

生涯学習 Life long learning センターだより



 No.35
2009年5月

<http://www.pal.pref.okayama.jp/>
E-mail: syogaise@pref.okayama.jp



三学ばる 岡山

Contents

センター事業の紹介

平成21年度センター事業の紹介 2~3

生涯学習大学等の講座紹介

主催講座
三学ばる塾 4~5

センター事業の紹介

ばるネット岡山
学習相談 6~7

センター事業の紹介

生涯学習「受講生の集い」
晴れボラ・フェスタ 8~9

わがまちの生涯学習

浅口市 10
勝央町 11

お知らせ

ばるシアター
岡山県視聴覚ライブラリー 12

晴れボラ・フェスタ／生涯学習「受講生の集い」
晴れボラメンバーによる寸劇 (H21.2.15)

岡山県生涯学習センター

平成21年度 事業案内

学習の場、交流の場として、
人生の輪が広がります。学びたいこと、
いろいろ。あなたの生涯学習を
サポートします。

1 指導者の養成と研修 (市町村職員、県民指導者等対象)

各種、リーダーシップを発揮できる様々な研修プラン

生涯学習推進基礎講座

市町村の生涯学習・社会教育担当職員等を対象に、生涯学習・社会教育推進に必要な基礎的知識・技能の研修を行います。

年2回：4月・5月実施



生涯学習推進実践講座

市町村の生涯学習・社会教育担当職員、社会教育委員、教員等を対象に、現代的な課題に対応した実践的な研修を行い、力量の向上を図ります。

年4回×4コース：5月～12月実施



2 学習相談・情報提供

学習事項に対して、相談にお応えします。

学習相談

学習相談員が面談、電話、手紙、ファクシミリ、電子メールなどで、生涯学習に関する相談に応じます。



「ばるネット岡山」

インターネット上で県内各地で開催されている「講座・講演」や、「講師・ボランティア」「施設・文化財」などの各種生涯学習情報を提供していきます。

視聴覚教材・機材の貸出、視聴覚教育の普及

視聴覚教材・機材の貸出を行い、視聴覚メディア活用学習を支援します。

その他

生涯学習情報の収集・整理、AVコーナーの整備・運営、図書資料の収集などを行います。

3 学習講座等の開設 (一般県民対象)

岡山県生涯学習大学(のびのびキャンパス岡山)

県内各地の学習講座を体系化し、様々な学習機会を提供しています。「受講案内」や「ばるネット岡山」に詳しく掲載されています。



受講案内

受講案内は県内の公民館・図書館にあります。

○ P.S.S.R.(パソコンセルフスタディールーム)

パソコンの基礎技能の向上のため、テキストを使って自習できる場を提供します。 年12回：6月・7月・12月・1月実施

○ Windows Vista活用講座

Windows Vistaの機能を活用した研修を行います。

年2回：11月・2月実施



○ 三学ばる塾

生涯学習センターの施設ボランティアや生涯学習大学修了生が企画・運営する講座を開設します。岡山県生涯学習大学の連携講座です。



4 交流

多様な分野の仲間や多世代の仲間が集い、学習成果を発表するなどの場や機会を提供します。

○ 生涯学習「受講生の集い」

岡山県生涯学習大学の受講生を中心に、展示や体験発表等学習成果の発表の場を提供します。

年1回：2月実施



○ 発表・展示・交流

展示スペースを生涯学習の成果発表の場として提供しています。



5 調査・研修

○ 学習需要の調査研究(生涯学習についての調査)

県民の学習ニーズ等の調査結果を基に、それに即した学習プログラムの研究、開発を行います。

○ 伊島小学校との学社融合研究モデル事業

生涯学習センターの施設を、伊島小学校児童と学校ボランティアとが協働する場として提供していきます。

6 施設・設備の開放

生涯学習の拠点施設として、県民が自主的・主体的に行う学習の場として施設・設備を提供し、学習活動を支援します。

○ 京山キッズ・チャレンジ

京山祭において、子どもたちへ体験活動を提供します。

年3回実施



○ ぱるシアター(子ども・一般向け映画会)

アニメを中心に無料上映会を通して、子どもから大人まで映像に親しむ機会を提供します。

年12回：4月から3月

ぱるシアターでは読み聞かせも行います。



岡山県生涯学習大学

のびのびキャンパス岡山

受講生
募集



岡山県生涯学習大学(のびのびキャンパス岡山)では、県民の皆様の多様なニーズにお応えし、開かれたキャンパスを目指して、学習講座を体系化し、今年度も様々な学習機会を提供しています。

岡山県生涯学習大学には、**主催講座**と**連携講座**があります。

主催講座に出席すると、出席状況により単位が認定されます。連携講座に出席し、12月末までに「のびキャンシート」を事務局に提出すると、出席状況により単位が認定されます。

講座の情報は「受講案内」(市町村の公民館等にありますが)、
「ぱるネット岡山」に詳しく掲載されていますのでご覧ください。

**学びたいと思っているあなたなら
どなたでも受講できます**

主催講座 開設機関の特色を活かし、専門性のある講座

連携講座 県・市町村・大学・各種団体等と連携・協力して実施している講座



平成20年度 主催講座
「子どもと関わるボランティア養成講座」

県内各地で行われる主催講座

岡山県生涯学習大学では「いつでも どこでも だれでも」が学べるように、県内各地で主催講座を開催しています。受講を希望される方は、各講座開設機関にお問い合わせの上、直接お申し込みください。

実践コース ボランティアの基礎、実践に関する講座を実施します。

講座名	講座開設機関	実施日	問い合わせ先	申込締切
晴れボラ・デビュー2009	岡山県生涯学習センター	7/4、7/18、9/19、11/21 (10月～11月中に実習)	086-251-9751	6/27まで

受講生
の声

- 小学生の頃の志を思い出して、一生懸命学んでいます。
- 学んだことは、教養を高め、自分の知識として生活に役立っています。今後、ボランティア活動に生かしていきたいと思っています。
- 講座に参加し、友達ができ、楽しく学ぶことができました。

平成21年度 三学ばる塾(前期)

開催講座一覧

「三学ばる塾」とは、岡山県生涯学習大学の修了生、または岡山県生涯学習センター「生涯学習ボランティア」(ぱるボランティア)として活躍している人によって開設される講座です。

※ 三学ばる塾は「岡山県生涯学習大学」の連携講座です。



平成20年度 三学ばる塾 「Word」でちらしをつくらう

専門教養コース

専門性の高い内容、現代的課題に関する内容について講座を開設します。

講座名	講座開設機関	実施日	問い合わせ先	申込締切
新しい健康を目指して	倉敷芸術科学大学	6/17、6/24、7/1、7/8 7/16、7/22、7/29、8/5	086-440-1004	6/8まで
世界の子育て	くらしき作陽大学	8/1、8/8、8/22、8/29、 9/12、9/19、9/26、10/4	086-523-0822	7/24まで
食の機能と安全ーバイオの進歩とくらしの改善ーバイオテクノロジーの光と影ー	美作大学	9/3、9/10、9/17、9/24	0868-22-7718	7/31まで



平成20年度 主催講座
「岡山の歴史遺産探訪」



平成20年度 主催講座
「中世山城の世界ー築城技術と政治・社会ー」



平成20年度 主催講座
「おとなの学びと生き方」

大学院コース

地域での指導者・ボランティア活動に生かすより高度な実践力を身につけるための講座を開設します。

講座名	講座開設機関	実施日	問い合わせ先	申込締切
セカンドライフの学びと生き方	岡山大学	9/5、9/12、9/19、9/26 10/3、10/10、10/17、10/24	086-251-7186	8/4まで
日本的な福祉社会づくりを求めて	岡山商科大学	8/3、8/4、8/5、8/6 8/17、8/18、8/19、8/20	086-256-6656	7/3まで
科学を生涯楽しもう!	岡山理科大学	8/29、9/5、9/12、9/19 9/26、10/3、10/10、10/17	086-256-9731	7/29まで
備中高梁学をたのしむ	吉備国際大学	7/31、8/1、8/7、8/8 9/4、9/5、9/11、9/12	0866-22-7407	7/3まで
パソコンとネットで活用するデジタルカメラ	津山工業高等専門学校	7/11、7/12、7/18、7/19 7/25、7/26	0868-24-8217	6/12まで

講座名	講座開設機関	回数	時間	申込方法
故郷の街と古典	平成21年5月30日～平成22年2月6日	9	13:30～15:30	電話・FAX
生涯学習ボランティアを楽しむ「いきいき塾」	平成21年5月26日～12月8日	8	13:00～15:30	電話
「晴れボラ」(岡山学社融合)塾	平成21年5月21日～平成22年2月4日	5	13:30～15:30	電話
陶芸講座「烏城陶芸クラブ」	平成21年5月9日～9月12日	7	10:00～15:00	往復はがき
ワードで暮らしをつくろう～Vista編～	平成21年7月7日～7月10日	4	13:30～15:30	電話・FAX・はがき
ワードで暮らしをつくろう～XP編～	平成21年8月4日～8月6日	3	13:30～15:30	電話・FAX・はがき
エクセルでの応用	平成21年6月6日～6月20日	3	13:30～15:30	電話・メール・往復はがき
日本の生活文化を探る	平成21年5月15日～7月10日	3	18:30～20:30	電話・メール・FAX

「ぱるネット岡山」と学習相談

あなたの生涯学習のヒントが きっと見つかります!

※「ぱるネット岡山」及び学習相談の利用は無料です。(ただし、通信費は必要です)

●「ぱるネット岡山」を使ってみよう!

岡山県生涯学習情報提供システム「ぱるネット岡山」では、幅広く取りそろえた学びの情報を、インターネットや携帯電話を通じて、簡単に探すことができます。たとえば、こんなときに役立ちます。



① 講座を探す

自分が参加したい講座をじっくりと選ぶ



② 親子で行事に参加

週末に子どもと参加できるイベントをさがす
※携帯電話版



③ 文化財を巡る

その場で文化財情報を確認する
※携帯電話版



④ 講師をお招きする

公民館での講座でお話をしてくださる方を呼ぶ

●「ぱるネット岡山」にアクセスしてみよう(パソコン版)

<http://www.pal.pref.okayama.jp/>

「ぱるネット岡山」へのアクセスはとっても簡単!

- ① インターネットにアクセスし、「ぱるネット岡山」で検索
 - ② トップページが表示されます。
 - ③ 例えば、「講座・講演」のボタンをクリック。
講座情報などが探せるページに移動できます。
- ※マウス操作だけでも検索可能です。



使い方がわからないときも安心

「ぱるネット岡山の使い方」をクリック。

※「ぱるネット岡山」の概要や具体的な操作方法を図解。

テキストは、ここからダウンロード可能

「ぱるネット岡山」を使ってみよう のご案内

「ぱるネット岡山」の多様な機能を図解で紹介するだけでなく、演習と解説も付けたテキストです。パソコン操作の練習にも応用できますのでぜひご活用ください。

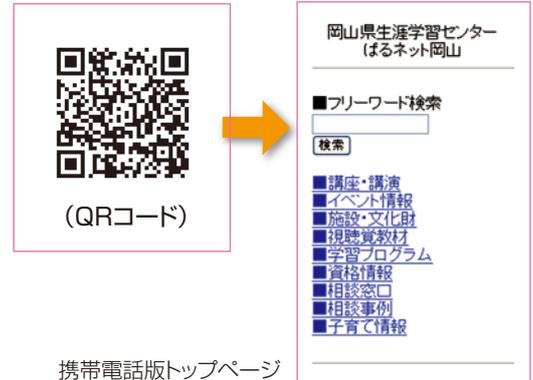
「ぱるネット岡山」にアクセスしてみよう(携帯電話版)

<http://www.pal.pref.okayama.jp/mobile/>

携帯電話版も簡単にアクセスできます。

- ①右のQRコードでアクセス。
- ②トップページから、各ジャンルの情報の検索ページに移動できます。

※「ぱるネット岡山の使い方」のページでは、携帯電話版の操作方法も説明しています。



学習相談のご案内

パソコンを使わない人でも安心!
じっくりと相談したい人にもおススメ!
岡山県生涯学習センターの「学習相談」をご紹介します。



学習相談の例

- ・退職して時間ができたから生涯学習をはじめたいのだけど・・・
 - ・近くで何かいい講座(パソコン、手芸、等々)はないかな？
- などなど、生涯学習に関する様々なご質問に経験豊富な相談員がアドバイスをします。

相談員の紹介



奥山相談員

高畑相談員

富山相談員

菱川相談員

私たち4人の学習相談員が、各自の経験を生かして、相談に応じています。
生涯学習に関すること何でもお気軽にご相談ください。お待ちしております。

相談方法

その1 | 対面で

岡山県生涯学習センター
交流棟2階 学習相談コーナー
にお越しください。



※事前にお電話いただくとよりスムーズに相談できます。

その2 | お電話で

学習相談コーナー(直通)
086-251-9758
までお電話してください。



受付時間のご案内

(火～土) 午前9時～午後9時

(日) 午前9時～午後5時

生涯学習「受講生の集い」

同日開催

2月15日(日)の午前に生涯学習「受講生の集い」を開催しました。1年間、岡山県生涯学習大学で学んだ人たちに単位認定証書や修了証、のびキャン博士の称号等を授与しました。また、その後、3人の方が岡山県生涯学習大学で学んだ喜びや学んだ成果をどのように活用しているかを発表しました。午後からの晴れボラ・フェスタに参加する方たちの中には午前中から参加している方もいて、学びの場をPRする良い機会となり、お互いに交流を深めることができました。

開会挨拶

岡山県生涯学習大学副学長 門野 八洲雄



証書授与式 単位認定証書代表1名

修了証書5名 奨励証21名 のびキャン博士称号授与者6名



体験発表



●「私にできること？」

岡山県生涯学習大学大学院コース受講者 今中 光子

●「私の生涯学習とまちづくり」

岡山県生涯学習大学修了者 原 正光

●「互教互学の仲間とともに」

岡山県生涯学習大学修了者 額田 昭子

学ぶ楽しさや学んだことを生かす喜び、そして学び続けることへの充実感などそれぞれの立場でのすばらしいご発表で、聞いている方達に感動を与えました。

記念講演会



テレビでおなじみの歴史研究家 河合敦さんが「目からウロコの日本史」～学びつづける楽しさ～と題して話されました。日本史の研究が進み、「鎌倉幕府の成立は1192年(いいくに)ではなく、1185年(いいはこ)だと考えられる。」など、まさに、目からウロコが落ちるようなお話でした。

また、抽選により参加者の方へ色紙のプレゼントもありました。



「いきいき生涯学習ボランティア活用！」事業 晴れボラ・デビュー 第5回研修会

晴れボラ・フェスタを開催しました！

2月15日(日)の午後から、生涯学習センターの体育館・ホールを会場に晴れボラ・フェスタを開催しました。ボランティアについての研修やボランティア体験をしてきた講座生を中心に、学んだことをポスターにまとめたり、体験したことを寸劇やパネルディスカッションで発表したりしました。当日は約350人が来場し、ボランティア活動の意義や楽しさについて学びました。

オープニング演奏

ボランティアグループ「コンフント・アンデス」

オープニングは、ボランティアグループ「コンフント・アンデス」による南米音楽の演奏でスタート。「コンフント・アンデス」は病院や学校・地域イベント等でボランティア演奏しているグループです。当日の曲目は「コンドルは飛んでいく」など計5曲で、生演奏の美しい音色に、参加者の方も聴き入っていました。「ふるさと」や「赤とんぼ」をみんなで歌う場面もあり、会場はなごやかな雰囲気に包まれました。



晴れボラによる寸劇

「わしらのまちはこれでええんじゃろうかー」

●あらすじ

自分が住んでいる街に落書きが多く、何とかしたいと考えた一人の女性が、まず学校に相談に行きます。学校は地域の方を中心に活動してほしい旨を伝えます。女性は地域の民生委員に相談し、学校との話し合いで、民生委員が一日校長になり、PTAや地域の団体などのネットワークにより、落書きを消す作業を行うことが決まります。子どもたちも落書き消しに参加し、自分たちが街のためになることを喜び、大人も地域がよくなり、地域の絆が深まったことを実感する。というストーリーです。

一日校長は脚色ですが、晴れボラメンバーの実話を基にした寸劇です。学校と地域が連携することの大切さについてのメッセージが込められ、メンバーのアドリブに大きな笑いもありました。

パネルディスカッション

1年間にわたって「晴れボラ」研修をしていただいた、学社融合研究所の越田幸洋氏をコーディネーターに、「晴れボラ」のメンバーが岡山市立伊島小学校でボランティアをした体験や感想について、発表しました。伊島小学校の西山暁子教諭も登壇し、ボランティアをする側と受け入れる側の両方の立場から、学校で行うボランティア活動のよさや、活動を進めていく上での留意点について話し合いました。今後、学校でのボランティア活動を広げるためのヒントがたくさんあった話し合いです。



『活躍☆キラリ』

岡山県内の各市町村で地域社会づくりに活躍されている人やグループを紹介します。

「浅口市総合型スポーツクラブ “遊ぶところ”」とは

「浅口市総合型スポーツクラブ “遊ぶところ”」は、平成21年2月に発足し、各種教室や事業をきっかけに多世代間の交流を増やし、心身ともに健全で明るい地域づくりに向けた取組みがスタートしました。

運営方針は、“ひとりー学習・ースポーツ・ーボランティア”をスローガンにいつでも、誰でも、楽しく、気軽に仲間づくりができる環境づくりを目的として、定期的なスポーツ文化教室やイベントの開催など様々な事業を展開していきます。



ストリートダンス教室の実践発表

「浅口市総合型スポーツクラブ “遊ぶところ”」



外で遊び隊の活動風景

「総合型スポーツクラブってなに？」

○クラブの運営は会員のみで

会員の皆さんの会費によって自主運営するクラブです。そして、地域の皆さんがボランティアやスタッフとして参加し、クラブ運営を支えます。

○地域の誰もが参加できます

子どもから高齢者まで地域の誰もがスポーツや文化活動を楽しみ、世代を超えてみんなの憩いの場になることを目指しています。

○いろんな種目が楽しめます

競技的なスポーツだけでなく、健康増進や仲間づくりなどそれぞれのスタイルに合った種目を提案していきます。



和太鼓教室の練習風景



カヌー体験教室

現在定期的開催している教室やイベントは

定期教室

「外で遊び隊・ニュースポーツ」
「ストリートダンス」
「和太鼓」
「3B体操」(21年度から)
「ボクササイズ」(21年度から)

イベント

「ボウリング体験」
「カヌー体験」
「ウォーキング体験」
「浴衣着付教室」(21年度から)

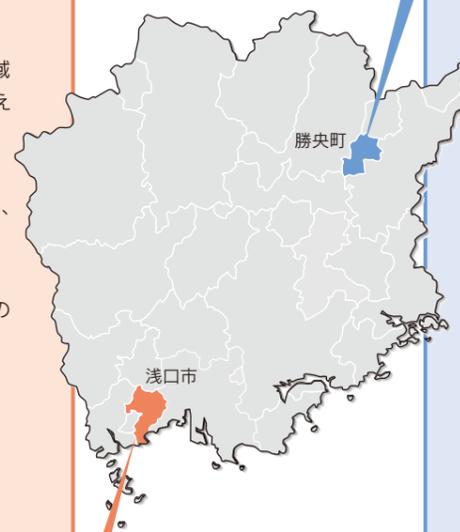
「ますます増加する会員数」

現在は、地域ボランティアの方々の熱心な指導で参加者も益々増えており、新しい種目も芽生えつつあります。

こうした住民主体、地域ぐるみの取組みはやはり“気軽に”“楽しく”ということを積極的にPRした成果であり、人気を集めている要因でもあると考えられます。

今後は各クラブが会員相互に創意工夫を凝らし積極的に自主運営ができるよう支援していきたいと思えます。

浅口市



勝央町

勝央町では放課後子ども教室『わくわくスクール』を毎週水曜日に勝央町公民館で開催しています。

公民館の大ホールの中に「あそびのコーナー」を設け、宿題を終わらせた子から好きなコーナーへ参加します。コーナーには、手品・囲碁・将棋・手芸・折紙・工作・読書・カプラ・昔遊びなどがあり、子供たちは急いで宿題を終わらせ、思い思いの好きなコーナーへ移動します。

◆受付の様子

1～6年生までの子どもたちが約60人、毎週水曜日の放課後「帰りました～」と元気いっぱいの声と共に公民館にやって来ます。1～6年生まで、やって来る時間はまちまちですが、受付で必ず、一人一人と握手をして子どもたちを迎えるのはコーディネーターさんです。週1回のスクールを楽しみにして、コーディネーターさんの待っている受付の場所へ一番早く並ぼうと、玄関から足早でとびこんで来る子どもたち。そんな子どもたち一人ひとりの姿を見て、少しの会話でその日の子どもの様子をいち早く察知するコーディネーターさん。こうしたコミュニケーションから水曜日のわくわくスクールがスタートします。



受付の様子

「週に一度はわくわく!!」

～放課後子ども教室『わくわくスクール』～

◆宿題コーナー

「遊ぶ前にまず宿題!!」を習慣づけてもらう為、またすでに習慣づいている子供達の為に、学習アドバイザーさんがいて、宿題をするコーナーを設けています。

宿題コーナーは、友達と一緒に宿題に取り組む子ども達で、にぎわっています。勉強には適当な環境ではないかもしれませんが、子ども達が頭を付き合わせ「〇〇ちゃん、ここ教えて」「あつ!わかったありがとう」等のやりとりを見ていると、とても微笑ましく、こんな雰囲気も大切にしたいと思う光景です。国語の教科書の音読を学習アドバイザーさんに聞いてもらおうと順番待ちをしている子どもたちと、また熱心に音読を聞いた後、かわいい絵のシールを貼ってあげている学習アドバイザーさんの様子を見ると、大人も子どもも学校や家庭とはまた違った自分の居場所を見つけているのでしょう。



宿題コーナー

◆遊びのコーナー

そんな柔らかい雰囲気の中で宿題を済ませた子ども達は「やったー!遊べるぞー」と一目散に「遊び」のコーナーへと駆けて行きます。色々なコーナーを設けてある「遊び」のコーナーでは、思い思いの方法で、時間いっぱい遊びます。定期的に町内の団体、グループの方々が、囲碁将棋、手芸等の指導にあたってくださいます。また、個人的に、ボランティア参加し、毎回子ども達に紙芝居の読み聞かせをして下さる方もいらっしゃいます。地域の方々との交流、世代を超えた交流が難しくなっている今、子ども達と地域に住む大人たちは、子どもわくわくスクールという場で良い関係がつけられていると感じています。



遊びのコーナー



ぱるシアター theater

前期(5~9月)
のご案内

県生涯学習センターでは、毎月「ぱるシアター」を開催します。
また、同会場では、絵本読み聞かせも開催します。

上映場所 岡山県生涯学習センター 視聴覚室
入場無料、72席(申込不要・先着順)

月日	上映内容
5/16日(土)	(13:30-15:00) 「まめうしくん」「オズの魔法使い」
6/20日(土)	(13:30-15:00) 「こぎつねのおくりもの」「まんが日本昔ばなし 三枚のお札、分福茶釜他」
7/18日(土)	(10:00~)「PiPiとべないホテル」 (13:30~)「3年寝太郎、やさしいライオン、みにくいあひるの子」
8/22日(土)	(13:30~) 【一般向映画会】「植村直己物語」
9/19日(土)	(13:30-15:00) 「1人ぼっちの娘と7匹の子やぎ」 「宮沢賢治 銀河鉄道の夜」

日程・内容については変更することがあります。

お問い合わせ先 岡山県生涯学習センター
TEL 086-251-9751

視聴覚ライブラリーのご案内

岡山県生涯学習センターでは学校・公民館・サークル等が無料で利用できるビデオ・DVD等の無料貸出を行っています。

教材はインターネットで検索できます

①ホームページを使うと便利です

<http://www.pal.pref.okayama.jp/>

「ぱるネット岡山」の「視聴覚教材」から検索できます。



②電話(086-251-9751)で予約します

- 3ヶ月前の月の初日から予約可能
- 1度に3本まで
- 期間は7泊8日以内(宅配の場合、配送期間も含む)

③借用申込書を記入後、

FAX(086-251-9757)してください。

④教材の受け取り

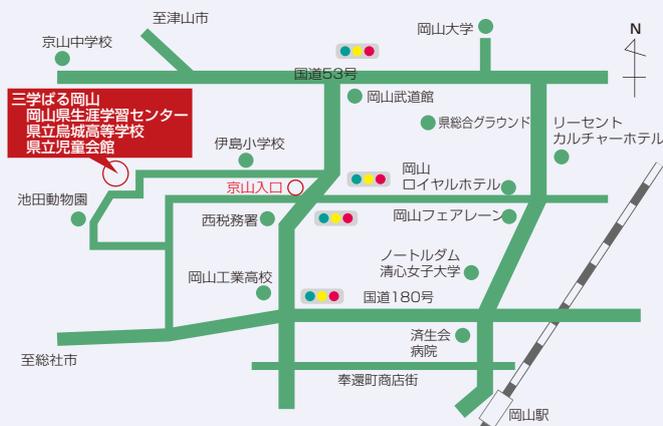
センターへ来所 または、宅配(送料は利用者負担)

三学ぱる岡山

生涯学習とは、生活の向上、職業能力の向上や自己の実現をめざし、家庭、学校、地域社会、職場等のさまざまな場で生涯にわたって習い学ぶことです。

江戸時代の儒学者、佐藤一斎の著した『言志晩録』の中に、「少にして学べば、則ち壮にして為すこと有り。壮にして学べば、則ち老にして衰えず。老にして学べば、則ち死して朽ちず。」という言葉があり、生涯にわたっての学習の大切さを説いています。このことは生涯学習がめざすものであることから、生涯学習センター・鳥城高等学校・児童会館の一角に県民の「少・壮・老」の三世代が仲間(ぱる)として集い、楽しく学習や交流ができる親しみやすい生涯学習ゾーンとなるよう「三学ぱる岡山」の愛称が付けられました。

交通案内 ACCESS MAP



- | | |
|----|------------------------------------------|
| 車 | ●JR岡山駅西口から約5分 ●山陽自動車道岡山ICから約10分 |
| バス | ●岡電バス JR岡山駅西口から中央病院線京山入口下車徒歩8分(所要時間約13分) |
| 徒歩 | ●JR岡山駅西口から約25分(約1.7km) |

開所時間

平日(火曜日~土曜日) 午前9時から午後9時まで
日曜日 午前9時から午後5時まで

休所日

月曜日、国民の祝日・休日、
12月28日から翌年1月4日まで
※月曜日が祝日又は国民の休日の場合、当日を開所し、翌日の火曜日を休所日にさせていただきます。

お問い合わせ先

- ・講座・教材・機材等の利用 (086) 251-9751
- ・学習相談 (086) 251-9758
- ・施設利用(予約) (086) 251-9788
- ・総務課 (086) 251-9750

編集発行

三学ぱる岡山

岡山県生涯学習センター

ぱるネット岡山

検索

〒700-0016 岡山市北区伊島町3-1-1 TEL.086-251-9750 (代表) FAX.086-251-9757 平成21年5月発行



この印刷物は、環境に配慮した大豆油インキと再生紙を使用して作られています。