

# 特別イベント あなたの生活を豊かにするコラボセミナーをお届け!

## yomiっこ Boze数珠つなぎ 公開トーク vol.9

参加費 500円

ご注意ください。今回は開催曜日が異なります。

11/2(日) 13:30~15:00

奈良の情報誌「月刊yomiっこ」の名物コーナー『Boze数珠つなぎ』が誌面を飛び出して、すまぶらにやってきます!大きな寅が迎えてくれる信貴山は、毘沙門天の靈験あらたかな寺院として多くの人で賑わいます。また、寅を守り神とすることから阪神タイガースの選手やファンが必勝祈願に訪れます。名物貴主・鈴木貴晶師の楽しいお話を伺います。



■信貴山大本山成福院貴主 鈴木 貴晶 師  
信貴山真言宗135世管長 大僧正 高野山伝燈大阿闍梨 高野山大学文学部密教学科修了。  
大学時代に視聴者参加型テレビ番組に数多く出演され、涙あり笑いありの伝説を残す。毎年、真言宗二大行の一つ「八千枚護摩」を五穀・塩・断食で修行されるフレンドリーで人情味溢れる真言大行者。



聞き手:朝廣 佳子(あさひろよしこ)  
月刊yomiっこ編集長/(株)読売奈良ライフ 代表取締役

## 「今行きたい飛鳥・藤原」 ~今行きたいシリーズvol.3~

参加無料

11/8(土) 10:30~11:30



現在、令和8年の世界文化遺産登録を目指している『飛鳥・藤原の宮都』…その魅力と構成資産&関連施設を周遊するポイントをご紹介します!世界遺産登録に先がけて、飛鳥・藤原の地を巡る、素敵な時間はいかがでしょうか?

■橿原市 世界遺産登録推進課 石坂 泰士

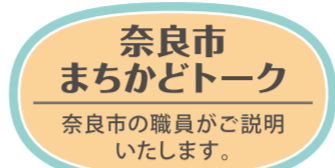
参加特典 古墳チーズサブレ ※1名様1つ限り。

## はじめてのボランティア、あなたの一歩が感動の始まり!

参加無料

10/25(土) 13:30~14:30

ボランティア活動に関する心得や活動事例の紹介をします。



■奈良市ボランティアインフォメーションセンター ボランティアコーディネーター 川崎 美由紀

奈良市ボランティアインフォメーションセンターとは、様々な分野のボランティアや市民公益活動を支援し、コーディネートすることを目的としています。



## というランタン作りワークショップ

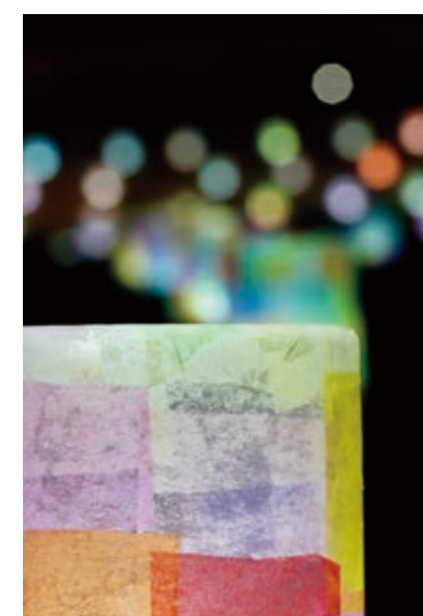
参加費 各1,000円

10/25(土)、11/2(日) 10:30~12:00

「というランタン」は、奈良きたまちで生まれました。当日はランタンを2つ作ります。1つはご自宅にお持ち帰りいただき、1つは「奈良きたまちというランタンの会」に寄付いただくことで、「宵あかり」イベントで「まちとまち、まちとひとを結ぶあかり」として、大切にしていきたいと考えています。直近のイベントとして11月14、15日にCoconimoSAIDAIJI芝生広場で灯す予定です。



■奈良きたまちというランタンの会



# 西大寺 10/11月 Laas SEMINAR & LESSON

住まいと暮らしのぶらっとHOME SAIDAIJI 近鉄不動産

近鉄「楽・元気」生活

暮らしを彩るセミナー・イベントを開催

住まいと暮らしのぶらっとHOME® 西大寺は、より豊かで継続した街の形成を目指し、セミナーやレッスンの開催、地域コミュニティを育むサービスを提供しております。

店内はセミナールーム・ワークショップコーナー・カフェコーナーなど、地域コミュニティの場となる「Laasサロン」を会員価格でご利用いただけます。

●予約せずにお越しいただいても参加できません。

## 完全予約制

キャンセルを繰り返される方は参加をお断りします。  
受付が大変混みあいます。参加費はお釣りの無いようにご準備ください。

## 9月21日(日)10:00~予約開始

予約受付前に『LaaS会員』入会『WEB登録』をお済ませください

手順

LaaS会員の入会をお願いします。  
すまぶらで開催するセミナーやレッスンの受講、カフェコーナーの利用には会員登録が必要です。

WEB登録も合わせてお願いします。  
すまぶらで開催するセミナーやレッスンの予約がもっと便利に!スムーズに!WEB登録いただいた皆様にはセミナーチラシの送付サービスも。既に学園前、八木、花吉野でWEB登録をいただいている方は、再度の登録は不要です。

WEB操作が苦手な方は書面での入会手続きも可能です(セミナー当日の手続きも可)

## セミナー予約はWEBで!

簡単 便利 すまぶら近鉄 検索

お電話でもご予約も可能です。  
※WEB/電話以外は受付しておりません。  
住まいと暮らしのぶらっとHOME® 西大寺  
0120-901-735

営業時間: 9:30~18:30 予約受付時間: 10:00~18:00  
定休日: 毎週水・木曜日・年末年始・お盆・GW

## セミナー参加の方へ/必ずご一読ください

持ち物

- 全てのセミナー、レッスン:筆記用具
- 体操系:タオル(汗拭き用)、飲み物(水分補給用)/持病のある方は、医師の了承を得た上で参加ください。(診断書不要)。また、当日の体調管理はご自身でお願いします。
- クラフト系:筆記用具、拡大鏡や眼鏡、作品を持ち帰る袋など。

見学可 見学の受付はお電話のみとなります。

ご希望の方は、前日までに左記フリーコールまでお電話ください。  
※通常の最少催行人数は3名ですが、◎のついているセミナー・レッスンは最少催行人数を設けておりません、1名から開催します。

安心安全への取り組みへのご協力をお願いします  
◎ご来館前に必ず検温を実施いただき、熱が37.5度以上ある方や、強いだるさ、息苦しさがある方はご来館をお控えください。  
●アルコール消毒液による手指の消毒の実施および咳エチケットにご協力をお願いします。

住まいと暮らしのぶらっとHOME® 西大寺

近鉄 大和西大寺駅 連絡自由通路 南口前

〒631-0824 奈良市西大寺南町 5番5-2号

## 課外レッスン 実際に体験するセミナー!

## takatinと撮る奈良 vol.4

参加費 5,000円

奈良公園の秋、鹿と紅葉を印象的に撮ろう

11/16(日) 小雨決行 / 悪天候時は日に変更:11/23(日) 同時刻  
7:00~10:00 近鉄奈良駅行基像前集合【時間厳守ください】  
現地(奈良公園)解散



「200mm単焦点解放一択」スタイルでジャンルを築き、多くのカメラマンに影響を与えるtakatin氏と奈良公園の鹿と紅葉を印象的に撮影します。

■持ち物:一眼レフ、ミラーレス一眼レフ、レンズ  
■フラッシュ: takatin canon R6markIIを使用。奈良の神鹿ロクさんを9年間撮影し続け写真展を多数開催。

詳細はQRコードよりカレンダー内の当セミナーを必ずご一読ください。

## PICK UP 注目のセミナーを厳選!

## 「さんすうアハ!」体験で楽しく脳の活性化

参加費 500円

11/1(土) 10:30~11:45



学校で誰も教えてくれなかった「さんすうアハ!」体験で、脳がどんどん活性化していくと感じられると思います。「あつという間に計算できる方法!」「料理の世界にも算数を見つける」といことがあります! などなど、身の回りにある、やさしいそしてびっくりな「かず」と「かたち」の世界へあなたを誘います。脳活だけでなく、お子様、お孫さんやご家族に「えっへん」のできるたのしい「ネタ」のおみやげも一杯お持ち帰りください。

■持ち物:はさみ  
■算数ナビゲーター(元京都文教大学教授) 亀岡 正睦  
令和6年まで京都文教大学こども教育部 教授 教育学修士(兵庫教育大学大学院) 理数教育研究所「算数・数学の自由研究」大阪・京都地区審査委員。  
啓林館小学校教科書「わくわく算数1~6」編集・審議委員。  
「ふきだし法」の研究など算数指導に関する著書多数。

■読み人の会 柳原 和美

## 第7回 楽しむ朗読発表会

参加無料

11/30(日) 13:15~15:30



有川浩『阪急電車』を読む  
映画にもなった有川浩氏の『阪急電車』に挑戦します。結婚にかかわる“あのエピソード”にフォーカスして朗読します。お楽しみいただければ幸いです。

## 私のココロとカラダを整え 腸スッキリ講座

参加費 各1,000円

10/11(土) 10:30~11:30  
11/8(土) 14:00~15:00



治療薬ではなく、自然の力で心身を整える暮らし方をあなたの生活に合わせて取り入れ、楽しく過ごしましょう!  
10月:乾燥が進む季節におすすめの食材をお伝えします。  
11月:寒暖差に負けぬ心身のバランスを整える食養生をお伝えします。

■持ち物:筆記用具、普段使用しているレシビ本(手元がない場合は不要)  
■薬膳コーディネーター 中島 明音

## 初心者向け AIで暮らしを便利に!

参加費 1,000円

10/20(月) 10:00~11:00



AIの身近さを実感いただくために、冷蔵庫のストックから献立づくりや旅行の工程づくりなどをみなさんと一緒にを行います。

■持ち物:スマートフォン  
■DXコンサルタント 宇佐美 敦子

## リフォームセミナー

快適・安心安全な住まい

参加無料

10/26(日) 10:30~11:30



冬は家庭内で起こる事故が多くなります……。寒さ対策やヒートショック対策をしっかりとすることで、快適・安心安全な生活を送りませんか?物価高の昨今、気になる電気代の節約にもつながりますよ。

■近鉄不動産株式会社 コミュニイング 西大寺 店長 吉村 英喜

Amazonギフトカード 1,000円進呈  
※Amazonギフトカードはセミナー当日にご記入いただいたメールアドレスに後日送付いたします。  
※1家族様1つ限り。

※Amazonギフトカードは、このタイトルのセミナーをはじめて受講された方の特典となります。

裏面のレッスン・セミナーもぜひご覧ください。

# 10月11月のセミナー&レッスン (要予約・見学可)

毎回テーマを変えて開催しております

※参加費は当日お支払いです。※キャンセルを繰り返される方はご参加をお断りします。 ※見学の受付方法はお電話のみとなります。 ※見学は最初の10分間程度です。

※通常の最少催行人数は3名ですが、●のついているセミナー・レッスンは最少催行人数を設けておりません、1名から開催します。

学びの講座

### 楽しい朗読(初級)

■ 10/3・17(金)  
11/7・21(金)  
■ 10:30~12:00

最近、声を出して話すことが減っていませんか?楽しく声を出して読んでみましょう。初心者の方も大歓迎です。

■持ち物:飲み物  
■読み人の会 柳原 和美

参加費 各2,000円  
月2回の西大寺店で受講で500円のキャッシュバック

### 脳活 / 気軽に将棋を 楽しみましょう

■ 10/10(金)、11/14(金)  
■ 10:00~11:00

ルールを知らない方も大歓迎!バズルのような「一手詰め」にチャレンジ。レベルに合った指導をします。

■日本将棋連盟 棋士 七段 増田 裕司

参加費 各1,000円

### ボンジュールフランス ●

楽しいフランス語

■ 10/18(土)、11/15(土)  
■ 11:00~12:00

フランスが好き。フランスに行きたい。一緒に挨拶やカフェの注文など簡単なフランス語を学びましょう。

■(株)NARAFRANCE 代表取締役 林 薫子

参加費 各1,000円

### どうする老後?

■ 10/18(土)、11/15(土)  
■ 13:30~15:00

10月:かかりつけ医の見つけ方  
11月:最期まで自宅で暮らすために在宅介護・医療ごまかしてきていくらかかる?最期まで自宅で暮らすための制度と費用の基礎知識。

■日本エルダーライフ協会代表 柴本 美佐代  
2012年介護者支援の非営利法人を設立。介護に必要な様々な制度の利用方法と費用に関する講演を全国各地で行う。全講座わかりやすいフルカラーテキスト付き。

参加費 各1,000円

### 事例で学ぶ 遺言書作成10のポイント ●

■ 10/26(日)  
■ 13:30~15:00

遺言書を作成するときの大切なポイントについて、事例を交えて分かりやすく説明します。

■南都銀行 信託コンサルティング室 西田 雅文

参加無料

### こつこつ美骨セルフケア 首凝り編

■ 11/10(月)  
■ 10:30~11:30

首の凝りは頭痛、疲労感、顔のたるみにつながります。しっかりとケアすることで小顔にも!

■あやめ池 美骨サロンEnchant 中村 夏乃

参加費 2,000円

カラダのレッスン

### 一からはじめる太極拳

■ 10/6・20(月)  
11/3・17(月)  
■ 14:00~15:00

天地のパワーを取り込み心と体を強くする太極拳。ストレスに負けない、いつまでも若々しい健康づくり始めてみませんか?

■持ち物:動きやすい服装、シューズ(ヒールが無く靴底が薄いもの)  
■一条伝統太極拳 代表 仲間 祥悟

参加費 各1,500円

### 朝ヨガ

■ 10/7・21(火)  
11/4・18(火)  
■ 10:00~11:00

朝から気持ちよく身体を動かして1日快適に過ごしましょう。

■鍼灸師/ヨガインストラクター 石田 みどり

参加費 各1,500円

### 背骨を整え若々しい毎日を 背骨コンディショニング

■ 10/13(月)、11/10(月)  
■ 13:30~14:30

背骨の歪みは「万病の元」。背骨の歪みを整え腰痛、肩凝りあらゆる症状の改善を目指していく運動プログラムです。

■持ち物:ストレッチで使用する長めのタオル  
■ヨガインストラクター、背骨コンディショニングインストラクター satomi

参加費 各1,000円

### らくらくピラティス

■ 10/14・28(火)  
11/11・25(火)  
■ 10:00~11:00

身体のコア(体幹)と背骨を意識して美しい姿勢を作り、運動不足解消やダイエットのお手伝いをします!

■FTP ピラティスインストラクター madoka

参加費 各1,000円

### 知って納得! 腰痛の原因と日常での予防策 ●

■ 10/14(火)  
■ 13:30~14:30

年齢を理由に諦めていませんか?腰痛の原因や予防体操を知り、すぐに取組める内容を専門家が解説。

■理学療法士 河合 一憲

参加費 1,000円

### ストレッチ習慣で 動きやすい体をつくる ●

■ 11/11(火)  
■ 13:30~14:30

体が硬くて動きにくい、そんな方へ。やさしく体をほくして、効率よくやるストレッチ習慣を始めましょう。

■イラストはイメージです。  
※セミナー形式(カラダを動かさずレッスンはありません)

参加費 1,000円

### 美姿勢教室

■ 10/21(火)  
11/18(火)  
■ 13:00~14:00

美しくて疲れない姿勢になるコツや必要なストレッチから歩き方まで、わかりやすくお伝えします。

■持ち物:履きこなしたい靴、フェイスタオル  
■姿勢教室 才色美人 姿勢のせんせい みゆう

参加費 各2,000円

### 簡単楽しい3色パステルアート ●

■ 10/7(火)、11/4(火)  
■ 10:30~12:30

3色のパステル・コットン・綿棒でハガキサイズの絵を描きます。絵が苦手な方にも楽しんで頂けます。  
※手ぶらでお越しください。  
サイズ:ハガキサイズ(10cm×14.8cm)

■3色パステルアート インストラクター 佐々木 順子

参加費 各2,200円

### カタリーヌフラワー ●

秋色、大人デザイン

■ 10/11(土)  
■ 10:30~12:00

紫陽花、ベリーがたっぷり入って飽きの来ないデザイン、縦、横、または壁掛けにもなります。  
サイズ:約横12cm×縦16cm×高さ6cm  
■持ち物:ハサミ、持ち帰り用袋  
■カタリーヌフラワー認定校 grace主宰 松井 由美子

参加費 3,800円

### もこもこリースを 使ったホワイトリース

■ 11/22(土)  
■ 10:30~11:30

温かみのあるもこもこリースをクリスマス風アレンジ。ポイントセアは控えめな白がピンクで年中飾れます。  
サイズ:直径約20cm  
■持ち物:ハサミ、持ち帰り用袋

参加費 4,000円

### 野の花の水彩塗り絵 ●

■ 10/20(月)、11/17(月)  
■ 13:00~14:30

ピンクのバラを優美さと立体感溢れる塗り方や、シユウメイギクを鮮やかに可愛らしくする塗り方など、筆運びの方法を丁寧に指導いたします。  
※手ぶらでお越しください。  
サイズ:A5又はB5サイズの画用紙

■大人の塗り絵 福利 徳三郎

参加費 各1,500円

### 英国風フラワーアレンジメント ●

Xmasスワッグ

■ 11/14(金)  
■ 13:30~15:00

ゴールド&グリーンシックなスワッグを!室内外どちらも飾れます。リボンを水引に替えるとお正月もOK。  
サイズ:約長さ48cm×幅28cm

■持ち物:ワイヤーが切れるハサミ又はペンチ  
■Atelier Lariel 主宰 森井 のり子

参加費 5,500円

### 新感覚絵手紙 ●

■ 10/21(火)、11/18(火)  
■ 13:00~15:00

誰でも簡単に楽しく描ける絵手紙です。  
※描くお題は毎月変わります。  
サイズ:ハガキサイズ

■持ち物:筆洗用容器(紙コップなど)、ぞうきん、手拭きタオル  
■四季彩画ひまわり 土井 博美

参加費 各2,000円

### 押し花アート

■ 10/27(月)、11/24(月)  
■ 14:00~15:00

お好きな花を自由にアレンジして、10月:レジンを使った箸置き1個とペンダント1個  
11月:トナカイとそりの抜型を使ってクリスマスの額を作ります。  
サイズ:箸置き、ペンダント/5cm×3cm程度 額/17.5cm×12.5cm

■世界押花芸術協会 認定講師 hana\_buke 東 恵子

参加費 各2,000円

### 手作りお香教室 ●

お線香作り

■ 10/28(火)  
■ 10:30~12:30

天然香原料100%のオリジナルの香りを調合します。様々な形に押し固めたお線香を作ります。  
サイズ:フリーサイズ

■薫物屋香楽認定香司 丸山 久美子

参加費 各2,500円

### お線香作り

■ 11/25(火)  
■ 10:30~12:30

天然香原料100%のオリジナルの香りを調合します。浄化に特化した香りのスティック型を作成します。  
サイズ:フリーサイズ

参加費 各2,500円

### 紅葉を待つ多肉植物の寄せ植え ●

■ 10/31(金)  
■ 13:00~14:30

プリキ缶に小さな庭を造りましょう。植え付け時はグリーンですが、冬には美しく紅葉します。  
サイズ:約直径12cm×高さ12cm

■持ち物:園芸はさみ、手を拭くタオル  
■手しごと kinoco

参加費 2,500円

### クリスマス☆アンティーク風プレート ●

■ 11/28(金)  
■ 13:00~14:30

割れにくい樹脂製のプレートに、木の葉やアーティシャルフラワーを貼ってクリスマスツリーに仕上げます。  
サイズ:約直径31.5cm

■持ち物:工作はさみ、鉛筆、定規

参加費 2,500円

### パーソナルカラー診断(個別診断)

■ 10/5(日)  
■ 10:00~16:00

※12:00~12:30はお昼休憩。  
マンツーマンでお似合いの色が分かるパーソナルカラー診断をさせていただきます。  
※カフェメニューより1ドリンク付。  
※薄化粧でお越しください。

■(一社)国際カラープロフェッショナル協会認定講師 宮本 紗希

参加費 各2,500円/30分1人

### 骨格診断(個別診断)

■ 11/30(日)  
■ 10:00~16:00

※12:00~12:30はお昼休憩。  
マンツーマンでお似合いのお洋服の形が分かる骨格診断をさせていただきます。  
※カフェメニューより1ドリンク付。

■(一社)国際カラープロフェッショナル協会認定講師 宮本 紗希

参加費 各2,500円/30分1人

### 美骨施術(個人体験)

■ 10/6(月)  
■ 10:00~13:00

美骨施術とは、顔や体の骨の位置やバランスを本来に戻し、調整することで美しい輪郭や姿勢を骨格から整える施術を指します。お悩みにあわせて個別に施術します。  
※カフェメニューより1ドリンク付。

■持ち物:オイルやクリームを使うかもしれないので拭き取るものをご持ってください。  
■あやめ池 美骨サロンEnchant 中村 夏乃

参加費 各3,000円/30分1人

### 足爪 お悩み相談会・角質/足爪ケア体験

■ 11/1(土)  
■ 10:30~14:30

足爪のお悩みに足爪ケアのプロ達が応えます! イベント特別価格10分1,000円で足爪/角質ケア体験可能。  
※ストッキングは履かずにお越しください。

■(一社)日本トラブルネイルケア協会代表理事 みなもん&所属ケアリスト

参加無料/30分3人

### メイクのお悩み相談レッスン(個別体験)

■ 11/7(金)  
■ 10:00~16:00

※12:00~13:00はお昼休憩。  
あなたのメイクのお悩みに個人レッスン形式でお答えします。  
※カフェメニューより1ドリンク付。

■持ち物:ご自身が普段お使いのメイク道具(こちらでもご用意しております)  
■JMANメイクアップアドバイザー 吉村 智子

参加費 各2,500円/60分1人

### 耳つぼジュエリー(個別体験)

■ 11/15(土)  
■ 10:00~14:00

※12:00~12:30はお昼休憩。  
耳つぼで手軽に心身をリラックス。耳つぼシールを貼ってツボを刺激します。シールは3~4日使用できます。  
※カフェメニューより1ドリンク付。

■耳つぼケアスクール 認定講師 高田 ゆかり

参加費 各2,000円/30分1人

### 足のサイズを知り、 靴との相性を知ろう~!(個別診断)

■ 11/9(日)  
■ 10:00~、10:30~、11:00~、11:30~、12:00~、12:30~、13:00~、13:30~、14:00~、14:30~

100歳まで歩ける足づくりは、まずは自分の足サイズを知り、足のトラブルを防ぐことからです。  
※カフェメニューより1ドリンク付。

■NPO日本足育プロジェクト協会 足育アドバイザー® 藤田 伸子

参加費 各1,000円/20分1人

### ビーズフラワー初級 ●

松ぼっくり

■ 10/14(火)  
■ 10:30~12:30

ビーズで松ぼっくりを作ります。ポイントセアなど完成パーツと一緒に飾り付けリースを作ります。  
※カフェメニューより1ドリンク付。  
サイズ:8cm×8cm

■ビーズフローリスト 岡本 由子

参加費 3,000円

### ミニクリスマスツリー

■ 11/11(火)  
■ 10:30~12:30

できあがったパーツを組み立てて、小さな可愛いクリスマスツリーを作ります。  
※カフェメニューより1ドリンク付。  
サイズ:4cm×10cm

参加費 2,500円

### 大王松オーナメント ●

■ 11/8(土)  
■ 13:00~14:00

13センチ以上の大きな大王松で秋冬のオーナメントを作りましょう。クリスマスツリーにも飾れますよ!  
※カフェメニューより1ドリンク付。  
サイズ:13~15cm

■アトリエルーム 主宰 川上 えみ

参加費 1,000円

### 不動産税務相談会

■ 10/11(土)、11/8(土) ■ 10:00~11:00、11:00~12:00、12:00~13:00

1組様1時間/参加無料

近鉄の仲介

相 続 贈 与  
売 却 買 替 え

不動産にまつわる税金について専門家からアドバイスを受けてみませんか?ぜひこの機会にご利用いただき、大切な不動産資産を有利に運営してください。  
[ご予約はお電話のみとなります。下記参照。]

持ち物  
■参加費はお釣りの無いようにご準備ください。  
■全てのセミナー、レッスン:筆記用具  
■体操系:タオル(汗拭き用)、飲み物(水分補給用)/持病のある方は、医師の了承を得た上で参加ください。(診断書不要)。また、当日の体調管理はご自身でお願いします。  
■クラフト系:筆記用具、拡大鏡や眼鏡、作品を持ち帰る袋など。

セミナー参加の方へ  
必ずご一読ください

■ 予約されずお越しいただいてもセミナーに参加できません。  
■ キャンセルを繰り返される方はお申し込みをお断りします。

※予約受付締切は「開催日を含む3日前の正午まで」です。ただし金・土のセミナーに関しては「火曜日の正午まで」となります。※セミナー当日は開始15分前から受付致します。※セミナーの最少催行人数は3名です。※セミナーは都合により開講中止、変更になる場合がございます。予めご了承ください。※参加費は税込価格です。お支払いは当日、現金のみのお支払いとなります。お釣りの無いようお願い致します。※駐車場はございませんので、近隣のコインパーキングをご利用いただくか、公共交通機関でお越しください。※万一、キャンセルをされる場合は、必ず事前にご連絡をお願い致します。※連絡なくセミナーをキャンセルされた場合は、次回からの参加受付をお断りさせていただきます。

## 住まいと暮らしのぷらっとHOME®西大寺

[近鉄大和西大寺駅連絡自由通路南口前] 〒631-0824 奈良市西大寺南町5番5-2号

0120-901-735 すまぶら近鉄 検索

予約受付時間:10:00~18:00 定休日/毎週水・木曜日・年末年始・お盆・GW

LINEのお友だち追加はこちら Instagramはこちら