

REST

2026. 5 月号



今月は関 智也さん（5さい）の作品
2階窓口まで賞品を取りにきてね

センター情報

関連ページ2

佐野センターの学習スペースについて

ミニコミ紙「レスト」の表紙絵を募集しています

本紙では、主に就学前～小・中学生の子どもから毎号表紙にのせるすてきな絵を募集しています。

—応募方法—

佐野センターの窓口で応募用紙を受け取り、かいた絵に色をぬって、窓口においてあるポストに入れてください。
応募した絵はもれなく佐野センター内に掲示されます。表紙絵の当選者には景品をさしあげます。

まなびを支える空間

資格の取得や進学のために頑張っている方、遅くまでリモートワークや作業に励んでいる方、いつも本当にお疲れ様です。

佐野センターでは現在、空きのある学習室を無料で開放し、学習や作業にゆっくり取り組める環境を2種類提供しています。場所を変えリフレッシュして臨みたい時や、静かな環境で集中して学習したい時などは、ぜひご利用ください。

予約不要

Wi-fi あり

飲食 OK

夜間個人学習室

夜間、利用のない学習室を学習・作業に利用できるスペースとして無料開放しています。

開催日 原則 火/水/木

※ 部屋の空き状況によっては利用できない場合があります。予めご了承ください。

開催時間 午後5時30分～9時

対象 16歳以上の方

※ 令和8年4月より、対象を中学生以上から16歳以上に引き上げました。

学習スペース

足立区の新たな取り組みで、学習センターで空いている部屋を中高生向けに無料で開放しています。

開催日 原則 金/土/日

※ 部屋の空き状況によっては曜日が変更となる場合があります。予めご了承ください。

開催時間 午前9時～午後8時

対象 区内在住または在学の中学生・高校生・大学生・専門学校生

※ 資格取得などの学習を目的とする社会人の方は、座席に余裕があれば利用が可能です。

ご利用にあたっての注意事項

- ・ 部屋での飲食は、水分補給・軽食程度とします。ゴミは各自でお持ち帰りください。また、飲食のみを目的とする利用はできません。
- ・ 学習や読書、作業などを行う場所としての開放ですので、会話や通話はお控えください。
- ・ 利用ルールを守れない場合や、職員の指示に従っていただけない場合は、退席していただきます。

ちょっと苦手な スマホのこと、 相談したい時に

わかば
スマホ
サロン
特集記事

「聞ける人がなかなかなくて、わからないままに…」 「何度も同じことを聞いてしまい、申し訳なくなって…」 と、スマホの利用をあきらめてしまっていないですか？

「わかばスマホサロン」は、職員と1対1の個別相談形式で開催している、スマホについてのお悩み解決をお手伝いするサロンです。スマホのことで不安に思った時や、誰かに聞いてみたい時は、ぜひご利用ください。スマホへの不安を一緒に一つ一つ解消していきましょう！

実際にあったお悩み紹介

「スマホを買ったばかりで、基本的な操作もよくわからない…」

電源の入れ方や各ボタンの機能、文字入力の方法等の基礎的な部分からお教えします！また、簡単にスマホ用語の説明などもさせていただきます。

「スマホを使っていると、広告がたくさん出てきてまともに使えない！」

どこかの拍子に、「アドウェア（広告をたくさん出す機能）」を持った悪質なアプリをインストールしてしまったのかも。除去をお手伝いします。

「東京都公式アプリの、利用登録やポイントの申請が難しくてできない。」

東京アプリの利用登録から、デジタル認証アプリの利用も含め、東京ポイントの申請への道のりをサポートします（実践にはマイナンバーカードが必須です）。

ちょっと講師紹介

佐野センター職員 Y

普段は佐野センター2階の窓口で働いています！自分のできる範囲のことで、何か地域のために役立てられないかという思いでこのサロンを立ち上げました。皆さんにお会いできるのを楽しみにしています！

佐野センター職員 O

主に夜間、佐野センター2階の窓口で働いています。アシスタントとして、このサロンの運営に携わっております。少しでも、皆様のお力になればと思います！

「わかばスマホサロン」の詳細は、p.6のサロン情報ページをご確認ください！また、このサロンでは運営ボランティアさんを募集中！詳しくは佐野センターまでお問い合わせください。

事前申込の講座案内

4/26 (日)

午前 9 時より受付開始 (一部を除く)

受付初日の午前 9 時～午後 1 時は
佐野地域学習センターの
窓口、電話のみの受付となります。

電話 03-3628-3273

窓口 佐野 2-43-5 (2階)

講座予約システム (インターネット)

インターネットは 4/26 (日) の
午後 1 時からの受付です。

一般 シニア向け



身体と頭のやさしい体操



3 すべての人に
健康と福祉を

ゆったりとした無理のない動きのスト
レッチや有酸素運動、筋トレや脳ト
レゲームなども取り入れます。

日時: 5/13・27 (水)
午前 10 時～11 時 30 分

料金: 1 回 400 円

定員: 各 20 人

対象: おおむね 65 歳以上の方

子ども 親子向け



親子で楽しむ ストレッチ & ピラティス



3 すべての人に
健康と福祉を

ヨガストレッチとピラティスの要素
を取り入れ、赤ちゃんともふれあいな
がら美しい身体作りを目指します。

日時: 5/8 (金)
午前 10 時 30 分～11 時 30 分

料金: 650 円 (当日入金可)

定員: 8 組

対象: 2 カ月～2 歳の子どもと保護者

子どもの能力を引き出す バルシューレ A・B (8 日制)



4 質の高い教育を
みんなに

ドイツ生まれの運動能力向上を目的
とした遊びを科学したボール運動で
す。カゴ入れ、的あて、対戦遊び等。

日時: 5/11～7/6 (月) (6/8 を除く)
A 午後 3 時 30～4 時 20 分
B 午後 4 時 30～5 時 20 分

料金: 3,920 円

定員: 各 10 人

対象: A 4 歳～就学前の子ども (保護者同伴)

B 小学 1～3 年生

健康いきいき ボイストレーニング



3 すべての人に
健康と福祉を

声と表情が明るくなり、健康や美容に
も効果のあるボイスレッスンです。楽
しく歌ってアンチエイジングを。

日時: 5/14・28 (木)
午後 1 時 30 分～3 時

料金: 初めて参加 2,380 円 (教本付き)
2 回目以降 1,000 円

定員: 各 40 人

対象: 16 歳以上の方

「リボン刺しゅうの巾着袋」 ハンドメイドサロン



12 つくる責任
つかう責任

ハンドメイドを通じた交流の場です。
毎月 1 つの作品を完成させます。月ご
とに作品の題材は変わります。

日時: 5/26 (火)
午前 10 時～午後 1 時

料金: 650 円

定員: 16 人

対象: 16 歳以上の方

ハーブティーの楽しみ方 プランターで育てるハーブ



4 質の高い教育を
みんなに

ハーブの育て方を学び、植え付け体
験とハーブティーの試飲を行います。

日時: 5/30 (土)
午前 10 時～正午

料金: 1,350 円

定員: 12 人

対象: 16 歳以上の方

リボンやボールに挑戦しよう 新体操サークル見学 & 体験 (2 日制)



4 質の高い教育を
みんなに

エスポワール新体操クラブの体験教
室です。新体操の基本を楽しみなが
ら体験しましょう。

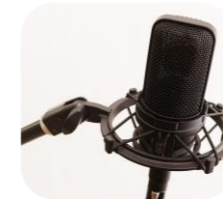
日時: 5/15・22 (金)
午後 3 時 20 分～4 時

料金: 20 円

定員: 12 人

対象: 3～7 歳の子ども

声でつくるシネマの世界! プロから学ぶ声優教室 (9 日制)



4 質の高い教育を
みんなに

現役声優から楽しく学べる講座です。
良い声の出し方を知り自信をもって
人前で声を出してみましょう。

日時: 5/17～10/4 (日)
午前 10 時～正午

料金: 2,400 円

定員: 12 人

対象: 小学 4 年生～20 歳

想像力・表現力をはぐくむ 絵画教室 A・B



4 質の高い教育を
みんなに

絵の題材となるお話を聞いた後、自由
に想像しながら絵を描きます。
クレパスと水彩絵の具を使用します。

日時: 5/17 (日)
A 午後 1 時 30 分～2 時 10 分
B 午後 3 時～4 時

料金: 500 円

定員: 各 12 人

対象: A 3 歳～就学前の子ども

B 小学 1～4 年生

心も身体も健やかに! 姿勢改善体幹ストレッチ (2 日制)



3 すべての人に
健康と福祉を

凝り固まった筋肉をゆっくり丁寧に
ストレッチすることで歪みを改善。
疲れにくい身体を作りましょう。

日時: 6/4・18 (木)
午後 1 時 30 分～2 時 30 分

料金: 1,000 円

定員: 16 人

対象: 16 歳以上の女性

誰でも手軽に楽しめる スポーツウェルネス吹矢 (2 日制)



3 すべての人に
健康と福祉を

的をめがけて矢を放ち得点を競うゲ
ームです。技術上達にくわえ、腹式呼
吸で健康維持・増進をはかります。

日時: 6/4・18 (木)
午後 3 時 30 分～5 時

料金: 1,100 円

定員: 12 人

対象: 16 歳以上の方

現在、道具の貸出はおこなっておりません。

元気いきいき体操 (8 日制)



3 すべての人に
健康と福祉を

ボールやマットを使った運動やリズ
ム体操で、運動経験のない方でも無
理なく体力づくりができます。

日時: 6/5～7/24 毎週 (金)
A 午前 11 時～午後 0 時 30 分
B 午後 1 時 30 分～3 時

料金: 3,520 円

定員: A 25 人 B 40 人

対象: おおむね 60 歳以上の方

はじめてママのニコニコ交流会 タッチケア & フィットネス



3 すべての人に
健康と福祉を

女性のお悩みである産後の体力の低
下や体形の崩れを解消する効果的な
エクササイズをおこないます。

日時: 5/31 (日)
午前 10 時～11 時

料金: 650 円

定員: 8 組

対象: 2 カ月～1 歳の子どもと母親

トランポリンひろば



3 すべての人に
健康と福祉を

トランポリンはバランス感覚を養い、
体幹を鍛える運動です。安全に飛ぶ楽
しさを体験しましょう。

日時: 5/31 (日)
親子 午後 0 時 30 分～1 時 30 分
小学生 午後 1 時 40 分～2 時 40 分

料金: 親子 770 円 小学生 480 円

定員: 親子 12 組 小学生 24 人

対象: 親子 2 歳～就学前の子どもと保護者

小学生



花火大会、いい天気になりますように。

当日気軽に立ち寄れる サロン

地域の趣味仲間が集うひととき。
毎月、定期的開催しています。

- 定員は目安です。
- それぞれのサロンの開始時間 10 分前から 2 階窓口にて受付しています。

わかばスマホサロン



第1
土

スマホ操作で困ったことをなんでもお気軽にお尋ねください。開催時間内は入退室自由です。

日時：5/2 (土)
午後 2 時～3 時 30 分

料金：無料
定員：5 人
対象：スマートフォンをお持ちの方

囲碁・将棋ひろば



第1・2
日

囲碁・将棋に興味のある方から初級者～対局を求める方まで、運営ボランティアさんが手合わせします。

日時：5/3 (日・祝)
第2 (日) はお休み
午前 9 時～正午

料金：無料
定員：10 人
対象：小学生以上の方

じゃーくぼっくす

～ 近隣の住区センターからのお知らせ～

佐野住区センター

佐野 2-43-5

TEL：03-3628-3277

休館日：日曜・祝日・5/11 (月)

悠々館 カラオケ練習
日時：5/19 (火) 午前 9 時 30 分～11 時 30 分
定員：25 人
申込：当日 9 時 30 分より事前受付

児童館 春のお楽しみ会「クリーンさくせん」
日時：5/23 (土) 午前 10 時～午後 1 時 30 分
定員：なし 持ち物：軍手・水筒・帽子
申込：5/1～5/16 午後 5 時まで事前受付

大谷田住区センター

大谷田 1-1-2-101

TEL：03-3629-5460

休館日：日曜・祝日・5/18 (月)

悠々館 野点
日時：5/26 (火) 午後 2 時～3 時 30 分
定員：30 人
申込：5/12 (火) 午前 9 時より事前受付

児童館 ビーズのアームバンド作り
日時：5/7～9 (木～土)
午後 1 時～4 時 30 分
定員：なし 対象：小学生

大谷田谷中住区センター

大谷田 4-16-6

TEL：03-5697-3390

休館日：日曜・祝日・5/25 (月)

悠々館 お楽しみ会 (演芸)
日時：5/16 (土) 午後 1 時 30 分～3 時
定員：50 人
申込：4/20 (月) 午前 10 時より事前受付

児童館 幼児工作 キーストラップ
日時：5/19～22 (火～金)
午前 10 時～11 時 30 分
定員：なし 対象：就学前の子どもと保護者

神明住区センター

神明南 2-6-19

TEL：03-5682-5089

休館日：日曜・祝日・5/25 (月)

悠々館 ぱく増し栄養講座「食べてフレイル予防」
日時：5/26 (火) 午後 1 時 30 分～2 時 30 分
定員：30 人
申込：5/7 (木) より事前受付

児童館 アンガーマネジメント講座
日時：5/9 (土) 午前 10 時 30 分～11 時 30 分
定員：12 組
対象：乳幼児の保護者 (お子様連れ可)
申込：4/18 (土) より神明児童館にて事前受付

六木住区センター

六木 3-39-5-101

TEL：03-3629-1716

休館日：日曜・祝日・5/18 (月)

悠々館 蕎麦打ち体験教室
日時：5/10 (日) 午前 9 時 30 分～
定員：20 人
申込：4/21 (火) より事前受付
料金：1500 円 (4～5 人分材料費)

児童館 プラバンでおまもりを作ろう
日時：5/1～9 (金～土) 午後 2 時～4 時 15 分
対象：小学生

※イベントの詳細は、
各住区センターまでお問い合わせください。
※掲載している行事は、内容変更・中止となる場合があります。
※特に記載のないものについては、
【当日受付・参加費無料】です。
また、対象の記載がないものは
悠々館：60 歳以上
児童館：乳幼児～18 歳 を対象としています。

モルック体験会



日
祝

人気急上昇中！ フィンランド生まれの投てきゲームをやってみよう。場所は佐野公園。(雨天中止)

日時：5/3 (日・祝)・5 (火・祝)
午後 1 時 30 分～4 時

料金：無料
定員：各 10 人程度
対象：どなたでも

夜間個人学習室

毎週
火
水
木



勉強や読書などに利用できる学習室を無料で開放しています (団体予約が入った場合は開放しません)。

日時：5/5～28 毎週 (火) (水) (木)
午後 5 時 30 分～9 時

料金：無料
定員：各 10 人程度
対象：高校生以上の方

人権ビデオ上映会



第2
火

毎月様々なテーマの人権啓発ビデオを上映します。改めて人権について考えてみましょう。

日時：5/12 (火)
午前 10 時/午後 2 時/午後 6 時

料金：無料
定員：各 10 人
対象：どなたでも

おもちゃの病院



第3
金

運営ボランティア「あだちトイ・ドクターズ」が参加者から持ち込まれた玩具を修理します。

日時：5/15 (金)
午後 1 時～4 時

料金：無料 (材料費がかかる場合あり)
定員：特になし
対象：どなたでも

佐野名画座



第3
日

名作映画の上映会です。入退室自由。大きなスクリーンでお楽しみください。今回の作品「ローマの休日」(118 分)

日時：5/17 (日)
午後 6 時～

料金：無料
定員：20 人
対象：どなたでも

写真サロン



第4
土

カメラや写真好きの方が集まり作品の観賞会を中心に、撮影のコツなどを相談するサロンです。

日時：5/23 (土)
午前 10 時～正午

料金：100 円
定員：10 人
対象：16 歳以上の方

わが家の本棚

佐野図書館

マスコットキャラクター
「うさのさん」



春のこどもの読書週間イベント

うさのさんの春のガーデニング

お庭でお花を育てることにしたうさのさん。いろんな種類のお花でお庭をいっぱいになりたいと考えています。みなさんもたくさん本を借りて、うさのさんのガーデニングを手伝いましょう！

【開催期間】2026年4月23日（木）～5月28日（木）

【参加方法】

- ①佐野図書館のカウンターで「うさのガーデンメンバーズカード」をもらおう！
- ②本を借りて、メンバーズカードにスタンプを押してもらおう！
- ③スタンプを20個貯めて、うさのさんのお庭にお花を増やそう！
すてきな景品がもらえるよ！

うさのガーデンメンバーズカード

①ほんをかりて、バラのはなをさかせましょう！
⇒ほんをかりたら カウンターでバラのはなをもらって かべにはろう！

②ごうけいで、20さつかりて「スペシャルメンバーへ」
⇒「うさのガーデンスペシャルメンバーバッジ」をプレゼント！

1さつ かりると	1つスタンプゲット！	
		5
		10
		15
		プレゼント 20



一回の貸出しにつき、うさのさんのお庭のアーチに貼ることができるバラの花を1枚お渡しします(色は黄かピンクの2種類)。

期間中に何度も本を借りて、アーチをバラでいっぱいにしましょう！



◀うさのさんのお庭(イメージ)
佐野図書館内の壁面に貼られています。
本が借りられる度にお花が増えていきます。

こどもの読書週間とは

子どもたちにもっと本を、子どもたちにもっと本を読む場所をとの願いから、1959年に誕生しました。佐野図書館では春と秋の2回、テーマに沿ったイベントを開催しています。

NUMA

図書館職員がハマった1冊

Books 第58回

『マンガで教養 はじめての西洋絵画 一生モノの基礎知識』

川瀬 佑介/著 にしうら 染/マンガ 朝日新聞出版 2019年



ルネサンスや印象派って一体何？有名な絵画って何がすごい？西洋絵画に興味はあるけれど、鑑賞の仕方がよくわからない……そう思っているあなたにおすすめなのがこの本。

画家や作品についてはもちろん、西洋絵画に関する用語、時代とともに移り変わっていく表現方法の違いなどについても、丁寧に解説しています。西洋絵画に関する知識が全くない方でも安心して読むことができる本です。

この本を読んで知識を身につけた後は、実際に美術館へ足を運んでみるのもよいかもしれません。

図書館 5月のイベント



おはなし会



図書館スタッフによる、「こども」がテーマのおはなし会です。

日時：5/6（水）
午後3時30分～4時
会場：2階レクホール
定員：25人
対象：幼児～小学生

赤ちゃんおはなし会「はぐ」



読み語りボランティア「ピノッキオ」さんによる楽しい手遊びとおはなし会です。

日時：5/13（水）
午前11時～11時20分
会場：2階 教養室
定員：6組
対象：乳幼児と保護者

春のこどもの読書週間 拡大おはなし会



いつものおはなし会より15分長い45分の拡大版！花がテーマのおはなし会です。

日時：5/20（水）
午後3時15分～4時
会場：2階 レクホール
定員：25人
対象：幼児～小学生

ともに楽しむ トモラク朗読会



お気に入りの作品で朗読を楽しみましょう。朗読未経験者や聴くのが好きな方も大歓迎！

日時：6/7（日）
午後1時～3時
会場：2階 レクホール
定員：8人 対象：中学生以上
申込：4/26よりカウンターまたは電話にて
※観覧のみは申し込み不要

お申込み・お問合わせ
03-3628-3275

特に申込の記載がないイベントはすべて当日受付です。

佐野図書館休館日
5/10（日）・29（金）

うさのさんの クロスワードパズル



マスコットキャラクター
「うさのさん」 こどもの日バージョン

さのっこのみんなは、5月の長いおやすみにはお出かけするのかな？ ぼくはいつものように佐野センターで職員さんといっしょにおるすばんさ。もし、ぼくにおみやげを買ってきてくれるつもりなら、なんたっておいしいものがいいな～。待ってるよ～♪

①		②	③ A
④			
	B		
		⑤	C

【タテのもんだい】 |

- ① 5月30日(土)は足立の〇〇〇。みんなで見にいこう。今年はずっといい天気にな～れ!
- ② 5月4日はみどりの日。では、みどり色は英語でいうと?
- ③ “売る”の反対語は何だっけ?

【ヨコのもんだい】 —

- ④ みんなの体にとっても大切な塩分。Naとかいて〇〇〇〇ムとよみます。
- ⑤ ハーブの種類のひとつ。口にいれるとスースーと気持ち良いはっぱ。

正解は次回のクイズコーナーで発表します。

4月号の正解者の中から
大平 もも さん 2年生 に賞品をさしあげます。
2階までとりにきてね♪

4月号のこたえ

今月号のクイズのこたえがわかった人は
5月15日(金)までにレストのポストに入れてください。
(どうしてもこたえが知りたい子は今月号の裏表紙を見てね)

「A. わ」「B. が」「C. し」

キリトリ



5月号

クロスワードのこたえ

ふりがな
お名前

年生

ここに記入された個人情報はクイズ以外には使用いたしません。

佐野ユ-モア川柳



さのユ-モア川柳師範
かわやなぎ いっさ
川柳 一茶



こしちこ
愛猫の五七五

「先生は子供の頃集めていたものとかあるのかにやー」「まあ人望とかかな」「面倒な人だにや...。それ以外は何かあるのかにやー」
「最近はおまり見かけんが小学生の頃カマキリの卵を集めてたことがあって、あれを見つけては家に持って帰ってきて虫かごにいれていたのじゃが、別に観察するわけでもなくある日突然大量のミニカマキリたちが誕生してるのを見つけて喜んでおったのじゃ」「あれは一個の卵から二、三百匹産まれるらしいにや」「虫カゴのフタの空気孔からごんごん逃げていって三日ぐらいで一匹もいなくなってしまうと満足してまた次の卵を探していたのじゃ」「飼育はしないのが先生らしいにや」「まあな」

お題「お菓子」



うちの子の 予防接種は お菓子つき

佐野遊姿 (六十代)

注射一回につき「き」のこの止「一箱とかですかね。」



ジイちゃんの ポテトチップス ルーティーン

ハラちゃん (八十代)

「うむ、わしでいう」さろこし 輪太郎「じゃな」

古は お菓子と言えは 干し芋よ

隅田のじじ (八十代)

今はたまーに食べたくなる梓のお菓子ですね。

嫁姑の 仲を取りもつ チョコケーキ

甘党 (八十代)

子供が先につまみぐいしてる絵が浮かびます(笑)

チョコおかき カステラあめと エトセトラ

くるくる (六十代)

歯磨きを忘れずに。

毎月の 百円ケーキ ベニー行き

朔太郎の友達 (六十代)

知らずいふベニーでお会いしてるかもしれませぬ(笑)

手放せぬ 悟空如意棒 俺うまい棒

ゆうと (十代)

悟空も一度食べたらはまりそう(笑)

クセになる キャラメルコーンの ピーナッツ

やくみ (六十代)

薄皮付きなのがまたいいんですよー。



七月号掲載分のお題

『満』 ※句中に「満」という語句
を入れなくてもかまいません。

×切・五月三十一日(日)

【投句方法】

専用の投句用紙に必要事項を
ご記入の上、佐野・保塚・伊興
センターに設置してある投句箱
にお入れください。



メール投句用
QRコード

各学習センターで、14センターすべてのミニコミ紙がご覧になれます。

アクセス

JR 常磐線 亀有駅北口より

- 東武バス1番乗場
佐野・六ツ木循環「佐野公園」 下車1分
佐野・六ツ木循環「辰沼団地入口」 下車3分

- 東武バス4番乗場
八潮駅南口行き「佐野センター前」 下車2分

東京メトロ千代田線 北綾瀬駅より

- 東武バス1番乗場
八潮駅北口行き(六ツ木都住経由)「辰沼団地入口」 下車3分

つくばエクスプレス 八潮駅南口より

- 東武バス3番乗場
亀有駅北口行き「佐野センター前」 下車2分



REST_{レスト} 5月号 No.393

佐野地域学習センター・体育館・図書館
地域情報紙

【発行日】2026/4/25
【編集・発行】佐野地域学習センター
指定管理者
株式会社グランディオサービス
【発行所】〒121-0053 足立区佐野 2-43-5
Tel : 03-3628-3273
Fax : 03-5682-6981
E-mail : sano@grandio.co.jp
佐野図書館
Tel : 03-3628-3275



佐野地域学習センター 検索

今月の

学習センター休館日... **5/10 (日)**

図書館休館日... **5/10 (日)・29 (金)**

利用者懇談会... **5月はありません**

今月号の11ページのクロスワードパズルのこたえ

「A. か」「B. び」「C. ん」

佐野センター-新スローガン

愛着を持って暮らし続けられる
地域住民が主体となった
まちづくりの拠点を目指します

ミニコミ紙を置いてくれるお店等を募集中です

本紙「レスト」を置いていただける店舗や施設は
ございませんか。毎月、月末頃にお届けします。

■募集対象地域

- ・佐野
- ・六木
- ・辰沼
- ・神明
- ・神明南
- ・大谷田



■お問い合わせ

佐野地域学習センター 03-3628-3273

知ると分かる。すると変わる。



SDGs MODEL ADACHI