

# 令和4年6月20日の行政文書一覧表

## ★ 回覧文書

表 題	備 考	担 当
市営住宅（特定公共賃貸住宅）入居者募集について	両面	環境建設部 都市整備課
新型コロナウイルス感染症の影響による減免申請の受付を開始します	両面	総務部 税務課
しょうばら脱炭素地域推進ニュース	表面①	環境建設部 環境政策課
令和4年度県立広島大学市民公開講座（前期）	裏面①	教育部 生涯学習課
ふるむざすいむ	両面	教育部 西城教育室
男女共同参画パネル展のお知らせ	表面②	生活福祉部 市民生活課
よちよち通信 6月号	裏面②	高野支所 地域振興室
庄原市上野総合公園だより	両面	上野総合公園
国営備北丘陵公園イベントのご案内	両面	企画振興部 商工観光課
庄原さくらスポーツクラブだより	両面	教育部 生涯学習課
第32回庄原市スポーツフェスティバルの案内と参加者募集	両面	
総合体育館だより	両面	総合体育館
たかの図書館だより 6月号	両面	高野教育室
高野中学校だより 第5号	両面	高野中学校
高野小学校だより No. 5	両面 2枚	高野小学校

## ★ 各戸配布

表 題	備 考	担 当
新型コロナウイルスワクチン 4回目接種が始まります	片面	ワクチン接種対策部
広報高野 高野駐在所だより 6月号	両面	庄原警察署 高野駐在所
高野地域自治振興区連絡協議会だより	両面	高野地域自治振興区連絡協議会
上高自治振興区だより「夢まちだより」	A3両面 2つ折り +中1枚	上高自治振興区
下高自治振興区だより「なんずかんず下高」		下高自治振興区
第1回 料理教室“しばもち”を作ろう	片面	上高自治振興区
初めてのスマホ教室	片面	
「刃物研ぎ」のご案内	片面	
道の駅たかの～地域サポーター通信～ Vol. 201	両面	道の駅たかの

〒727-0402

庄原市高野町新市1171番地1

庄原市役所高野支所総務室

電話番号 (0824) 86-2111 (直通)

FAX番号 (0824) 86-2062

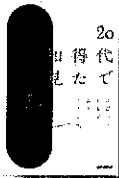
庄原市ホームページアドレス <http://www.city.shobara.hiroshima.jp>





# としよかん たかの図書館だより 6月号

6月も下旬となり、梅雨の真っただ中…☺ 家の中で過ごすことの多い今こそ！  
「本」を楽しむチャンス！です。みなさまの「たかの図書館」をぜひ、ご利用ください。



## 新しく入った本の紹介



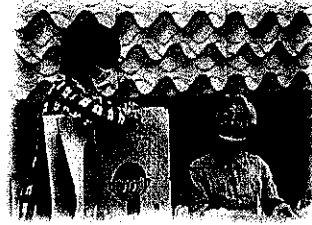
タイトル	著者	内容
20代で得た知見	F	人生は忘れがたい断片にいくつ出会い、心動かされたかで決まる
やめるな外科医4 (泣くな研修医シリーズ)	中山 祐次郎	現役外科医が生と死の現場を圧倒的リアリティに描く人気シリーズ第4弾
しゃべれどもしゃべれども	佐藤 多佳子	若手落語家のお話。読み終えたらあなたもいい人になっている率100%
教養としての日本地理	浅井 健爾	社会人として知っておきたい日本地理の情報が地図とデータでひとめでわかる！
読む力大全	佐々木 俊尚	「読む力」「考える力」「書く力」「アイデアの技術」全部わかる最強の一冊！
児童養護施設で暮らすということ	檜原 真也	傷つきを抱えながらも懸命に生きる児童養護施設の子どもたち。傍らで支える職員の思い。
妄想美術館	原田 マハ ヤマザキ マリ	2人のアートの世界にどっぷり浸れる1冊。
リセット！仕事服	松 はじめ	前時代的な仕事の服装の常識をまずは一度リセットし、新たな常識をインプット
ミュゲ書房	伊藤 調	本に携わる人々と彼らの想いを描いたお仕事エンタメ
書く瞑想	古川 武士	自分を深く知りシンプルに生きるための書くメソッド
『ぴえん』という病	佐々木 ナワ	混迷な時代を生きる「ぴえん」な若者たちのリアルを刮目してみると…
神酒クリニックで乾杯を	知念 実希人	個性派過ぎる医師たちのメデイカル・エンタメミステリー
淡雪の記憶	知念 実希人	痛快すぎる医師たちのノンストップエンタメ
カーテンコール	加納 朋子	経営難で閉校する萌木女学園。私たちは最後の卒業生のはずだった…
漢方小説	中島 たい子	ストレスだらけのあなたに贈る処方箋
大事なことほど小声でささやく	森沢 明夫	心のもやもやを洗い流す感涙小説！
パリのすてきなおじさん	金井 真紀	軽くて、深くて、愛おしいパリの素敵なおじさんたち
古本食堂	原田 ひ香	東京神田神保町の美味しい食と人情と本の魅力が詰まった幸せなお話。



## 本の読み聞かせ 訪問 5/20(金)

今年度1回目の読み聞かせのため、読書ボランティア『一路の会』の皆さんと、高野小学校を訪問しました。今回は、大型絵本「もったいないばあさん」・

「ともだちや」を読みました。本の内容はそれぞれ、  
○何気なく捨てないで再利用など工夫して物は大切にしましょう  
○ともだちはお金では買えない大切なもの…の2冊です。大型絵本の迫力もあり、みなさん最後までしっかりと聞いてくれて、感想も発表してくれました。毎回子どもたちの率直な感想を聞けてとても参考になります。  
来月は、学級別に何う予定です。よろしくお願ひします。



## たかの図書館ご利用案内

どなたにも『図書利用カード』をお作りできます。

窓口で住所・氏名の確認できるもの（運転免許証・保険証等）をお持ちください。

＜開館時間：午前10時～午後6時 // 休館日：毎週月曜日・祝祭日・年末年始＞

### ◆貸出

図書カードを受付へ提出してください

・上限冊数：8冊

・貸出期間：2週間以内



### ◆予約

庄原市立図書館ホームページから予約できます。

・上限冊数：5冊

・貸出期間：2週間以内

・取置期間：1週間以内

(パスワードが必要です)

### ◆リクエスト

読みたい本が当図書館へないときは、他館からの貸出しもあります。

ご遠慮なくお申し出ください

※本に関するご相談もお待ちしています。

### ◆返却

受付、または図書館前の赤いブックポストへ返却ください。



## 6月開館日カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## 7月開館日カレンダー

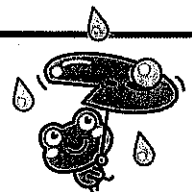
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

○色がついているところ（毎週月曜日・祝日）は休館日です

○本の返却は、図書館ドア横に設置している赤いブックポストもご利用ください

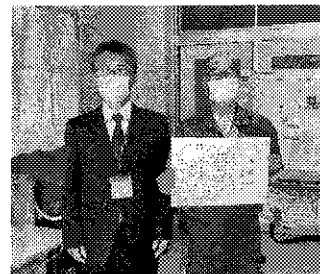
◇庄原市立図書館 高野分館

〒727-0402 広島県庄原市高野町新市1284 ☎0824-86-2944



## 中原浩さんに広島県PTA連合会から感謝状が贈呈されました。

長年にわたり、高野中学校PTAや高野支部PTAの役職を歴任し、PTA活動の充実・発展のためご尽力いただいた功績に対して、広島県PTA連合会から感謝状が届き、先日、贈呈されました。中原さんありがとうございました。



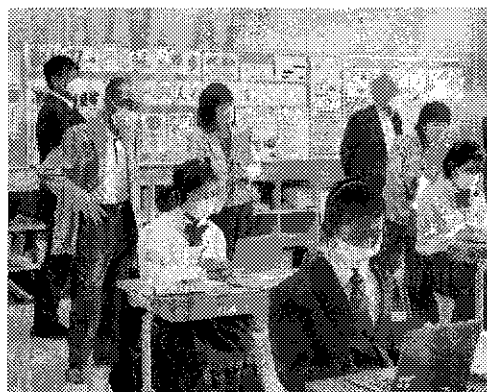
## 第1回学校運営協議会を開催しました。

学校運営協議会のテーマ

「地域に誇りをもって貢献できる人間性豊かな生徒の育成」

今年度から、庄原市コミュニティ・スクール（学校運営協議会を設置した学校）を設置し、地域とともにある学校づくりを進めています。学校運営協議会の主な役割は、

- ① 校長が作成する学校運営の基本方針を承認する。
- ② 学校運営について教育委員会または校長に意見を述べるができる。
- ③ 学校運営や必要な支援等に関する協議及び活動を行う。
- ④ 学校運営等に関する評価を行う。の4点が示されております。



5月26日（木）、第1回学校運営協議会を本校において開催しました。協議においては、校長の学校運営の基本方針を全会一致で承認していただくとともに、現在の本校の教育実践について、多くの肯定的な評価をいただきました。また、学校運営協議会のテーマを、「地域に誇りをもって貢献できる人間性豊かな生徒の育成」とし、“我が町高野”から歴史や文化を学び、生徒が人間性豊かな感性を身に付けるための具体的な取組について協議しました。例年の取組以外には、本校の中庭に生育している「翁草」（絶滅危惧種Ⅱ類に指定）を守りながら、景観豊かなものにしていくための手立てや、高野の歴史や文化・産業について、生徒に話していただける方を紹介していただく仕組み作り等について話し合いました。

【令和4年度の学校運営協議会のメンバー】 ※ 本校の管理職を除く

山野邊 和信さん、井上 陽子さん、井上 智加子さん、  
児玉 朝光さん、宮本 信之さん、加藤 敬さん

# 7月行事予定表

月日	曜	学校行事	バス
7月1日	金	◇あいさつ運動(7:40~7:55) ◇1・2年生似島交流会	17:05
7月2日			
7月3日	日	◇実用英語技能検定(二次)	
7月4日	月		17:05
7月5日	火		17:05
7月6日	水		17:05
7月7日	木	◇校内研修日	15:10
7月8日	金	◇生徒朝会 ◇日本漢字能力検定	17:05
7月9日			
7月10日	日		
7月11日	月		17:05
7月12日	火		17:05
7月13日	水	◇部活動体験(小学校6年生)	17:05
7月14日	木	◇授業参観・進路説明会(1・2年・5・6校時)	15:50
7月15日	金	◇学校朝会(高まるスピーチ)	17:05
7月16日		◇県選手権(テニス・野球)	
7月17日	日	◇県選手権(テニス・野球)	
7月18日	月	海の日	
7月19日	火	◇県選手権(野球)	17:05
7月20日	水		17:05
7月21日	木	◇校内研修日	15:10
7月22日	金		17:05
7月23日		◇県選手権(バレー)	
7月24日	日	◇県選手権(バレー)	
7月25日	月	◇終業式 ◇非行防止教室	14:50
7月26日	火	◇期末懇談会 ◇夏季休業日開始	
7月27日	水		
7月28日	木		
7月29日	金		
7月30日			
7月31日	日		

毎朝の検温を忘れずに。保護者の方の確認をお願いします。

毎週木曜日は部活動休養日としているため、下校時刻が早くなります。

この行事予定表の下校バス時刻の10分前が全校生徒の完全下校の時刻です。ご確認ください。

【7月1日(金)】1・2年生似島交流会2日目です。詳細は、本日配付したプリントをご覧ください。また、下校時間は17:30です。お迎えをお願いします。(通学バスには乗れません。)

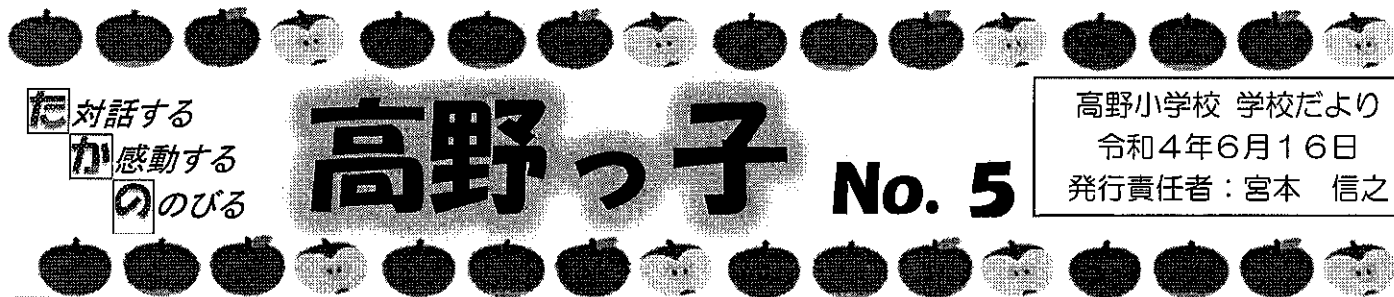
【7月8日(金)】日本漢字能力検定を実施します。申し込みは締め切っています。

【7月13日(水)】小学校6年生に対して、授業見学や部活動体験を行います。先輩として良い面を見ていただきましょう

【7月14日(木)】1・2年生の保護者を対象に進路説明会・授業参観を実施します。詳細は6/6に配付したプリントをご覧ください。

【7月26日(火)】1学期末懇談会を行います。本日希望時間帯のアンケートを配付しました。6月20日(月)までにご提出ください。

【7月26日(火)~8月23日(火)】夏休みです。夏休みの部活動予定や宿題等については、夏休み前にお知らせします。8月24日(水)は2学期始業式です。



対話する  
感動する  
のびる

# 高野っ子 No. 5

高野小学校 学校だより  
令和4年6月16日  
発行責任者：宮本 信之

【学校教育目標】未来を切り拓く児童の育成 ~自分で考え、判断して行動する子供~

## がんばりました！「高野小2022運動会」6月5日(日)



オープニング 5・6年生鼓笛演奏

### 保護者のみなさん、参観いただきありがとうございました。

延期していた今年度の運動会は、感染症対策を行いながら2年ぶりに有観客で開催することができました。「協力!全力!笑顔で本気の運動会」の児童会テーマのもと、子供たちは心と力を合わせて練習してきました。その成果を発揮し、本番では、子供たちはもちろん、保護者の方も笑顔になるような、そんな運動会になりました。また、5・6年生はリーダーとしてよく動き、運動会を支える姿もたくさん見られました。運動会を通して成長できたことを嬉しく思います。

保護者のみなさんに温かく見守っていただいたことは、子供たちにとって一番の励みになりました。運動会の開催に、ご理解とご協力をいただいたことに改めて感謝いたします。ありがとうございました。

(PTA 保体部の皆さんをはじめ、最後の片付けまでご協力いただいた保護者の皆さんも、ありがとうございました!)

### 低・中・高学年 徒競走



### 1・2・3年大玉転がし



## 1・2年ダンス「レモンチダンス」



## 3・4年ダンス「ジャンボリミッキー」



## 4・5・6年台風の目



## 低・高学年リレー



## 保護者の方の感想(たくさんの励ましの感想,ありがとうございました。一部を紹介します。)

- ・1年生は初々しい姿で,学年が上がるとうっかり競技できていました。6年生は入退場の時など下学年をリードしたり並べたり,とても頼もしかったです。
- ・5・6年生は自分の係や役割を意識してしっかり動いて感心しました。
- ・一生懸命ダンスする姿,走る姿に胸があつくなりました。
- ・観ているこちらが楽しくなりました。感動をありがとう。
- ・たくさんの家族とわいわいと子供たちに声援できる日を楽しみにしています。
- ・せめて家族(じいちゃん・ばあちゃん)くらいは見せてあげたい…。

- ・リレーのやり方が身に付き,上手く出来るようになれば子供たちもやりがいがあり親も見応えがあるのでは…。競技の数が少ないので1つ1つの競技に磨きをかけてほしい…。
- ・ダンスの隊形移動でどこからでも観られる工夫も感じられました。欲を言えば手袋をしての玉入れや5・6年のダンスなどもあればいいな…。
- ・「できない」ではなく「できること」は何かを見つけ,地域社会総がかりで高野らしい学校をつくっていきましょう。

6月27日から生活リズム週間が始まります。保護者の方にご協力いただきます。よろしく願いいたします。

## 7月行事予定 (コロナウイルス感染拡大予防に係る変更もあります) 6月16日現在

日	曜	行事予定	PTA	下校変更 (バス)
1	金	挨拶運動	あいさつ運動 交通安全指導	
2	土			
3	日	庄原市レベルアップ水泳の講師、金山先生から指導を受けます。(5・6年生)		
4	月	クラブ⑥		
5	火	水泳指導(13:50金山先生 5・6年)		
6	水	6年生外国語授業研究		15:00 (15:10)
7	木			
8	金	日課変更(木曜日課) 漢字検定15:00~(高野中学校)		15:00 (15:10)
9	土			
10	日			
11	月	日課変更(木曜日課)		15:00 (15:10)
12	火	日課変更(木曜日課)		15:00 (15:10)
13	水	6年生部活動体験 スクールカウンセラー9:00~		<b>注意!</b>
14	木			
15	金	一路の会 日課変更(木曜日課)		15:00 (15:10)
16	土			
17	日			
18	月	海の日		
19	火	委員会⑥		
20	水			
21	木	1学期の成績表をお渡しする個人懇談会です。14時から1人15分で計画します。懇談時刻の希望については、追って案内いたします。		
22	金			
23	土			
24	日			
25	月	個人懇談(14:00~)		13:30 (13:40)
26	火	個人懇談(14:00~)		13:30 (13:40)
27	水			
28	木	終業式		13:30 (13:40)
29	金	市内水泳記録会(水夢 6年生のみ)		
30	土			
31	日			

6日(水)は研究授業のため、8日(金)、11日(月)、12日(火)、15日(金)は成績事務のため木曜日課で15:00下校です。14日(木)も15:00下校です。

この週は、13日(水)だけ15:40(バス15:50)下校です。ご確認ください。

小学校のSC相談日です。相談を希望される方は、学校(児玉)まで申し込んでください。

一路の会の皆さんによる読み聞かせです。

25日(月)、26日(火)は個人懇談のため、28日(木)は終業式のため下校時刻が13時30分(バス13:40)に変更しています。なお、27日(水)は通常の15時40分(バス15時50分)下校です。ご確認ください。

1学期は7月28日(木)で終了です。7月29日(金)~8月28日(日)まで夏季休業です。2学期始業式は8月29日(月)です。



# 8月行事予定 (コロナウイルス感染拡大予防に係る変更もあります) 6月16日現在

日	曜	行事予定	PTA	下校変更 (バス)
1	月			
2	火			
3	水			
4	木			
5	金	全校登校日(平和学習)		11:40 (11:50)
6	土	広島原爆の日		
7	日			
8	月			
9	火	長崎原爆の日		
10	水	閉庁日		
11	木	閉庁日		
12	金	閉庁日		
13	土	閉庁日		
14	日	閉庁日		
15	月	閉庁日		
16	火	閉庁日		
17	水	山海島体験活動(5年生 三瓶)		
18	木	山海島体験活動(5年生 三瓶)		
19	金	山海島体験活動(5年生 三瓶)		
20	土			
21	日	PTA環境整備作業(保護者・児童 8:00~10:00)	PTA環境整備作業 (保護者・児童8:00 ~10:00)	
22	月			
23	火			
24	水			
25	木			
26	金			
27	土		PTA全国大会(山形)	
28	日		PTA全国大会(山形)	
29	月	挨拶運動 2学期始業式 下校指導	あいさつ運動 交通安全指導	13:30 (13:40)
30	火	スクールカウンセラー13:00~		
31	水			

全校登校日は学年に応じた内容で平和学習を行います。  
通常通り通学班で登校します。  
給食は食べずに11:40に下校します。

庄原市内の小中学校が8月10日(水)~8月16日(火)まで閉庁日となります。この期間で急な連絡などありましたら校長(宮本)までお願いします。Tel(090-1013-9188)

山海島体験活動を比和小学校5年生と合同で行います。国立三瓶青少年の家で2泊3日の予定です。5年生には7月に入って詳細をお知らせします。

PTAの環境整備作業は児童と保護者が参加する予定です。7月になりましたら案内をお渡しします。地区ごとに担当場所をご確認ください。

2学期始業式の日授業は午前までです。  
給食を食べ13:30(バス13:40)に下校します。

小学校のSC相談日です。相談を希望する方は、学校(児玉)まで申し込んでください。

気付き・ご意見・お問い合わせ等、ご遠慮なく学校へお届けください。

**教育相談 体罰・ハラスメント相談 担当**  
担当 教頭(穂山小百合)  
生徒指導主事(宇山和直)  
養護教諭(児玉瑞季)



児童の体調に関わることなど、何でもご相談ください。

**庄原市立高野小学校** 庄原市高野町新市1650  
電話(0824)86-2977 FAX(0824)86-2976  
Email: takano-e@hiroshima-c.ed.jp  
HP: <http://www.takano-e.hiroshima-c.ed.jp/>

道の駅たかの 2022.6.20  
 (広報・企画グループ)  
 庄原市高野町下門田49  
 ☎0824-86-3131  
[michieki\\_tak@takanoyama.jp](mailto:michieki_tak@takanoyama.jp)  
<https://www.takanoyama.jp>  
 ★Twitter・インスタも更新中♪

## 中国地方も梅雨入り

6月14日、中国地方の梅雨入りが発表されました。「雨が降らんけえ大根がなかなか大きくならんのだよ」と言われた出荷者さんの声もありましたが、このところの恵みの雨で無事大きくなり、出荷量も増えてきました♪

一方でこれからの時期に心配されるのは集中的な豪雨と長雨。ここ最近は短時間で大量の雨が降ることが増え、去年はハウスやりんごの木が浸かるなどの被害もありました。大雨から農作物を守るためには、排水設備の点検やため池などのハード整備と、気象情報や農地災害情報などのソフト対策が重要です。道の駅たかのでも出荷者の皆さんに適切な情報提供が出来るよう努めていきますので、地域をあげて「災害に強い農業」を作っていきましょう！

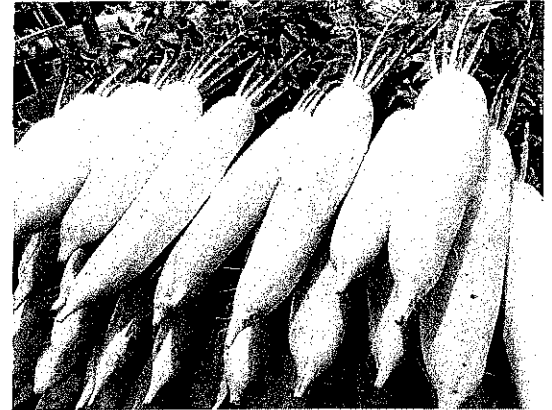
## 「夏ギフト2022」受付開始！

今年も夏ギフトの受付をスタートしました！

おすすめは「庄原2大ブランド肉と旬野菜の贅沢BBQセット」。比婆牛バラ肉300g、口和町のブランド豚「瀬戸もみじ」肩ロース400gとたっぷりのお肉に、庄原産の新鮮野菜が7~8品目入り、お手軽にバーベキューやお家焼肉ができちゃいます♪

直売所で大人気の「とらち」のキムチセットを始め、乳団子でおなじみの和泉光和堂からは「SHOBARAシュークリーム&ロールケーキセット」など新商品もラインアップに追加しました！

人気の「りんごスイーツ詰合せ」や「庄原ごはんの友」などもご用意しております。お中元や遠方のご家族への贈り物に是非ご利用下さい♪詳しくは道の駅スタッフまで！



売り場に並ぶ葉付き大根  
 (6月15日)

夏ギフト

2022

<p><b>1 庄原2大ブランド肉と旬野菜の贅沢BBQセット</b> (1人前)</p> <p>●庄原産肉 300g                  ●庄原産肉 400g                  ●新鮮野菜 7~8品目                  ●焼肉タレ 1~2杯                  ●焼肉紙 1枚                  ●焼肉炭 1包</p> <p style="text-align: right; font-weight: bold;">8,000円</p>	<p><b>2 比婆牛焼肉セット</b></p> <p>●比婆牛焼肉 300g                  ●焼肉タレ 1~2杯                  ●焼肉紙 1枚                  ●焼肉炭 1包</p> <p style="text-align: right; font-weight: bold;">12,000円</p>
<p><b>3 瀬戸もみじ冷しゃぶセット</b></p> <p>●瀬戸もみじ 400g                  ●冷しゃぶタレ 1杯                  ●焼肉紙 1枚                  ●焼肉炭 1包</p> <p style="text-align: right; font-weight: bold;">5,000円</p>	<p><b>4 「庄原猪いちばん」のししセット</b> (2人前)</p> <p>●庄原産肉 300g                  ●焼肉タレ 1~2杯                  ●焼肉紙 1枚                  ●焼肉炭 1包</p> <p style="text-align: right; font-weight: bold;">4,500円</p>

R1. 6/9 thu - 8/8 mon

## 地域訪問座談会

今号でも座談会で出荷者の皆さんから頂いたご意見・ご質問を紹介します。

### 【口和地区】

出荷者協議会の収支報告に計上されている研修費について、視察研修がコロナの影響でできていないが、予算があるようならコロナ対策費用（お客様・出荷者のため）に充てたらどうか。

⇒コロナ対策用の備品等については、県や市の補助金などを活用し、十分な量を確保しています。

また、2年間開催できていない視察研修については、コロナの感染拡大も落ち着いてきていることを鑑み、今年から再開する予定です。詳細が決まり次第出荷者の皆さんにはご案内させていただきます。

## 出荷者さん紹介バトン②

もりき かずえ

森木 和枝さん（高野町下湯川）

道の駅たかのへの出荷は9年目になり、妹も会員で姉妹仲良く出荷をしています。農業には小学生から家の手伝いで携わっており、田植えや牛飼、畑などを行いながら現在に至っています。

今はほうれん草の種を播いたり、カボチャ、トマト、じゃがいも、玉ねぎなどを栽培中です。出来る限り、自然の状態で栽培をしたいので、しっかりと土作りと消毒を行わないようにしています。反面、防虫対策は手作業となり、虫食いなど失敗もしばしばありますが、結果として受け止め再度チャレンジしています。

年々、力仕事が大変になっていますが、主人もサポートをしてくれるので、何とか無理のない範囲でやっています。



森木和枝さんとご主人の萬利さん

ハウスの様子と玉ねぎを収穫する森木さん

コロナで地域、親族間など様々な付き合いが減っている中でも、出荷の際に他の生産者の方、道の駅のスタッフの方と挨拶をしたり、会話をしたりする事で新しい交流が広がり、お茶へ誘ってくれる友達も増えました。今一番の楽しみです。

地域外では、「道の駅たかのの商品の値段が高いイメージがある」といった声があがっています。ですが、実際はそんな事はありません。生産者、スタッフの方が市況を見ながら皆で売場のバランスを保っている事を知っているので、正しい情報を伝えていきます。

高齢化など時代の流れ、どの地域でも直面している課題はありますが、オープンの頃と比べ、出荷者の割合が高野地域中心だったものが、庄原全体へと広がり、庄原市全体が盛り上がってきているように感じています。私たちも微力ながら地域活性化のお手伝いができるよう出荷を続けていきます。

## 直売所より

直売所では庄原市内産を中心に新じゃがの出荷が始まりました。毎年アナウンスはしていますが、昨年も緑色に変色したじゃがいもの出荷が見受けられました。緑色に変色したじゃがいもには「ソラニン」という毒素が多く含まれています。食中毒を予防するため、出荷の際は以下に注意して下さい。

- ①いもに光を当てない（太陽光だけでなく人工光も）
- ②大きく育て、いもが熟してから収穫する
- ③収穫・保存時にいもに傷をつけない

いもに光が当たったり傷がつくと毒素が増えやすくなります。また、未成熟のものは毒素の濃度が高いので注意が必要です。



次回もお楽しみに♪