



ひまわり荘パソコン教室

メニュー別選択コーナー

2010 年 3 月 26 日

講習ノートブック

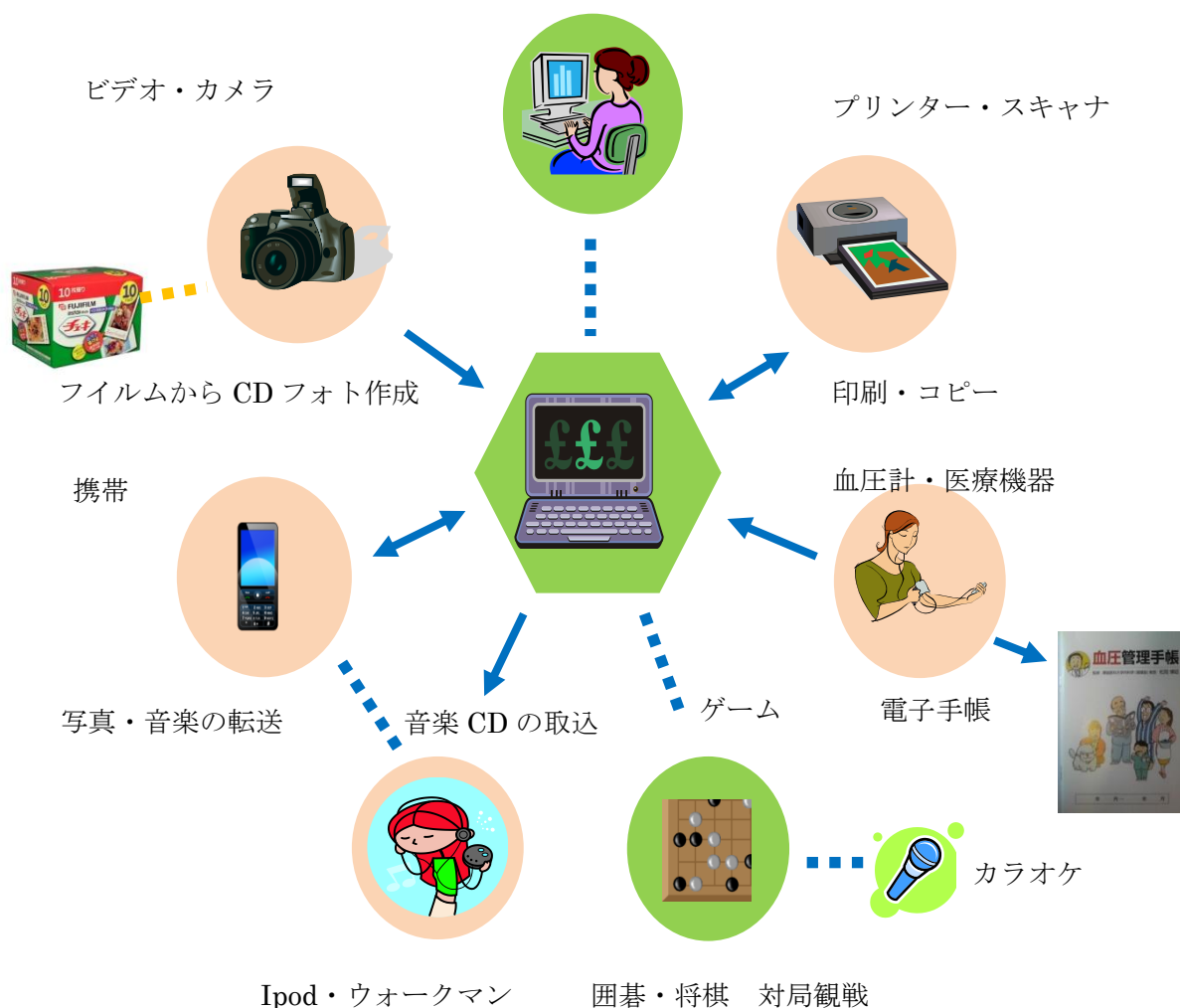
目次

1	はじめに	3
2	2-1 goo ブログの作り方	4
	2-2 goo ブログの作成開始	5
3	3-1 Skype の開始準備	6
	3-2 Skype の稼働	7
4	Word 罫線の作成方法	8
5	5-1 図形のグループ化の完成図	9
	5-2 図形のグループ化の作成手順	10
6	Word のスマートアートの完成図	11
7	7-1 Word の図形の総まとめ	12
	7-2 Word 総まとめ図形の部品	13
8	Word のドロップキャップ作成文面	14
9	9-1 Word の図形重ね合わせ	15
	9-2 Word 重ね合わせ図形の部品	16
10	Word 図形で遊ぶ	17
11	11-1 Excel 血圧測定折れ線グラフ	18
	11-2 Excel 血圧測定データ	19
12	Excel ,sheet マニュアル	20
13	Excel 折れ線グラフの作成	21
14	Excel 補助縦棒付円グラフの作成	22
15	Excel 折れ線グラフ、オプション第 2 軸	23
16	Excel 住所録、フィルタ機能	24
17	Excel グラフの Word への貼り付け	25
18	終わりに	26

この度世田谷区の広報誌の中にひまわり荘パソコン教室の内容を知りテーマ別選択コース教室に通うことが出来ました。講習の内容は、ブログの作成方法からインターネットを利用した無料テレビ電話、Skype の使い方を学びました。つづいて Word と Excel を使いポスターからチラシの作成、血圧グラフデータの作成から住所録の管理に至るまで、日常の趣味や生活に密着した内容が習得出来ました

私が感じたパソコンの面白さ

インターネット検索・電子メール・ブログ・スカイプ・ホームページ。メンテの管理



2-1 goo ブログの作り方について



①「あなたのブログを見る」

自分が作成したブログを開く。投稿した後に内容を見るために良く使う。

②「新規投稿」

ブログに新しい記事を書き込む。

③「記事一覧」

今までの記事一覧が表示されるので、記事の修正や削除が行なえる。

④「画像フォルダ」

記事に画像を載せたい場合この機能を使う。

⑤「テンプレート選択」

初期設定したブログのデザインが変更できる。

⑥「カテゴリ」

ブログの公開方法の設定を行なう。

⑦「ブログ設定」

初期設定したブログのタイトル変更、ブログへのコメント

承諾、ブログの公開/非公開、ブログの閉鎖をここで行える。

⑧「ユーザー設定」

個人情報の登録とその公開/非公開、広告の表示/非表示を行なう。

2-2 ブログの作成開始

表題：我が家の歴史 日々の生活

2009年10月 - 我が家の歴史 - Windows Internet Explorer

http://blog.goo.ne.jp/yoshiitou_1940/d/20091012

Google

ファイル(F) 編集(E) 表示(V) お気に入り(A) ツール(T) ヘルプ(H)

Google 検索 動画 ニュース 急上昇 メール ボタンギャラリー 翻訳 ポップアップブ... 共有 設定 ログイン

Canon Easy-WebPrint EX 印刷 プレビュー クリップ 自動クリップ クリップリスト

お気に入り 2009年10月 - 我が家の歴史 ページ(P) セーフティ(S) ツール(Q) »

goo ブログ ランダム 「100万本のクローバー」に参加してみない? 検索 ウェブ

我が家の歴史

日々の生活

世田谷赤堤 西福寺の牡丹

2009-10-12 15:25:12 | 日記



世田谷赤堤にあるお寺、このお寺は、徳川家康が江戸五街道の一つ甲州街道の守りを行うため伊賀者を配備しました、伊賀忍者である服部家のお旦那となり真言宗のお寺を建てました。半蔵門は、服部半蔵の名前からきています。幕末になって服部常純(服部長門守)は鎖国の中で外国船を取り締まる長崎奉行を始めました。服部常純の墓はここにあります

明治に入り服部家は断絶しました。今でも服部家一族の墓は住職によってお守りされています。この牡丹は今年5月山門入口に咲いていました。あまり綺麗なで散策中、携帯で撮りました

コメント(0) | トラックバックバック(0) | goo

お知らせ

- 豪華賞品が当たる！プレゼントキャンペーン♪
- ATOKを使って言葉美人になろう！
- 猫の魅力を写すコツ！かわいい写真いっぱい
- デジカメ画像を自動でアップロードするには？
- ブログで高画質の写真集を貼るには？

カレンダー

2009年10月

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	31

前月 次月

goo おすすめ

スポンサーリンク

ハウス食品のJ-ダイエット
2週間13,720円でお試しキャンペーン中/ニュートリシステム
www.house-nutrisystem.jp

新築マンションを今すぐ検索
モデルルーム来場で<ギフトカード1000円>+先着でスーモストラップGET!
suumo.jp

インターネット | 保護モード: 有効 100%

3-1 Skype の開始準備

1、Skype を利用する方法

1) Skype のダウンロード

- ◆ Google で「Skype」を検索。
- ◆ 「Skype for Windows のダウンロード」のHPを起動。
- ◆ 「Skype のダウンロード」をクリック。
- ◆ 「ファイルのダウンロード」画面で「実行ボタン」を押す。
- ◆ 「セキュリティの警告」画面が表示されるが、実行するを押す。
- ◆ 「セットアップウィザード」開始。
- ◆ 「日本語」→「同意する」→「インストール」

2) アカウントの登録

- ◆ インストール完了にて、「Skype」が起動し「ログイン」画面表示。
- ◆ 「アカウントの開設」をクリックすると、「マイアカウントの作成」画面が表示。
- ◆ 「氏名入力」→「Skype 名入力」→「パスワード入力」→「同意する」→「次へ」(氏名、Skype 名、パスワードは任意。控えておく事)
- ◆ 「メールアドレスを入力」→「日本を選択」

3) Skype 稼働確認の音声テスト

- ◆ 「アカウントの登録」が済むと Skype が起動する。
- ◆ 音声テスト
 - 英語で問いかけてくるが、「リリーン」の音の後に自分の声を入れ、その声に戻ってきたら Skype の稼働OK。

4) Skype の起動

- ◆ 「Skype 開始ウィザード」に沿って進める。

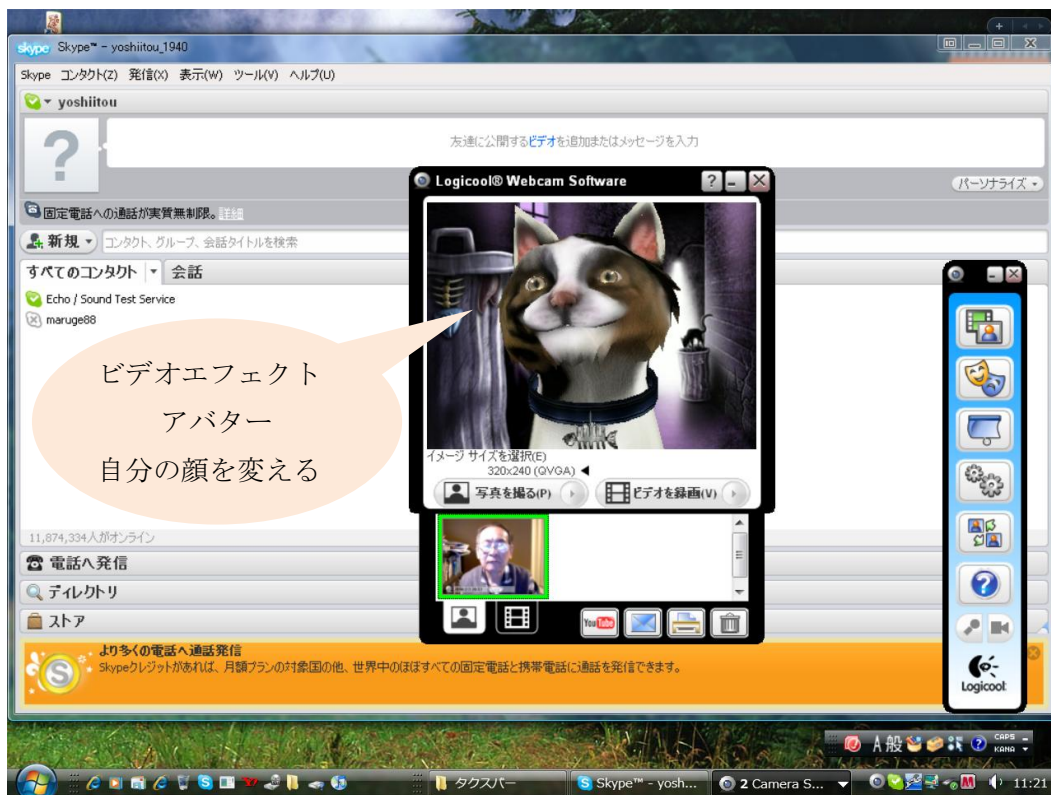
☆ Skype はチャットが出来る・・・話の内容を文字で伝える

☆ Skype はファイルの送信及び受信が出来る・・・画像。音楽ファイルのアップロード、ダウンロードが出来る

- 注意点

Skype は互いのバージョンが異なると途中でビデオが中断するヘルプで確認する

3-2 Skype の稼働

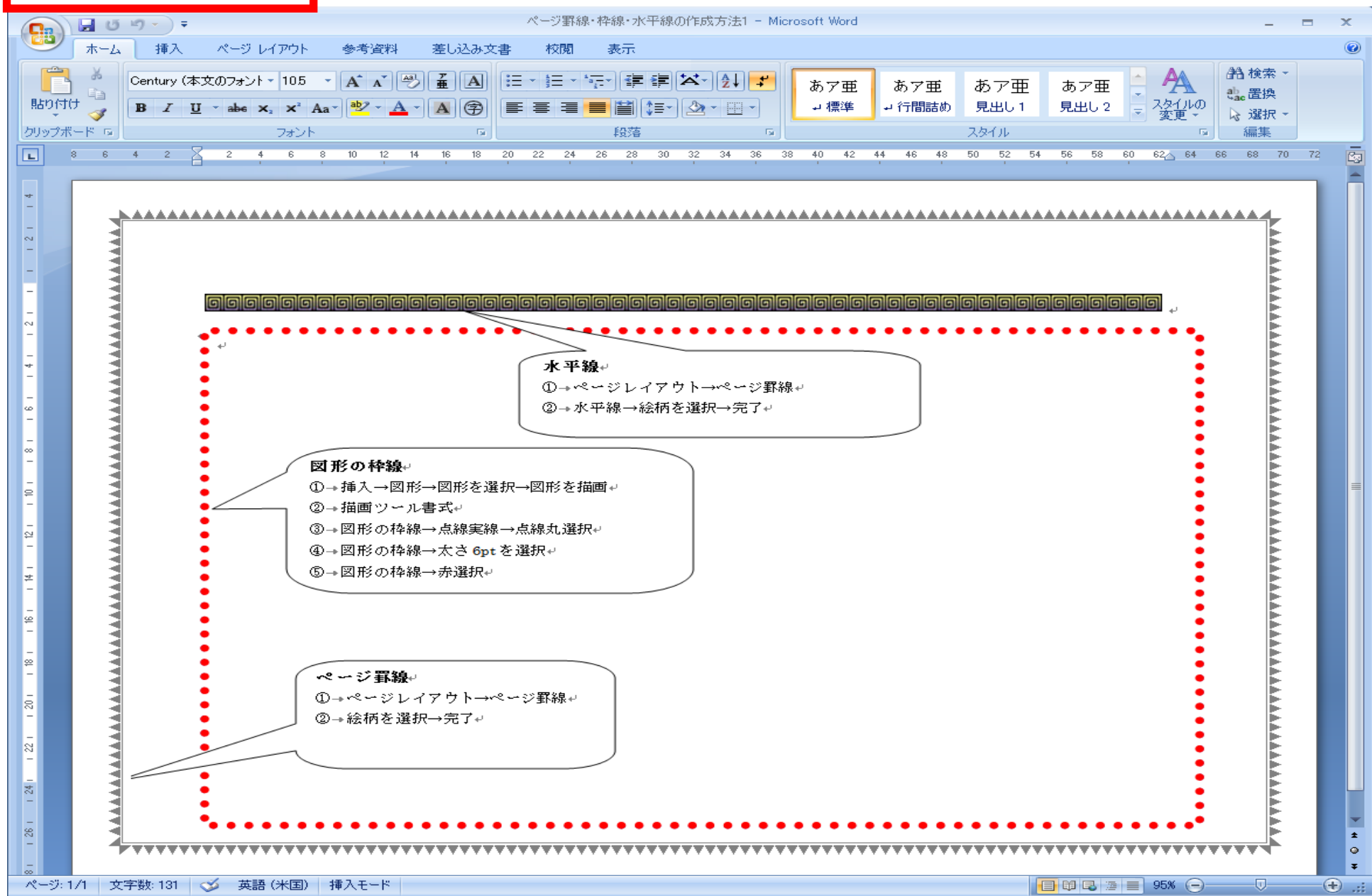


ウェブカメラを作動させる前にカメラに添付されたCD からドライバーソフトをインストールする

※Logicool webcan 500

130 万画素
ヘッドセット付
(マイク・イヤホン)
新宿西口 ビッグカメラ
価格 ; 4500 円

4 Word 罫線の作成方法



5-1 図形のグループ化の完成図

図形のグループ化したチラシ - Microsoft Word

MS 明朝 (本文のフォント) 10.5

貼り付け クリップボード

フオント

段落

スタイル

あア亜 標準
あア亜 行間詰め
あア亜 見出し 1
あア亜 見出し 2

検索 置換 選択 編集

2 4 6 8 10 12 14 16 18 20 22 24 26 28 30 32 34 36 38 40 42 44 46 48 50 52 54 56 58 60 62 64 66 68 70 72 74 76 78

ト

キッチン
¥15,000

浴室
¥12,000

トイレ
¥6,000

換気扇
¥7,000

洗面所
¥12,000

ガラス・サッシ
¥1,000

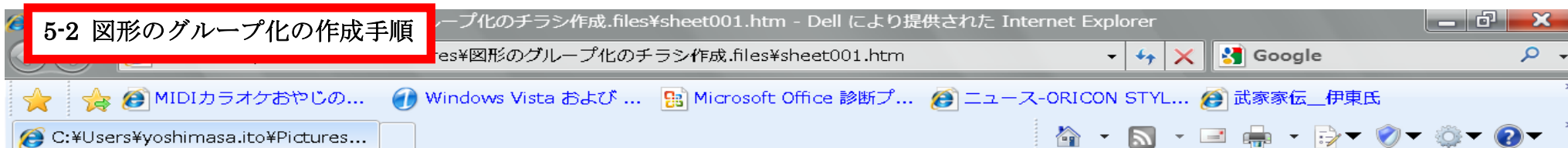
20%OFF 実施中
5 月末まで

TEL: 988-003-0519

グリーンサービス(有)
名古屋市青葉区泉町 1-13

ページ: 1/1 文字数: 66 日本語 (日本) 挿入モード 90%

5-2 図形のグループ化の作成手順



	作業手順	追記事項 コメント
1	題目 図	
2	ページレイアウト→印刷向き→横	
3	挿入→図形→基本図形のメモ→用紙一杯にメモを描画	
4	挿入→図形→基本図形の楕円→楕円を左上隅に張り付け	
5	ホーム→コピーをクリック→張り付けを2回クリック⇒3個の楕円を横一列に連結する	
6	1番目の楕円を右クリック→テキストの追加をクリック→一行目に場所、二行目に金額を挿入→場所と金額をコピー	場所:HGP創英角ポップ体20pts
7	二番目の楕円を右クリック→テキストの追加をクリック→場所と金額を張り付け→場所と金額を変更	
8	3番目の楕円は項目7と同様にする	
9	1番目の楕円をクリック→シフトを押したまま2番目及び3番目のだ楕円をクリック	
10	書式→グループ化をクリック→グループ化を選択	
11	グループ化された三つをコピー→張り付け→張り付けられた楕円を下方に移動→場所と金額を変更	
12	挿入→★→マウスで範囲指定→ワードアート→スタイル1選択→電話番号入力→右下に移動	★項目13の()内の実行
13	挿入→(テキストボックスをクリック→横書きテキストボックスを選択)→テキストボックスを左下に移動	

あ！消えた
前に戻したい時は、
Ctrl+Zキー
を押してね

コンピューター | 保護モード: 無効
Windows ... テーマ別選... 図形のグル... C:¥Users¥... 15:31

6 Word のスマートアートの完成図

挿入→SmartArt→手順・循環（選択）

Microsoft Word のスマートアート完成図のスクリーンショット。タイトル「大人の週末」の下に「大分周遊の秋」という大きな縦書きの文字がある。本文には大分県の観光地に関する説明文があり、その右側には循環的な移動ルートを示すスマートアート図がある。図には博多、湯布院、別府、大分、久留米の5つの駅が並び、矢印でつながっている。右下には「旅の見どころ」という見出しがあり、博多・久留米、湯布院、別府のそれぞれの特徴が表でまとめられている。また、右下には秋の葉のイラストがある。下部には3日間の行程表が示されている。

大人の週末

大分周遊の秋

豊の国大分は、古くから温泉の町として、また、山岳地や溶岩台地に囲まれた地形は湧水が豊富で、名水でも有名である。温泉めぐりに飽きたら、名水めぐりに出かけるのもいい。道の駅や里の駅が整備され、大分の地域発展の一端がうかがえる。

旅の見どころ

博多・久留米	湯布院	別府
博多座観劇 石橋美術館	湯布院の街を散策	何とんでも「地獄めぐり」
長浜ラーメン 久留米ラーメン	ディナーと音楽の夕べ	大分名物とり御膳

行程表

1日目	2日目	3日目
博多	湯布院	大分
湯布院	別府	久留米
別府	大分	博多

7-1 Word の図形の総まとめ

8ランチビュッフェ完成図 [互換モード] - Microsoft Word

ファイル ホーム 挿入 ページレイアウト 参考資料 差し込み文書 校閲 表示 活用しよう!ワード

AR P丸ゴシック 12 A A Aa 貼り付け クリップボード

Font Face Size Bold Italic Underline Text Color Background Color Bullets Numbering Indentation Paragraph Style

あア亜 あア亜 あア亜
標準 行間詰め 見出し 1
スタイルの変更 検索 置換 選択 編集

'03 Special Menu Week

旬の食材にこだわったブッフェ料理から
シェフ自慢のデザートまでごゆっくりお楽しみ下さい

Lunch Buffet



11:30am ~ 2:00pm
(ラストオーダー 1:30pm)

- 大人 ￥2,000
- お子様 ￥1,000

※上記の金額にはサービス料金・消費税がふくまれています

-HOTELABCD-

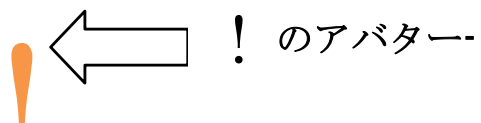
お問合せは TEL.03-0000-0000
〒000-0000 東京都新宿区 ***1-2-3
http:*****

ページ: 1/1 文字数: 118 英語 (米国) 挿入モード

あ般 iTunes テーマ別... テーマ別... 8ランチビュ...

16:48

7-2 Word 総まとめ図形の部品



！のアバター

ワードアート

03 Special Menu Week

ワードアート

Lunch Buffet

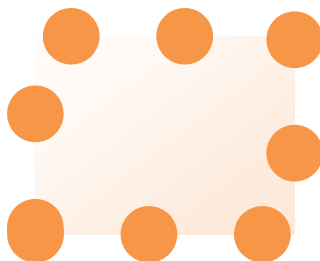
図形の長方形



テキストボックス

旬の食材にこだわったbuffet料理から
シェフ自慢のデザートまでごゆっくりお楽しみ下さい

図形の長方形



図形の長方形

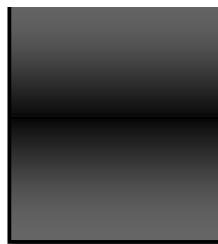


イラスト 6個



8 Word のドロップキャプ作成図

歯の健康1 - Microsoft Word

ホーム 挿入 ページレイアウト 参考資料 差し込み文書 校閲 表示 活用しよう! ワード

MS ゴシック (見出しの) 11

縦中横

ドロップキャプ
挿入タブ⇒対象文章を選択 (4 行)
⇒ドロップキャプをクリック

かえで保険センターだより

VOL3

歯周病とは

歯グキの病気で、歯と歯グキの間に歯周病菌が潜り込んで増殖。自覚症状が出にくい。初期の段階では自覚症状がでにくいため悪化するまで気づかないこと。最悪の場合歯を失って悪化するまで気づかないと、歯を失ってしまうことも。

30代の約8割以上が歯周病だといわれています。

歯

歯の健康について

ぐきは健康ですか？
歯に痛みはないのに歯グキから血が出た経験は？
歯磨きしていて血が出たことは？
もし、そんな経験があるなら、歯周病かもしれません。

ワードアートの縦書き

平成 18 年 6 月 1 日

ページ: 1/1 文字数: 195 日本語 (日本) 挿入モード

9-1 Word の図形重ね合わせ

3携帯禁止 - Microsoft Word

ホーム 挿入 ページレイアウト 参考資料 差し込み文書 校閲 表示

MS ゴシック (見出しの) 11

クリップボード

貼り付け

フォント

段落

スタイル

あア亜 標準
あア亜 行間詰め
あア亜 見出し 1
あア亜 見出し 2

スタイルの変更

検索 置換 選択 編集

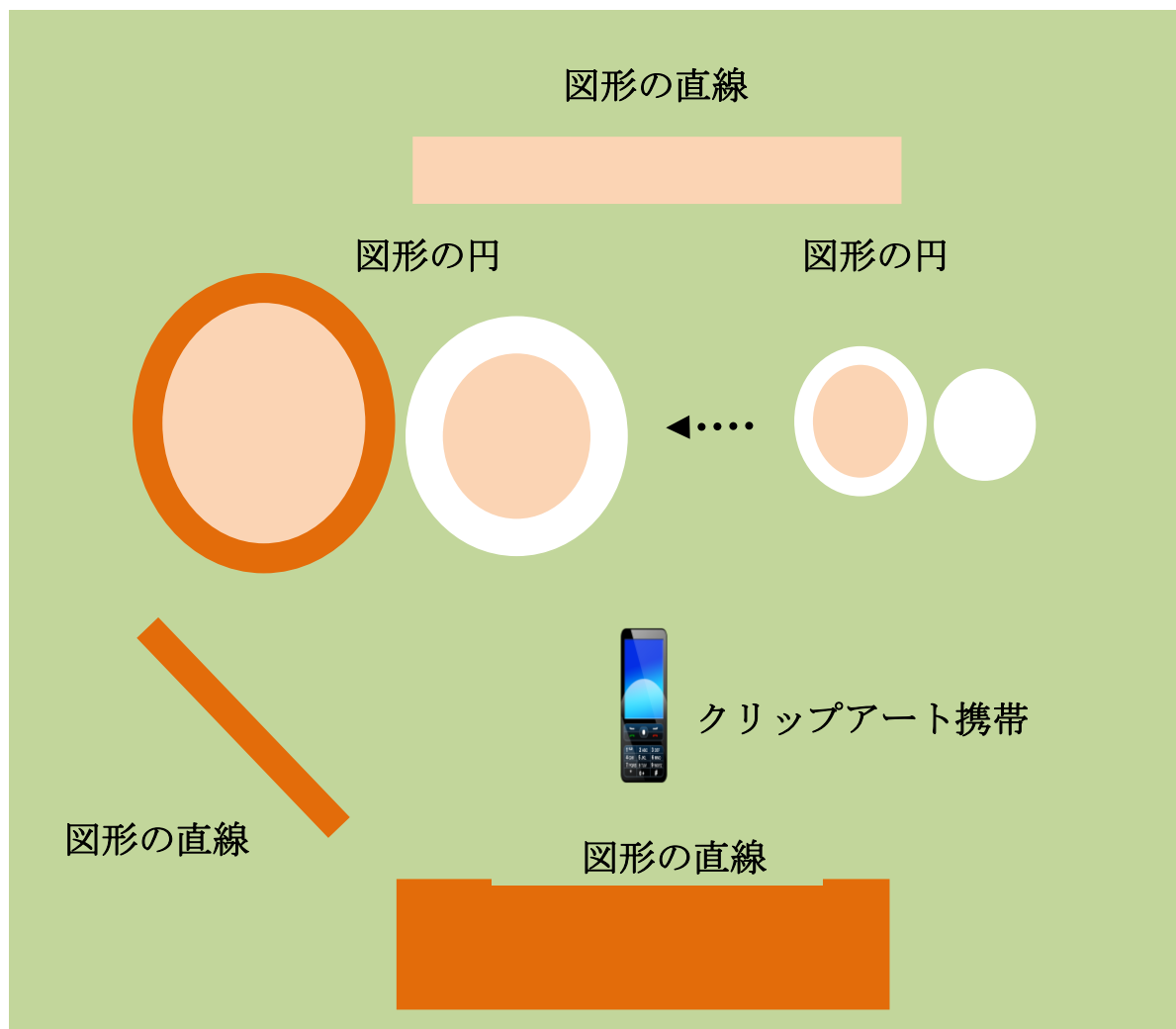
携帯電話の電源をお忘れなくお切りください

作成方法の要点

- ①挿入→図形→円楕円
- ②新規作成→円楕円を重ねる（二重円）
- ③大小の二重円を2個作り各々グループ化する
- ④新規作成したファイルに重ねて貼り付け
- ⑤クリップアートから携帯を貼り付け
- ⑥図形→直線（斜めに貼り付け）

ページ: 1/1 文字数: 20 日本語 (日本) 挿入モード 65%

9-2 Word 重ね合わせ図形の部品

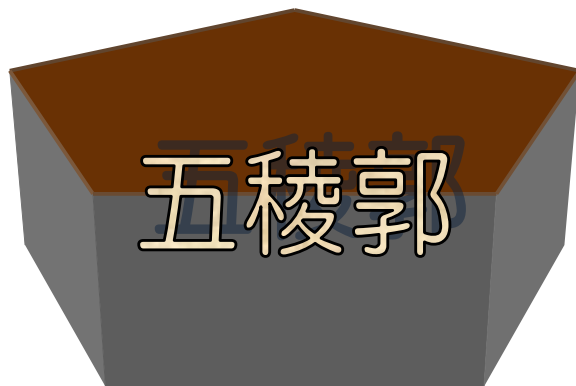


図形の
長方形

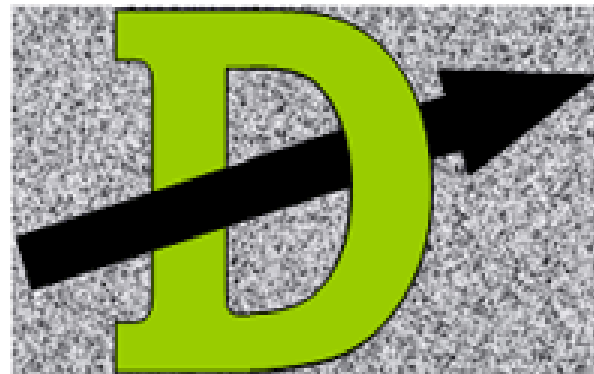
図形の
長方形

携帯電話の
電源を
お忘れなく
お切り
ください

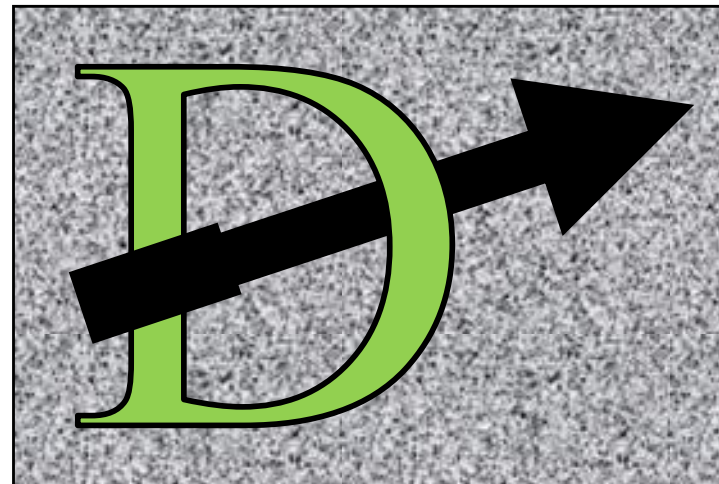
10 Word 図形で遊ぶ



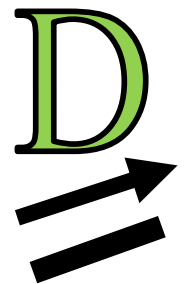
問題



解答



ワードアート



図形の矢印・直線

11-1 Excel 血圧測定折れ線グラフ



11-2 Excel 血圧データ

平成22年1月血圧データ - Microsoft Excel

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R
1		平成22年1月																
2			1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	
3		上の血圧 mmHg	125	131	129	134	125	129	130	127	121	122	125	121	125	124		
4		下の血圧 mmHg	88	91	89	93	91	89	87	88	88	88	86	89	91	87		
5		脈拍 拍/分	67	63	67	73	76	69	74	86	80	71	67	64	75	62		
6		体温 °C	36.3	36.2	36.2	36.3	36.1	36.1	36.2	36.5	36.3	36.3	36.3	36.2	36.2	36.2		
7		体重 kg	68.4	68.4	68.4	68.4	68.3	68.3	68.3	68.3	68.3	68.3	68.4	68.4	68.3	68.3		
8																		
9																		
10																		
11																		
12																		
13																		
14																		
15																		
16																		
17																		
18																		
19																		
20																		
21																		
22																		
23																		
24																		
25																		
26																		
27																		
28																		
29																		
30																		
31																		
32																		
33																		
34																		
35																		

コマンド

12 Excel sheet マニュアル

平成22年血圧等測定(マニュアル) - Microsoft Excel

ファイル ホーム 挿入 ページレイアウト 数式 データ 校閲 表示 活用しよう! エクセル

貼り付け クリップボード フォント 配置 数値 スタイル セル 編集

標準 条件付き書式 テーブルとして書式設定 セルのスタイル

挿入 削除 書式 並べ替えとフィルター 検索と選択

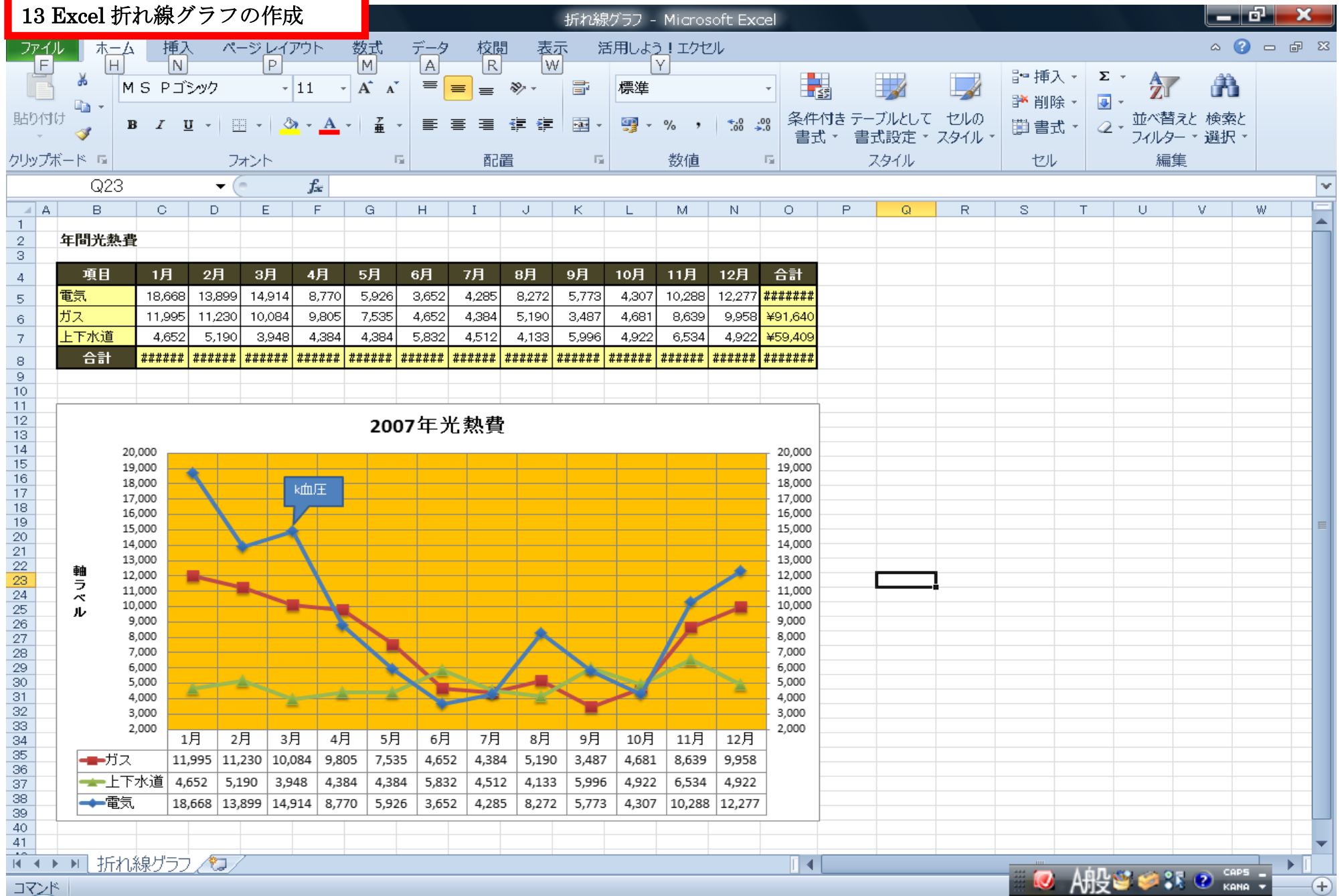
D5

	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q
1															
2	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
3	125														
4	88														
5	73														
6	36.3														
7															
8															
9															
10															
11	・sheet(2月測定グラフ)をクリック→Ctrlを押したままsheet(2月測定値)をクリック→右クリックしてメニューを表示させる ・メニューから移動又はコピーを選択する→表示画面の挿入先を末尾へ移動としコピーを作成するにチェックを入れる→OKをクリックする ・sheet(2月測定グラフ(2))の名前を(3月測定グラフ)に変更→sheet(2月測定値(2))の名前を(3月測定値)に変更 ・グラフと測定値の表のタイトルを2月から3月に変更する														
12															
13															
14															
15															
16															
17															
18															
19															
20															
21															
22															
23															
24															
25															
26															
27															
28															
29															
30															

1月測定グラフ 1月測定値 3月測定グラフ 3月測定値 Sheet2

コマンド

13 Excel 折れ線グラフの作成



14 Excel 補助縦棒付円グラフの作成

Lesson25円グラフ - Microsoft Excel

ホーム 挿入 ページレイアウト 数式 データ 校閲 表示 アドイン 活用しよう! エクセル

MS Pゴシック 11 A A

標準

条件付き書式 テーブルとしてセルの書式設定 スタイル

挿入 削除 書式 セル

並べ替えとフィルタ 検索と選択 編集

K37

商品コード	商品名	単価	数量	売上金額
HZ0001	保存食	2,300	400	¥920,000
KA0006	寝袋	9,000	70	¥630,000
HN0003	カセットコンロ	3,200	180	¥576,000
KY0021	発電機	5,600	95	¥532,000
HN0004	救急セット	1,500	320	¥480,000
HZ0002	保存水	1,000	450	¥450,000
KY0003	レスキューセット	8,500	50	¥425,000
KA0022	懐中電灯	1,200	230	¥276,000
KY0012	エアーストレッチャー	8,700	30	¥261,000
KY0002	ジャッキ	6,300	40	¥252,000
KY0001	バール	5,000	25	¥125,000
HN0014	防災服	9,800	10	¥98,000
KY0011	ワンタッチ担架	5,000	12	¥60,000
HN0005	避難用ロープ	750	35	¥26,250

売上金額の並べ替え
一番上のデータセルをクリックする
データタブ→降順

補助縦棒付円グラフの作成
商品名の列をドラッグ→ctrlを押したまま売上金額をドラッグ
挿入タブ→円グラフ→補助縦棒付円グラフを選択する

補助グラフの個数を6個にする
補助グラフを右クリック→データ系列の書式設定をクリック
系列のオプション→補助プロットに含む値の個数を6に変更する

グラフのレイアウト
デザインタブ→グラフのレイアウト6を選択する
データラベル(%表示)のいずれかを右クリックする
データラベルの書式設定→ラベルオプション→分類名にチェックを入れる
→表示形式→パーセンテージをクリック→小数点以下を一桁に変更して閉じる

グラフの判例を削除
グラフの判例を右クリック→削除

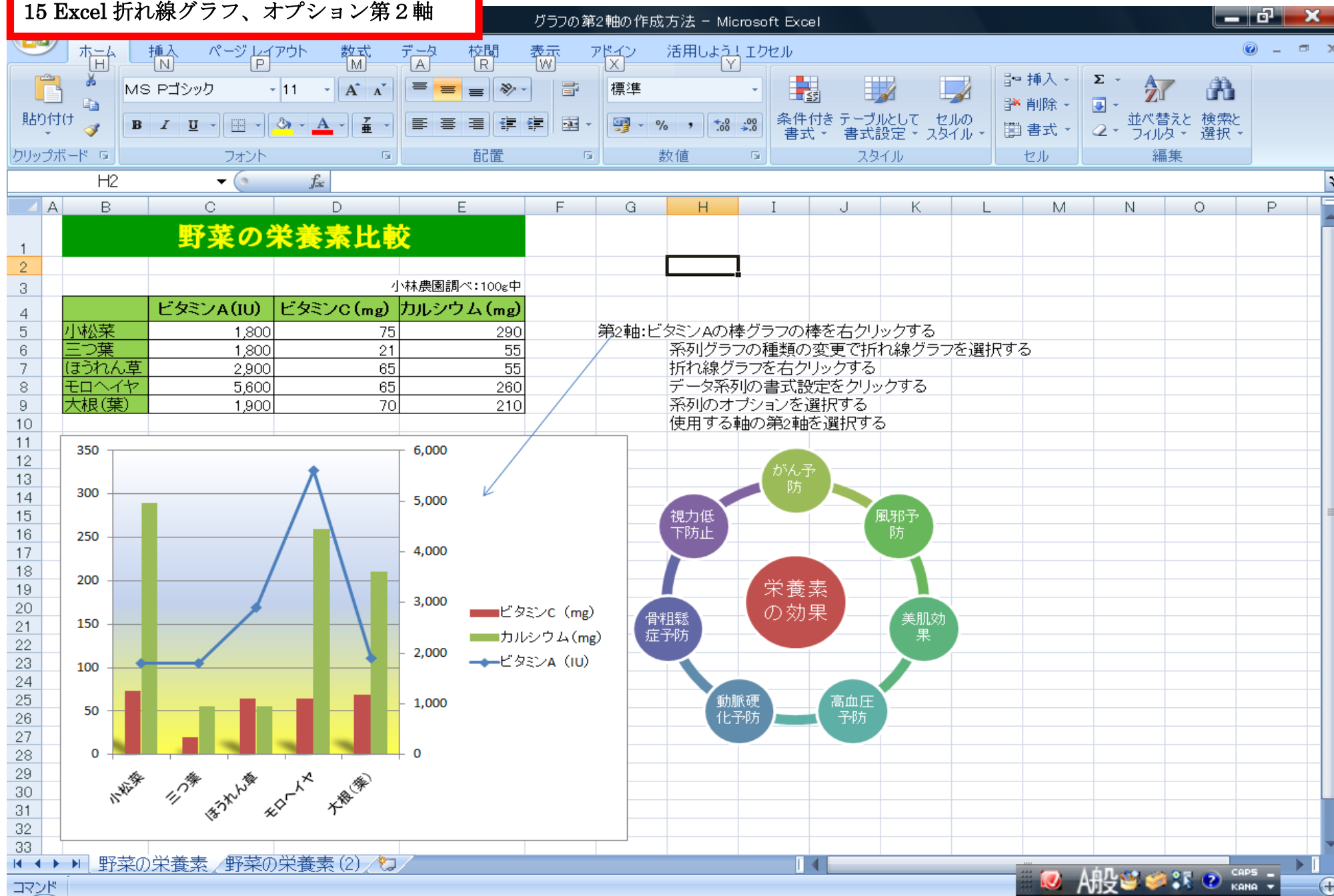
補助グラフのデータラベルの微調整
データラベルをクリック→位置を調整及びホームタブで文字サイズを調整する

売上金額

売上表

コマンド

15 Excel 折れ線グラフ、オプション第2軸



16 Excel 住所録、フィルタの機能

Lesson17(フィルタ機能) - Microsoft Excel

ホーム 挿入 ページレイアウト 数式 データ 校閲 表示 アドイン 活用しよう! エクセル

貼り付け クリップボード フォント 配置 数値 スタイル セル 編集

MS Pゴシック 11

標準

条件付き書式 テーブルとして書式設定 セルのスタイル

挿入 削除 書式

並べ替えとフィルタ 検索と選択

C46

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
1											
2											
3											
4		N	店舗名	ジャンル	住所	電話番号	ランチ予定	ディナー予定	定休	年賀状	
6	30	朝比奈	日本	神奈川県横浜市金沢区釜利谷東2-2-X	045-983-XXXX	¥800	¥2,500	なし	1		
8	12	割烹 蝶々	日本	神奈川県逗子市新宿3-4-X	046-861-XXXX	¥2,000	¥5,500	水	1		
11	19	九龍	中国	東京都港区芝公園1-1-X	03-3455-XXXX	¥800	¥2,800	水	1		
14	8	セルヴェジャリア	ポルトガル	神奈川県横浜市西区みなとみらい2-1-X	045-544-XXXX	¥1,200	¥2,000	水	1		
18	1	ドンキー・トンク	アメリカ	東京都港区海岸1-5-X	03-5401-XXXX	¥1,200	¥2,000	なし	1		
22	26	フードマーケット	アメリカ	東京都港区麻布十番3-3-X	03-5644-XXXX	¥800	¥3,000	木	2		
35											
36											
37											
38											
39											
40											
41											
42											
43											
44											
45											
46											
47											
48											
49											
50											
51											
52											
53											

フィルタ機能

- ・タイトルのあるセルをクリック→ホームタブをクリック→右側にある並べ替えとフィルタをクリックする→フィルタをクリックする
- ・年賀状のオートフィルタ矢印をクリック→抽出メニュー→抽出する内容を設定(年賀状の場合は来日付にチェックを入れる→OKをクリックする
- ・並べ替えとフィルタリボンをクリック→クリアをクリックする→抽出条件がクリアされて元に戻る

追加情報

- ・抽出メニューの数値フィルタを使うと値より大きい、小さい、間等の条件式を設定出来る
- ・ホームタブ以外にデータタブにもフィルタ機能がある

料理店リスト

コマンド フィルタ モード

17 Excel グラフの Word への貼り付け

エクセルグラフのリンク張付 - Microsoft Word

ホーム 挿入 ページレイアウト 参考資料 差し込み文書 校閲 表示 活用しよう! ワード

MS 明朝 (本文のフォント) 10.5

貼り付け クリップボード

フォント

段落

スタイル

あア亜 標準 あア亜 行間詰め あア亜 見出し 1 あア亜 見出し 2

検索 置換 選択 編集

2 4 6 8 10 12 14 16 18 20 22 24 26 28 30 32 34 36 38 40 42 44 46 48 50 52 54 56 58 60 62 64 66 68 70 72 74 76

平成22年1月血圧等測定グラフ 伊東 義典 年齢 10歳

	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳
上の血圧 mmHg	115	121	120	124	125	129	130	127							
下の血圧 mmHg	88	91	89	92	91	89	87	88							
脈拍 回/分	87	82	87	79	76	69	70	66							
体重 kg	26.3	26.2	26.2	26.3	26.1	26.1	26.2	26.5							
身長 cm	88.4	88.4	88.4	88.4	88.2	88.2	88.2	88.2							

エクセルデータのリンク張付

- エクセルグラフの外枠をクリック→ホームタブのコピーをクリック
- ワードを立ち上げる→1ページ分段落空打ち→ページレイアウトタブの印刷の向きをクリック→横を選択→余白をクリック→狭いを選択
- 段落の最上段をクリック→ホームタブの貼り付け矢印をクリック→形式を選択して貼り付けをクリック
- リンク貼り付けをクリック→貼りつける形式は Microsoft Office Excel グラフオブジェクトを選択→OK をクリック
- 貼りつけられたグラフの外枠をミギクリック→オブジェクトの書式設定を選択
- レイアウトタブをクリック→折り返しの種類と配置を四角とする→グラフサイズ及び位置を調整する

- ◆ エクセルグラフの元データを修正すると、ワードのグラフも連動して修正される
- ◆ 但し、ワードグラフの外枠をクリックし F9 キーを押すことにより連動して修正表示される

ページ: 1/1 文字数: 357 日本語 (日本) 挿入モード

あ般

18 終わりに

平成 21 年 10 月 2 日から 3 月 26 日に至る 6 カ月間、パソコン教室で学んだ内容は、講習ノートブックにまとめる事は出来ました。このことは、これからの趣味や生活の中で活用するだけでなくパソコンの世界に広がりを与えてくれます。今までは自分でブログを立ち上げたくても、そのきっかけがなかなか掴めませんでした。そのきっかけを作ってくれたのがひまわり荘パソコン教室でした。マンツーマンで丁寧にご指導された NPO ウィーキャン世田谷講師の山本先生にお世話になりました。

氏名／ 伊東義昌