなものに作り替えたかどうか

☆八月六日(土)百歳万歳クラブ「緑陰サロン」ワインで元気に百歳には青木、保坂出席予定。

★八月行事予定の確認と

ニュース内容の検討

★「七月のニュース作業」

*割付・校正七月二十二日

(金)午後十三時 ボラセン

*印刷・発送七月二十六日

(火)午前十時 ボラセン

★「八月役員会」二日(火)十時

ボラセン 司会 菅原

文責 山口

◆「ニュース【割付/校正】」

(六月二十四日・桜台)

青木玲子 近江勇吉 秋元婦み子
中村 清 保坂武雄 菅原美佐子
山口得代 長谷川宏道

◆「ニュース【印刷/発送】」

(六月二十七日・練馬)

青木玲子 石毛栄子 秋元婦み子
今村安江 近江勇吉 島田フサ子
葛谷豊子 小泉佳子 菅原美佐子
小泉庄三 志村松枝 高橋保孝
高山節子 武田怜子 中村 清
橋本 光 保坂武雄 宮田頼子
山口得代

◆「やすらぎ会」(七月一日)

浅海 郁 石毛栄子 秋元婦み子
大矢芳子 葛谷豊子 小野寺京子
澤田正子 志村松枝 島田フサ子
武田怜子 中尾久子 西勝絹子
橋本 光 細野愛子 松島久米
安岡良子 八巻祥子 十七名

◆「おしめたたみ/ボラ」

(七月一日・小茂根)

高村直子 鷺池聰子 池谷久美子
大久保晴子 会員外四名

入会者 佐々木 明様
退会者 保利ムツエ様

◆「おしめたたみ/ボラ」

(七月十五日・小茂根)

高村直子 鷺池聰子 池谷久美子
篠崎玲子 秋元婦み子
菅原美佐子 会員外二名

◆「きらら昼食作り」(七月八日)

豊玉すこやかセンター六階
《カレーライス・三十人分》
鷺池聰子 篠崎玲子 大久保晴子
保坂武雄 青木玲子

◎NPOって何だ ④

遠武 健好

NPO法人設立申請に必要な手続きと書類作成についてご説明します。

NPOの法人格を取得できる団体は、「特定非営利活動」を主目的として、次の要件を満たす団体です。

また、特定非営利活動とは次にあげる十七分野に該当する活動で、不特定多数のもの利益の増進に寄与することを目的とするものをいいます。また、一つの都道府県のみならず、複数の都道府県に事務所を設ける場合は、その都道府県が申請の窓口となり、二つ以上の都道府県に事務所を設

ける場合は内閣府が申請の窓口となりません。

NPO法人を設立するためには、設立総会を開催して、法人の具体的な内容を決定します。次に申請に必要な定款等の書類をつくり、十人以上の社員（正会員のこと）と、理事三人以上、監事一人以上の役員を決め、所轄庁（内閣府または都道府県）に届出ます。

定款は、目的、組織、業務執行などに関する基本的な規則を記載した書類です。法人の運営を決定づけるものですから、間違いのないように記載しなければなりません。

定款には次のことを記載します。

- 一、目的。
- 二、名称。
- 三、特定非営利活動の種類および事業の種類。
- 四、主たる事務所およびその他の事務所の所在地。
- 五、社員（総会で議決権を持つ者）の資格の得喪に関する事項。
- 六、役員に関する事項。
- 七、会議に関する事項。
- 八、資産に関する事項。
- 九、会計に関する事項。
- 十、事業年度。

十一、収益事業を行なう場合は、その種類、その他収益事業に関する事項。

十二、解散に関する事項。

十三、定款の変更に関する事項

十四、公告の方法。

十五、設立当初の役員等。

形式的になりがちな設立総会も、きちんと開いて全員の承認を得ておく必要があります。

所轄庁では法人申請のガイドブックを発行しています。所轄庁によつて様式が異なることがありますので、ガイドブックは申請する所轄庁（東京都）のものを入手するとよいでしょう。

【要件】

① 営利を目的としない。

② 正会員の資格を得喪に関して、不当な条件を付さないこと。

③ 役員のうち報酬を受ける者の数が、役員総数の三分の一以下であること。

④ 宗教活動や政治活動を主目的としないこと。

⑤ 十人以上の正会員を有すること。

《十七分野》

- 一、保健、医療、福祉の増
- 二、社会教育の推進

三、まちづくりの推進

四、文化、芸術、スポーツの振興

五、環境の保全

六、災害救援活動

七、地域安全活動

八、人権の擁護・平和の推進

九、国際協力

十、男女共同参画社会の形成

十一、子どもの健全育成

十二、情報化社会の発展

十三、科学技術の発展

十四、経済活動の活性化

十五、職業能力の開発、雇用機

会の拡充

十六、消費者保護

十七、これらの活動団体の支援

連絡

設立する時のスケジュールは次の通りです。

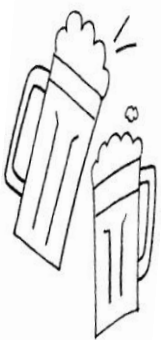
申請書を揃えて、東京都に提出すれば、認証の手続きが始まります。東京都は、申請書を受理してから四か月以内に認証または不認証の決定を行います。提出した書類の一部は、受理された日から二か月間、一般に公開（公告・縦覧）されます。認証および不認証の決定は、縦覧期間を経て、二か月以内に行われます。

つまり、申請してから四か月以内に、認証か不認証かの決定が通知されることになっています。認証された場合、認証の通知を受け取ってから二週間以内に、その主たる事務所の所在地の法務局（登記所）で設立の登記をしなければなりません。

登記手続が終了したら、所轄庁に設立登記完了届出書を提出します。その際には、閲覧用資料として、定款、設立当初の財産目録および登記簿謄本の写しも提出することになっています。

不認証の場合は、その通知に理由が書かれることになっています。不認証の理由を改善すれば、再度認証申請をすることができます。また、その決定に不服の場合には、行政手続法に従って訴えることができます。

なお申請書の作り方は、練馬区NPO活動支援センターにご相談ください。またインターネットでも申請書をダウンロードできるようになっています。



ここに
東京都共同募金会の
領収書を入れる

◎11年8月：日付順行事案内 ★印は：チラシ同封 ☆印は：詳細別記◎

- ▼ 2日 (火) 10:00 「役員会」 ボランティアセンター
- ▼ 3日 (水) 13:30 「シルバー・コーラス」 公民館 (視聴覚室)
- ▼ 5日 (金) 10:00 「おしめたたみ」 心身障害児総合医療療育センター
- ▼ 5日 (金) 12:00 「やすらぎ会」 (お食事会=かごのや)
- ▼ 6日 (土) 13:30 「自彊術」 開進第二小学校
- ▼ 12日 (金) 9:30 「きらら生活支援昼食会」 豊玉すこやかセンター 6階
- ▼ 13日 (土) 7:00 「ウォーキング」 池袋方面 練馬駅コーギーコーナー前集合
- ▼ 18日 (木) 16:30 「なべさんのワクワク囲碁講座」 豊玉すこやかセンター 6階
- ▼ 19日 (金) 10:00 「おしめたたみ」 心身障害児総合医療療育センター
- ▼ 19日 (金) 10:00 「健康連絡会」 関保健相談所
- ▼ 22日 (月) 10:00 「ニュース割付・校正」 リサイクルセンター
- ▼ 24日 (水) 10:00 「シルバー・コーラス」 練馬公民館
- ▼ 26日 (金) 13:00 「ニュース印刷・発送」 ボランティアセンター



◎良いお知らせ!

来月号のニュースから巻頭言は上西名誉会長、青木会長のほかに渡邊顧問、保坂委員、が執筆してくださいませ。

■「話のひろば」

☆投稿のお願い!



後三年待たずして健全会創立三十周年がやってきました。その時には二十五周年時と同じように記念誌を出す予定です。どうぞ皆様が日頃感じていること、楽しい出来事、経験。悲しかったこと、辛かったこと。こんなことを皆様に知らせたい。私はこんな毎日を送っている。年を重ねてから思う事、健全会に望むこと等、皆様の日常感じていることをなんでもお書きください。原稿用紙を入れませのでどうぞお使いください。長くお書きくださる方はご自分の手持ちの原稿用紙を足してください。役員にお渡しくださるか、役員に郵送してください。いただいた順にまずニュースに掲載いたします。

健全会 役員一同

編集後記

私が「ボランティア」に関心を持ったのは、中学生の時に大学の教会で洗礼を受け、高松教授のお宅で色々な教えを受け、強く影響されたことであつたと思われる。ボランティアは人の為にと思っているが、結果は自分がした事への達成感が喜びとして自分に返ってくる。

心の病を持つ人達と発病の原因について話し合った事があるが、それが概ね、失恋にあることを聞かされて、失恋が心に与える影響の大きさに驚いたものである。反面、人を愛することによって幸福な人生を送っている家庭が多いと思うのに、心の病の発病が失恋に起因していることに驚いたというわけです。

私は以前から聖路加病院理事長の日野原先生を尊敬しています。亡くなられた俵萌子さんもその一人です。以前に健全会の皆さんとご一緒に群馬県の「俵萌子美術館」に行った事を懐かしく思い出します。

M・U

