



公益社団法人

茨城県理学療法士会

Ibaraki Physical Therapy Association

活動報告および開催案内

関連団体事業への協力（まちの保健室）

水戸ブロック会員 菅井郁美（介護老人保健施設ひまわり水戸）

11月19日、茨城県三の丸庁舎で開催された水戸市産業祭において、県看護協会「まちの保健室」との共同事業に参加し、体力測定および理学療法相談を実施させて頂きました。当日は悪天候の中、45名の幅広い年齢層の方にご参加頂きました。その中でも、膝や腰に不安を抱えていても、通院及び運動の機会が少ないという中高年の参加者が多かった事が印象的でした。今後、高齢化率が増加していく中で、理学療法士がこうした活動を通し運動の重要性・健康の大切さを発信していく事で、介護予防の意識を高め、一人ひとりの健康寿命を延ばしていく事が必要であると感じました。

今回は、普段職場では関わることのできない様々な方と交流を深めることができ、病院・施設以外での理学療法士の役割を再認識するととても良い経験となりました。これからより多くの活動に参加し、地域に貢献していきたいと思えます。

介護予防フェスティバル事業

日立ブロック会員 田口朝美（（株）日立製作所日立総合病院）

12月4日、本会主催の「介護予防フェスティバル in 北茨城」が開催され、156名の方にご参加頂きました。内容は講演会にはじまり、それに続く介護予防イベントとして県看護協会による身体測定や健康相談、北茨城市シルバーリハビリ体操指導士会による体操実演・体験、本会による体力測定や理学療法相談等が実施され大変盛況でした。

体力測定では握力・片脚立位・体幹前屈を測定しました。参加者から「握力が去年と一緒だ。これからも運動継続するね。」との発言があり、体力測定により自身の身体機能のフィードバックができ、運動に対する意識付けができたと思えます。実際に地域の方と密着に関わり、介護予防に対する関心を深めて頂く事は非常に重要であり、今後もこのような企画を通して地域の皆様の健康維持・増進に向けて介入していきたいと思えました。





第 21 回茨城県理学療法士学会の開催

学術・教育局 國谷伸一

テーマ：「Hand in Hand ～地域包括ケアと多職種連携～」
開催日：平成 29 年 7 月 30 日（日）
会 場：つくば国際大学第 1 キャンパス
※現在、演題募集中です（～ 4 月 14 日（金）18：00 まで）。
詳細は県士会ホームページをご参照ください。

学術誌「理学療法いばらき」への論文の募集

学術・教育局 國谷伸一

応募締切：3 月 31 日締め切り
術誌「理学療法いばらき」（ISSN：1343-2931）への投稿論文を募集しております。
投稿規定は既刊の「理学療法いばらき」もしくは本会のホームページに掲載されていますのでご参照ください。会員の皆様の積極的な投稿をお待ちしています。

茨城県理学療法士会 facebook に「いいね！」

普及啓発局長 森田英隆（いちほら病院）

茨城県理学療法士会の facebook ページをご存知ですか？
本会主催の研修会情報や日本理学療法士協会の情報をホームページにアップした際には、facebook にもシェアしています。まだ見たことのない方はこの機会にぜひ「いいね！」をどうぞ。

会員の皆さんへ

会員状況 H28年11月1日～H29年1月31日現在

| 区分 | 11月 | 12月 | 1月 |
|--------------|------|------|------|
| 在会者 | 2004 | 2003 | 1997 |
| 新入会 手続中（請求中） | 5 | 4 | 4 |
| 新入会 手続中（未納） | 1 | 1 | 0 |
| 新入会 理事会承認待 | 4 | 3 | 4 |
| 新入会 理事会承認者 | 10 | 3 | 4 |
| 休会申請者 | 0 | 0 | 0 |
| 復会申請者 | 0 | 0 | 1 |
| 退会申請者 | 2 | 3 | 4 |
| 転出申請者 | 2 | 2 | 4 |
| 転入申請者 | 0 | 5 | 3 |
| 県内異動申請者 | 5 | 11 | 14 |
| 改姓申請者 | 0 | 4 | 2 |
| 休会経過退会 | 0 | 0 | 0 |
| 未納退会 | 0 | 0 | 0 |
| 連絡不能者 | 34 | 40 | 38 |

(名)

◆入会促進へのご協力をお願い

平成29年度新入職者がおられる施設の会員の方は、是非とも日本理学療法士協会・茨城県理学療法士会の加入についてお声かけをお願いいたします。

入会手続きは日本理学療法士協会HPをご案内ください。

◆年度末の異動や休会など必要な手続きはお早めに

来年度（平成29年度）の休会並びに退会の申請受け付け **平成29年3月31日** 〆切

4月1日以降の申請は平成29年度年会費納入が必要となります。

◆年会費の納入をお忘れなく

平成29年度年会費の引き落とし日 **平成29年5月29日**（平成29年度入会者を除く）

日本理学療法士協会は楽天カードでの年会費納入を薦めております。振込用紙での納入をされておられる会員の方は納入方法変更手続きをお願いいたします。ご理解・ご協力をお願いいたします。

学術誌・学会誌の公開について

会員への情報公開として、関連団体より届いている学術誌・学会誌および各都道府県士会会員誌が閲覧できますので、ご利用ください。

公開資料 : 学術誌・学会誌および各都道府県士会会員誌

公開時間 : 火・木（祝日除く）14:30—16:30

公開場所 : 茨城県理学療法士会事務所

〒310-0034 茨城県水戸市緑町3丁目5番35号 茨城県保健衛生会館内

平成 29・30 年度公益社団法人茨城県理学療法士会役員改選日程のお知らせ

公益社団法人茨城県理学療法士会 選挙管理委員会 委員長 金森毅繁
宮崎 仁
飯塚 陽

平成 29 年の定時総会終結をもちまして、公益社団法人茨城県理学療法士会現役員の任期が満了となります。平成 29・30 年度公益社団法人茨城県理学療法士会役員改選日程につきまして、お知らせ申し上げます。

「平成 29・30 年度 公益社団法人茨城県理学療法士会役員改選日程」

公示日 : 平成 29 年 4 月 21 日 (金)

立候補締切日 : 平成 29 年 5 月 12 日 (金)

告示日 : 平成 29 年 5 月 26 日 (金)

選挙 (投票) 日 : 第 44 回定時総会時 (平成 29 年 6 月 25 日 (日))

〒300-2622

つくば市要 1187-299

筑波記念病院リハビリテーション部

選挙管理委員会 委員長

金森 毅繁

電話 : 029-864-1212

FAX : 029-877-4688

E-mail : kanamori-t@tsukuba-kinen.or.jp

理学療法責任者メールアドレス登録のお願い

普及啓発局長 森田英隆 (いちほら病院)

理学療法部門責任者への情報伝達を円滑にし、有用な情報をいち早くお届けするために「理学療法責任者メールリングリスト」を作成しております。理学療法部門責任者の方は必要事項をご記入の上、address-touroku@pt-ibaraki.jp までご連絡ください。

メールタイトル : 【アドレス登録】 本文 : ①所属 ②氏名 ③登録アドレス
ご登録お待ちしております。

※既に登録されている方で一度もメールが届いていない場合は登録状況を確認いたしますので上記アドレスまでご連絡ください。

各種会議

平成 28 年度 第 4 回業務執行理事会 議事要旨

日時：平成 28 年 11 月 18 日（金）16:20～18:00

会場：本会事務所

出席：大曾根、金子、川崎、國谷、直井、森田（敬称略）

【審議事項】

1. 会員異動状況について

- 10 月 31 日現在の会員数は 2,007 名。
- 退会：2 件、休会：0 件、復会：1 件、県外へ転出：5 件、県外から転入：4 件、新入会：22 件（理事会承認待ち：1 件、理事会承認：13 件）、入会手続き中：8 件、県内異動および改姓：24 件、会員停止：15 件。

→承認

2. 共催、後援、推薦等承認事項について

- 後援：14 件

→承認

【検討事項】理事会提出案件の確認

理事会審議事項

1. 平成 28 年度第 1 回理事会議事録（案）について
2. 平成 29 年度事業計画（案）について
3. 平成 29 年度予算（案）について

→1～3とも業務執行理事会では承認、理事会で審議へ

4. 特定費用準備金（平成 32 年度関東甲信越ブロック理学療法士学会積立金）について

→理事会審議取り下げ

5. 寄付金規程（案）について（報告事項として）

→業務執行理事会では承認、理事会で審議へ

報告事項

1. 平成 28 年度中間事業報告（案）について
2. 平成 28 年度中間決算（案）について

【報告事項 1】

1. 三役行動報告について
2. 各局・部・委員会報告について

平成 28 年度 第 2 回理事会 議事要旨

日時：平成 28 年 11 月 18 日（金）18:10～21:00

会場：本会事務所

出席：斉藤、大曾根、浅川、金子、川崎、國谷、直井、森田、浅野、赤津、鈴木、神林、黒澤（敬称略）

【報告事項】茨城県理学療法士会平成 28 年度中間監査について

【報告事項 1】平成 28 年度中間事業報告（案）について

I. 公益目的事業

1. 理学療法を通じて県民の保健・医療・福祉の増進と支援に寄与する事業について

黒澤監事）6）介護予防キャラバン事業の測定者数のばらつきは地域差なのか。

直井社会職能局局長）お盆に開催等の時期や地域差などがある。介護予防キャラバンは行政にタイアップしているが、「まちの保健室」は看護協会主催で規模が小さい。主催の関係もあるが、予定通りである。

2. 理学療法における学術及び科学技術の振興を目的とする事業について

3. 地域の健全な発展に寄与する理学療法の普及啓発事業について

黒澤監事）（3）高校生および高校教員向けの啓発活動の中にある、理学療法・作業療法・言語聴覚療法見学会の申込者数 488 名と参加者数 276 名の開きは受け皿側の問題か日程等の問題か。

大曾根専務理事）計画が予算建てから 300 名。マッチングとは学生の希望施設と受け入れ側のマッチン

グなので、集中するかしないかは地域差があるようだ。

Ⅱ. 共益事業について

Ⅲ. 管理部門について

【報告事項 2】平成 28 年度中間決算（案）について

・正味財産増減計算書内訳表内で収支相償は中間の段階でクリアできている。公益目的事業費率も中間の段階でクリアできている。

【報告事項 3】業務執行理事行動報告

齊藤会長）6 月から平成 30 年開催の日本理学療法学会研修大会準備委員会が始まっている。8 月 19 日、県保健師幹部と意見交換に参加は、JRAT は今後、DMAT や JMAT のように病院ごとのチーム単位となり個人の活動には関与しないことになりそうだ。今後 JART が動く前に生活不活発病や深部静脈血栓症等に対して市町村地域支援事業の枠を使って活動できないかを考えている。このような保健衛生活動にセラピストが関わっていくためには日頃から保健師や市町村行政等との連携が重要となってくる。10 月 2 日、IRPA の社会リハビリテーション専門職人材育成研修会が県の委託事業として始まった。託児所も開設しており復職支援等にもつなげていきたい。11 月 15 日、県地域包括ケア推進室・障害者スポーツ協会訪問では、地域ケア推進室ではシルバーリハビリ体操養成事業を全国に展開するという茨城県の意向も加味して日本理学療法士協会が全国展開のサポートを行うことと、来年の「介護の日」に全国でシルバーリハビリ体操指導等を同時に行い、介護予防にセラピストを活用してほしいという説明を日本理学療法士協会の立場で説明した。

大曾根専務理事）報告は前回の理事会以降からとなる。地域包括ケアシステム内でのつくば市の事業が展開してきている。IRPA、本会とも役割が出てきている。

浅川副会長）今後機能訓練事業打ち合わせが入ってくる。

金子副会長）管理業務のミーティングを会長、事務長、事務局長で 2 度ほど開催している。

直井社会職能局局長）北茨城地域自立センターの打ち合わせを中心に行っている。

森田普及啓発局局長）本会の業務執行理事会と茨城県回復期リハビリテーション病棟の会に出席している。

國谷学術・教育局局長）連盟関係と学会・研修会事業が主である。

川崎財務担当）主に月 1 回のペースで財務関連書類チェックを事務所でやっている。

【審議事項 1】平成 28 年度第 1 回理事会議事録（案）について

⇒承認。

【審議事項 2】平成 29 年度事業計画（案）について

Ⅰ. 公益目的事業

1. 理学療法を通じて県民の保健・医療・福祉の増進と支援に寄与する事業について

鈴木理事）5) 茨城県訪問リハビリテーション実務者研修会の開催の（趣旨・目的）にある 4 団体が中心となつては茨城県リハビリテーション専門職協会も追加して 5 団体が中心となっており訂正してはどうか。

2. 理学療法における学術及び科学技術の振興を目的とする事業について

黒澤監事）管理者研修の定員 40 名とあるがニーズはあるのか。合わせて、職場内研修もニーズがあるのか。職場内研修の回数は。

大曾根専務理事）管理者研修は協会からお願いされている。40 名は今年度の実績を踏まえている。職場内研修は本会オリジナルである。現在 2 か所（1 病院・1 施設）からお願いされており、職場内研修の回数は 1 施設、月 1 回を考えている。

3. 地域の健全な発展に寄与する理学療法の普及啓発事業について

黒澤監事）(2) ホームページによる県民に向けた情報発信について、何人が見たかカウントはできるのか。そういうのが事業評価につながるのではないか。

赤津理事）市役所のホームページのように「このページは参考になりました」等の評価がとれないか。

森田普及啓発局局長）何人が見たかのカウントはできると思うがまだ見ていない。ホームページ上の評価については、予算の問題が出てくる可能性があるため検討が必要となる。

Ⅱ. 共益事業について

Ⅲ. 管理部門について

・1. 各種会議運営事業の（1）1）定時総会は水戸で単独開催を考えている。合わせて管理者研修会を行いたい。

⇒承認。

【審議事項3】平成29年度予算（案）について

⇒承認。

【審議事項4】特定費用準備資金（平成32年度関東甲信越ブロック理学療法士学会用の積立金）について

⇒審議取り下げ。

【審議事項5】寄付金取扱規程（案）について

・定款組織委員会の答申として、公益社団法人茨城県理学療法士会寄付金取扱規程の設置ということになる。寄付金の種類は一般寄付金と特定寄付金の2種類となる。

⇒承認。

各種学会・研修会・イベント案内

※詳細は県士会HPをご参照ください

茨城県指定地域リハビリテーション研修推進
支援センター主催 平成28年度 研修会
日時：平成29年3月23日（木）
18：30～20：00
場所：筑波記念病院 S棟2階 大会議室
参加費：無料

第23回日本摂食嚥下
リハビリテーション学会学術大会
日時：平成29年9月15日（金）・16日（土）
場所：幕張メッセ
国際会議場、幕張イベントホール
国際展示場 ホール8

第106回日立地域リハビリ懇話会
日時：平成29年4月11日（火）
18：00～19：00
場所：(株)日立製作所日立総合病院
1号棟5階 B会議室
参加費：無料

がん患者支援チャリティーウォークイベント
リレー・フォー・ライフ・ジャパン2017茨城
日時：平成29年5月20日（土）・21日（日）
場所：つくば市研究学園駅前公園
つくば市学園南2-1
参加費：1000円
（がん患者、高校生以下は無料）

求人広告

医院リニューアルに伴う理学療法士の募集

医療法人社団 正仁会 土沢整形外科

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科



当院は開院 40 年で、**1 日平均外来人数 180 名～200 名**の整形外科クリニックです。高齢の患者様の変性疾患から若年者のスポーツ障害まで幅広くご来院いただきます。現在新しい医院を建築中で**平成 29 年 5 月に移転**予定となっています。医院リニューアルを契機に**運動器リハビリテーションを開始**します。患者様の健康な身体づくりを支える整形外科として、“鎮痛的治療”だけでなく“機能改善・維持”を実現する運動療法中心のリハビリテーションの充実させていくために、理学療法士を募集しています。より多くの患者様に、より質の高い医療を提供するという当院の診療方針に共感いただける、成長意欲を持っていらっしゃる方と共に、土沢整形外科をより良い医院に成長させていきたいと思ひます。人として、施術者としてもっと成長したい、という方、ぜひ一緒に働きましょう！

求人条件

| | |
|----------|--|
| 求人数 | 2 名 |
| 雇用形態 | 常勤 |
| 年齢 | 35 歳まで |
| 業務内容 | 外来での運動器リハビリテーション |
| 勤務時間 | 月火木金 8:30 ～ 18:00 水土 8:30～13:00 |
| 休日 | 日曜日、祝祭日、お盆、年末年始 |
| 福利厚生 | 健康保険、厚生年金保険、雇用保険、労災保険、各種学会・研究会への参加補助金制度 |
| 給与 | 待遇など詳細については面接時にご案内いたします。 例 5 年目年俸 380 万 |
| 受付・問い合わせ | 029-247-0558 土沢 忠正まで |



医療法人 杏仁会 大圃病院



▲リハビリテーション風景▲

▼リハビリテーション風景▼

| | | | | | | |
|------|---|-------------------|----------|--------------------|------|--------------|
| 募集職種 | 理学療法士 | | | | | |
| 求人数 | 理学療法士 3名 | | | | | |
| 勤務地 | 茨城県筑西市木戸 352 番地 | | 雇用形態 | 常勤 | | |
| 賃金 | 基本給 | 240,000 ~ 270,000 | | 勤務時間 | 交替制 | 無 |
| | 各種手当 | 職務手当 | 20,000 円 | | 平日 | 8:30 ~ 17:30 |
| | | 資格手当 | 10,000 円 | | 土曜 | 8:30 ~ 17:30 |
| | | 手当 | 円 | | 日曜 | : ~ : |
| | 賞与 | 年 2回(約 3.1 ヶ月) | | 残業月平均 | 0 時間 | |
| 昇給 | 年 1回 | | 有給休暇 | 初年度 6日・最高 20日 | | |
| 通勤手当 | 上限 12,000 円/月 | | 休日 | 週休 2 日制、年間休日 119 日 | | |
| 社会保険 | <input checked="" type="checkbox"/> 健康 <input checked="" type="checkbox"/> 厚生 <input checked="" type="checkbox"/> 雇用 <input checked="" type="checkbox"/> 労災 | | | | | |
| 福利厚生 | 託児所あり(24時間開設)、退職金制度(勤続3年以上) 厚生年金基金加入、マイカー通勤可(駐車場有/自己負担無し) | | | | | |
| 求人担当 | 事務部 早瀬、外川 TEL : 0296-37-3101(代表) e-mail : hr@ohata-hospital.jp | | | | | |

賛助会員広告

テクノブレイス株式会社

T E C H N O B R A C E



☆取扱品目☆

- ・整形外科治療用装具
- ・整形靴・特殊靴
- ・リハビリテーション装具
- ・義手・義足



〒347-0036 埼玉県加須市久下 1696-1
TEL 0480(66)1033 FAX 0480(65)0070
E-mail info@technobrace.com

<http://www.technobrace.com> 弊社へのアクセス情報や製品紹介をしております。ぜひご覧ください！

移動入浴車のリーディングカンパニー 福祉車両・入浴福祉のパイオニアとして



移動入浴車OB-3F4D(B)

1972年に世界で初めて移動入浴車を製造販売。訪問入浴介護は、介護保険制度における在宅サービスの一つとして全国的に普及を果たしました。

デベロは、さらなる挑戦として、広い分野から技術・情報を取り入れた製品づくりを目指しております。



自宅ベッドの横で入浴を可能にしました

(株) **デベロ**

本社 ☎ 310-0841 茨城県水戸市酒門町1744-2
☎ 029-247-2211 傳 029-247-2214
大阪支店 ☎ 540-0004 大阪市中央区玉造2-3-17 (アルマ・ヒル301)
☎ 06-6945-1722 傳 06-6945-1720

ホームページ <http://www.develo-group.co.jp>



介護用品・福祉機器 販売・レンタル 有限会社 ヨシフク

茨城県水戸市酒門町 1437-3

TEL 029-248-5307 FAX 029-248-0086

* 介護保険指定福祉用具貸与事業所
* 住宅リフォームも併せてお気軽にご相談下さい

元気で長生きを応援します。お気軽にお電話ください

株式会社 ロングライフ

福祉用具販売・レンタル・住宅改修・補聴器

営業時間 AM 9:00 ~ PM 5:00 (日曜日・祝日定休)



本社 介護保険指定事業所番号 0870101490
〒311-4164
茨城県水戸市谷津町細田 1-8
☎029-257-2345

土浦店 介護保険指定事業所番号 0870300472
〒300-0872
茨城県土浦市沖新田 40-5
☎029-841-2422

那珂店 介護保険指定事業所番号 0873300131
〒311-0105
茨城県那珂市菅谷 5487-4
☎029-295-7843

結城店 介護保険指定事業所番号 0870700259
〒307-0015
茨城県結城市鹿窪向原 1305-20
☎0296-34-1033



快適介護のお手伝い

◎福祉用具レンタル・販売 ◎住宅改修 ◎ストーマ装具
明るく清潔なショールームでゆっくりとご相談ください

本社ショールーム
〒315-0033 石岡市東光台4-9-3
TEL (0299)28-1829
FAX (0299)26-8001
●営業時間 / AM9:00~PM5:00
●定休日 / 土曜日・日曜日・祝日

介護ショップ ひまわり
〒309-1705 笠間市東平2-1470-677
TEL (0296)78-0128
FAX (0296)77-0477
●営業時間 / AM9:00~PM5:00
●定休日 / 日曜日・祝日

介護保険指定事業所番号 第0870500022

株式会社 茨城福祉サービス



自立支援型デイサービスセンター

楽フィット

【名称】デイサービスセンター楽フィット筑西 【住所】茨城県筑西市蕨 317-1
【TEL】0296-25-2770 【営業】月~金曜 【定員】20名【開設】H24.12



パワーリハビリテーション
と個別機能訓練で機能訓練
に特化した元気になるため
のデイサービスです！



高齢者施設のイメージを払拭する、明るいトレーニングルームと、
ゆったりと寛ぐための空間が明確に分かれており、運動後はカフェ
にいるような気分でお仲間と楽しくお話しをしながら過ごせます。

理学療法士を募集しています！

※詳細はお気軽にお問い合わせ下さい。



株式会社セキショウライフサポート TEL0296-25-3220

コルセット・義肢・義足・補装具・車椅子・松葉杖 製作

有限
会社 **宮田製作所**

〒185-0023 東京都国分寺市西元町 3 - 15 - 4

TEL.042(321)0684番 FAX.042(321)0692番

 **株式会社幸和義肢研究所**

茨城県つくば市大白裕 341-1
TEL 029(875)7627 FAX 029(875)7628
<http://www.kowagishi.com>
info@kowagishi.com

Technology & Heartful
技術に、心をこめて。



人と職場のベストソリューション

株式会社 **三陽**

水戸(029)243-1281

福島本社(0245)34-3155

いわき (0246)27-7631

郡山 (0249)59-3662

会津 (0242)24-5211

取扱品目 医療機器・臨床検査機器・ME 機器・分析機器

〈関連会社〉 ホルター心電図解析センター
水戸カルディオセンター株式会社

TEL029(241)1155



TOUA-PO

株式会社 東亜義肢

〒311-0062 埼玉県さいたま市西区土屋 515 TEL 048(622)6200 FAX 048(622)6662

HP <http://www.toua-po.com/> e-mail info@toua-po.com

医療法人社団青潤会 青柳病院

内科・外科・消化器科・循環器科・整形外科・等

〒310-0817 茨城県水戸市柳町2-10-11



TEL 029-231-2341

FAX 029-231-2350

URL www.aoyagi-hsp.com/

立ちどまらない保険。

MS&AD 三井住友海上

三井住友海上の安心

GK



火災の保険



地震の保険



生命の保険

www.ms-ins.com

各種お問い合わせ

茨城県理学療法士会事務所（茨城県保健衛生会館内）

〒310-0034 茨城県水戸市緑町3丁目5番35号 TEL：029-353-8474

FAX：029-353-8475 E-mail：toiawase@pt-ibaraki.jp

編集後記

第52回理学療法士、作業療法士国家試験が2月26日（日）に行われました。来年度も多くの理学療法士、作業療法士が誕生しようとしています。皆さんの職場でも新入職員を迎える準備が始まっているのではないのでしょうか？インフォメーションも本号が今年度最後の発行となります。来年度も会員の皆さんの活動や声をお伝え出来るよう、部員共々活動して行きたいと思います。インフォメーションの発行は年に4回（5月・8月・11月・2月）となっております。

（広報部員）

会員数：1997名

発行日：平成29年2月28日

発行人：公益社団法人 茨城県理学療法士会

代表者：齊藤秀之

編集者：高石直紀

事務局：〒310-0034 茨城県水戸市緑町3丁目5番35号
茨城県理学療法士会事務所（茨城県保健衛生会館内）

TEL 029-353-8474

FAX 029-353-8475

E-mail toiawase@pt-ibaraki.jp

