

わたしたち日本人にとっては当たり前ともいえるサービスの一つに、おしぼりが挙げられます。これは、いつごろから始まったのでしょうか。

諸説ありますが、平安時代に当時の公家が家に招いた客をもてなすときに、ぬれた布を提供したことが始まりだといわれています。他には、江戸時代に茶屋でのサービスが起源となったという説もあります。これは、大変な思いをして、山道を登ってきた旅人たちへの気遣いから生まれたものだったようです。いずれにしても、おもてなしの心から誕生したことに変わりはないでしょう。また、室町時代になると、玄関先で水を入れたおけと手ぬぐいを提供する宿屋が登場します。訪れた人は、汚れた手足をきれいにして旅の疲れを癒やしていたそうです。このときのぬれた手ぬぐいをしぼる行為が、おしぼりという名前の由来になったといわれています。

時は過ぎ、綿のタオルを二つ折りにして巻いたものがレンタルされ、飲食店などで提供されるようになったのは、昭和30年代のことです。その後、外食産業の市場拡大に伴って、手軽な紙のおしぼりが登場しますが、近年はエコの観点から、レンタルが見直されているようです。

令和2年7月5日

平野 理恵子 様

杉田地域交流会館

ぬり絵教室開催のお知らせ

拝啓 盛夏の候、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、このたび当館では、有名な画家の作品をじっくりと観察しながら、同じ図柄のぬり絵を体験できる教室を開催いたします。デッサンが不要なので、絵を描くことが苦手な方でも楽しめます。

つきましては、下記のとおりご案内いたしますので、この機会にぜひご参加くださいますようお願い申し上げます。

なお、詳細は同封の冊子をご参照ください。

敬 具

記

1. 開催日 8月9日(日)
2. 時 間 9時から11時まで
3. 場 所 杉田地域交流会館
4. 参加費 800円(材料費含む)

以 上

わたしは以前、自宅で金魚を飼っていたことがあります。確か、お祭りの屋台ですくい上げ、ビニール袋に入れて持ち帰ったものだったと記憶しています。数は5匹ほどで、特に珍しい品種というわけでもなく、よく見掛ける小さくて赤い金魚でした。日当たりの良い場所に水槽を置き、1日に2回ずつえさを与えていました。

飼い始めて数か月が経過したころになると、わたしが近づいたときに水面近くに集まってくるようになりました。試しに軽く手をたたくと、最初は少し驚いたようでしたが、何だかうれしそうに尾を振っているようにも見えて、ますます愛着がわきました。

それ以来、えさをあげるときには手をたたいて呼ぶようにしていましたが、そもそも金魚に音は聞こえているのでしょうか。わたしの動作に反応しているだけなのではと思い、じっくりと観察してみましたが、耳らしき器官は見当たりませんでした。しかし、調べてみると、人間とは違う方法で音を聞き取っているということが分かったのです。魚類は、頭の中に備わった内耳と体の両端にある感覚器官で、水中に伝わる振動を捉えて音として感じ取っているのだといえます。また、中には浮袋に音を響かせている種類もいるそうです。やはりわたしが手をたたくのを見て反応したのだと思うと、より一層、身近に感じるようになりました。

令和2年7月5日

さつき学院大学
学生課長 飯島 義男 様

水田文化会館
館長 田村 ゆき

ボランティア募集のお知らせ

拝啓 仲夏の候、貴学ますますご発展のこととお喜び申し上げます。

さて、このたび当館では、毎年ご好評をいただいております「水田祭り」を開催いたします。そこで、当日運営にご協力いただけるボランティアの方を下記のとおり募集することとなりました。

つきましては、貴学学生の皆様にご紹介くださいますようお願い申し上げます。

なお、詳細は別紙をごらんください。

敬 具

記

1. 開催日 8月8日(土)
2. 場所 水田文化会館
3. 問い合わせ先 電話番号 059-250-1547
4. 募集内容

時間	内容	人数
9時～12時	会場設営・備品運搬	15名
12時～18時	模擬店での接客	5名
18時～21時	撤収作業	10名

以上

現代では、汚れた衣類などを洗う際には、便利な機能を多く備えた洗濯機を使うことが多いでしょう。これによって、昔とは比べものにならないほど格段に作業は簡単になり、手間が少なくて済むようになりました。

祖母によると、このように便利になったのは、昭和の中期を過ぎてからのことで、それ以前は、たらいに水や湯を張って衣類にせっけんを付けて、洗濯板の上でこすることで汚れを落としていました。

たらいは、ホームセンターなどで、金属やプラスチック製のものが売られており、別の用途で使われることがあるので、呼び名は知らなくとも、何となくイメージはできるかもしれません。一方で洗濯板は、普段の生活で目にする機会が減り、ドラマや映画などで見たことがあるという程度でしょう。その形状は長方形で、表面に細かい刻み目が付けられており、上の方にはせっけんを設置するくぼみがあります。これをたらいに立て掛けて使用するのです。木製が主流ですが、他の材質のものも存在します。

古くからあるようですが、実は日本で使われるようになったのは、明治の末期から大正にかけてのことだといえます。では、それ以前はどのようにしていたのでしょうか。昔話の「ももたろう」に登場するおばあさんは、川へ洗濯に行きます。その場面と同様に、中世までの日本では、衣類を持って自然の水辺や井戸端に出向き、手でもむことで汚れを落としていました。場合によっては平らな石や岩の上に置き、足で踏むという方法で行っていたそうです。現代よりもはるかに時間や労力を要するととても大変な作業だったといえるでしょう。

〔文書番号〕 香地産発第28号

〔発信日付〕 令和2年7月5日

〔受信者名〕 みわ子供会

会長 藤田 利夫 様

〔発信者名〕 香山地域産業新聞社

編集長 橋本 美奈子

〔件 名〕 新聞切り抜き作品教室のご案内

〔本 文〕 拝啓 盛夏の候、貴会ますますご発展のこととお喜び申し上げます。

さて、このたび当社では、小学生とその保護者を対象に「新聞切り抜き作品教室」を開催いたします。選んだテーマに合った切り抜きを模造紙にレイアウトして貼り付け、見出しや感想などを書き込んで自分だけの新聞を作ります。

つきましては、下記のとおりご案内いたしますので、貴会の皆様にご紹介くださいますようお願い申し上げます。

なお、作成した新聞はお持ち帰りいただけます。

敬 具

〔別 記〕 記

1. 開 催 日 8月9日(日)
2. 参 加 費 無料(材料はこちらで用意いたします)
3. 定 員 15組(1組3名まで)
4. 詳 細 別紙参照
5. 問い合わせ先 電話番号 050-4389-2765
6. プログラム

時 間	内 容	担 当
10時00分～10時15分	新聞について	田中 絵里
10時15分～10時45分	読んでみよう	
11時00分～12時00分	新聞を作ってみよう	大野 司
13時00分～13時30分	発表会	

以 上

たまにはおいしい日本茶が飲みたいと思い、専門店に出掛けてみると、あまりの種類の多さに驚いた。わたしが迷ってうろうろしていると、スタッフが近づいてきて、好みや用途を聞いて選んでくれた。いつも飲んでいるものよりも少し高価なものだったが、やはりプロが勧めてくれただけのことであると感心したものだ。そして、これだけうま味のあるものが作り出された背景には、どんな歴史があるのだろうと興味が湧いた。

初めて日本にやって来たのは、奈良から平安時代にかけてだと考えられている。これは当時を伝える書物の中に記述が登場したことから、そのように推測されており、中国に留学していた僧たちが持ち帰ったとされる。とても高価で貴重なものであったため、上流階級のわずかな人々の間でしか知られていなかった。それが鎌倉時代に入り、ある僧が中国から茶の種と製法を輸入したことで、少しずつその文化が開花していく。江戸時代になると、客に振る舞うための作法などが確立された。道具はもちろんのことだが、料理や菓子から空間のしつらえに至るまでのこだわりも含め、総合的な芸術としての「茶道」へと発展していったのだ。

当時、武家などの上流階級の人々が飲んでいたのは、新芽だけを取り、蒸して乾燥させて、すりつぶしたものであった。その一方で、一般の人々が口にしていたものは古い葉と新しい芽を区別せずに、熱で酵素の動きを失わせた後、広げてもんで乾燥させるという方法で作られていた。中には、少し工程に違いがあるものもあったようだが、大まかな流れとしては同様であった。そんな中で、ある栽培農家の従事者によって新しい製茶方法が考案される。それにより美しい緑色をした、香りや味も非常に優れた高品質の「せん茶」が生産できるようになった。それから、さまざまな人の手によって改良が繰り返され、伝統が引き継がれてきたことを思うと、ますます味わい深く感じるものだ。

[文書番号] 富総研発第13号
[発信日付] 令和2年7月5日
[受信者名] 株式会社平手商事
総務部長 日村 哲夫 様

[発信者名] 富田総合研究所
所長 赤井 光博
[件名] 決算書セミナーのご案内

[本文] 拝啓 仲夏の候、貴社ますますご盛栄のこととお喜び申し上げます。
さて、このたび当研究所では、多くのお客様からのご要望にお応えし、
決算書を基礎から学べるセミナーを開催することとなりました。専門家が
簡単で分かりやすく、実務に生かせる内容の講義をいたします。
つきましては、下記のとおりご案内いたしますので、貴社の皆様にご紹介
くださいますようお願い申し上げます。

敬 具

[別記]

1. 開催日 8月8日(土)
2. 開催場所 小松原中小企業会館
3. 参加費 1,500円(テキスト代含む)
4. スケジュール

時 間	内 容	講師	定員
9:30~10:30	決算書とは	長野	50名
10:45~11:45	基本構造について		
12:45~13:45	自社の決算書で財務分析	今井田	
14:00~15:00	経営改善の事例紹介		

5. 申込方法 下記の申込書に必要事項をご記入いただき、同封の返信用封筒にてお送りください。

6. 問い合わせ先 TEL 054-613-5824

以上

----- きりとり線 -----

申込書

会社名 _____ 名 前 _____

住 所 〒 _____ TEL _____

わたしたち家族は、自然とのふれあいが好きなので、休みの日になると、川遊びや山登りに出掛けることがよくあります。木漏れ日や吹き渡る風が心地よく、都市部では耳にすることのない小鳥のさえずりに、心が癒やされます。

あるとき、いつものように山の中を散歩していると、ひときわ甲高い声が響いてきました。その声の主を父に尋ねてみると、ミソサザイという鳥ではないかといいます。その澄んだ美しいさえずりには、あまりにも似つかわしくなく「料理みたいな名前だな」と感じたのを覚えています。

生き物には、国際的に通用する学名が種類ごとに付けられており、それは英語で表記されています。中には読むことさえ難しく、あまりなじめないものもあるため、多くは親しみやすい日本語の通俗名が付けられています。しかし、同じ鳥でも地域ごとに呼び名が違うことがあり、それでは混乱を招く場合があるので、全国で統一した「標準和名」を設定し、図鑑などではこれを使用すると決められているようです。

先ほどの鳥は、国内で観察できる野鳥の中で、最も小さい部類に入り、体重はたったの10グラム程度で、夏には沢浴いの樹木の間などで暮らしているようです。全身の色は濃い茶色で、細かい模様があります。素早く動き回るうえに、薄暗い林の中が好きなので声は聞こえても、姿を見るのはなかなか難しいとされています。生息域はユーラシア大陸から米国、アフリカ北部と非常に広範囲で、日本でもほとんどの地域で観察することができます。

この不思議な名前の由来ですが、わたしは調味料のみそと貝のサザエを連想したので、それに関連しているのかと予想しましたが、どうも勘違いのようでした。この和名は、室町時代の文献にも登場するほど昔からあるものだといえます。諸説ありますが、水辺でよく見掛けることから、それを表す「溝」に、小さい鳥という意味の古い言葉が合体したものだとする研究者もいるようです。他にもこの「標準和名」には面白いものがありそうなので、調べてみようと思います。また新たな楽しみ方を発見し、さらに自然の中で遊ぶ機会が増えそうです。

[文書番号] 日光本発第21号
 [発信日付] 令和2年7月5日
 [受信者名] 星野商店街振興組合
 組合長 水谷 なみ 様
 [発信者名] 日本料理光彩本店
 店長 原田 美恵子

[件名] サマーフェア開催のご案内

[本文] 拝啓 盛夏の候、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。平素は、ひとかたならぬご愛顧を賜り、深く感謝申し上げます。さて、このたび当店では、期間限定のサマーフェアを開催いたします。旬の食材をふんだんに使った独創的なコース料理を特別価格でお楽しみいただけます。つきましては、下記のとおりご案内いたしますので、この機会にぜひご来店くださいますようお願い申し上げます。なお、数量限定のため先着順の事前予約制とさせていただきますのでご了承ください。

敬具

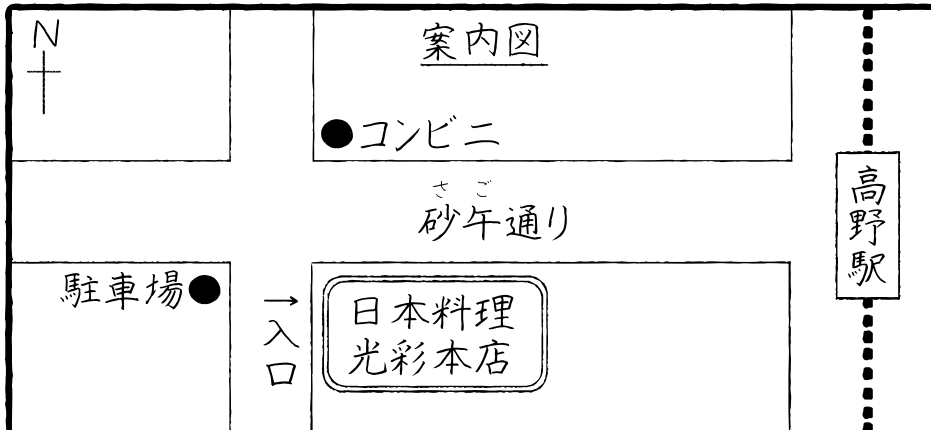
[別記]

1. 開催期間 8月7日(金)～30日(日)
2. 営業時間 17時～22時
3. 内容

コース名	日にち	料金	数量
味わい弁当	7日～18日	各2,500円	30食
美味涼風			50食
納涼御膳	19日～24日	各4,000円	15食
夏の満腹会席	25日～30日		20食

※詳細は別紙をご参照ください。

4. 予約方法 電話にてお申し込みください。
5. 電話番号 050-2189-4671
6. 店舗所在地 梅野市石川町2-7



以上

ある日のこと、天気が良いので、友人と一緒に近くの動物園へ散歩に出掛けることにしました。しばらく歩いていると、オオカミの小屋の前で、小さな子供が怖がって泣いているのが見えました。どんな恐ろしい顔なのだろうとのぞいてみると、まるで飼い犬のように丸まっているので、思わず友人と吹き出してしまいました。おそらく、その女の子は赤ずきんなどの童話の印象から、名前を聞いただけで怖くなったのでしょう。日本に生息していた種類は、20世紀の初めに絶滅したと考えられているため、野山を歩いていて出会う危険はありません。

オオカミと聞くと、狩りがうまく非常に攻撃的な猛獣といったイメージがありますが、ある学者は、あらゆる野生動物の中で最も用心深く、細やかで賢く、姿を見せることが少ないと評しています。トラやライオンなど他の捕食性動物に比べると、その狩りの仕方には少し違いがあるようです。瞬発性や跳躍力に優れているうえに鋭い歯を持っているネコ科の猛獣たちは、狩猟がとても上手です。一方で、オオカミの場合は獲物となるシカ類と比較しても、そこまで足が速いとはいえず、群れて役割分担をしながら時間をかけて追い詰めるそうです。個体の狩猟能力が劣る代わりに、仲間同士で協力し合う知恵を持ち合わせているのでしょう。さらに、彼らは神経質な一面を持っており、音にも敏感だといえます。そうした彼らの意外に臆病な性格を知っていたからでしょうか、昔はオオカミに遭遇したときには、手をたたくことで撃退していたそうです。

彼らの群れは、基本的には両親とその子供たちという家族構成で、狩りのときに限って若い個体加わる場合があります。頭数は種類にもよりますが、約5頭から10頭で構成されています。一般的には、繁殖ペアの相手は生涯変わらないそうです。また父親も積極的に子育てに参加し、特に乳飲み子を抱えて妻が動けないときには、巣にえさを運ぶこともあるそうです。子育ては家族だけでなく群れ全体で行われます。感情表現も豊かで、尾や耳など全身を使って相手に気持ちを訴えると聞きました。そうした行為の一部は、子孫であるイヌにも受け継がれているようです。飼育担当者が「ドッグフードも食べます」と言うので、オオカミのことを知れば知るほど、わたしの中では単なる怖い猛獣ではなくなり、いとおしさすら感じます。

[文書番号] 高総福発第28号

[発信日付] 令和2年7月5日

[受信者名] 矢野子供会
会長 杉浦 小町 様

[発信者名] 高井総合福社会館
館長 大久保 義信

[件名] 防災見学ツアーのご案内

[本文] 拝啓 仲夏の候、貴会ますますご発展のこととお喜び申し上げます。
さて、このたび当館では、小学生を対象とした防災見学ツアーを企画いたしました。当日は、さまざまな体験を通して防災について学ぶことができます。

つきましては、下記のとおりご案内いたしますので、貴会の皆様にご紹介くださいますようお願い申し上げます。

なお、定員になり次第締め切りいたします。

敬 具

[別記]

1. 開催日時 8月15日(土) 9時30分～15時30分

2. 参加費 無料

3. 定員 30名

4. スケジュール

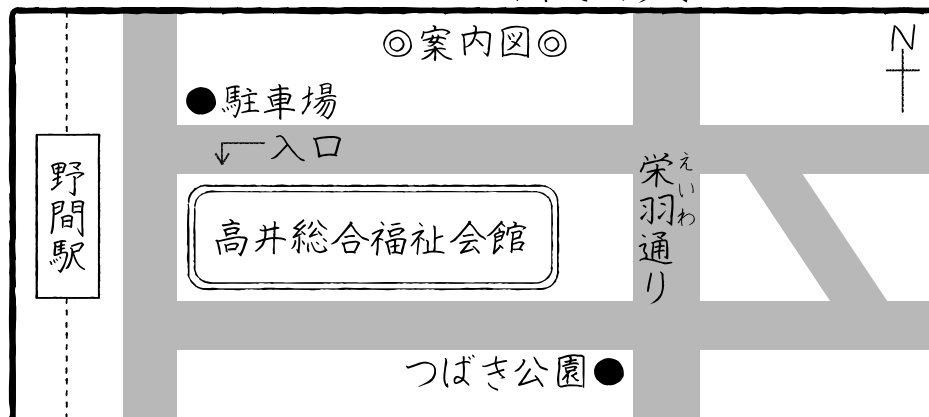
時間	内容	担当	場所
9時30分～10時00分	防災について	小島	視聴覚室
10時15分～11時30分	アニメ鑑賞		
11時40分～13時00分	非常食で昼食	松井	調理室
13時00分～14時30分	体験してみよう	森	大ホール
14時45分～15時30分	クイズで学ぶ		

※詳細は別紙をごらんください。

5. 申込方法 8月11日(火)までに、返信用はがきに必要事項をご記入いただき、当館までお送りください。

6. 問い合わせ先 電話番号 050-5137-6749 担当:花井

7. 場所 高井総合福社会館
三田村市さくら町2-8



以上

小さいころに1度だけ会った記憶のある祖母は、とてもおしゃれな人でした。その当時に撮影した写真を見ると、長い年月を経ているとは思えないほどで、今見ても時代遅れには全く見えず、どの装飾品も彼女らしい品ばかりであることが分かります。そのとき着用していた洋服や腕輪は、英国で購入したものらしく、子供だったわたしの目にも非常に目新しく映ったことを覚えています。逆に彼女が、七五三の撮影用に調べた妹の晴れ着を見てとてもすてきだと感激していたことも、鮮明に記憶に残っています。

何がおしゃれかという判断は国や地域ごとに違うでしょう。さらに、文化や歴史、個々の感性にも左右されます。しかし、人類は古くから衣服や装身具で自分を飾ることで、精神的な満足を得ようとしてきました。豪華で希少価値の高いそれらによって、自らの富や権力を誇示してきたのは、どの国の歴史を見ても明らかです。また、身分を問わず周囲から良く見られたいという願望を実現する手段でもあるでしょう。

ある研究者は、人間を他の動物と区別するための最も顕著な行為とは、直立二足歩行や道具の使用、言葉による交信などではなく、自分を飾ることだと述べています。日本列島において確実に人間が生活を始めたのは約3万年前で、一般的に旧石器時代と呼ばれていますが、このころの遺跡から既に装身具が発見されています。それらは、首輪の一部と考えられており、石をたたいたり削ったりして形作られていました。縄文時代になると、腕輪など、その種類も幅広くなっていきます。弥生時代には、金属やガラス製の品も加わり一層華やかです。やがて、大王と呼ばれるような絶大な権力を持つ特定の個人が出現し、他を制圧して支配するようになります。各地で前方後円墳などの古墳が盛んに造設された時代です。彼らの威信を高めるため、中国大陸や朝鮮半島から、金や銀、ガラスを使用して精巧な細工を凝らした冠などが輸入されました。また、魔よけや護符としての役割も持つようになります。

当時の人々が、着飾った姿を撮影した写真があれば、見てみたいものですが、残念ながらそれはかないません。そのため、研究者たちは、土偶や壁画に描かれた人などの形から髪形や衣服、装身具の形状や使い方までを分析するのだといいます。また、そうした装飾品から、当時の社会構造まで追求することを可能にするのですから面白いものです。

第123回(令和2年7月)日本語ワープロ検定試験 **初段**問題(文書作成I)

※()内には適切な頭語・結語を入力しなさい。ただし、()は入力しないこと。
※構成要素を正しい順番に並べ替えしなさい。
※校正記号のある箇所は指示のように訂正しなさい。ただし、校正記号は入力しないこと。

[発信者名]

東野生涯学習センター トル
センター長 浅野 みき 様

[文書番号]

東生学発第29号

[本文]

() 盛夏の候、貴会ますますご隆盛のこととお喜び申し上げます。平素は、格別のお引き立てを賜り、深く感謝申し上げます。
さて、このたび当センターでは、65歳以上の方を対象とした介護予防教室を開講いたします。当日は、食品を選ぶポイントや自宅で行うことができる体操などを学ぶことができます。
つきましては、下記のとおりご案内いたしますので、貴会の皆様にご商會() 紹介
くださいますようお願い申し上げます。
なお、当日は動きやすい服装でご来館ください。

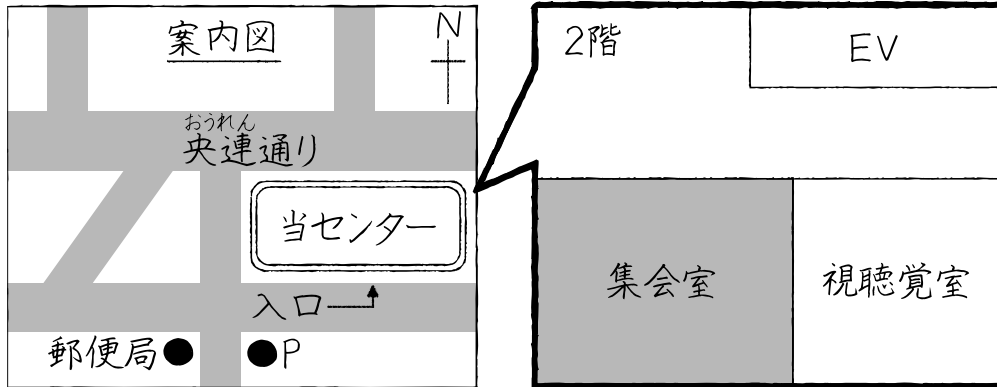
[別記]

- 記
1.開講日時 8月18日(火)9時~15時
2.定員 30名 ※定員になり次第締め切り
3.プログラム

時間	内容	担当
9時~10時	講義 バランスのよい食事 食品の選び方	小林 まさ子
10時~11時		
11時~12時	実践 自宅で筋力体操 脳トレに挑戦	寺尾 勇治
13時~14時		
14時~15時	交流会	

※昼食は各自でご用意ください。

- 4.申込方法 8月12日(水)までに、必要事項をご記入のうえ、同封の返信用はがきにてお申し込みください。
5.問い合わせ先 電話番号 050-5187-3468 担当:原口
6.開講場所 東野生涯学習センター 2階集会室
松前市井戸田町3-7



[発信日付]

以上
令和2年7月5日

[受信者名]

小野田町内会
会長 大原 邦夫 様

[件名]

介護予防教室のお知らせ

第123回(令和2年7月)日本語ワープロ検定試験 初段問題(文書作成Ⅱ-指示文)

- ◆問題文を基に各指示、注意書きに従ってA列4判1枚に体裁よく仕上げなさい。
1行の文字数は40文字以上とする。

- ◎書体の指示がない場合は、すべて明朝体を使用する。
- ◎ポイントの指示がない場合は、10.5ポイントに統一する。
- ◎入力文字、図形の形、線種、線の太さの指示がない場合、問題文のとおりにする。
- ◎表、グラフの文字の大きさ、書体の種類は問わない。なお、数値は半角文字にする。
- ◎塗りつぶしの色は問わない。ただし、文字が判読できる色にすること。
- ◎指示文の“ ”で囲まれた文字は問題文の文字を表し、以下の処理を行うこと。

1. 見出しは、次の処理をなさい。
 - (1) 図形(塗りつぶし)を挿入し、中央揃えにすること。
 - (2) “登山をしよう”はゴシック、20ポイント、中央揃えにすること。
2. “老若男女を問わず人気の趣味の一つに”～“参加してみるのもよいでしょう。”は段組み(2段)にしなさい。
3. “経験者に聞いてみました!”はゴシック、16ポイント、斜体、一重下線、中央揃えにしなさい。
4. “あなたが思う登山の魅力とは?”の表に次の処理をなさい。
 - (1) 表の形式(配置、文字位置、線種、線の太さ)は問題文のとおりにすること。
 - (2) 回答数の多い順に並べ替えすること。
5. 問題文のように4.の表の右側に図形(塗りつぶし)を挿入し、次の処理をなさい。
 - (1) “他に、さまざまな写真が”～“などの回答がありました。”はゴシックにすること。
6. 表を基にグラフを作成しなさい。
 - (1) グラフの種類は、項目ごとの回答数を表す横棒グラフにすること。
 - (2) 配置、グラフタイトル、凡例は問題文のとおりにすること。
7. “必要な装備「登山の三種の神器」”はゴシック、16ポイント、斜体、一重下線、中央揃えにしなさい。
8. 三つの図形を挿入し、次の処理をなさい。
 - (1) 図形全体は中央揃えにすること。
 - (2) “登山靴”、“ザック”、“雨具”はゴシック、網かけ、中央揃えにすること。
9. “近年、山での事故が増加傾向”～“登山届は必ず提出しましょう!”は12ポイントにしなさい。

第123回(令和2年7月)日本語ワープロ検定試験 初段問題(文書作成Ⅱ-問題文)

登山をしよう

老若男女を問わず人気の趣味の一つに登山があります。難度の高い山に挑んだり、ゆっくりと低山を歩いたりなど、楽しみ方は十人十色です。国民の祝日である「山の日」が、平成28年に新設されたこともあり、テレビや雑誌などの特集が増え、興味を持っている人も多いのではないのでしょうか。

ただし登山は、自然を相手にするため、標高の高低に関わらず、いつどこで何が起きるか分かりません。そこで、事前に情報収集・コース設定・装備などを万全にして登山を楽しみたいものです。初心者でも安心して登山ができるように、各地で講習会が開催されているので、参加してみるのもよいでしょう。

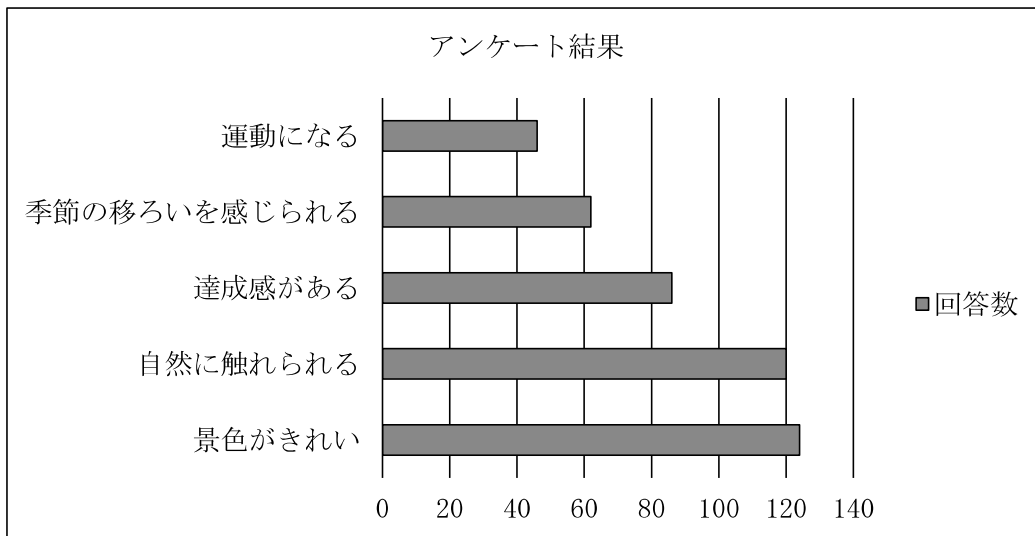
経験者に聞いてみました！

あなたが思う登山の魅力とは？

項目	回答数
達成感がある	86
運動になる	46
自然に触れられる	120
景色がきれい	124
季節の移ろいを感じられる	62

※複数回答可

他に、さまざまな写真が撮れるから、空気がおいしいからなどの回答がありました。



必要な装備「登山の三種の神器」

登山靴
足場の悪い登山道を歩くために作られた専用の靴です。

ザック
荷物を持ち運ぶために必要不可欠なものです。

雨具
山は、天候が変わりやすいので必ず携帯しましょう。

近年、山での事故が増加傾向にあるそうです。たとえ低い山でも侮ってはいけません。単独での行動は避け、登山届は必ず提出しましょう！