

福島先生の連載企画

想うツボ



あん摩マッサージ指圧師
鍼灸師 福島 佑一
趣味 フットサル、DIY

今回は「目」に関するお話しから始めたいとおもいます。皆さん「眼精疲労」という言葉を聞いたことがありますか？眼精疲労＝「目の疲れ」で、寝れば治るよ！ぐらいの認識でいませんか？

眼精疲労とは、慢性的に目や体に様々な症状が出てしまう、目の病気です。ピント調整を行う目の周りの筋肉が筋肉痛を起し、それが慢性化した状態です。

視力低下・眼球の痛み・眩しさ・クマ・ドライアイ、また首肩凝り・倦怠感・頭痛・嘔吐・不眠などの症状を引き起こす可能性があります。

ここまで読んだ方はこう思うでしょう。「眼精疲労かも！？どーしよう！？これに効くツボがあればなあ・・・」

←ありました！！
←皆さん！ありましたよ！！

第四回 年末年始のTV！ PC！スマートフォン！

※押しすぎに注意！
心地よい適切な刺激がツボ押しのコツです。

文明の利器疲れから、 あなたの眼を癒す為のツボ！



①【晴明】

せいめい 目と、鼻の根元のちょうど真ん中にあるくぼみ

効能：目の充血・腫れ、視力低下、夜盲症、めまい、羞明（強い光に不快感や痛みを感じること）

メモ 見慣れない晴の字。画竜点睛にも使われている字で瞳を表します。つまりこのツボは「瞳を明るくする」まさにうってつけのツボなのです！



※症状が強く、一向に軽減しない場合は、各院でご相談下さい。

後頭部のでっぱりの中心から指2本分外側 【玉枕】②

ぎょくちん 効能：眼痛、視力低下、めまい、嘔吐、鼻づまり、頭痛

メモ 眼精疲労の原因は眼だけではありません！テレビやスマホに集中するといつものまにか首が前に出て猫背になってませんか？その姿勢は首に負担がかかっています。そんな人にはこのツボがおススメ！！



これであなたも（福島先生の）想うツボ！



明るい未来が見える…

とりの木接骨院 八木

♥この度は、本誌を手にとっていただきありがとうございます。「おさじ」は、江戸時代の大奥などで医師を示す言葉だったそうです。体に栄養を運ぶ「おさじ（スプーン）」のように、皆様の健康に役立つ情報をお届けして参ります。



次号も、どうぞお楽しみに！

たいだいかい 医療法人社団 泰大会

近藤整形外科 042-724-3255

陽花あ 鍼灸マッサージ院 042-794-7592

とりの木接骨院 042-732-6620

訪問診療・内科・整形外科・外科・精神科・循環器内科 薬師台おはな接骨院 042-737-7373
薬師台おはなほっぼクリニック 042-737-0771
薬師台デイサービス 042-737-5020
薬師台おはな接骨院&鍼灸マッサージ院 042-737-7375
ホグレルフィットネス

令和二年



たいだいかい

泰大会おさじ 1-3

令和2年1月1日発行 医療法人社団 泰大会 広報委員

季刊誌 vol.14 月号

令和はじめての新春特別拡大号

気淑く風和らく、令和初の年明けとなりました。医療法人社団 泰大会（たいだいかい）の季刊誌「おさじ」も、はや4年目を迎えます。皆様と泰大会をつなぐ「絆」として、本年も様々な紙面をお届けします。今回は各施設長に、子供の頃のお正月について、その思い出を語っていただきました。それではどうぞ！

近藤整形外科 新年あけましておめでとう！
今年も患者さんや地域医療の為に初心忘れず「High touch, High sense」を！！



院長 近藤 泰一



元気が一番！（左・本人）
チャンバラ遊び（右・本人）

鳴呼！懐かしきお正月 幼少期は自然に囲まれた熱海市網代で過ごしていました。あの頃「お正月」は、松飾り・おせち料理・雑煮など、各家庭のほとんどが手作り。近隣の方々皆での恒例行事「餅つき」、大人が早朝からお餅を作っている傍で、我々子供は「ベーゴマ」「竹馬」「めんこ」「チャンバラ」などで遊びまわっていたのは、忘れられない思い出。田舎の大人達は「皆で子供を育てよう」「助け合おう」と、「お隣さん」的な生活共同体を作っていましたね。今の自分の基本となる部分は、田舎での暮らしの経験で得たものなのだろうと痛感する、今日この頃です。皆様にとって良い年になりますように！！

薬師台おはな接骨院 & 鍼灸マッサージ院

新年あけましておめでとうございます。当院は、今年の3月9日（THANK YOUの日）で、開院5周年を迎えます。これも利用者の皆様、利用者ご家族の皆様、そしてスタッフみんなのおかげだと、心より感謝申し上げます。

感謝の気持ちを忘れずに！ということで「THANK YOUの日」を開院日とした初心を忘れず、そして「心身の健康を支える事である」をHAPPYに！！を合い言葉に今年もまた一年精進して参りたいと思います。



院長 野口 泰昭

鳴呼！懐かしきお正月 幼少期はとにかくサッカーしかしていません。初蹴りがあり新年早々チームのみなで球遊びをしてました。夜は野口家親族勢揃いの新年会！曾祖父曾祖母から連なる一同で、全部で40～50人くらいでしたかね。年々増えていくお年玉にほくそえんでいた記憶が。



（左・本人/右・祖父 芳昭）



第7回 熱海地区選抜サッカー大会

サッカー少年時代（右側）

陽だまり 鍼灸 マッサージ院



院長 上野 尚樹

本年度もよろしくお願いいたします。ご自宅や施設に訪問して施術させて頂く訪問マッサージは、年を追うごとに需要が増えています。外出が難しくなった患者様のお役に立てればと、高齢化社会の要請に応えるべく、使命感をもって、

今年も精進してまいります。

嗚呼！
懐かしき
お正月

子供の頃の風景は、映画「ALWAYS 三丁目の夕日」の時代そのもので、外で走り回っては泥んこになる毎日でした。

生まれも育ちも熱海で、冬の記憶といえば、木造家屋に吹くすきま風や、北風でヒューヒューと電線の鳴く音なんか印象に残っています。

あの頃は凧揚げが流行っていて、細い木綿の糸でもって、凧が点にしか見えなくなるほど、遠く高く揚げた時の喜びは格別でした。

高い建物なんか一つも無く、稲刈りの済んだ、だだっ広い田んぼで思う存分、凧あげが出来ましたね。正月の食べ物といえば雑煮と、磯部巻きの餅がごちそう。

店は全部閉まっていたから、とにかく外をかけずり回って遊んだのが、あの頃の正月でしたね。

凧とりの木接骨院

院長 木村 昌幸



明けましておめでとうございます。とりの木接骨院が開院して8年になりますが、今年は干支の1番始めのねずみ年ということで、「初心にかえる」をテーマに、よりよい医療を考えていきたいと思っております。

嗚呼！
懐かしき
お正月
昔話ではないのですが、昨年、すべての神社の最高位である伊勢神宮に初詣にいきました。とても清らかなエネルギーが流れており、すごく穏やかな気持ちになったのを覚えています。今年も神社に行き、自分達のやる方向をしっかりと見据えて、今年1年を過ごしたいと思っております。



訪問診療・内科・整形外科・外科・精神科・循環器内科
薬師台おはなぽっぽクリニック



院長 野口 泰芳

明けましておめでとうございます。薬師台おはなぽっぽクリニックも、今年で丸5年を迎える事が出来ます。これも日頃より御利用いただいております皆様と、温かくご支援をいただいております関係者、そして、常に前向きに頑張るスタッフのおかげです。

今後も地域の健康と安心のため、より良い医療提供に磨きをかけてまいります。

嗚呼！
懐かしき
お正月

お正月といえば！毎年、友人と共に鎌倉の鶴岡八幡宮で年越しをして、必ずと言っていいほど、翌日に風邪をひいてました。

医学部受験の年には、正月早々雪で滑って、不吉な予感になったのを思い出します・・・

兄弟でツーショット！
(左・泰昭先生/右・泰芳先生)



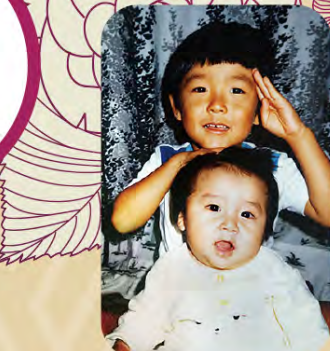
所長 鍋島 将行

薬師台おはな介護相談所
薬師台デイサービスおはな

新年あけましておめでとうございます。『令和』と元号が変わる節目を迎え、皆さんはどんな思いを抱いていらっしゃるでしょうか？私は仕事も私生活も新たな決意を持ち、何事も一つ一つを大事に過ごしていきたいと思っています。

嗚呼！
懐かしき
お正月
正月といえばどんど焼き！御札や正月飾りなどを焼き、残り火で団子を食べ、無病息災を祈る地域行事には欠かさず参加していました。

そして息子達を連れての写真です。親子ってこんなにも似るもんですかね～知らず知らずで内面も恐ろしく似てきたように思いますが、子供たちの成長が楽しみです♪ (終)



昭和の私と弟



平成の長男と次男！

3人の子と
猫一匹の母で
日々奮闘中です。
あっ、ダンナも
おります(´▽`)



みうら ちづこ
三浦 千津子

受験生を癒す

猫ちゃんを初めて迎えるのに、分からない事だらけで、内心ドキドキでしたが、今ではかけがえない存在になりました ^_^ 今年は長女長男がダブル受験！暗雲が立ち込める我が家に、安らぎをもらっています。こんな素敵な出会いをさせていただいた患者さんに感謝！そして私の職場、おはな接骨院に感謝です！日々感謝の気持ちを忘れずに、仕事に家庭に頑張っていこうと思っております。

看板娘！というより陰でみんなをあやつる裏番長“ちづさん”！スーパーで、アイスクリームをじゅっと眺めて迷っている可愛らしい一面も。



おわりに

はりか山

地元の特産である「烏山和紙」に山水を描いた、高さに10mにもなる「はりか山」。路上にいくつもかかげて、奥行き約100mにも及ぶ舞台装置になります。これを人力で設置するんです！！



女人禁制とされるお祭りなので、御神輿や舞台装置に関われるのは男性だけです。女性は踊りに憧れを抱きます。姉は元踊り子で、弟は若衆で今も活躍してます。私は、そんな姉弟の姿を見守る係です(笑)

友情は永遠に

いつもの5人の友人と、大好きなお酒や鮎の塩焼き、鰻の串焼きをおつまみに、祭りを楽しんでいます。また、北関東の露店にしかないレインボーアイスは必ず食べます。そんな地元のお祭りに行くと、子供を抱いている知り合いに遭遇することもしばしば。その度に、子供って良いなあ～と思います。(予定は未定・・・) 来年はこの5人の友人のうち2人が出産を終え、祭り仲間が増えます！



おはな家族だと... 真面目な長女？

看板娘長女の“アヤちゃん”時折みせる独特なイントネーションも魅力の1つ！優しい笑顔で空間を彩る子(湖)！！

次は私の番です！！

間一髪の救出劇



実はこの子は、接骨院に通っておられた患者さんが保護した猫でした。生まれたばかりで、カラスに狙われて瀕死の状態だったところを助けたんだそうです。

そんなお話を接骨院にいらした時にお聞きして、ご自身の年齢もあるので、もう飼えないから誰か引き取ってくれる人はいないかしらと。その頃、ちょうど我が家では猫を飼いたいねという話をしていたので、家族に相談してみた所、即オッケー！

保護猫との出会い



猫ちゃんとの面接をしていただき、こちらもOKをいただきました。

主に受付業務を行なっています。接骨院内だけでなく、メディカルテラス全体の関わりも大切しています。

さとう あやこ
佐藤 彩湖

地元の宝

山あげ祭

栃木県那須烏山市出身の私には毎年7月は特別な月です。この時期だけは何があっても地元に戻らせて頂きます・・・なぜなら！ユネスコにも登録されている『山あげ祭』が行われるからです！私が愛してやまない山あげ祭を紹介したいと思います。

絢爛豪華な野外歌舞伎舞踊

毎年7月末に3日間かけて行われます。はりか山(左参照)を背景に、踊り子が常磐津の三味線にのり、美しい舞を披露します。木頭(指揮者)の合図で、舞台背景が千変万化する仕掛けは見事です。



1977年生まれ 42歳。現在の趣味は車(MINI)を弄って運転することです!

ふじま まさみ
藤間 雅己

自転車武者修行



いざベルギーへ

高校の頃から自転車ロードレースに参加してました。高校卒業と同時にベルギーに行き、受け入れてくれるチームを探しましたが

爽やかな笑顔で真面目な治療! 自称イケメンの“フジマン”! 今年目標「相棒のミニクーパー助手席にいい人乗せたい」みなさん是非ご協力!

おはな家族だと... 頼りになる兄ちゃんタイプ

見つからず断念...その後、国内で探し、最初は練習生として、プロの第一歩を向かえました。それから約10年間、自転車選手として活動していました。

引退、そして

30歳手前で引退。次のステップとして鍼灸、柔道整復師の学校に通いました。3年間必死で! 必死で! 勉強しました ^^;...あっ!? ちなみに円形脱毛症が

自転車ふたたび

無事に資格取得後、選手時代にチームメイトだった連れから「プロチームを立ち上げるからマッサーとして参加してくれないか」と誘いがあり、2015年からキナンサイクリングチームの専属マッサーとして働く事になります。

裏方のプロとして

最初の一年は右も左も分からず、レースの度に監督やメカニックからダメ出しがあり、選手からはレース中にフック藤間と叫ばれ続け、心が折れそうになりながら頑張ったのも、今はいい思い出です(笑) 3年間チームで専属マッサーをした後、一旦自転車界から離れ、薬師台おはな接骨院に転職して頑張っていました。そんな中、昨年『チーム右京』からお誘いがあり、院長をはじめ接骨院スタッフの協力もあり、また自転車に携わることが出ています。特殊な世界ですが、学べる事も沢山あり、外に出てわかる事も多いです。体力が続くかぎり、頑張りたいと思います。

バドミントンの伝道者

のざわ なおと
野澤 尚人

最近の成績は、町田市民大会ダブルス優勝・準優勝、団体戦準優勝などです!

バドミントンとは 趣味であるバドミントンについてお話ししたいと思います。バドミントンは一見コートが小さく見えますが、いざコートに立つと見た目以上に広いです! その中で、相手が追いつけないようなスマッシュを打つ快感は、最高です! 最近では世界ランキング現在1位・桃田賢斗選手をはじめ日本人選手が大活躍して注目されています。それでもまだメジャースポーツとは言えず、だからこそ試合を観てもらいたい! 例えば、女子ダブルスは力を上げてきているので、国際大会の決勝や準決勝で日本人対決が増え、おススメです。接骨院で患者さんを良くする事は勿論、バドミントンの楽しさを伝える事も私の使命と思っています! ゆくゆくはバドミントンのファンを増やすべく私設応援団を作りたいと企んでいます!

働く姿に魅せられて

初めてここに来たのは、手の指の脱臼をした、高校3年生の時...この頃がみんな1番チャホヤしてくれたなあ笑。何度も通ううちに、ここの人たちの様になりたい! 何度か柔道整復師の道を目指しましたが、泰昭先生に相談すると「うちでバイトする?」と誘って頂き、午前は専門学校、午後は接骨院でアルバイト。高3の秋から始まったこの修行生活も

気付けば3年経ち、来春には専門学校卒業&国家試験受験となりました。

おはな家族だと... 完全に未っ子の扱い

スポーツマンらしく機敏な動きは成長の証! 柔道整復師の国家試験直前の“ナオト”です。アイドルに入れ込む時間を勉強にまわさない!

新企画

泰大会



めぐり



筋トレ人生

28歳の夏

あれは28歳の夏でした。「男として生まれたからには強くなりたい」と言う、ちょっと遅めにやってきた衝動(笑)に駆り立てられ、総合格闘技を始めたのです。

ジムの強者たち

私が門を叩いたのは、現役世界チャンピオンが指導する、過酷で厳しくて熱いチームでした。練習内容は割愛しますが、とにかく土・日曜日にやってくる練習が恐怖で、前日は早寝して体調を気遣うほどでした(泣) そんな、恐怖に打ち勝つ為にとった私の行動とは「平日のジム通い」。少しでもパワーアップして練習を乗り切るという作戦です。何をやっても中途半端な私が自己管理をしなければならぬ状況に... (笑)。その甲斐あって、2年後にはチャンピオンに実力を認められ、アマチュア修斗の試合に参戦! 結果は... 19歳相手に、開始15秒KO負け。当時31歳の私。複雑な気持ちでした! 笑(おしまい)

私は昔から外国へ行くのが夢で高校卒業後に海外へ出ました。バックパッカーで中南米やアジア諸国へ行ったり、仕事でも10年間豪華客船のスタッフとして、世界を旅してきました。各国良さがありどこも思い出がありますが、遺跡や民族的なものや精神世界に興味があるので、インド、グアテマラ、ペルーなどが好きです。食べることもお酒も好きなのでヨーロッパ、特にスペイン、イタリア、ギリシャも好きですね。インドではヨガや瞑想にはまりヨガインストラクターの資格を取ったり、10日間言葉を発せず朝から晩まで瞑想する修行を毎年していました。グアテマラではスペイン語や現地の伝統織物などを習いました。

ながみ もとこ
永海 素子

世界の旅



おはな家族だと... 放浪癖のあるとっばい姉ちゃん

豪華客船

横須賀生まれ、横浜育ち、実家は藤沢の神奈川人間

おはな家族だと... 古き良き昭和のお父さん

→午前中は接骨院、午後は陽だまりの訪問マッサージをしています。

薬師台おはな接骨院 & 鍼灸院

泰大会で日々、皆様の健康のお役に立ちたい! と活躍している大勢のスタッフ。

今回は、ここで働く「ひと」に焦点を当てた新企画! 薬師台おはな接骨院の、多彩かつ実にユニークな個性の面々をご紹介します!!

主任

いしばし かずや
石橋 和弥



筋トレ効果

筋トレが終わった後の達成感とともに、筋トレ前まで感じていたストレスやマイナス思考や不安が解消されてしまいます! おまけに自己管理出来た事による自尊心が湧いてきて心が落ち着いたりもします。もちろん永遠ではありませんが、筋トレは裏切らない! 必ず結果がでます! 私も毎回「やりたくないなあ〜」と思いますが、終わったあとは気持ちさがスッキリするので心も健康になります(^^)



僕との出会いはサンディエゴ! 再会はドイツのどっかい駐車場! 日本人離れた感覚が魅力の“MOTOKO 姉さん”です

ありさわ ともかず

有澤 智和

北の大地

私は、**北海道の十勝**出身です。清水町という町で育ちました。日高山脈の東側に位置する清水町は、高い建物は全くなく、広々とした空間が広がっています。広大な空間+山のある雰囲気は最高です。こういう環境で育った影響か、今でも広くてのびのびできる場所が落ち着きます。

温泉命

好きな休日の過ごし方は、温泉や岩盤浴に行つて1日のんびりしてることです。体を温めて、ウトウト昼寝が最高です。炭酸泉と岩盤浴があることがポイントで、**体の温まり具合と冷めにくさ**が違います！色々な所へ行って、入り比べるのも楽しみの一つです。お気に入りには網島と宮前平にある「湯けむりの庄」。

おすすめの温泉があったら、ぜひ教えてください！

大学でアーチエリーを始めました。集中しての狙うことが自分に合っています。

アーチエリー

おはな接骨院の開院2年目から働いています。患者さんの楽になった顔を見ると嬉しくなります。

清水町の人口より多い牛

食べるの大好き「アリちゃん」です！指の感覚はピカイチ！マッサージには絶対の自信をもつ愛妻家！

おはな家族だ... 適当にやってる四男



知床峠

きたむら なつみ 北村 菜摘

奇跡のスカウト

新幹線 こんにちは！受付兼フロア業務をしています！私は前職で「新幹線パーサー」をしていました！皆さんのイメージしやすい言葉で伝えると、新幹線の車内販売ですね。でも実は、パーサーの仕事は車内販売だけではないんです！

入社して翌年に「車掌試験（切符の知識等）」を受けて合格すると、グリーン車の車内改札もします。もちろん販売もしますが、試験に合格すると、メインはグリーン車の担当業務に変わるんです！改札したり、おしぼりを配ったり、席を片付けたり...!!! パーサーは車内販売以外のお仕事もたくさん受託されているんです。

乗務していたのは東海道新幹線なので、毎日東京-新大阪間を往復します。多い日は1日3本の新幹線に乗ることも!! そういう日は大阪の支店に泊まって、翌朝の新幹線で東京に戻って終業。そんなお仕事をしていました！意外な一面もある「新幹線パーサー」のお仕事に少しでも興味を持ってもらえると嬉しいです。

たまたま私が乗務している新幹線で新横浜に停車したとき、目の前から以前、近藤整形外科でお世話になっていた院長・野口先生と主任の石橋先生が乗車してきたんです！お互いにびっくり!!! その日がきっかけで、野口先生よりスカウトされて、おはな接骨院で勤務することになりました！

看板娘三女！町田出身の驚異のヘッドバンキング娘「なつちゃん」
たまに見かけるロボットみたいな歩き方の時は、大好きなバンドのライブの翌日！

おはな家族だ... やんちゃな三女

1980年9月10日生まれ。生まれも育ちも相模原市です。中学2年生、小学5年生の可愛い可愛い娘2人の父親です。休日は娘と一緒にバレーボールやプール、ショッピングなど、家族と一緒に過ごす時間を楽しんでいます。

ダンス・ダンス・ダンス！

ダンス甲子園

そんな私ですが、中学生の時に見た「ダンス甲子園」という番組に衝撃を受け、友達6人でダンスを始めました。当時はダンスなど世間られず、親からは文句ばかり言われていました。私たち6人は毎日ダンスビデオを見てダンスの研究に夢中になり、各地で行われるダンスイベントに出る為、練習に明け暮れていました。TV局にオーディションを受けにも行きましたが... (涙)

親への感謝

でも、その時の熱い思い、1つの目標に向けて信念は、今でもかけがえのない物になっていると思います。何か一つでもけるという事は、人生を充実させ、人として成長で思います。親に沢山の心配を孝者でしたが、今では自分も親時の親の気持ちが身に染みて分くなりました... 今度、母の肩揉みであげようかと思つています。(笑)

おはな家族だ... なんでもそつなくこなす三男



かざま ゆかり 風間 友加里

柔道整復師として仕事させて頂いています！

以前は介護や社会福祉系の資格を活かし高齢者や障害者、生きづらさを抱える若者支援をしておりました！おはなでのお仕事はこれまでの経験を活かしつつ新しい事の連続で日々勉強させて頂き幸せです！

古き良き昭和

昭和レトロ

私の趣味をご紹介します！ずばり昭和レトロです★古着に関しては大好き過ぎて、以前お店の手伝いをしていたり、モデルとしてイベントに出た事もあります。昭和のモダンな裁縫や、作りの丁寧さから長く楽しめ、今見ても逆に新しく素敵に写るところが大好きです。実際、おばあちゃんの服も、50年程前の物でもとても綺麗でした！おさがりのワンピースも肩パットを抜いて着用してます(笑)

古道具

も好きで、自宅に食器や雑貨を集めて飾っています！最近石原裕次郎さんの写真集を買って、凄くおしゃれて素敵でした！先日は浅草にて花魁体験してきました！着物や髪飾りなどを選び、とても楽しかったです。昔の文化も学ぶことができました。次回は舞妓さんも挑戦してみたいです。

患者様とも昭和トーク出来たら幸いです♡

おはな家族だ... 不思議な感じの次女

花魁



「いつもニコニコみんなに優しく」という私の爺ちゃんの教えを地で行く風間の「フウちゃん」福祉関係出身の優しさ楽しさ明るさ溢れる頑張り屋！酒は飲んでも飲まれるな！

みやもと 桂太



おはな家族だ... 何でもそつなくこなす三男



顔よし性格よし施術よし！全てが揃った優しくおだやか爽やかな好青年！なんかずるいな... 今年はなんとかケイタのイメージを崩します!!

頑張ります!! 踊れる治療家を目指し

サッカーの神様

中学から横浜市優勝・神奈川県3位と、順風満帆に高校のサッカー漬け生活に突入しました。しかし！入部1ヶ月もしない間に肉離れや捻挫など怪我を繰り返し、後の大会では不動の「応援団長」のポジションを獲得。(笑) その後もサッカーの神様に片想いを寄せ続け、現在でも現役!... のつもりでサッカーやフットサルを続けています。

見た目はチャラいが中身は真面目！開院以来、院内外を問わず不動のボランティア！秘密の社内恋愛からのゴールインは見事なゴラッソ!!



やっぱサッカーっしょ!

生涯現役

30歳を過ぎて「怪我」に対して敏感になってきました。20代に試合中の膝の怪我で、手術が必要になりました。リハビリで違和感なくプレー出来ていましたが、30代になると筋力・柔軟性の低下により、痛む事が多くなっています。そんな体に、今では自分で鍼を打ってケアをしている程です。(笑)

趣味をずっと続けたい！生涯現役だ！でも周りに「痛いんだったら、そろそろやめたら？」なんて言われながらも頑張りの方々の味方として、一助になりたいと思っています！



おはな家族だ... 何でもそつなくこなす三男