

# 同風日

〈高知県立歴史民俗資料館だより・おこうふうじつ〉

第46号 2002年12月20日

今のは高校や大学へ行くのは当たり前で学校でいろんな事を勉強しますが、昔は尋常小学校や高等小学校がすんだらみんな見習い奉公に行つてそこでいろんな事を学びました。男は商店の丁稚や書生で、書生であれば、庭を掃き客人を迎える、見送りながら自然に勉強をし、店屋であれば、客の応対もし、子供の守をしながら商売を覚える。女の人も、格式のある家に行つて、その奥さんに行儀見習い炊事洗濯裁縫など全部実地に教えてもらう。昔は一般にそういう時代でしたね。女学校へ行くといつたら余程の家庭であり、大学へ行く人はよっぽどの優れた人でなければ行けなかつたから。

私は見習い奉公にこそ行つてませんが、あなた方にお話ししていること、これはみんな親や主人から、ともに手伝いをする中で教えられ、「見習い」で覚えたことなんですね。

手伝うということは勞を厭うたらダメです。自分が常に目も耳も鼻そして心も全開にして手伝うことです。そうではなく、言わされたことをするだけでは

高知県立歴史民俗資料館資料調査員 小川 真喜子

見  
習  
い



ぐいみをとる小川さん

身につかず覚えません。お餅を蒸しても、味噌や醤油を作つても、湯気のかぎ目で見てしつかり手伝つたから、戦中戦後の貧しい生活をここまでやってこれたと思うんですね。実の親は明治九年の生まれ、姑は明治十三年生まれですから、何グラムや何リットルなんことは言いません。せいぜい耕に一

いつしょに仕事を手伝う。そんな時に聞いた言葉にまた教えられることが多かつたですね。

こんな事がありました。根元を切ったカブを二つずつ結わえに行くのです

が、その作業をしながら弘岡の母が言うのです。「カブでも丸いカブや平たいカブ、長いカブといろんな形、そして大小があらあよ。同じような形のものをいつしょにするが、畝の端に行くまでには似合いのカブがあるもので、組み合わせの始末がつく。人間もおんなじ、みんな形が違うけれど、それに見合うもんがあらあのう。」

母はカブに例えて男女の事を言つていたのです。そんな時に聞かされた言葉は忘れませんね。

升かききりとか、手秤とかそんな程度ですから。自分は横で手伝つて、その様子を見て仕事を覚えたんです。

弘岡（春野町）へ嫁入りして来ても同じことです。私の生まれた家は農家ではありませんでしたから、ここへ来て初めて農業の手伝いをしました。はじめははだしになつて田圃に入るのが大変でした。足の裏がぬるぬるしていく、泥に入るのが気持ち悪い。もう仕事どころの話ではありません。

でも元々蛙の子の主人や主人の両親に教えられ手伝いながら農業を覚えました。

企画展

## 「おばやんの知恵袋」を語る

中村淳子



◆ 前回の「歴史と美術」座談会が好評だったので、今回も対談形式で次の展示の紹介をしてみようと思います。この展示はどういう企画なんでしょう

九

N　はい、農村で暮らしてきた一人の女性の方に焦点を絞って、その方、小川真喜子さんという方なんですが、小川さんの視点から女性の仕事や平地農村の暮らしを振り返ろうというものです。Uさんが担当した「おばあちゃんの見た山村の八十年」の平野版と言え  
るかも知れませんね。

U　「おばやん」というのは小川さんのことなんですね。



### 畑でイモを掘る

たことから高知のお兄さんやお姉さんのお世話になつ

を駆け回る少女時代を過ごしたそうです。けれど、幼い頃家族がチフスで入院し

て「おばやん」というそなんです。小川さんには当館の資料調査員もお願ひしてて何かとお世話になつてきました。『岡豊風日』の「ひと」欄にも登場してもらつたんですが、唯一の女性が小川さんでして、後で小川さんが「いろんな偉い先生方に交じつて、私は腰巻の話や手ぬぐいの話やらしてておかしかつたねえ、でも良かつたと言つてくれる人もいたよ」と言つてくれました。その時から女性の視点や女人が見た民俗を展示してみたいと思つていたんです。

Ｕなるほど。小川さんはどういう方なんですか。

て、子守なんかしながら大きくなつて春野の面白いおじいさんの所に（当時はおじいさんじゃないですけど・笑）嫁いだそうです。

Ｕ　はじめから農業をされていたのではないんですね。

Ｎ　違います。春野へ行つてから農業を初体験されたそうです。小川さんは幼児を抱えているので、最初は戦争で疎開してきた親戚（小川さん一家も疎開していたのですが）など合わせて一七人の家族の食事や洗濯が主な仕事になりました。展示はまず炊事や洗濯縫い物といった女性の仕事の昔を振り返るものにするつもりです。

N 登り道にはテンマといつてご主人について来てもらつて牛に引っ張つてもらうこともあつたそうです。朝は午前三時に起きて、峠を越えてようやく高知の町が見えてくる頃、町は灯の海だつたそうです。その時小川さんが使つたりヤカーも展示しますよ。

て、子守なんかしながら大きくなつて  
春野の面白いおじいさんの所に（当時  
はおじいさんじやないですけど・笑）  
嫁いだそうです。



春野町立郷土資料館で小川さん(左)に昔の話を聞く。

穂さんの協力で調査を進めているほか、坂本館長、高知女子大学の橋尾直和先生、春野町郷土資料館の徳平晶さんら多くの方といつしょに準備しているわけですが、そもそも小川さん自身が研究をされるんですね。

N ええ、小川さんは忙しい主婦業や農業の合間にご自分でも民俗の調査を行なつてこられ、春野町の文化財委員

も務めてこられました。

U 農家の主婦で研究もというのは大変だったでしょうね。しかし小川さんのお知識は頭で知つたものではありますんね。これは小川さんが暮らしの中で身につけてきたものなんでしょうか。

N 今回あらためて小川さんの所へ通つてお話を聞いて思うのは、小川さんのお母さんの語りというのがすごく大きいなあということですね。お母さんは明治九年生まれなんですが、その方が含蓄のある、滋味あふれる、良い教えを小川さんに伝えているんです。昔はそういう知恵や思いや暮らし方など代々親から伝えられてきた連続したものがあつたんだなあ、ということを感じますね。当たり前のことがですが、民俗が単にそこにある、ということでは

なくて、体や考え方の中に溶け込んでいてそれが自然に出ちゃう、という所が小川さんのお母さんにもあって、そのあたりが小川さんにも伝わっているんだなあ、と思いますねえ。

U 「おいしいもんを一人で食べたら腹こわすぞ」「人の足音聞いて作物は育つ」「お日さんをうだきこんだ着物で子は育てよ」など小川さんの言葉には生活の実感やハートのこもった教えが多いですね。

N 小川さんの魅力ある語りを味わつてもらおうと、図録も文字中心の読み物形式にしようとを考えています。

U 小川さんの語りを残そうという計画は小川さんに出逢った直後からありましたよね。

N 小川さんは魅力的なおばやんであると思いますが、でも年とった人はみなそれなりにその人の歴史があるわけで、色んな含蓄のある言葉や知恵を持つていると思います。ですから、身のまわりのおばやん、おじやんたちの言葉に耳を傾けてみてください。小川さんも、「私は聞く耳をもたない人には話をせんで、あんたらが来てくれるから、話してるんだから」と言われます。

U 小川さんの言葉を知つた人が、身近にいる「おばやん」と出逢うきっかけになる、そんな展示になるといいですね。



春野町西分の白衣観音の祭日に

## 土佐の民具 9

縞帳 しまちよう

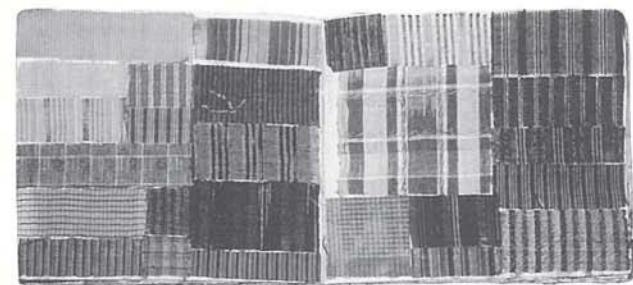
坂本 正夫

古くから大正末・昭和ヒトケタ時代頃まで、多くの農家で自家用の綿布織りに使つていた縞の見本。手本になるような縞柄を集めた台帳だから、「縞見本」とか「縞手本」と呼ぶこともあります。各種の縞紋様の端切れを集め整理し、反古紙に張りつけて作ります。

今では手織りの木綿縞はなくなつたが、縞帳はかつての縞柄を示す資料として、きわめて貴重な存在です。



「縞帳」の表紙



縞帳には、多くの縞見本がはりつけてある

織り手はこれを参考にしながら色々幅、紋様などの縞柄を考え、機を動かしていました。縞帳には各家で織つた自慢の端切れを集めたものが多いためが、友人や近所の女が織つた端切れを貰つて張りつけたものもあります。

新しい縞柄を縞帳に加え、他人が持つていらない各種の縞柄をもつことが織女の自慢であり、また誇りでもありました。明治生まれの老女に

「昔はラジオも何もない部屋で寝て、何を考えよりましたか」と聞くと、「そりや、おまさん。縞柄を考えよつとうよ。手足を動かしてねえ、機を織るときに、どういう柄にしようかと考えるのはたのしかった」と話してくれた。

今では手織りの木綿縞はなくなりましたが、縞帳はかつての縞柄を示す資料として、きわめて貴重な存在です。

市 原 麟一郎 さん



市原麟一郎さんは、一九二一年生まれ。

土佐民話の会の主宰として、三〇年以上にわたって高知県の民話を記録し、紙芝居にして子供たちなどに語り伝える仕事をボランティアで行なつておられます。歴民でもワクワクワーク「土佐民話の家」や体験学習室に置かせていただいている「民話文庫」寄贈などでおなじみです。

民話との出逢いは?

昭和十八年の十月、当時私は須崎工業学校の新任の社会科の教員でしたが、高知市の書店へ本を見に行きました。その頃は軍国主義の時代で書棚には戦争関係の本ばかり並んでいたんですねが、その中にまぎれ込んだかのように一冊の薄い本がありました。『肥後民話集』という本で、ちらつと中を見ますと、「屁つき嫁さん」とか「えんま大王になつた男」とか色んな昔話が載っていました。これは面白い、殺風景な時代でしたから、子供たちに昔話を語つてやろうと思いました。読むより語つた方が味が出ると思って、いくつか覚えて教室で子供たちに語ると大

変喜ばれましてね。

先生は高知にもたぶん同じような話があるに違いないと考えて、子どもたちに自分の町や村の昔話や伝説を集めることを冬休みの宿題にしました。すると五十話ほどの民話が集まり、中には「幡多の泰作さん」や「くさかもへえ」など、後に市原先生が脚光を当てていく代表的な土佐の民話もありました。先生は集まつた話を本にして子どもたちに返してやろうと思いましたが、残念なことに南海大地震で原稿が水に濡れてしまい、初の民話集は幻になってしまいました。

戦後市原先生はNHK高知のラジオ作家クラブに入り、主に子供向けの民話劇を作り、民話とのつきあいは続いていました。『しばてん童子』など民話に想を得た童話作品を書かれたのもこの頃です。

昭和四〇年頃からいわゆる田中角栄の列島改造論で古いものがどんどん壊されていく。民話の消滅の度合いも激しくなっていく、ということを痛切に感じましてね。民話を聞きにある家に行きますと「ばっさりいた。よう

かん、民話を集めよう、と民話の採話に専念するようになりました。民話は記録しておかないと全部消えてしまいますからね。

こうして市原さんの民話集めが本格化します。県内各地の同志を集め「土佐民話の会」を昭和四十六年に発足。会誌「土佐の民話」は創刊以来毎月休むことなく現在三七〇号を越えています。民話をまとめた本も続々出版。市原先生の仕事は、戦争体験の記録や野の祠の神仏の調査へと広がり、この十一月に刊行された「土佐の神仏巡拝」で八十一冊目というから驚きです。また、民話を次の世代に語り続けよう、との思いで始めた民話紙芝居の公演も二五〇〇回を越えているそうです。

継続は力なり。市原先生にこれだけの情熱を注がせる土佐の民話の魅力とは? 笑うということは人間の体にも心にも良いことです。お年寄りには、「一笑一若」といつて一回笑うと一歳若返るそうですよ。笑い話をしますから、大いに笑つて若返つて帰つてください、と言っています。

「笑いこそ万能薬なり人の世に笑顔をやさす人に接せん」(市原麟一郎)

次の仕事には高松恵との共著「土佐怪奇絵草紙・絵解き地獄絵」(仮)、「土佐の靈場伝説巡り」が予定されています。歴民館に語りの部屋を作つて、民話を伝える場所を増やせたら、など夢も語つて頂きました。まだまだ市原さんの「民話旅」は終わりそうにありません。

(梅野)



民家での「土佐民話の家」も10回突破

そう、どくれ、ひょうげ、とっぽう生きなど面白い風変わりな型破りの個性をもつた人間を主人公にした「おどけ者話」が多いですね。それを私は民話の中でも主眼にして今まで集めてきたし、多く語っています。

## 元親の書状を読む 其の三

野本  
亮

使者を  
旁々仁右二被  
打越候由候条  
先為音信以

先日者遂面

度之使者、何も  
罷帰候。肥後守殿  
別而御馳走由申し、  
大慶不<sup>過</sup>之候。  
猶口上可<sup>レ</sup>申候。恐々

長宮

正月十日元親(花押)

四宮新五郎殿  
進之候

【土佐物語】などの軍記物語によると、元親が土佐を平定する以前、末弟の弥九郎親益が阿波の海部氏に殺される事件があつた。病氣であつた親益が上方に湯治に行く途中、海部奈佐湊で



長宗我部元親晝状 四宮新五郎宛 館蔵 13.7×44.1cm

の出来事だったという。元親に滅ぼされた安芸国虎の家臣が三好氏重臣海部氏の元に身を寄せていたことが原因と、いう説もあるが定かではない。

東南部への侵攻は、阿波国内の混乱すなむち阿和国守護細川氏と重臣三好氏の対立。三好氏の下剋上に起因する内乱に乗じたものであり、反三好方を取り込むため周到に用意された調略戦（外交戦）が前提としてあつた。

今回、新発見史料として本館が購入した書状は、阿波の海賊衆四宮氏に宛てたものであり、この時期の状況を直

天正三年（一五七五）土佐を統一した元親は「我れ諸士に、賞禄を心の儘に行ひ、妻子をも安穩に扶持せんと思ひ、四方に発向して、軍慮を廻らし」と述べ、阿讚予侵攻の心情を吐露したという。そして、真つ先に阿波東南部に侵攻したのは、末弟親益の仇討ち、つまり「遺恨の子細有りて…」ということが根拠として述べられている。この時の元親の攻撃は熾烈を極め、海部城は落城（宿敵海部宗寿は不在であつたという）。東部海岸の由岐・日和佐・牟岐・浜・桑野・椿泊・仁宇の諸城主らも直ちに人質を差し出して降伏し、阿波平定戦の第一段階が終了する（『元親記』）。いかにも軍記物らしいスムーズな展開だが、実際はそんな単純なものではなかつた。桑野城主東条関兵衛の降伏は別として、他の日和佐氏らが即刻降伏したとは考えにくく、する説がすでに先学によつて指摘されている（浜家文書」他）。元親の阿波

接把握できる一級史料である。四宮氏は南北朝期より紀伊水道・紀淡海峡への渡海点となる浦々を押さえる有力者であつた。そして、この四宮氏が三好氏の配下にある限り、上方に向かう土佐船の安全航行はあり得なかつた。元親としては、三好長治に反発し、天正四年頃に勝瑞城を脱出後、那西郡仁宇山（現鷲敷町）に籠もつていた細川真之と同盟し、その周辺の武将を順次三好氏から離反させることは最も理にかなつた戦略であつた。



と解釈すると、元親の調略が四宮氏一族新五郎を通じて確實に浸透していくことが分かる。元親の阿波東南部平定戦は、上方への安全航路確保という経済的な理由と、反三好勢力との結託による同盟圏の構築という、政治的・軍事的な思惑が背景にあつたのである。



窪川町観音堂の板碑

窪川町観音堂の板碑  
この板碑は、窪川町で初めて確認された板碑となりました。

(岡本)

## 考古 窪川町市生原八坂山観音堂調査記

## 歴史

中土佐町久礼八幡宮の  
木瓜牡丹文様唐織裂

## 民俗

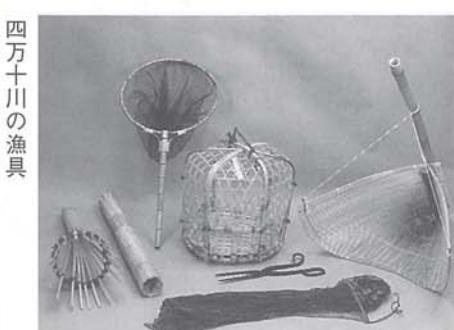
移動展「四万十川の漁具」



中土佐町久礼八幡宮の木瓜牡丹文様唐織裂

不明で、資料の経緯は明らかではありません。  
要港、上ノ加江を擁した当地域の領主層を見直す資料のひとつではないでしょうか。

(泉)



四万十川の漁具

展示会場と期間	
①東津野村	役場 11/28～12/4
②窪川町	四万十会館 H15 1/24～1/28
③西土佐村	ふれあいホール H15 2/19～2/22
④中村市	中央公民館 H15 3/15～3/22

澄んじよつたもんねえ」の声が印象に残りました。ぜひご覧くださいね。(中村)

平成一四年度、秋の企画展「歴史と美術」の資料調査のおり、窪川町市生原の資料所蔵者のご自宅にお伺いした時のことでした。資料の現状などを調査、歴民館まで資料を搬入できることを確認、そして資料や遺跡を撮影し、帰途につく前に、以前よりお話を聞きしていた観音堂にご案内頂きました。参道は、県道と隣接し、傾斜も少ないのでした。堂は、山の斜面を背景にして建立されています。堂の後が崖になつておらず、やや不自然な立地でした。境内右奥には、近世前期の墓標が造立されており、その年代から寺の法灯の展開を知る事ができました。その参道の脇に自然石が立つていました。よく見ると、中世の年号「永正十五年(年)」(一五二八)とみえていました。中央には「南無阿弥陀佛」と刻された名号板碑でした。発見は、思ひもよらないことで、堂の斜面からかつて出土したものということでした。早速、調査を行ないました。

秋の企画展「歴史と美術」に歴史部門は、収蔵資料を中心に、昨年度の開館10周年特別展で紹介できなかつた資料を借用し、展示・公開しました。企画展の準備のため、寺社・関係機関の所蔵資料の再調査を行ない、新たな発見がありました。

中土佐町教育委員会を訪れ、収蔵されている資料調査を行なつたとき、久礼八幡宮の資料に、漆塗りの木箱に納められた唐織裂がありました。

緒書きには「佐竹久礼城主織田信長公拝領陣羽織」と記載されています。大小二点の唐織裂には、木瓜紋が刺繍されており、織田信長と結びついたのではと思われます。この唐織裂は関西学院大学文学部教授(元京都国立博物館)河上繁樹氏のご教示により桃山期の小袖の一部であることが判明しました。しかし、佐竹氏と織田信長との関係は

当館収蔵の四万十川の漁具がお里帰り—四万十川流域の四市町村で展示されることになりました。四万十川財団主催の「四万十川(ありのまま写真展)」の同時開催で、平成九年度の企画展「四万十川(漁の民俗誌)」で収集した漁具の中から約百点をピックアップして展示しています。

企画展では鰻や鮎などの魚種別に漁具を展示しましたが、今回は上・中・下・汽水域の流域別に展示しました。先日の東津野村は上流域に当たり、訪れた方は、「上流の漁具はわかるが、下流は知らんのがあるねえ」などと語らいながらご覧になつていました。展示してみて、中流や下流域に比べて上流や汽水域の当館蔵の漁具が少ないこともわかり、今後の収集を考えるきっかけにもなりました。鮎のシャクリ竿が長いことに対して、「昔は水が

## カルチャーサポーター2期生研修開始



### 定期観光バス乗り入れ開始

かねてから当館運営協議会からの提言もあり、懸案だった定期周遊観光バスの乗り入れが平成14年9月1日から始まりました。これは土佐電気鉄道株式会社と

高知県交通株式会社のご協力によるもので、高知駅を9時に出発、最初に当館、続いてオルゴール館、龍河洞、桂浜、高知城を周遊し、午後4時40分に高知駅に戻るAコースです。景勝地のみならず土佐の歴史や民俗を学べると、観光客の方にも好評です。11月末日現在で三五四人の利用がありました。

(山本)



カルチャーサポーターに、新しい仲間が加わりました。今年から入った二期生、一八名です。二期生への研修は、学校団体の火おこしやワクワクワークで小学生などのサポートをしたり、展示民家の保存のためにいろいろ火を焚くなど一期生とともに行なっています。また、歴史・考古・民俗の各分野の学芸員による講座スタイルでも研修しています。たのもしい活躍ぶりを見せる二期生たちは、先輩の一期生とも和氣あいあい。歴民のカルサポは今日も元気です。

(中村)

## 大豊町との連携によるモデル事業

「総合的な学習」に対応して歴民の利用を進めるため、今年度は大豊町内の大杉・太田口・東豊永・豊永の4小学校の5・6年生を対象にモデル事業を行なっています。既に11月21、26、28日に実施され、岡豊山に登つて自分の歩幅で城跡の曲輪の広さを測つてみたり、勾玉作りや火おこしに挑戦したり、さまざまな体験学習を行ないました。また、調べ学習では明治時代の税金と地検、明治時代の小学校、鰹の一本釣りなどを勉強しました。総合学習には歴民をご活用下さい。

(泉)



### 本棚『地域に生きる博物館』(徳島博物館研究会編) 教育出版センター

この本は、徳島県の博物館の学芸員を中心、図書館や文書館の職員が集まって作つた博物館論集です。博物館についての論は図書館や都会の本屋に行けば何冊も並んでいますが、どうしても高い所から見下ろしたような論調になります。また、「博物館研究」をのぞくと、地域の博物館の活動報告は多数報告されているのですが、あまりにも具体的すぎることが多いようです。この本はちょうど両者の中間に近く、成功しています。つまり、自分たちの職場にしっかりと根ざして考えながら、普遍的な問題を論じているのです。高知の隣ですが、このような成果が誕生したことに驚きと羨望の念を感じ得ません。

(梅野)



## 新刊

### 企画展図録

## 歴史と美術

平成14年10月4日から12月1日にかけて開催された企画展「歴史と美術」の展示図録です。中土佐町や窪川町で新たに発見された文化財をはじめ、書画、和鏡、陶磁器、武具甲冑、刀剣、石仏などをオールカラーで掲載。

**価格 1,000円（送料310円）**

館受付で販売中。郵送希望の方は送料とあわせて現金書留か口座振替でお申し込みください。

口座番号 01610-2-61369

加入者名 (財)高知県文化財団

月・日	主な出来事
7/6	土佐民話の家⑩七夕の話
7/27	ミニ企画展「ふくろうギャラリー」開幕
8/3	水てっぽうを作ろう
8/17	水てっぽうを作ろう
8/25	ミニ企画展「ふくろうギャラリー」終了
9/29	史跡めぐり（横原町吉祥寺の孝山祭）
10/4	企画展「歴史と美術」開幕 展示室トーク①
10/5	史跡めぐり（愛媛県宇和町）
10/19	講演会 広谷喜十郎氏
10/26	障子貼りに挑戦しよう
11/3	展示室トーク②
11/9	展示室トーク③
12/1	企画展「歴史と美術」閉幕
12/22	燻蒸臨時休館
12/27	
12/28	年末年始休館
1/4	

### <ひとこと>

- 館長の坂本正夫が平成14年度地域文化功労者賞（文部大臣表彰）を受賞しました。

無料... 料... 者(1名)	入館料	休館日	開館時間	平成十四年十二月二〇日	岡豊風日(おこうふうじつ)	第46号
手帳... 被爆者... 者健康... 手帳... 被保護者... 者とその介護	高校生以下、高知県及び高知市長寿	通常期(常設展) 大人(18歳以上) 1月4日、団体(20人以上) 12月28日	午前9時(入館は午後4時まで) 午後4時(祝日及び振替休日) にあたる場合は翌日)	088-888-8622 088-886-2211 088-886-2210	南国市岡豊町八幡1099-1 高知県立歴史民俗資料館	〒783-0044
手帳... 障害者... 手帳... 戦傷病者... 者手帳... 被保護者... 者とその介護	450円・ 300円	毎週月曜日	(入館は午後4時まで)			
印刷・ 飛鳥						

<http://www2.net-kochi.gr.jp/kenbunka/rekimin/>  
E-mail:rekimin@tosa.net-kochi.gr.jp

## 平成15年1月～3月の催し物

### 企画展

## おばやんの知恵袋

1月17日(金)～5月25日(日)



母から子へと伝えられてきた暮らしの知恵の数々をひとりの農村の女性が語る企画展。

春野町にお住まいのおばやん、小川真喜子さんの視点から、炊事洗濯縫い物など女性の仕事、ムラの暮らしの変化を振り返ります。

### 企画展 関連企画

### [展示室トーク]

1月25日(土)、2月22日(土)、3月22日(土)

午後2時～3時



春野町の「おばやん」小川真喜子さんをまじえた担当学芸員、資料調査員による展示解説です。

（事前の申し込み不要。入館料が必要です。）

### [ワクワクワーク]

## 土佐民話の家⑪ 春野の話

3月8日(土) 午前10時～11時30分

土佐民話の会の市原麟一郎さんが「おばやん」の住む春野に伝わる民話を紙芝居で語ります。

(会場：移築した民家)

## こんにゃくを作ってみよう

3月15日(土)  
午前10時～12時

昔ながらの作り方で、こんにゃく作りに挑戦します。  
(会場：移築した民家)



＜ワクワクワークは電話か  
Eメールでお申し込み下さい＞