



TOKYO CHUO SHIN ROTARY CLUB 東京中央新ロータリークラブ週報

例会日 毎週月曜日(12:30~13:30)

会 場 帝国ホテル及びオンライン

会 長 清宮 普美代

幹 事 高橋 肇

事務局 〒104-0061 中央区銀座8-11-12 正金ビル2F

TEL 03-5537-0270 FAX 03-5537-0271

<http://blog.livedoor.jp/chuoshin/>

2020-2021年度 国際ロータリーテーマ「ロータリーは機会の扉を開く」

例会報告 第803回 2021年3月8日(月) オンライン例会

出席率 50.00% 接続会員数27名+メンバー0名
(正会員60名-休会6名)

開会説明(海渡千佳会員組織委員長)

皆様 オンライン例会を開催させていただきます。

なお、本日の例会の様子は当クラブの週報用の記録としてビデオ録画の予定がありますので、参加者の皆様におかれましては、予め個人情報の許諾をお願い致します。

清宮普美代会長 点鐘挨拶

皆様こんにちは！

今日は卓話の長谷先生はじめ日本橋西RC上條会長、IM委員の皆様などの参加をいただき、ちょっと賑やかな会でございます。皆さんと一緒に楽しい例会をしていきたいと思っています。

それでは第803回例会を開始致します。

ロータリーソング

「それでこそロータリー」

卓話者・ゲスト発表(安原良昭SAA委員長)

オンライン例会によくぞいらっしゃいました。

本日のゲスト7名です。

- ・卓話をして下さる能登総合病院
歯科口腔外科部長 長谷剛志 様
- ・日本橋西RC会長 上條誠二 様
- ・日本橋西RC 小出寛子 様
- ・日本橋西RC 赤石光一 様
- ・銀座新RC 深町周輔 様
- ・築地RC 小松康宏 様
- ・あけぼのRC 富嶋恵一 様

幹事報告(高橋肇幹事)

- ・緊急事態宣言の延長に伴い3月一杯例会はオンラインとさせていただきます。
- ・3月22日例会終了後、15時30分からIMのミーティングがありますので皆さんお間違いないようによりよろしくお願い致します。

IM報告(城麻里奈会員)

3月22日の登録はお済みになりましたか？

「起こすに値する未来を考える」

これは当日講演下さるYahoo!の安宅さんのキーワードです。アフターコロナでどのように企業が変化に対応し、活路を見出すのかを伺える大変貴重な機会であり、クラブ間の交流の場でもありますので、奮ってのご参加を心よりお待ちしております。なお、私たちのクラブは、「最強愛のクラブ」として動画を作成いたしました。得難い宝物のような当クラブの20年の歴史そして富田会長エレクトの素晴らしい愛の小話など必見です。何度でも申し上げますが、ご参加奮ってお待ちしております。

牡丹RC報告(清宮普美代会長)

LINEのほうに載せましたが、台北牡丹RCから季節のご挨拶が来ております。あちらでは旧正月が終って台北で皆さんが集まっている例会の写真を送って下さいました。返す返すも国際大会の台北が無くなってバーチャルになってしまったので、一緒に例会をする予定が今回かなわないのですが、丁度友好クラブとなって2年になることもあるので何か一緒にできないですかねというお話を先方からいただいていますし、私も考えたいと思いますので是非ほぼ女性しかいない牡丹RCの華やかさをご覧になって下さい。年度内には、できればバーチャルな何かをご一緒にできないかなと思っていますので、よろしくお願い致します。



大盛敬子会員 暖かい日が続いて気持ち良いのでニコニコします。

野呂洋子会員 緊急事態宣言が延長されましたが、又皆様にお会いできるのを楽しみにしております。

南章乃会員 誕生日プレゼントのお菓子、おいしかったです。ありがとうございました。

にこにこ合計 10,000 円



近況報告(日本橋西RC会長 上條誠二様)

私どもも2月はオンライン例会で、おそらく3月一杯もオンラインで、4月からオンラインと対面のハイブリッドで行っていきたいと思っています。やはりずっと緊急事態宣言が続いてうちの会員も閉塞感が随分と上がってきていますので、どこかで一度お会いして大きい声で話ができないかもしれませんがやはり顔を見ながら話すというのが大事なかなと思っています。



3月31日は観桜会を予定していますが、上手にできたらなあと期待しているところです。私共のIMのビデオも素晴らしい出来だと思えます。うちのすべての会員と共有して評判も良かったものですから、是非皆様ご期待ください。

近況報告(日本橋西RC 赤石光一様)

3月22日、皆様と又お会いできることを心よりお待ち申し上げます。どうぞよろしくお願いいたします。



近況報告(築地RC 小松康宏様)

今回のIMでは、銀座RC・あけぼのRCと3クラブ合同の発表にしております。それぞれの奉仕活動の紹介をさせて頂きたいと思っておりますので、是非よろしくお願い致します。



近況報告(あけぼのRC 富嶋恵一様)

3月22日にいろいろ準備しておりますので、皆様どうぞお楽しみ下さい。



「食べる力」が支えるもの ～口腔の役割と フレイル予防の視点から～

能登総合病院 歯科口腔外科部長
長谷 剛志(ハセ タカシ) 様



【自己紹介】

公立能登総合病院 歯科口腔外科
金沢大学大学院医薬保健学総合研究科外科系医学
領域 顎顔面口腔外科学分野
琉球大学大学院医学研究科 顎顔面口腔機能再建
学講座

生年月日：1975年(昭和50年)12月31日

出身地：石川県

【資格】

- ・日本口腔外科学会 専門医
- ・日本口腔科学会 専門医・指導医
- ・日本老年歯科医学会 専門医・指導医
- ・摂食機能療法専門歯科医師

【受賞歴】

2001年：デンツプライ賞
2006年：日本口腔腫瘍学会 学会賞
2007年：日本口腔科学会 優秀論文賞
2015年：全国国保地域医療学会 優秀研究賞
2019年：日本口腔科学会 学会賞 など

- ・金沢からJR七尾線に乗り、1時間半くらいでちょうど能登半島の真ん中あたりに位置する七尾市に到着します。
- ・公立能登総合病院は、450床くらいのかかなり大きな病院で、口腔外科部長をさせていただいています。
- ・縁は不思議なもので、2年前位、城会員がご家族で能登を旅行した際、お嬢様が空港で転倒してけがをされた際、私が治療を担当したのがご縁でした。
- ・皆様も堀ちえみさんが舌がんで入院して治療を受けていたことをお聞きになったことがあるかと思います。口の中にできるがんの治療を専門にしております。
交通外傷で顔面の外傷を生じた方、あるいは美容整形を兼ねてあごの骨の手術をしたりですとか、お口の中と言っても歯以外に様々な領域がありまして、そういうところを専門にしております。又、人が食べられなくなった時のリハビリテーションをどうするかということもやっております。そういったところをやって早20年になったところです。
- ・能登は、全国の30年先をいっていると言われていす。高齢化超少子化がすすんでいます。高齢者が田舎にぽつんと一人で住んだりしています。この写真は、そういった患者さんのご自宅に、夜に病院から車で出張して行う訪問診療を行っているところです。
- ・今日は食べられる幸せとは何かということにイント

口として触れていきたいと思います。

この写真は北海道の帯広にある幸福駅です。私は2年前の夏に、人は人生に何を求めて何を願うのだろうかということを知りたくて、幸せのメッカ、幸福駅を訪れました。

ここは一步足を踏み入れると、絵馬のようなものに皆さんがこういう風に幸せになりたいなど書いて、全国各地からのいろんな老若男女のメッセージが込められている場所なんです。人生勉強も兼ねて、ここに足を踏み入れました。

「お金、家族、健康、恋愛」この数々の願いを後輩と手分けして分類していったところ、この4つになりました。ところがこの4つのどれにも書かれているのが食でした。お金を貯めておいしいものを食べたいとか、一緒にごはん食べたいとか、入院しているお父さんが早く退院して家族で又美味しいごはんたべましょとか書かれており、食というのは、すべての幸福をつなぐ根源になると考えました。

食べる力というのは人が幸せに生きるためには欠かせない力だと思われます。

- 12月12日は、1995年から漢字の日と定められ、その年にちなんだ漢字を清水寺のお坊さんが書く式典があります。

1995年の漢字は、阪神淡路大震災があった年なので、「災」でした。

1996年はなんと「食」という字でした。食という字は、象形文字の成り立ちとして考えると「人にとって良い」と分析できます。

- 「食は人間（人生）を物語る」

食は、文化・生活・教育（知育・徳育・体育）を食文化・食生活・食育として人間が生まれてからずっと食事の体験あるいは食事の環境を経験することによって育んでいくものです。

- 「食べる力」から育まれる感性表現

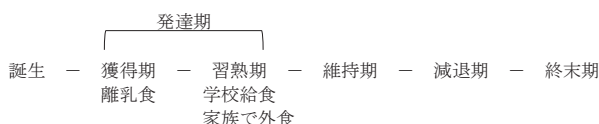
うまい!おいしい!の区別

うまい!

- ⇒ 食材そのもののストレートな味
- ・ 感覚（直感）的な表現
- ・ 味覚

おいしい!

- ⇒ 調理による複雑なじっくりした味
- ・ 理性的判断による表現
- ・ 味覚・視覚・嗅覚・触覚
- ・ 食事環境（いつ・どこで・誰と）



- 食べる力は中年期を境に衰えていく。

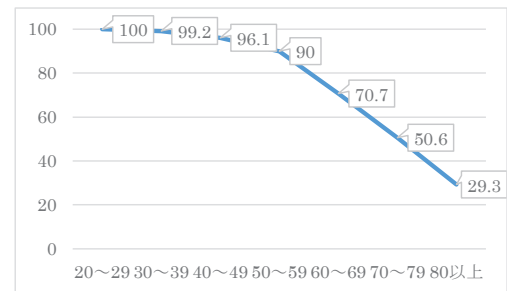
私が今病院で取り組んでいるのは、認知症や脳卒中で、食べたいけれど食べることができなくなった

高齢者をいかに今現存する力を最大限に発揮した食事を提供できるかあるいはハビリ訓練をできるかというところに主眼を置いて、亡くなるまで食べたいという人間の最後まで残存する自発動作とされている食べる部分をサポートしていけるかというところに力を入れて取り組んでおります。

- 咀嚼良好者の割合

20本以上歯を有する者の割合

咀嚼力は40代で徐々に低下し始め、60代で急降下していることが把握できるかと思います。



オーラルフレイル（口の虚弱）

- 口腔機能の低下をチェック!

歯：半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか？

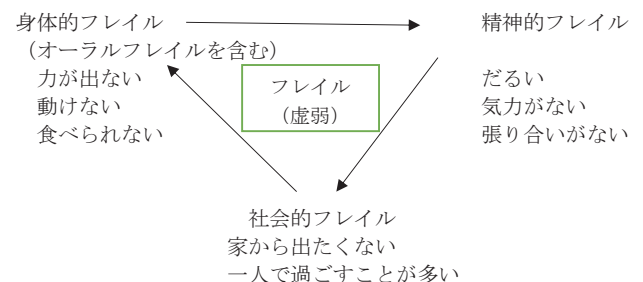
唾液：口の渇きが気になりますか？

舌：お茶や汁物等でむせることがありますか？

2項目以上にチェックが入ると危険（厚労省通知）
これは病気ではありません。

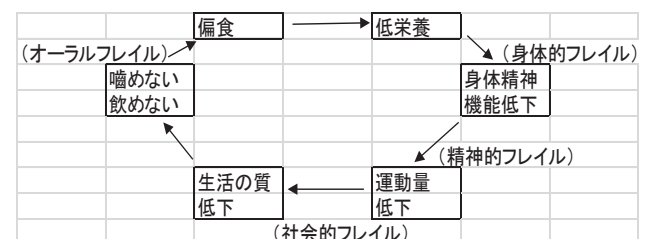
口の運動を行ったり、歯科医院を受診して歯の治療を受けたりすることで改善余地があります。

- フレイル



- この方は歯がないだけでなく口の中に唾液が出なくなっている42歳女性です。

中年期にしっかり自覚を持って対応しないとフレイルに悩まれミッドライフクライシスに入ってしまいます。



食べられなくなる前の予兆を察知して、予防として取り組んでいくことが大事だということで、厚労省が取り組んでいこうとしているところです。

- 噛む力

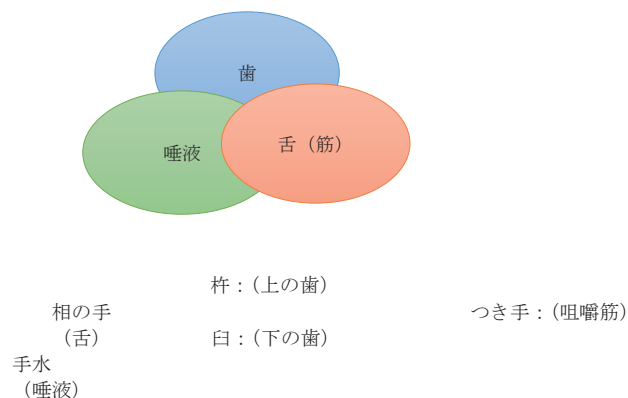
ニンジン30回噛む。

食べ物が口の中で固まりになるほどしっかり噛めたか
(舌がしっかり動いて噛み砕いたものを固まりにする)
食塊を形成する「噛み方」とは

噛む = 食塊を形成できる噛み方

口数だけにとらわれずに、口の中にしっかりと塊を
作ることを意識しながら咀嚼して下さい。

- 咀嚼に必要な口腔の三大要素



- 唾液

抗菌作用、消化促進、味覚補助、粘膜保護、潤滑作用、う蝕予防

1日当たりの唾液量 約1.5l

安静時 0.3ml/min.

刺激時 4.0ml/min.

睡眠時 0.1ml/min.

- 新型コロナでマスク生活が長くなっている。

→口を動かす機会が減ってくる(カラオケ、会食、おしゃべり禁止)

↓

口の乾き 口腔乾燥症

マスク口: 口元のたるみ、口呼吸、口の渇き、口臭、
口腔機能の低下(食べる、話す、呼吸)

①生理的老化(オーラルフレイル) → ②疾病 → ③食物認知の低下 → 終末期

- 対策

マスク口体操(マスクをしながら可)

唇・首 舌 頬

- まとめ

*「長谷先生ご苦労様です。ここ2、3日調子が悪い、両手が動けば熱い醤油ラーメンをどんぶり鉢を両手で食べる夢をテレビを、見ながら思いにふける。熱いのど越しか試したい。死ぬまでにカレーが食べたい。」

私が今訪問診療で通っている患者さんです。

食べることはその人の寿命も伸ばしてくれる大事な
なことかなと思わせてくれます。

*アルツハイマー型認知症の91歳の方が毎日書いた「おいしいおかずありがとう」の文字の羅列。

普段はほとんど喋ることができないのですが、
娘さんが作ってくれた手料理を食べたときだけ

不思議にノートに書くことができるのです。

これが「食べる力」なのだと思います。食は人を
生き返らせる力もあると思います。

*84歳男性 脳梗塞・アルツハイマー型認知症・誤嚥性肺炎で入院中

「少しだけ食べたい」といつも家族が差し入れ
たりんごを握りしめて私にアピールを書いている
のです。

*亡くなる2週間前に病床の患者(67歳)が残したメモ。

「元気なうちは考えたことなかったなあ・・・あたりま
えに食べていたんだから。

ほんの少しでも味わえること

わかる?

口の中においしさが入るとき

うまく表現できないけど、まだ生きていると感じ
るよ・・・」

一口から食べることの意義

生活 = 生きる + 活きる

(平均寿命) (健康寿命)

活きる = 唾液 + 舌

口から食べて生きる活力を!!

(『食べる力を失わせない』長谷剛志先生著

クインテッセンス出版)

(要約文責 宮下)

例会報告 第804回 2021年3月15日(月) オンライン例会

出席率 51.85% 接続会員数28名+メンバー0名
(正会員60名-休会6名)

❖ 開始 (海渡千佳会員組織委員長)

皆様 オンライン例会を開催させていただきます。

例会の様子は録画を予定しておりますので、参加者の皆様は予め個人情報の許諾をよろしくお願い致します。

❖ 開会点鐘 (清宮普美代会長)

皆さん、こんにちは！

もうとっっても春っぽい季節になってしまっていて、あっという間に3月が終わってしまうのかなという感じなんです。当クラブの事務局をずっとやっていただいている吉国さんが、今期一杯はいていただけるのですが、有休などもあって実際は4月一杯までかなと思っています。今日あけぼのRCの近間さんにゲストに来ていただいています。当クラブとして近間さんに4月以降の事務局をお願いできたらと考えておりますが、今日はゲストとしてロータリー例会を楽しんでいただければと思っています。

それでは第804回例会を始めたいと思います。

❖ ロータリーソング

「四つのテスト」

❖ お客様発表 (安原良昭SAA委員長)

オンライン例会によろこおいで下さいました。

本日のゲストは、1名様です。
東京あけぼのRC 近間美紀 様



❖ 幹事報告 (高橋肇幹事)

- 3月22日はオンライン例会となります。その後15時30分から地区IMがオンラインでありますので、時間をお間違いないようお願い致します。

❖ 地区IM報告 (時枝紀子銀座・日本橋グループガバナー補佐)

皆様のご協力で、今回のIMの準備がほぼ整いました。IMも完全オンラインとして初めての試みとなります。東京中央新RCのコンテンツはとても面白いものに仕上がっているので、発表を楽しみにしております。

❖ IM報告 (福元智子銀座・日本橋グループ幹事)

IMのZoomアドレスは、前半と後半で違いますので入り直す必要があります。

追って事務局からメールでお伝えしますので、お手配をよろしくお願い致します。

❖ 医療従事者奉仕プロジェクト報告 (清宮普美代会長)

伊藤知佳子奉仕プログラム委員長に代って私から報告しますが、ランチギフトプログラムが終了し、今は小林真由美会員とかづきれい会員のハンドクリームとジェルの必要性を確認できた医療機関に配布始めました。

先週の水曜日に2つの病院に納品させて頂き、そのほかの病院にもご希望を伺っています。慈恵医大もハンドクリームなら欲しいとの答えがあり、準備させて頂いています。

(西村美寿穂会員 補足説明)

小林会員のクリームは、東京医科歯科大のほうに本日午前中に納品が終っている筈です。もう1件は虎ノ門さんですが、まだレスポンスを待っているという状況です。

(野呂洋子会員 補足説明)

泰明小学校の生徒さんの絵を病院へお渡しするためにパッキング準備中です。どこの病院へお渡ししたか泰明小学校へ報告するので、追ってご報告をよろしくお願い致します。



矢部 祐加子 会員

- 私は、前年度の福元会長の時に入会させていただきました。ちょうど1年前にイニシエーションスピーチをしたので聞いたことがある方が多いと思いますが、新しい会員も増えましたので、リバースとして簡単に私の話をさせていただきたいと思います。
- 私の普段の仕事は、主人の弁護士事務所の企画とか事務員の派遣を行う会社の代表をしています。コロナ以降常に在宅で仕事をしています。
- 私の趣味は、これといって何かに集中しているものではなく、好きな科目が数学なので、時間があると数学の問題を解いたりしています。問題を解いている間はすごく集中できるということといやなことがあったり余計なことを考えずに無になれるところと最後に解けたときの達成感とか爽快感がすごく好きです。
- 小学校4年生の娘が影響を受け始めて、娘に教えながら一緒に解くことが楽しくなり、それが私の趣味になってきています。娘が算数オリンピックで銀メ



安原良昭 会員 皆さんが例会後にニコニコをしていただけることを想像してニコニコします。

にこにこ合計 1,000 円

ダルを取ったりし、昨年も出たかったのですがコロナで中止となり残念でした。娘は数学検定の2級合格を目指して私が教えています。今も、微分・積分・ベクトルと一緒に勉強しながら解いています。

子どもの可能性は挑戦することでどんどん力が付いてくるので、1人の母として娘の可能性をかみしめながら日々奮闘しております。

- 他の趣味として、アニメとか鬼滅の刃とか、遅ればせながら韓流ドラマも結構観はじめまして、もし見ていらっしゃる方がいましたらお勧めがあったら教えてもらいたいと思います。
- コロナ禍での子どもたちの学校生活

全校集会はZoomで行っています。各教室の黒板の所にスクリーンがありまして、校長先生がお話されるのですが、表彰状とか連絡事項もすべてZoom上でやりとりしています。

授業は基本的に体育の授業もマスク着用でしています。びっくりしたのは、持久走でもマスクをしながら走っているの、こわいなと思うのですが。

音楽の授業なのですが、コロナ禍の6月7月は、歌うこともだめ、楽器もだめ、喋るということはすべてだめで、音楽鑑賞のみでした。図工で手で触れるものもだめで、音楽と図工の成績欄は空欄で斜線を引いてありました。

今の授業はスクリーンに教科書やパソコンの画面を直接映し出しています。子どもたちも慣れた様子で専用のペンがありまして、写し出された画面に専用のペンで文字を書いたり丸を書いたりということで、授業参観などで見ていると本当にスムーズに進んでいました。

今、品川区に住んでいるのですが、iPadを一人一台配布され、学校でも使えるようになりました。

宿題のプリントなどもiPadで提出しています。子どもの柔軟性は素晴らしく、普通にiPadを使いこなしています。

- 給食の話ですが、前を向いて無言で食べています。

コロナ禍で日常の思い出作りの場が無くなってしまいました。給食の時も感染を防ぐためにおしゃべりも禁止で、我慢を重ねて、全国の小学校で生徒が皆同じ思いをしているかなと思うと親としては大人として胸が痛いなという思いでいっぱいです。

私自身置かれている立場から何かしてあげたいとか何かしようという思いがある一方で、どうすればいいのか何からできるか分からない自分自身にもどうかしくそういった方も多いのかなと思う中でロータリーに入っている方々の意見を伺いつつ何か一歩踏み出せたらいいなと私自身思っております。

- 2月1日に中学校受験があり、コロナに関する問題が多く出されていたようです。

早稲田中学で出たのが、式亭三馬の滑稽本の中から麻疹が流行って芝居小屋が営業停止になってお

客が来ないと嘆く話からソーシャルディスタンスの話に進み、そして距離を置きながら連帯感を乱さないようにしなければならない難しい局面ではあるが、他者との関係を問い直す新しいチャンスととらえられるのではないかということがもうすでに江戸時代の書物に書かれていたということは、今のコロナにもすぐ通じるものはあるなと思って、今の小学生にもこれほどのレベルまで求められているのかと思うと今の小学生も大変だなと思いつつ、コロナに対しても悲観することばかりではなく上手に付き合っていこうという前向きな子どもたちに私たちもこれからも目指してくれたらいいなと思いつつ親はそういう所存でございます。

以上になります。ありがとうございました。



海渡 千佳 会員

1 近況報告

- 今自分で会社をやっていますが、私の人生のキーワードは、

Innovation	イノベーション
Diversity	ダイバーシティ
Career	キャリア

の3つでございます。

- 会社のミッションとしては、「ミライをつくる人をふやす」ことです。

海渡さんて何してるんですか?と聞かれるのですが、本当に一番苦手で、たとえば「弁護士です」とか「医者です」とか「なんとか士です」とか言えない歯がゆさみたいなものがあるんですが、とにかく「ミライをつくる人をふやす」ためなら時間の許す限りなんでもやろうと思って日々仕事をしています。

- 2020年5月25日、カナダの首都オタワで開催された国際女性デーに際して開催された国連の「Innovation Entrepreneurship and The Future」という会議に出席しました。

EUとG7の各国から大使と一人女性企業家が出席する会議でした。何で私なんだろうと疑問で自分が一番謎なんです、ある朝6時くらい、私が師匠と立命館アジア太平洋大学の出口さんからメッセージが飛んできて「海渡さん、2月25日オタワへ行けますか?」と短い文章が来て、「はい、いけます」と答えたら、「こういう会議があり、外務省の人に推薦しますけどいいですか?」と言われ、「いや」とは言えないので、「あっ、はい」と言ったら結構大きな会議で本当にびっくりしちゃって、今からこの会議のまとめの動画をご覧いただこうと思います。

(動画流れる)

- 今世界の流れとしては、カナダもそうなんです、女性の企業家、企業に勤めてエグゼクティブになる人は比較的増えているのですが、女性が自分で起業しようとする人はまだまだ世界中で少ない。さっき動画に黒人の方がでていたと思いますが、彼女はTECのスタートアップの社長さんなのですが、自分が若くて黒人でという誰も自分をTECの社長だなんて思わない、そういう先入観がまだ世の中にはあるといいます。

実は日本がジェンダーギャップ問題ですごく後れているという風に出ているのですが、日本ばかりではなく実はG7とかEUの国々でもまだまだ女性がということが後れていることが本当によく分かりました。いろんな側面があると思うのですが、やはり大きく出来上がった企業の中で男性の文化の中へ女性が行くというのはまだまだ時間がかかるということがあります。でも小さく起業することで女性がリーダーシップを取って経済を廻していくということが世界中で起こることで世の中が変わっていくという話がされました。

まさに中央新の皆様はこういう志を持って活動されているのかなと思っています。

親が先廻りして、女の子なんだから数学とか理科とかじゃなくて文学部行きなさいというようなことを世界中で言うらしいんです。勿論元々文学が好きとかいう子にとってはそれでよいのですが、私の時代も昔は「四年制大学へ行くとお嫁にいけない」とか「だから短大行きなさい」とか親が先廻りして言っちゃう場合があります。親は口出しをしないことによって、実は子どもの可能性が広がるということがあるので、女子には積極的に数学・理科を教えるのが世界の積極的な流れになっているので、先程の矢部さんの娘さんの活動が非常にそれに紐づいているなと思います。ながら聞いておりました。

2 おすすめ

映画「The Good Wife」グッドワイフ

「The Good Fight」グッドファイト

アメリカの中産階級では、地位の高い男性の奥さんは専業主婦であれというのがいまだにあります。

グッドワイフの主人公も最初は州検事の奥さんで、自分は法学部でトップの成績で卒業するんですけど、いい奥さんになるため15年間家にいるんですね。いろんなことがあって目覚めて弁護士として活躍して、そして「よい奥さん」の定義がどんどん変わっていきます。

ちゃんとした正当な戦いをしなさい、言うべき権利を主張して自分を前面に出しなさいというメッセージが込められていると思います。

3人の主人公のひとり、Maia Rindell、ダウントンアビーの中で小さな役ですが、メイドの役で女

性もちゃんとした考えを持って生きていくべきだとし、てメイドをやめていく役を演じていました。

「The Good Fight」では、お金持ちの有名な人で、自分もすごく実力があるけれどお父さんが巨額な詐欺みたいのをやって自分の名前を隠して自分の存在を消しながらこれから一生過ごしていくのだからかみたくなったときに、友達が「あなたとお父さんは別なんだからあなたはあなたの人生をもっと前面に出して生きなきゃだめ」と言われ、友達がサングラスをプレゼントしてくれるんです。このサングラスをかけて、自分の法律事務所のHPを立ち上げて、「あのいけてる弁護士に頼みたい」と言われるようになって、サングラスで人格が変わるみたいになっていきます。

実は私もこのサングラスをずっとほしいと思って、いたんですよ。これを見た人は結構そう思っていて、でも売り切れだったんですが、あきらめずに捜したところ、銀座の眼鏡屋さんが捜してくれてフランスから取り寄せてくれたので、この眼鏡を本日公開したいと思います。

これでございます。

これからは私もこのサングラスを手に入れましたので、私のGood Fightを仕掛けていきたいと思っています。

(要約文責 宮下)

