

# ささえあい

No.14

発行／前橋・在宅ケアネットワークの会  
 事務局 〒371-0045 前橋市緑が丘町26-1(市ボランティアセンター内)  
 TEL/FAX 027-235-6283  
 受付時間帯 9:30~12:30  
 郵便振替口座 00150-2-155119



## NPO法人 取得後初の “総会開催”

本会がNPO（非営利法人格）を取得して初めての総会が六月十七日、県の福祉会館で開催されました。残念ながら昨年より少ない六十三名の参加でしたが、来賓には前橋市長はじめ医師会長、社協会長、民生児童委員代表、ボランティア協会会長など関係団体からご出席いただき、立派な総会となりました。



冒頭に斎藤浩会長が挨拶し、現在、本会が各界に提案している「いきいき館」構想について詳しく述べました。ついで来賓を代表して萩原前橋市長が挨拶。高齢者対策は、行政と市民が一体となった地域ぐるみの活動が大切で、お年寄りが住み慣れた家、地域で暮らせる町づくりのために、市長も全

### ふれあいの広場

コラム欄に名前をつけて、親しみやすくしようということになった。

人間年を取ると、身体が弱ってくるし、ボケるのではないかと不安がよぎる。そうした身体の心配や心の不安をどう支えていくかは、大きな問題である。これを解決するには、多くの人と交わって話をすることが、最も効果があるといわれている。

前橋には、高齢者が普段着で出掛けて、休める場所が少ない。年寄りが散歩をしながら、気楽に立寄り、お茶を飲み、おしゃべりのできる場所を作りたい、と考える人達が集って、市内3箇所ですぐ「ふれあいの場」作りが始まった。

この施設は会員が計画し運営している。会としても全面的に支援をして、すばらしい所になるように協力をお願いします。そしてこのような場所が、ますます増えることが望ましい、その中からミニディサービスのものに発展すれば、価値は一層高まるであろう。そこで多くの人達の交流を願って、このコラム欄を「ふれあいの広場」と命名することにしました。コラムを読み、やすらぎやいこいを感じていただければ幸いです。（意思）

力で努力するので本会もぜひ協力を、と力強い挨拶をいただきました。

\*

議事では、石澤事務局長が昨年度を振り返り報告。とくに昨年度は介護保険の導入前年だったため、例会テーマは認定や制度を理解するための内容が多かった。市が市民啓発のため行ったシンポジウムでは斎藤会長が座長として企画を行ったこと、同じ時期、市内全域の公民館で行われた介護保険説明会では、全会場の夜間の説明会に本会

会員の医師が市の説明員と同席し説明や健康のアドバイスを行い、制度の周知に大きく貢献したこと、そして年度末には県に再三足を運び、ようやくNPO法人の手続きができたことなどが報告されました。  
次いで、今期から新事務局長となる猪俣典昭さんから会計報告があり、財務上の解説と、今後の会強化のために会費と賛助会費の徴収についての呼びかけがありました。新年度方針についてはいままでの「ささえあい」の援助

活動をさらに継続し、とくに今年度は介護保険制度による援助の環境変化にも対応して訪問家事援助、一人暮らしの方の話し相手、散歩介助などを行うこと。また介護保険に関する情報提供も重視する。ボランティア養成の講習会の開催、など具体的な方針案、予算案が提案されました。いずれも満場一致で賛成され、総会は終了。続いて二時半から記念講演がありました。

### 記念講演 抄録

## 高齢者ケアの現状とNPO(非営利法人)の課題

野村総研 山田謙次氏

#### ■社会保障は大きな曲がり角

日本の社会保障、年金、医療、福祉はいま大きな曲がり角にある。年金は、将来の給付水準が引下げられる一方、保険料負担を上げる内容の法案が先の国会に出された。医療も、わが国は世界的に高い水準を維持してきたが高齢者医療費の増大、長引く不況のため年

間二〜三%の国民医療費の増大に悩み、健康保険の存続が危ぶまれている。また疾病構造も生活習慣病へと変化し医療供給体制も方向転換を迫られている。福祉分野ではこの春、介護保険がスタートした。

#### ■介護保険のねらい

いままでは福祉を必要とする人々は限られた数だった。だから税金を使い役所の措置で困窮した人を救済してきた。しかし今日の高齢化社会では誰もが福祉を必要とする可能性があり、いままでの家族に頼った介護のやり方ではもたない。そこで介護を社会全体で受け止めるようにしよう。財源を社会保険方式とし、サービスを権利として受けられるようにしよう。事業者も民

#### ■介護保険の事業規模は四兆円

これまでの介護保険の利用状況をみると、利用者の介護度一から三までの人は、給付額を全額使うが、四〜五の人は全額使いきれない傾向がある。これは自己負担があるため。政府は介護に必要な費用を総額十兆円とみており、実際の利用は恐らくその四割と予

### 新任 猪俣典昭

事務局長 猪俣典昭



新しくNPO法人として衣替えした当会の事務局長職を、皆様のご推挙を得て、お受けする事になりました。本来ですと、使命感に燃えて会の目標達成に全力と、構えることが必然でしょうが、既に古代人を超え、生きている化石のような世代の高齢者、ひたすら老骨に鞭打つての気概は、更々なく、要は、会員皆様のご意見を十二分に参酌し、会の適切な運営の下、今後の高齢社会に期待される環境づくりのお役に立つことを願っております。

### 新任 石澤治

専務理事 石澤 治



長につく役職にあこがれて、今日まで、たいしたことませず過してまいりましたが、このたび事務局長を交替することになりました。猪俣さんは、てきぱきと仕事をなさる方ですので、会の運営が一層良くなると思います。新職務は、NPO関連の対外的な仕事(少し荷が重いですね)を担当します。会員皆様方の意を体して、微力ながら努力しますので、今迄以上のご支援をお願いいたします。

測していたが、四月以降の全国の給付を集計したところ、奇しくも初年度の事業規模は四兆円と見込まれ、予測は当たった。

■情報を集めよう

制度を徐々に使いなれてくれば今後いろんな要望がでてくる。利用水準は拡大してゆくだろう。こうなると保険料もあがらざるをえない。現在保険料は全国平均で二千八百円。十年後、仮に十兆円を全部利用したとすると保険料は倍以上になる。支払う保険料と自己負担金にみあうサービスの質と量が確保されているかどうか、市民が納得できるかどうか問われる。改善のために大切なのは市民が声をあげること。サービスを評価し、とにかく情報量を多くすることが大切だ。三年毎の制度見直しもあり、発言の機会は多くある。行政も市民の声を期待しているはずだ。

■NPOの課題

現在、NPO法人は全国に約二千あり、福祉と環境分野が多い。しかし認知度はまだ低く、行政も支援する方向に変わってきているが、ブームが先行し道具立てが不足している。福祉のNPOには大まかに四つのタイプがある。  
①介護保険事業とボランティア活動を並行して取組む経営哲学的タイプ。  
②給食、移送、声かけなど営利事業に

乗らないサービスを取組むところ。

③介護保険の啓発、普及中心のところ。

④特養などの格付けを取組むところ。

いずれも重要なテーマを取組んでいくが継続性、事業の基盤づくりなど課題は多い。どんな事業をどう取り組むかについては、答えがあるわけではない。自ら考え、決める行動して地域社会に認めて貰わなければならない。事業を起こすということはNPOも営利企業も基本的には同じで、企業が事業の成果を株主に説明するのと同様に、NPOでは制度の拡充など身の回りの安心感、無形の価値を地域社会の人々とともに見出し出してゆくことになる。

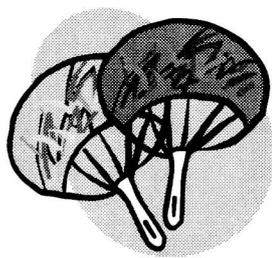
■運営基盤の強化

欧米と異なり、日本ではNPOに個人、企業が寄付をしても控除にならず税制上の保護がない。これが運営基盤確立の上で問題として残されている。法人格を与えただけで、寄付が制約されている片肺飛行の状態、この問題では議会対策も含めしつかり行う必要がある。事業収入でお金をえることは悪ではなく、一つの事業が実現したら、それを元にまた次の事業も可能になる。収入の道を積極的に考えるべきだ。

人材問題でも多くのNPOは数名から十数名の主婦グループが多く、小規模の強みが各地で経験されている。そんなグループに何が必要かを聞くと、経理、法務など一定の専門分野の男性の協力が必要と言う。完全な雇用は無理でも定年後の男性が参加する貴重な場ではないか。役所や社協の業務委託なども積極的に応ずるべきだ。各種財団の資金援助も調べると意外に多く、注目しよう。

■営利企業とも共存して

企業の場合、サービスの生産体制が集約的で、例えば給食関連の業者であれば、何百食でも管理された状態で能率的にお弁当を作る。しかし町のどこにお弁当が必要な人がいるかがわからない。NPOと手を組めば互いの強み得意分野が活かされる関係になる。先日、さる大手の福祉企業が大幅な事業縮小を行い、話題になった。企業とはそういうものだが、町に介護サービスが行き渡ることが大切であり、撤退させるのではなく、得意なところで協力しあい、棲み分ける知恵と工夫が必要だろう。



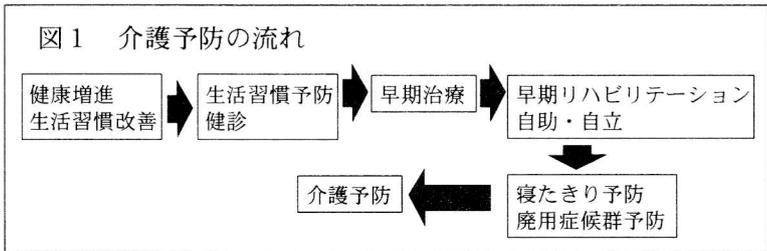
開催決定  
10/26~29  
グリーンダム前橋  
6月24日発売開始  
開局30周年記念  
群馬テレビ  
前橋市上小出町3-38-2  
TEL.027(232)1181(内)

白線問屋  
NETWORK SOLUTION COMPANY  
オフィスにおけるネットワークコンピューティングを強力にサポート!  
システム・アルファは豊富な経験と実績をバックボーンに  
Computer & Network でオフィスの明日を創造する企業です  
システム・アルファ株式会社  
本社：前橋市大友町2-23-5 TEL 027-253-1800  
太田支社：太田市飯田町1053 OKビル TEL 0276-45-5568

# 介護予防と自立者支援

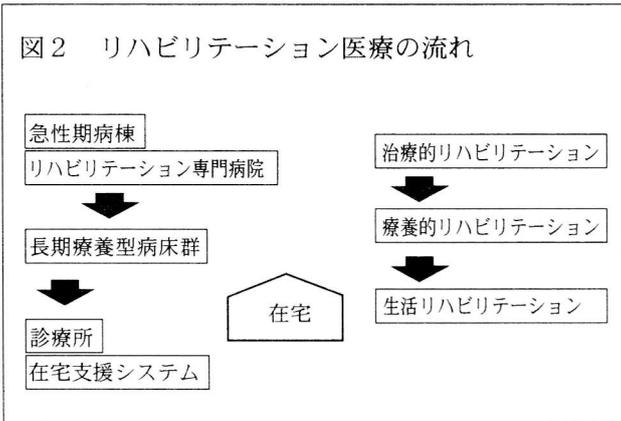
介護保険の導入で「ささえあい」の市民活動も大きく様変わりして参りました。そこで今回は、介護保険にお世話にならないための『介護予防』について高齢福祉課の高野保健婦にレポートしてもらいました。

介護保険制度の施行と時を同じくして、『介護保険予防』という言葉が耳にすることが多くなった。『介護予防』とはどういうことを指すのか。具体的な定義はないようである。保健予防的な視点から考えると(図1参照)、「健康増進・生活習慣改善」から「寝たきり予防・廃用症候群予防」までそれぞれの健康状態の過程があり、その過程のそれぞれの段階で『介護予防』が介在しているということに



し、在宅もしくは施設に戻るときに、生活に即したリハビリが必要となる(療養的リハビリ)。これを行うのが長期療養型病床群等であり、実践するのが生活リハビリである。この生活リハビリでは、元気なときに比べたら少し身の回りのことが不自由になった、介護が必要な状況になった等において、その状態を日常生活の中で手足の機能が衰えないように、また心が萎えないようにしていくことが大切になる。すなわち、自分の生活・人生を組み立てなおすことであり、個人・家族のリハ

なる。自分が今、どの段階にいるのかを理解し、それに適した手段で健康の保持増進に務めることが『介護予防』である。リハビリテーション医療の流れ(図2)から『介護予防』を考えてみると、介護保険のありなしにかかわらず、急性期のリハビリを終了



ビリである。このことから、介護を要する人が増えない、少しでも介護を受ける状態が軽くなること、本人・家族の幸せであり『介護予防』なのである。そこで厚生省は平成十二年度の予算に「介護予防・生活支援事業」という新事業を盛り込んでいる。この事業は「在宅高齢者保健福祉推進支援事業」をより充実させたものである。その目的は、介護保険制度の、保険者となる市町村が、『介護予防』の観点から、独り暮らし老人等に対する生活支援・生きがい対策及び保健予防対策などを、地域の実情に応じて総合的に取り組めるようにすると共に、都道府県が

— 地球環境の保全に確かな技術で貢献します —

**省エネ・環境関連事業**

大温度差蓄熱空調システム、超大温度差蓄熱空調システム(ウルトラ エコ・アイス)、コージェネレーション、RDFゴミ固化燃料施設等の設計、施工、研究、開発

**大和設備工事株式会社**

〒371-0844 群馬県前橋市古市町118 TEL.027-290-1800 FAX.027-290-1896

おまかせ下さい防犯・防災

機械警備 施設警備  
ホームセキュリティ 警備輸送

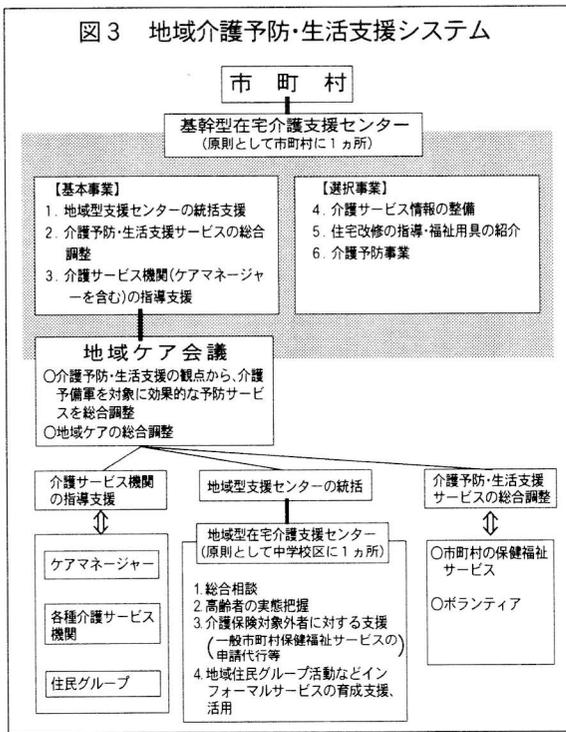
**群馬総合ガードシステム(株)**

代表取締役 川崎 弘

☎ 027-252-5454(代) FAX 027-251-8388

本社 〒371-0854 前橋市大渡町二丁目1番地の5

図3 地域介護予防・生活支援システム



高齢者自身の取り組みの支援を行えることにある。これらのサービスを提供するためにあたっては、「地域ケア会議」などを活用した保健福祉担当者などの関係者による一体的な活動の重要性を指摘している。(図3)

地域ケア会議は、基幹型在宅介護支援センターに設置されるもので、従来の高齢者サービス調整チームを改組することを想定し、メンバーは、保健・医療・福祉などの現場職員を中心に構成され、

①地域型在宅介護支援センターの統括  
 ②介護保険対象外者に対する介護予防・生活支援サービスの調整  
 ③介護サービス機関(ケアマネージャーを含む)の指導・支援

といった基幹型在宅介護支援センターの一部を担うものとされている。中でも②は、「介護予防・生活支援」の観点から保険外のサービス提供が必要な高齢者を特定するとともに、サービス内容を盛り込んだプランを策定していく。その上で、保健福祉担当者や地域住民などによりチームがサービスを提供するものである。

事業内容としては、例えば、配食、外出支援、寝具洗濯乾燥消毒、高齢者共同生活(グループリビング)支援等による高齢者等の生活支援事業、健康づくり、スポーツ活動、創作活動等への支援による高齢者の生きがい対策、寝たきり予防対策、老人クラブ活動支援などが挙げられている。

図4 介護予防・生活支援事業の利用対象者のイメージ

	自立者	要支援者	要介護者
介護予防・生活支援サービス	生活支援 ○配食・外出支援、寝具乾燥、緊急通報サービスなど ○軽度、一時的な生活支援(軽度生活援助事業)		
	介護 ○転倒予防、痴呆予防、閉じこもり防止などの事業 ○食生活・生活習慣改善事業		
予防	○生きがい活動支援通所事業 ○援助困難者の生活管理指導		
	老人保健サービス 健康教育、健康相談、健康診査 機能訓練、訪問指導など		

この四月からサービスを自分で買います責任において選択する介

護保険がスタートした。高齢者にとってはなじみのない、今までにない制度である。介護保険の円滑な実施のためには、介護サービスの基盤整備と同時に、健康・生きがいづくり、介護予防・生活支援対策が重要である。今年度で終了する新ゴールドプランに続く計画「ゴールドプラン21」が五ヶ年事業として策定された。その重要な柱であり、また今後の老人福祉行政の中で重要性を増すと考えるものは「健康づくり」である。老人保健においては、健康日本21と連携しながら、健康度評価をふまえた取り組みなど、新たな手法を取り入れた第四次の保健事業計画が策定されている。

健康やかな長寿の実現に向けては、以上のような総合的な取り組みが今後、ますます重要とされるであろう。

(高野みどり)

**幸せをあげる群馬トヨペットの福祉車両**

乗る方に応じた使いやすさと優しい配慮で、豊富な車種とバリエーションをご用意しております。

写真はイプサムウエルキャブタイプB

お客様相談フリーダイヤル ☎0120-29-5123 **群馬トヨペット**  
<http://www.toyota.co.jp/p-gunma/> 本社 〒371-0841 前橋市石倉町2-6-5 TEL.027-251-5111(代)

**地域の情報 リアルタイムで!!**

モーニングインフォメーション

**あさいち・朝生・情報通**  
 月曜～金曜あさ6:55～

お昼のインフォメーション

**ふれ愛**  
 日曜ニュース&スポーツ 夕方6:00～

**GTVニュース**  
**ゴーストオウ** 600  
 630  
 930

●日曜ニュース&スポーツ 夕方6:00～

夢・かたち・未来ステーション

月曜～金曜 ひる0:00～ **群馬テレビ**

# 六月十五日

## 市高齢福祉課と懇談

前橋・在宅ネットワークの会では六月十五日午後、本会がかねて市に提案していたグループプリビング『いきいき館』の実施のため、代表六名が前橋市役所を訪ね、高齢福祉課と懇談しました。今年三月に最初の懇談があり今回は二度目の訪問です。この日の懇談に

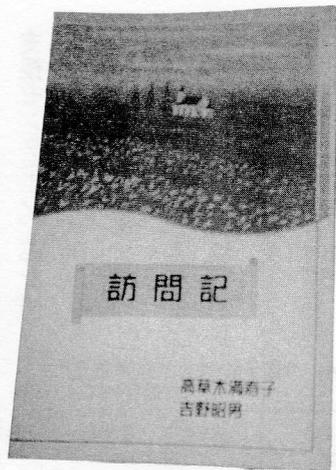
は、本会を代表して斎藤会長をはじめ六名が出席、高齢福祉課からは市川課長、鈴木補佐、塚越企画管理係員の三氏が応対されました。会代表は私たちの考えている「いきいき館構想」を説明し、今後の推進について市の協力を要請しました。



一九九八・九・三〇 初診

小柄で礼儀正しく、やや緊張した面持ち。「はつきりと生きたい。どんな病気が見つけ中で、まだはつきりしない。」——Mさんとの初対面當時を、著者の一人である吉野昭男先生はこう記している。

この時から二〇〇〇年の一月まで、Mさんを訪問したボランティアの高草木満寿子さんによる詳細なリポートと吉野先生のコメントという形で進められる「訪問記」が発刊された。



種々の精神障害や痴呆に対して、在宅という条件下で何ができるのか、支援方法があるのかなどを考える上で、参考にしていただければ、との思いを込めて誕生した一冊。

“読んでみたい”と思われる方は事務局までご連絡下さい。

「いきいき館構想」とは、地域、町の中に中高年世代が集まる“たまり場”を作ろうという構想です。

- ① ホールや共同住宅として改修する。
- ② 地域に開放された“たまり場”とし
- ③ 住民が自由に出入りできるように工夫。
- ④ 教養、娯楽、健康づくり、支えあいのボランティア活動の拠点としたい。
- ⑤ 設立・運営費用は市が出し、運営は民間依託することはできないか…。



などが説明され、この推進について話し合いました。

これに対し高齢福祉課からは、現在実施または準備中の介護保険に非該当になった人たちを対象とした市の事業計画の説明がありました。同課では、

- ① 生活支援型訪問家事援助
- ② 生きがい対応型デイサービス
- ③ グループプリビング

の三つの今後の中心的事業になるだろうと考えており、介護保険実施後の推移を見つつ、それぞれ実施または準備中であること。そして現状では介護保険の認定に漏れてしまい、非該当となった人たちは、既存のデイサービス施設などでサービスを受けており、対象となる人数も少数で、事業を進めるについては、経営的な発想が求められること。市として事業を起こしたり、お金を投資する場合には採算面、投資効果などを考慮しなければならぬこと、などが説明されました。

本会のこれまでの活動ぶりも理解してくれ、これまでの活動からみて、この三事業のうち、本会と協力できると思われるものは、

- ① 生活支援型訪問家事援助、もしくは
- ② 生きがい対応型デイサービス事業

であり、当面はこの事業を本会が取組んでゆくことが会の活動としても現実的ではないか、との考えを述べました。そして今後、「いきいき館構想」を進めるについては、高齢福祉課とよく相談しつつ情報交換の場をもつてゆくこと、などが話し合われました。

(運営委員くりはら)

# 地区活動報告

(黒子のつぶやき)

## 元総社地区の健康講演会の開催

猪俣 典昭



地区連絡員の番さん、小室さんと種々な会合で顔を合わせる都度、ネットワークの会の地区活動をやらなければと、話しの種火になっていた。それもその筈、当地区で会合を持つ

てから、忙しさをよいことに、いたずらに刻を過ごしていたのが、心の負担となつて、三人とも、焦燥感を感じていたのだらうと思う。

たまたま、この五月十三日、地区責任者の富沢先生から、地域の皆さんと「健康についての講座を」との話があり、来月の一日なら都合がつくとのご連絡、早速お二人の連絡員さんに話しをし、公民館に働きかけを依頼したが、私自身、心では「事務的に間に合わないな」と考えていた。

ところが流石、当地域でのさまざまな活動、各種行事に参加しておられるお二人のこと、自治会連合会長や公民館長に働きかけ、来る六月一日に、会議室の借用や、町内広報の配布についての了解も願つてきた。

当地区で町内組織を利用しての回覧の配布は、五月十五日の、市広報配布のルートに乗せる必要がある、一一〇〇〇世帯八〇〇組の隣保班組織に届けるには、この日を逃したら期限切

れでO U Tになりにかねない。大急ぎでパソコンでの資料作りに取り組んだ。

然し、それからが大変。講師先生との時間の調整、講演会の演題、受付名簿の作成、会場の諸準備、講師控室の設定等、いくら昔、勝手しつた公民館でも、二年間の空白期間は長かった。職員が替わり、機材が変わり、我が仮言える雰囲気はなくなつていた。

更に、当地区では、保健衛生や生涯学習・民生児童委員の組織も活発に動いている関係上、ご協力願う必要もあつたが、その団体の長に案内書も送れず、電話で出席をお願いする一幕もあり、終了した現在、いささか自嘲している始末である。

その上、講演会当日は、富沢先生の学校医としての行事時刻と重なり、公園愛護会の大会行事の開催等があり、どの程度の人達が参集してくれるか見当もつかず、運を天に任せる心境であつた。

幸い定刻になると用意した椅子席も満杯となり、当会の石澤専務さんの挨拶、ネットワークの会の設立経緯、活動の目的、趣旨、会員参加へのお願い、等のお話があり、その後、本題の「介護保険のお世話にならない健康づくり」が、講師の富沢先生から、概要、つぎの論点により説明された。

- ① 毎日三回（朝・昼・晩）食事を良く噛んで摂取する。
- ② バランスのとれた食事（赤・黄・青色）を、腹八分目程、時間をかけて楽しく取る。
- ③ 睡眠時間を長くする。
- ④ 無理のない適度の運動をする。

このことを励行することにより、細胞が活性化し、何時までも、健康な身体が保持ができるだらうと結ばれた。

この後、質疑応答があり講演会は終了したが、黒子役として、今回の行事での反省点は次の通りである。

- ① 日程が急ぎよ設定されたため、地区会員の皆様に案内状を送付できなかった。
- ② 地区内、医師会員の出席が少なかったのは、日頃の活動が十分でなかったことに起因するものと思われる。
- ③ 自治会内の各種組織に対する働きかけの方法を研究したい。
- ④ 元総社地区だけでなく、総社地区、清里地区を含めた、会員の定例会を設置する方向を考究したい。
- ⑤ 講師のお茶入れに、公民館職員にお手伝い願つたが、考えるべき問題と  
思ふ。
- ⑥ 会として、地区連絡員さんの交流の場の設定をお願いしたい。

五月八日、前橋北ロータリークラブ様の例会に招待され、席上、十万円の様

ご寄付御礼



■会費納入のお願い
今回お届けした「ささえあい」の印刷費や発送料、例会等会員さんへのお知らせは、皆様から払い込んでいた

ご寄付をいただきました。
また六月十二日には、大栄信用金庫様より、十万円のご寄付をお届けいただきました。
昨年引き続きの温かいご支援に深く感謝申し上げます。ありがとうございました。

いた会費でまかなわれています。
六月三十日現在で会員数三六八八人、そのうち会費を納入していただいた方は一六九人、約半数の方が未納です。お忘れになっていらっしゃる方が多いと思いますので、もう一度お確かめの上、お払い込みいただきますよう、お願い致します。(事務局 澤地)

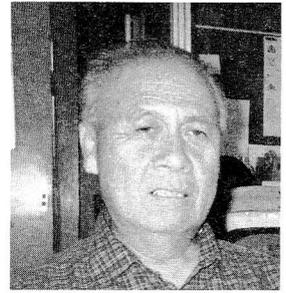


●新事務局・ボランティアさん紹介●



真下君枝さん

在宅ケア・ネットワークの会の皆さん、こんにちわ。私は、医療の現場で30年間程、看護婦として働いており、このたび定年退職いたしましたので、職歴を生かしながら、ボランティアが出来るばと思っていた折に、上毛新聞



本間正三郎さん

地域の知人の紹介で今年四月末より事務局用務のお手伝いをする事になりました。当初は福祉体験をとの軽い気持ちでしたが、会長さん、事務局の諸先輩、そして地区責任者、コーディネーターの皆さんの真摯な対応を見

どうぞ
よろしくお願ひします

て、果たして自分に務まるか不安でした。しかし、貴重な体験の機会ゆえ、無理せずにマイペースを基調にと思っています。
木曜日午前が予定の勤務日です。

で皆さんの活動を知りまして連絡しましたら、心よく参加させていただきました。宜しくお願ひします。
金曜日に、事務局に居ますので、介護相談等ありましたら電話を入れて下さい。

編集後記

高校野球の地区大会の熱戦、大相撲も手に汗握る戦いが続いています。
わが会も事務局が充実強化されました。NPO関連の業務担当で石澤さんが新専務理事に。さらに事務局長には猪俣さんが就任され、加えて事務局に二人のボランティアさんが新加入してくれました。今後皆さんの協力を得ながら新体制で頑張つてまいります。
一方、母親が高一の長女に薬物を飲ませ、三千万円の保険金をねらい計画的に殺害をはかったとして逮捕されたとの記事。そんなことがあるはずがないと思いたいが、三年前には二女と長男が同じ症状で死亡しているとも伝えられている。
この世の中、今のうちに打てる手を国も私達も心一つにして強力に対処しなければ、大変な事になってしまふのではないのでしょうか？
まず「やって良いこと、悪いこと」をはっきりさせ、その責任を負わせることから始めたい。(くら)

八月例会は恒例納涼会です

とき/8月26日(土) Pm.1~3時
ところ/ビストロMAY TEL221-9120
参加費/3,000円

