



おやの芽・こどもの芽

諏訪地区 PTA 連合会
子育て委員会だより
令和元年7月発行 第1号
事務局：諏訪市諏訪 1-23-10

令和元年度 子育て委員会 活動テーマ「親子で考え、共に学び、成長しよう」

- 発行者：諏訪地区 PTA 連合会 子育て委員会 委員長 小飼明子(茅野東部中) 副委員長 伊藤淳(社中)
- 編集者：中村美和(岡谷東部中) 友野あい(社中) 有賀香(中洲小) 小林政幸(長峰中) 小池洋平(境小) 五味仁美(原小)

諏訪地区 PTA 指導者研修会 開催



5月26日、茅野市立東部中学校において、諏訪地区 PTA 指導者研修会が行われました。これは、小中学校PTA活動の望ましいあり方について研修し、会員・役員としての資質向上を目的とするもので、毎年この時期に、南信教育事務所と諏訪地区PTA連合会が共催で行っています。今回は「笑顔で学び 笑顔で育てよう」を研修テーマに、講演会と分科会を行いました。出席者は、諏訪郡内45校ある小中学校の、会長・副会長含むPTA役員と、校長・教頭含む教職員の皆さん200名以上の参加がありました。

当日は、下伊那郡松川町元教育長の**鋤柄郁夫**さんを迎え、「**聞こえますか 子どもたちの心の叫び**」と題してお話を下さいました。「テストの点数にこだわるのではなく、子どもの人間性を育てるのが大人の役目。子どもの心の叫びを聴きとる感性を持つにはどうしたらよいか。心の居・触・充が子どもを元気にする。目には見えない心を感じ、時を待たずして褒める、叱る。」前向きな子育てのヒントを、みなさんと考え合いました。

◆講演会の感想

★とても分かりやすい言葉で、ご自分のお孫さんとのエピソードを交えながらお話くださったので、終始和やかな雰囲気の中で聞くことができました。★子どもの発達段階に応じて、教え、身に付けさせるべきものがあるというお話に共感しました。★比べない、心で褒める、心で聴く、とても大切なことだと改めて思いました。★お饅頭が4つあり、子どもが3人でどう分けるといふ算数の問題。一人1個ずつと残りの1個は死んだおじいちゃんにあげると答えた子どもの考え方が素晴らしいと思いました。★親だって成長できるよ。人格を磨けるよ、と励まして頂いた気持ちになりました。



次に、7つの分科会に分かれ研修を行いました。

- 第1分科会 各学校のPTA活動について思いを熟く語ろう～PTA 役員情報交換・PTA 活動を活性化させよう～
- 第2分科会 家庭教育について考えよう ～単Pでも使える話し合い方法の体験～ 「ワールド・カフェ」
- 第3分科会 インターネット犯罪の現状 ～子どもたちを取り巻く現状の課題～
- 第4分科会 PTA 広報紙づくりは面白い！ ～思わず読みたくなる紙面づくりのコツをシェアしよう～
- 第5分科会 「永明小学校型コミュニティスクールの取組について」 ～各学校でのCSの取組を学び合おう～
- 第6分科会 学級レクに活かせる集団ゲームや運動遊び ～みんなで楽しくアイスブレイク～
- 第7分科会 鋤柄郁夫さんを囲んでの情報交換会 ～人間力豊かな子どもを育てるために～

この中で、子育て委員会は、第2分科会 ～単P(単位PTA:各学校の意)でも使える話し合い方法の体験～「ワールド・カフェ」という手法を提案し、参加者の皆さんに体験して頂きました。

ワールド・カフェとは？ 4、5人単位の小人数グループで、メンバーの組み合わせを替えながら、話し合いを続ける事により、あたかも参加者全員が話し合っているような効果が得られる会話の手法です。

◆ワールド・カフェのエチケット

- ☆正解や間違いはありません！リラックスして話し合しましょう！ ☆否定はせず、受け止めましょう！ ☆あなたの考えを積極的、簡潔に話しましょう。 ☆相手の話に耳を傾け、時には質問しましょう！
- ☆アイデアを繋ぎ合わせてみましょう！ **何より、会話を楽しみましょう！**



◆ワールド・カフェの標準的な流れ (今回は、各ラウンド 20 分間)

第1ラウンド 簡単な自己紹介の後、テーマについて探求する。

少人数でテーブルを囲み、テーマについて話し合う。模造紙に直接書き込んだり、付箋紙に記入して模造紙に貼り付ける。遊び心で、イタズラ書きや絵なども入れて。

第2ラウンド ホストを残しテーブルを移動、アイデアを”他家受粉”する。

新しいメンバーになるので、簡単な自己紹介の後、そのテーブルホストから内容を聞き、自分のテーブルでたアイデアを紹介し、つながりを探求する。

第3ラウンド 気づきや発見を統合する。最初のテーブルに戻って話し合い、アイデアを統合する。

全体セッション 集合的な発見を”収穫”し、共有する。

司会者の進行により、参加者全員で、それまでに得られた気づきやアイデアを共有する。



◆今回のカフェテーマ

★「最近、子供を褒めたこと、褒め方」 ★「どう付き合う？スマホ・SNS・ゲーム」

5～6人でひとつのテーブルを囲み、メンバーを入れ替えながら、カフェテーマについて会話を進めていきました。紙面の都合上、話し合いの結果を掲載することが出来ませんが、それぞれ新たな気づきがありました。



飲み物やお菓子もあり、「カフェ」のような空間

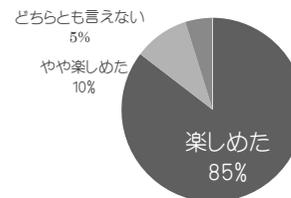


テーブル上には、各自の言葉がたくさん♪

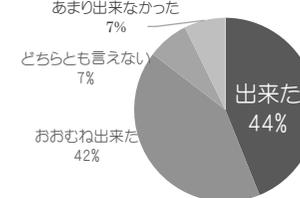
(※↑写真は印刷の加減でうまく表示出来なかったら、ごめんなさい)

◆アンケートの結果

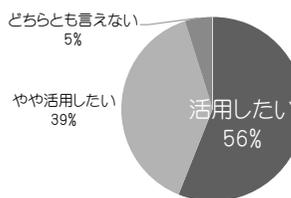
お楽しみいただけましたか？



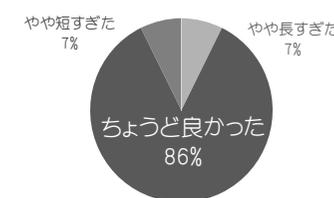
意見を十分に発言できましたか？



自分たちで活用したいと思いませんか？



時間配分はいかがでしたか？



◆参加者の声

★他校のPTAの方々とお話しする機会が大変有り難かった。★課題ばかりに着眼するのではなく、ホッとするよ
うな言葉に子育てに明るい未来を持つことができました。★皆さんの話を聞いて考えが広がりました。対話する
事、大事ですね。帰ったら、いっぱい家族で話をします。★皆さんが同じような悩み等を持っている事が確認でき
た。正解が無い事は、納得解(会)を作る事が重要と認識出来た。★テーマはちょっと難しかったが、書いたもの
を見合う事で「あっ！それなら！」と共感しながら進めることが出来た。★意見を引き出す、切り出しても良い雰囲気
など、書くことによってやりやすくなり、活用幅が広がると感じた。★ホストさんが上手にまとめて下さってスム
ーズで良かった。★沢山の父お父さん、お母さんのお話を聞くことができ、帰ってから今日までの私は「みんな同じなん
だ！」となんだか気持ちにゆとりが持っている気がする。★ピンポイントなテーマで情報共有ってなかなか出来な
いところ、目からウロコの話し合いの形だった。★皆さんが1人の親として、今回取り上げた内容以外にも、案外お
願い事を感じたり考えたりしている事が分かり非常に有意義な時間だった。★本当に楽しい時間と何処のお家も似
たようなものだと思える一時だった。★笑いたくさんあり、面白い意見が出ていて良い会だった。★自分
を見つめ直す意見も聞くことが出来て、短時間にもかかわらず大きな気づきを得ることが出来た。

楽しくて良かった！～大多数の感想～



◆テーブルホスト(スタッフ)の声

- ★参加者の方には積極的に、参加してもらえの方が多く助かった。★自分のグループには経験ある教頭先生が
いらっしやっただとでも助けてもらった感じ。★ワールド・カフェのやり方とルール説明はやった方が良かった。
- ★それでは始めて下さい！と急に始まってしまった為戸惑った。★始めに全体の進め方の説明が欲しかった。
- ★用紙の使い方や話の振り方、発表の仕方が分からなかったため、事前に全ラウンドやったり、用紙の使い方のレク
チャーがあるといい。★お菓子より、飲み物をもっと用意すれば良かった。
- ★プラスチックカップをやめて、マイカップを持参したらどうか(雰囲気華やかになりそう)。
- ★全体セッションの発表を、もっとしっかり纏めて話せば良かった。父親は子供と接する機会が少なく、更に娘さん
だと余計にお互いの距離感が分からず、会話に困ることもあるそう。奥様から、今日はこんなことがあったから
褒めてねと言って貰えると話も出来て、褒めることも出来るのでは。
- ★全体セッションで、全てのテーブル発表をしたい。
- ★「興味のある方は、各テーブルを回ってからお帰り下さい」などのアナウンスをすると、更に良かった。
- ★助言者の矢島先生が言われていた、納得解の考え方は、今後答えのない問題等に直面した際に家族で話し合う
時などに、大変参考になった。
- ★今回は『本来のワールド・カフェのやり方』という事だったが、私は両方とも体験してみて、テーマは多く、参加者
のテーブル移動も自由に行う方が、沢山の人の意見を共有する事が出来て、よりワールド・カフェの楽しさが
分かる感じがした。
- ★親同士としての話し合いは確かに楽しいのだが、ワールド・カフェは、今回のような具体的なテーマでは無く、も
っと抽象的な問いについて、新しいアイデアを生み出したい時に、真価が発揮できるのかも知れない。

◆ワールド・カフェは、各市町村PTA連合会や、学校単位、クラス単位でも実施可能です。
みなさんのやり方で、やってみて下さい。
参考書籍 「ワールド・カフェをやる 新版 会話がつながり、世界がつながる」
日本経済新聞出版社



諏訪地区 PTA 連合会について

諏訪 6 市町村の小中学校 45 校からの代表者で構成されており、役員は輪番制で毎年変わり、令和元年度は以下のメン
バーで活動し、各市町村や各学校へ情報をフィードバック出来るよう努めています。来年度は**連合会長と子育て委員長は**
下諏訪中から、副会長は豊田小・境小・小井川小・玉川小・下諏訪北小から選出になります。
市町村の枠を超えた交流ができ、面白く貴重な体験になることでしょう。来年度は、あなたが役員かも知れませぬ！

諏訪連合 PTA 会長の雁木です。難しい話は抜きにして、皆さん PTA 活動を楽しんでいますか？私は楽しんで
います。といっても PTA の役員としての活動はほとんどの場合 1 年で終わってしまいますよね。やっとどん
な組織なのかわかってきた、やる事がわかってきた、そんなときに終わってしまうのですよね。そんな PTA
役員ですが皆様のひとつひとつの活動が子供や地域に大きく貢献しています。子供たちを取り巻く環境改
善・保護者の学習の場々々、我々が影響を及ぼすことは多岐にわたります。ぜひとも関わることがありましたら
お力をお貸しください。そして来年・再来年へとその積み重ねを引き継いでいただければありがたいです。

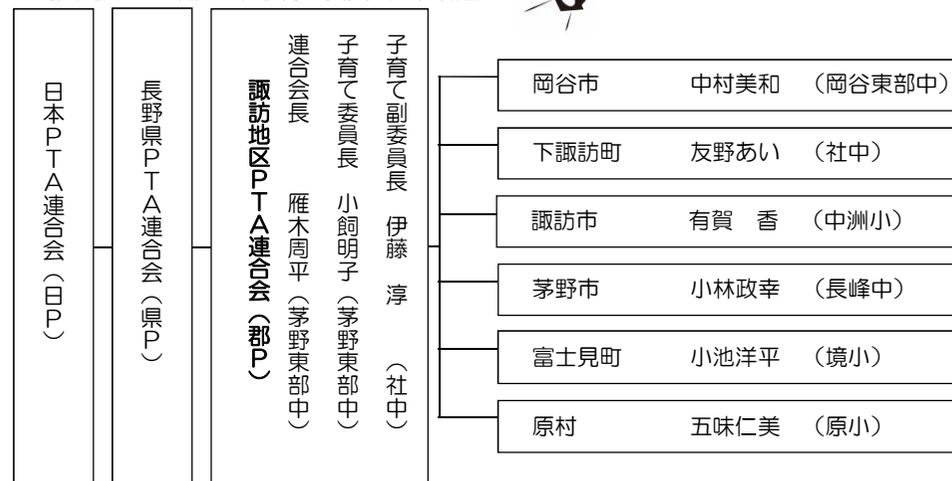
諏訪地区 PTA 連合会 会長 雁木周平(茅野東部中)

会長	雁木周平(茅野東部中)	子育て委員長	小飼明子(茅野東部中)	副委員長	伊藤 淳(社中)
岡谷市	副会長 黒河内孝行(岡谷東部中)	中村美和 (岡谷東部中)	池田秀司(岡谷東部中校長)		
下諏訪町	副会長 伊藤 淳(社中)	友野あい (社中)	小野英幸(社中校長)		
諏訪市	副会長 高井秀一(中洲小)	有賀 香 (中洲小)	小林みゆき(中洲小校長)		
茅野市	副会長 小林洋一(泉野小)	小林政幸 (長峰中)	松岡一成(泉野小校長)		
富士見町	副会長 三井信二(本郷小)	小池洋平 (境小)	矢島俊樹(本郷小校長)		
原村	副会長 行田晃弘(原小)	五味仁美 (原小)	名取義仁(原小校長)		
◇ 校長	副会長 赤羽秀俊(諏訪西中校長)	曾根原義治(上の原小校長)			
◇ 幹事	田中英幸(茅野東部中) 荻原美保(長峰中)	◇ 監事 守屋智和(宮川小) 小野綱(金沢小)			
◇ 事務局校	松島良次(茅野東部中校長) 事務局長 杉村秀樹(茅野東部中教頭)	事務局 齊藤寿清(諏訪教育博物館)			
◇ 長野県 PTA 連合会	監事(父親代表) 駒場 豊(岡谷北部中)				

諏訪都市 PTA 連合会事務局 諏訪市諏訪 1-23-10 電話 0266-58-2977 メール suwahaku@suwa-k.or.jp

令和元年度

諏訪地区 PTA 連合会 子育て委員会 組織図





おやの芽・こどもの芽

諏訪地区 PTA 連合会
子育て委員会だより
令和 2 年 1 月発行 第 2 号
事務局：諏訪市諏訪 1-23-10

令和元年度 子育て委員会 活動テーマ「親子で考え、共に学び、成長しよう」

○ 発行者：諏訪地区 PTA 連合会 子育て委員会 委員長 小飼明子(茅野東部中) 副委員長 伊藤淳(社中)
○ 編集者：中村美和(岡谷東部中) 友野あい(社中) 有賀香(中洲小) 小林政幸(長峰中) 小池洋平(境小) 五味仁美(原小)

陽だまり懇談会 開催



例年は秋に、諏訪地区 PTA 子育て委員会主催の講演会・勉強会などを行っていますが、本年度は、令和元年10月26日(土)、諏訪教育会館において、諏訪地区 PTA 子育て委員会と長野県 PTA 共催の陽だまり懇談会が行われました。これは、『子どもたちの健全な育成を目指し、望ましいPTA活動をどのように進めるかは、私たちPTA会員にとって最大の課題であり、とりわけ、子育てを巡る様々な事案が明らかになっています。保護者自身の「学びと連携」の必要性が一層高まってきている中、保護者自身の子育て力の更なる向上を目指すため、本年度の陽だまり懇談会は「大人の自己肯定感の醸成」ができるように』との、長野県 PTA 子育て委員長の意向によるものです。

今回はワールド・カフェ形式の話し合いと、講演会を行いました。出席者は、諏訪郡内45校ある小中学校の会長含むPTA役員と、校長・教頭含む教職員、長野県 PTA 連合会役員の皆様など 92 名の参加がありました。

当日は、平成30年度 長野県PTA連合会監事 黒岩裕子さんを迎え、『かけがえのない瞬間(とき)』と題して、「子どもと関われる今だからこそできること、子どもと過ごせる今を大切にしたい。子ども達に負けない創造力で明日の笑顔をつくりだしてみませんか」といった、お話をして下さいました。



★ワールド・カフェ実践

ワールド・カフェとは？ 4、5人単位の小人数グループで、メンバーの組み合わせを替えながら、話し合いを続ける事により、あたかも参加者全員が話し合っているような効果が得られる会話の手法です。

◆ワールド・カフェは、各市町村PTA連合会や、学校単位、クラス単位でも実施可能です。みなさんのやり方で、やってみて下さい。

参考書籍 「ワールド・カフェをやるう 新版 会話がつながり、世界がつながる」
日本経済新聞出版社



○今回のテーマ：「自分の心と向き合おう！子育てをしている仲間同士認め合い応援しよう！」

<テーマの背景>

「子どもの自己肯定感が高まる工夫って何だろう？親として何ができるのだろうか？」という問い
⇒子どもの自己肯定感が高まるために必要なもの(環境)とは、子どもにとって、陽だまりのような心休まる、ほっとできる居場所である。「自分は大切な存在なんだ」という自尊感情を育むことが必要である。(自尊感情は自己肯定感を育むための土台となる絶対的なものと考えられるからである。)

<課題>心休まる居場所とは、甘えさせる場所ではあるが、甘やかす場所ではなく、優しさや厳しさのバランスは大変難しい。子育ては親の思い通りにいかない。では、親としてどのような心持ちでいたらよいのか？

<陽だまり懇談会の目指すゴール>

「心にゆとりを持ち、おおらかな気持ちで子どもの気持ちに寄り添い、時には毅然とした態度で信念を貫く。そして子どもを信じる」こと。 **家庭教育の充実**

→そのために、大人自身が自己認識を深めて、自己肯定感が高まるような対話が必要である。

○実践 「自己紹介→自分を知る→お互いを応援する→応援メッセージを書く」 この懇談手順で行われました。

◇あるテーブルの応援メッセージ◇

子供へ
生まれてきてくれてありがとう。つらい時もそばにいるよ

話を聞いてもらえたことがありがたい。子どもに対しても同じなんですよ

あと半年。さあ、ラストスパートがんばろう！

広げよう PTA活動を

PTA活動も残り少なくなってきてさみしいけど、がんばろう！

力を合わせれば何でもできる

自分自身もストレス発散しながら、子どもと共に楽しむ時間を作ろう

何とかかなりそうな気がしてきた

ポジティブに考えよう

子どもの前では笑顔でいよう

かけがえのない家族、友人、PTAありがとう！

子どもと一緒に泣いたり笑ったり、もっとしよう！

みんなで協力してがんばろう！

成功をイメージしよう

子育てを楽しもう！

子育ての中にはいろいろあって、大変だけど、楽しんじゃいましょう

みんな同じで、子育てについての悩み情報共有しよう

クレーマーに負けるな。みんながついてる！

《 当日の振り返りより 》

◇役を受けていても、このような機会に参加しなければ、経験になりません。地元でこのような機会に恵まれてありがたかったです。同じ思いをされている方、いろんな経験をされている方と語れてよかったです。◇ワールド・カフェで、自分の短所だと思っていたことが、実は短所ではなく、がんばっていることなんだと気付かせていただき、自分を肯定的にとらえることができました。子どもに対しても、同じように励まし、ほめてあげることができるといいなと思いました。

◇講演会も良いですが、色々な方々の考え方に触れるこういった機会は自分の解釈が増量されていることを実感できてとても良いと思います。◇来る前はどんな時間になるんだろう？色々不安な気持ちもありましたが、終わったときには、とても貴重な機会だったと感じました。



◇ワールド・カフェスタイルの研修は学びが多く、これからの学校のあり方を親が学ぶ機会になると思います。◇一期一会、良い仲間と良い時間を過ごさせていただきました。様々な話を聞いて、たくさんの事を学ばせてもらいました。学校に戻って伝えていきたいと思えます。

◇ワールド・カフェ、初体験でどのように進んでいくのか全くわからない状態でしたが、とてもおもしろかったです。テーマがあって話をするより、紙に書いて見ながら話した方が記憶にも残りやすくなると思うし、話もしやすくていいなあと思います。学校でもやってみたいです。

◇ワールド・カフェは他ではなかなか話せない事が言える場所であり、とても楽しいと思っています。毎回笑顔でお話出来るので単Pでも出来るの良いなと思っています。市P以外の方とも話が出来て、とてもいい時間が過ごせました。

◇初めて陽だまり懇談会に参加させていただきました。各地区から参加された方々と話をすることができ、大変良い機会となりました。各単Pでもワールド・カフェ方式の懇談会ができるとよいと感じました。

◇ワールド・カフェ、初対面の方とでも、とても楽しく話せて良かったです。共感して頂いたり、ほめて頂いたことで自己肯定感を感じる事が出来ました。

◇ワールド・カフェに初めて参加しました。グループトークより気軽にできました。沢山学ぶことができました。ありがとうございました。

◇初対面の方と話ができて良かった。色々な話が出来、少し心が楽になった。

長野日報 掲載
2019年
10月28日

家庭教育の親の在り方を考える
P連が懇談会

県PTA連合会子育て委員会
諏訪地区PTA連合会
26日、PTA活動の活性化に
向けて話合う「陽だまり懇
談会」を諏訪市教育会館で開
いた。県内16市のPTA役
員の約100人が参加し、家
庭教育における親の在り方を
考えた。

子育ての悩みを
共感する参加者

「自分の心に向き合う一
歩をすすめる仲間同士の励み
い沁透しよう」をテーマ
に、5人のグループに分か
れて話し合った。参加者は
自分の良い所や子育ての悩み
などを色紙の付箋に書き分け
て貼り出した。

あふくろPでは、子ども
の気持ちが理解できず、また
に怒らせてしまったりと、母
のためにバランスの良い食事を
作りたいが、料理が苦手な
どの悩みが挙った。発言を聞
いた参加者は共感の声を聞
いたり、アドバイスを送った
り、アドバイスを送った。母
同連合の藤木南平会長(左)
半野市川一は、PTA活動
動も親としての在り方につ
いて学べる良い機会になった
急いで広めていきたいと
話した。(北原大輔)

～ 終わりに ～

今年度は諏訪の地で、陽だまり懇談会を開催させていただきましたこと、心より御礼申し上げます。諏訪地区PTA連合会の役員の皆様、参加して下さいました皆様、また遠方よりお越し下さいました各郡市PTA連合会の代表者の皆様、大変お世話になりました。本当にありがとうございました。この報告書を作成するにあたり、模造紙を拝見しますと、子育てやPTA活動に対して、とても意識の高い方々がお集まりくださったんだなあと感じました。仲間とともに考える質を高め、限られた時間の中で、子どもたちのためにできることをやっている今、とても素敵な時間です！皆様とのこの出会いを心の糧とし、今を大切に、そしてポジティブな思い込みをしながら、私も皆様と一緒に前に進んでいきたいと思えます。ありがとうございました。

長野県PTA連合会 子育て委員長 森 しのぶ (大町第一中)

各テーブルから笑い声、歓声、拍手が聞こえ、時間が過ぎていきました。短い時間の最後に応援メッセージがあり、ホスト役の言葉に涙した話を聞きました。面と向かって伝えてくれる感情のこもった言葉に、感涙されたら胸が熱くなりました。人が集まった会話、表情が見え、声のトーンもあり、人間が出す熱気で温か味を実感します。なのに、現代社会はどうでしょう…悩み所です。先生方、県、諏訪地区役員の皆様、事務局の協力で、準備から始まり、一般で来てくださった方々、楽しい時間を心から感謝申し上げます。

諏訪地区PTA連合会 子育て委員長 小飼 明子 (茅野東部中)

★委員長 小飼 明子(茅野東部中)

家庭の子育て・社会の仕事に追われていた自分に、役員会での会話は温まりました。頼り甲斐のある役員(委員)の皆様を支えられ日々過ぎています。大切な子供たちを一生懸命育てている姿が想像できます。すばらしい出会いと役割に感謝致します。

★副委員長 伊藤淳(下諏訪社中)

私が思う、郡PTAの役員最大のメリットは「他市町村役員との情報交換」です。講演会で誰を呼んだか？クラスのレクリエーションで何をしたら？等のほか、行事の運営時期ひとつ取ってみても自分の町や学校とは違う理由があったり、ワールド・カフェを体験したりと、私にとっては「なるほど！」の多い、実りのある1年でした。

★委員のみなさん

<p>中村美和(岡谷東部中) くじで決まった役員でしたので最初は不安はありませんでした。でも始めてみたら楽しい！先輩後輩もいて、何十年かぶりの部活動をしたような気分でした。今までに一番子育てについて考えた、自分にとって大切な一年だったと思います。この歳になって、仕事以外で一つの目標に向かう経験はとても貴重だと思います。</p>	<p>友野あい(下諏訪社中) PTA活動がどの様なものか分からずに始まりましたが、日頃顔見知りの学校単位PTA活動だけでなく、郡の代表校が集まる子育て委員として活動できて、今はとても良い縁が広がったと実感しています。また、ワールド・カフェというものを知ることができ、自分の知識が広がりました。</p>	<p>有賀香(諏訪中洲小) この一年、子育て委員として活動し研修会や講演会などを通して、様々な方と知れ合い学ぶことができ、とても良い一年になりました。子供を育てることを考え、自身を顧みることの出来た良い時間でした。支えてくださった方々と巡り合うことが出来た方々に感謝いたします</p>
<p>小林政幸(茅野長峰中) 振り返ってみると本当に楽しく活動できた一年間だったと感じます。5月の研修会での第2分科会と10月の陽だまり懇談会では、共にワールド・カフェのテーブルホストをさせて頂きましたが、参加された方が共通の困り事がある事が共有できた事や、今後の子育てのヒントになる事も得られ良い体験が出来たと思います。</p>	<p>小池洋平(富士見境小) 子育て委員になって6市町村が一つになり、すわっ子のために活動していると実感できる特別な場所だと思いました。今まで教育や子育てに熱心ではなかったのですが、研修会や懇談会を通じて自分の子育てを見直すいいきっかけになりました。</p>	<p>五味仁美(原小) 「子どもを他人(ひと)と比べない」。研修会でお聴きしに残った言葉です。はっとした一言でした。郡Pの仕事にこやかに「私がやりましょうか」と言ってお下さる役員の方々。素敵で思いやりのある仲間にも恵まれた一年です。感謝申し上げます。</p>

◆諏訪地区PTA連合会 令和2年度の予定

長野県PTA新役員研修会	2月23日(日)12:50～	塩尻市 文化会館レザンホール
新旧役員・事務局引き継ぎ会	3月2日(月)16:30～	諏訪市 諏訪教育会館
第10回代議員会	5月11日(月)17:30～	諏訪市 会場未定
諏訪地区PTA指導者研修会	5月24日(日)12:25～	下諏訪町 下諏訪中学校

