

回覧

7月号

岩槻南部

公民館だより

第206号

2023年7月1日発行
(編集・発行)
さいたま市立岩槻南部公民館
〒339-0034
さいたま市岩槻区笹久保
1348-1
TEL : 048-798-7620
FAX : 048-797-0458

スマホ活用術講座

日時：8月17日・24日・31日(全3回) 木曜日 10:00~12:00

内容：スマートフォンを利用し始めたシニア向けスマホ教室講座です。

※講座では貸し出し用 Android スマホを使用させていただきます。

講師：宮田 学 氏(PCインストラクター)

対象：市内在住・在勤の方(スマホの基本操作ができる方)

定員：20人 ※抽選

費用：900円(教材費)

会場：岩槻南部公民館 研修室(2階)

持ち物：筆記用具

申込み：7月18日(火)~25日(火)の

9時から開館時間内(休館日を除く)

公民館窓口、電話、FAXで受付します。

結果発表は、7月27日(木)~8月3日(木)です。



なんぶ
子育て
サロン

日時：8月4日(金)

10:00~12:00(入退場自由)

内容：和室で自由に遊んだり会話したりして、親子で楽しめます。

対象：市内在住・在勤の保護者とおおむね0歳~3歳までのお子さん

会場：岩槻南部公民館 和室(2階)

定員：10組 ※先着順



再掲

夏休み子ども「科学教室」中学生ボランティア募集

日時：8月2日(水) 10:00~12:00

内容：夏休み子どもチャレンジ⑥「科学教室」のボランティア(小学生受講者の補助)をすることで異世代交流や、地域のつながりを深める。

対象：公民館の近隣にある中学校の生徒(柏陽中学校・城南中学校など)

定員：4人 ※抽選

持ち物：筆記用具

申込み：7月5日(水)まで受付中です。(9:00から開館時間内)

公民館窓口、電話、FAXで受付します。

結果発表は、7月13日(木)~20日(木)の9:00から17:00



「第11回さいたま子ども短歌賞」応募作品を募集します!

短歌を通して児童生徒の豊かな感受性と国語力をはぐくみ、伝統的な言語文化の継承を図るために「さいたま子ども短歌賞」を実施し、作品を募集します。

■対象 全国の小・中学生

■応募方法 所定の応募票に記入して、応募先にお送りください。

応募票は、各図書館・各公民館で配布しているほか、さいたま市ホームページからも応募できます。

■応募期間 令和5年7月13日(木)から9月4日(月)まで

■賞 優秀賞20首、入選80首

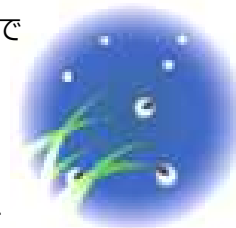
※入賞作品で作品集を作成します。

■応募先 さいたま市教育委員会事務局 生涯学習振興課
〒330-9588 さいたま市浦和区常盤6-4-4

電話 048-829-1705

FAX 048-829-1989

E-mail shogai-gakushu-shinko@city.saitama.lg.jp



親の学習事業①

再掲

親子陶芸教室



日 時：7月29日(土) 10:00~12:00

内 容：親子で陶芸に親しみ、親の学習事業で子育てについて話し合います。

講 師：むさしのくらふと 陶芸指導者

対 象：市内在住・在勤の保護者と小学3年生から6年生

定 員：13組 ※抽選

費 用：親子で2,000円(材料費)

会 場：岩槻南部公民館 研修室(2階)

持ち物：エプロン、お手ふき(タオル)、飲み物

申込み：7月5日(水)~14日(金)の9:00から開館時間内

公民館窓口、電話、FAX、WEBで受付します。

結果発表と材料費納入は、7月19日(水)~7月26日(水)の9:00から17:00 ※休館日は除く



※写真はイメージです。

公民館事業の紹介パネル



公民館ロビーに、令和4年度公民館事業・公民館まつりを紹介するパネルを展示しています。ぜひご覧ください。



令和5年度 岩槻南部公民館地域連絡会議開催

6月6日(火)、岩槻南部公民館地域連絡会議を開催いたしました。

本公民館の施設利用状況及び、令和4年度主催事業活動実績、令和5年度主催事業計画の報告等を行いました。また、活動内容を画像等で紹介しました。



生涯学習相談『えらべる』

生涯学習相談ボランティアが、みなさんの相談をお待ちしています。

- ◆ 公民館などで活動する会員募集サークルを紹介いたします。
- ◆ 市内で開催される講座・イベントなど生涯学習に関する情報を提供いたします。

■ 相 談 日 7月12日(水)・7月26日(水)

■ 時 間 10:00~13:00

■ 会 場 生涯学習総合センター

シーノ大宮センタープラザ7階(大宮駅西口 徒歩5分)

■ 申 込 み 不要です。当日会場へお越しください。

■ 問 合 せ 生涯学習総合センター (電話: 048-643-5651)

(FAX: 048-648-1860)



【FAX を利用した、講座の申し込み方法】

以下の①~⑦を全て記入して FAX してください。

①講座名 ②郵便番号 ③住所 ④名前(ふりがな)

⑤年齢・性別 ⑥電話番号 ⑦FAX 番号

※各講座の申込み最終日までに、到着したものが有効です。



問合せ 岩槻南部公民館 TEL048-798-7620 FAX048-797-0458



令和5年7月号

岩槻本丸公民館だより

〒339-0058 岩槻区本丸3丁目17番1号
電話 (048) 758-3100 FAX (048) 758-5101

子育てサロン「まんまるⅠ」

～手形のうちわ～

【日 時】8月17日(木) 10時30分～11時45分

【会 場】岩槻本丸公民館2階 多目的室

【対 象】市内在住で2歳未満の子どもとその保護者

【定 員】12組(先着順) 【費 用】無料

【申込み】申込みは必要ありません。

当日直接お越しください。

《各月で対象年齢が異なります。》



◎まんまるⅠ〔偶数月〕2歳未満の子ども

◎まんまるⅡ〔奇数月〕2歳以上の子ども

※変更になる場合もあります。



子育てサロンまんまるスタッフ募集！！

地域の子育てをみんなでサポート！

資格、年齢不問！ 見学大歓迎！

まんまるスタッフとして毎月1回、子育てサロンに参加してみませんか。子育て中の方、子育てを終えた方など、どなたでもご参加いただけます。初心者でもサポーターとして準備やお片付け、お母さんへのお声がけなど、できることはたくさんあります。お気軽に公民館までお問い合わせください。

公民館介護予防事業

歴史講座

～庶民の暮らし～

江戸時代の庶民はどのような暮らしをしていたのか。

現代と比べると不便な生活をしていたと想像しますが、しっかり工夫して、今より生活を楽しんでいたのかもしれない。庶民の生活は、自然に負担をかけるのではなく自然とともに生きていたからこそ、環境へ影響の少ない生活だったのでしょうか。そこで、どんな生活だったのか学びましょう。

【日 時】9月6日(水)・13日(水) (全2回)

10時～12時

【会 場】岩槻本丸公民館 研修室

【講 師】守富 勝男 氏(歴史研究家)

【対 象】市内在住の65歳以上の方で全回出席できる方

【定 員】20人(抽選) 【費 用】無料

【申込み】8月14日(月)～8月19日(土)

①窓口 ②FAX ③WEB(キーワード45387)

【結果発表】8月23日(水)～8月26日(土)

9時～17時に窓口または電話でご確認ください。



岩槻本丸公民館登録団体の皆様へ

団体の解散、代表者や連絡先などの登録内容が変更になった場合は、速やかに手続きをお願いします。

団体登録には有効期限があります(最終利用申込みから2年後)。期限延長を希望する場合は、お問合せください。

初心者の陶芸教室

癒し効果抜群！心と身体もリフレッシュ！
世界に一つだけ！My どんぶりをつくろう。

陶芸は、リラクゼーション効果があると言われています。
形を作ることに集中し、手先の感覚を頼りに作業している
間は瞑想に近い状態になっているのだそうです。

【日 時】9月9日(土) 10時～12時

【会 場】岩槻本丸公民館 研修室

【講 師】栗田 由利子 氏 (陶芸講師)

【対 象】市内在住・在勤・在学の方で初心者の方

【定 員】15人(抽選)

【費 用】2,200円(材料費)

【申込み】8月7日(月)～8月12日(土)

①窓口 ②FAX ③WEB(キーワード45386)

【結果発表】8月16日(水)～8月19日(土)

9時～17時、窓口又は電話でご確認ください。)

WEB申込みの方には、返信します。

当選された方は、費用を発表期間内に公民館
までお持ちください。



熱中症にご注意ください！

水分や塩分の補給が大切です。



意外なことに熱中症は屋内でかかることが多いそうです。
また、冷え過ぎも体調不良の原因になります。

講座やサークル活動中もこまめに水分補給、衣服で温
度調整をするなどの対策をして、楽しく活動しましょう。

「第11回さいたま子ども短歌賞」応募作品を募集します！

■対 象 全国の小・中学生

■応募方法 所定の応募票に記入して、応募先にお送りくだ
さい。応募票は、各図書館・各公民館で配布し
ているほか、さいたま市ホームページからも応
募できます。

■応募期間 令和5年7月13日(木)から9月4日(月)まで

■賞 優秀賞20首、入選80首
※入賞作品で作品集を作成します。

■応募先 さいたま市教育委員会事務局 生涯学習振興課
〒330-9588 さいたま市浦和区常盤6-4-4
電 話 048-829-1705
FAX 048-829-1989
E-mail shogai-gakushu-shinko@city.saitama.lg.jp

申込み方法(共通)

窓口 申込み期間中の9時～17時に窓口で申込み用紙に記入。

FAX ①講座名②氏名(ふりがな)③性別④年齢⑤電話・FAX 番号
⑥郵便番号・住所を記入のうえ、FAX 048-758-5101 へ送信
※親子など複数で参加のものは参加者全員の氏名・年齢を記入。

WEB <https://gakushu.city.saitama.jp/>

さいたま市生涯学習情報システム→キーワード→から申込み。

キーワードは各講座申し込み要項のWEB キーワード(数字5ケタ)

※申込みには事前の利用者登録が必要です。

※利用者登録は、本システム TOP ページ「講座申込はこちらから」内の
「新規登録」から行います。メールアドレスを入力すると、利用登録ページの
URL を記載した電子メールが送信されますので、利用規約をご確認のうえ、
電子メールに記載される URL から、利用登録の手続きを行ってください。

休 館 日 7月23日(日) 8月27日(日)

岩槻本丸公民館は、選挙の投票所になります。

※8月5日(土)13時～、6日(日)全日、準備及び、投票会場になるため、
部屋の利用はできません。

岩槻本町公民館だより

回 覧
7月号

〔編集・発行〕さいたま市立岩槻本町公民館 2023年7月1日発行 No. 208
〒339-0057 さいたま市岩槻区本町4丁目2番25号
TEL: 048-757-6043 FAX: 048-758-8040

さいたま市地域 ICT 活用支援事業

再掲

スマホで初めてのインターネット教室(初級編)

日時 **8月3日・10日 毎週木曜日(全2回) 10時～12時**
内容 市のホームページ・防災ページを見てみよう。
セキュリティや検索方法について学ぼう。
講師 さいたま市地域 ICT リーダ
会場 岩槻本丸公民館 ※お間違えの無いようお願いします。
対象 市内在住でスマホ**初心者の方**
定員 10人 費用 無料
持ち物 ご自身のスマートフォン、筆記用具、飲み物



スマホで初めてのインターネット教室(応用編)

日時 **8月24日・31日 毎週木曜日(全2回) 10時～12時**
内容 文字入力やカメラを使ってみよう。アプリを使ったり、さいたま市電子申請を体験しよう。
講師 さいたま市地域 ICT リーダ
会場 岩槻本丸公民館 ※お間違えの無いようお願いします。
対象 市内在住でスマホの**基本操作ができる方**
定員 10人 費用 無料
持ち物 ご自身のスマートフォン、筆記用具、飲み物
申込み 初級編・応用編ともに **発表 7月19日(水)**
岩槻本町公民館へ 7月5日(水)～7月12日(水)

※申込み多数の場合は、抽選となります。
申込み方法 ①電話(受付は9時～17時) **※但し、日曜日を除く**
②FAX(記入例参照)

※ 8月31日まで、岩槻本町公民館は「エレベーター設置等工事のため」休館です。

公民館介護予防事業

シニア健康体操教室②《姿勢・骨盤体操》

WEB 申込は
こちらから！

日時 **9月7日～9月28日(全4回)**
10時～12時 毎週 木曜日
内容 姿勢・骨盤を整える体操教室
講師 奥村 照明氏(整体師、中高老年期運動指導士)
会場 岩槻本丸公民館 多目的室、研修室1・2
対象 市内在住・在勤で65歳以上の方*原則として全回出席可能な方
定員 15人 費用 無料 **発表:8月21日(月)**
申込み 岩槻本町公民館へ 8月9日(水)～8月16日(水)
申込み方法 ①電話(受付は9時～17時)※但し、土・日・祝日を除く
②FAX(記入例参照) ③WEB(キーワード46138)



いちごサロンおはなし会

図書館職員による「おはなし会」です。絵本の世界を楽しみましょう。
日時 **7月27日(木) 11時～11時30分** 内容 絵本などの読み聞かせ会です。
会場 岩槻本丸公民館 和室 定員 親子5組
対象 2歳以上の未就学児と保護者の方
申込み 岩槻本町公民館へ 7月4日(火)～7月26日(水)※申込順
申込み方法 ①電話(受付は9時～17時、但し土・日を除く) ②FAX(記入例参照)



10月公民館利用抽選申込み期間 岩槻区内公民館共通休館日
7月1日～14日 (毎月第4日曜日) 7月23日

FAX・WEB を利用した講座の申込み方法について

(FAX申込み)

記入例 →

各講座の申込み最終
日までに到着したも
のが有効です。
※抽選結果はお電話
でご確認ください。

- ①講座名
- ②郵便番号
- ③住所
- ④氏名
(ふりがな)
- ⑤年齢・性別
- ⑥電話番号
(必ず連絡がつく番号)
- ⑦FAX番号

(WEB申込み)

さいたま市生涯学習情報システム
<https://gakushu.city.saitama.jp/>

キーワード
(各講座の数字5桁)
↓
検索



『自分発見!』チャレンジupさいたま」スタンプラリー対象事業



夏休みこども公民館

夏休み期間、公民館の体験教室に参加してみませんか?

申し込みはすべて **7月3日(月)~7月10日(月)まで**です

※申込み多数の場合は抽選となります。

※日曜日を除く。

☆結果発表および受講手続き: 7月18日(火)~25日(火) 9時~17時(土・日を除く)
お申込み 岩槻本丸公民館(岩槻図書館2階) 電話 757-6043 FAX 758-8040

① こどもヨガ教室

再掲

WEB申込は
こちらから!



日時 **8月1日(火) 10時~11時30分**

内容 ヨガのポーズや呼吸法を学ぶことで、将来を見据えた健康づくりを促進する。
また、保護者も一緒に参加し、親子のコミュニケーションを深める。

講師 トカレバ オレナ 氏(ヨガインストラクター)

会場 岩槻本丸公民館 多目的室

対象 市内在住の小学生とその保護者 定員 5組 費用 無料

申込み方法 ①電話(受付は9時~17時)②FAX ③WEB(キーワード45772)



② ペーパークラフト教室

再掲

WEB申込は
こちらから!



日時 **8月2日(水) 10時~12時**

内容 くるくるペーパークラフトで作ろう。くるくる巻いた紙で花や
昆虫、ソフトクリームなどいろいろなものを作ってみよう。

講師 新井 絵麻里 氏(ラッピングコーディネーター)

会場 岩槻本丸公民館 研修室1・2

対象 市内在住の小学1~6年生(1・2年生は保護者の同伴可)

定員 10人

費用 50円(材料費 当日お支払いいただきます)

申込み方法 ①電話(受付は9時~17時)②FAX ③WEB(キーワード46167)



③ 生田流 箏(こと)体験教室

再掲

WEB申込は
こちらから!



日時 **8月2日(水) 13時30分~15時**

内容 日本の伝統的な楽器、箏を体験し古代の文化や歴史を学ぼう。

講師 伊東 雅瑤 氏(生田流正派大師範)

会場 岩槻本丸公民館 和室

対象 市内在住の小学生1~6年生

定員 16人 費用 500円(教材費 当日にお支払いいただきます)

申込み方法 ①電話(受付は9時~17時)②FAX ③WEB(キーワード46127)



⑦ まが玉作り体験教室

再掲

WEB申込は
こちらから!



日時 **8月23日(水) 10時~12時**

内容 まが玉作りを通して、古墳時代の歴史に触れ、当時の人々の生活
や文化に関心を持ち、学習を深めよう。



④ 折り紙教室

再掲

WEB申込は
こちらから!

日時 **8月4日(金) 13時30分~15時**

内容 おりがみを使ってオリジナル寿司を作って楽しく遊びます。

講師 初音 みね子 氏(日本折紙学会認定講師)

会場 岩槻本丸公民館 研修室1・2

対象 市内在住の小学1~6年生

定員 10人

費用 600円(材料費 当日お支払いいただきます)

申込み方法 ①電話(受付は9時~17時)②FAX ③WEB(キーワード46076)



⑤ 読書感想文を書こう!

再掲

WEB申込は
こちらから!

日時 **8月8日(火) 10時30分~11時30分**

内容 読書感想文の書き方について図書館司書から学びます。

講師 岩槻図書館 職員

会場 岩槻本丸公民館 研修室1・2

対象 市内在住の小学1~6年生とその保護者

定員 15組 費用 無料

申込み方法 ①電話(受付は9時~17時)②FAX ③WEB(キーワード46298)



⑥ 絵画教室

再掲

WEB申込は
こちらから!

日時 **8月21日(月)、22日(火) 10時~12時**

内容 夏休みの思い出など、各自テーマを決め絵画を学びます。

講師 澁屋 史明 氏(画家)

会場 岩槻本丸公民館 研修室1・2

対象 市内在住の小学1~6年生

定員 15人 ※2回とも必ず参加できる人

費用 無料

申込み方法 ①電話(受付は9時~17時)②FAX ③WEB(キーワード46109)



講師 埼玉県立歴史と民俗の博物館職員 会場 岩槻本丸公民館 サークル室
対象 市内在住の小学1~6年生(1~3年生は保護者同伴) 定員 10人
費用 250円(材料費 当日お支払いいただきます)
申込み方法 ①電話(受付は9時~17時)②FAX ③WEB(キーワード45864)

回 覧 7月号

公民館だより

岩槻北部

〔編集・発行〕さいたま市立岩槻北部公民館 2023年7月1日発行 第210号
〒339-0009 さいたま市岩槻区大字慈恩寺 904-1 TEL 048-795-1881 FAX 048-794-6073

防災講座

身近な防災あれこれ

～日頃から心掛けたい災害時の備え～

- 【開催日時】 9月1日(金) 10時～11時30分
【会場】 岩槻北部公民館 研修室
【講師】 岡本 良一 氏 (防災士・防災アドバイザー)
【対象】 さいたま市在住・在勤で成人の方
【定員】 20人(先着順)
【費用】 無料
【申込み】 7月24日(月)～7月29日(土) 9時～17時
①窓口 ②電話 ③FAX(右記参照)
※定員になり次第、締め切りとさせていただきます。

※災害用ビスケットと「さいたまの水」を
お持ち帰りいただきます。



中学生ボランティアを募集します (再掲)

～小学生向け講座「サマースクールほくぶ」で
ボランティアをしてみませんか～



- 【日程】 ①7月27日(木)9時30分～12時「工作教室」
②7月31日(月)9時30分～12時「子ども料理教室」
【集合時刻】 9時30分
【対象】 区内在住・在学の中学生
【定員】 5人(抽選)
【活動内容】 会場設営・講座の受付・講師の補助など
【申込み】 7月3日(月)～7月8日(土) 9時～17時
窓口または電話でお申込みください。
※申込みの際は、保護者の方の許可を得てください。
【抽選発表】 7月13日(木)～19日(水) 日曜・祝日を除く。
9時～17時の間に、窓口または電話でご確認ください。
※当選された方は、事務室で手続きをお願いします。

FAXでの講座申込み方法

※以下の①～⑧を記入してFAXしてください。
※締切日までに到着したものが有効です。

- | | | | |
|-------------|------------|--------------|-----------|
| ①講座名 | ②郵便番号 | ③住所 | ④氏名(ふりがな) |
| ⑤子の氏名(ふりがな) | ⑥学校名・学年・性別 | | |
| ⑦電話番号 | ⑧FAX番号 | ※⑤・⑥は必要な場合記入 | |





問 合 せ：岩槻区高齢介護課 TEL790-0169 FAX790-0267



- 対 象 全国の小・中学生
- 応募方法 所定の応募票に記入して、応募先にお送りください。
応募票は、各図書館・各公民館で配布しているほか、さいたま市ホームページからも応募できます。
- 応募期間 令和5年7月13日(木)から9月4日(月)まで
- 賞 優秀賞 20 首、入選 80 首
※入賞作品で作品集を作成します。
- 応募先 さいたま市教育委員会事務局 生涯学習振興課
〒330-9588 さいたま市浦和区常盤6-4-4
電 話 048-829-1705
FAX 048-829-1989
E-mail shogai-gakushu-shinko@city.saitama.lg.jp

※「e 公民館」は「education(教育)&良い(いい)」を意味する情報発信サイトの愛称です。

回覧 7月号

公民館だより

城址

発行 さいたま市立岩槻城址公民館 2023年7月1日発行 第207号
〒339-0052 さいたま市岩槻区太田 3-4-1 Tel 048-756-7855 Fax 048-758-8039



パソコン活用講座1「インターネットとメール」

日時 9月7日(木)、9月8日(金) <全2回>
13:00~16:00

講師 岩槻城址公民館パソコンボランティア会
会場 岩槻城址公民館 研修室
対象・定員 市内在住・在勤・在学で成人の方 12人
費用 550円(教材費)

申込み 8月9日(水)~8月16日(水) *申込み多数の場合は抽選
申込み方法 ①窓口 ②FAX ③往復はがき ④WEB(キーワード 47087)

結果発表 8月21日(月)~8月25日(金)

当公民館に当選番号を掲示します。FAX・往復はがき・WEBでお申込みの方には返信いたします。当選された方は、この結果発表期間内に費用を添えて受講の手続きをしてください。*夜間(17:15~)を除く



初心者対象

はじめて

スマートフォン体験教室(Android編)

スマートフォンの基本的な操作方法を学びます。

日時 9月12日(火) 10:00~12:00

講師 KDDI(株)認定講師
会場 岩槻城址公民館 多目的ホール
対象・定員 市内在住・在勤でスマートフォン初心者の方 12人 **費用** 無料

申込み 8月22日(火)~8月28日(月) *申込み多数の場合は抽選

申込み方法 ①窓口 ②FAX ③往復はがき
*②③は8月28日(月)必着 *裏面記入例参照

結果発表 9月1日(金)~9月7日(木)

当公民館に当選番号を掲示します。FAX・往復はがきでお申込みの方には返信いたします。お申込みの方は、結果発表期間内に結果のご確認をお願いします。*夜間(17:15~)を除く



問合せ

岩槻城址公民館

電話 048-756-7855

FAX 048-758-8039



介護予防事業

白鶴学級Ⅱ

日時 9月19日~11月7日 毎週火曜日 <全8回>
10:00(一部 9:40あり)~11:30

1	9/19	開講式/冷凍食品の活用
2	9/26	漢字の肝心な話
3	10/3	あなたは大丈夫?フレイル予防 ~フレイル予防学習編~
4	10/10	//
5	10/17	マジックに挑戦 ~あなたもマジシャン~
6	10/24	健康リフレッシュ体操 ~QOL(生活の質)~
7	10/31	//
8	11/7	津軽三味線コンサート~音楽で心身リフレッシュ~/ 開講式

*講座は変更になる場合があります。

会場 岩槻城址公民館 多目的ホール
対象・定員 市内在住で65歳以上の方 ※原則全日程に参加できる方

定員 20人

費用 200円(マジックに挑戦 教材費)

申込み 8月21日(月)~8月28日(月) *申込み多数の場合は抽選

申込み方法 ①窓口 ②FAX ③往復はがき
*②③は8月28日(月)必着 *裏面記入例参照

結果発表 9月4日(月)~9月11日(月)

当公民館に当選番号を掲示します。FAX・往復はがきでお申込みの方には返信いたします。当選された方は、この結果発表期間内に費用を添えて受講の手続きをしてください。*夜間(17:15~)及び日曜を除く



みんなで歌おう



日時 9月4日(月) 10:00~11:30

講師 福井 克明 氏(声楽家)
会場 岩槻城址公民館 多目的ホール
対象・定員 市内在住・在勤の方 40人
費用 無料

申込み 8月8日(火)~8月15日(火)

*8:30より受付けます。(定員になり次第終了)

*当公民館窓口にて入場券を配布します。(1人につき1枚)

*電話でも受付けますが、申込み期間内に入場券を取りにご来館ください。

懐かしの唱歌・童謡を
歌いましょう。

