

2024 Spring

MIYAZAKI

いくせい

No.78



一般社団法人 宮崎県手をつなぐ育成会



# ヤギの気持ち

一般社団法人 宮崎県手をつなぐ育成会  
会長 八木 志乃舞

会員の皆さま、お変わりありませんか。

5月にコロナが5類に引き下げられ、会議やイベント等参集で行われるようになりコロナ前に戻りつつあります。

さて、今年度は4年ぶりに県大会を開催することができました。企画準備をしながら来場される方々を想像し、楽しんで頂けるかたくさんの方が来場されるといいなと期待と不安を感じながら当日を迎えました。

障がいがありながら活躍される仲間のパフォーマンスや本人発表、ニュースポーツ体験・カラオケ大会のレクリエーションを通して当事者や支援される施設の方との交流会を行いました。4年ぶりの開催でしたがたくさんの笑顔に会うことができ嬉しかったです。

今年は、宮崎県で九州大会を開催します。九州各地から参加されます。たくさんの笑顔に会えることを楽しみに準備を進めていきたいです。



(みやざき中央支援学校にて)

また、12月に児湯るびなす支援学校、2月にみやざき中央支援学校にて障害基礎年金の学習会を行いました。詳しく知ることができてよかったと反響を頂きました。

現在は県央近辺の開催となりますが、次年度以降県内各地へ訪問し学習会を開き意見交換会ができればと思っております。

県大会や障害基礎年金学習会だけでは育成会を知ってもらう機会は少ないと思っております。育成会を知ってもらうためにたくさんの機会を作りたいです。

宮崎県手をつなぐ育成会の灯りを消さないように頑張ってお参りますので今後ともよろしくお願いたします。





## 第4回宮崎県手をつなぐ育成会宮崎県大会を開催しました

令和5年11月19日(日)10時から宮崎市佐土原総合文化センターにおいて、「アフターコロナからの新たな出発 育成会活動のあり方を考える みんなの笑顔を目指して」をスローガンに、第4回となる宮崎県大会を開催しました。

コロナ禍で4年ぶりの開催となりましたが、関係者を含め147名の方々にご参加いただきました。

式典では、会長あいさつの後に、表彰式が執り行われ育成会活動に貢献のあった2個人、1団体に表彰状が授与されました。

また、式典の最後には、障害基礎年金の給付額の引き上げなど7項目からなる大会決議が採択されました。



今回の大会は、特に本人活動をメインに構成したことから、式典後は、障害がありながら県内で活躍する仲間お二人にパフォーマンスを披露していただきました。

まず、深田奈菜美さんによるピアノ演奏です。ショパンの「ノクターン第2番」、久石譲さんの「SUMMER」、坂本九さんが歌った「見上げてごらん夜の星を」の3曲を優しく丁寧に演奏いただきました。



また、有馬圭太郎さんの書では、「障がいのある人もない人もみんなが共に生きる共生社会の実現」を目指して、みんなが手をつなごうとの願いを込めて「共(とも)」という字を力強く書き上げていただきました。

続く、本人発表では、「コロナ禍で感じた事、工夫したこと、これからやりたいこと」をテーマに3人の方に発表していただきました。発表者それぞれが、ものおじすることなく自分の意見を堂々と発表され、会場の参加者の共感を得て、笑顔で終わることができました。



午後からの、ニュースポーツの体験では、佐土原スポーツクラブの御指導をいただきスカットボールやカローリングなど5種目のニュースポーツを楽しみました。

また、カラオケでは、ボランティアの学生さんにも飛び入り参加いただき、みんなで歌いたくさんの笑顔の輪が広がりました。



ホールロビーでは5つの支援学校(みやざき中央・赤江まつばら・日向ひまわり・延岡しろやま・小林こすもすの各支援学校)のご協力をいただき、生徒さんが丹念に描かれた絵画を展示させていただきました。

また、事業所協議会から3事業所が、日頃の活動で作成している製品の展示販売を行っていただきました。

久々の大会で準備不足も心配されましたが、大会の運営をご支援いただいたライオンズクラブの皆さんをはじめ多くの関係者やボランティアの方のおかげで、意義のある大会が開催できたと思っています。ご参加いただいた皆様に改めてお礼申し上げます。



## 令和5年度表彰受賞者からのご挨拶

全国手をつなぐ育成会連合会 会長表彰を受賞して  
大上 彰弘さん

今回、全国大会表彰を受けました。個人的には表彰に値するほどの功績があったのかと面映ゆく感じております。本格的に活動をしたのも仕事を完全退職してからでした。

活動に参加して障がい者の親と言っても、知識のない事や障がい自体をよく理解できていないことに愕然としたことが印象に残っております。

活動期間を振り返りますと、とても十分な力を発揮し功績をあげたとは思えず赤面の至りです。何とか期間を過ごせたのも共に活動した仲間たちの支えがあったの結果だと感謝しております。

育成会活動もこれから先、平坦な道のりとは言えませんが、皆様のご活躍を祈念しております。



九州地区手をつなぐ育成会連絡協議会 会長表彰を受賞して 福田 和子さん

私にとって育成会は、子育ての悩みや不思議な我が子のこだわり・・・それを笑い話として話せる場。様々な状況・節目で悩みながら選択してきた先輩たちの話が聞ける場です。

今、当たり前にある制度やサービスも先輩たちの働きかけによるものです。今回の受賞は、育成会の最初の一步を踏み出した方たち、今まで会を繋いでこられた諸先輩たちに「感謝しなさいよ」と、そして「楽しくきばんなさいよ」とエールを貰ったと思います。

ありがとうございました。



宮崎県手をつなぐ育成会 会長表彰を受賞して  
西森 千草さん

このたび、宮崎県手をつなぐ育成会県大会において、表彰を受けました。心より感謝しております。

育成会との出会いは、主人の転勤で宮崎に来たばかりで不安いっぱいの時でした。

お母さま方の明るい笑顔に励まされ、諸行事に参加することで親子共々宮崎に早く馴染める事が出来ました。

また、会の皆様の努力と団結力で、いろいろな制度や支援が充実してきた事を知りました。私も微力ながら引き続きお役に立ちたいと思っております。

福田さん・八木会長・西森さん



## 宮崎県大会に参加して

本人発表の部司会 倉爪 英臣

今年は「コロナ禍を経験して感じたこと工夫したこと、これからやりたいこと」を自分の意見として堂々の発表の三人でした。お疲れ様でした。

会場の参加者も自分のことのようにうなづく姿は、何かを乗り越えた仲間意識で繋がっているように感じました。



それでは、発表の内容をたどってみたいと思います。まず「コロナ」についてはじめに日南市の【宮川正司さん】

「広いビニールハウス中でもマスクをしなければならなかったので息苦しい毎日、花や野菜はコロナとは関係なくぐんぐん育っているのに」

続いて日向市の【千葉歩さん】

「私の趣味はお出かけすることです。電車やバスを使いいろんな場所の見学、会話が楽しみです。でも感染を広げないためできるだけ我慢しています。」

最後に新富町の【古田史織さん】

「通勤には、自転車と路線バスを使い、帰りは事業所まで歩いていきます。6回目のワクチン接種を済ませました。仕事場の制限のある生活は大変でした。平穏な日々が続いてほしいと願っています。」

元気で仕事に励んでいる発表者の3人を含め会場の皆さんも何かしら割り切れない大きな怪獣ににらまれ、ストレスの溜まる日々だったこと、我慢する自分がいたことを伝えてくれたように思います。

これからは「コロナ」と共に答えのない生活が続きます。お互いに感染予防に心掛けていきたいものです。



次に、「これからやりたいこと」についてです。

【宮川正司さん】

「趣味はエイサー活動です。仲間を増やし楽しい時間を一緒に踊り続けたい。皆さんも仲間を楽しくできる趣味をぜひ作ってください。いい汗かける毎日が仕事です。」

【千葉歩さん】

「仕事を頑張ります。趣味のお出かけはもちろん、今年6月からスポーツ（スペシャルオリンピックス・卓球）を始めました。もっと練習して上手になりたいです。興味のあるボランティア活動など新しいことにチャレンジしたいと思います。」

【古田史織さん】

「職員さん、利用者様も明るく楽しい職場です。事業所では仕事場のことを報告したり悩み事を相談、同級生やたくさんの仲間と一緒に活動できて、とても楽しいです。」

「貯金したお金で家族みんなで家族旅行に行きたいと考えています。めざせ貯金300万円!!行くぞ沖縄旅行」

発表前の3人の緊張しこわばった顔が、参加者皆さんの共感を受けて、笑みを浮かべて終わることができました。発表の内容もしっかりしたものでした。

自分流のお話をするあなたの勇気と一人壇上に立ってどきどき感と闘いながらの時間を持てたことは、今後の人生に大きな意味のある出来事であってほしいと思います。このコロナ禍でいやいやながら参加した自分の声でなく、何かの目的を持ち楽しむための自分探しの3名の発表者に、そして「うんうん」と分かち会えた会場みなさんに、もっともっとたくましくなって今後会えることを期待します。

#### 本人発表者

かがやき（日南市） 宮川 正司

日南の仲間が支えとなって、とても良い原稿を作り、しっかり読むことができたと思います。でも少しドキドキでした。

そしてほかの発表者の事も頑張っていると聴けて良かったです。

エイサーの演舞でステージに立っているときと違うドキドキがありました。

エイサーの時は運動の汗ですが、発表のときは冷や汗でびしょりでした。

また、発表の機会があったらぜひ挑戦したいと思います。

多くの皆さんともっと沢山の交流がしたいです。





**本人発表者**

**日向共働社（日向市） 千葉 歩**

令和5年11月19日育成会宮崎県大会で体験発表をしました。佐土原総合文化センターのステージに立って皆さんの前で発表したのはとても緊張しました。

また、B型就労でしているちりめんなどの袋詰めの仕事頑張っている写真を多くの人に見てもらったのも初めてだったのですごく緊張しました。他の発表者で介護の仕事を頑張っている人の話を聞いてすごいなと思いました。300万の貯金を目標にしている人の話では、自分もお金を貯めたいと思ったことがあるのでよく分かりました。コロナも段々とおさまったのでこれからは毎年、手をつなぐ育成会の九州大会や県大会に参加しようと思います。みんなが育成会でやりたいことは、本人活動などで、バーベキューやキャンプ、旅行などの楽しい事だと思うので、いろんな人を一緒に連れていきたいと思っています。



**本人発表者**

**しろはと工房（高鍋町） 古田 史織**

私は、11月19日（日）にあった手をつなぐ育成会宮崎県大会本人部会発表の部に初めて参加しました。

発表会前から、原稿を一生懸命考えたり、発表の練習もたくさんしたりしました。

当日打ち合わせに参加した時、自分の発表の順番が1番かもしれないと頭が真っ白になるくらい緊張でいっぱいでしたが、自分は3番目と分かりホッとしました。

しろはと工房のみんながたくさん応援してくれているのが壇上から見たので、おかげで落ち着いて発表することができました。

この発表は自分にとってとても良い経験になりました。ありがとうございました。





## 第 62 回九州地区手をつなぐ育成会福岡市大会が開催されました

平成5年10月8日（日）に第62回九州地区手をつなぐ育成会福岡市大会が、平成元年の熊本大会以来4年ぶり開催され、本県からも36名の方が参加されました。

大会では、宮崎市手をつなぐ育成会の福田和子さんが九州地区手をつなぐ育成会連絡協議会会長表彰を受賞されました。（県大会で伝達）

また、本人発表では、日向市手をつなぐ育成会の池上明さんが「僕の仕事と本人活動」というテーマで堂々と意見発表をされました。その際の感想を、インタビュー形式でまとめ寄稿いただいております。

### 第 62 回九州地区手をつなぐ育成会福岡市大会に参加して

NPO法人日向市手をつなぐ育成会・本人部会  
スマイルホーム360 池上 明

※本人にインタビューしながら感想をまとめました。

#### 【本人の紹介】

Q：スマイルホーム360ではどんな仕事をしていますか。

明：僕は、B型の委託作業で市役所や工場の掃除や柿園での仕事などの色々な委託作業をしています。

Q：本人活動でどんな役割をされていますか。

明：昨年までの4年間は、本人部会の会長をしていました。

Q：その期間は、どんな活動をしましたか。

明：ボウリング大会やクリスマス会、青島や日南サンメッセのバスハイクも計画しました。

Q：本人部会で苦労したことは何ですか。

明：コロナの関係で、なかなか皆で行動することが出来ない期間がありとても残念でした。

#### 【事前準備】

Q：発表会に向けてどんな準備しましたか。

明：お母さんと相談して作文して、何度も読み返して練習しました。

Q：どのような内容を発表しようと思いましたか。

明：本人部会の会長を経験して思ったことや良かったこと、苦労したことを伝えようと思いました。

#### 【発表の様子】

Q：発表者は何人いて、何番目の発表でしたか。

明：10人発表者がいて、7番目に発表しました。

Q：発表するときは緊張しましたか。

明：すごくドキドキしましたが、大きな声で発表が出来ました。

Q：発表するときに気を付けたことがありますか。

明：練習を何回もしていたので、大きな声でゆっくり話すことに気を付けました。





Q：発表のあと、どんな質問をされましたか。

明：作業の内容を質問されたけど、後ろで黒木理事長がフォローしてくれたのでうまく答えられました。

Q：他の発表者の内容で良かったなと思ったことはありませんでしたか。

明：緊張していて、何も覚えていません。

#### 【感想】

Q：大会に参加しての思い出はありますか。

明：緊張していたので忘れました。

Q：前泊しましたよね。

明：前の晩は、バーミヤンで黒木理事長と一緒に家族で食事会をしたのが楽しかったです。

Q：また行きたいですか。

明：う〜ん。行きたいです。

Q：ほかに何かありませんか。

明：日向市から福岡市は遠かったです。(高速道路にて移動)



#### 【お知らせ：総会及び九州大会の開催について】

**第66回一般社団法人宮崎県手をつなぐ育成会総会**は、令和6年6月1日(土) 13時30分から宮崎県福祉総合センターにて、開催の予定です。是非ご参加ください。

**第63回九州地区手をつなぐ育成会宮崎大会**が、令和6年11月9日(土)に宮崎市民プラザで開催されます。

皆様のご支援、ご協力、ご参加をよろしくお願いいたします。



## スペシャルオリンピックス日本・宮崎設立 20 周年を迎えて

スペシャルオリンピックス日本・宮崎 会長 柏田公和

日頃より、宮崎県手をつなぐ育成会の皆様をはじめ、たくさんの方々のご支援ご協力を賜り心より感謝申し上げます。

スペシャルオリンピックス日本・宮崎は 2003 年 12 月 21 日に設立しました。当時私たちはスペシャルオリンピックス\*の理念に共感し、1 年間の準備期間を経て、宮崎市と延岡市にて競泳と陸上のプログラムから活動を開始しました。

それから 20 年間、私たちは知的障がいのある方たち（アスリート）にスポーツトレーニングや競技会を通じ、1 ターム（1 回/週×8 回）を基本として年間を通じたスポーツプログラムを提供してまいりました。現在は、都城市を加えた 3 地区で、競泳・陸上・ボウリング・サッカー・バスケットボール・ゴルフ・卓球・フライングディスク・スノーシューイングの 9 競技 17 プログラムを開催しており、多くのアスリート・ファミリー・ボランティア・コーチがそれぞれの競技に情熱を燃やして活動しています。2003 年はアスリート数 70 名からスタートし、その後 2009 年には 144 名とピークを迎えました。しかし現在は 99 名となっており、特に、コロナによる活動制限期間のあった 2020～2022 年を挟んで、会員の減少、寄付や賛助会費の減少など、厳しい状況に直面しております。

しかし私たちはこれからも前向きに取り組み、地域の皆様と協力して課題を克服してまいります。皆様の温かいご支援があってこそこのスペシャルオリンピックス日本・宮崎です。どうぞ引き続き、ご支援いただきますようお願い申し上げます。

最後に、これからも一層の発展と皆様との絆を深めていけることを楽しみに、会員一同邁進してまいりたいと思います。

\* スペシャルオリンピックスとは、知的障害のある人たちに様々なスポーツトレーニングとその成果の発表の場である競技会を、年間を通じ提供している国際的なスポーツ組織です。

スペシャルオリンピックス日本は、全国 47 都道府県にてスペシャルオリンピックス活動を実施、推進する組織として、都道府県ごとに地区組織（スペシャルオリンピックス日本・各県名）を認証しています。地区組織はそれぞれが独立した組織/団体として活動を行っています。



2023 年 10 月 7～8 日 2023 年スペシャルオリンピックス日本 九州・沖縄ブロック大会賀大会  
スペシャルオリンピックス日本・宮崎選手団（競泳・ボウリング）



## 宮崎県身体障害者団体連合会・ 宮崎県障害者社会参加推進センター からのお知らせ

### 事業者にも合理的配慮の提供が義務化されます

●我が国では、障害のある人もない人も、互いにその人らしさを認め合いながら、共に生きる社会(共生社会)を実現することを目指しています。「障害者差別解消法」では、障害を理由とする「不当な差別的取扱い」を禁止し、障害のある人から申出があった場合に「合理的配慮の提供」を求めることなどを通じて「共生社会」を実現しようとしています。

●令和6年4月1日に「改正障害者差別解消法」が施行され、事業者による障害のある人への「合理的配慮の提供」が義務となります。

### ◆合理的配慮の提供とは？

障害のある人から、社会の中にあるバリア(障壁)を取り除くために何らかの対応が求められたときに、負担が重すぎない範囲で対応を行うこととしています。

#### 「障がい者の差別に関する相談窓口」

##### 場 所

宮崎市原町2-22  
宮崎県障害者社会参加推進センター内  
(宮崎県福祉総合センター本館4階)

##### 受付時間

午前9時から午後5時まで  
※土・日、祝日、年末年始は除きます。

##### 対応方法

電話 (0985-23-3388)  
ファックス (0985-55-0258)  
電子メール (soudan@miyashinren.jp)

※来所される場合は、あらかじめご連絡ください。

障がい者通所福祉施設

## あや作業所

命の楽校 楽農食彩館

特定非営利活動法人 Green of green

就労継続支援 B 型 障害者通所福祉施設 あや作業所 所長 松本 尚之  
宮崎県手をつなぐ事業所協議会会員

### みんなの居場所、あや作業所

こんにちは。

就労継続支援 B 型 障害者通所福祉施設 あや作業所、所長の松本尚之です。

あや作業所はユネスコエコパークにも登録された綾町の山里にあり、人間よりも野生動物の方が多様な、自然豊かな環境にあります。

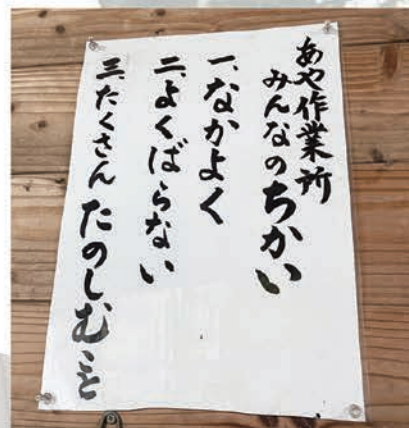
そんな自然の中で、約 5,000 坪の農園で採れた収穫物を加工し、販売しています。山菜・果実・ハーブ葉草を使って全て自社製品で頑張っています。

工賃はなんとか県の平均を超えているくらいです。

就労施設ですが、「もっとがんばれ」なんて言いません。自分では頑張っているつもりなのに、もっと頑張れなんて言われても困りますもんね。

あや作業所には三つの誓いがあります。

- 一、なかよく
- 二、よくばらない
- 三、たくさんたのしむこと



みんなのちかいです。

昔、鶴瓶の家族に乾杯の取材で来られた鶴瓶さんに、「簡単だけど、とっても難しい」と言われた、とっても大事な誓いです。毎朝の朝礼の際にみんなで読んでいます。

職員は、上記の誓いを元に、みんなが楽しく通所出来ることを目指して頑張っています。

利用者様が自分らしく、安心して、やりがいを持った仕事をしていただくのが私達の目標です。利用者様も（多分）楽しんでおられ、休日になると「休みは暇だから嫌じゃ！」と文句を言われる方も。出席率が高いので、外部の方からはびっくりされる事もあります。

そんなあや作業所ですが、今は少しピンチです。利用者様が高齢化の為、何人も退所されました。対策として近々グループホームも始める予定ですが、ご家庭から通ってこられる利用者様も募集しております。

お心当たりの有る方、みんなの居場所、あや作業所に是非ご紹介下さい。



ホームページ : <http://www.ayasagyouso.com/>



Instagram



特定非営利活動法人一步会  
生活介護事業所 一步  
理事長 佐藤 留理子

平成14年に西臼杵地区の重度の障がい児・者を療育している保護者の長年の思いからスタートしたのが小規模作業所でした。法律や制度が変わるたび四苦八苦しなから今に至ります。西臼杵地区で唯一の生活介護事業所であるので、行動障がいのある利用者さん、意思表示の出来ない利用者さんにも真摯に向き合い一人一人の地域生活を支え、利用者さんおよび家族のニーズに応えるべく、生産活動、創作活動、音楽活動など多岐にわたるプログラムを構成しています。



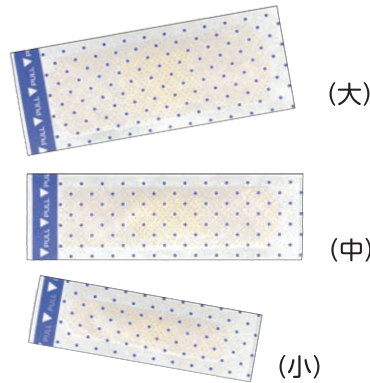
一人一人が幸せに生きることを、願いやみません……。



# 「心のとも」普及運動への 協力をお願い

宮崎県内に「知的障がい」の人達がおよそ12,000人いるとされており、一般社団法人宮崎県手をつなぐ育成会では、いろいろな福祉活動をすすめております。

本年度も、「心のとも」普及運動の一環としてケエバンAを販売中です。この運動で得ました益金は、「知的障がい児・者」の教育や福祉の振興活動に活用いたします。なにとぞ趣旨にご賛同下さいまして、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



## 「心のとも」普及運動 ケエバンA申込書

一般社団法人宮崎県手をつなぐ育成会 宛て  
**FAX.0985-29-2168**

ケエバンA 1箱200円

箱数 箱 金額 円

申込者  
氏名

郵便番号        
住所

電話番号

**③** サイズ 20枚入

**ケエバンA**

救急絆創膏〈半透明〉  
シアープラスター

当制度は、一般社団法人全国手をつなぐ育成会連合会の本体事業です

障害のある方もない方も

# 手をつなぐおたすけプラン

医療保険基本特約・がん保険特約セット団体総合保険、傷害総合保険

がんは日本人の2人に1人がかかると  
言われ罹患者数も年々増加しています！

がん

## がんと診断されたら…

## 何度でも※

G2プランの場合(がん診断保険金)

保険料	満年齢	0~24歳	25~29歳	30~34歳
	月払保険料		390円	550円

一時金として

# 200万円

抗がん剤治療  
も補償！

●保険金額200万円●保険期間1年●1名あたり●団体割引10%

※2年に1回を限度とします。  
新規加入年齢満69歳まで

がん手術保険金は、  
何度でも※お支払い  
します！

※2年に1回を限度とします

(手術の種類によっては回数に  
制限があります。)

がん外来治療保険  
金は、入院を伴わ  
ない通院や往診だ  
けの治療でもお支  
払いします！

先進医療等補償保  
険金はがん以外の  
場合も補償対象と  
なります！

この広告は概要を説明したものです。詳しくはパンフレットをご参照ください。

## 随時募集中！

日常生活のケガや個人賠償責任の  
補償も同時加入できます！

パンフレット、  
お申込み方法は  
こちらから！

【取扱代理店】

## 一般社団法人全国手をつなぐ育成会連合会

# TEL: 03-5358-9274

受付時間：平日の午前10時～午後6時(土・日・祝日・年末年始を除きます。)

〒160-0023 東京都新宿区西新宿7-17-6 FAX: 03-5358-9275

<http://zen-iku.jp/insurance>

ポチッ



© JAPAN-DA

# 一般社団法人 宮崎県手をつなぐ育成会入会のご案内

## 育成会の目的

「知的障がい者（知的障がいのある児童を含む）及びその家族が安心して豊かに暮らせる社会の実現をめざすと共に、その福祉の増進に寄与すること」

当育成会は、昭和34年に宮崎県手をつなぐ親の会として設立され、昭和56年に社団法人、平成25年に一般社団法人となりました。

設立当初から今日に至るまで、障がいのある子の保護者や特別支援学級、特別支援学校の先生方、県・市町村の関係機関、障がい児・者の福祉に関心を寄せていただく一般の皆様方のご協力により活動を続けています。

当育成会の趣旨に賛同いただける方は、是非、入会していただきますようお願いいたします。私たちと一緒に活動しましょう。

## 【会員の種類】

正会員 法人の目的に賛同して入会した団体及び個人  
賛助会員 法人の事業に賛同するため入会した団体及び個人

## 【会費】

正会員 年間 2,000円  
賛助会員 団体 年間 5,000円 (1口)  
個人 年間 1,000円 (1口)

## 【連絡先】

一般社団法人 宮崎県手をつなぐ育成会  
TEL/FAX 0985-29-2168  
E-mail [ikusei@miyazaki-catv.ne.jp](mailto:ikusei@miyazaki-catv.ne.jp)  
ホームページ <https://45miya-iku.org>



この会報は、赤い羽根共同募金助成金により発行しています。  
寄付者のみなさん、ありがとうございました。



## 第78号

一般社団法人 宮崎県手をつなぐ育成会  
宮崎市原町2番22号 宮崎県福祉総合センター4階  
TEL/FAX (0985) 29-2168  
E-mail [ikusei@miyazaki-catv.ne.jp](mailto:ikusei@miyazaki-catv.ne.jp)  
発行人 八木 志乃舞