

3月24日(月) 地下2F講習室

9:45~11:45

笑いヨガ

自由参加

(事前申込不要。当日受付)

09:45~10:00 笑いヨガの説明

10:00~10:30 笑いの自己紹介や近況報告

10:30~11:00 (立って)笑いの準備体操と深呼吸、
笑いの体操

11:00~11:45 (座って)笑いの体操、
リンパマッサージ、片鼻交互呼吸

●持ち物:補水用飲料水、

動きやすい服装

●参加費:無料

●定員:20名

日本橋笑いクラブ



活動内容:笑いヨガ

対象:大人

連絡先:中井 厚子 ☎090-7112-9951

笑いの良い効果を最大限に引き出す体操をします。

自分のその日の体調に合わせた動きで

しっかりストレス解消!

皆さまのご参加をお待ちしております。

サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月24日(月) 地下2F第1洋室

10:30~11:30

タップダンス体験

3月4日から事前受付開始。
定員に達しない場合は当日受付可。

10:30~11:00 タップダンス体験

11:00~11:30 活動の見学、質問など

●持ち物:動きやすい服装
スニーカー

●参加費:無料

●定員:4名



中央区ステツパーズ

活動内容:タップダンス

対象:どなたでもご参加できます

連絡先:平岩 佐和子 ☎070-5079-6346

楽しみながらステップをふみます。

自分のその日の体調に合わせて動きで

しっかりストレス解消!

皆さまのご参加をお待ちしております。

サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720



令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月24日(月) 9F第2洋室

10:15~11:45

バレエ体験

3月4日から事前受付開始。

定員に達しない場合は当日受付可。

10:15~10:45 ストレッチ体験

10:50~11:20 バーレッスン

(公開レッスン、体験も可)

11:20~11:45 センターレッスン

(公開レッスン、体験も可)

●持ち物:動きやすい服装、
お持ちの方はバレエシューズ

タオル、水分

●参加費:無料

●定員:5名



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

Ballet Plaisir

活動内容: バレエ

対象: 大人

連絡先: 野崎 美千代 ☎090-7825-4223



✉ balletplaisir2019@gmail.com

初心者の方、大歓迎です!

クラシック音楽にのって楽しく

身体を動かしましょう。

まずはストレッチから、

皆さまのご参加をお待ちしております。



令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月24日(月) 第一和室

9:30~10:10

リトミック

3月21日まで事前申込。

それ以降の受付不可。

2023年度生まれ・2024年度生まれの

お子さんパパママでリトミック

●持ち物:タンバリン、
飲み物

●参加費:¥1000

●定員:6組



日本橋キラキラ リトミック

活動内容:リトミック(音楽に合わせて体を動かす)

対象:親子

※2023~2024年度生まれのお子さんで6カ月以上

連絡先:ハシモト ✉ nihonbashirito@gmail.com

親子で音楽に合わせて楽しく動きます。

絵本、パネルシアターを観たり、様々な素材に

触れながら季節を感じる体験ができます。

皆さまのご参加をお待ちしております。

サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月24日(月) 地下2F講習室

18:30~21:00

空手

自由参加

(事前申込不要。当日受付)

18:30~21:00 空手練習

- 持ち物:なし
- 参加費:無料
- 定員:10名



中央区青少年 空手道クラブ

活動内容: 空手

対象: 親子(4歳から)

連絡先: 神田 典明 ☎090-4747-2748

✉ n.k-and-a@docomo.ne.jp

中央区内で40年活動しています。

小学生が中心ですが、

幼年から大人まで誰でも参加できます。

大会に出場したり、黒帯も目指してみませんか。

皆さまのご参加をお待ちしております。

サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月24日(月) 地下2F 第1洋室

18:30~19:20

フラダンス

3月3日から事前申込先着順。
定員に達しない場合当日受付可。

18:30~18:50 基本ステップの練習

18:50~19:20 やさしい曲と一緒に
楽しく踊りましょう

●持ち物:飲み物、筆記用具

動きやすい服装

●参加費:無料

●定員:3名

Maluhia



活動内容:フラダンス

対象:大人

連絡先:猪俣 順子 ☎080-1035-1090

✉ maluhia.hula.1@gmail.com



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

月に3回、主に月曜日夜に練習をしています。

初めての方も、私たちと一緒にフラを学びませんか?

どうぞお気軽にご連絡ください。

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月25日(火) 地下2F講習室

10:00~11:15

ウォーキングエクササイズ

3月4日から事前受付開始。

当定員が達さない場合は当日受付可。

10:00~10:15 サークルの紹介、ウォーミングアップ

10:15~10:30 ウォーキングフォームのレクチャー、練習

10:30~10:50 全身の筋肉を使うウォーキングエクササイズと軽い筋トレ

10:50~11:15 ゲーム的要素のあるトレーニング、クールダウン、まとめ

●持ち物: タオル、
お飲み物

※動きやすい服装と歩きやすい靴で
お越しください。

●参加費: 無料

●定員: 25名

美スタイル パワーウォーク



活動内容: ウォーキングエクササイズ

対象: 大人(杖の方でもご参加いただけます)

連絡先: ✉ powerwalk8888@gmail.com

40代~80代のメンバーで月に1回第3月曜日に、
体と心の健康、美姿勢、マイナス10歳を目指して、
ストレッチや筋トレを取り入れたウォーキングエクササイズを
行っています。

皆さまのご参加をお待ちしております。



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催: 日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax: 03-3669-2720

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月25日(火) 8F 第二和室

10:00~11:30

音楽に合わせて体を動かそう!

3月4日から事前受付開始。
当定員が達さない場合は当日受付可。

●持ち物: 飲み物

(水分補給のため)

●参加費: 無料

●定員: 20名

10:00~10:20 挨拶、ふれあい遊び

10:20~11:00 親子リズム体操、
シェイクシェイク

11:00~11:20 お話(絵本など)

11:20~11:30 わらべうた遊び

親子リズム カスタネット

活動内容: 音楽に合わせて体を動かす、リトミック

対象: 親子(お子様の年齢は1~2歳を想定)

連絡先: 武井 和世

☎090-8058-1365

✉kazuyo.takei@gmail.com



お子さんと一緒に体を動かして親も子も
リフレッシュしましょう。

皆さまのご参加をお待ちしております。



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催: 日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax: 03-3669-2720

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月25日 (火) 9F 第2洋室

15:30~16:00

書道体験

3月18日申し込み締め切り。
申し込み多数の場合は抽選。

15:30~15:35 活動説明

15:35~16:00 体験(毛筆・硬筆どちらか)

- 持ち物:なし
- 参加費:無料
- 定員:3名



日本習字の会

活動内容:書道

対象:小学生~大人まで

連絡先:辻 ☒ 右記のQRコードから

読み取り下さい。



誰でも「美しい字・正しい字」が書けるようになる
書道サークルです。

日本習字のお手本を使い、硬筆・毛筆・かななどに
取り組んでいます。

小学生から大人まで、一緒に切磋琢磨しています。

皆さまのご参加をお待ちしております。

サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所:〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月25日(火) 地下2F第1洋室

18:00~20:30

フラダンス

3月4日から事前受付開始。
当定員が達さない場合は当日受付可。

18:00~18:40 子どもフラの練習

19:00~20:30 大人フラの練習

- 持ち物:なし
- 参加費:無料
- 定員:5名

リコレファの会



活動内容:フラダンス

対象:大人、子ども(4歳~)

連絡先:佐々木 律子 ✉ lehuakainoa@gmail.com

お子様の情操教育に良い影響を与えます。

体幹を使うので、姿勢がよくなります。ストレス解消にも役立ちます。

皆さまのご参加をお待ちしております。



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月26日(水) 地下2F 講習室

10:00~11:30

エクササイズ

3月3日から事前申込先着順。
定員に達しない場合当日受付可。

10:00~10:15 準備

10:15~11:30 体験会

●持ち物:上履き

動きやすい服装、
飲み物

●参加費:無料

●定員:20名

エクササイズ・ママ

活動内容:エクササイズ

対象:大人

連絡先:櫻井 典子 ☎090-4920-0242

✉ sakunori4415@docomo.ne.jp



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所:〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax: 03-3669-2720

健康年齢維持を目的として活動しています。

皆さまのご参加お待ちしております。



令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月26日(水) 地下2F講習室

14:00~15:15

吹矢体験

14:00~14:15 ラジオ体操

14:15~14:25 吹矢の説明、

道具・動作の説明、
模範指導

14:25~15:15 吹矢ゲームの体験

自由参加

(事前申込不要。当日受付)

●持ち物:タオル、
補水飲料

●参加費:無料

●定員:6名

人形町吹矢の会

活動内容:吹矢

対象:大人

連絡先:内田 恵子 ☎090-7230-2218

✉ koofu_an.so-kei@docomo.ne.jp

吹矢をすることにより、呼吸や口腔機能の活性化、
健康増進、集中力アップも期待されます。

皆さまのご参加をお待ちしております。

サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720



3月26日(水) 地下2F第1洋室

14:00~15:30

スローエアロビック

3月4日から事前受付開始。

当定員が達さない場合は当日受付可。

14:00~14:30 ウォーミングアップ

(椅子に座って全身ストレッチ)

14:30~15:00 無理のない筋トレ

(日常生活に必要な筋力アップ)

15:00~15:20 スローエアロビック

(音楽に合わせてのスローステップ運動)

15:20~15:30 スローダウン

(アフターケアのストレッチ)

●持ち物:タオル、運動しやすい靴

運動の出来る服装

補水用の飲み物

●参加費:無料

●定員:20名



シェイプアップ ダンス人形町

活動内容:スローエアロビック

対象:大人

連絡先:倉石 公子 ☎090-5515-5804

元気に生活する為の筋力アップ
と気力づくりが目的です。

楽しく身体を動かしましょう。

皆さまのご参加をお待ちしております。

サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月26日(水) 地下2F第1洋室

18:30~19:45

ヨガ体験

3月4日から事前受付開始。
定員に達しない場合は当日受付可。

18:30~19:10 ヨーガ研修(パート1)

19:10~19:15 休憩

19:15~19:45 ヨーガ研修(パート2)

- 持ち物:タオル、ドリンク
体操できる服装
- 参加費:無料
- 定員:2名

日本橋ヨーガ研究会

活動内容:ヨガ

対象:大人

連絡先:山梨 隆利 ✉ theyamanashis@m2.gyao.ne.jp

18:30 から 20:00 までの活動グループです。

お勤めの方にも参加いただけます。

現在2~3名募集中です。

皆さまのご参加をお待ちしております。



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720



令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月27日(木) 地下2F第1洋室

10:30~11:45

コアトレーニング&エクササイズ

自由参加

(事前申込不要。当日受付)

10:30~10:55 椅子でのストレッチ

10:55~11:20 リズムダンス、ペアでストレッチ

11:20~11:45 マットでストレッチ

●持ち物:タオル、飲料水

●参加費:無料

●定員:20名

h a p p y

エクササイズ



活動内容:エクササイズ

対 象:どなたでも参加可

連絡先:高見 恵子 ✉ makaha530i@me.com

サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

楽しく運動して心も身体も happy に！！

皆さまのご参加をお待ちしております。

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月27日(木) 8F 第二和室

9:30~11:00

自彊術体操

自由参加

(事前申込不要。当日受付)

09:30~11:00 自彊体操体験



●持ち物:動きやすい服装

あれば5本指の靴下

●参加費:無料

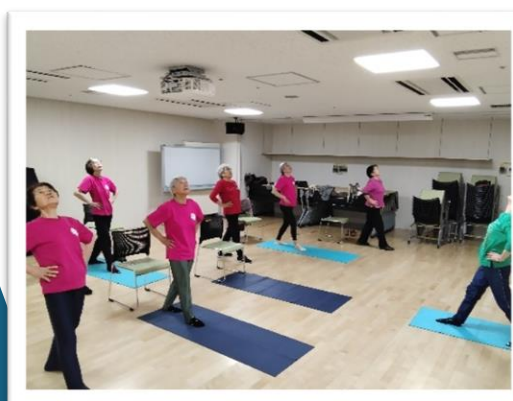
●定員:15名

自彊の和の会

活動内容:自彊体操

対象:大人

連絡先:金岡 善子 ☎090-8104-6893



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

楽しくやっておりますので、

皆さまのご参加をお待ちしております。

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月27日(木) 地下2F講習室

13:30~16:00

水彩画

自由参加
(事前申込不要。当日受付)

13:30~16:00 サークル会員と同様の活動
(水彩画のデッサン・着彩)

●**持ち物：水彩絵具、筆、
画用紙**

※持っていなければ当会で用意します。

●**参加費：無料**

●**定員：若干名**

遊彩会

活動内容：水彩画

対象：大人

連絡先：並木 忠雄 ☎090-2453-9919

ベテラン講師による親切丁寧な指導とサークル会員の
和気あいあいとした雰囲気の中で楽しく活動。

皆さまのご参加をお待ちしております。



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月27日(木) 地下2F第一和室

13:15~16:30

日本舞踊体験

3月4日から事前先着受付開始
要予約。当日受付不可



日本舞踊の所作を体験してもらい、その後、聞きなじみのある曲を短くしたもので踊ります。最後に参加者の皆様で体験の成果を発表します。

●持ち物:足袋・浴衣・帯・履ひも2本

※動きやすい服装でも可、
白ソックス着用必須

※髪の高い人は束ねる

●参加費:無料

●定員:各回10名

※体験中の撮影(写真・動画・録画等)はトラブルを避けるため禁止とさせていただきます。

サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

楽しむ踊り

活動内容:日本舞踊

対象:5歳~大人

※中学生以下は保護者同伴必須

連絡先: ✉ tanoshimuodori@gmail.com



老若男女問わず、日本舞踊の楽しさ、

身体を動かすことの面白さを

知ってほしいと思います。

皆さまのご参加をお待ちしております。



令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月27日(木) 地下2F 講習室

18:30~20:30

合唱

自由参加

(事前申込不要。当日受付)

18:30~19:00 公开发声練習

19:00~20:30 公開練習

●持ち物:なし

●参加費:無料

●定員:30名

男声合唱団 魁

活動内容:合唱

対象:大人

連絡先:吉澤 正樹 ☎070-4027-9589

✉ yosshy922@gmail.com

2015年7月設立。粋な男声合唱を目指して月2回木曜日の夜に練習しています。

合唱経験がなくても歌うことが好きであれば大歓迎です。

皆さまのご参加をお待ちしております。

サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720



令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月28日(金) 地下2F 講習室

14:00~16:00

スポーツ吹矢

自由参加

(事前申込不要。当日受付)

14:00~16:00 吹矢体験

※同時刻に人数が揃えばミニ大会開催!

●動きやすい服装とシューズ
でお越しください。

●参加費:無料

●定員:20名



人形町スポーツ 吹矢クラブ



活動内容:スポーツ吹矢

対象:どなたでも参加いただけます

連絡先:銀座大成功倶楽部内 梅原 ☎03-3527-2493

✉ dsclub1@daiseiko.co.jp

吹矢って、すごく楽しくて、とっても体にいいんです。

大人も子どもも、みんなで楽しめます!

一度、体験してみませんか?

皆さまのご参加をお待ちしております。



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月28日(金) 地下2F 第1洋室

14:00~15:30

フラダンス

自由参加

(事前申込不要。当日受付)

14:00~15:30 フラダンス

●持ち物:タオル、飲み物

※素足または靴下

●参加費:無料

●定員:20名



プルメリアの会

活動内容:フラダンス

対象:どなたでも参加いただけます

連絡先:松本 治子 ☎03-3249-5188

中高年のフラダンスサークルです。
皆さまのご参加をお待ちしております。



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

※昨年度の「サークル発表会」のお写真です。

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月28日(金) 地下2F 講習室

18:30~19:30

のどの健康スポーツボイス

自由参加

(事前申込不要。当日受付)

18:30~19:00 のどと健康とは? 講座

19:00~19:30 スポーツボイス体験レッスン

●持ち物:なし

●参加費:無料

●定員:10名

TEC青山

活動内容:スポーツボイストレーニング

対象:どなたでも参加いただけます

連絡先:新條 勝蔵 ☎090-8465-5771

✉ 358joe@gmail.com



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720



のどの筋肉を動かして健康になりましょう!

皆さまのご参加をお待ちしております。

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月28日(金) 地下2F 第1洋室

18:00~21:00

フルート演奏

自由参加

(事前申込不要。当日受付)

18:00~18:30 準備

18:30~19:00 アンサンブルのための基礎練習(公開練習)

19:00~20:30 アンサンブルの練習(公開練習)

20:30~21:00 後片付け

●持ち物:なし

●参加費:無料

●定員:なし

メルコレディ フルート愛好会

活動内容:フルート

対象:どなたでも参加いただけます

連絡先:森永 操 ☎090-4700-0191

フルート持参で気軽にご参加ください。

皆さまのご参加をお待ちしております。



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

3月29日(土) 地下2F講習室

9:45~11:45

チアリーディング

3月4日から事前受付開始。
定員に達しない場合は当日受付可。

9:45~体験受付開始

10:00~メンバーによる発表

10:30~チアリーディング体験

●持ち物: タオル、飲み物

上履き

動きやすい服装

●参加費: 無料

●定員: 15名

日本橋チアリーダーズ

活動内容: チアリーディング

対象: 年中~中学3年生まで

連絡先: 下記 QR コードからお申し込みください。



小学生を中心としたチアリーディングチームです！
日本チアリーディング協会認定の指導資格を持った
先生にご指導頂いています。

皆さまのご参加お待ちしております。



サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催: 日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax: 03-3669-2720

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月29日(土) 9F 第2洋室

18:00~20:30

ゴルフ

自由参加

(事前申込不要。当日受付)

ゴルフ初級者の自己流では、上達に限界があります。
私たちは長続きできる仲間作りと「継続は力なり」を
実践できる環境づくりを目指しています。
一緒にラウンドしてスキルアップしませんか。

●持ち物:なし

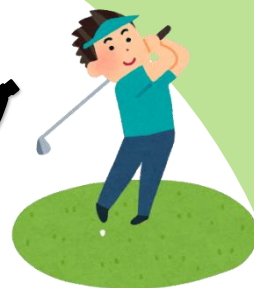
●参加費:無料

●定員:20名

※忘年会の写真です。



ミンクス ゴルフクラブ



活動内容:ゴルフ

対象:大人

連絡先:中村 盛夫

☎090-1836-9729

✉maroniemn@ginzapat.com

創立50年の歴史ある社会人サークルです。

ゴルフを楽しく真剣に取り組む仲間の集まりです。

皆さまのご参加をお待ちしております。

サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720

令和6年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月30日(日) 地下2F 音楽室

14:00~15:00

ギター演奏



自由参加

(事前申込不要。当日受付)

13:30~14:30 発表会練習

14:30~15:00 ミニ発表会

●持ち物:なし

●参加費:無料

●定員:10名



日本橋ギター アンサンブル



活動内容:ギター演奏

対象:大人

連絡先:岩永 義則 ☎090-6954-7164

ギター好きが集まり、20年前に発足しました。

ギター好き集まれ!

皆さまのご参加をお待ちしております。

サークル体験ウィークに関する問い合わせ

主催:日本橋社会教育会館

住所: 〒103-0013

東京都中央区日本橋人形町1丁目1-17

TEL: 03-3669-2102 Fax:03-3669-2720