いちのへ社協だより

ゆいっこ

2025
09.26 発行

Vol.121

02 【特集】多世代交流フェスティバル2025 災害に備えて今できること
07 できごとフラッシュ
10 社協からのお知らせ
11 赤い羽根共同募金スタート
12 Topics

題号"ゆいっこ"は、古くは若者たちによる共同農作業という素朴な集団の呼称として使われていましたが、この互助精神が福祉の精神そのものと思い、社会福祉協議会広報の題名にしました。

Topics

各種相談日程表

	無料法律相談（事前申込要）	多重債務相談（事前申込要）	ふれあい相談	こまりごと出張相談会	
時　間	10:00～15:00		8:30～17:15	10:00～12:00	13:30～15:30
場　所	二戸消費生活センター（二戸合同庁舎内）		一戸町社会福祉協議会（一戸町総合保健福祉センター内）	いちボラ＋（旧一戸幼稚園内）	奥中山地区センター
問合せ先	0195-23-5800		0195-33-3385	0195-43-3525（OneDishあすいろ）	
9月	9/10(水) 9/24(水)	9/16(火)	月～金（土日祝日は休み）	9/12(金)	9/12(金)
10月	10/8(水) 10/22(水)	10/21(火)		—	—
11月	11/12(水) 11/26(水)	11/18(火)		11/14(金)	11/14(金)

災害義援金募集

一戸町社会福祉協議会では、被災された方々を支援するための義援金を次のとおり受付しております。いただいた義援金は、岩手県共同募金会や日本赤十字社岩手県支部を通じて全額被災地の方々へ届けられます。皆さまのご協力をお願いいたします。

令和6年能登半島地震災害義援金（石川県・富山県・新潟県）
令和7年12月26日まで

令和6年9月能登半島大雨災害義援金（石川県）
令和7年12月26日まで

令和7年トカラ列島近海を震源とする地震災害義援金（鹿児島県）
令和7年12月26日まで

令和7年台風第8号に伴う災害義援金（沖縄県）
令和7年12月26日まで

令和7年8月6日からの大雨災害義援金（熊本県）
令和7年10月31日まで

令和7年8月6日からの大雨災害義援金（鹿児島県）
令和7年12月26日まで

令和7年台風第12号災害義援金（鹿児島県）
令和7年12月26日まで

令和7年台風第15号災害静岡県義援金（静岡県）
令和7年12月8日まで

その他、各種国外義援金、救援金についても受付しております。一戸町社会福祉協議会（TEL 0195-33-3385）までお問い合わせください。

表紙の紹介

多世代交流フェスティバルでは、無印良品による防災セミナーが開催され、「いつものもしも」をテーマに、家庭での備蓄の重要性について学びました。

災害発生時には、冷蔵庫の食材で最初の3日間を、ストックしていた保存食で残りの4日間を乗り切ることが推奨されています。

セミナーでは、日常生活に馴染む防災グッズの紹介や、緊急時の連絡先を紙で保管するワークショップも実施され、参加者の防災意識向上につながりました。

編集後記

今号では、世代を超えて笑顔があふれた「多世代交流フェスティバル」の様子を特集しました。災害はいつ起こるか分かりません。だからこそ、日頃からの備えや、地域のつながりが何よりも大切だと、今回のイベントを通して改めて感じました。「できることから備える」――その積み重ねが、いざという時に落ち着いて行動する力につながるのだと思います。誌面を通じて、そんな思いや気づきが少しでも皆さんに届いていれば嬉しいです。（近藤）

社会福祉法人 一戸町社会福祉協議会
〒028-5312　一戸町一戸字砂森93-2
（一戸町総合保健福祉センター内）
TEL 0195-33-3385
FAX 0195-33-2737
ホームページ
https://ichinohe-shakyo.jp/

特集

多世代交流フェスティバル2025

災害から命を守るために今できること

7月26日、一戸町ボランティア活動拠点いちボラ＋で「みんなが楽しい多世代交流フェスティバル２０２５」が開催されました。今年のイベントテーマは、昨年に引き続き「災害から命を守るために今できること」。

毎年のように発生する大雨や台風、地震等の自然災害から命を守るため、私たちに今できることは何か…防災について一緒に考えるイベントを開催しました。

体験

頼もしい消防士と一緒に、消火のコツを学びました。

初期消火訓練

万が一、火災が発生したとき、どのように初期消火活動をすべきか、二戸消防署一戸分署による、水消火器を使用した初期消火訓練を行いました。

参加者の皆さんは、訓練を通じて、初期対応の重要性や消火器の使い方を学びました。当日は、小さな子どもから高齢の方まで幅広い世代が参加し、真剣な表情で訓練に取り組む姿が印象的でした。こうした経験を通じて、いざという時に落ち着いて行動できる力を身につけ、今後に生かすことができるのではないでしょうか。

子どもから高齢者まで新聞紙スリッパづくりに挑戦！

新聞紙スリッパづくり

東日本大震災発生時に、被災地で足を守るために考えられた「新聞紙スリッパ」。

今回のイベントでは、自衛隊員による「新聞紙スリッパづくり」体験が行われました。

参加者の皆さんは、自衛隊員の丁寧な指導のもと、楽しみながらスリッパづくりに挑戦。完成したスリッパを履いてみると、「意外としっかりしていて驚いた」「災害時に役立ちそう」といった声が聞かれました。

こうした体験を通じて、災害時の工夫や備えの大切さを改めて感じる機会となりました。

憧れの自衛隊車両にドキドキ乗車！

学ぶ

ハザードマップ確認

あなたの自宅は、ハザードマップの浸水・土砂災害想定区域に入っているか、ご存じですか？ハザードマップを確認し、浸水・土砂災害などのリスクを把握することで、避難経路や避難場所を再確認することができます。自宅は危険箇所なのかどうか、町防災担当職員と一緒にハザードマップを確認し、今後の備えについて考えました。

自宅は安全？ハザードマップで地域の災害リスクをチェック。

避難所生活で安心安全に暮らすために

避難所や屋外での生活に役立つアイテムとして、ひんやり虫よけスプレー＆バーム作りを行いました。

いざという時に備えて、町が備蓄する避難所用品をご紹介。

自然素材を使用した虫除けスプレーは、「簡単に作れて安心」「家でも使いたい」と大好評で、70名を超える参加者がワークショップに参加しました。

また、身近な材料を使った防災ライトも作成。停電時や夜間の避難に備えるアイデアとして、子どもたちも楽しみながら取り組みました。

高校生ボランティアと一緒に、虫よけスプレーづくりにチャレンジ。

おはなしボランティア

おはなしボランティアによるオリジナルストーリー「水害にあった桃太郎」の人形劇で水害の怖さを学びました。

昔話の桃太郎が、突然の大雨による水害に巻き込まれるというストーリーを通して、避難のタイミングや命を守る行動の大切さを、子どもから大人まで楽しく学ぶことができました。

桃太郎が教えてくれた、大雨が降ってきたときの5つの備えを日頃から意識して生活していくことが大切です。

桃太郎が教えてくれた大雨が降ってきたときの5つの備え。

食べる

炊き出し体験

いざ災害が発生すると、電気、ガス、水道等のライフラインが使えなくなることがあります。また道路が寸断され、支援物資が届かないこともあります。

災害時もいつもと変わらない温かくバランスの取れた食事をとり、心と体を元気に保つことが大切です。

イベントでは、一戸町食生活改善推進協議会による炊き出し体験を行いました。災害用炊飯袋に、お米や具材を入れて30分お鍋の中で煮ると、炊き込みご飯が出来上がりました。

災害に備えた栄養管理について考えよう

災害時の体調不良を防ぐ「腸活」をご存じですか？災害発生時には、ストレスや食生活の乱れ、トイレ環境の悪化などにより、体調を崩す人が少なくありません。特に腸内環境の乱れは、免疫力の低下や便秘・下痢、さらには不眠や精神的不調など、心身に深刻な影響を与えることがあります。だからこそ、平常時から「腸活」を意識し、腸内環境を整えておくことが、災害に強い体をつくる第一歩となります。

イベント当日は、森永乳業㈱によるミニ講座「災害に備えた栄養管理について考えよう」で、腸活の大切さを学びました。

また、子育て支援ひろばのびのびでは、赤ちゃんのいる家庭での防災対策コーナーとして森永乳業㈱による親子向け情報提供も行いました。災害に備えて、ミルクや離乳食の適切な備蓄量や簡易おむつの作り方など赤ちゃんのいる家庭にとって大切な情報を知ることができました。

人間の小腸の長さは、6〜7mもあります。

赤ちゃんのいる家庭の防災対策について真剣に話を聞く様子。

備える

防災備蓄について学ぶ

皆さんのご自宅では、防災備蓄をされていますか？

イベント当日は、ボランティア活動拠点「いちボラ＋」が1日限定で「無印良品　いちボラ＋」に生まれ変わり、「くらしの備え いつものもしも」をテーマに防災備蓄コーナーを展開しました。災害発生時に役立つ日用品を日常的に備えることで、災害時にも落ち着いて対応することができます。また、食べ慣れた食品を少しずつ備蓄・消費するローリングストックは、手軽に始められ、非常時の安心にもつながります。

非常時にも美味しく！備蓄レトルトカレーを試食中。

無印良品が提案する災害時発生時に役立つ日用品の展示。

“備える”を“暮らしの一部”に。ローリングストックのすすめ。

備蓄に適したレトルト食品は普段食べなれているものをストックしましょう。

無印良品が提案する「いつものもしも」防災セミナーを開催！

セミナーでは、「LED持ち運びできるあかり」や「折りたためるヘルメット」など、日常でも使える防災用品の紹介が行われ、実際に手に取って体験することで、参加者は防災グッズへの理解を深めることができました。

さらに、災害時には通信回線が不安定になり、家族や大切な人と連絡が取りづらくなる可能性があることから、セミナーでは「事前に家族で連絡ルールを決めておくこと」の重要性が伝えられました。

参加者は紙のリーフレットに連絡先を記入するワークにも取り組み、デジタル機器が使えない状況でも紙の情報が役立つことを実感しました。

“いつものもしも”防災セミナーで知識を深める。

災害は、いつどこで発生するかわかりません。もしかしたら、明日突然起こるかもしれない―そんな「もしも」に備えることが、私たちの命と暮らしを守る第一歩です。

今年度の多世代交流フェスティバルでは、「今できる災害への備え」をテーマに、日常の中でできる小さな備えの大切さを考えるきっかけとなればと思い実施しました。

このイベントをきっかけに、一人ひとりができる備えを始め、地域全体で災害に強いまちづくりを進めていきましょう。

できごと FLASH

奥中山地区の地域交流の場として こども食堂ひなたぼっこ開催

8月10日、奥中山高原クラブ（大欠清身会長）は、子ども食堂ひなたぼっこを開催しました。当日は、奥中山地域に住む子どもから高齢者までが集い、レクリエーションや工作、町立図書館による読み聞かせなどを楽しみました。昼食には町内の企業や農家から無償で提供された旬の食材を使って、奥中山地区食生活改善推進協議会委員やボランティアらが調理したサラダうどんやサンドウィッチなどが振舞われました。

参加者は、奥中山高原の新鮮な野菜に舌鼓を打ち、楽しい時間を過ごしました。みんなで食べる食事は、おいしい笑顔が広がり、心も体も満たされる時間となりました。

1 わくわく楽しい読み聞かせにみんな夢中。
2 みんなで食べるとおいしいね。笑顔の輪が広がります。

みんなで盛り上げた大運動会 いちのへじょうもんの里こども園

秋晴れの空の下、9月13日にじょうもんの里こども園で運動会が開催されました。夏の暑さにも負けず練習に励んできた園児たちは、元気いっぱいに日頃の成果を発揮しました。

中でも会場を盛り上げたのがバルーン演技。カラフルなバルーンが波のように揺れたり舞い上がったりするたび、観客からは歓声と拍手が沸き起こりました。園児たちは息を合わせて「メリーゴーランド」などの技を披露し、一体感のある演技で魅了しました。

息ぴったりの演技に、観客も思わず拍手！カラフルなバルーンが運動会を彩りました。

夏休みの一大イベント 一戸学童クラブ「夏まつり」を開催！

一戸学童クラブでは、8月8日、夏まつりが行われました。今年の夏まつりは、高学年主体となり計画を立て、準備から運営までを行いました。当日は、ヨーヨー釣りや金魚すくい、射的やスイカ割りなど夏ならではの出店に54名の児童が、大いに楽しみました。今年の決済方法は、手作りスマートフォンなどを使用したスマート決済。子どもたちの創造力や主体性がより一層引き出された、ユニークで新しい形の夏まつりとなりました。

ヨーヨー釣りにスイカ割り、夏の思い出が一つ増えました。

防災備蓄食料の例　7日間分大人2人の場合

今すぐはじめよう！

自分でできる防災備蓄

災害が発生したとき、電気やガスや水道が復旧し、食料が手に入るようになるまで最低7日間かかるといわれています。今すぐ自分でできることから防災備蓄を始めましょう。

必需品

水2L×6本×4箱
飲み水は1人1日およそ3L必要。いつも飲んでいるお茶や清涼飲料水もあると便利！

カセットコンロ・カセットボンベ×12本
一人1週間6本程度

主　食
エネルギー炭水化物

米2kg×2袋
1袋消費したら1袋買い足そう（1人1食75g程度）

乾麺（うどん・そば・そうめん・パスタ）
そうめん2袋（300g/袋）
パスタ2袋（600g/袋）

カップ麺類×6個

パックご飯×6個

その他
シリアルなど

主　菜
たんぱく質

レトルト食品
カレー、牛丼の素など18個
パスタソース6個

缶詰（肉・魚）
お好みのもの18缶

副　菜
その他

日持ちする野菜類
たまねぎ、じゃがいも等

梅干し、のり、乾燥わかめ等

野菜ジュース、果汁ジュース等

インスタントみそ汁やフリーズドライスープ

お菓子
ビスケット、ゼリーや羊かん等いつも食べているお菓子がおすすめ！

いちボラレポート 2025 9月

特集ページではお伝えしきれなかった、町内外からご支援いただいた企業の皆さまをご紹介します。「みんなが楽しい多世代交流フェスティバル2025」を一緒に盛り上げてくださった皆さま、本当にありがとうございました。

1 季節の恵みをぎゅっと詰め込んだ、シロップドリンクが大好評でした。
2 炭火でじっくり焼き上げた焼鳥は格別の味。
3 風車ワークショップでイベントを盛り上げてくれました！
4 体に優しい丼ものもスイーツも絶品でした！
5 真心のこもったおむすびで、心も満たされ笑顔に。
6 ひんやりかき氷やワクワクのくじ引きが小さなお客さまに大人気！

アクセス　岩手県二戸郡一戸町西法寺字稲荷21-18（旧一戸幼稚園内）
Open 月・水・金曜日　10:00～16:00　Close 火・木・土・日曜日（祝日・年末年始）
問い合わせ先　一戸町社会福祉協議会 TEL 0195-33-3385

Instagram

障害があってもなくても共に生きる社会へ 北桜高校「ふれあい体験学習」

北桜高校の介護・福祉系列2年生11名は、8月26日、社会福祉法人岩手県社会福祉事業団中山の園（佐々木和哉所長）を会場に行われたふれあい体験学習に参加しました。この取り組みは、当事者理解と地域共生社会の実現、また福祉現場の様子や福祉サービスを知る機会を目的に実施されたものです。

当日は、中山の園が実施するサービスについての講義に加え、施設見学や利用者と一緒に作業やレクリエーション等の様々な活動へ参加しました。学校の授業だけでは得られない“現場の学び”を通して、生徒たちは福祉の本質に触れ、共に生きる社会のあり方を考える貴重な現場体験となりました。このような体験を通じて、人と人との関係性や命の尊さ、そして誰もが安心して暮らせる社会のあり方について、深く考えるきっかけとなることを期待しています。

1 利用者の作業の様子を見学。働くことの意味を考える時間に。
2 作業体験を通じて、福祉の現場にある思いやりと工夫に触れました。

認知症の視点を“体験”する ～ VR認知症プロジェクト ～

8月20日・21日、御所野縄文博物館では、職員15名を対象に「認知症を体験する～VR認知症プロジェクト～」を実施しました。この取り組みは、VR（バーチャルリアリティ）技術を活用し、認知症のある方の視点や感覚を疑似体験することで、その方々の気持ちを主体的に考えることを目的とした体験会です。

参加した職員は、認知症のある方が日常生活の中で直面する不安や困難をリアルに体感し、理解を深める貴重な機会となりました。こうした学びを通じて、今後の博物館運営において、より思いやりのある対応や支援につながることが期待されます。また、地域との関わりにおいても、認知症を含む多様な背景を持つ人々に対して、より思いやりのある支援や配慮がなされるようになり、誰もが安心して暮らせる地域となることを願っています。

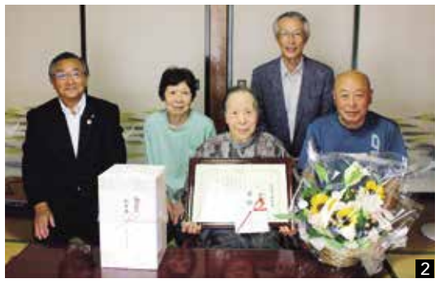
1 真剣な様子で、認知症講座に挑む御所野縄文博物館職員。
2 その行動には、理由がある。VRで見える“認知症の世界”。

さらなる健康長寿を祈って 100歳長寿祝記念品贈呈

奥中山地区にお住まいの斉藤キクさんが、100歳のお誕生日を迎えられました。一戸町長をはじめ本会会長がご自宅を訪問し、心からの祝福とともに、健康長寿を称える記念品を贈呈いたしました。斉藤さんは穏やかな笑顔で来訪者を迎えられ、ご家族とともに喜びに満ちたひとときを過ごされました。

また、7月10日には楢山地区にお住まいの東野スワさんが、同じく100歳の誕生日を迎えられ、一戸町長と本会会長がご自宅に足を運び、百歳の節目を迎えられたことを祝福し、健康長寿を讃えました。ご家族に囲まれた温かな雰囲気の中、一戸町および本会からの祝福を受けられ、感謝の言葉を述べられました。

長年にわたる地域へのご貢献に心より敬意を表するとともに、これからも健やかに、穏やかな日々を過ごされますよう、心よりお祈り申し上げます。



1 100歳のお誕生日を迎えられた斉藤キクさん（写真中央）。
2 100歳のお誕生日を迎えられた東野スワさん（写真中央）。

認知症について、楽しく・真剣に向き合った時間となりました。

1人1人のやさしい気持ちを育んで 奥中山小学校　認知症講座

奥中山小学校（中島敬校長）４年生の児童12名は、7月16日、認知症講座「友蔵物語～認知症になっても一戸町で暮らし続けたい～」を受講しました。この講座は、本会と一戸町地域包括支援センターが二戸管内関係機関との協働で実施するもので、認知症に対する正しい理解の普及や誰にでもやさしい地域づくりを目的とする事業です。受講した児童は、演劇を通じて認知症を身近に感じ、楽しみながら理解を深めました。

また、児童たちは2学期に「キャップハンディ体験」として車いすなどを使った福祉体験も予定しており、今後も福祉への理解を深める学びが続いていきます。

心も体もストレッチ。ほっとひと息つく時間。

これからの人生も楽しく自分らしく 奥中山地区「カフェ里やま」で オレンジカフェ開催

8月22日、オレンジカフェさくらの会（柏葉英美代表）は、認知症のある人もない人もともに集い支え合うことを目的として、奥中山地区のカフェ里やまを会場に認知症カフェを開催しました。

当日は、地域の方５名が参加し軽体操や本の読み聞かせ、認知症に関する講話を通じて、参加者とボランティアがふれあいながら交流を深めました。

今後も継続的な開催を通じて、多くの方々がふれあい生活の不安が少しでも軽減され、自分らしく楽しく生きるきっかけづくりに向けて活動を継続していきます。

赤い羽根共同募金スタート

期間 2025年 10月1日 ▶ 12月31日

本年も10月1日より、赤い羽根共同募金運動が全国一斉にスタートします。運動期間中は、法人及び大口募金は社協役職員または民生委員が、戸別募金は行政連絡員または班長等が、募金のお願いのため皆さまのご自宅にお伺いします。

皆様からお寄せいただく募金は、岩手県共同募金会で集約した後、翌年度に県内の福祉施設や社会福祉協議会へ配分され地域福祉活動に役立てられます。

募　金　方　法

ご家庭で

各地区の行政連絡員または班長、民生児童委員が各家庭を訪問します。

お店・職場で

協力店や職場内に設置した募金箱よりご協力いただきます。

学校で

学校の生徒や先生にご協力いただき、募金活動を行います。

インターネットで

中央共同募金会が運用する『赤い羽根インターネット寄付システム』を利用することで、クレジットカード決済やコンビニ決済による寄付を行うことができます。

ご利用方法等については、『インターネット寄付システムご利用ガイド』をご参照ください。

また、右記QRコードを読み取って寄付することもできます。皆様のご協力をお願いいたします。

こんな事業に役立てられています

みなさまから寄せられた募金は、一戸町の福祉活動に役立てられます。あたたかいご支援、ご協力よろしくお願いします。

ふれあい・いきいきサロン助成事業に

住民の孤立防止や心身の健康維持のための地域福祉活動を推進します。

新入学祝品贈呈にも

町内小学校へ入学する児童を祝い、子どもたちの成長を見守りながら子育てしやすい地域づくりを推進します。

ほかにも
- チャイルドシート無料貸与事業
- 長寿祝品贈呈事業
- 宅配食事サービス事業
- ボランティア活動助成事業

岩手県共同募金会一戸町共同募金委員会（一戸町社会福祉協議会内）／問い合わせ 0195-33-3385

社協からのお知らせ
INFORMATION

ご案内

生活福祉資金教育支援資金のご案内

低所得世帯等を対象に、高校、大学、短大、専門学校への就学に際し必要な経費として、授業料や通学費用等就学に必要な経費を無利子で貸与する制度です。詳しくは下記までお問合せください。

｜資金の種類と内容｜下記のとおり
｜必要書類｜借入申請書、住民票、世帯の所得が分かる書類（所得証明書、給与明細書、年金証書等）合格通知書または在学証明書、就学費が分かる書類など
｜問い合わせ先｜一戸町社会福祉協議会（TEL 0195-33-3385）

種類	使途内容の例	貸付限度額	据置期間	返済期間	貸付利子
教育支援費	学校教育法に規定する高校、大学、高等専門学校への就学に必要な経費	高校　月額35,000円以内 高専　月額60,000円以内 短大　月額60,000円以内 大学　月額65,000円以内	卒業後6ヶ月以内	20年以内	無利子
就学支度費	学校教育法に規定する高校、大学、高等専門学校への就学に必要な経費	500,000円以内			

ご案内

日常生活自立支援事業（あんしんねっと）のご案内

高齢の方や障がいをお持ちの方で、福祉サービスの利用手続きや日常的な金銭管理の判断が不十分な方をサポートする事業です。

｜サービス内容｜福祉サービスを安心して利用するための援助サービス
日常的なお金の出し入れをサポートする金銭管理サービス
大切な書類等を安全に保管する書類等預かりサービス
｜利用料｜1回1時間当たりおおむね1,300円（相談は無料）　｜問い合わせ先｜一戸町社会福祉協議会（TEL 0195-33-3385）

募集

一戸町宅配食事サービスを利用してみませんか

一戸町社会福祉協議会では、町内在住で高齢や障がいにより調理が困難な方を対象に安否確認を兼ねた宅配食事サービスを行っております。安心安全を運ぶ宅配食事サービスをぜひご利用ください。

｜料金｜1食あたり400円（配達料無料）　｜提供エリア｜一戸町内全域
｜提供日｜毎週水曜日の昼食時間帯（土日祝日・年末年始除く）　｜問い合わせ先｜一戸町社会福祉協議会（TEL 0195-33-3385）

ご案内

おげんき見守りシステムのご案内

「今日も元気にしているかな？」離れて暮らしている家族の事が気にかかりませんか？本会では、ご自宅の電話機を活用したおげんき見守りシステムを実施しています。お気軽にお問い合わせください。

｜システムの内容｜利用者がご自宅の電話機から指定の番号へダイヤル。音声ガイダンスにしたがって健康状態を発信します。発信した情報は、登録したご家族と社会福祉協議会の携帯電話へメールとして届きます。
｜利用料｜設定無料 ※発信時通常の電話料金がかかります。　｜問い合わせ先｜一戸町社会福祉協議会（TEL 0195-33-3385）

募集

「いちのへ社協だよりゆいっこ」に対する皆さんの声をお聞かせください

第2期締切　2025. 10/31

本誌を読んで皆さんのご感想やご意見を右記までお送りください。ご応募いただいた方の中から抽選で3名の方に一戸町の特産品（1,000円相当）をプレゼントします。

応募を希望される方は、❶住所❷氏名❸年齢❹電話番号❺本誌へのご感想やご意見を明記の上、はがきやFAXまたは右記QRコードにて編集係までお送りください。発表は、発送をもって代えさせていただきます。

応募方法
｜はがき｜
〒028-5312一戸町一戸字砂森93-2
一戸町社会福祉協議会
「広報ゆいっこ編集係」
｜FAX｜ 0195-33-2737
｜メール｜
ichinohe-shakyo@themis.ocn.ne.jp