

にほんご
日本語

いなぎし
稲城市

がいこくごばんく
外国語版暮らしのガイド

はじめに

このガイドブックは、稲城市に来たばかりの外国の人が安心して生活できるように作りました。

日本のマナーやルール、市役所での手続きなどを紹介しています。

少し時間がかかるかもしれませんが、日本のマナーやルールを学びながら、新しい生活を始めましょう！

もくじ
目次

にちじょうせいかつ
日常生活のルール

こうきょう 公共ルール（ごみ）	2
こうきょう 公共ルール（たばこ）	3
こうきょう 公共ルール（騒音・公園など）	4
こうつう 交通ルール（道路・自転車・電車・バス・自動車など）	5

しやくしよてつづ
市役所での手続き

じゅうみんとうろく 住民登録・戸籍の届出・マイナンバー	6
じゅうみんぜい 住民税・国民健康保険・後期高齢者医療制度・国民年金	7

くらし

でんき 電気・ガス・水道	8
-----------------	---

しゅつさんこそだきょういく
出産・子育て・教育

にんしん 妊娠・出産	9
いくじ 育児	10
ほいくえん 保育園・幼稚園・小中学校	11

きんきゅういりょう
緊急・医療

きんきゅうじ 緊急時の連絡	12
いりょうあんない 医療案内	13

さいがい
災害

じしん 地震・水害への備え	14
------------------	----

かくしゆそうだん
各種相談

各種相談	15
------	----

※各ページに掲載している稲城市のHPは、日本語サイトになります。稲城市のトップページより、言語を選択してご確認ください。

にちじょうせい かつ 日常生活のルール

こうきょう 公共ルール（ごみ）

ごみ・たばこのポイ捨て

「ポイ捨て」とは、道路など捨ててはいけない場所にごみを捨てることを言います。空き缶1つ、たばこ1本でもポイ捨てです。たばこの吸殻を道路や道路わきの排水溝などに捨ててはいけません。

かてい だ かた 家庭ごみの出し方

ごみの分け方・出し方には決まりがあります。

まず、ごみと資源を決まり通りに分けてください。

●燃えるごみの例

生ごみ・ティッシュペーパー・やわらかいプラスチック（コンビニ弁当・マヨネーズの容器など）・ビデオテープ類など

●燃えないごみの例

かたいプラスチック・ガラス・靴・CD・傘など

●資源物の例

びん・缶・ペットボトル・ダンボール等



燃えるごみ専用袋



燃えないごみ専用袋

※市内のスーパーやコンビニエンスストアで買えます。

ごみ・資源を出す時は、自分の住んでいる地域の決まり（出す場所・曜日・時間）を確認し、ルールを守りましょう。

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/kankyo/gomi/index.html>



ごみ・リサイクルカレンダー

地区によってごみを出す日が決まっています。

ごみ・リサイクルカレンダーで確認してください。

https://www.city.inagi.tokyo.jp/kankyo/gomi/gomi_calendar/index.html



にちじょうせい かつ 日常生活のルール

こうきょう 公共ルール (たばこ)

たばこのルール

日本では20歳未満の人の喫煙(たばこを吸うこと)は法律で禁止されています。

稲城市では、条例で市内全域の路上などでの喫煙を制限しています。多くの人がある市内6駅周辺は、「路上等喫煙禁止区域」に指定されており、喫煙できません。条例違反者には、2,000円を支払う罰則があります。



稲城市路上等喫煙の制限に関する条例について

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/kankyo/kankyou/rojoukituennjourei.html>

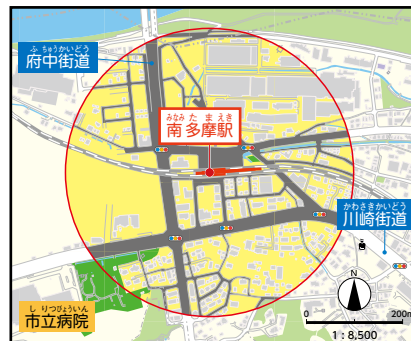


路上等喫煙禁止区域

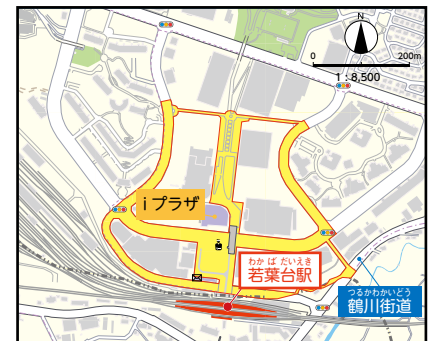
矢野口駅周辺



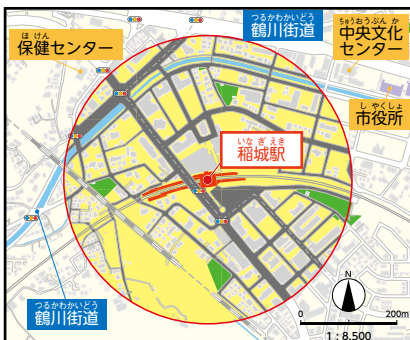
南多摩駅周辺



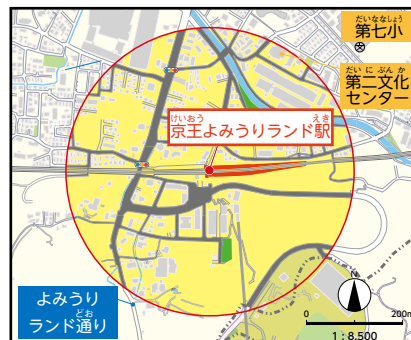
若葉台駅周辺



稲城駅周辺



京王よみうりランド駅周辺



稲城長沼駅周辺



たばこのルールについて

https://www.city.inagi.tokyo.jp/kenko/iryuu_kenkou/oshirase/kituenn_rule.html



多言語で喫煙ルールを紹介するリーフレットがあります。

以下のリンクよりご覧いただけます。(英語版/中国語簡体字/中国語繁体字/韓国語版)

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kensui/kitsuuen/leaflet/leafletall.html>



にちじょうせい かつ 日常生活のルール

こうきょう そうおん こうえん 公共ルール（騒音・公園など）

く おと 暮らしの音

にほん じゅうたく かがい うす おと つた ちか す ひと とのトラブルになることがあります。とく き つく
日本の住宅は壁が薄く、音が伝わりやすいため、近くに住んでいる人とのトラブルになることがあります。特に木で造られ
た家は音が伝わりやすいので注意しましょう。

- あさはや じかん よるおそ じかん そうおん （テレビ・ステレオ等の音、廊下や階段を歩く音、ドアの開閉の音など）には気をつけてく
ださい。
- こども は おと した かい おお ひび ちゅうい
子供の飛び跳ねる音は、下の階には大きく響くので注意しましょう。
- たくさんの来客があった場合も、大声で騒がないでください。



こうえん 公園のルール

こうえん あそ ばしょ おお ひと き も つか
公園はみんなの遊びやいこいの場所です。多くの人が気持ちよく使えるために、
つぎ
次のルールを守り、ゆずり合いの気持ちや思いやりを持って使しましょう。

- じてんしゃ オートバイは乗り入れないでください。
- いぬ はな 犬は放さないでください。また、犬のフンは持ち帰りましょう。
- やきゅう サッカー・ゴルフ等の練習は危険なのでしないでください。
- ごみは各自で持ち帰りましょう。
- かたん 花壇などへ入らないでください。
- くさき 草木や生き物は大切にしましょう。

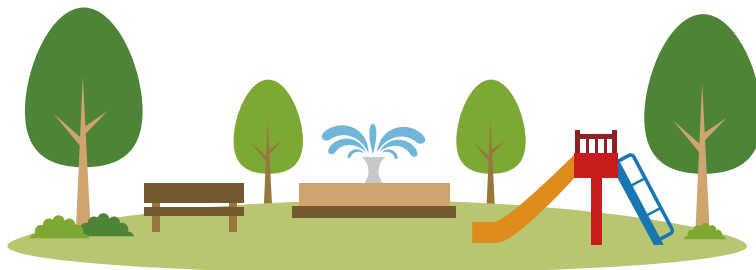
こうえん 公園のルール

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/kankyo/midori/kouen/riyou.html>



こうきょう ば 公共の場でのマナー

- どうろ ほどう などであつてなが じかんすわ や
道路、歩道などで集まって長い時間座るのは止めましょう。



にちじょうせい かつ 日常生活のルール

こうつう どうろ じてんしゃ でんしゃ じどうしゃ 交通ルール (道路・自転車・電車・バス・自動車など)

でんしゃ じようしゃ 電車・バス乗車のルール

- ・電車やバスの車内で大声で会話をすることは、他の人の迷惑になります。
- ・電車もバスもすべて降りる人が優先です。まず、降りる人を先に通します。列を作って並びましょう。
- ・電車やバスには「優先席」があります。お年寄り・妊娠している人・身体が不自由な人が優先される座席です。
- ・車内での携帯電話の通話はやめましょう。携帯電話の通話は電車・バスを降りてからにしましょう。また、新幹線や特急列車など長距離の電車を除き、車内では飲食も控えましょう。

じてんしゃ じどうしゃ うんてん 自転車・自動車の運転ルール

●自転車

- ・夜間はライトを点灯しましょう。
- ・放置自転車は周りの迷惑となりますので、決められた場所に駐輪しましょう。
また、盗難防止のため必ず鍵をかけましょう。
- ・市内には放置禁止区域があります。区域内での自転車・バイクの放置には警告を行い、随時撤去します。
- ・携帯電話を見ながらの運転など、「ながら運転」は違法です。
- ・車道は左側を通行しましょう。
- ・歩道は歩行者優先です。車道寄りをゆっくり走りましょう。
- ・交差点では信号機の表示を守りましょう。
- ・一時停止のある場所では、必ず止まって安全確認しましょう。
- ・飲酒運転は禁止です。
- ・東京都内で自転車を利用する時は、対人賠償保険に加入する必要があります。



<https://www.city.inagi.tokyo.jp/kurashi/koutsuu/index.html>

ほうち じてんしゃたいさく ほうち きんし くいき 放置自転車対策 (放置禁止区域など)

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/kurashi/koutsuu/jitensha/index.html>



●自動車

かいがい うんてんめんきよ こうつう ちが など にほん つか うんてんめんきよ かん じようほう けいし ちよう
海外の運転免許は交通ルールの違い等により日本では使えません。運転免許などに関する情報は警視庁のホームページをご確認ください。

<https://www.keishicho.metro.tokyo.jp/menkyo/index.html>



市役所での手続き

住民登録・戸籍の届出・マイナンバー

住民登録

観光などの短期滞在者などを除き、住所のある人に対して住民登録をします。

●新たに来日した時の手続き

出入国港で在留カードが交付されたら、居住地を定めてから14日以内に在留カード等を持参して、市役所に届け出てください。

●住民異動の届出

住所や家族構成などが変わる時は、届出期間内に市役所に「住民異動届」を出してください。

●住民票

住民票は、住所・世帯主・国籍などを記録・証明するものです。

稲城市の住民登録について

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/faq/kurashi/todokede/juumintouroku/index.html>



戸籍の届出

赤ちゃんが生まれた・家族が亡くなった・結婚・離婚などは、市役所への届出が必要です。

市民課へお問い合わせください。

●出生届

日本で赤ちゃんが生まれたら、14日以内に出生届を市役所に出してください。

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/kurashi/tetsuzuki/koseki/index.html>



マイナンバー制度

日本で生活する全ての人々には「マイナンバー（個人番号）」という12桁の番号があり、日本国内での社会保障・税・災害対策の3分野で利用されます。外国籍の人でも初めて住民登録をすればマイナンバーが付番されます。マイナンバー等が記載されているマイナンバーカードは、申請により取得できます。

※一度発行された番号は、その後も変わりません。一度帰国しても日本に戻ってきたら同じ番号を使います。

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/kurashi/mynumber/index.html>



市役所での手続き

住民税・国民健康保険・後期高齢者医療制度・国民年金

住民税

日本に住む外国人は、日本人と同じように税金を払わなくてはなりません。

住民税は、都や市に払う税金で、その年の1月1日に住んでいる場所の自治体が請求します。

●納付方法

住民税の通知書は、市役所から6月上旬に郵送されます。送付される納付書を使って、近くの銀行・郵便局・コンビニエンスストア・決済アプリ等で年4回に分けて支払います。

税金のページ

<http://www.city.inagi.tokyo.jp/kurashi/zeikin/index.html>



国民健康保険・後期高齢者医療制度

健康保険制度に加入すると、病気やケガをした時に病院で払うお金が少なくなります。必ず加入し、保険料を支払わなければなりません。

外国人の人も、会社などで働いている人は社会保険に入ります。それ以外の人は国民健康保険に入ります。また、75歳以上の人は後期高齢者医療制度に入ります。

ただし、「医療を受ける活動」で日本に住む場合には国民健康保険・後期高齢者医療制度に入れません。

●納付方法

保険料(料)の支払い案内が市役所から郵送で届きます。近くの銀行・郵便局・コンビニエンスストア・決済アプリ等で支払います。

国民健康保険について

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/kenko/kokuho/index.html>



国民年金

高齢者や障害者、亡くなった人の家族の生活を支えていくために、国が運営する年金制度です。

外国人の人も含め、日本に住民登録している20～59歳の人で、厚生年金に加入し

ていない人は、加入しなければなりません。保険料は定額で60歳になるまで支払います。

●加入手続き

市役所窓口で行います。

●納付方法

保険料の支払い案内が年金事務所から郵送で届きます。近くの銀行・郵便局・コンビニエンスストアで支払います。

国民年金について

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/kurashi/nenkin/index.html>

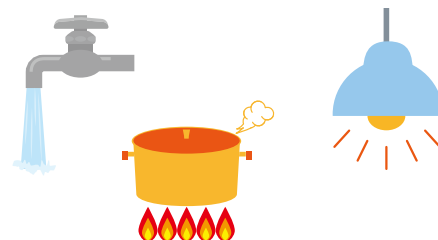


くらし

電気・ガス・水道

電気・ガス・水道

電気やガスは様々な会社から料金メニューを選択できます。



●電気

はじめて電気を使う時は、電力会社に連絡し契約をします。日本の電圧は100V（ボルト）です。周波数は50Hz（ヘルツ）と60Hz（ヘルツ）があり、東日本では50Hz、西日本では60Hzとなっています。電気器具には適応する周波数が表示されており、「50/60Hz」と両方表示されていれば日本全国で使用できます。しかし片方のみ表記されている場合、使用できる地域が限られます。

代表的な電力会社：東京電力（英語）

<https://www.tepco.co.jp/en/hd/index-e.html>

電話：0120-995-661



●ガス

ガスは、地域により都市ガスとプロパンガスの2種類があります。ガス器具を購入する時は、安全のためガスの種類に合った器具を使用してください。ガスの使用を開始する時は、ガス会社による点検・開栓の後から使用できます。使用しない時は、必ず元栓を閉めましょう。

代表的なガス会社：東京ガス（英語・中国語・韓国語）

<https://www.tokyo-gas.co.jp>



●水道

日本の水道水は、飲むことができます。臭いが気になる時は、一度火にかけ煮立たせるとよいでしょう。

東京都水道局

<https://www.waterworks.metro.tokyo.jp/>（英語・中国語・韓国語）



多摩お客さまセンター（多摩26市町）

お引越し、ご契約の変更

電話：0570-091-100（ナビダイヤル）または042-548-5100

料金、漏水修繕、その他のご用件

電話：0570-091-101（ナビダイヤル）または042-548-5110



しゅっさん こそだ きょういく 出産・子育て・教育

にんしん しゅっさん 妊娠・出産

にんしん しゅっさん 妊娠・出産

にんしん ひと はや にんしんとけ し だ にんしん ひと ほ しけんこう てちょう かくしゅ けんこうしん さ じゅしんひょう はい
妊娠した人は、早めに妊娠届を市に出してください。妊娠した人に母子健康手帳、各種の健康診査の受診票などが入った
「母と子の保健バッグ」が支給されます。

● 母子健康手帳

にんしんちゅう こ けんこうしん さ きろく てちょう しゅっさん ご あか けんこうしん さ よほうせつしゅ きろく ひつよう
妊娠中や子どもの健康診査の記録のための手帳です。出産後、赤ちゃんの健康診査や予防接種の記録にも必要です。

にんしん 妊娠したら

https://www.city.inagi.tokyo.jp/kosodate/oyakohoukatsushien_center/ninshin/ninsintodoke.html



がいこくごばん ほ しけんこう てちょう か 外国語版母子健康手帳を買うこともできます

<https://hanbai.mcfh.or.jp/material/detail/27>



● 母子手帳アプリ「梨の子いなぎ」

にんしん しゅっさん き はは こ にんしん しゅっさん きょう じょうほう とど
妊娠から出産期の母・子へのアドバイスや、市のイベント情報が届きます。

https://www.city.inagi.tokyo.jp/kosodate/oyakohoukatsushien_center/ninshin/boshihokennabi.html



● 出産育児一時金

いなぎ し こくみんけんこう ほけん かにゅう ひと しゅっさん とし しゅっさんいくじいちじきん しきゅう
稲城市の国民健康保険に加入している人が出産した時に、出産育児一時金が支給されます。

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/kenko/kokuho/ichijikin.html>



しゅっさん こそだ きょういく
出産・子育て・教育

いくじ
育児

いくじ
育児

●健康診査・予防接種

乳幼児の健康のために無料の健康診査を行っています。色々な子育てについての相談もできます。

また、感染症予防のために予防接種を実施しています。接種を行う年齢になったら予防接種を受けるための「予防接種予約票」が郵送で届きます。予防接種は医療機関で受けられます。

詳しくは健康課までお問い合わせください。

https://www.city.inagi.tokyo.jp/kenko/iryou_kenkou/yobou/index.html



●おやこ包括支援センター（稲城市百村 112 番地 1（保健センター 2 階））

妊娠・出産・乳幼児期の子育て相談ができます。

電話：042-378-3434

●子ども家庭支援センター

乳幼児期以降 18 歳未満の子どもと家庭に関する総合的な相談・支援事業を行っています。

詳しくは地域の子ども家庭支援センターにお問い合わせください。

https://www.city.inagi.tokyo.jp/kosodate/kodomoshien_center/kokasen/index.html



●子ども家庭支援センター（稲城市東長沼 2115 番地 2（3 階））

電話：042-378-6366

●子ども家庭支援センター 向陽台分室（稲城市向陽台三丁目 2 番地（向陽台小学校敷地内））

電話：042-370-0106



しゅっさん こそだ きょういく
出産・子育て・教育

ほ いくえん よう ち えん しょうちゅうがっこう
保育園・幼稚園・小中学校

ほ いくえん
保育園

ほ ごしゃ しごと ひるま こ せ わ とき あず し せつ さい しょうがっこうにゅうがくまえ じ どう
保護者が仕事などで昼間、子どもの世話ができない時に預ける施設で、0歳から小学校入学前までの児童
の保育を行います。

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/kosodate/kosodate/hoikusho/index.html>



よう ち えん
幼稚園

さい しょうがっこうにゅうがくまえ じ どう きょういく おこな
3歳から小学校入学前までの児童の教育を行います。

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/kosodate/kosodate/youchien/index.html>



しょう ちゅうがっこう
小・中学校

に ほん しょうがっこう ねんかん ちゅうがっこう ねんかん ねんかん ぎ む きょういく がいこくじん ひと きょういく ぎ む
日本では、小学校6年間、中学校3年間の9年間は義務教育となっています。外国人の人には教育の義務はありませんが、
き ぼう しょう ちゅうがっこう はい ころりつ がっこう じゅぎょうりょう むりょう
希望すれば小・中学校に入ることができます。公立の学校は授業料が無料です。

にゅうがく
入学について

http://www.city.inagi.tokyo.jp/kosodate/gakko_kyoiku/nyugaku_tenko/index.html



緊急・医療

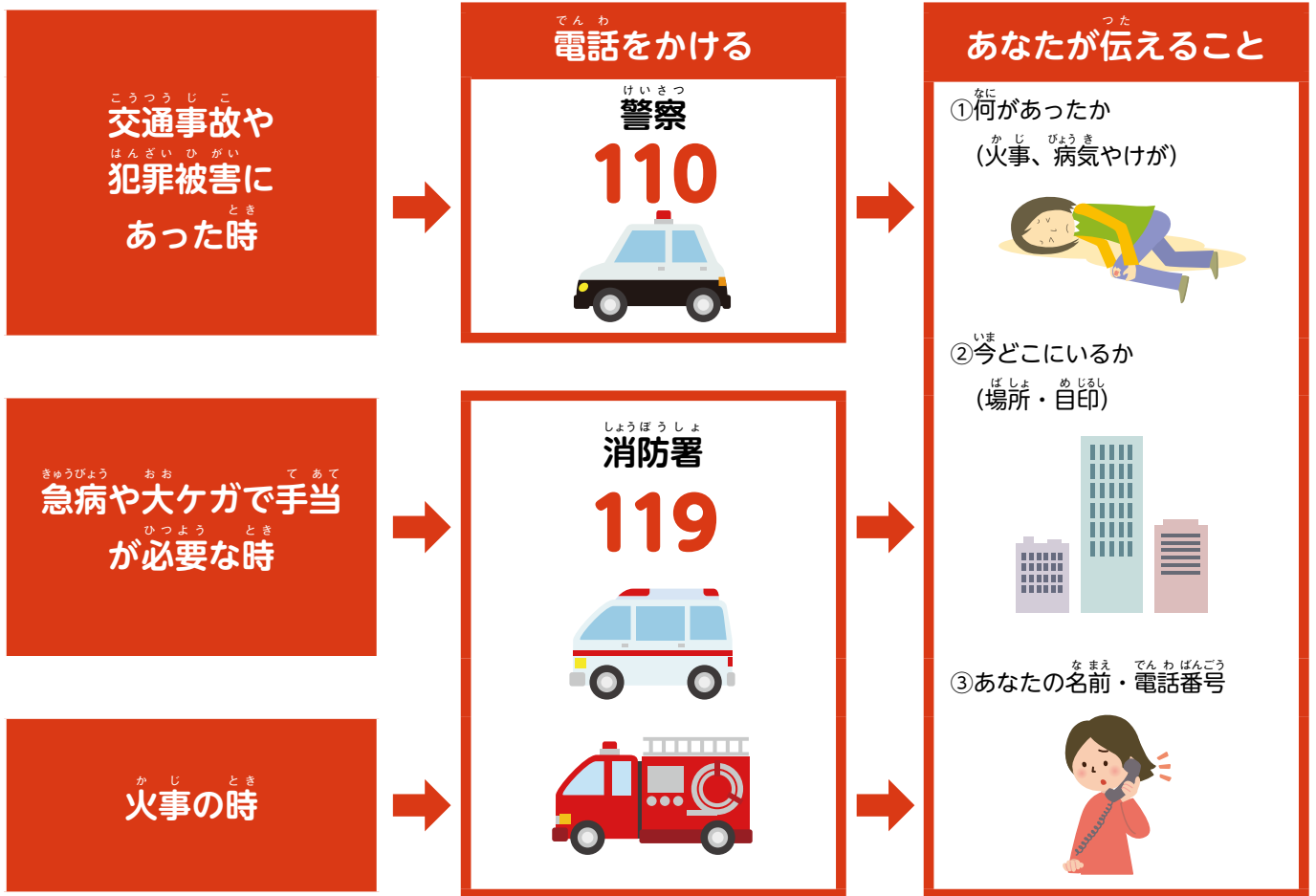
緊急時の連絡

☎ 110 (警察)

盗み、暴力などの犯罪、交通事故などにあつた時はすぐに110に電話をしましょう。

☎ 119 (消防)

火事にあつた時、急な病気や怪我の時はすぐに119に電話をしましょう。



「119」と「110」は、緊急用の電話番号です。相談や問い合わせはできません。

●公衆電話から「110」「119」をする場合

受話器を取り、お金を入れずに「110」「119」でつながります。緊急通報ボタンがある場合は、ボタンを押してから「110」「119」を押してください。

●携帯電話から「110」「119」をする場合

あなたの携帯電話番号を伝えましょう。通話後しばらくは、携帯電話の電源は切らないでください。

きんぎゅう いりょう
緊急・医療

いりょうあんない
医療案内

びょうき
病気・けが

がいこくご いりょうじょうほう ていきょう
外国語で医療情報を提供します。

がいこくご じゅしん びょういん しょうかい
外国語で受診できる病院を紹介します。

こくさい いりょうじょうほう
●AMDA 国際医療情報センター

たいおうげんご えいご ちゅうごくご かんこくご
対応言語：英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語など

でんわ
電話：03-6233-9266

にちじ げつようび きんようび
日時：月曜日～金曜日 10：00～16：00

しゅくじつ のぞ
(祝日、12/29～1/3は除く)

<https://www.amdamedicalcenter.com/>



とうきょうと ほけん いりょうじょうほう
●東京都保健医療情報センター “ひまわり”

たいおうげんご えいご ちゅうごくご かんこくご
対応言語：英語・中国語・韓国語・タイ語・スペイン語

でんわ
電話：03-5285-8181

にちじ まいにち
日時：毎日 9：00～20：00

<https://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq13/qqport/tomintop/other/fks220.php>



し ない きゅうじつしんりょう
●市内の休日診療

きゅうじつ やかん びょういん ちりょう う
休日や夜間でも病院で治療を受けることができます。日本には、総合病院や専門病院、個人病院などがあります。どの病院
い 行くかは、病気やケガの種類、程度によります。特に近く病院については、普段からその病院の診療科目、診療時間、休
診日などの情報を調べておきましょう。受診の際は健康保険証を忘れずに持参しましょう。

し ない きゅうじつきゅうびょうしんりょうじよについて
市内の休日急病診療所日程

https://www.city.inagi.tokyo.jp/kenko/iryuu_kenkou/kyuuujitsu/kyujitukyubyou_sinryou.html



さいがい 災害

じしん すいがい そな 地震・水害への備え

にほん じしん おお くに きんねん たいふう すいがい はっせい
日本は地震の多い国です。近年では台風による水害も発生しています。

おお じしん こうずい しぜんさいがい お とき ひなん かぞく れんらく
大きな地震や洪水などの自然災害が起きた時、どこへ避難するか、どうやって家族と連絡
と など ひごろ かくにん じゅんび
を取るか等、日頃から確認と準備をしておきましょう。



いなぎ ぼうさい かくにん さいがい そな
いなぎ防災マップを確認し災害に備えましょう

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/iza/bousai/bousaimp.html>



じしん 地震

●地震が起きたらすること

いえ たてもの なか とき
家や建物の中にいる時

- つくえ した かい まくら あたま からだ まも
・机やテーブルの下に入り、枕やクッションで頭と体を守る。
- まど と あ
・窓や戸を開ける。
- あわ たてもの そと で
・慌てて建物の外に出ない。
- ひ つか とき ゆれ が とまって から ひを けす
・火を使っている時は、揺れが止まってから火を消す。

そと とき
外にいる時

- まど ガラス、かんばん、ブロック塀などは危ないので近づかない。
- こうつう きかん ちか がい など かりいん しじ したが こうどう
・交通機関、地下街、デパート等では、係員の指示に従って行動する。

しんさい
震災ハザードマップ

https://www.city.inagi.tokyo.jp//bousaihazard_map/map.html#disa_preven



すいがい 水害

●大雨などで水害（洪水）が起きそうな時すること

- テレビやラジオ等で気象・警報に関する情報を収集しましょう。
- じぶん ばしょ うりょう すい かくにん あぶ かん まえ ひなん
・自分のいる場所の雨量や水位などを確認し、危ないと感じる前に避難しましょう。

ふうすいがい どしゃさいがい
風水害・土砂災害ハザードマップ

https://www.city.inagi.tokyo.jp/bousaihazard_map/map.html#flood



●指定緊急避難場所・指定避難所

市内には、地震などで避難が必要になった時のために、市内の小・中学校や公園を避難場所に指定しています。地震・水害などが起きた時に慌てないように、近くの「指定緊急避難場所・指定避難所」を確認しておきましょう。

<https://www.city.inagi.tokyo.jp/iza/bousai/zishin/hinan.html>



かくしゆ そうだん と ないがいこくじん そうだん まどぐち いちらん
各種相談 + 都内外国人相談窓口一覧

●外国人在留支援センター

がいこくじんざいりゅうしえん
 外国人在留支援センター（FRESC / フレスク）では、8つの機関があり、一箇所で就労や在留手続きをはじめ、日常生活で困っていることの相談ができます。

住所：新宿区四谷一丁目6番1号 四谷タワー13階

時間：9：00～17：00 ※土曜日・日曜日・祝日・年末年始は休み

電話：0570-011000（ナビダイヤル）<http://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc01.html>



相談先	内容	電話番号	QR
出入国在留管理庁 http://www.moj.go.jp/isa/index.html	情報公開窓口	03-5363-3005	
東京出入国在留管理局 http://www.immi-moj.go.jp/soshiki/kikou/tokyo.html	在留相談	03-5363-3025 ※相談の予約専用	
東京法務局人権擁護部 http://houmukyoku.moj.go.jp/tokyo/table/shikyokutou/all/jinken.html	差別・いじめなど人権相談	0570-090-911	
日本司法支援センター（法テラス） https://www.houterasu.or.jp/	法律相談	0570-011000（日本語） 0570-078377 （その他の言語）	
日本貿易振興機構（ジェトロ） https://www.jetro.go.jp/	高度外国人材活用相談	03-3582-5203	
外務省 ビザ・インフォメーション https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/visa/otoiwase.html	ビザの相談	0570-011000	
東京労働局外国人特別相談・支援室 https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/fresc.html	仕事の相談	0570-011000	
東京外国人雇用サービスセンター https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/	就職相談	03-5361-8722	

●東京都外国人相談

暮らしの中で知りたいこと困ったことが相談できます。

英語：月曜日～金曜日 / 中国語：火曜日・金曜日 / 韓国語：水曜日

時間：9：30～12：00、13：00～17：00

電話：英語 03-5320-7744、中国語 03-5320-7766、韓国語 03-5320-7700

<https://www.metro.tokyo.lg.jp/tosei/iken-sodan/otoiwase/madoguchi/koe/tominnokoe/index.html>



●警視庁総合相談センター

犯罪被害など相談内容に応じて窓口を案内します。

電話：# 9110

<https://www.keishicho.metro.tokyo.jp/sodan/madoguchi/sogo.html>

