

スマホアプリ「マチイロ」  
広報ちゅうおうが毎月無料  
で配信されます！



Android

ios

お知らせ

相談

募集

イベント・教室

がんばれ子育て

健康ライフ

充実ふくし

いきいき倶楽部

## お知らせ

### 田富・豊富地区の温泉施設の 開館について

休館している田富福祉公園コミュニティセンターと豊富健康福祉センターの温泉施設が、新型コロナウイルス感染症対策をして4月から開館します。

利用にあたっては、入館時に検温や体調確認などを行います。また、マスクの着用にご協力ください。市民のみなさんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。

**開館日時** 4月19日(月)～

午前10時～午後4時  
(最終受付午後3時まで)

※開館は平日のみとなります。また、利用者が多いときはお待ちいただく場合もあります。

↓問合せ 地域包括支援センター

☎274-8558

### 4月の市民と市長の対話室

**日時** 4月23日(金)午前9時30分～11時

**場所** 中央市役所

**対象** 市内在住、在勤、在学の個人または団体

**申込期限** 4月20日(火)まで

↓申込み・問合せ 政策秘書課

☎274-8512

### マイナンバーカードの休日・ 平日時間外交付について

個人番号カード交付通知書が届いた人を対象に、休日や平日時間外も交付事務を行っています。平日の開庁時間内に来庁が困難な人は、ぜひご利用ください。※場所はどちらも市民環境課

#### ▼休日交付

**日時** 4月25日(日) 午前9時～正午

※来月は5月23日(日)を予定しています。

#### ▼平日時間外交付(予約制)

**日時** 4月15日(木)

午後5時30分～7時30分

※30分ごとの時間帯(全4回)で予約することができます。

**定員** 各回3人(先着)

**申込期限** 4月14日(水)まで

※マイナンバーカードの交付以外の手続きは行いません。

↓申込み・問合せ 市民環境課

☎274-8541

### 固定資産税に関する縦覧・閲覧

#### ▼縦覧制度

固定資産税納税者が令和3年度に課税される自己所有の土地(または家屋の価格などを確認する制度です。

固定資産税課税台帳をもとに作成される価格等縦覧帳簿によって、周辺の土地(または家屋)と比較することで、適正に評価されていることを確認します。なお、個人情報に関する所有者の住所、氏名、課

税標準額、税額は縦覧の対象にはなりません。

**縦覧期間** 4月1日(木)～5月31日(月)

(平日のみ)

**縦覧できる人** 市内にある土地・家屋の固定資産税納税者

**縦覧場所** 税務課

**持ち物** 身分証明書

#### ▼閲覧制度

納税義務者が固定資産税課税台帳のうち、自己の所有する資産の部分を確認することができる制度です。

**閲覧できる人**

①市内にある土地・家屋の固定資産税納税者

②納税管理人

③市内にある土地・家屋の貸借権などを有する人

④固定資産の処分の権利を有する人

**閲覧場所** 税務課

**持ち物** 身分証明書、権利を証明できる契約書の原本(右記③④のみ)、委任状

(代理人の場合のみ)

**手数料** 300円(縦覧期間中の現年分は無料)

※納税通知書を持参すると、スムーズに縦覧、閲覧が行えます。

↓問合せ 税務課 ☎274-8546

### 新入学児童などの犯罪被害防止

子どもを犯罪被害から守るためには、家族や学校、地域ぐるみでの防犯対策が必要です。

## 善意をありがとう

新型コロナウイルス感染症予防に役立ててほしいと寄贈していただきました。

井上真美 様

不織布マスク 120枚

アルコール消毒液 17.2ℓ

## 叙位・叙勲受章

旭日单光章

故 河西信一郎氏(下成島)

元玉穂町議

警察では、各小学校における防犯教室や防犯指導において、児童に「イカのおすし」を合言葉に被害防止教育を行っています。子どもに対して繰り返し教育を行うことで、自分で自分の身を守るための力を身に付けさせましょう。

**イカのおすしとは** 「行かない」「乗らない」「大声で叫ぶ」「すぐ逃げる」「知らせる」の頭文字をとったものです。

また、不審者情報を携帯電話などにメール配信する「ふじ君安心メール」サービスを行っています。子どもが一人にならない地域づくり、犯罪者を寄せ付けない地域力のある街づくりにご協力ください。

**ふじ君安心メール登録URL**

https://fujikun-anshin.police.pref.yamanashi.jp/fujikun\_m/register.aspx

↓問合せ 南甲府警察署生活安全課

☎243-0110

**春の全国交通安全運動**

**「10のせまナーと家族と君の明日」**

交通ルールの遵守と正しい交通ルールの実践を習慣づけ「安心・安全に暮らせる山梨」を築くことを目的に春の全国交通安全運動が実施されます。市民一人ひとりが正しい交通ルールとマナーを守り、交通事故防止に努めましょう。

期間 4月6日(火)～15日(木)

※10日(土)は交通事故死ゼロを目指す日運動の重点

①子どもと高齢者を始めとする歩行者の

安全の確保

②自転車の安全利用の推進

③歩行者等の保護を始めとする安全運転意識の向上

④二輪車の交通事故防止

↓問合せ 危機管理課

☎274-8519

**下水道課からのお知らせ**

▼開閉栓手続きをお忘れなく

井戸水を下水道に流す世帯は、開閉栓の提出が必要です。新たに井戸水を使用する世帯は、届け出をお願いします。また、引っ越しをする際も閉栓届の提出を忘れずに行ってください。

▼世帯人員数に変更になったとき

井戸水を下水道に流している世帯は、世帯人員数によって料金が変わります。世帯人員の数が変わった際には、届け出が必要です。

▼受益者が変更になったとき

受益者負担金賦課対象の土地をお持ちの人で、所有者変更などがあった場合には、変更の届け出が必要です。

↓問合せ 下水道課

☎274-8555

**「甲府盆地7都市計画区域マスタープラン」都市計画変更案の縦覧**

山梨県では、中央市を含む甲府盆地7都市計画区域の今後の都市計画の方針を示した「都市計画区域マスタープラン」(案)を取りまとめましたので、次の通り

縦覧が行えます。

縦覧期間 4月12日(月)～26日(月)

(平日のみ)

縦覧場所 都市計画課、山梨県国土整備

部都市計画課、中北建設事務所都市整備課

▼意見書の提出

「都市計画区域マスタープラン」(案)に意見がある場合は、意見書を提出することができます。

対象 市内在住の人および利害関係者

提出方法 意見の要旨および理由、住所、氏名などを記載した書面を持参、または郵送で提出

郵送先 ☎400-0065

甲府市貢川二丁目1-8

山梨県中北建設事務所都市整備課

提出期間 4月12日(月)～26日(月)

※4月26日(月)必着

↓問合せ 山梨県国土整備部都市計画課

☎223-1716

**地方裁判所における第三者からの情報取得手続きを知っていますか**

「裁判や調停で決まったのに相手がお金を支払ってくれない」「強制執行したいけど、相手の財産がわからない」などの悩みでお困りの人は、債務名義(判決、調停、調書、公正証書など)があれば、次の方法で裁判所の情報取得手続きで相手(債務者)の財産を調べることができます。

①債権者による第三者からの情報取得手続きの申し立て

②裁判所からの情報提供命令

**188消費生活トラブルQ&A**



**Q お金がもらえる? そんなうまい話はありません!**

「1,850万円を譲る相手に選ばれました。手続きのため、手数料を振り込んでください」というメールが届き、2,000円を振り込んだ。そのあと、追加で1万円を振り込むようにというメールも届いたが、騙されたのか?

**A** 「懸賞金が当たった」「当選した」「お金がもらえる」などといい、お金を受け取るための手数料を請求してきますが、お金を振り込んで大金はもらえません。また、お金を受け取るために、一時金を支払う必要があるとクレジットカードの番号を聞き出そうとする手口もあります。**不審なメールが来ても内容をうのみにせず、周りや相談窓口**に相談しましょう。

➡問合せ 総務課 ☎274-8511

※新型コロナウイルス感染症の影響で掲載内容に変更が生じる場合があります。変更があった場合は市ホームページやSNSなどでお知らせしますので詳細は各課へお問い合わせください。

お知らせ

相談

募集

イベント・教室

がんばれ子育て

健康ライフ

充実ふくし

いきいき倶楽部

③左記の第三者からの回答(情報提供書の提出)

・市町村、共済組合など↓勤務先(給料など)の有無や名称、所在地

※養育費などの債権や生命、身体の侵害による損害賠償請求権を有する人のみ

・登記所↓所有不動産の有無や場所など

※5月1日(土)から開始

・金融機関↓預貯金の有無や支店名、口座番号、残高など

↓問合せ 甲府地方裁判所  
☎213-2579

**スポーツ安全保険に加入しませんか**

スポーツ安全保険は、団体・グループ活動(社会教育活動)に安心をお届けする補償制度です。スポーツや文化活動だけでなく、レクリエーション、ボランティア、地域活動の場合でも加入することができます。

また、活動中の事故だけでなく、往復中の事故も対象となるほか、少額の掛け金で大きい補償が受けられることから多くの団体が加入しています。

**対象** 4人以上の団体・グループ

**保険期間** 令和3年4月1日～令和4年3月31日午後12時まで

※年度途中の加入の場合は、手続き日の翌日から保険期間となります。

※掛け金は活動内容などによって異なります。

↓問合せ スポーツ安全協会  
☎243-3920

## 相談

### 4月の消費生活相談

身近な消費生活に関する相談・苦情について、消費生活相談員が相談に応じます。

**日時** 4月5日、12日、19日、26日  
すべて月曜日  
午前9時～正午、午後1時～5時

**場所** 総務課

※電話での相談も受け付けています。  
↓相談・問合せ 総務課  
☎274-8511

### 4月の行政相談

**日時・場所**  
4月9日(金)午後1時30分～3時30分  
玉穂総合会館

4月14日(水)午前9時30分～11時30分  
田富総合会館

↓問合せ 総務課  
☎274-8511

### 無料弁護士相談(予約制)

相続 離婚、土地・建物、契約、金銭など法律上の問題について、弁護士が相談に応じます。

**日時** 4月23日(金) 午後1時～3時

**場所** 玉穂総合会館

**対象・定員** 市内在住の人 4人(先着)

**申込期間** 4月19日(月) 午前9時～  
※初めて利用する人を優先します。  
※相談前または相談中に、担当弁護士が

相談内容に対して利害関係にあることが判明した場合は、相談を中止することがあります。

※開催時間および定員は、施設の利用制限の状況により変更します。詳細はお問い合わせください。

↓申込み・問合せ 総務課  
☎274-8511

### こころの健康相談

「夜眠れない」「憂鬱ゆううつな気分が続く」などの心の病気が心配な人は、ご相談ください。

**保健師電話相談(予約不要)**  
4月9日(金) 午後1時～4時

↓相談・問合せ 健康増進課  
☎274-8542

### 事業者のみなさんのさまざまなか相談に専門家が応じます(予約制)

中央市では、新型コロナウイルス感染症の影響で経営上のごまごまな悩みを抱えている中小企業・小規模事業者のみなさんの相談に応じるため、さまざまな支援機構のよろず支援拠点のコーディネーターによる無料相談窓口を設置しています。ぜひご利用ください。

**日時** 4月7日、14日、21日、28日  
すべて水曜日

午前9時～午後5時

※1事業者あたり約1時間

**場所** 産業課

**相談内容** 新型コロナウイルス感染症の影響も含めた経営相談全般

※事前予約が必要です。詳細はお問い合わせください。

↓申込み・問合せ 産業課  
☎274-8561

### 庭の手入れ、リフォームでお悩みなら

中央市商工会では、住まいの環境が少しでもより良くなるきっかけづくりのため、「住まいの相談室」事業を実施しています。相談内容の秘密は守ります。

**対象** 一般住宅、外構、店舗、工場など

※契約や施工について発生する一切の事項は、施工業者との取り決めに基づきます。

↓問合せ 中央市商工会「住まいの相談室」  
☎273-4141

## 募集

### 国家公務員募集

令和3年度の国家公務員試験を行います。受験案内などは人事院ホームページをご確認ください。

▼総合職試験(院卒者・大卒程度)  
申込期限 4月5日(月)まで

第一次試験日 4月25日(日)

▼一般職試験(大卒程度)  
申込期間 4月2日(金)～14日(水)

第一次試験日 6月13日(日)

▼一般職試験(高卒者・社会人(係員級))  
申込期間 6月21日(月)～30日(水)

第一次試験日 9月5日(日)

**申込方法** 各試験は左記URLから申し込むことができます。

**URL** <https://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.html>

↓問合せ 人事院関東事務局  
☎048-740-2006~8

### 赤十字会員(会費)募集

日本赤十字社では、毎年継続して一定額以上の活動資金にご協力いただける人を「会員」と呼び、世界の赤十字の一員として中立を守る立場から、その活動資金を国や特定の団体に頼るのではなく、広く一般のみなさんに協力を呼びかけています。

赤十字会費の納入、新規加入者の推進について、ご協力をお願いします。

### 活動資金の主な使いみち

- ・ 国境・宗教・人種を超えての人道活動
- ・ 国内外の災害に対して、医療チームの派遣、救護
- ・ 救護法などを広める講習会の実施
- ・ 全国の赤十字病院をはじめ、災害現場でも活躍できる看護師の養成
- ・ 地域福祉活動の推進
- ・ 献血事業や赤十字病院の運営

↓問合せ 福祉課 ☎274-8544

## イベント・教室

### キッズアカデミー

小学生を対象に、年間を通じてさまざまな体験学習やスポーツ、レクリエー

ションなどを計画し活動します。

**日程** 月1回(土曜日)  
※5月15日(土)に入学式を行います。

**対象・定員** 年間を通じて参加できる市内在住の小学生 15人(先着)

※継続参加は2年間まで  
**参加料** 2,000円(申し込み時に徴収)

**申込場所** 生涯教育課  
**申込期間** 4月7日(水)~23日(金)

※電話による申し込み不可  
※参加児童の家族のみ申し込み可  
※申し込み時に参加児童の健康状態を確認します。

↓問合せ 生涯教育課  
☎274-8522

### 市民ウォーキング大会

玉穂地区にある史跡、名所を巡りながら、初夏の穏やかな気候の中を気持ち良く歩いてみませんか。

**日時** 5月23日(日) 午前9時~

**集合場所** 玉穂支所  
**対象・定員** 市内在住の人 60人(先着)

**参加料** 100円(保険料など)  
**申込期間** 4月5日(月)~26日(月)

↓問合せ 生涯教育課  
☎274-8522

### 生涯教育講座「ZUMBA」

コロンビア発祥の世界中の音楽とダンスが楽しめるダンスフィットネス「ZUMBA」。

メタボが気になる人、ストレスを抱え

ている人、理想のボディを作りたい人は、ぜひご参加ください。

**日時** 5月16日(日)、30日(日) 全2回  
午前10時~11時30分

**場所** 田富総合会館  
**対象・定員** 市内在住の人 20人(先着)

**持ち物** 飲み物、タオル、着替え、室内履き  
**申込期間** 4月12日(月)~5月7日(金)

※新型コロナウイルス感染症対策(検温、体調確認、手指消毒、マスク着用など)を行ったうえで、受講をお願いします。

↓申込み・問合せ 生涯教育課  
☎274-8522

### 手話奉仕員養成講座

聴覚障がいや手話について学び、聴覚障がい者の社会参加を支援する手話奉仕員としての基礎的な知識を身に付けるための講座です。

**期間** 5月21日(令和4年2月18日)  
毎週金曜日 全40回  
午後7時~9時

※日曜日に開催される日が4回あります。

**場所** 玉穂総合会館  
**対象・定員** 中央市・昭和町に在住、在勤、在学の高校生以上の人 20人(先着)

※受講料は無料ですが、別途テキスト代がかかります。

**申込期限** 5月14日(金)まで  
↓申込み・問合せ 中央市社会福祉協議会

☎274-0294

### kenccom ウォーキングイベント2021

スマートフォンアプリ「kenccom」を活用し、イベント期間中の歩数を競い合うウォーキングイベントが開催されます。

ランキング上位者には、Amazonギフト券やnanaoギフト券に交換できるポイントがプレゼントされます。お気軽にご参加ください。

**対象** 県内在住の市町村国民健康保険に加入している19歳~74歳の人

### 参加方法

①「kenccom」アプリをダウンロード  
※アプリは「App Store」「Google Play」からダウンロードしてください。

②アプリ内の「お知らせ」から「kenccomウォーキングイベント2021エントリー受付中」を開いて、エントリーフォームをタップ

③エントリーフォーム入力後に送信ボタンを押すとエントリーが完了

**申込期限** 5月7日(金)まで  
**イベント期間** 5月12日(水)~6月11日(金)

※詳細は県ホームページをご覧ください。か、お問い合わせください。

**URL** <https://www.pref.yamanashi.jp/kokuhof/datadehealth.html>

↓問合せ 山梨県福祉保健部国保課

☎223-1466

お知らせ

相談

募集

イベント・教室

がんばれ子育て

健康ライフ

充実ふくし

いきいき倶楽部

## 中央市男女共同参画プラン～拓け中央輝きプラン～

中央市男女共同参画委員会では、中央市男女共同参画プランを推進しています。その中の重点目標として「家族が互いを尊重し、思いやれる家庭づくり」があります。今回はこのことについて少しお話しします。

家庭は生活の基盤となる大切なものです。家族の誰もが人権を損なわれることなく、安心して暮らせる家庭を築くことが大切です。DVや児童虐待は、人権を著しく損なう行為であることを認識し、家庭内での暴力は絶対になくさなければなりません。互いを尊重し、明るい家庭を築けるよう、家族全員で取り組む必要があります。まず、次の5項目について取り組みましょう。一度しかない人生、「家族が互いを尊重し、思いやれる家庭づくり」ができればいいですね。

- ①家族が互いに思いやり、理解し、尊重し合えるように日頃から家族で話し合う機会を持ちましょう。
  - ②DV被害を受けた時は一人で悩まず、家族や友人、親戚、各種相談窓口にご相談しましょう。
  - ③児童の保護者は、児童を心身ともに健やかに育成することについて責任を負うことを認識しましょう。
  - ④児童虐待は子どもの心身の発育に悪影響を与えることを認識しましょう。
  - ⑤児童虐待を発見した時は、福祉事務所や児童相談所などに通告しましょう。
- ※通告者の秘密は守られます。また、虐待ではなかったとしても通告した人が責任を問われることはありません。

ご意見・ご感想をお待ちしております

委員会事務局：企画課 ☎274-8523

### 入札結果公表

→問合せ 管財課 ☎274-8517

入札執行日 令和3年2月18日

※金額に消費税は含まれません(単位：円)

委託名	委託場所	落札業者	落札金額	予定価格
中央市立豊富小学校新普通教室棟移転業務	中央市立豊富小学校	日本通運(株)山梨支店	1,550,000	2,870,000

入札執行日 令和3年2月25日

※金額に消費税は含まれません(単位：円)

委託・物品名	委託・納入場所	落札業者	落札金額	予定価格
中央市広報紙印刷業務	中央市役所	(有)正文堂	9,763,000	9,943,600
災害用備品購入	市内災害用備蓄倉庫	東八防災(株)	1,220,000	1,310,000

入札執行日 令和3年2月25日(事後審査型条件付き一般競争入札)

※金額に消費税は含まれません(単位：円)

工事名	工事場所	落札業者	落札金額	予定価格
中央市総合防災公園建設工事(6工区)	布施地内	(有)笠井建設	68,000,000	70,920,000

お知らせ

相談

募集

イベント・教室

がんばれ子育て

健康ライフ

充実ふくし

いきいき倶楽部

# 市民安全安心

## 家具の転倒を防止しましょう

危機管理課  
☎274-8519

2月13日の午後11時7分頃に発生した東日本大震災の余震とみられる福島県沖地震では、宮城県と福島県で震度6強、中央市においても震度3の揺れが観測されました。

発災直後の死者はいませんでした。が、10日後の2月23日に福島県で一人暮らしの男性の死亡が確認されました。死因は、家財の下敷きになったための圧迫による窒息死だったとのこと。

このような事故から自分自身の命を守るために、家具や電化製品を固定して、転倒や落下を防ぐための対策をしましょう。

・**ガラス扉(窓、食器棚など)**は、ガラスが飛散しないよう飛散防止フィルムやテープを張っておく。

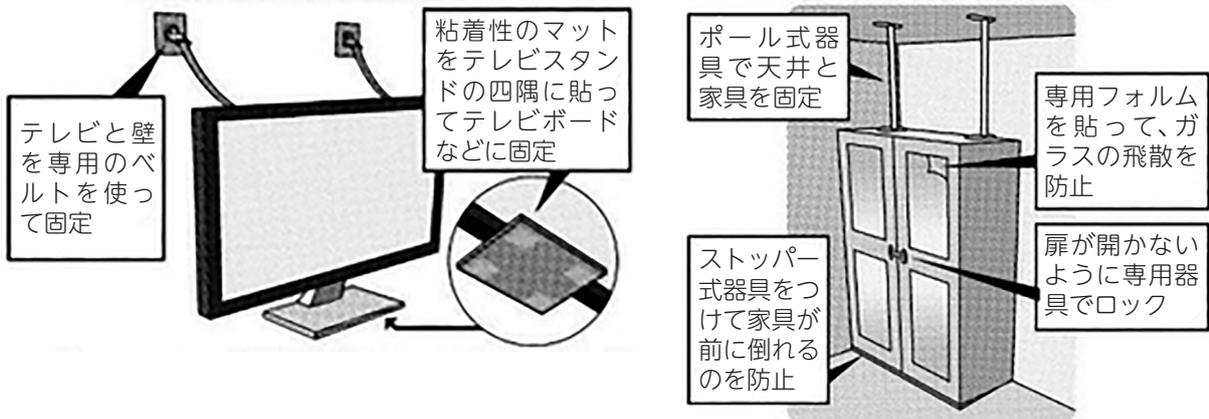
・**テレビ**は、粘着マットを敷いて転倒を防ぐとともに、機器の裏側をワイヤーなどで壁やテレビボードに固定する。

・**冷蔵庫**は、裏側をワイヤーなどで壁に固定する。

・**タンスや本棚**は、床側をストッパーなどで固定し、天井側はポール式器具で固定する。また、重い物を下の方に収納し、重心を低くする。危険な物を載せて置かない。

・**食器棚**は、L字型金具やワイヤーなどで壁に固定し、開き戸には開かないように留め金を付ける。また、収納されている食器類が転倒したり、すべり出さないようにしておく。

・**寝室や子ども部屋**には、できるだけ家具を置かないようにする。置く場合も、なるべく背の低い家具にする。また、寝室の手の届くところに、懐中電灯や底が丈夫な運動靴、ホイッスルを備えておく。



家の耐震性が高くても、家の中にはまだまだ危険があります。家の中の安全対策に心がけ、日頃から家具類の配置などを工夫し、転倒・移動・落下対策を行うとともに、部屋の出入口や廊下が転倒した家具でふさがれないよう十分注意しましょう。

お知らせ

相談

募集

イベント・教室

がんばれ子育て

健康ライフ

充実ふくし

いきいき倶楽部

※新型コロナウイルス感染症の影響で掲載内容に変更が生じる場合があります。変更があった場合は市ホームページやSNSなどでお知らせしますので詳細は各課へお問い合わせください。

## 令和3年度狂犬病予防集合注射日程

実施日	時間	会場	
田富地区	7日(水)	9:00~9:20 鍛冶新居公民館	
		9:30~9:40 田富ひばり児童館	
		9:50~10:10 リバーサイド第3公民館	
		10:20~10:50 布施第4公民館	
		11:00~11:20 リニア用地事務所	
	9日(金)	9:00~9:20 田富杉の子児童館	
		9:30~9:50 田富わんぱく児童館	
		10:00~10:20 東花輪第1・3公民館	
		10:30~10:40 大田和ちびっこ広場	
	10:50~11:00 今福公民館		
	4月	11日(日)	9:00~11:00 中央市役所
		14日(水)	9:00~9:20 玉穂北部児童館
	9:30~9:40 上成島御崎神社		
	10:00~10:20 極楽寺集荷所		
	10:30~10:50 乙黒公会堂		
16日(金)	9:00~9:20 上三條公会堂		
	9:30~9:50 玉穂西部児童館		
	10:00~10:10 一町畑公会堂		
18日(日)	9:00~10:30 玉穂支所		
豊富地区	5月	9:00~9:20 浅利公会堂	
		9:30~9:50 角川公民館	
		10:00~10:10 中尾分館	
		10:20~10:30 中木原分館	
		10:40~11:00 関原コミュニティセンター	
		11:10~11:30 川東分館	
		11:40~12:00 豊富支所	

### 登録手数料および注射料金

	新規登録 手数料	注射済票 交付手数料	予防注射 料金	合計
集合注射 (新規登録)	3,000円	550円	3,000円	6,550円
集合注射 (登録済)	0円	550円	3,000円	3,550円

※どの会場でも注射を受けることができます。当日はハガキを持参し、おつりのないようにご用意ください。

※犬の転入手続き・飼主変更については、確認作業などの都合上会場での手続きが行えません。事前に市民環境課で手続きを行ってください。

### こんなときは届出が必要です

- 犬を飼い始めたとき →登録申請(1頭3,000円)
- 犬の飼い主などが変わったとき →登録変更届
- 犬が死亡したとき →死亡届

# 狂犬病のワクチン接種 をお忘れなく



狂犬病はウイルスによってかかる病気です。一般には感染した動物の咬み傷などから唾液と共にウイルスが伝染する場合があります。傷口や目、唇などは非常に危険性が高まります。狂犬病は犬だけでなく、人間を含めた全ての哺乳類に感染します。実際に、全世界では毎年5万人以上が死亡しており、発症後の死亡率はほぼ100%で治療法のない恐ろしい病気です。しかし、ワクチン接種によ

て予防が可能です。そのため日本では狂犬病予防法によって飼い犬の登録と飼い犬へのワクチン接種が義務化されています。健康状態が優れない犬、高齢の犬、暴れてしまう犬などについては、事故防止のために注射を見合わせる場合があります。※狂犬病予防注射は1年を通して動物病院で接種することができます。かかりつけの病院があれば、その病院で接種することをおすすめします。

## 環境のこと

市民環境課  
環境担当  
☎274-8543

お知らせ

相談

募集

イベント・教室

がんばれ子育て

健康ライフ

充実ふくし

いきいき倶楽部