

江別市民健康づくり推進協議会

日時 平成28年11月7日（月）

午後6時30分から

場所 江別市保健センター 3階会議室

次 第

1 開 会

2 協議事項

(1) 健康都市宣言（案）に係るパブリックコメントの実施について

(2) その他

3 閉 会

江別市健康都市宣言（案）

都市と自然が調和するまち江別で、元気で健やかな毎日をおくることは、私たち市民すべての願いです。

この願いをかなえるには、世代をこえて市民一人ひとりが、住み慣れたまちで健康づくりに取り組み、いつまでも健やかな生活をおくることが大切です。そのために、健康寿命を延ばし、だれもが健康で安心して暮らせるまちをめざして、ここに「健康都市えべつ」を宣言します。

- 一 生涯を通じて自ら学び、こころと体の健康に関心をもち続けます。
- 一 健康を自ら守るため、すすんで自分の健康状態を確かめます。
- 一 バランスのよい食事や適度な運動で、正しい生活習慣を守ります。
- 一 地域とのつながりを大切にし、健康づくりの輪を広げます。

※ 下線部は、論点となった箇所です。

○ 前回協議会からの検討・変更事項

1 題名について

シンプルな「江別市健康都市宣言」が良い、もっと具体的な名称を検討してもよいといったご意見がありましたが、健康全般に関心を持っていただくため、「江別市健康都市宣言」という名称としました。

2 宣言文冒頭の「石狩川と原始林」について

「石狩川と原始林」の表現については、賛否両方の意見があり、これに代わる文案として、「豊かな自然の中の石狩川・原始林の都」、「原始林の豊かな自然の中の都市」、「都市と自然が調和するまち」といった表現も示されました。

「石狩川と原始林」は、否定的なイメージを抱く可能性があるほか、「江別市民憲章」でも既に使用されている表現でもあることから、市勢要覧などにも使用されている「都市と自然が調和するまち」という表現とすることとしました。

3 宣言文の「健康寿命」について

前回、「健康である期間を延ばし」と変更した文章を「健康寿命を延ばし」に戻しても良いのではないというご意見がありました。他市の健康都市宣言でも用いられており、市民への普及が可能な言葉であるため、前々回協議会案の「健康寿命を延ばし」に変更することとしました。

4 項目文の1項目目について

項目文1項目目について、単に健康に関心を持ち続けるのみならず、生涯学習の機会を通じて積極的に学ぶことが重要であることを示すため、「自ら学び」の言葉を追加しました。

5 項目文の3項目目について

項目文3項目目を、「地域とのつながりを大切にし、健康づくりの輪を広げます。」から「市民・地域・行政が相携え健康づくりの輪を広げます。」としてはどうかのご意見がありました。できるだけ平易な表現を目指していることのほか、市民・地域・行政が連携することは、健康づくり全てに共通することであり、この3項目目については、その中でも地域との交流やボランティア活動について述べているものであることから、前回協議会案のままとしました。

6 その他

宣言文で「健康寿命を延ばし、…暮らせるまちをめざし」と同じ表現が続いていたため、「…暮らせるまちをめざして」に変更しています。

また、2項目目の「確認します。」がやや堅い表現であったため、「確かめます。」に変更しています。

| | 意見 | 市の考え方(検討結果) |
|---|---|---|
| 1 | <ul style="list-style-type: none"> 健康寿命は私にとってこれからの生きていく課題です。 市で行っている行事などは進んで参加をさせていただいております。 また、自分でも意識して体を動かしています。 これから、若い人たちにあまり負担をかけたくないので、健康寿命が大事なのだと私は思います。 | |
| 2 | <ul style="list-style-type: none"> 指標項目については、主要となる指標を各項目で、3個程度設定し、その指標の目標値を設定することでよいのでは。 そのためには様々な事業があり、行政も市民も一緒に努力しましょうといった、体系図を考えてはどうでしょうか。 | <ul style="list-style-type: none"> すべての指標を掲載すると分かりづらいため、各取組項目ごとに代表的な指標を掲載したい。ご指摘のように、行政(江別市)の目標ではなく、市民や各団体の取り組み(活動内容)が分かるようなものを検討していきたい。 |
| 3 | <ul style="list-style-type: none"> 目標内容はやさしくわかりやすいと思うし、取組項目の表現も良いと思う。 | |
| 4 | <ul style="list-style-type: none"> 事務局の考えで進めて欲しい。 | |
| 5 | <ul style="list-style-type: none"> 資料6での指標等をみると、対象年齢に片寄りがあり過ぎに感じます。対象者は市民全体であるならば、若いときからの意識改革が必要であり、健康福祉部だけでなく、教育委員会等との連携を図ることも考えなくてはならないと思います。 この取り組みについては、他の機関との協力や参加をしてもらって、つめていくべきではないでしょうか。 | <ul style="list-style-type: none"> 健康都市宣言後の取り組みについては、健康福祉部のほか教育部(運動・スポーツ、生涯学習)や経済部と庁内会議を設けて検討した内容であります。指標については、取組項目で「バランスのとれた食生活」「運動・スポーツ活動の習慣化」「生きがいづくり活動」において、教育部の指標等があります。 また、健康都市宣言後の取り組みについては、行政(江別市)ばかりではなく、各団体等を含めて、健康寿命延伸に向けての取り組み(活動内容)が分かるようなものを検討していきたい。 |
| 6 | <ul style="list-style-type: none"> この項目については、十分理解できていないので意見を述べることはできないが、この項目に該当するかは別として一つの提案をいたしたい。 まず、人の体で痛みやすく重要な部分は足、膝、腰、首の部分かと思えます。(筋肉の衰えと、結果体を固くする)これらの部分を鍛え体全体を柔らかくし怪我に強い身体を造るためにはストレッチと筋肉トレーニングが大切になります。 このように健康寿命を伸ばすには、とりあえず取り組みやすいストレッチの普及を進め怪我に強い身体づくりと運動する習慣作りをはかることです。 その方法として、対象者が多いことや移動しづらい等から、自治会単位の集会施設や体育館施設を活用しストレッチ用マット等の用具の整備を進めてストレッチや軽運動等の普及を図るようにされたい。当然、最初は指導体制が必要でしょう。 更に大麻、野幌、江別にあるトレーニング室は手狭であり、この拡充も極めて重要で急を要する事項でしょう。 | <ul style="list-style-type: none"> ご提案の点は、ストレッチや筋肉トレーニングにより体全体を柔らかくし、怪我をしにくい身体づくりと運動する習慣づくりが大切であり、このことが健康寿命の延伸にもつながるという、ご意見をいただきました。 この貴重なご意見(提案)につきましては、庁内で情報を共有すべきものであることから、スポーツや体育館を所管する教育部ともに情報共有いたします。 |

「健康寿命の延伸」に向けての目標・取り組みについて

資料1-3

| 江別市健康都市宣言(案) | 目標 | 主な取組項目 | 主な取組内容・事業等 | 指標 | 過去 | 数値 | 基準年度 | 数値 | 目標年度 | 数値 | |
|--|----------------|----------------|----------------|-------------------------------|-------------------------------------|-------|--------|-------|--------|-------|---------|
| <p><宣言文></p> <p>都市と自然が調和するまち江別で、元気で健やかな毎日をおくることは、私たち市民すべての願いです。</p> <p>この願いをかなえるには、世代をこえて市民一人ひとりが、住み慣れたまちで健康づくりに取り組み、いつまでも健やかな生活をおくることが大切です。そのために、健康寿命を延ばし、だれもが健康で安心して暮らせるまちをめざして、ここに「健康都市えべつ」を宣言します。</p> <p><項目文></p> <p>一 生涯を通じて自ら学び、こころと体の健康に関心をもち続けます。</p> <p>一 健康を自ら守るため、すすんで自分の健康状態を確かめます。</p> <p>一 バランスの良い食事や適度な運動で、正しい生活習慣を守ります。</p> <p>一 地域とのつながりを大切に、健康づくりの輪を広げます。</p> <p><目的></p> <p>健康寿命の延伸を図る</p> <p><参考></p> <p>未来づくりビジョン (H26～H35)</p> <p>基本目標：誰もが健康的に安心して暮らせるえべつをめざします</p> <p>方向性：全ての市民が生涯を通じて健康に過ごせるよう健康意識の向上と健康づくりの推進に努める</p> | 健康に関心をもち続けましょう | 健康状態のチェック | 成人検診推進事業 | 5がんの平均受診率 | 25年度 | 15.9% | 27年度 | 17.1% | 30年度 | 22.0% | |
| | 健康状態を確かめましょう | 健康状態のチェック | 特定健康診査等事業 | 特定健診受診率 | | | | | | | |
| | | 健康状態のチェック | 乳幼児健康診査 | 乳幼児健康診査平均受診率 | 24年度 | 96.0% | 27年度 | 97.6% | 30年度 | 維持 | |
| | | 正しい生活習慣を守りましょう | バランスのとれた食生活 | 各学校の全体計画に基づき栄養教諭が「食に関する指導」を実施 | 指導学級率 | | | | | | |
| | | 正しい生活習慣を守りましょう | 運動・スポーツ活動の習慣化 | スポーツ推進事業 | 運動・スポーツ活動(成人週1回以上)実施率の向上 | | | | | | |
| | | 正しい生活習慣を守りましょう | 運動・スポーツ活動の習慣化 | スポーツ・運動を通じた健康づくりの推進 | 30分、週2回以上の運動を心がけている人の割合 | 25年度 | 33.5% | 27年度 | 31.9% | 30年度 | 40.0% |
| | | 健康づくり活動 | 健康づくり活動 | 各種健康づくり事業(健康講演会・健康体操等) | 健康づくり推進事業参加人数 | 24年度 | 9,604人 | 27年度 | 8,336人 | 30年度 | 10,000人 |
| | | 健康づくりの輪を広げましょう | 生きがいづくり活動 | 生涯学習機会の情報提供 | 生涯学習の成果を地域の社会活動やボランティア活動に活かしている市民割合 | | | | | | |
| | | 健康づくりの輪を広げましょう | 自治会やボランティア等の活動 | ボランティアセンターの運営(社会福祉協議会) | ボランティアセンターに登録している人数(社会福祉協議会) | | | | | | |
| | | 健康づくりの輪を広げましょう | 自治会やボランティア等の活動 | 愛のふれあい交流事業(社会福祉協議会) | 愛のふれあい「地域交流の集い活動」実施自治会数(社会福祉協議会) | | | | | | |

えべつ市民健康づくりプラン21の指標

○その他の活動指標
・特定保健指導利用率
・受診動契判定値以上者の医療機関受診率

○その他の活動指標
・毎日野菜を食べている人の割合
・塩分を控えている人の割合
・朝食を食べている人の割合
・地場産野菜の使用割合

○その他の活動指標
・身体障害者スポーツ教室・体育開催事業参加者数
・E-リズム参加延人数

○その他の活動指標
・介護予防教室等の参加者数
・健康セミナー等の参加者数

○その他の活動指標
・市民力レτζ手帳登録者数(累計)
・蒼樹大学・聚楽学園学生数

○その他の活動指標
・高齢者等社会参加促進バス助成事業の助成回数
・江別市立病院ボランティア・コスモスに登録している人数
・アダプトプログラムで清掃活動を行っている公園数
・自治会活動等支援事業セミナー参加者数
・協働事業参加団体数

【江別市の取り組み】

<例>

| | |
|----------------|-----------------------|
| きっかけづくり | 仕組みづくり・活動づくり |
| ・健康都市宣言普及啓発・PR | ・健康づくりの促進 |
| ・〇〇〇 等 | ・運動に係る事業の実施 ・△△△ 等 |



【各団体等の取り組み・活動状況】

<例>

- 江別市高齢者連合会
「生きがいと健康づくり」の推進を図る。
・生きがい健康活動
・社会文化活動
クワ 数66・会員数3,960人 (H28.4.1現在)
- 江別保健所管内栄養士会
高齢期に要介護状態になることを予防するための知識を広める。
・低栄養予防講座
参加者〇〇〇人(H27年度)
- 江別市自治連絡協議会
検診率の向上を健康寿命の柱として推奨する。
・特定健康診査等事業への推薦
8自治会 193人参加(H27年度)
- 江別市体育協会
・加盟団体助成事業 24団体
・ジュニア育成事業 〇〇人
- ……協議会

【市民の取り組み・活動状況】

<例>

- ・健康講座に参加
- ・自治会行事に参加 等

「健康寿命の延伸」に向けて、市民・地域社会(団体等)・行政が連携、協働しながら、取り組んでいきましょう!

江別市健康都市宣言 (案)

都市と自然が調和するまち江別で、元気で健やかな毎日をおくることは、私たち市民すべての願いです。

この願いをかなえるには、世代をこえて市民一人ひとりが、住み慣れたまちで健康づくりに取り組み、いつまでも健やかな生活をおくることが大切です。そのために、健康寿命を延ばし、だれもが健康で安心して暮らせるまちをめざして、ここに「健康都市えべつ」を宣言します。

- 一 生涯を通じて自ら学び、こころと体の健康に関心をもち続けます。
- 一 健康を自ら守るため、すすんで自分の健康状態を確かめます。
- 一 バランスのよい食事や適度な運動で、正しい生活習慣を守ります。
- 一 地域とのつながりを大切にし、健康づくりの輪を広げます。

※ パブリックコメントの対象となるのは、上記の宣言文のみです。

◇宣言の解説

(1) 宣言文 (本文)

私たちの住むこの江別は、歴史と文化が刻み込まれている母なる川「石狩川」や、市街地の身近に緑を感じることでできる「原始林」など豊かな自然に恵まれているとともに、大学など充実した教育拠点を持つ文教都市であり、都市と自然が調和する美しいまちです。このまちで生涯をおくる私たちが、元気で健やかに毎日を過ごし続けられることが、私たち市民みんなの願いであることを改めて確認します。

そして、この願いをかなえるために重要なこととして、世代にかかわらず、乳幼児期から高齢期までそれぞれのライフステージで自分に応じた健康づくりに取り組むこと、また、住み慣れた地域全体で健康づくりに取り組むことを挙げています。

その上で、この江別のまちが目指すところは、病気や要介護となる期間を減らし、健康寿命を延ばすことであることを述べ、「健康都市えべつ」を宣言いたします。

(2) 項目文

宣言の大きな趣旨は宣言文で述べましたが、宣言文の願いをかなえるために市民一人ひとりが取り組むべきことを4項目に分けて述べています。

- ・ 1つ目は、こころと体の健康に関心を持つことです。乳幼児期から高齢期まで、生活リズムや生活習慣病についての知識を持ち、各種の講座などで積極的に学び続けることにより、生涯を通じて健康意識を高めることが重要です。

- ・ 2つ目は、すすんで自分の健康状態を確認することです。各種の健診を積極的に受けて健康状態を確認するほか、既に病院にかかっている場合は、病気が進行しないよう治療を続けることが、自分の健康を自ら守ることにつながります。

- ・ 3つ目は、正しい生活習慣を守ることです。地元の新鮮で安心な食材による食事などにより、塩分を控え、栄養バランスを保つことができます。また、日常的に体を動かす習慣をつけることで、体の機能を維持することができます。

- ・ 4つ目は、地域での活動に参加し、健康づくりの輪を広げることです。住み慣れた地域の健康づくり活動や自治会・ボランティアなどの地域活動に積極的に参加することで、地域全体の活力と健康意識を高め、みんなで支え合う地域づくりを実現することができます。

宣言の背景・趣旨について

1 宣言の背景について

(1) 超高齢社会の進展

江別市の高齢者人口は増加を続け、平成 28 年 9 月末現在の高齢化率は 28.2%であり、平成 47 年には高齢者人口がピークとなって、高齢化率も 39.2%になると推測されています。

(2) 2025 年問題

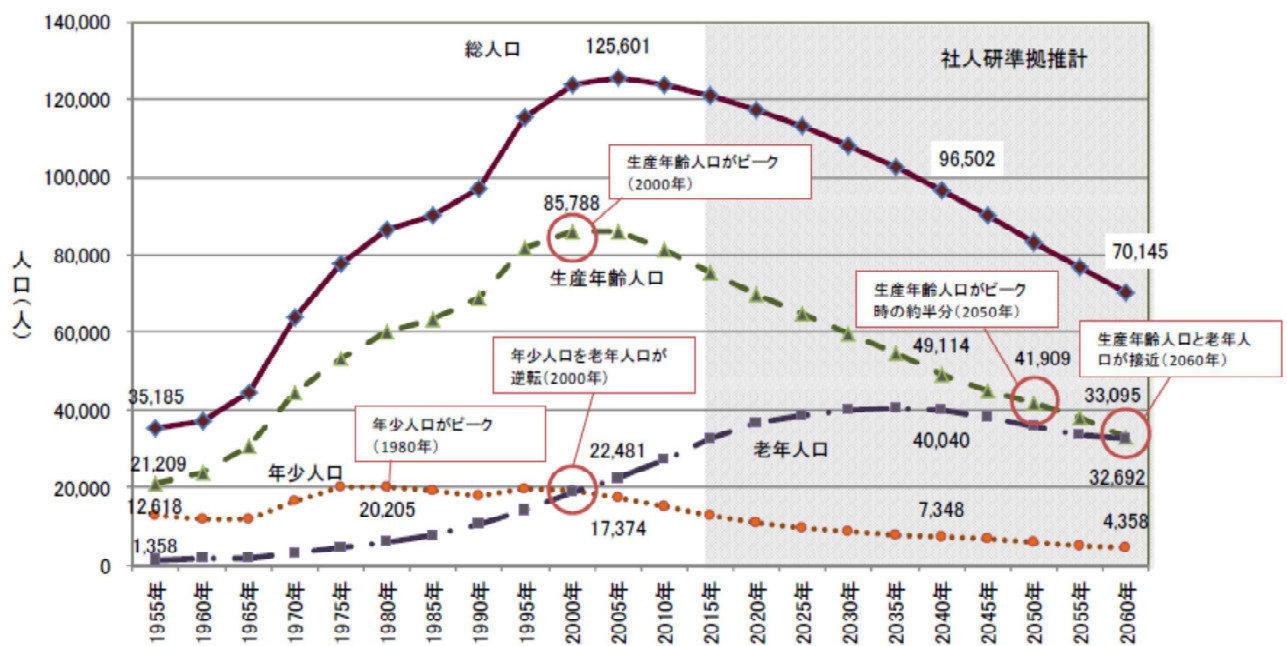
平成 37 年度には、団塊の世代が 75 歳以上の後期高齢者となり、医療や介護などの社会保障費の急増が懸念される問題であります。市高齢者総合計画によると、平成 37 年度は高齢化率が 34.6%、後期高齢者の比率(19.2%)が前期高齢者の比率(15.4%)を上回ると推計されています。

(3) 平均寿命と健康寿命の差縮小

平均寿命が延びても医療や介護サービスを必要とする期間が増えてきているため、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間である「健康寿命」を延ばし、平均寿命との差を縮めなければなりません。

<江別市の現状>

○江別市の年齢 3 区分人口の推移 (江別市人口ビジョンより)



○江別市の平均寿命・健康寿命について（国保データベースシステムより）

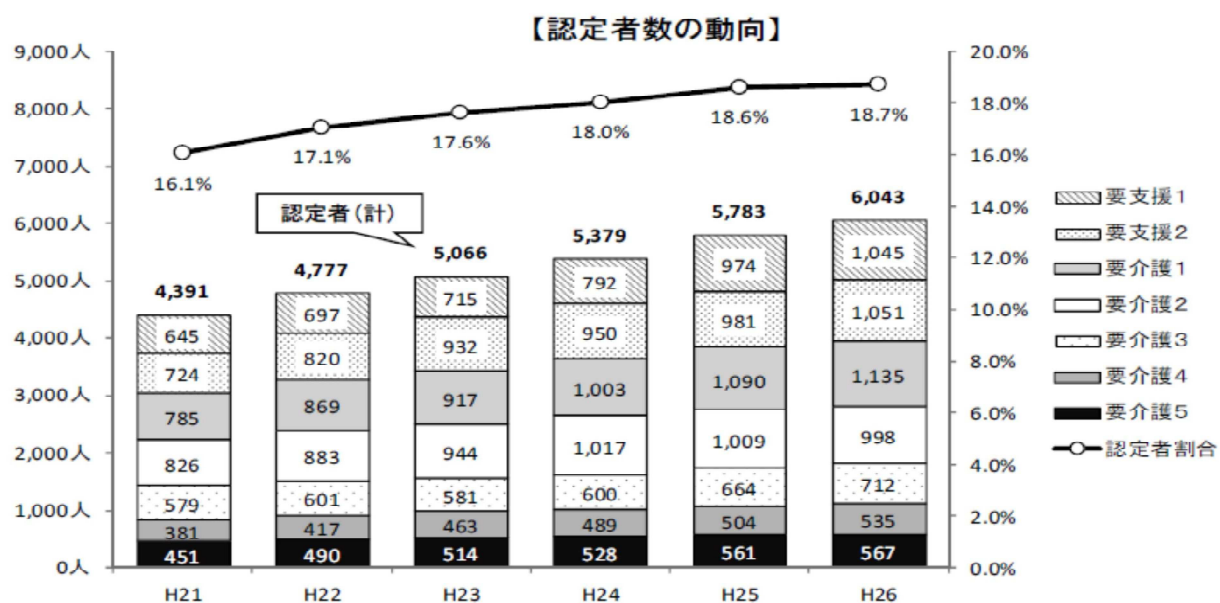
| | 平均寿命 | 健康寿命 |
|----|-------|-------|
| 男性 | 80.4歳 | 65.4歳 |
| 女性 | 86.9歳 | 66.9歳 |

※平均寿命・健康寿命とは・・・

0歳の人が平均してあと何年生きられるのかを表しているのが「平均寿命」であるのに対し、日常生活に支障がなく過ごせる期間の平均を表しているのが「健康寿命」であります。

なお、国保連合会が提供する国保データベースシステムにおいて、介護認定が要支援以上の認定者を基に算出した健康寿命を、市の健康寿命として用いており、厚生労働省が発表している入院・施設入所者以外の人を対象として自己申告により実施した調査を基に算出した方法とは異なります。

○介護認定者数の動向（市高齢者総合計画より）



2 宣言の趣旨について

市民の誰もが元気で健やかに楽しく毎日が送れるよう健康寿命の延伸を図り、生活の質を高めながら、心豊かに生活できる環境づくりを目指さなければなりません。そのためには、日頃から健康に意識し、健(検)診の受診、食生活の改善、運動習慣の定着など健康づくりに取り組んでいただきたいと思います。

「健康都市宣言」を行うことによって、全ての市民が生涯を通じて健康に過ごせるよう健康意識の向上と健康づくりの推進に努め、えべつ未来づくりビジョンの基本目標である「誰もが健康的に安心して暮らせるえべつ」を目指すものであります。

健康都市宣言後の取り組みについて

健康寿命を延ばし、だれもが健康で安心して暮らせるように、市民・地域及び行政が一緒になって、4つの目標を立てて取り組むものとする。

(目 標)

- 1 健康に関心をもち続けましょう
- 2 健康状態を確かめましょう
- 3 正しい生活習慣を守りましょう
- 4 健康づくりの輪を広げましょう

(取り組み)

| 主な取組項目 | 取組内容・事業等 (例) |
|---|---|
| ○健康状態のチェック 定期的に健康診断・検診を受けて、自ら健康管理できることは重要。 | <ul style="list-style-type: none"> ・成人検診推進事業 胃がん、肺がん等の検診実施により疾患の早期発見・早期治療へ。 ・特定健康診査等事業 (国民健康保険) 特定健診受診率及び特定保健指導実施率の向上を図り、被保険者の健康保持・増進と生活習慣病の予防や疾病の早期発見へ。 |
| ○バランスのとれた食生活 バランスのとれた食生活で生活習慣病の予防へ。子どもを通じて家庭、地域に望ましい食習慣を身に付けることが大切。 | <ul style="list-style-type: none"> ・学校及び家庭・地域に向けての食育推進 各学校の全体計画に基づき栄養教諭が「食に関する指導」を実施。 ・地産地消の推進 (江別産食材の活用) 安全・安心な給食提供のため、提携している生産団体から地場産野菜を計画的に購入。 |
| ○運動・スポーツ活動の習慣化 運動を実施することは、一人ひとりが抱かえる健康課題を効率的に改善できるため、運動を習慣的に行うことは大切。 | <ul style="list-style-type: none"> ・ライフステージに応じたスポーツ活動の機会を提供し、生涯スポーツを推進する。 ・地域スポーツ活動を推進し、スポーツと健康づくりの情報提供や相談体制を充実する。 ・E-リズム 江別市オリジナルのエクササイズ。どの年代の方でもリズムにのりながら、楽しく有酸素運動ができる。 |
| ○健康づくり活動 興味のある健康づくりの講演会等に参加してもらうことにより、健康づくりへ。 | <ul style="list-style-type: none"> ・健康づくり事業の情報発信 ・「地域健康づくり推進員」「健康づくりサポーター」の健康づくり活動の推進 ・がん予防やこころの健康等の講演会や学習会 |
| ○生きがいづくり活動 趣味の充実や仲間とのサークル活動、地域社会とのかかわりを持つことで充実した毎日を。 | <ul style="list-style-type: none"> ・生涯学習機会の情報提供 ・えべつ市民カレッジ 市内の4大学と連携し、受講者である市民が、問題意識と知識を獲得し、まちづくりに生かすための学習の場として、各大学を会場に講座を開催 |
| ○自治会やボランティア等の活動 身近な地域での交流やボランティア活動により、安心して暮らせる地域づくりへ。 | <ul style="list-style-type: none"> ・ボランティアセンターの運営 (社会福祉協議会) 市民がボランティア活動に積極的に参加できるよう支援し、地域福祉の担い手として活動できるように、ボランティアセンターを運営 ・愛のふれあい交流事業 (社会福祉協議会) 安否確認などの助け合い活動や身近な住民による交流を促進するための活動に取り組む自治会への支援 |

健康寿命の延伸に向けての取り組み（活動状況）について

委員名 _____

貴所属団体で、すでに健康寿命の延伸に向けて取り組み（活動状況）がありましたら、ご記入の程お願いします。**（貴所属団体事務局にも、照会予定でおり、貴委員が直接ご記入しなくても構いません。）**

今後につきましては、各団体の活動状況が分かるようなものを作成したいと考えておりますので、ご協力の程お願いいたします。

※記載については、資料1－3右側を参照にご記入願います。

○健康寿命の延伸に向けての取り組み（活動状況）について

※簡潔、箇条書きで構いません。

お手数ですが、12月16日（金）までに健康福祉部管理課へお寄せ下さい。

送付先 〒067-8674 江別市高砂町6番地の1 江別市健康福祉管理課総務・指導調整係
FAX 381-1073 TEL 391-1090

平成 28 年 10 月 26 日

江別市民健康づくり推進協議会 様

江別消費者協会
会長 塩越康晴
(公印省略)

第 45 回江別消費者大会のご案内について

拝啓 晩秋の候、皆様には益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。

日頃より当協会事業にご理解を賜り心より御礼申し上げます。

さて、当協会では毎年、時々の消費者に係わる問題をテーマとして、市民を対象に江別消費者大会を開催しております。

本年度は、テーマを「私達をとりまく食の問題を考える」として、別紙実施要領に基づき基調講演並びにグループ討議などを計画しております。

つきましては、業務多忙の折とは存じますが、是非、貴協議会の皆様に、食の問題把握の一助にして頂きたく、ご案内申し上げます。

なお、ご出席につきましては、お手数と存じますが、別紙の申込用紙で平成 28 年 11 月 18 日（金）までに FAX でお申込下さるようお願い申し上げます。

敬具

※保健センターで出席者の取りまとめを行いますので、ご出席を希望される場合は、11月17日（木）までに保健センター管理係（☎391-8036）までご連絡をお願いします。

江別消費者協会事務局
Tel. 011 - 381 - 1026
FAX 011 - 381 - 1072
松下 ・ 藤原

第 45 回 江 別 消 費 者 大 会 実 施 要 領

1. 目 的
食の安全・安心の問題は、人間が一生暮らすうえで基本となるものですが、時の経過とともに、食品ロスやTPPに係わる輸入食品の安全性、輸入食品の増加による自給率の低下問題、食品アレルギー患者の増加など、常に新たな問題が発生しています。これらの食の問題に適切に対応するためには、子どもの頃からの食育と親への食情報の提供など、消費者教育の必要性が一層求められています。
この度の消費者大会では、食の安全に係わるこれまでの問題を再確認するとともに、新たな問題について認識し、これらの問題を改善できるくらし方や活動を参加者とともに深めることを目的に開催します。
2. テ ー マ 「私達をとりまく食の問題を考える！」
3. 日 時 平成28年11月26日(土) 13:30~16:30
4. 会 場 江別市勤労者研修センター(2階)
〒067-0062 江別市緑町西1丁目 Tel. 011-385-1959
5. 主 催 江別消費者協会 会長 塩越康晴
〒067-8674 江別市高砂町6 江別市経済部商工労働課内
Tel. 011-381-1026
6. 後 援 団 体 江別市、江別教育委員会、(一社)北海道消費者協会
江別市小中学校校長会、日本消費者教育学会北海道支部
江別市食生活改善協議会、江別市民健康づくり推進協議会
江別市PTA連合会
7. 対 象 消費者協会会員及び一般市民等
8. 実 施 内 容
 1. 13:30 開 会
 2. 13:35 大会長挨拶
 3. 13:40 来賓挨拶
 4. 13:45 基調講演
テーマ「食品の安全・安心とTPPを考える！」
講 師 酪農学園大学 名誉教授 中原准一氏
 5. 15:00 質 疑 応 答
 6. 15:10 休 憩
 7. 15:20 グループ討議
 8. 16:25 大 会 宣 言
 9. 16:30 閉 会
9. 参 加 費 無 料
10. 参加見込人数 60名