

京都 ライトハウス 通信

No. **160**

2020年1月1日発行

編集人 山本たろ / 社会福祉法人 京都ライトハウス

〒603-8302 京都市北区紫野花ノ坊町 11 代表番号 TEL 075-462-4400 FAX 075-462-4402

鳥居寮 TEL 075-463-6455 相談支援室・ほくほく TEL 075-462-0808 ライトハウス朱雀 TEL 075-803-1739

URL: <http://www.kyoto-lighthouse.or.jp> E-mail: info@kyoto-lighthouse.or.jp

郵便局振替口座 (運営資金寄付) 00960-5-153295

1979年(昭和54年)8月15日創刊 題字デザイン 増見家弘

目次

法人報告

②

灯台守

①

おれい

⑥
⑦

部署報告

③
④
⑤

京ラの窓

⑧

お知らせ

⑦



※QRコードは
(株) デンソーウェブの
登録商標です。

編集協力:
株式会社ウィズ・クリエイト



灯台守



新年のあいさつ

明けましておめでとうございます。皆様には、新年をお健やかに迎えることとお慶び申し上げます。昨年はラグビーワールドカップでの日本チームの活躍に日本中が沸き立ちました。今年はオリンピック・パラリンピックの年。日本の選手がどんな活躍をしてくれるのか、今からとても楽しみです。

さて、私事で恐縮ですが、昨年8月に福知山であった高校の同窓会に出席し、久しぶりに当時の同級生と旧交を温めたのですが、その中の一人が、父とおばが京都ライトハウス後援会の会員として今も法人を応援していると話してくれました。京都府内に京都ライトハウスを応援していただいている方がたくさんおられることに、改めて心強さとこの法人の底力のようなものを感じましたが、同時に、それが六〇年近くに亘って人々から寄せられる期待に職員が応え、地道に信頼を積み重ねてきた結果でもあるということに思いが至り、深い感銘を覚えました。

京都ライトハウスは、多くの人たちの支援を受けて昭和三十六年に完成した点字図書館を出発点にして、これまで障害のある方々のニーズに応じて新しい事業を取り入れながら変化し、そして法人として成長してきました。常に変化し、成長してきたからこそ、皆様から期待と信頼を寄せていただけたのではないかと思います。

私たち京都ライトハウス職員は、この法人の職員であることの矜持と常に変化を求める姿勢を持って、これからも皆様の期待と信頼が得られるよう、また誰からも必要とされる存在であり続けられるよう、経営基盤の強化を図りながら、各種事業の推進に取り組んでいきたいと思えます。皆様方には、新しい年におきまして、引き続きの御支援、御協力を賜りますようお願い申し上げます。

2020年 元旦

京都ライトハウス理事長 瀧本章



迫力のある太鼓の演奏でスタート



手作りの可愛い小物がたくさん



京都市立紫野高校吹奏楽部の素敵な演奏

「京都ライトハウスまつり 2019」

10月28日に京都ライトハウスまつりが開催されました。秋晴れの下、約1,200人もの方々がご来場くださいました。

駐車場には焼きそばや炊き込みご飯、チヂミなど、たくさんの模擬店が立ち並び大勢のお客様で大賑わい。館内は、地階では、生け花体験をはじめ、触る絵本の展示やフリーマーケット。2階では、囲碁や将棋、点字や録音体験などがあり、3階は、毎年恒例の「おたのしみ抽選会」。各階、例年通りの盛況ぶりで、大人から子どもまで楽しんでいただくことができました。4階のあけぼのホールでは、船岡長寿サロンの皆さまによる活気あふれるステージ発表が行われ、会場内は立ち見が出るほど。恒例の新人紹介では自己紹介の後、子どもたちに大人気の「パプリカ」の歌に合わせて踊りを披露。最後は紫野高校吹奏楽部による素晴らしい演奏で、アンコールの上を向いて歩こうでは会場の皆さまと一緒に歌い、大いに盛り上がりしました。

ご協賛いただきました皆さま、準備段階からご支援いただきましたボランティアの皆さま、ご協力いただきましたすべての皆さまに心よりお礼申し上げます。本当にありがとうございました。

本館
3F

情報ステーション 点字図書館

「ほっこり散策」ご報告「秋の京都御苑・
閑院宮邸跡散策と匂袋作り体験」

11月14日、京都御苑南西にある「閑院宮邸跡」の見学と、丸太町駅北西にある山田松香本店での匂袋作り体験に出かけました。利用者さん・ボランティアさん・職員総勢33名の参加でした。雨は上がったのですが、風の冷たい中での散策となりました。

まず、閑院宮邸跡の広報担当の職員さんから、京都御苑や閑院宮邸跡の歴史などについて、実際に建物の構造や周辺の木々で注目すべき箇所を触らせてもらいながらお話をうかがいました。



閑院宮邸跡で職員の話聞いています

その後、狭い路地を歩いて山田松香本店に移動。スタッフの方からお香の原料について説明を受けた後、お店オリジナルの2種類のお香に、3種類（桂皮など）のお香を混ぜて、各自好みの香りを作ります。それを袋に入れて紐で縛り、匂袋の完成です。細かい作業でしたが、ボランティアさんの助けを借りながら、利用者さんも楽しそうに作っていらつしました。

天皇家の歴史の一端に触れ、お香に親しむ。皆様のさらなる好奇心の向上に繋がればうれしいです。

本館
3F

情報製作センター 点字出版所

新しい図書仲間が加わります

日頃より情報製作センターをご利用いただき、ありがとうございます。

「ページ数が少なく、製本が簡易な気軽に読める点字本がほしい」「価格がお手頃ならいろいろな図書が買えるのに」などの皆さまからのリクエストをもとに、おてがるBOOKを販売することになりました。第1弾は「逆引き病氣事典」（定価1,000円（原本価格200円））です。京ラの新しい仲間を是非一度読んでみてください。

「逆引き病氣事典」（おてがるBOOK1）

京都ライトハウス情報製作センター編 全1巻

定価1,000円（原本価格200円）

お手軽に点字図書を楽しむことができる「おてがるBOOK」第1弾は「逆引き病氣事典」。「風邪っぽい」「頭が痛い」「お腹が痛い」のよくある症状に潜む可能性のある病名を抽出。病院に行くかどうか迷ったときにきつと役立ちます。



おてがる BOOK 第1弾
「逆引き病氣辞典」です

本館
2F

あいあい教室 視覚支援

みんなでつくる「あいあい焼きそば屋さん」

今年のライトハウスまつりの「あいあい焼きそば屋さん」も、お父さん、お母さんたちの見事なチームワークで行列が絶えることなく大盛況でした。焼き方や売り子のコツなどをみんなで和気あいあいと話しながら伝え合い、無事に274食が完売！焼きそば屋さんをするお父さんやお母さんの姿を見つめる子どもたちが印象的でした。

お母さんたちの繋がりはもちろん、普段はなかなか顔を合わせることが少ないお父さんたちからも「次はクリスマス会で会おう」といった嬉しい声がありました。また、焼きそばを買いに来た地域の方から「あいあい教室って何？」という質問も年々増えており、視覚障がいや「あいあい教室」のことを知ってもらう機会となっています。これからもいろいろな行事を通して、保護者同士の繋がりを大切にしていきたいと思います。



美味しそうな焼きそばを焼くお父さんたち

鳥居寮

鳥居寮 障害者支援施設

秋の行事「ミニミニ運動会＆カラオケ大会」を開催

10月30日、京都ライトハウスあけぼのホールにて、鳥居寮の秋の行事を開催しました。午前・午後ともに約30名の参加がありました。午前中は「ミニミニ運動会」を実施、東・西・南・北の4チームに分かれて、4種目の競技を行い、得点を競い合いました。皆さん、紐につるしたパンをくわえようと悪戦苦闘していました。

午後の部はカラオケ大会です。皆さん個性豊かな選曲で、普段の訓練の様子とは違う新たな一面をたくさん見ることができ、参加者全員とても楽しい時間を過ごすことができました。楽しい1日がありました。



パン食い競争で紐についたパンをくわえる利用者さん



スクリーンの前で熱唱する利用者さん

本館 1F

らくらく 生活介護事業所

「秋の運動会」

10月3日に、らくらく秋の運動会を午後のプログラムにて開催しました。

紅白に分かれて、大玉転がし、玉入れ、リレーの3種目を行いました。大玉ころがしは転がしても持つて走っても大丈夫という柔らかいルールの中、各自得意な方法で頑張りました。また、玉入れはプラスティックの軽い玉もあれば、利用者さんや職員手作りの紙で作った大小さまざまなバラエティーに富んだ玉を使ったの競技となりました。

運動会にあまり最初は乗り気でなかった方も、玉入れを始めるころには、「これは、楽しいなあ、だんだん楽しくなってきた」と、とても笑顔で頑張っておられました。

3番目の種目のリレーにおいては、利用者さん職員とも熱くなり白熱した戦いとなりましたが、皆さん大きな声援を送り、とても楽しい運動会となりました。



テンポ良く玉を入れます

本館 4F

F5Tモニー 就労継続支援事業所

2020年「トモニーカレンダー」販売中！

毎年ご好評いただいております「トモニーカレンダー」。

今回は身近なともだち「犬と猫」をパステルでセピア色に仕上げました。

1年を通して、表情豊かなワンシーンに心穏やかたでけることでしょう。

また、初の試みとして月の別名(睦月など)を毎月のページに漢字と墨点字で入れてみました。付録にお付けた点字の読み方を参考に、クイズ感覚で読んでいただければ幸いです。(1冊500円です。)



1月はお餅のようなシバわんこです

赤いリボンで結んでいます
カラフルなポストカードは100円です

地域懇談会で報告しました

京都市北部障害者地域自立支援協議会の地域懇談会のテーマは「児童養護施設等の退所後の暮らしに関する現状と課題」～地域で孤立を生まないために必要となる支援とは何か？～でした。

ほくほくからは施設を退所された障害のある方が、地域でどのように暮らしおられるか児童養護施設等と協同して支援した事例について報告しました。養護者からの虐待があったケースです。養護施設に入所されその後18歳以降はグループホームを利用しながら一般就労されました。やがて念願だった一人暮らしをすることにいった経緯の詳細を報告しました。民生委員や福祉サービス事業所など100名をこえる地域支援者の皆さまに知っていただく機会となりました。

会場からは一人暮らし開始の際に地域で見守る体制を早期に作ることができないだろうか、困った時に気軽に相談できる居場所があれば等、これからのほくほくの支援に大変参考になる活発な意見交換ができる会でした。



安田様によるマンドリン演奏！！



施設長から賞状を受け取るご利用者！

敬老祝賀会

9月15日、ライトハウス朱雀にて敬老祝賀会が行われました。今回は、特養・盲養護・ショートから百寿・白寿・米寿・喜寿の節目を迎えられた18名の方のお祝いをさせていただきました。最高齢は、特養で生活をされている101歳の方でした。

各部署の施設長からお祝いの言葉と賞状をお渡しさせていただきました。ご本人からは一言ずつお言葉をいただきました。昼食は、お祝いの膳をご用意させていただきました。午後からは、マンドリン奏者の安田様をお招きし演奏会が行われました。

今回は令和初の敬老祝賀会。朱雀の皆さまが、これからもお元気で、長生きされますことをお祈りいたします。

a. dépêche® www.a-depeche.com
おしゃれな家具、インテリア雑貨のショップです

ご来店の際は、ライトハウス通信をレジにてご提示下さい。
合計金額から **15%OFF** 致します。

株式会社エーディックス

a. dépêche® 店舗

■ 京都 八条店 営業時間 10:00-21:00 601-8417 京都市南区西九条五丁目1番地13051 イオンモールKYOTO sakura館3F TEL 075-644-9225 ■ 京都 四條店 営業時間 10:30-20:00 600-8031 京都市下京区西桑田通寺町西入ル 貞安前之町605 藤井大丸5F TEL 075-254-8100 online interior shop ■ 楽天店 ■ yahoo店 ■ ZOZOTOWN店 ※WEBSHOPではご利用いただけません ※一部対象外があります ※セール商品との併用はできませんので予めご了承ください	■ 神戸店 営業時間 10:00-21:00 神戸ハーバーランド umie サウスモール 1F ■ 草津店 営業時間 10:30-20:00 JR草津駅東口niwa+ ■ mozo名古屋店 営業時間 10:00-22:00 mozo wondercity 1F ■ 越谷店 営業時間 9:00-22:00 イオンレイクタウンkaze 2F ■ 長久手店 営業時間 10:00-22:00 イオンモール長久手2F ■ 千葉店 営業時間 10:00-20:00 SOGO千葉 junnu 3F ■ 福岡店 営業時間 10:00-21:00 MARK IS 福岡ももち 2F
---	---

なが——い、おつきあい。

貯める、運用する、借り入れる、積み立てる、備える、管理する…
京都銀行は、人生のさまざまなシーンで皆様を応援します。
お気軽にご相談ください。

飾らない銀行
京都銀行

答える葬儀社 **公益社**

ブライトホール — 8カ所・52式場 —

北ブライトホール [堀川紫明]	山科ブライトホール [五条外環]
中央ブライトホール [五条東山]	向島宇治ブライトホール [宇治横島]
南ブライトホール [油小路八条]	大津ブライトホール [大津駅南]
西ブライトホール [五条西大路]	大津ブライトホール北館 [大津駅南]

お葬式の「？」に答えます

☎ 0120-004-200 24時間365日対応、無料相談

京都ライトハウス法人本部

2019年9月1日～2019年10月31日

寄付金 18件 834,707円

物品寄付のご奉仕 165件

多額のご寄付を賜りました。

オールエール様

浅見礼子様

梅原浩子様

永和化成工業(株)様

川口登美子様

京都ウイメンズクラブ様

京都仏眼鍼灸理療専門学校様

国際ソロプチミスト京都―北山様

(株)サンエ芸様

参天製薬(株)様

(株)創医様

西村スエ子様

日本聖公会京都教区婦人会様

柱本めぐみ様

松尾清三様

(株)ワコール様

洛星中学・高等学校オーケストラ部様

ローム(株)様

匿名1件

ありがとうございます。

寄付金

ウサギヤ

岡田加代子

京セラ(株)

心城院

東稔英

明神悦子

己削眼科診療所
鳥居寮点字サークル
匿名1件
(50音順・敬称略)

物品寄付のご奉仕

阿久津敏子

天岡宏

飯塚涼子

生島美英江

石川泰史

一谷孝

稲田秀治

井上英子

井上千恵子

井上正子

今井さか江

今井悟

上田久海美

宇高真理子

内田務

打谷慎二

宇野宏美

梅田智美

(株)エーディックス

襟川茂

EsdehYoungferron

大久保和英

大久保和代

大谷八重子

大槻みゆき

大戸明美

大橋東洋彦

大藪真知子

岡田加代子

奥田まさ子

奥村久子

小倉英子

小倉宏子

小倉百合子

おはなしビュリーの会

菊沢喜八郎

木嶋和子

北垣せつ子

北川吉子

北川祥子

北野久美子

北村喜久子

北村貞人

北脇圭二

木村正勝

木本多江子

京都産業大学新社会

ボランティアサークル

京都PANA・ALC

倉田正昭

黒住康晴

(株)公益社

後藤節子

小山聖子

さえずり会

榊美智子

佐久間正雄

櫻田朋子

佐渡一宏

佐渡和代

柴田慶子

島義人

志摩良治

清水明美

(株)朱常分店代表取

締役社長 西通直行

白坂澄夫

城野時一

杉浦洋子

鈴鹿昌昭

玉城忍

辻謙一

辻美也子

点友会

東稔英

直井恵子

中島典子

中台不二子

中西博子

成田和博

南條康子

西尾紀子

西島きよ子

西松義夫

西村隆宏

西村ゆり

野口香美

野間起夫

林美智子

ハレルヤ会

平知可子

平場澤

廣岡潔

廣藤千代子

福見久代

藤井綾子

藤田慧子

藤野つるみ

藤村由喜子

古谷美千子

逸見邦子

細井周史

堀田陽子

堀恭太

堀口宣子

八木光代

藪佳子

山下祐嘉里

山莊恵美子

山田恭子

山本早苗

横山邦子

吉田義子

吉田善次

余田幸子

朗読グループあいあい

和田三重子

渡邊一夫

渡辺多鶴子

渡辺ツヤ子

渡部隆三

匿名4件

(50音順・敬称略)



京都ライトハウス後援会

応援いただきました会員の皆さまのお名前を掲げ、
厚くお礼申し上げます。

多額のご寄付を賜りました。

浅山眼科医院様

京都インターナショナル株様

斉藤いくこ様

(医)相馬病院中野龍一様

辰巳卓司様

富井眼科診療所様

馬場千恵様

溝川正様

森紀代子様

渡邊節子様

匿名1件

ありがとうございます。

2019年9月1日～2019年10月31日

後援会賛助金 56件 308,336円

石田守

いなば眼科クリニック稲葉純子

上田直子

角田公美

片岡聡

加藤俊和

北村裕喜子

櫻田レイ子

栗原千尋

合志正三

さえずり会

堺莞爾

酒元モモエ

芝田三佐子

杉山ひで子

田澤仁

田尻彰

田中清子

富川桂子

内貴栄美子

西田眼科クリニック西田恵理

藤川知恵子

細井治男

細井英夫

舞鶴美智子

前田修二

松本クリニック松本恒司・順子

三上弥富

水口幸一

水野雅文

目の愛護デー

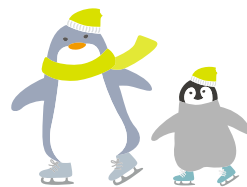
柳忠敬

山崎靖子

山田和也

匿名3件

(50音順・敬称略)



協賛のおれい

京都ライトハウスまつり2019

最高の秋晴れの下、約1,200名もの方々にご来場いただき、大いに盛り上がった一日となりました。ご協賛を頂戴いたしました皆さまには、ご芳名を挙げ深く感謝申し上げます。(順不同・敬称略)

- | | |
|--|--|
| 浅井石油株式会社
アサヒ飲料株式会社
ウオキヤ株式会社
株式会社魚国総本社 京都支社
株式会社エーディックス
株式会社エスアールエム
小川珈琲株式会社
お食事処ちどり
株式会社オセキ糧穀
株式会社カスターネット
かふえじの
有限会社京花園
京菓子處鼓月
京菓子舗佐藤
株式会社京旬屋
京つけもの処大こう本店
京都紙商事株式会社
京都日産自動車株式会社
京のお漬けもん処近為
金時
ワサカ自動車有限公司
株式会社Gleaner
京滋ヨーク株式会社京都営業所
株式会社公益社
コカ・コーラボトラーズジャパン株式会社
株式会社小林鉄工所
サイクルショップエイリン
サワ化粧品店
株式会社サン工業 | 株式会社三光商事
参天製菓株式会社
有限会社時代工房
有限会社紫竹庵
株式会社実業エージェンシー
株式会社シズビルライフケア・BLC関西社
仁ダンスカンパニー
株式会社信天堂
株式会社杉原商会
株式会社千本玉壽軒
大福餅
大和電設工業株式会社
株式会社タケウチ
ツツキオートサービス
デジカメプリント激安主ローヤル式拾参千北店
株式会社中川工業所
Natural Foods and sake まほろば
ひのでやエコライフ研究所
ふくしま鍼灸整骨院
ふたば書房紫野店
北京亭北大路本店
株式会社三井田商事
株式会社三宅時計舗
株式会社ミラノ工務店
メガネの井上
有限会社モリタ屋フー
株式会社八百仙
山城紙業株式会社
レフサス北大路 |
|--|--|

お知らせ

「見えない・見えにくいを知ろう！」
第45回 あい・らぶ・ふえあ「開催！」

見えない・見えにくいってどういふこと？どんな声掛けをしたらよいの？視覚障害者の生活を多くの方に知っていただく惟しです。皆さまお誘い合わせのうえ、ぜひご来場ください。(入場無料)

日時：2月5日(水)〜8日(土)

10時〜18時(最終日のみ17時)

会場：大丸京都店 6階イベントホール(入場無料)

(京都市下京区立売西町79番地)

点字や手引き、マッサージ施術、視覚障害者スポーツや盲導犬、便利グッズの紹介などを、視覚に障害のある方たちと実際にお話ししながら体験していただけます。またステージでは、レモンさん(山本シユウ)を招いて視覚障害者学生と一緒に語りあう「バリアフリートークライブ」が8日の15時30分からです。他にも、琴や楽器の演奏などを開催します。期間中は会場内で小学生絵画コンクールの応募作品が展示され8日には表彰式が行われます。洛西寮、F5Tモーターの商品、関西盲導犬のグッズの販売、ボランティア活動紹介も常時行っています。

※詳しくは京都ライトハウスのHPをご覧ください。

第49回「京都ライトハウスボランティア・利用者のつどい」のご案内

今年も、ライトハウスの情報部門の各分野でボランティアとして長年活動していただいている方々に感謝の気持ちをお伝えする式典を盛大に開催します。また、式典後は兵庫県在住の視覚障害の方お二人にご登壇いただきます。

お誘いあわせの上、多数ご参加ください。

日時：2020年3月5日(木) 13時〜16時

会場：京都ライトハウス 4階あけぼのホール

内容 第1部 感謝状贈呈の式典

第2部 講演 講師：酒井雅和氏

(京都ライトハウス鳥居寮訓練修了者、障害者福祉施設職員)

第3部 落語鑑賞 演者：采つ人ぼつと氏

(本名：宮永真也氏、鍼灸マッサージ師)

京都ロービジョンネットワーク
からお知らせです

2020年度の研修会日程が決まりました。

第3回研修会

2020年5月31日(日) 13時〜16時30分
吉田雅子先生 特別講演ほか
(上級者向け内容)

第4回研修会

2020年12月13日(日) 13時〜16時30分
内容未定(初心者向け)

詳細は決まり次第、ホームページ等でお伝えいたします。

職員人事

次の通り、職員人事を行いましたのでお知らせします。

【退職】 2019年12月31日付

朱雀特養 加藤真喜子



京ラの窓

新年を迎えて、
職員の皆さんの抱負を
書き初めして
もらいました。



対話

相互理解を深め、信頼関係を築くという意味を含んだ言葉です。昨年は自分のコミュニケーションについて考え直す場面が多くあり、今年は「対話」を目標に日々過ごしていきたいと思います。

相談支援室ほくほく 大内優香

戒戒躁騎

2020年、年輪的には節目の年。何ごとも落ち着きを持って、冷静に判断すること大切に。焦らず、心に余裕を持って一年を過ごしたい。

あいあい教室 木村あゆか

伝

人に自分の気持ちを伝えることがずっと苦手だったので、今年は自分に素直に正直に、今までよりも気持ちを伝えられる年になりたいです。

鳥居寮 本谷美咲

健

利用者様の健康を守り、安全に安心して過ごしていただきたいと思います。支援していきたいと思います。

生活介護事業所
らくらく 人見晃代

楽

楽らへん
楽たのしく生きる。

情報ステーション 木下真弓

眠

どちらかというと夜型の私。今後は、健康のためにも良質な睡眠をとれるよう心がけていきます。

情報製作センター 横田光春

家ゆ安全

長年にわたって家を犠牲にしてきたお詫びの余生を過ごします。

就労継続事業所
FSTモ二 高橋一夫

笑

令和元年は多くの天災に見舞われた年でもありましたが、今年は、みんなが笑顔で暮らせるような一年になれば、願うばかりです。

朱雀盲養護老人ホーム 観山春陽



つながる京ラ

地道なつながりを大切に 京都ライトハウスの見学対応について



館内見学で、製作センターへ案内し説明しています



京都ライトハウスには、視覚障害のことを学ぶために、一般の方達もたくさん来館されます。その対応をしているのが見学対応の職員です。今回の「つながる京ラ」は担当職員の吉田さんにお話を伺いました。

本施設の見学対応の特徴のひとつは、視覚障害者当事者が担当していること。吉田さんも全盲の当事者です。個人から団体まで年間約2000人の方々が見学のために来館されています。見学者の中には、当事者がこんなことで困っているなどの担当員の話を聞いて、後日、街角で視覚障害者に出会う場面があって、声掛けをして実際に手引きのお手伝いが出てきたと、うれしい報告をいただいた小学校の生徒さんもおられました。このように、視覚障害者となかなか関わりがなかった一般の方々、私たちの仲間が繋がるといふ意味においても、見学対応は大きな役割を果たしています。

啓発というのは地道な活動です。すぐに答えが出るものではないかもしれませんが、だからこそ、継続して続けていく意義はあると感じています。来館された一般の方々から当事者の話から学んだことを持ち帰って、京都ライトハウス、そして私たちの仲間である視覚障害者と少しでもつながっていただけたらと思っています。

イベント等のお知らせや、各事業所の日常をはんなりとお伝えしていきます。



京ラの
フェイスブック
です



編集後記 — ようこそ、2020年。
ミレニアムから20年が経ちました。その間、自然災害による哀しみもスポーツの感動も医療の進化も、皆さんとともにあったと思います。次の時代も、幸せがありますように。今年、新国立競技場に入るのが、私の夢です。
(京極裕子)