

大阪+知的障害+地域+おもろい=創造

知の知の知の知

社会福祉法人大阪手をつなぐ育成会 社会政策研究所情報誌通算 3334 号 2016.11.4 発行

精神障害者が働く と 障害年金とめられる？



埼玉の家族会が専門家招き研修会

福祉新聞 2016年11月02日 編集部

講演する青木教授（提供＝埼玉県精神障害者家族会連合会）

埼玉県精神障害者家族会連合会（飯塚壽美会長）は10月14日、「障害年金と就労の関係性」をテーマに研修会を開き、約200人が参加した。「精神障害者が働いて収入を得ると、年金が不支給や支給停止になるのか」といった不安が背景にあり、実務に詳しい専門家を招いた。

元社会保険庁職員で社会保険労務士の高橋裕典氏（同県川口市）は、申請者の居室の様子を収めた写真を申請書類に添付するなど、申請にあたって生活状況を的確に伝える工夫が大切だとした。

就職後に新規に申請し不支給となった障害者の例も挙げ、「就職前に申請していれば違っていただかもしれない。不服申し立てしても覆るのは全体の1～2割ほど。最初の申請が残るのでとても重要だ」と強調した。

精神・知的障害者の年金に関する厚生労働省の検討会委員を務めた青木聖久・日本福祉大教授も、家族などの日常生活支援があつて就労しているケースなどを念頭に「申請に備えて日常のエピソードを記録しておくことが大切だ」とした。

豊科病院（長野県）の精神保健福祉士の荒川豊氏は、申請者から委任状を得て申請代行していることを報告。県精神保健福祉士協会が年金の不支給や支給停止の実態調査を実施したことも紹介した。

厚生労働省によると、障害基礎年金の再認定で支給停止となった精神・知的障害者は2650人（2013年度）。その発生率は全国平均で2%ほどだが、都道府県間では最大5倍の開きがある。

診断書に就労状況を記入する欄が11年に設けられて以降、「働く と 支給停止になる」という声が顕著に聞かれる」（青木教授）という状況下で、研修会を主催した連合会でも支給停止の実例が会員から上がっていた。

連合会は1974年4月に設立。県内24の家族会で構成し、会員数は今年4月末現在886人。

修繕費3000万円支援 白壁土蔵群・第三銀行倉吉支店

日本海新聞 2016年11月2日
鳥取県と共同で「鳥取助成プロジェクト」に取り組む日本財団（東京都港区）の笹川陽平会長（77）が1日、鳥取中部地震で被災した倉吉市の白壁土蔵群を視察し、その一角にある旧国立第三銀行倉吉支店の修繕費に財団として3千万円を提供することを明らかに

した。



石田市長（右）の案内で視察する笹川会長＝1日、倉吉市の白壁土蔵群

笹川会長は倉吉市役所で石田耕太郎市長から被害の概況を聞いた後、同支店を訪れた。

同支店は1908年に建てられ、国登録有形文化財の鳥取県第1号。内部には障害者就労支援施設が運営する「レストラン&カフェ白壁倶楽部」があり、これまでも同財団が支援していた。今回の地震で壁の一部が崩れるなどの被害が出て営業できなくなっている。

笹川会長は「保存すべき施設は早急に修繕し、観光客が戻ってきてほしい」と話した。石田市長は「地域の状況を見て理解して

もらうことは、復興に向けて大切なこと」と感謝した。（高取正人）

「障害を自慢しとんのか」 元障害者施設長が利用者虐待 朝日新聞 2016年11月2日

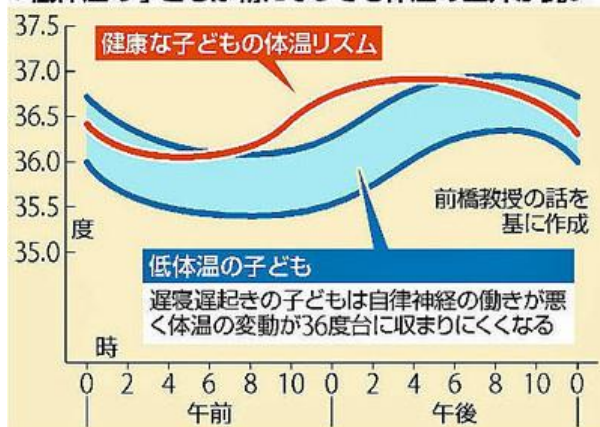
香川県坂出市の障害者福祉施設「アルシオーネ作業所」を利用する障害者に、60代の元施設長の男性が不適切な発言や暴力などの虐待を繰り返したとして、県は1日、同施設に対し、障害者総合支援法に基づき障害福祉サービス事業者の指定を取り消す処分をしたと発表した。25日付。

県障害福祉課によると、元施設長が利用者に日常的に侮辱的な発言をしたほか、頭をたたくなどの暴力行為もあった。足が不自由な利用者に「障害を自慢しとんのか」と差別的な発言をしたこともあったという。元施設長は一部の言動について認め、「指導の一環だった」などと話しているという。

2014、15年にも同じ元施設長による不適切な言動があるとの通報があり、県は行政指導などをしてきた。今年7月の通報で県は再度調査し、日常的な虐待があったと判断した。

平熱が35度台、増える「低体温」

低体温の子どものは朝になっても体温の上昇が鈍い



読売新聞 2016年11月2日

平熱が35度台の「低体温」の子どもが増えている。体力や集中力の低下などの悪影響も指摘される。多くは生活習慣を見直すことで改善できるという。

「低体温」とは、1日を通じて体温がおおむね35度台と低めにとどまっている状態のこと。最近はそうした子どもが珍しくないという。全国の小児科医107人を対象に2012年、飲料販売のキリンMCダノンウォーターズ（東京）が行ったアンケート調査では「低体温の子どもが増えている」との回答が8割近くを占めた。

調査を監修した奈良県大和高田市立病院の小児科部長、清益功浩さんは「低体温は代謝が低下している状態でもあるため、疲れがたまったり風邪をひきやすくなったりします」と話す。

人間の平熱は、生まれた直後は37度以上で、生後100日で37度ほど、2歳頃で36度台に落ち着く。夜眠っている時は低く、日中活動している時は高く、という規則的な体温リズムで生活するようになる＝イメージ図＝。

低体温は、このリズムが崩れた状態だ。早稲田大教授の前橋明さん（子どもの健康福祉

学)は「自律神経の働きが乱れ、体温調節がうまくいかなくなると、低体温になる」と話す。日中の運動不足で体温を上げる機会が少ないことも原因になるという。「低体温になると、登校・登園してげた箱の所でぼんやりと座り込んでいたり、午前中の授業が頭に入らなかつたりといったことが起こってきます」と話す。

自律神経のバランス回復を

低体温を解消するには、自律神経のバランスを回復すること。そのためには、規則正しい生活が最も大切だ。

まずは遅寝遅起きの改善から。小学生ぐらいなら、午後8時、遅くとも9時には寝るようにする。メラトニンというホルモンが分泌のピークを迎える午前3~4時に体温は最も低くなる。明け方にはコルチゾールなどのホルモンが出て体温が上がり、目覚めの準備が始まる。朝食時には体温がある程度上がっている状態になる。

ところが、寝るのが午後11時になると、体温の低い時間帯が午前5~6時にずれ、朝食の時間に体温が上がっておらず、食欲がわかない。朝食を抜けば、熱量摂取がないため、さらに体温は上がりにくいという悪循環に陥る。

運動も大切だ。3歳児までは午前中に思い切り体を動かす。ある程度体力がついた4~6歳なら、午後にも汗をかく運動をすれば、夕食をしっかり食べられ午後8時頃には眠くなる。

午後にテレビゲームなどで遊んで体力を使わずにいると体が疲れず、夕食時に小食になったりする。活動的な時間帯が午後8時過ぎにずれ、眠くなるのは午後10時を過ぎてしまう。

日中にしっかり活動して体力を使うことが大事だ。前橋さんは、幼児期なら親子でふれあう体操、小学生になったら鬼ごっこやドッジボールなどの運動を薦めている。

◆低体温になるのを防ぐ方法

- ◆早く寝る(午後8時が理想。遅くとも9時)
- ◆早く起きる(午前6時頃)
- ◆朝ごはんをしっかり食べる
- ◆1~3歳児は午前中に思い切り運動する
- ◆4~6歳児は午後3~5時にも
- ◆幼児は親子ふれあい体操、小学生は鬼ごっこなどがお薦め



高齢者や障害者 弁護士身近に 法テラス釧路 全国初、無償派遣 トラブル解決手助け

北海道新聞 2016年11月2日

高齢者や障害者を支援するため、弁護士の無償派遣を試験的に導入する法テラス釧路

【釧路】トラブルの法的解決に向け、情報を提供し助言する日本司法支援センター(法テラス)は、福祉関係者が高齢者や障害者への支援策を検討する場に弁護士を無償で派遣する制度を、11月中にも同センター釧路地方事務所(法テラス釧路)で試験的に導入する。弁護士に直接相談するのが難しい高齢者などのトラブルを防いだり、解決を図ったりする全国初の試みだ。



だ。

これまで法テラスは、法的支援を必要とする人が弁護士に助言を求める場合、支払い能力などに応じて弁護士費用を補助するサポートを行ってきた。だが高齢者や障害者の場合、弁護士に直接相談するのが難しく、そのままでは不利益が予想されるケースがある。法テラス釧路は福祉関係者の求めに応じて、支援策を検討する会議などに弁護士を派遣し、費用を負担することにした。

【秋の叙勲・旭日重光章】西川きよしさん「小さなことからコツコツと…古希を超えた今

も気持ちは衰えていません」

産経新聞 2016年11月3日

旭日重光章に決まった西川きよしさん

昭和61年の参院選大阪選挙区で約102万票を獲得し、初当選。「お笑い100万票」と呼ばれる大阪のタレント議員の代表格となった。受章について、所属事務所を通じ「微力ではありましたが、福祉制度拡充を実現させていただいた。これからも小さなことからコツコツと精進してまいります」とコメントした。

平成16年に引退するまで3期18年、無所属で政治献金や政党助成金を受けず、国会質問は350回を超えるなど精力的に活動。有料道路の障害者割引制度の拡充、高額医療制度の改善、シルバー110番全国統一電話番号の創設などに力を尽くした。

初当選当時はタレント議員への冷ややかな見方もあったが、「死ぬ気で頑張るんだと身震いしたことを鮮明に覚えています」とし、「古希を超えた今もこの気持ちは衰えていません」と述べた。



秋の叙勲 茨城県内から102人

産経新聞 2016年11月3日

3日付で発令される「秋の叙勲」が発表され、県内からは102人が受章した。内訳は、旭日小綬章6人▽旭日双光章18人▽旭日単光章3人▽瑞宝重光章1人▽瑞宝中綬章3人▽瑞宝小綬章24人▽瑞宝双光章24人▽瑞宝単光章23人。このうち、障害者支援施設の施設長として、長く障害者福祉に携わってきた水戸市の前田常男さん(82)＝瑞宝双光章＝に喜びの声を聞いた。

□瑞宝双光章 障害者支援施設運営・前田常男さん(82)

■定年後に設立「毎日楽しい」

「施設を始めてから1日だって嫌だった日はない。毎日が楽しい」

定年退職後、笠間市大淵の障害者支援施設「佐白の館」を発足させてからの約25年をそう振り返る。51人の職員をまとめ上げ、利用者の知的障害者の暮らしを向上させようと尽力してきた。

旧北山内村(現笠間市)の生まれ。都内の大学を卒業後、県庁に入庁し、定年退職まで福祉関係の部署を中心に勤務した。平成4年の施設設立のきっかけになったのは、昭和48年から出向した県立の障害者支援施設「コロニーあすなろ(現あすなろの郷)」での経験だった。

県や国との調整、職員の採用や予算要求など、5年ほど施設運営全般に携わった。それ以外にも多くの施設を訪れ、障害者支援の実態を見てきた。

そうして障害者と触れ合う中で「彼らは素直で純真。こちらの投げかけに、嘘偽りのない反応を返してくる。自分も『素の自分』でいられる」と感じるようになり、いつしか自分自身で施設を運営するのが夢になった。

設立直後は、入所者がたびたび施設から抜け出し、頭を悩ませた。

「入所したばかりの彼らの心の奥には『親が恋しい、家に帰りたい』という気持ちがある。それでもここを自分の家だと思ってもらいたい」

長い時間をかけ、人間関係を築いた。できる限り外出して外の世界を見せたり、節分やクリスマスなどのイベントも行ったりしてきた。今では、50人の入所者がわが家のように暮らしている。

東京パラへ障害者スポーツ盛り上げるコンサート NHKニュース 2016年11月3日

リオデジャネイロパラリンピックの閉会式で世界から注目された、日本の障害のあるダンサーなどが2日、東京で開かれたコンサートで再び集まり、2020年の東京パラリン

ピックに向けて障害者スポーツを盛り上げていこうと呼びかけました。

コンサートは東京都の障害者スポーツを支援するプロジェクトに協力している歌手のA I（あい）さんが開いたもので、2020人の観客が無料で招待されました。

ステージでは、リオデジャネイロパラリンピックの閉会式で注目された大前光市さんや、かんばらけんたさんなどの、障害のあるダンサーや歌手それに海外で活躍するアーティストなど7組が出演し、ダンスや歌などを披露しました。

左足に障害があり、「かかしのダンサー」という異名を持つ大前さんは、躍動感のある踊りの中で片足でバク転やバク宙を披露しました。また、車いすダンスのかんばらさんは、車いすの上で逆立ちをしたり、車輪を外して手で回したりするパフォーマンスを見せて、観客から大きな声援と拍手を受けていました。

コンサートの最後には、A Iさんがヒット曲の「みんながみんな英雄」を観客と一緒に歌い、4年後の東京パラリンピックに向けた機運を盛り上げていました。

千葉県からコンサートに訪れた20代の女性は、「障害のある人でもこのようなパフォーマンスができるのかと感動しました。東京パラリンピックが今から楽しみになりました」と話していました。

省略した会話伝わってる？発達障害の子も苦勞 滝沢卓 朝日新聞 2016年11月3日

発達障害の女子児童が言葉の意図を理解できなかった事例

「習ったところを音読する」という国語の宿題で、先生が「その日の授業で習った部分」という説明を省いたら、それまで習った全ての内容を読むと理解した



幼児が勘違いした出来事を記録し、分かりやすい話し方につなげている幼稚園を9月に記事で紹介したところ、「幼児に限られる話ではない」といった声が読者から寄せられました。今回は、発達障害の小学生の子どもが学校での会話に苦勞している話を取り上げます。

■「幼児の勘違い」記事に反響

9月17日付はぐくむ面で紹介した京都府宇治市の広野幼稚園では、先生が「運動会、何か（種目）出るの？」と聞くと、園児は「おやつが出るよ」と答えるなど、意図がはっきり伝わらなかった出来事とどんな情報が抜けていたのかを記録。読み

かえて大人の言葉遣いを園児が理解しやすいように改善し、災害時の指示にもつなげている。

掲載後、石川県内の女性（54）から「他人ごとではありません。娘もちょっと前ならやりそうなことばかりです」とのメールが届いた。

小学5年生の長女（10）は4歳の頃、発達障害のアスペルガー症候群（現在の自閉スペクトラム症）と診断され、特別支援学級で学ぶ。医師には言葉はどんどん覚えるが、覚えたことを応用することが苦手と言われた。

小学1年の時、「（その日の授業で）習ったところを音読する」という国語の宿題が授業のたびに出た。長女は毎回、4月からそれまでに習った内容を全て音読した。日に日に読む量が増えるため、女性が『今習っているところ』でいいのよと言ったが、長女は『習ったところ』を読まないといけないの。先生がそう言ったの」といって、なかなか理解できなかった。

低学年のころはそんな出来事が多く、女性はその都度、連絡帳に長女が担任の意図を理解していないことを書き、指示し直してもらった。進級で担任が替わると、教師がどのよ

うに気をつければいいかをわかりやすくするため、経験した具体例を伝えた。

重い障害でも地域で暮らす 得意に合わせた“仕事”を開発 グループホームで目指す自立



立 産経新聞 2016年11月3日
スープを作る人、麺をゆでる人、役割分
担してラーメンを作る＝愛知県半田市
の中華茶房「うんぷう」

障害が重くても、住み慣れた地域で、社会に参加しながら生きるには、どんな支えが必要か。愛知県にある社会福祉法人は、重い障害の人も働ける環境を作り、親に先立たれた後も地元で暮らせるよう、住まいを整える。小人数、多様な拠点を点在させて地域の暮らしを実現する。(佐藤好美)



吹き抜けの天井に木のほりを渡したアジアテイストの内装。中央の大きなテーブルには、セルフサービスの野菜やデザートが並ぶ。愛知県半田市にある中華茶房「うんぷう」の自慢は、黒豚チャーシューの乗ったラーメンだ。

おしゃれなラーメン店に見えるが、実は「うんぷう」は、障害者総合支援法に基づく「生活介護」の事業所だ。障害のある人に、日中の支援をはじめ、創作や生産活動の場を提供する。社会福祉法人「むそう」が運営している。

うんぷうで“働く”のは、知的障害などがある5人。その1人、山本勇介さん(30)がラーメンの注文を取っていた。来店者は、しょうゆ味(白)、みそ味(黄)、塩味(青)の色札から1枚を選んで山本さんに手渡す。接客は難度の高い仕事だが、山本さんは常連客に「ハーフ?」と問いかけた。麺を通常の半分の量の「ハーフ」にするのかと聞いたのだ。「覚えていてくれたの? うれしいなあ」。目深にかぶった帽子の下で、山本さんのはにかんだ笑顔が広がった。

人から仕事を考える

障害者総合支援法の「生活介護」は原則、障害程度区分が3以上の比較的重い人が対象。うんぷうで働く人の障害程度区分も4~6と重く、「働く」のは容易でない。だが、当地人たちには「格好いいユニホームで働きたい」という希望があったという。むそうのサービス管理責任者の五味紘子さんは「可能なら働いて、認められて、報酬があって、生きがいがある。それらが暮らしを充実させると思う」と話す。

重い障害の人は、特別支援学校を終えた後の選択肢が少ないのが現状。むそうは、子供へのサービスを提供するなかで、利用者が成長すると、居場所がなくなることを実感。人に合わせて“職場”を作り、居場所にしてきた。

スタッフは「この人には、何ができるだろう」と考えて、仕事を作る。ラーメン作りは、体を前後に揺るのが大好きな利用者を見て、「麺の湯を切る作業ができるんじゃないか」と思いついたのがきっかけだった。

水に触れるのが好きな利用者は洗い物を担当し、数字の「9」にこだわる人は、スープのもとを作る。材料の20グラムを量ることには飽きてしまうが、19グラムなら何度でも飽きずに取り組めるからだ。

ラーメンを作る工程を細分化し、麺をゆでる人、スープを入れる人、具をトッピングする人に分けて練習した。当初はラーメンを出すのに時間がかかったので、“時間稼ぎ”にサラダバーを作った。

むそうでは、うんぷう以外にも個々の得意・不得意、好き・嫌いに合わせてさまざまな仕事を作ってきた。生き物が好きな人は、養鶏場「たまごハウスぴよぴよ」で働く。「喫茶なちゅ」には、明るい笑顔の看板青年がいる。終日水遊びをしていた青年は「きのこハウ

スによきによき」でシイタケに水をやる。周囲が困っていた本人のこだわりが、今は仕事になっている。

事業所の定員は5人が基本。そこに2人のスタッフがつく。こだわりが強かったり、コミュニケーション力が弱かったりする人が多いから、小さな集団での個別ケアを心がける。**生涯を通して**

戸枝陽基（ひろもと）理事長は「障害の重い人ほど、成長すると行き先がない。重度の人が地域で暮らし続けられるグランドデザインを描きたい」と言う。“仕事”で得た賃金と障害年金で、親元から自立できないかと考えている。そうしないと、地域で暮らし続けることが難しいからだ。

10年以上前、1人の利用者が親を亡くしたのをきっかけに、むそうは、障害のある人の「グループホーム」を整備してきた。おおむね4人が、生活援助員の助けを借りて共同生活をし、「うんぷう」や「喫茶なちゅ」に“出勤”していく。

親は老いると、家での介護が負担になる。順送りなら親が先に逝く。それが心配で、子供を施設に預ける。だが、障害のある人は環境に順応する力が弱い。戸枝理事長は「なじみの土地なら、1人で千円札を持って買い物に行き、『(お代を)ここから取って』と言える。慣れ親しんだ土地はかけがえのない財産。障害があるからこそ、地元で暮らし続けられるようにしないといけない」と言う。

グループホームを作ると、町内会から「大変だろうから、ゴミ当番も回覧板も免除するよ」と言われることもある。だが、「やらせてください」と町内会に加盟し、夏祭りではスタッフと利用者が一緒に参加して綿あめを作る。

「人は本当に優しい。恐れずに入っていくと、寄り添って助けてくれるようになる。グループホームを作るときの反対運動も起きなくなった。一緒にいることで自分ごとであり、お互いさまだと伝わっていくものがある」と戸枝理事長は話している。

障害者らロック集団と成宮アイコさん 渋谷できょうライブ



東京新聞 2016年11月3日
障害者団体のメンバーで結成したロックショー集団「スーパー猛毒ちんどん」(提供写真)

障害者団体「虹の会」のメンバーで結成されたロックショー集団「スーパー猛毒ちんどん」と、いじめ被害や精神疾患などの悩みや葛藤を音楽や詩の朗読で表現する成宮アイコさんの二組が三日、渋谷区内で一緒にライブパフォーマンスを披露する。(川上義則)

スーパー猛毒ちんどんは障害者と健常者が計二十人前後で構成し、さいたま市を拠点に活動する。ドラムやギターなどの演奏をバックに、口裂け女やピエロの化粧を施し、法被やチャイナドレスなどをまとった奇抜な姿で入り乱れる。

成宮さんは、家庭内暴力を受け、不登校などを経験。専門学校在籍中、心身障害がある人が自分をさらけ出すパフォーマンス集団に参加。数年前から、いじめや引きこもりを経験した人の思いを絶叫したり、自作の詩を朗読したりするステージを披露している。

二組と一緒に活動するのは初めて。相模原市の障害者施設入所者殺害事件に衝撃を受けた成宮さんが、事件をテーマにした詩を作り、「ぜひ共演したい」と申し出て実現した。関係者は「成宮さんの詩の朗読の合間に、スーパー猛毒ちんどんが演奏する場面もある」と話す。

開演は午後七時。会場はライブハウス幡ヶ谷クラブヘビーシック（渋谷区西原二の二七の四）。入場料は当日二千円と一ドリンク分。問い合わせは虹の会＝電 048（855）8438＝

へ。

高度な介護ロボ、30年以降実用 AI活用工程案 毎日新聞 2016年11月3日
政府の構造改革徹底推進会合は2日、医療・介護分野での人工知能（AI）の研究開発と産業化に向けた工程表案を公表した。AIが人の意思を予測して動く高度な介護ロボットを、2030年以降に実用化する目標を盛り込んだ。

AIは、第4次産業革命の実現をけん引する中心的な最先端技術。AI技術開発の司令塔である産官学組織「人工知能技術戦略会議」が中心となって工程表を来年3月までに取りまとめ、来年半ばに策定する新たな成長戦略に盛り込む。

<社説> 女児虐待死判決 虐待、暴力の連鎖を絶とう 琉球新報 2016年11月3日
親が幼いわが子を殺（あや）めた。憎んであまりある事件だが、それだけでは片付けられない重い課題を残した。行政や警察の適切な対応と同時に、虐待の連鎖をいかに断ち切るかが問われている。

宮古島市で昨年7月、3歳の女児に暴行を加え死亡させた傷害致死事件で那覇地裁は、父親の被告（22）に懲役7年（求刑同8年）の判決を下した。

犯行は女児の頭を床に打ち付けるなど残忍で、複数の打撲痕が残るなど日常的な虐待をうかがわせた。被告は妻や女児の幼いきょうだいにも暴行を振るっていた。

逮捕時に被告は「しつけのつもりだった」と抗弁したが、判決は「しつけの範囲を明らかに逸脱し、繰り返された児童虐待の延長上」の犯行と厳しく断罪した。

なぜ事件を防げなかったのか。被告は妻や子どもたちに暴力を繰り返していた。

妻の相談を受け、当初住んでいた沖縄市のコザ児童相談所は「一時保護」を決定したが、保護の前に家族は宮古島市に転居した。

子どもたちだけの保護を被告の妻である母親はためらっていたようだ。コザ児相はDV被害者の母親も一緒に保護しようと促した。コザ児相の依頼を受け、宮古島市、宮古署が家族の安全確認を行っていたというが、家族の保護に至らぬまま事件の悲劇を迎えた。

コザ児相、連携した宮古島市、警察の対応が適切だったかを改めて問い直したい。詳細に検証し、改善を図らねばならない。

転居により生じたコザ児相と家族の距離が対応を遅らせなかったか。事件後、同市への児相分室の設置も提言されている。

被告自身、親から虐待を受けていたという。判決は被告が虐待被害者であったことが犯行に影響を与えた可能性を指摘している。

また妻が子どもたちの一時保護をためらったことなどについても専門家は、被告からのDV被害の影響があった可能性を指摘する。

親から子への虐待の連鎖、またDVの複雑な要素と対応の難しさが、公判を通して浮き彫りになった。

再発防止に向けた県社会福祉審議会の「検証報告書」は「児相と女性相談所の合同研修の機会を増やし、虐待とDVに関連する基礎的知識を深め、実践に即した研さんを積む」ことを提言している。悲劇を繰り返さぬ対策の強化を関係機関に求めたい。

月刊情報誌「太陽の子」、隔月本人新聞「青空新聞」、社内誌「つなぐちゃんベクトル」、ネット情報「たまにブログ」も

