

北上市P連会報

第35号

一発行日一
平成25年
(2013年)
12月17日

発行：北上市PTA連合会

企画編集：広報委員会

印刷：北上アビリティセンター



大震災から2年半以上が経過しましたが、沿岸部の多くの子ども達は、未だ仮設校舎で学んでいるのが現状です。復興の歩みは確かに見えているのですが、多くの課題が残っているのもまた事実です。これから先も何が起こるか分からないのが現実の生活です。そのために、私達は何をすべきでしょうか。今一度、「釜石の奇跡」など被災地で発揮された人々の英知に学び、防災への意識を高めておくべきではないでしょうか。自分と関わる全ての人々への感謝の気持ちやいたわりの気持ちを忘れることなく、日々を過ごしたいものです。

目次	☆特集 「防 災」 …………… P 2	☆報告 4 IT技術講習会 …………… P 6
	☆学校紹介 黒沢尻東小・上野中 …………… P 4	☆報告 5 市P連母親委員会の活動 …………… P 7
	☆報告 1 P会長・校長・副校長交流研修会 … P 5	☆報告 6 岩手県PTAリーダー研修会 …… P 7
	☆報告 2 北上市PTA連合会研修大会 …… P 5	☆市P連会長あいさつ・編集後記 …………… P 8
	☆報告 3 東北ブロック研究大会福島大会 … P 6	





特集

防災

飯豊小学校

防災…言葉では簡単に表すことが出来ますが、実際災害が起こってしまうと何をすれば良いのか、何をしなければいけないのか分からなくなってしまうものです。

2011年3月11日に発生した東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)からもうすぐ3年になろうとしています。震災当日、ここまで津波が来るはずがないと安心してしまい犠牲となってしまった方、こんなに早く津波が来るとは思わなかったと話す友人を見てきました。小さい時から『地震が来たら身を守り、すぐに高台へ避難』と言われて来ましたが、やはり何処かでこんなになるわけがないと思いついてしまっていました。

この教えを守り、防災意識の高かった釜石市の小、中学校ではほぼ全員が津波の難を逃れました。

被災地ではまだ多くの方が仮設住宅で生活されています。テレビや雑誌で被災地の事を取り上げていますが、活気を取り戻している姿や街の様子を取り上げられているのは街の中心部だけと言うのが現状です。少し中心部から外れると津波の影響で曲がったままのガードレールや地盤沈下により水没してしまっている橋が放置されたままの地域もあります。このような光景を目にするといかに災害が恐ろしいものか、どれくらいの高台まで避難が必要だったかを改めて考えさせられます。

復興は進んでいますが、元の街の姿に戻すことは出来ません。しかし、この震災を後世に伝えることで、より防災意識の高い街造りができると思います。多くの方が被災地を訪れ、現場をみて震災の状況を周りの

人や SNS 等で拡散し更に多くの人達に震災時の状況や現状を知って頂く事も、防災や復興の手助けになるはずです。



口内小学校

東日本大震災、集中豪雨、突風や竜巻などの自然災害、福岡の病院火災など災害は様々で、いつどこで発生するかわかりません。“いざ”という時に備え4学年親子行事で親子防災教室を開催しました。

例年、親子行事はレクリエーションなどを行なっておりましたが、今年度は親子防災教室を開催しました。

講師に北上地区消防組合の職員を迎え、火災発生時の煙体験と水消火器を使用しての消火訓練を行いました。

煙体験では、火災時には煙により視界が悪くなるので不安やパニックにならないよう二人で手をつなぎ壁伝いに避難すること。煙を吸い込まないように出来るだけ低い姿勢で口元にハンカチなどを当てること。と指導を受け、児童たちが二人一組でテントに入りまし

た。続いて親子でテントの中へ入りましたが、中は煙が充満し周りが全く見えず、指導を受けたように壁を頼りに進まなければ出口が分かりませんでした。

次に水消火器を使用しての消火訓練を行いました。消火器の使い方の説明を受け“遠くから火に近づいて掃くように消火”と消火の方法を教えていただき、火



に見立てた的を目掛けて消火訓練を行いました。消火器が家庭にあっても使い方を知らない児童が多く、消防署の方には親切丁寧に教えていただきました。

煙体験、消火器訓練、共にもしもの時に実践できるよう、参加者全員が“命を守るためのリハーサル”と捉え真剣に取り組みました。



黒沢尻西小学校

防災…、一昨年の東日本大震災があまりにも強烈に印象に残っているため、防災と言えば地震や津波に対する備えのように感じているこの頃ではありますが、もちろん災害はそれだけに留まらないのは言うまでもありません。

前述の地震、そしてそれに伴う津波はもちろんのこと、8月の豪雨による河川の氾濫や土砂崩れ、台風などによる強風や暴風、雷、雹、火山の噴火、そしてこれからの季節は豪雪や大寒波も災害の一つです。また、そういった自然災害だけではなく、火災や戦争もそうですし、近年ではテロによるもの、例えば爆弾、生物・化学兵器、ハイジャックによるものはWTCビル崩壊を覚えておられる方も多いはず。まあ、実際のところは、ここ岩手に関しては災害と言えば圧倒的に自然災害の割合が多いわけですが、過去には隼石上空で全日空機と自衛隊機が衝突した事故等もありますから、「岩手だから…」というように自分で勝手に固定観念に囚われるのは、いざ何か災害が起こった時の対応を遅らせる原因にもなりかねません。そしてその固定観念こそが既に人災そのものと言っても言い過ぎではないと思います。

そういった意味においては、我々の生活は常に様々な災害と隣り合わせにあると言えるでしょう。であるならば、当然子供達の周囲にも災害は溢れていて、もちろんいつ何が起こるかは誰にもわかりません。学校においては、年に数回は火災や地震に対応する訓練を行っているでしょうし、学校によっては不審人物が校内に侵入した場合の訓練もしていると聞いています。我が黒沢尻西小においては、何かあった場合のために「子供110番の家」という場所が地域の多くの御協力のもと数多くありますし、通学路に沿って一時的に子供達が緊急避難するスペース（駐車場など）の設定もさせて頂いております。



また、昨年からは緊急配信メールシステムを導入して、いざという時の情報発信を確実に行う備えができました。今のところは「天候が怪しい時に運動会などの学校行事が開催されるかどうかの連絡」と、「修学旅行などで子供達一行が無事にホテルに辿り着いたことの連絡」がメインですが…

いずれにしても大事なことは、「災害とはこういうものだ、という固定観念を捨てること」と、「常日頃から想像力を最大限働かせて、様々な備えを二重三重に張り巡らせること」、そして、「常に訓練を積み重ねること」なのではないでしょうか。そのためには、我々PTAは何ができるのか、これもまた常に想像力を働かせ、結集し、学校側の備えと摺り合わせながら漏れの無いように備えを充実させるのは当然です。その備えで本当に大丈夫かを検証しながらより良いものに更新する作業を継続することも必要です。

「自分の身は自分で守る」、「生きるということは、闘うという事」、あの震災で学んだ多くのことの一つだと思います。我々自身が改めて確認すると同時に子供達にしっかりと伝え、何が起ころうと強く生き抜く力を身につけさせるのが大事なことだと考えます。

学校
紹介

「東風まつり」で地域との交流の場づくり

～黒沢尻東小学校父母と先生の会 活動紹介～

当会では、子供達の健全な成長と安心安全な教育環境づくり、会員相互の交流、地域との連携強化を活動方針に掲げ、家庭教育講演会の開催、環境整備の実施、スクールガードリーダー講習会の開催、親睦交流会の実施など、地区自治協議会および交流センター事業と連携し協力をいただきながら活動を行っています。また、学年委員会や地区委員長会などの各専門委員会、図書ボランティアや課外クラブ支援、おやじの会などのボランティアを組織化し、活動方針を具体化する取り組みを進めています。

今回は、活動の中から「東風まつり」の取り組みをご紹介します。「東風まつり」は、児童の学習成果発表の場、会員同士の交流の場、地域住民の皆様との交流の場として位置づけ開催しており、今年で第7回目を迎えました。今年度は10月5日(土)に開催し、学校課外クラブのほか川岸かっぱ太鼓、川岸保育園児や小島崎さんさ踊りの

皆さんなど、当地域の皆様にもステージ発表に出演・参加をいただき、また、家庭で眠っている日用品などのバザーコーナー、子ども向けお楽しみコーナー、ラスクやチュロスなど飲食物の販売コーナーなどを設け、広く交流を深めました。このうち、バザーやお楽しみコーナー、飲食コーナーの売り上げは、当会で設置している「スポーツ・文化等助成基金」の原資として、子供達が水泳競技大会や陸上競技大会の練習などに必要な物品購入、課外クラブ(合唱・トランペット・バトン)の物品購入、図書の購入費、環境整備費などに活用させていただいております。

昨今、地域における連帯意識の希薄化などが言われておりますが、今後も「東風まつり」をはじめ各種事業を通して、学校・家庭・地域のつながりを意識し、子供達を応援して行きたいと思っております。



ゲームコーナー：わなげ



飲食販売：わたあめ・フランクフルト



ステージ発表：川岸保育園かっぱ太鼓

学校
紹介

上野中学校が創立 30 周年を迎えました

～継承そして前進 未来につなぐ上中魂～

北上市立上野中学校は、昭和 59 年に北上中学校の過密化解消と地域の皆様の強い願いにより創立され、本年度、30 周年を迎えることとなりました。創立以来、4018 名の卒業生を輩出し、県内外で広く活躍されています。

11 月 8 日に上野中体育館にて「立志式」「記念講演」を、9 日には「30 周年記念式典」及び、シティプラザ北上にて「祝賀会」を開催しました。

体育館には 30 周年を記念して作成した「継承そして前進 未来につなぐ上中魂」と染め上げられた横断幕と、のぼり旗「限界突破」で彩りました。この言葉は、何らかの形で全生徒が記念事業に関わり、そして思い出に残るようにしたいという思いから、生徒より募集し、選定しました。

立志式では、そのステージで生徒一人ひとりが「願いと思い」を込めた言葉で、心に刻まれるよう大きな声で発表しました。

また記念講演会では、現任校である不来方高等学校 男子ハンドボール部を率いて、全国大会等でも優勝に導いている監督の内記徹先生をお迎えし、「頑張る姿は人に勇気を与え、諦めない姿は人に感動を与える。」と講演をしていただきました。

翌日の記念式典は、たくさんの来賓の方々をはじめ、地域の皆様、旧職員他、在校生、教職員ら約 600 人が参加しました。校長



先生の式辞、そして第三代PTA会長の小原宣良実行委員長の挨拶、北上市長、北上市教育委員会教育長、歴代校長、同窓会長からの祝辞をいただきました。創立当時は体育館やプールも無かったことや、校歌までもが制定されていなかったことなど様々なエピソードをうかがうことができました。引き続き、生徒会長の「新たなことへの挑戦」の決意が述べられました。そのあと学校功労者への感謝状が贈呈され、吹奏楽部による笑顔になれる素晴らしい演奏のあと、全員で校歌を歌い大盛況により式を閉じました。

祝賀会では、100人以上が出席の中、ド迫力の原頭太鼓とノリのいい吹奏楽の演奏で始まりました（これらの楽器達は、記念事業の一環で整備されたものです）。本当に素晴らしい演奏でした。会は終始にぎやかに進められ、万歳三唱をもって閉会といたしました。



平成 25 年度 P T A 会長・校長・副校長交流研修会

7月27日に、北上市PTA会長・校長・副校長 交流研修会がシテイプラザ北上にて行われました。

研修会のねらいは「学校と家庭・地域が子供たちの成長・育て方について学び考える。又PTA並びに学校組織において、共に成長し成果を上げる為のリーダーのあり方について学ぶ研修会」となっており、今回は京都造形芸術大学教授 本間正人先生を迎え『笑顔のコーチング』をテーマに公演して頂きました。

コーチングとは、「人間の可能性を引き出すコミュニケーション」で、その為の3つの基本スキル 1) 聴く、2) 問いかける、3) ほめる、を**笑顔で行う事**で相手の可能性は無限大に伸びて行くと教えて頂きました。公演中には2人1組となり、お互いに笑顔のコーチング演習も行い、終始和やかな雰囲気の中で公演を受ける事が出来ました。

最後に本間先生は、人間はダイヤモンド原石の様なものであり、ダイヤモンドを磨けるのはダイヤモンドしかない。人（子供）を磨けるのは人なんです。と締めくくられました。公演時間1時間半でしたが、あっという間の充実した講演会でした。



平成 25 年度北上市PTA連合会研修大会

今年の市P連研修大会は11月2日に日本現代詩歌文学館にて、ドキュメンタリー映画『生まれる』の上映会でした。

「自分は愛されているのだろうか…」と、親の愛情を感じないまま幼少期を育ってきたこの映画の製作者が、ある日の講演会で、「赤ちゃんは雲の上で親を選んで生まれてくる」という胎内記憶の話聞いた時、「自分も親を選んだのか、本当は愛されていたのでは…」という思いが芽生え、命の原点である「生まれる」ことを映画にしたいという思いで作られた。映画の内容は、実在する夫婦に子供を妊娠してから誕生するまでを密着取材する中で、お互いの不安で揺れ動く本音を語り合うというドキュメンタリーであった。

子供が生まれてくる形には様々なものがあり、障がいを持って生まれてくる子供、出産予定日に死んでしまう子供、また子供を望んだものの授からない夫婦など、私達が生まれてきたことは決して「当たり前」ではなく、奇跡の連続であるということ。

この映画を観て、私達が今こうやって生きているの

は偶然ではないことは勿論、両親、特に母親というものは子供を授かってから出産するまでの間に、どれほどの肉体的、精神的負担が掛かっているのかを痛ほど感じた。親に対する感謝の思いが一段と強くなったと同時に、だからこそ家族というものは目に見えない「絆」で強く結ばれているのだと感じた。命を無駄にするようなことがあってはならないし、無駄にしてはいけないとあらためて強く感じさせられた映画でした。



第45回東北ブロック研究大会 福島大会

今年度の第45回東北ブロックPTA研究大会は、9月7・8日に福島県で行われました。今大会は震災後初めての被災地での開催で多く人から「できるの?」という言葉のなか、準備がとてみたいへんだったそうです。

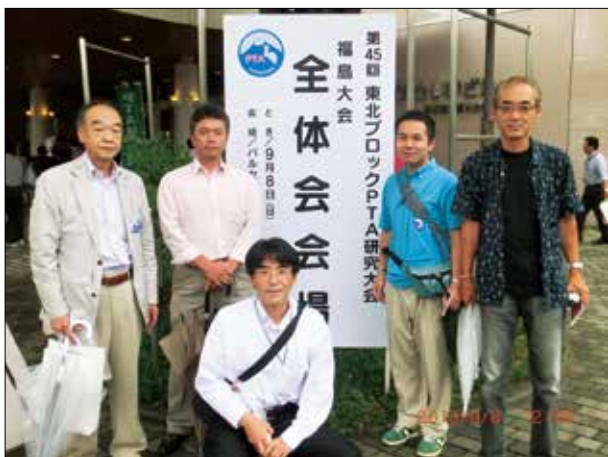
北上市からは5名の参加でした。今年の大会主題は「ほんとの空の下で語り合おう!笑顔あふれる子どもの未来を」～見つめ直そうPTAの絆、私たちがすべきことの再発見～をテーマに分科会コラッセ福島、全体会パルセいいざかで行われました。

分科会は組織・運営ということで基調講演とパネルディスカッションがあり、福島のパネリストの方が、学

校、通学路の除染を一日でも早くして子どもたちが安心して学校に通えるよう、PTAの活動として除染したこと、しかし避難などで人が集まらず、とても大変な活動だったなど涙ながらに話されました。

全体会の開会行事では、嶽間澤健一郎 前岩手県PTA連合会副会長(平成23年度北上市PTA連合会会長)が個人表彰を受賞されました。

記念講演は世界初の女性エベレスト登頂者、田部井淳子さんの「人生は8合目から」という演題で、初めてエベレストに登頂した時の話、今のエベレストの状況など笑いをまぜながらのとても面白い講演でした。



平成25年度北上市PTA連合会 IT技術講習会

【講習会の受講】

7月10日(水)北上コンピュータ・アカデミーにて、平成25年度北上市PTA連合会「IT技術講習会」が開催されました。今回も昨年に引き続き、北上市PTA連合会のブログ編集を行うための講習で、佐藤真弘市PTA連合会長を始めとする各学校のPTA会長などが参加して行なわれました。

今回は、ブログ編集についての講習のほかに、ブログなどによる情報発信のメリット、デメリット及び注意点などについての講習も行なわれました。上手に活用すれば発信したい情報を簡単に多くの人に送る事が出来ますが、一歩間違えると個人情報流出などの危険性もあります。今回の講習会では、皆さんが安心して楽しく利用するためのルール作りの必要性を感じました。



【ブログの初投稿】

昨年ブログ編集の講習を受け、投稿しなければと思いつつ1年が過ぎてしまいました。今年はそのような事がないようにと早速ブログの投稿に着手しました。

まずは、題材探しからです。黒岩小学校の児童を対象とした「白山わい・わい塾 移動宿泊体験学習」が、講習会から3日後に行われることが決まっており、題材はこれに決定しました。

次は、個人情報の取扱です。黒岩小学校PTA常任委員会が講習会の翌日にあり、役員の方々と画像の掲載方法などについて相談することができ解決しました。

あとは投稿するのみです。写真は多めに撮ったのですが、天候が悪いのか、腕が悪いのか、思ったような写真はなかなか撮れていませんでした。何はともあれ初めての投稿画面が右の写真です。機会があれば、北上市PTA連合会のブログを開いてご覧頂ければ幸いです。

最後になりますが、皆様も是非ご利用ください。



平成25年度北上市PTA連合会母親委員会の活動

今年度の母親委員会は、母親委員長（南中学校）を始め市内の9中学校から選出された母親委員の皆さんと、事務局（飯豊中学校）、母親委員会担当（飯豊中学校PTA会長・市P連副会長）とでスタートしました。

〔今年度の活動紹介〕

- ・学校給食施設の研修と試食会 8月28日（水）
於：西部給食センター
- ・食育研修会 10月29日（火）
於：農家レストラン まだ来すた
- ・サトウハチロー記念「お母さんの詩」
全国コンクール表彰式実行委員 11月23日（土）
於：さくらホール
- ・和賀地区PTA連絡協議会との情報交換と連携

☆学校給食施設の研修と試食会

北上市には三つの給食センターがありますが、その中で一番歴史の新しい西部給食センターにお邪魔しました。他のセンターでは業者に依頼しているようですが、西部給食センターは、センター内で調理しているそうです。事務局の副校長は、普段食べているご飯との違いに驚いていました。また、食物100g当たりの放射線量を食材毎に毎日測定しているなど、徹底した衛生管理がなされています。より安全でおいしい給食を提供してくだ



さっていること、食物アレルギーのある子どもには一人ひとりに応じた献立で対応していることなど、センターの職員の方々には感謝の気持ちでいっぱいになりました。子どもたちには感謝の気持ちを忘れずに、残さず食べてもらいたいと心から思います。

☆ 食育研修会

東山町在住の鈴木美感子先生を講師にお招きし、胆沢町の農家レストラン『まだ来すた』での研修会を開催しました。『食』とは、いのち・身体をつくるものであり、子どもが親の手から離れた時の宝物になる…というお話に、日頃の食生活を反省すると共に、これからの食生活を見直す気持ちになりました。また、『色が教えてくれる深層心理』でも、興味深いお話をいただきました。その様子は市P連ブログにも紹介しておりますので、ご覧ください。

母親委員会は、子どもたちの成長に欠かせない『食』について考え、それぞれの委員は所属する単位PTA等で学んだことを還元するよう心掛けております。母親の立場で気楽な気持ちで参加していますが、貴重な経験をたくさんさせていただいています。二年後には、『家庭教育セミナー』がこの和賀地区で開催されます。何年かに一度の大事業ですが、そのためにも各校の情報を交換する場として、これからの活動を更に盛り上げて行ける事を願っています。



岩手県PTAリーダー研修会

7月13日（土）に盛岡市渋民文化会館（姫館ホール）を会場に、「平成25年度岩手県PTAリーダー研修会」が開催されました。県内の各単位PTA会長や市町村PTA連合会長、地区PTA連絡協議会長などが参加し約550名規模での開催となりました。

研修会は2部構成で行われ、1部：岩手大学大学院教育学研究所 山本奨准教授を講師に「いじめ問題を考える視点」の講話、2部：岩手県中学校長会常任理事高橋清之校長をコーディネーターに「いじめ」に関するパネルディスカッションが行われました。

講話では、子どもははじめから上手な「人間関係づくり」ができるわけではなく、年齢や発達段階に応じた「人間関係づくり」の方法と態度を獲得する必要があります。学校は「人間関係づくりの練習」の場でなければならない。人間関係の中で「いじめ」に当たるか否かの判断は、表面的・形式的に行うことなく、いじめられた児童生徒の立場に立って行うものであり、決して強い弱い立場ではなく1回であっても立場は変わる。そして重要なのが主観的理解と客観的事実の区別であり、例えば主観的理解→怒鳴られた、客観的事実→大きな声で話したなど主観的・客観的判断で事態が

異なるという内容でした。

パネルディスカッションでは各分野のパネリストから貴重な発言がありました。その中で「携帯やパソコンからの誹謗中傷が急増している」「ネット環境からの誹謗中傷によりいじめは実態把握が難しい」が共通の発言でした。

これから益々多様化してくると思われる「いじめ問題」、親としてどこまで対処できるかを考える貴重な研修会となりました。



会長あいさつ



北上市 PTA 連合会
会長 佐藤 真弘
(黒沢尻北小学校 PTA 会長)

『恨み』

(アイツはいらない) / そう言った。
 そう言ったお父さんの心。
 (いいよ。別に。) / 強がった自分の心。
 でも。 / つらい。 / つらい。
 未来なんかないくらい。
 この世の底を知った。
 嫌いだったのに。 / 痛かった。
 (大切) / (宝物)
 今更。 / そんな言葉並べても。
 私の心は戻ってこない。 / つぶれてしまった私の心。
 でも。 / (きれいな心) のすきまは、
 (恨み) という心で / うまった。
 ヨヅキ「14歳 いらない子」ポプラ社 より

近年、不登校やいじめ、引きこもり、DV、虐待など、子どもたちをめぐる事件のニュースをよく耳にします。これは決して子どもたちだけのせいではないと思います。「子どもは親の鏡」です。子どもの問題は、大人社会のゆがみや矛盾、生きづらさを映しているのではないのでしょうか。

「現代は家庭での教育力が低下し、しつけが十分にされていない。また物質的に豊かになり甘やかされて育っているため、わがままで精神的にひ弱な子どもが多い。」などと、よく世間で言われているのを耳にします。

編集 後記

およそ3年前に起きた未曾有の震災では沿岸だけに限らず、津波の被害がなかった内陸部でもインフラ機能が停止しライフラインが混乱しました。しかし震災当初と比較すると、今どれだけ危機感を持っているのかが疑問に思えるのも現状です。そこで今回は「復興支援」「絆」を支えながらも今一度原点に立ち戻り、特集記事を「防災」としました。

『子供の幸福実現』を目標とするなら、いかなる災害からも被害を最小限に食い止める努力をすることは、PTAとしての重要な役割であると考えます。子供たちの健やかな成長を目指し、これからも一致団結出来る北上市PTA連合会としての活動をしていきたいと思えます。

終わりに広報委員一人一人がそれぞれの分担をこなしながら、情報共有を図るべき目的意識を持って広報活動に取り組んできました。事務局はじめ広報委員の協力により「会報」を作り上げることができたことに感謝します。

「宿題しなさい」「片付けなさい」などと、言葉でしつけようとするについつい口やかましくなってしまう、最後には叱ってばかり…。言われた子どもも面白くないので反抗してくると、親の機嫌が悪いときなどは、つい暴言をはいてしまうこともあるのではないのでしょうか。

これは「しつけです」と言いながら、子どもに八つ当たりしている、または必要以上に干渉している過保護の状態です。これでは、逆に子どもの気持ちを追い詰め、萎縮させてしまいます。これが何回も何回も繰り返されると「自分は無価値だ」と自己評価が低くなり、不登校や引きこもりの根本的な原因になってしまったりします。

先日まで放送していた「35歳の高校生」というドラマでは、スクールカーストの問題を取り上げていました。小学生にもなると、起きている時間の半分以上は学校のクラスで過ごします。いくら親が家庭で気を付けていても、学校で否定的な体験を重ねるとやはり「自分は無価値だ」と自己評価が低くなり、不登校や引きこもりの原因になります。

否定的な体験の最たるものは「いじめ」です。もう一つは、個性的な子どもが先生により「問題児」のレッテルを貼られ、叱られる→反抗する→叱られる…の悪循環をたどるパターン。また、「足が極端に遅い」「音痴」「給食を全部食べられない」など、一つのことができないと人間として価値がないかのような雰囲気になっていることもあると思えます。

相田みつをの名言で「ビリがいるから1位がいる」、「つまづいたっていいじゃないか にんげんだもの」などがあります。一人ひとり、いろんな価値を持って生まれ、生きています。子どもたちの一人ひとりの価値、可能性をつぶさず、生かしてあげられるよう、家庭と学校、親と先生、が協力して見守っていきたく強く願っております。

平成25年度北上市PTA連合会広報委員会

<委員長>	笠松小	狩野 弘之
<副委員長>	東陵中	昆野 将之
<委員>	黒沢尻東小	高橋 勝幸
	黒沢尻西小	八重樫 敏
	飯豊小	畠山 優
	黒岩小	昆 精寿
	口内小	瀬戸 和信
	鬼柳小	高橋 晃太
	上野中	鈴木 明
	北上北中	小田島弘子
	和賀西中	小原 博和
	和賀東中	照井 涉

市P連ブログもご覧下さい。

<http://blog.kitakamipta.net/>

