

県民講座

地域で暮らすために～子の自立・親の自立～

AJU自立の家

自立生活体験室ワーキンググループ

「人まかせの人生やめた」

チャンスをください！

私は、福祉ホームに4年間一人暮らしの練習をして、今は、アパートに入って3年目に成ります。

今日、皆さんにお伝えしたいのは...

施設から出るにあたり、
施設にいる間にしたかったこと、希望すること。

1. 施設でしてほしかったこと

- ・してほしい事を伝えて頼めるようにする。
- ・人になれる、いろいろな人と話ができる事。
- ・計画して、実行ができる事。
- ・献立をいくつも立てれる事です。

2. 施設職員からしてほしかったことは、

- ・一度1人にして、どう動くのか、動きを見ること。
- ・人間関係を観察する。
- ・どんな事を考えているか？聞いて見る。

3. 職員から言ってほしくなかったこと・不安になった言葉は、

- ・自立は、絶対無理だわ！と、言われたくないです。

4. 施設から家族へしてほしかったことは、

- ・本人の希望に添うように、本人と働きかけをする。
- ・福祉の情報や自立生活に関する情報を伝える。

片桐敬子(40代)

施設生活 28年

福祉ホーム 4年

地域生活 2年



5. 施設にいる間に、知っておくといいこと・知っておく必要のあること

- ・自分でできること、出来ないことのみきわけをする。
- ・食べ合わせの勉強、料理の勉強をする。
- ・自立をして、何がしたいのか決める。
- ・その目的に合うように、練習する。
- ・携帯電話を使えるようにする。
- ・文章を書くことになれる。

6. 今後施設でしてほしいと考えられること

- ・自立って言った人は、1人での時間を増やして欲しいことです。



杉山祐司(30代)

施設生活 なし

福祉ホーム 4年

地域生活 11ヶ月

地域生活について

こんにちは、杉山祐司です。サマリアを出て、今地域生活を送っています。

僕は、特に言いたいことは、親に一生懸命、一人暮らししたいと言ったけどダメと言われて、悔しかったです。僕が利用しているヘルパー事業所の人が家に来てお願いしていたことが一番嬉しかったです。

自立を親に許してもらったことが嬉しかったです。

一人で自立をしたい気持ちは、今まで何度もあって、自立をしました。

今は、図書館に毎日通って、休みがばらばらで、僕はアトピーがあるので、病院通いをしています。いい先生に会えたことが、すごく嬉しかったです。今は図書館と、ヘルパー事業所のところへ通っています。

今は、ヘルパーに料理を作ってもらうのが一番楽しみです。

これから、地域生活をする人が多いと思います。やってみるといいと思います。

僕が言いたいことはこれだけです。ありがとうございました。

障害者としてより一人の人間として生きたい

施設での規則正しい生活が毎日苦痛だった。十把一絡げの生活じゃなく、一人の大人として一人ひとり違う時間の使い方を私もしたかった。

名古屋にある AJU 自立の家を知った。何ができないかよりも、何ができるかを大切に地域生活を目指しているところに心惹かれた。施設から出たい一心で北陸から名古屋に行くことを決めた。

16年前の自立の家での生活は、身の回りの介助を手伝ってくれるボランティアさん探しから始まった。地域で1人の大人として生きるといっても、それは難しいことだった。16年経った今でも難しいと感じている。なぜならば私は24時間誰かの手を借りて生きていかなければならないからだ。しかし健常者と呼ばれる人たちの生活には限りなく近付ける努力はできると思う。

一人の人間として生きること、それは出会った人たちと対等になれる関係、例えば教えあえる関係のような気がする。

ボランティアさん時代に私が一番困ったのは、料理を作ってもらったことだった。施設でできあがった物を食べていた私にはその料理の作り方なんて分かるはずもなかった。

毎日来るボランティアの女の子はほとんど学生だった。その子たちに何を聞いても分からないと言われた。

一番思い出に残っているのは次の二つ。ある日、豆腐とワカメのみそ汁を作りたいかった。材料を買ってきて乾燥ワカメを入れる段階になって、はたと困った。どれだけの量を入れていいのか分からないのだ。女の子に聞いても、お母さんに作ってもらっているから知らないと言われた。仕方ないので、ワカメをひとつかみガバッとボールの水に入れてもらった。みるみる乾燥ワカメは広がり、ボールからあふれんばかりになった。3日間ぐらい戻したワカメを使ったが、食べきれず、ごめんなさいした。

もう一つの思い出は、友達と鍋をやることになった。白菜を半分買うよりも丸ごと1個買った方が安かった。半分残して違う料理にしようと思った。またまたボランティアの女の子に白菜を半分に切ってお願ひした。ちょっと目を離した瞬間に白菜を縦割りが普通なのに、バッサリ横割りになっていた。下の部分はボンと固まりだが、上はバラバラ。あの時は本当に困った。

これでは自分がこの人達と同じレベルだといけなと気づいた。簡単にできる料理本を買ひあさった。包丁を使いになせない人たちに野菜カッターを買ったり、ピーラーで削っていくと、ささがきのようなものになるとテレビで知って、それを伝えたりした。冷蔵庫の中にある物を毎日チェックし、料理本をめくってもらひ、これならできると考え、ボランティアさんよりも上のレベルで指示してきた。

一昨年、白菜をバッサリ切った女の子がお嫁にいくと挨拶に来た。ボランティアをして私と一緒に料理を作ったからできるようになった。「江上さんのおかげだよ、ありがとう」と言って帰った。

ボランティアさん達と生活していた頃は無我夢中、必死だった。ありがとうと言われた時、私の持っている障害なんて関係ない、共に生きてこられた。私も知らないことをたくさん知った。白菜娘も一人の人間として育て、また新しい暮らしに挑んでいる。一人の人間として生きていきたいという私の願ひは叶っていると実感した。

江上佐和子(40代)

施設生活 27年

福祉ホーム 5年

地域生活 11年





佐々木克己(40代)
 施設生活 なし
 福祉ホーム 4年
 地域生活 12年

子どもの力を信じて

今日は障害を持っているお子さんがいる親御さんも見えると思います。親にとって子どもはいくつになっても子どもといえます。自分自身は親になった経験はありませんが、自立生活体験室に長い間関わった経験から感じたことを伝えます。結論から言うと親御さんに伝えたいことは、もっと自分の子どもを信頼してあげてくださいということです。障害を持った子ども

の多くが、親から「危ないから止めなさい」とか「人に迷惑をかけるから止めなさい」とか「あなたにはできないからやめなさい」ということをずっと言われ続けています。言われ続けることで子どもの方も「危ないからしっちゃんいけないんだ」とか「どうせ自分にはできないんだ」と思い込んでしまいます。結果として、障害のない同世代の子どもが経験していること、おしゃれをするとか、友達と映画を観に行く、コンビニで買い物をするとかごく日常的なことを経験できずにいます。

もしかすると家の子は制度を利用してヘルパーさんと外出しているから安心という親御さんがみえると思います。でもちょっと振り返ってみてください。親があらかじめ決めた場所に外出していませんか？子どもは本当は別の場所に行きたいと思っているかもしれませんよ。お子さんに確認してみましたか？もちろん自分も予め決めた予定に沿って行動することはあります。でもそればかりでは本当の意味での経験は身につきません。道に迷ったり、電動車いすが動かなくなったりというハプニングを含んだ外出が本当の意味での経験になることが多いです。

自分も以前は方向音痴でなかなか一回で自分の行きたい所にはいけませんでしたが、今は普通に地図を見るなり、住所を調べるなりして初めての所にも行ける様になっています。なんでこんな話をするかという、最初に言った様に子どもの力を信じて、親離れ、子離れしてほしいと思っているからです。親には親の人生があるし、子どもには子どもの人生があります。子どもは親の望んだ人生を歩むとは限りません。その事を踏まえてもう一度言いますが、子どもの力を信じてあげてください。

先輩が居たから私もできた・・・

皆さん、こんにちは。私は福井雅子と申します。2歳～18歳までの16年間、「青い鳥医療福祉センター」という施設で育ちました。また、小・中・高と名古屋養護学校で学校生活を送りました。この施設の中では、何もかも決められた時間で生活をしていました。

AJU 自立の家を知ったきっかけを話したいと思います。友人の親御さんから「AJU 自立の家があるよ」という話を聞き、そこから高校生向けの「夏季自立体験プログラム」があるということを知り、実際高校2年生の時に下記自立体験プログラムを受けました。そのプログラムで、私は料理をしました。当時は何もかもが初めてで期待と不安の入り混じった気持ちで参加した記憶があります。

「一人暮らし」に憧れを抱いたきっかけは、施設で育った時に同室だった先輩が AJU 自立の家の福祉ホームでの生活を経て地域で生活をしている事を聞いたからです。実際に自立体験室を3回利用し、今は、「福祉ホーム」での生活が去年10月中旬にスタートしました。福祉ホームに入居して生活に必要なものがたくさんあるという事や、1ヶ月どの位お金が必要かという事が、生活をして、徐々に分かってきました。食べ物を腐らせた事もあります。誰にも束縛されず自分で考えて生活する事は楽しいし生きがいに繋がるのではないでしょう

福井雅子(20代)
 施設生活 16年
 福祉ホーム 3ヶ月半
 地域生活 なし



か？「料理がしたい」、「買い物、行きたい」等小さい事でいいと思うのです。

ぜひ一度、「自立生活体験室」に来て下さい。

施設を出てくるときに思ったこと

私は自立生活をする前に2カ所の施設にいました。その1カ所は、今日公開講座を主催している愛知県身体障害者コロニーの中にある、こぼと学園というところで、5歳から20歳までそこに居ました。この施設は朝起きる時間から夜寝る前までの時間、食事の時間やお風呂の時間が決まっており、外出も家族としかできないような、自分で色々なことを選ぶことができない施設でした。食事や健康の心配はなかったのですが、それだけで人として生活していると言えるでしょうか。私は家族とあまり仲が良くなかったので施設の遠足などの行事の時ぐらいいし外出できませんでした。それで段々もっと自由な施設にかわりたいと思うようになり、中学2年の時に文章にして施設にかわりたいという希望を出しました。施設の人も理解してくれて、他の施設見学を2回計画してくれ、2回目の施設ならやれそうだと思います、かわることができました。

でも、その時に2つの疑問がありました。1つは、施設をかわる日になる直前まで「他の入居者に内緒にしておいて」と言われたことです。なぜ内緒にしないといけないのでしょうか。逆に友達がそのことを知った時に不信感を持つと思いました。施設側の都合で友情などを壊されるようなことはやめてほしいです。もう1つは、中学2年の時に施設をかわりたいと希望を出したのに、なんで6年間も待たされたのかということです。児童施設では権利が親にあるということは分かりますが、僕の所みたいに結婚しても祖母と同じ屋根の下で暮らしているような父親に果たして子どもの希望を止める権利が有るのでしょうか。そのために、後々になってその子がもし働く環境を掴めた時に、仕事の勉強が遅れたら、誰のせいになるのでしょうか。そういう親の場合、児童相談所や施設が判断して本人の意志を尊重して欲しいです。その施設や児童相談所がもっと真剣にその人のこれからのことを、その人と一緒に考えて欲しいです。それが、施設や児童相談所の役割だと思います。そうしないと、困るのは当事者です。

でも、その時に2つの疑問がありました。1つは、施設をかわる日になる直前まで「他の入居者に内緒にしておいて」と言われたことです。なぜ内緒にしないといけないのでしょうか。逆に友達がそのことを知った時に不信感を持つと思いました。施設側の都合で友情などを壊されるようなことはやめてほしいです。もう1つは、中学2年の時に施設をかわりたいと希望を出したのに、なんで6年間も待たされたのかということです。児童施設では権利が親にあるということは分かりますが、僕の所みたいに結婚しても祖母と同じ屋根の下で暮らしているような父親に果たして子どもの希望を止める権利が有るのでしょうか。そのために、後々になってその子がもし働く環境を掴めた時に、仕事の勉強が遅れたら、誰のせいになるのでしょうか。そういう親の場合、児童相談所や施設が判断して本人の意志を尊重して欲しいです。その施設や児童相談所がもっと真剣にその人のこれからのことを、その人と一緒に考えて欲しいです。それが、施設や児童相談所の役割だと思います。そうしないと、困るのは当事者です。

2つ目の施設には20歳から26歳までいました。26歳の時にこの施設を出ると決まった時、言われた事が「1度出たら2度と戻れない」ということでした。これが福祉施設の職員が言うことでしょうか。待機者も多いので気持ちは分かるのですが、でも今から地域に出ていく人に対してあまりにもひどい言葉だと思います。せめて「疲れたらショートステイもあるよ」のような言葉が欲しかったです。

施設が悪いような事ばかりを書きましたが、もちろん子ども時代から26歳まで育ててくれたことは感謝しています。しかし、これからは施設として入居者の地域移行に努力してほしいと思っています。

現在私は障害を活かしてアドバイスしながら福祉機器販売の仕事をやっています。それと同時にこの自立体験室ワーキンググループに関わっています。これからもできる限り関わっていきたいと思っています。なぜかと言えば、施設生活と地域生活の2つの経験があって両方の気持ちが分かるのでその気持ちを活かしてやっていけると思うからです。

支援学校の先生たちに伝えたいこと

国語や数学も大切ですが、制度などの卒業後に必要な勉強も教えていただけるとありがたいと思います。例えば年金をもらいたいときにどこでもらえるかなど。

生徒さんが、やろうとしていることをすぐに手伝わないで、生徒さんが「手伝ってください」というまで待っていてください。

最後に自己決定力を高める授業をやってあげてください。たとえば、学校が休みのときにクラスでどこかに行くとか、生活に役立つようなことをしていただけたらうれしいです。ただし、そういうことを先生が一緒にしないで、クラスみんなで考えて先生はただ見守ってください。自分で決めたり、自分がやりたいことをやらせていただけるよう、お願いします。

浅野誠一（40代）
施設生活 21年
福祉ホーム 5年
地域生活 11年



石川直希（20代）
施設生活 15年
福祉ホーム 4年
地域生活 2年10ヶ月



教育について

私の障害は、ウェルドニツヒホッフマン病という病名です。日本語で言うと、進行性の筋萎縮症という病気で、筋肉を動かすことができなくなり、体幹の筋肉も全て弱いです。いつも、こういうちょっと変わった形の座り方をしています。

病気の発症は生まれつきでしたが、全然変わらない赤ちゃんだったと思います。はいはいをするのが遅かったり、歩かなかつたりというので、親が不信に思っ病院へ行って、2才の頃に初診で診断されました。両親が共働きだったので、0才から保育園に通っていましたが、その病気が判明してから、ずっとその保育園で見てもらっていて、リハビリにも少し通ってました。

小学校に上がる時、両親は普通校に通わせたいという思いがありました。自分の中では全くわからないので、そういう意識とかはなかったけれども、ただ障害があるということで、とても反対されたみたいです。周りの人にも学校側にも、でも「障害があるから分けるということはおかしい」と、両親が何回も何回も学校に行き、交渉をして、私は普通校に入学することができました。

学校側もそれなりの配慮をしてくれて、階段の所を少しスロープにしてみたりとか、あとは、4年生の頃には、階段昇降機というものを導入してくれたりとか、階段の少ない教室にしてくれたりとか、適当な配慮もしてもらいながら、私は普通校の小学校で生活してきました。

もちろん、ボランティアさんも来てくださと言われていたので、移動教室の日だけ、トイレ、お昼の時のトイレを含めて来てもらえるように手配をして、あとは絶えず周りの友達が全部サポートしてくれていたんで、本当に小学校も中学校も高校も短大まで行かせてもらいました。

全部普通校なんですけれども小学校から中学校へ入る時に養護学校へ行くか、普通校に行くかを選ばせてもらいました。というのは、学校側から、「やはり養護学校を一度見ておいてください」と言われたので、私の選択肢の中に養護学校というものは全くなかったのですが、そう言われて見に行っったのです。

その時に思ったのは、すごく人数が少ないということです。今まで30人とか、それ以上の生活、周りで友だちみんなに囲まれて生活していた中から、自分がそこにいるということが私の中で考えられなかった。その代わり、生徒1人に対する先生の割合が充実しているということも感じました。友だちにお願いをしなくてもいいんじゃないかと考えたのですが、友だちだからちょっと迷ったのです。でも、友だちにそういう所を見に行っったという話をした時に、「別に行く必要ない。それは、今まで私たちがやっていたことと何も変わらないよね。」と言ってきて、単純に「あっそうか、じゃあ養護学校へ行かなくてもいいか」と思っったのです。

小学校に特別学級みたいなものがあるって、知的の子たちがいて、学校の中で、同じ所で、一緒にやっていることはやっっていたりして、だから、無理に養護学校というふうに分けなくても、同じ場で、同じものを共有することって、すごく大事だと思います。

友だちによく、私に出会わなかったら障害を持っている子と接する機会なんて全くないと言われて、何か不思議な気分になりました。これだけ、地域に出て立派にやっている人がいるのに、そういうふうに分かれるのはすごく不思議な感じなんです。

「知らないことは、本当によくない」じゃないですが、だからこそ分けることによって、そこから差別などにつながっていくのではないかなと、すごく思いました。だからこそ、一緒に学ぶとか、一緒に学べる機会というのがすごく必要で、そこで障害があるという以前に、まず分けてあるということが、私はちょっとおかしいのではないかなと、すごく思っています。

以上が言いたかったことです。ありがとうございました。

内海千恵子(20代)
施設生活 なし
福祉ホーム 1年半
地域生活 なし



知りたい・やってみたいと思ったことから始めよう

皆さん、こんにちは。私は、杉本真規と申します。

私は、今 19 才です。私が一人暮らしをしたと思ったきっかけは、規則に縛られた施設での生活が窮屈だったからです。その理由や私が今、一人暮らしを始めて感じていることを話したいと思います。

去年の4月からAJU自立の家福祉ホームの方で、ヘルパーさんを使って一人暮らしをしています。

小学校、中学校、高校 12 年間は施設に入所しながら施設と全寮制の養護学校に通っていました。

私が一人暮らしをしたと思ったきっかけは、12 年間の施設生活の中で、すごくちょっとしたことなのに自分の好きなことができないのが、中学校、高校と年齢が上がるにつれて非常に窮屈に思ってきてしまったので、もう少し自由になって、いろいろなことをしてみたいと思うようになったことです。いろいろなことをしてはいけないとか、この時間にお風呂に入る、ご飯を食べる、この時間に寝て起きるという規則がすごく決まっていた施設でした。先程の皆さんからの話にも沢山出ていますが、やはり施設は、ある程度時間も決まっていて、すごく安全なのですが、私たち当事者にとっては、「自由といえるのかな？」という部分が、すごく沢山あります。自由がないと経験が一般の人より少なくなります。それはなぜかという、例えば電車に乗って遊びに行こうと思っても電車の乗り方を知らなければいけない、そして切符を買うにはお金がいるけど、お金は...と、いろいろなことを経験して知らなければいけないから。

そういうことに対して、いろんなことが学べたりするので、自分のやりたいことからでいいと思うので、やってみて、わからないことを人に教えてもらったり自分でインターネットなどで調べたりして、「知りたい」「やってみたい」と思わないと経験不足は、なかなか解消されないと思います。自立の家に来て、いろんなことを人に手伝ってもらいながらも、自分が自由に『できる』ということを知ったからこそ、今言えることだと思います。だから、経験不足は、本当に怖いと思います。

私は、AJUの体験室を利用してホーム入居に至ったのですが、その体験室の時に好きなDVDをレンタル屋さんで一人で行きたくて行って帰りに、ちょっと車いすの操作ミスで、車いすごと転んでしまったことがありました。でも、転んだことで、今までだと先生や親に「危いじゃないの」と言ってよく怒られていたので、怒られるのが怖くて、その時も高校の先生から「実習中に一人で外出するな」ということを実習前にクギさされていたのですけれど、一人でできないのかな？挑戦してみたいなと思ってましたが、どこに何があって、どの角度だったら後ろに倒れずに前に倒れるのかということもわからなかったんで、転んでしまったのです。そうしたら、怒られるということが怖くて泣き出したということがありました。

怒られるとか、危険、最初から否定されるというのは、自信のなさに本当につながります。いろんなことを経験しようというその気持ちが、最後になくなってしまふので、すごくいけないこととか、残念なことだなと思います。経験したいと思うのは、楽しい、自分がやりたいこととか、興味があることとか、いっぱい広がっていてもいいと思うので、先程佐々木さんがおっしゃっていたように、その障害を持っている当事者の方の力を信じて、危険なことあるかもしれませんが、いろんなことを経験させてあげてほしいなと思います。

そういう場として、自立生活体験室が、AJUにはあるのですが、私の出身の三重県には、こういう所が意外と最近できたばかりで、本当に全国でも少なく、こういう自分の力を試せる場所が、全国的にもっともっと沢山できるといいなと思います。

また、こういうことを今日話に来るといことも私は大事だと思っています。話すことによって、もう少し変えられるんじゃないかなと思って、皆さん一人一人が気づいていただけるだけでも変わるきっかけにはなると思います。

ご家族の方は、是非いろんなことを体験してもらおうに自立体験室に来てもらうように勧めただけならと思います。私もまだまだ一人暮らしを始めて、まだまだ勉強中です。でも映画に行ってみたり、ミュージカルに行ってみたり、今まで1、2回しか行けなかった所が、今年になって沢山行けるようになりました。これは、すごく嬉しかったし、また、次もいろんな所に行きたいという気持ち、次のやる気につながりましたので、こういう経験をこれからもいっぱいしていきたいし、後輩たちに少しでも伝えられたらと思います。

ありがとうございました。

杉本真規（10代）
施設生活 12年
福祉ホーム 10ヶ月
地域生活 なし





浅井貴代子

A J U 自立の家
職員

サマリアハウスの浅井といいます。よろしくお願いします。私自身も障害を持って、障害とは何という大きなテーマで話してきましたけれども、障害者にとって一番必要な事は、自分流に何ができるかという事を知る、そのチャンスの場合がないという事がとても残念だなというふうに思っています。それで仲間たちと一緒に自立の家の体験室というものを作って、自分の障害を否定し

ない生き方が作れたらいいなという事でやってきました。今日はたくさんのワーキンググループのメンバーたちも、ちょっとした体験のことから、自分はこの事を嬉しいとか、できるんだという事を知っていく事を通して、自信がついていってるなという風に思います。今日皆さんに最後のまとめとして私がお伝えしたいなと思っている事は、やはり体験できる場づくり、それから障害を持って生まれてきた人たちが、小さい時からその育っている段階の人たちにとって成長と経験をどうやって環境が作るかというもの、障害者の周りにいる人たちが、そこどころしっかりと動く事をしない限りは、18歳卒業するまでの十何年間を施設で暮らして、閉じられた社会の中で「危ないでしょ、何かあったらどうするの？」と言う。でも、誰の事を心配しているのか分からない言葉ですよ、「何かあったらどうするの？」というものは、成長する当たり前の権利を全部そこで阻害しているんだという事に、障害のある人の周りにいる人が気づいて頂きたいなと思っています。たまたま今、隣の杉本さんから言われたように、その施設の中で本当にできない事がいっぱいある、育つ段階でできない事をいっぱい阻害するという事は権利侵害をしていることにもなるし、それから施設から出てくる人たち、長い療護施設の生活をして、施設の体系も変わってきましたけれども、長い施設暮らしをして、それで出てきたいなと、やっぱりこのままの人生は嫌だと、江上さんもそれから浅野さんもこのままの人生では嫌だと思って、施設から出ようとしている施設の職員、周りの人たちもやっぱり法律が変わるという事はあるのですが、地域に出たいというその気持ちをどうやって実現できるようにサポートするかという事を取り組む、実際に取り組んで頂きたいなという風に思います。やり方の分からない人たちはいっぱいいますので、それを「危ないでしょう」「何かあったらどうするの」という心配の元で止めていますので、自分たちでできないとするならば、ぜひ障害当事者の取り組んでいるこの取り組みに一度興味を持たれて、ぜひあそこで体験してみたらという動きにつなげて頂けるといいなと思っています。学校の先生たちもこの中にいらっしゃるかもしれませんが、保護者との関係も当然あるので、親御さんの了解が出ないと難しいという事を言われる場合もありますが、やはり育てていく側に立つプロとしては、その人がその人らしく生きていけるような支援を、ぜひ積極的に動いていただけるようにしたいなと思って、今日参りました。今日ワーキンググループのみんなは本当に、冷たい言葉とか、差別とか、結構しんどい状況の中で、自分の生活づくり、自分らしい生き方というのを何とか獲得したいと思って、一生懸命やってこられた人たちばかりです。このメンバーより重い障害の人たちもいっぱいいると思いますけれども、じゃあその人たちとどうやってやっていくのかという事はまだまだ大きな課題があるという風には思いますが、皆さんがここにいるメンバーたちの持っている力を借りて、次の人たちがチャレンジできるように、みなさんの専門性を活かしてぜひ応援して頂ければいいかなという風に思って、今日参りました。これからもどうぞよろしくお願い致します。今日はありがとうございました。