



【編集】

東区役所総務企画課広聴係  
〒065-8612 札幌市東区北11条東7丁目  
☎741-2400 FAX 742-4762  
E-mail hi.somu@city.sapporo.jp

- 東区民ホームページ「ようこそひがしく」  
<http://www.city.sapporo.jp/higashi/>
- 東区広報番組「東区情報ひろば～タッピー通信」  
さっぽろ村ラジオ (FM81.3MHz)  
毎週水曜日午前10時30分～40分



## 特別企画 広報さっぽろ 東区版を

ぼくたち  
光星高校新聞部  
が作りました!

今月の広報さっぽろ東区版の特集は、札幌光星高等学校新聞部の編集部員の皆さんが作りました。昨年11月から活動を開始し、企画から取材、編集、校正まで、すべてを行いました。内容は、学生が取り組むボランティア。一緒にボランティアについて考えてみましょう。



# ボランティアって何だるん？



よく聞く言葉「ボランティア」。でも、あらためて考えると、どんなものか、何のためにするのか、よく分からない。そこで、ボランティアについて、ぼくたち光星高校新聞部が調べてみました。

## ボランティアとは

まず、ボランティアに関する仕事をしている札幌市東区社会福祉協議会の柳厚志（やなぎあつし）さんに話を聞いてみました。

「社会福祉協議会は、ボランティアの「ハローワーク」と語る柳さん。ボランティアをしたい人と面接し、その人の希望や適正に合った活動を紹介しています。



ボランティアで大切なことは、行う側と受ける側の対等な関係なのだそうです。「良いことをやっているんだ」という顔をして、相手を傷つけてはいけないこと、約束や秘

密を絶対に守らなければならないことなどを教えてもらいました。

最後に、柳さんは「ボランティア活動は、長く続けることで少しずつ成果が出てくるものです。細く長く、無理をせずに、自分の生活の中に、ボランティアを取り入れていくことが大切です」と話してくれました。

## 中学生のボランティア体験

社会福祉協議会が紹介しているボランティア活動には、介護施設に入所している方の話し相手や、在宅介護を必要とする方のごみ出しの手助けなど、毎日の生活の中で、できるものが数多くあります。

その中の一つ、除雪ボランティアに光星中学校三年生が挑戦しました。そして、その様子を新聞部が取材しました。



力を合わせればあっという間に終了



壁の横の雪を削っています



## 大奮闘！除雪作戦の開始！

二月二十四日、参加者は学校周辺の家庭の除雪と、登校時にいつも通る学校前の歩道除雪を行いました。参加者は各自スコップを持参し、やる気十分の様子。五、六人ずつの班に分かれ、十三カ所の除雪場所に向かいました。

到着した生徒たちは、指示を受けてさっそく作業開始。固まった雪に四苦八苦しながらも除雪作業を進めました。



作業を終えた、三年A組の黒岩魁君に感想を聞くと、「最初は大変な作業かなと思っていただけ、友達みんながやればすごく楽しい作業でした」とのこと。さらに、中高生のボランティアについて尋ねると、「こういった活動をする、喜んでくれる人たちがいるし、喜んでくれるとほくたちもうれしいです。」



ボランティア除雪に参加した黒岩君

「積極的に取り組むべきだと思います」と語ってくれました。

今回、生徒が伺った安濃<sup>あんのう</sup>さんに話を伺った、「こういったボランティアを初めて受けたが、自分では腰が痛くてなかなか雪かきができないので本当にありがたい」との答えが。中高生がこのような活動を行うことについては、「やっぱり学生は勉強が一番だけど、このような活動を行うことは素晴らしいと思う。時間がある時に取り組んでいただければ」と話されていました。

## 取材・編集を終えて

ボランティア活動というのは誰かに強要されてするものではありません。しかし、こういった活動の中で、相手の立場になって考える力を身に付けたり、人のことを思いやる気持ちを持つたりすることは、大切なことであると思います。

中高生に限らず、社会全体にもっとボランティアが広まって、素敵な日本になっていくとうれしいです。

【札幌光星高等学校新聞部一同】



光星高校新聞部の編集部員





# お知らせ広場



東区マスコットキャラクター「タッピー」

4月11日～5月10日

平成22年3月1日現在の人口・世帯数  
人口 254,844人(前月比+62)  
男 122,022人 女 132,822人  
世帯数 118,948世帯(前月比+103)

## 東区内の主な施設

### 東区役所関係

- 東区役所 ☎741-2400  
〒065-8612 北11条東7丁目
- 東区土木センター ☎781-3521  
〒065-0033 北33条東18丁目
- 東保健センター ☎711-3211  
〒065-0010 北10条東7丁目

### まちづくりセンター

- 鉄東 ☎721-3105  
〒060-0909 北9条東5丁目
- 北光 ☎721-1271  
〒065-0018 北18条東5丁目
- 北栄 ☎721-6336  
〒065-0025 北25条東7丁目
- 栄西 ☎752-9536  
〒007-0842 北42条東4丁目
- 栄東 ☎711-2203  
〒007-0841 北41条東14丁目
- 元町 ☎781-5375  
〒065-0020 北20条東20丁目
- 伏古本町 ☎784-5534  
〒007-0863 伏古3条3丁目
- 丘珠 ☎781-4283  
〒007-0880 丘珠町183-2
- 札苗 ☎783-3608  
〒007-0807 東苗穂7条2丁目
- 苗穂東 ☎742-4427  
〒065-0043 苗穂町3丁目

### 区民・地区センター

- 東区民センター ☎742-5500  
〒065-0011 北11条東7丁目
- ふしこ地区センター ☎785-6323  
〒007-0871 伏古11条3丁目
- 栄地区センター ☎704-6005  
〒007-0836 北36条東8丁目
- 苗穂・本町地区センター ☎784-7833  
〒065-0042 本町2条7丁目

### その他の施設

- 東清掃事務所 ☎781-6653  
〒007-0880 丘珠町873-1
- 元町図書館 ☎784-0841  
〒065-0030 北30条東16丁目
- 東区体育館 ☎751-5250  
〒065-0027 北27条東14丁目
- 東区社会福祉協議会 ☎741-6440  
〒065-0011 北11条東7丁目(東区民センター内)
- つどいむ(札幌市スポーツ交流施設) ☎784-2106  
〒065-0852 栄町885-1
- ちあふる・ひがし(東区保育・子育て支援センター)  
〒065-0007 北9条東7丁目 ☎711-7807

## 東区役所から

区役所・区民センター・保健センターには公共交通機関で

区役所や区民センター、保健センターの駐車場が大変混雑しています。

お越しの際は、公共交通機関をご利用くださいませう。ご協力お願いいたします。

なお、周辺の道路は駐車禁止ですので、路上駐車はおやめください。

詳細総務企画課庶務係

各種相談コーナーを

ご利用ください

法律相談以外の相談は、面接のほか電話でもお受けしていますので、お気軽にご利用ください。

日時下表の通り。

会場東区役所1階相談コーナ

詳細総務企画課広聴係

相談名(相談員)	実施日	時間
法律相談(弁護士) ※先着8人	第2・4月曜	午後時間指定(面接のみ) ※当日午前9時から電話で予約(☎741-2400)。
行政相談(行政相談委員)	月曜	午後1時～4時
家庭生活相談(家庭生活カウンセラー)	火・木・金	午前10時～正午 午後1時～4時
交通事故相談(交通事故相談員)	第1・3水曜	午前9時30分～午後0時15分 午後1時～4時

## ロビーコンサート

日時 4月19日(月)午後0時15分～0時45分。

会場 東区民センター1階ロビ

出演 工藤忠幸(ギター)、小

## 東保健センターから

### 胃がん・大腸がん検診

日時 4月19日(月)午前8時45分～10時。

会場 東保健センター1階ホール。対象東区にお住まいの40歳以上の方。

費用 胃がん700円、大腸がん400円(70歳以上、65歳以上の後

期高齢者医療被保険者、生活保護受給世帯、支援給付世帯、

市民税非課税世帯の方は無料です。各種証明書をお持ちく

ださい。

川いづみ(ピアノ)。曲目「白い冬」ほか。費用・申込無料。当日、直接会場にお越しください。詳細地域振興課まちづくり調整担当

### 絵本の読み聞かせ ボランティア募集

絵本の読み聞かせを通して、赤ちゃんとお母さんとの触れ合いの時間を過ごしませんか。

活動時間 毎月第1～4(木)午前9時45分～10時45分(1人当たり月1回程度の活動)。

場所 東保健センター1階ロビ

内容 ボランティアグループえほんの会「とんとん」のメンバーとして、東保健センター

の10カ月健診に来所した親子

に声を掛け、絵本の読み聞かせ。月1回全メンバーと情報交換。絵本の修理。申込電話で申し込み。

4月より無料開放変更

東区民センターから

開放名

曜日

開放名	曜日	時間	場所
囲碁・将棋	月金土	午前9時～午後4時30分	集会室いこい
	水	午前9時～午後8時30分	
子育てママサロン	水	午前9時～正午	大ホール
卓球	【予告制】	毎週大ホールが空いている曜日の午前9時～午後4時30分(3週間前の月に決定・告知)。	
バドミントン	【予告制】	毎月大ホールが空いている曜日の午前もしくは午後(前月の1日午後後に決定・告知)。	



新入学児童の通学が始まります。登下校時間帯のスクールゾーン、公園の近く、交差点では、安全運転を心掛けましょう。



お子さんと一緒に通学路などを散歩をしてみたいか？ 交通量の多いところなど危ない場所を確認しておきましょう。

## 子育て情報掲示板

### ちあふる・ひがしから

会場：すべて「ちあふる・ひがし」（北9条東7丁目）  
☎711-7807

#### サンデーサロン

日時 4月25日(日)午前10時～正午。  
対象 就学前のお子さんと保護者。  
費用・申込 無料。当日、直接会場にお越しください。

#### 講座「トイレット・ケア～はじめの一步」

日時 4月27日(火)午前10時30分～11時15分。  
対象 1歳半～就学前のお子さんと保護者。  
定員・費用 15組（先着順）。無料。  
申込 4月13日(水)午前10時から電話または直接窓口で申し込み。

#### 講座「産後エクササイズ」

日時 5月13日(水)午前10時30分～11時30分。  
対象 1歳未満のお子さんと保護者。  
定員・費用 15組（先着順）。無料。  
申込 4月30日(金)午前10時から電話または直接窓口で申し込み。



### ポリオワクチン服用のお知らせ

1歳を過ぎたお子さんは、ポリオワクチンよりMR<sup>エン</sup>ワクチン第1期を優先して接種しましょう。  
対象や注意事項などは、本誌32ページをご覧ください。

会場 東保健センター。  
日程 下表のとおり。  
詳細 健康・子ども課 ☎711-3211

月	日	曜	受付時間
5	6	木	午後1時15分～2時30分
	10	月	午前9時15分～10時30分
	14	金	午後1時15分～2時30分
	20	木	午後1時15分～2時30分
	24	月	午前9時15分～10時30分
	28	金	午後1時15分～2時30分
	31	月	午前9時15分～10時30分

### 東区の子育てサロン

親子が気軽に交流し、楽しく遊べる場所です。  
就学前のお子さんと保護者、妊婦の方、地域の方などお気軽にご参加ください。

#### 児童会館の子育てサロン

日時 下表の通り。祝・休日と小学校長期休業期間（夏休み、冬休み、春休み）は休みとなります。  
詳細 各児童会館（東区版7ページ「児童会館だより」参照）へお問い合わせください。

開催日時 (平成22年度開始日)	児童会館名 (所在地)
毎週火曜日 午前10時30分～正午 (4月13日)	・新生（北8東7） ・元町南（北16東16） ・苗穂（苗穂町5）
毎週水曜日 午前10時30分～正午 (4月14日)	・伏古（伏古10-3） ・丘珠たから（北35東23） ・札苗（東苗穂9-3） ・北光（北18東5）※1
毎週木曜日 午前10時30分～正午 (4月15日)	・栄西（北46東5）※2 ・東苗穂（東苗穂5-2） ・元町（北21東18）
毎週金曜日 午前10時30分～正午 (4月16日)	・北栄（北30東6） ・ひのまる（北38東9） ・丘珠ひばり（北丘珠4-1）

※1 およこのひろば「バンビちゃん」開催。第5週は休み。  
※2 第1・3・5週は、栄西子育てサロン「ぬくもり」開催。

#### 地域主催の子育てサロン

日程や会場など、詳しくは健康・子ども課子育て支援係（☎712-6331）へお問い合わせください。

#### 出前子育て相談「ピンポ～んこんにちは」

保育士がご家庭を訪問し、子育てに関するお話を伺います。  
対象 就学前のお子さんを育てている方で、さまざまな事情で子育て支援サービスが利用できないご家庭。  
内容・費用 お子さんとのかわり方のアドバイス、子育て相談、育児サービスの紹介。無料。  
申込 月～金（祝日を除く）の午前9時～午後5時に電話または直接窓口で申し込み。  
詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎712-0874

### プレパピラス（両親教室）

お父さんも実習を通して、子育てについて学んでみませんか？

日時 5月21日(金)午後6時30分～8時30分。  
会場 東保健センター（午後6時から受け付け開始）。  
対象 平成22年8月～10月に初めて赤ちゃんを迎える予定のご夫婦。  
定員・費用 50組（先着順）。無料。  
申込 5月7日(金)～14日(金)に電話で申し込み。  
詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎711-3211



表中の記号の見方

## 区内各施設の講座など

**直接会場** = 当日直接参加するもの **要申込** = 事前申し込みが必要なもの  
**先着** = 先着順 **抽選** = 多数時抽選

※特に記載のない場合、対象は東区にお住まいか勤務先のある15歳以上の方（中高生を除く）です。



自転車に乗りながらの携帯電話の使用は大変危険です。絶対にやめましょう。

### 東区民センター 北11条東7丁目 ☎742-5500 <http://www.community.sapporocdc.jp/city/higashi-cc/>

〔申込〕 申込日の午前9時より電話または直接窓口で申し込み。〔場所〕 3階「視聴覚室」。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込期間・備考
健康講座 ～健康な生活を送るための薬と食事のお話～	4/22(木)午後2時～4時	無料	<b>要申込</b> <b>先着</b> 50人	4/11(日)から 〔講師〕 株ツルハホールディングス

### ふしこ地区センター 伏古11条3丁目 ☎785-6323 <http://www.community.sapporocdc.jp/city/fushiko-1c/>

〔申込〕 ①は申込開始日の午前9時10分～20分に、②は申込開始日の午後1時10分～20分に窓口で整理券配布。定員を超えた場合は即時抽選・決定。定員に満たない場合は、以降平日午前9時～午後5時に直接窓口で申し込み（先着順）。  
 ③は申込期間の午前9時～午後7時に電話または直接窓口で申し込み（先着）。受講後「普通救命講習修了証」を交付。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込期間・備考
絵本の読み聞かせの会	4/14(水)、21(水)、28(水) 午後3時～3時40分頃	無料	<b>直接会場</b> 〔対象〕 幼児以上	
①楽しくおしゃべり英会話教室 (初心者対象)	5/11～6/29の毎週(火)(全8回) 午後10時～正午	受講料 4,500円 教材費 500円	<b>要申込</b> <b>抽選</b> 24人	4/20(火)から
②無理なくできる ワンサイズダウン体操教室	5/24～7/12の毎週(月)(全8回) 午後1時30分～3時	受講料 4,000円	<b>要申込</b> <b>抽選</b> 25人	5/10(月)から
③心肺蘇生(AED)講習会	6/4(金) 午後1時30分～4時30分	無料	<b>要申込</b> <b>先着</b> 30人	5/7(金)～5/20(木)

### 栄地区センター 北36条東8丁目 ☎704-6005 <http://www.community.sapporocdc.jp/city/sakae-1c/>

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込期間・備考
①乳幼児の読み聞かせの会 (「えんそくバス」ほか)	4/13(火)午前11時～正午	無料	<b>直接会場</b> 〔対象〕 乳幼児	
②お話の扉(朗読) (「つみきのいえ」ほか)	4/24(土)午前11時～正午	無料	<b>直接会場</b> 〔対象〕 小学生以上	

### 苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目 ☎784-7833 <http://www.community.sapporocdc.jp/city/naeohoncho-1c/>

〔申込〕 ①は申込開始日の午前10時より電話で申し込み。②は申込開始日の午前10時～午後5時に電話で申し込み。定員を超えた場合は、翌日午前9時に抽選にて決定。決定した方のみ電話で通知。定員に満たない場合は以降、電話または直接窓口で申し込み。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込期間・備考
①ちょっぴり体験☆ベビーサイン	5/13(木) 午前10時30分～11時20分	受講料 200円	<b>要申込</b> <b>先着</b> 15組	4/22(木)から〔対象〕 6カ月～1歳半のお子さんと保護者
②ファイト!! からだ改善deスリム計画★	5/19～8/4の毎週(水)(全12回) 午前10時30分～11時30分	受講料 3,700円	<b>要申込</b> <b>抽選</b> 15人	4/27(火)から

### 元町図書館 北30条東16丁目 ☎784-0841

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込期間・備考
おはなしの会	4/16(金)、5/1(土) 午前11時～正午	無料	<b>直接会場</b> 〔対象〕 幼児以上	

### 東区体育館 北27条東14丁目 ☎751-5250 <http://www.shsf.jp/shisetsu/higashi-gym/index.html>

〔申込〕 申込日以降の午前9時～午後8時に窓口または電話で申し込み。〔施設利用料〕 一般390円、高齢者(65歳以上)130円  
 〔持ち物〕 ①スティックのり、はさみ。②スティックのり(5/17(月)のみ)。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込期間・備考
絵本の読み聞かせ & 親子遊び教室	① 4/19(月)、26(月)(全2回) ② 5/17(月)、31(月)(全2回) いずれも午後1時～2時	毎回施設利用料 が掛かります	<b>要申込</b> <b>先着</b> ①②各20組	① 4/11(日)から② 4/26(月)から 〔対象〕 2歳～就学前のお 子さんと保護者







# 児童会館だより

<http://www.katsudokyokai.or.jp/sisetu/g-kan/higashi.html>



自転車の盗難が多くなります。鍵は必ず2つ以上付けましょう。防犯登録も忘れずに。

<b>新生 北8東7 ☎711-1339</b> <b>ハッピースマイルいんしんせい</b> 4/16(金)午後3時30分～4時30分。 小学生以上。参加自由。持ち物：上靴。	<b>栄西※ 北46東5 ☎752-8363</b> <b>独楽修行</b> 4/28(水)午後3時30分～4時30分。 小学生以上。参加自由。	<b>北栄※ 北30東6 ☎711-3755</b> <b>おはなし日和</b> 4/16(金)午後4時～4時30分。小学生以上。 参加自由。読み聞かせをします。
<b>北光※ 北18東5 ☎753-6353</b> <b>新一年生歓迎会</b> 4/23(金)午後3時30分～4時30分。 小学生以上。参加自由。	<b>元町南※ 北16東16 ☎785-6148</b> <b>新1年生入学おめでとう会</b> 4/23(金)午後3時45分～4時30分。 小学生以上。参加自由。	<b>ひのまる 北38東9 ☎752-1551</b> <b>わくわくタイム～読み聞かせと昔遊び</b> 4/20(火)午後3時30分～4時30分。小学生。 参加自由。
<b>苗穂※ 苗穂町5 ☎711-8433</b> <b>新1年生のみんなあつまれー！</b> 4/23(金)午後3時～4時。小学1年生。 参加自由。新1年生歓迎会をします。	<b>東苗穂※ 東苗穂5-2 ☎786-3191</b> <b>ひなぼんタイム～集団遊び～</b> 4/22(木)午後3時30分～4時30分。 小学生以上。参加自由。持ち物：上靴。	<b>元町※ 北21東18 ☎784-6664</b> <b>入学・進級おめでとう</b> 4/16(金)午後3時30分～4時30分。 小学生以上。参加自由。
<b>伏古 伏古10-3 ☎782-5620</b> <b>WELCOME じどうかいかん</b> 4/17(土)午後2時～3時。小学生以上。 参加自由。	<b>札苗※ 東苗穂9-3 ☎791-5200</b> <b>サタデーサロン</b> 4/24(土)午前10時30分～正午。 乳幼児と保護者。参加自由。	<b>丘珠たから※ 北35東23 ☎784-8095</b> <b>たからパラダイス～新1年生歓迎会</b> 4/23(金)午後4時～5時。小学生以上。 参加自由。
<b>丘珠ひばり※ 北丘珠4-1 ☎785-6137</b> <b>新1年生おめでとう！の会</b> 4/23(金)午後3時30分～4時30分。小学生以上。 参加自由。新1年生歓迎会をします。	<div style="border: 1px dashed gray; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>○※のある児童会館は、中・高校生の夜間利用日を設けています。</li> <li>○幼児は保護者と一緒に参加してください。</li> <li>○申し込みが必要な行事は、本人が直接申し込んでください。</li> <li>○申込方法などの詳細は各館にお問い合わせください。</li> </ul> </div>	

## 犬の登録と狂犬病の 予防注射を受けましょう



登録手数料3,200円、注射手数料2,490円、注射済票交付手数料700円が掛かります。詳しくは本誌26ページをご覧ください。  
詳細 動物管理センター☎736-6134

動物病院名	所在地	電話番号	動物病院名	所在地	電話番号
アテナ動物病院 アリオ札幌	北7条東9丁目 アリオモール内	733-7313	アルファどうぶつ病院	北34条東16丁目 1-22	783-1823
伊藤ペットカウンセリング	北12条東2丁目 3-16	711-9319	さくら犬猫病院	北36条東22丁目 5-7	787-7000
北愛動物病院 (札幌)	北12条東13丁目 2-10	704-8311	星野獣医科病院	北40条東5丁目 1-1	753-4916
北光犬猫病院	北14条東2丁目 2-15	711-2477	東麻生どうぶつ病院	北42条東1丁目 5-30	711-3339
さっぽろ元町動物病院	北23条東18丁目 4-10	786-1717	三上ペットクリニック	北48条東18丁目 1-22	782-9808
アルブル動物病院	北27条東1丁目 1-22	704-5012	百合が原動物病院	北51条東15丁目 4-17	742-7203
湯山動物病院	北31条東16丁目 2-3	785-9756	もえれ動物病院	東苗穂10条2丁目 11-16	211-8188
まえたに動物病院 (東豊)	北32条東12丁目 1-10	721-8228	みかどペット病院	伏古9条2丁目 5-10	781-7717
新道東どうぶつ病院	北34条東9丁目 1-22	742-1122	えとう動物病院	本町1条3丁目 9-13	787-2633

※休診日・診療時間は、各病院に電話などでご確認ください。

広告





第10回  
コミュニティマーケット in 東区(通称COME)  
(2月20日/アリオ札幌)

COME (カム) はCOmmunity Market in East wardの略称で「来てね!」という意味も込められています。東区を中心に活動している市民活動団体による、情報発信のイベントです。展示ブースや楽しいパフォーマンスで、今年もイベントを目当てに来た人、買い物帰りの人々で大いににぎわいました。



↑ゴスペルの歌声が聞こえ始めると、会場にはたくさんの聴衆が集まりました



← 琴や琵琶などの音楽のほか、フラダンスや日舞といった多彩なステージでした



東栄中学校CM (コマーシャル) 上映会  
(3月9日/ユナイテッド・シネマ札幌)



東栄中学校3年生が作成した、東区の魅力を伝える映像CMの発表会が行われました。力作ぞろいの作品が次々とスクリーンに映し出されると、生徒たちからは大きな歓声がおこっていました。

←CM作成を通して、あらためて東区の良さに気がついた生徒たち

交通安全を願って

(2月17日/区役所)

私立ふしこ幼稚園の園児2人が東区役所に訪れ、園児と母親たちが交通安全の願いを込めて折った大きな千羽鶴を飯塚区長に手渡しました。



↑「一年生になっても交通ルールを守ります!」

乳幼児と遊ぼう!

(2月26日/元町中学校)

生徒と乳幼児の親子との交流会が開催されました。これは生徒たちに命の大切さを学んでもらおうと中学校と東区役所が開催したもの。

生徒たちは年の離れた乳幼児に戸惑いながらも、抱っこをしたり、おもちゃで遊んだり、楽しいひとときを過ごしました。



赤ちゃんの重みに命の重みを実感しました↑



↑最初はたくさんのお兄ちゃんお姉ちゃんに囲まれて緊張気味だった子どもたちにも、すぐに笑顔があふれました

広告

