

まほろば元気通信

2024
Vol.42
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1269 2024.12.23

注文専用ダイヤル
フリーダイヤル **0120-408-154**
携帯電話(無料通話プランなし) 0570-050-154
携帯電話(無料通話プランあり)・IPフォン 088-666-3321
受付時間 ①10:00~21:00 ②~④8:00~21:00 ⑤8:00~10:10

組合員サービスセンター
フリーダイヤル **0120-408-300**
携帯電話(無料通話プランなし) 0570-063-008
携帯電話(無料通話プランあり)・IPフォン 088-603-0080
受付時間 ①~④8:30~20:00

大和野菜「味間いも」を収穫しよう

里芋ってどんな風にできるか知っていますか?大きな親芋のまわりに小芋がたくさんくっついていて、泥んこの中からシャベルで「よいしょ!」と掘り出し、手探りでお芋たちを取り出します。奈良の在来種「味間芋」は、白くてきめが細かく、ねっとりしたとっても美味しい里芋!お芋を掘ったあとは、おぜんざいでほっこりしましょう。ご家族でも、大人だけのグループも、お一人さまもお気軽に参加ください。大人は里芋一袋のお土産つきです。※参加確定した方へ場所など詳細案内送付します。

■日時: 1月11日(土) 10:30~12:30 ■会場: 南檜垣営農組合の田んぼ

■参加費:(組合員)大人400円 子ども100円 (一般共) ■イベントID: 16244712
■定員: 20組50名程度 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ■主催: 理事会(地域連携ボード) 共催: 南檜垣営農組合
■持ち物: 軍手、お茶、200ml程のカップかお椀、お箸かスプーン、大きいシャベル(あれば)、持ち帰り用の袋、レジャーシート、服装: 汚れてもよい服、長靴 ■申し込みメチ: 12/27(金) ※応募者多数の場合、抽選。



甘いチョコの苦い現実『バレンタイン一揆』映画上映会

ガーナは、児童労働が報告されている国の一つ。世界第2位のカカオ生産国であり、日本はカカオ豆の7~8割をガーナから輸入。2014年ガーナ政府調査では189万人が児童労働に就いているとされ、カカオ産業では77万人の児童労働者が報告されている。(現在、カカオ生産に従事する子どもは約156万人。シカゴ大学NORC、2020年発表) 児童労働以外の人権問題もあります。カカオ農家は、チョコレート産業全体の利益の6%しか得ていないといわれ、なかには、人身売買で安い労働力を得ようとする生産者さえいます。また、西アフリカの森林破壊の主な原因はカカオ栽培であることも知られていません。コートジボワールは、かつて国土の25%を覆っていた熱帯雨林が、現在は4%未満にまで激減してしまいました。(参考: グリーンピース)
【チョコレートの原料、カカオ豆を、どこで誰がつくっているのか、あなたは知っていますか?】ガーナで児童労働の問題と出会い、悩み、闘った、日本の女の子たちの物語。(作品情報より) 上映後には、コープ自然派の身体に優しいランチを作りいただきます。(上映時64分)

■日時: 1月13日(月祝) 10:00~13:30

■会場: コープ自然派奈良 会議室 (磯城郡田原本町西竹田33-1)

■参加費:(組合員)大人700円 子ども100円 (一般)大人800円 子ども100円 ※子ども=中学生以下
■イベントID: 16244683 ■定員: 20名 ■主催: NARA+ive CINEMA
■託児: あり(1人500円/託児申込締切1/6月)。1才未満・子どもの同伴: 可
■持ち物: お子様は、子ども用フォーク・スプーンがあるとよいです。 ■申し込みメチ: 1/13(月祝) ※定員に達し次第、受付終了

New 平城宮跡を歩いてみよう!~心身を育む自然の中で身体活動の可能性~

自然栽培や無農薬で育つ食べ物の生命力を感じたことはありませんか?それを人間に置きかえてみると...私達自身も自然の環境に身を置くことが大切です。心も身体も、本来の自分に還る時間を一緒に過ごしませんか?一人で過ごすもよし、親子や仲間と子育て、食、健康、運動についてざっくばらんに話をしながら歩いてくもよし。月に1回そんな時間をもちながら、身体を整えたり、関係を深め合ったり、子どもの成長を見守り合ったり、それも自然任せの自由な時間です。(歩く距離は1~3km参加者の皆さんと相談してきめます。)

■日時: ①1/15(水) ②2/11(火) ③3/12(水) 10:00-12:00

■会場: 平城宮跡(集合: 奈良文化財研究所) (奈良市二条町2丁目9-1)

■講師: 妹尾 秀美さん (一般社団法人kakeHashi代表 / ぶくぶく亭)

■参加費:(組合員)大人200円 子ども50円 (一般)大人300円 子ども50円 ※子ども=小学生以下 ■主催: tenTEN ■定員: 7組
■イベントID: ①16244772 ②16244773 ③16244774 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可
*乳児同伴の場合抱っこ紐での森歩きとなります。体力等に自信がない場合がご遠慮下さい。*雨天中止です。その場合は前日に連絡します。
■持ち物: 動きやすい服装、歩きやすい靴、飲み物(必要であれば昼食) ■申し込み開始日: 12/30(月) 12:00より先着順
※メールは同日午前0:00より ■申込みメチ: 開催日の1日前12:00※定員に達し次第、受付終了

◇自然派の野菜セット

<42号> 注文番号330 1,080円(税込)

ゼーンぶ奈良県産!鮮度バツグン!直近のお届けは、有機ほうれん草、無農薬小松菜、無農薬青ネギ、無農薬ラディッシュまたは人参、無農薬じゃがいも、無農薬バナシメジです。



◇谷農園の野菜セット

<42号> 注文番号021135 1,544円(税込)

長年根強いファンをもつ、すべて無農薬の野菜セットです。出せるときに、出せるものを。何が届くかお楽しみに!

事務局NEWS

今週ぜひチェックしてほしいお知らせをお届けします。



お問い合わせの前に
組合員サービスセンターへのお電話が集中しつなかりにくくなっております。お問い合わせをいただく前にホームページの「よくあるご質問」をご確認ください。



キッチンカー出店情報

毎週月曜日 11時頃-14時頃@みのりの里しらにわ
毎週金曜日 10時頃-12時頃@旬の里まみが丘



お友だち紹介キャンペーン

お友だちにコープ自然派を紹介すると、紹介した組合員さんと紹介されたお友だちに、10フレンド差し上げます。ご紹介特典の条件:フレンド獲得には、新しくご加入頂いたお友だちが、ご加入後2か月以内に1万円以上(商品代金)のご利用が必要です。紹介お待ちしております!!

私のおすすめ商品

『阿波すだち鶏つくねスティック』
コリコリ食感がクセになりお箸が止まりません。味付けもしっかりしているので夕食のおかずにもなるし、お弁当に入れてもよし。たくさん入っていて食べたい分だけ「チン」できるので楽チンです!(拡大事務 松本友加里)

毎月第三月曜日は!活動室開放&ぐるぐるマーケット

下北山村の木材と漆喰の壁に囲まれた心地よい活動室に遊びに来てみませんか?無料リユースコーナーぐるぐるマーケット(お持ち込みはお一人5点まで。次の方が気持ちよくお使いいただける物、合成洗剤/柔軟剤不使用の服・本・雑貨・キッチン用品・子ども用品など。お持ち帰りは、何点でも!)や種の交換会も開催しています。組合員同士の交流 人とのつながり 社会とのつながり あなた自身もこの空間をつくるひとりです。時間内出入り自由、お待ちしております♪
※1~3月は第3月曜日開催です。最終月曜日ではありませんのでご注意ください。 ※申込不要/時間内出入り自由

■日時: ①1月20日(月)、②2月17日(月)、③3月17日(月) 10:00~13:00

■会場: コープ自然派奈良 会議室 (磯城郡田原本町西竹田33-1)

■参加費: 無料 ■イベントID: ①16244763 ②16244764 ③16244765 ■託児: なし ■主催: 理事会(環境平和ボード)

New 人生を変える!健康に生きるための洗濯の話

お洗濯って、誰もが一生関わるものです。でも、学ぶ機会はなかなかありません。その仕組みや意味について、考えたことはありますか?小さな疑問やお悩みはありませんか?今の時代、お洗濯は健康に直結しています。だから、あなたのために、家族のために、生まれてくる子供のために、誰もが知るべき内容満載の講座です。ぜひ、安心して心地よい洗濯物に包まれる毎日、お洗濯から始まる健やかな毎日を楽しくください!申し込み時、①会場参加 ②オンライン参加 ③録画配信 いずれかお伝えください。会場参加の方は、自然派のおやつ付き!※お申込みはメールにてお願いいたします。 eventnara@shizenha.co.jp
※当日参加の方もそうでない方も、後日期間限定で繰り返し録画配信を見て復習していただけます!学習会後にメールにてご連絡させていただきます。 ※お申込みの方全員に参加費をいただきます。キャンセルの場合は後日録画をご視聴ください

■日時: 1月21日(火) 10:00-12:00

■会場: コープ自然派奈良 会議室 (磯城郡田原本町西竹田33-1)

■講師: ほたるの里のお洗濯やさん 園山まり子さん

ナチュラルお洗濯アドバイザー。2019年に「ほたるの里のお洗濯屋さん」を立ち上げる。2020年より「香害認知を広める会」として活動。化学物質過敏症やアレルギーの体質改善・生活改善の相談を受けている。無農薬・無添加のナチュラルな生活を実践。特技は、合成物質、特に合成洗剤の味においを感知すること。

■参加費:(組合員)大人300円 子ども50円 (一般)大人400円 子ども50円 ※子ども=中学生以下 ■主催: オリーブの木
■イベントID: 16244775 ■定員: 会場15名、オンライン30名 ■託児: あり(1人500円)。1才未満・子どもの同伴: 可
■申し込み開始日: 12/30(月) 0:00より先着順 ※メールでお申込みください ■申込みメチ: 1/14(火) ※定員に達し次第、受付終了

おとうふ工房いしかわさんとざる豆腐作り♪

子どもたちに安心して食べてもらえるおやつ。動物の絵が描かれたパッケージのとうふ、ドーナツやきらず揚げの生産者、おとうふ工房いしかわの社長を愛知県からお招きします。添加物をなくし、にがりで作る豆腐は技術が必要では作れません。元々は一般的な豆腐を作られていた社長が、国産大豆ににがりこだわった豆腐作りを始めたきっかけや、最初は失敗続きだった豆腐作りの苦労話などを伺いながら、ざる豆腐作りを体験させていただきます。出来たてのほんのりあったかい豆腐を、みんなで作っていただきます。 ※お子さまが参加される場合は大人の方の取分けになります。ざる豆腐作りをされる場合は大人と同じ参加費をいただきます。

■日時: 1月23日(木) 10:00~12:30

■会場: 田原本青垣生涯学習センター 調理室 (磯城郡田原本町阪手233-1)

■講師: おとうふ工房いしかわ 社長 石川 伸さん

■参加費:(組合員)大人500円 子ども50円 (一般)大人700円 子ども100円 ※子ども=中学生以下
■イベントID: 16244753 ■定員: 20名 ■主催: 中南和地区くらぶ準備会
■託児: あり(1人500円/託児申込締切1/6月)。1才未満・子どもの同伴: 可
■持ち物: 筆記用具、エプロン、三角巾、手拭きのタオル、ふきん、持ち帰りようタッパー、保冷バッグなど
■申し込みメチ: 1/16(木) ※応募者多数の場合、抽選。メチ後、参加できない人にだけ連絡します。連絡がない場合は参加できます。





● イベントのお申込み方法

<24時間受付> mail : eventnara@shizenha.co.jp

- ★件名には必ず「コープ自然派イベント申込」と記入の上、送信ください。
- ★3営業日を過ぎても連絡がない場合はサービスセンターへお問合せ下さい。

<月～金8:30～20:00>

フリーダイヤル: 0120-408-300

携帯電話(無料通話プランなし)・IPフォン 0570-063-008
 携帯電話(無料通話プランあり)・IPフォン 088-603-0080

- 【お願い①】 準備の都合上、イベント申込・託児のキャンセルは、前日までに必ずご連絡ください。連絡がない場合、欠席されても参加費・託児費をいただく場合があります。
- 【お願い②】 お昼を越えるイベントでお子様に昼食をお持ちの際は「おにぎり」のみとして下さい。アレルギーのお子さん、他のお子さんの昼食を欲しがりますためです。ご協力お願いします。
- 【お願い③】 参加費はおつりのいらぬようにご準備ください。特に高額紙幣はご遠慮ください。
- 【お願い④】 企画の場を通して政治・宗教・ネットワークビジネスなどへの勧誘活動はお控えください。

- ▼お申込み時お伝えください。
- ① イベント名
- ② イベントID
- ③ 参加者氏名
- ④ 組合員コード
- ⑤ 参加人数
- ⑥ 連絡先
- ⑦ 託児 (名前・年齢・性別)

託児は1歳以上可

イベントの受付は〆切日の17:00までです

託児の〆切はイベント当日の1週間前です



イベント会場が「コープ自然派奈良会議室」の場合、公共交通機関でお越しの奈良組合員は、田原本駅からのタクシー代の一部として1000円を補助します。お申し込み時にタクシー利用とお知らせいただき、当日レシートを提示してください。

New 無添加の口紅を作ってみよう! / 無添加の開運チークを作ってみよう!

毎回定員を超えるお申込みの“無添加の口紅を作ってみよう!”講座。女性は一生のうち、20本もの口紅を食べていると言われます。そんな口紅が何から作られているかはご存知でしょうか?日々使っているものが私たちの身体にどのように影響するのか一緒に考えてみませんか!?お子様から大人まで安心して使える口紅を作ってみよう!午後からは、まるっと1日整う日。毎日使う、お化粧品(頬紅)は血色を良く見せ、内側も元気してくれます!でもそんなチーク…実は色素沈着やシミ・くすみの原因にも。その理由は…?チーク講座を通して、日々使っているものが私たちの身体にどのように影響するのか一緒に考えてみませんか!?アイシャドウにも使える発色チークを作ってみよう!ご希望の方へはお弁当付きのランチ会にもご参加いただけます。※お弁当は「キッチン突き当たり」のおばんざい弁当 ¥630 (お子さん:お子様むすび弁当¥550)を予定しています。※お申込み時にランチ会参加の有無とお弁当の有無を必ずお伝えください。午前講座+ランチ会、ランチ会+午後講座、各講座のみでの参加可能です。

■日時: 1月21日(火)

10:00~11:30 無添加の口紅を作ってみよう!

12:00~13:00 ランチ会

13:00~14:30 無添加の開運チークを作ってみよう! ■イベントID: 16244782

■講師: 水窪雅世さん

■会場: 生駒市南コミュニティセンターせせらぎ 201号室(予定) (生駒市小瀬町18) チーク詳細

- 参加費: 無添加の口紅を作ってみよう! (組合員) 大人1000円 子ども50円 (一般) 大人1500円 子ども50円 ※子ども=中学生以下
- 無添加の開運チークを作ってみよう! (組合員) 大人1000円 子ども50円 (一般) 大人1500円 子ども50円 ※子ども=中学生以下
- ※お子さんも別で1セット作る場合は1,000円(組合員)、または1,500円(一般)
- 定員: 各10名 ■持ち物: 飲み物、ランチ会参加の方はお弁当代 ■主催: daisy
- 託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ※未就学児の同伴は5名までの定員制。小学生以下は大人1人に子ども1人の同伴とさせていただきます。
- 申し込み開始日: 12/30(月)0:00より先着順 ※メールでお申込みください ■申込め切: 1/10(金)※定員に達し次第、受付終了

New 平和について考えましょう

フェアトレードのチョコレートを食べながら平和について考えてみませんか?歌や語りを楽しみながら、生協で平和活動を実践してきた仲宗根迪子さん、新田和夫さんのわかりやすい貴重なお話をお聞きし「わたしたちの2024年アピール 平和な社会にむけてわたしたちができること」について考えてみましょう。

■日時: 1月30日(木) 10:00~12:30

■会場: 奈良県コンベンションセンター (奈良市三条大路1丁目691-1)

■講師: 伊藤樹里さん(たんばぼの家アートセンターHANA)、田中啓義さん(奈良弁護士会)、

中川直子さん(わたばうし語り部インストラクター)、仲宗根迪子さん(医療福祉生協特別顧問)、新田和夫さん(奈良県生協連事務局)

- 参加費: (組合員) 大人300円 子ども50円 (一般) 大人300円 子ども50円 ※子ども=高校生以下
- 主催: 理事会(環境平和ボード) ■イベントID: 16244777 ■定員: 30名 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可
- 申し込み開始日: 12/30(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申し込みめ切: 1/23(木)※定員に達し次第、受付終了

第10回生産者消費者討論会「私たちのみどり戦略実現への行動～みんなで耕そう!～」

産直をめぐるさまざまな課題について、つくる人(生産者)と食べる人(組合員)がともに考え、意見を交わして、より良い産直を目指す生産者消費者討論会。コープ自然派の各産地では農水省の掲げる「みどりの食料システム戦略」を牽引する取り組みがすすんでいます。気候変動や異常気象など農業を取り巻く環境は目まぐるしく変化しています。10回目を迎え、今年は「みんなで耕そう」というテーマで、生産者、消費者という枠を超えて、各地域で何が必要なのか?何ができるのか?を話し合います。生産者と組合員がともに「誰もが有機農産物を食べることができる社会」を目指して、国産オーガニックを推進していきましょう。

■日時: 1月31日(金) 10:30~12:40 ■会場: オンライン

- 参加費: 無料 ■イベントID: 16244758 ■定員: 300名 ■申し込みめ切: 1月23日(木)
- 主催: アイチョイス×コープ自然派生産者消費者討論会実行委員会(連合産直委員会)

New 木津川市の学校給食ってどんな感じ?

意外と知らない学校給食。給食便りだけでは分からないこと、いっぱいありますよね。カレーは手作りって聞いたけど?アレルギー対応は、地産地消率は?給食時間は十分あるの?コロナ禍の影響はまだあるの??等等、知りたいことはたくさん。一緒に給食について話してみませんか。自然派のおやつを用意して参加お待ちしております!!(^^)

■日時: 2月2日(日) 10:00~12:00 ■会場: 木津川市情報発信基地キチキチ

- 参加費: (組合員) 大人300円 子ども50円 (一般) 大人300円 子ども50円 ※子ども=中学生以下 (木津川市南垣外15-2)
- 主催: 未来の給食を考える会(木津川市給食くらぶ) ■イベントID: 16244778
- 定員: 20名 ■持ち物: お子さんのおやつ必要な方はご持参ください ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可
- 申し込み開始日: 12/30(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申し込みめ切: 1/24(金)※定員に達し次第、受付終了

New 教えて旭商事さん!知ってるようで知らないたまご講座

今年の5月から、たまご容器のモールドパック化に取り組んでくださっている旭商事の山根さんから、アニマルウェルフェアやオーガニック・平飼いたまごのお話、モールドパック化への思いなどをお伺いします。たまごのヒミツを聞いたら、もっとたまごが好きになるかも!お話の後は、旭商事さんの安心たまごを使ったフワフワたまごサンドと手作りプリンをみんなで試食しましょう。※同伴のお子さんの試食は大人の分からのとりわけです。

■日時: 2月6日(木) 10:00~12:30 ■会場: コープ自然派奈良 会議室

■講師: 旭商事株式会社 山根浩敬さん (磯城郡田原本町西竹田33-1)

- 参加費: (組合員) 大人300円 子ども50円 (一般) 大人400円 子ども50円 ■イベントID: 16244779
- 定員: 20名 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ■主催: 理事会(環境平和ボード) ■持ち物: 筆記用具
- 申し込み開始日: 12/30(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申し込みめ切: 2/3(月)※定員に達し次第、受付終了

New グリーンウォッシュ禁止法採択1周年記念『トウルーコスト』映画上映会

2024年2月EU理事会が「グリーンウォッシング(根拠のない環境配慮表示などによって消費者に誤解を与えること)」を禁止する指令案を採択。環境にやさしいという虚偽広告や誇大広告は、今や企業の成長手段。2022年、ノルウェー消費者庁は世界的アパレルメーカーH&Mなどに対し、グリーンウォッシュを指摘。「グリーンウォッシュが特に横行しているのはファッション業界だ」(ニュー・スタンダード・インスティテュートの創設者マキシン・ベグ氏)。さらに、消費者の目をより大きな問題からそらす行為も、消費者をだますことだと指摘。そんなファッション・アパレル業界をテーマにした映画を上映。【あなたの服の本当のコスト 知っていますか?】石油業界に続いて、ファッション業界が環境に与える負荷は2番目に大きい。さらにはファストファッションブランドが台頭し、服の価格が著しく安価に。その一方で、インドやバングラデシュなどの服の生産現場では、労働者達は過酷な労働環境で働き、服が低価格化することに反比例するように高い代償が払われている実態が明らかに。この数十年で人や環境が支払う代償は劇的に上昇。また、安く買った物は大切にせず、気軽に捨ててしまう。その結果、大量生産・大量消費の先に大量廃棄という問題も発生しています。(作品情報より) (上映時93分、字幕) 上映後には、コープ自然派の身体に優しいランチを作りいただきます。※上映中の託児は、1名500円(税込)、定員あり。

■日時: 2月11日(火・祝) 10:00~13:30 ■会場: コープ自然派奈良 会議室

- 参加費: (組合員) 大人700円 子ども100円 (一般) 大人800円 子ども100円 ※子ども=中学生以下 (磯城郡田原本町西竹田33-1)
- イベントID: 16244684 ■定員: 20名 ■主催: NARative CINEMA ■持ち物: お子様は、子ども用フォーク・スプーンがあるとよいです。
- 託児: あり(1人500円/託児申込締切2/4火)。1才未満・子どもの同伴: 可
- 申し込み開始日: 12/30(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申し込みめ切: 2/11(火・祝)※定員に達し次第、受付終了

New GMOフリーゾーン全国集会inえひめプレ企画 「希望の給食～食と農がつむぐ自治と民主主義」オンライン上映会

有機農業や食の安全について、みんなで考える機会として映画上映会を開催します。学校給食は、子どもたちの健康と成長を支えるだけでなく、食について学ぶ生きた教材の役割も担っています。近年、日本各地では、給食に地産地消や有機の農産物が導入され、給食を軸にした地域の再生が始まっています。生産者の育成、環境保全、子どもの貧困といった課題への取り組みの中で、給食の役割が改めて注目されているのです。子どもたちの健康と成長を担い、地域の食と農をつなぐ給食。そこに私たちはどのような未来を描き、実現していくのか——?(2022年/上映時間42分) ※視聴方法についての詳細は、申し込みされた方に後日メールでご案内します。

■日時: 2月11日(火・祝) ①10:00~11:00 ②14:00~15:00

■会場: オンライン

- 参加費: (組合員) 大人300円 (一般) 大人500円 ■イベントID: 16244757 ■定員: 100名 ■主催: 遺伝子組み換え食品ストップネット
- 申し込みめ切: 2月4日(火) ※組合員のキャンセル受付は2/10(月)12:00まで。
- 以降のキャンセルについては返金いたしません。一般の方は入金後の返金はできません。ご了承ください。

New 呼吸の質を高めて健康お茶会

呼吸はとても大事です。お手軽な健康法!安全な瞑想法!丹田呼吸法を楽しんでいただけます。たまには自分のペースに合わせてご自身の呼吸の質を高めましょう。お茶会タイムは、身体に良い自然派食品の試食会を予定します。試食後は好評の参加者同士のコミュニケーションタイムの開催です。楽しいひと時を。※ご友人とのご参加の場合、申込全員の氏名をよろしく願います。

■日時: 2月18日(火) 10:00~12:30 ■講師: MINAさん

■会場: maru room (奈良市芝辻町2丁目6-14 近鉄新大宮駅より徒歩5分)

- 参加費: (組合員) 大人500円 子ども400円 (一般) 大人600円 子ども500円 ※子ども=中学生以下
- イベントID: 16244780 ■定員: 13名 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可(乳児50円保険料、参加連絡必要)
- 持ち物: タオル、筆記用具 ■主催: 奈良市地区くらぶ わ
- 申し込み開始日: 12/30(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申し込みめ切: 2/11(火)※定員に達し次第、受付終了



予告編



メールで申込み