

【メルディア】一般財団法人メルディア広報誌

TAKE FREE

MELDIA

VOL.49
MAY.2022

面白がって毎日をハッピーに
生きてもらいたい

奥山佳恵さん インタビュー

医療・介護の場でも注目！
動物の持つ力で心身のケアを！

セラピードッグの世界

気になる絵本屋さん
人と人が出会う書店をめざして
Book House Cafe

漫画エッセイ

うちの子、へん？

発達障害・知的障害の子と生きる

おさんぽDE楽しむ！

～デザインマンホールを探して歩こう！～



So exciting!

ワクワクする
芸術たち



人の似顔絵は表情豊かな動物で描く

ぼくには人間が 動物に見えるんだよ



自閉症の天才イラストレーター 松元伸乃介

04 So exciting! ワクワクする芸術たち
ぼくには人間が動物に
見えるんだよ 松元伸乃介
語り 松元聖子(母)



08 医療・介護の場でも注目!
動物の持つ力で心身のケアを!
セラピードッグの世界



10 向き合う気持ちに共感
奥山佳恵さんインタビュー

14 装いも新たにデザインを一新! 「水越けいこ」が語ります
水越けいこ M Size はじまり Again



16 障がい者を応援、支援企業紹介
企業探訪 ワタミ株式会社

18 気になる絵本屋さん VOL.1
人と人が出会う
書店をめざして
Book House Cafe



20 おさんぽDE楽しむ!
デザインマンホールを探して歩こう!



22 漫画エッセイ
うちの子、へん?
【発達障害・知的障害の子と生きる】

©イクラニラッパー/シリコマンダース



26 荒川区内の福祉作業所や新施設の
良さをしって、ふれて、楽しんで
福祉作業所・社協ともに創る
～障がい者レクリエーション～



28 MELDIA つなぐ

30 読者プレゼント

YOGA

第1回 今月のヨガ

ヨガは「呼吸に意識を向けること」がとても大切です。お腹を使って深い呼吸をすることで、身体(筋肉)の緊張や心を解きほぐし、ストレス解消にもつながります。ちょっとした家事の合間に、お子様と一緒に楽しく体を動かしながらヨガを楽しんでみてください。



ON 朝起きた時や行動する前に。
身体を目覚めさせる。

三角のポーズ

呼吸 胸式呼吸 吸う吐くどちらも
お腹を縮めた状態で行う

- 真っ直ぐに立ち肩幅より両足を広げる。
- 左足のつま先を左側にむける(右足つま先正面のまま)
- 息を吸いながら両手を水平にあげ、息を吐きながら上体を左側にゆっくりと倒す。
- 余裕があれば目線を上に向け、深く息を吸う、吐くを繰り返して5呼吸キープ。
- 息を吸いながら状態を戻す。つま先の方向を入れ替えて反対も同様におこなう。



- Point
- 両膝が曲がらないようにしっかり伸ばしましょう。
 - 上体を倒す意識ではなく、心地よく上に伸びるイメージでおこなうとGOOD!!
 - 肩に力が入らないように注意。

OFF おやすみ前や疲れが溜まっている時に。
リラックスに導く。

チャイルドポーズ

呼吸 腹式呼吸 お腹を緩めて、吸った時
膨らみ、吐いた時戻る

- よつんばいになり膝を両方外に開く。
- 息を吐きながら、ゆっくりお尻を後ろへ落としていく。
- お腹は足の間に入れ、おでこをマットにつけ、両腕はまっすぐ前に伸ばします。
- 深く息を吸う、吐くを繰り返して5呼吸キープ。
- 息を吸いながら、ゆっくりと頭が最後になるように起き上がりましょう。



- Point
- 肩周りや腰の心地よいストレッチを感じましょう。
 - 気持ちをリラックスさせて全身脱力。



沖 知子(おき さとこ)
株式会社プレストラン代表 / プロフェッショナルヨガ講師
2017年にヨガと出会う。2016年MissWorldJAPAN 初代「MissYOGA」に。インド政府公認プロフェッショナルヨガ検定合格後、2017年に株式会社プレストランを設立。「おいしい呼吸のレストラン」をコンセプトに、「呼吸に意識を向けた時間」を通して、心の健康を提供。
5年前から、ダウン症をはじめ、障がいのある子どもをもつママのためのサークル活動支援を継続。2020年より東京都「エンジョイスポーツプロジェクト」では、モデル校2校のヨガ教師を務め、京都洛北高校・本川越小学校など全国の教育現場でヨガの授業を通して心のコンディショニングを指導。
独自のメソッド「リアルブレス」呼吸法を考案し、心身の健康の大切さを伝えるため、企業への導入・国内外でのイベント開催・学校教育への授業導入ほか、TV番組出演や監修、モデルなど、多岐に渡って活躍中。
Facebook@BREATHTRANT / Instagram@oki.satoko



子供と一緒に前に進んでいく、それしか道はない

「息子がほかの子供たちと違いがある」と感じたのは、伸乃介が4歳の時でした。その当時伸乃介には2歳年上の兄がいたのですが、先天性の腸の疾患とダウン症を併発し入院していました。私は入院している兄の世話にかかりきりになっていたので、伸乃介の子育てを実母へお願いしていたのです。

伸乃介が4歳の時に兄が亡くなり、ようやく彼の時間を持てるようになったのですが、いざ子育てをはじめると、落ち着きがなかったり奇声をはったりすることが多く、不安に感じ専門の先生へ相談することに。結果は、自閉傾向が強く、多動で知的障がいがあるとの診断でした。最初は目の前が真っ暗になりましたが、どんな診断でも親として受け止め、子供と一緒に前へ進んでいかなければなりません。

幸せなことに、私はとても愛情深い実母に育てられました。ですから伸乃介には、亡くなった兄の分まで「たくさん経験させてあげたい」「愛情たっぷり注いで育てていきたい」と改めて思い、決心した日でもありません。障がいがあったからには、彼の将来を考え、まずは子供の発達の状態や障がいの特性に合わせ発達支援(療育)をスタートさせたのです。自宅でも、伸乃介が何をしていたら楽

しいのか、どんなことに興味を示すのかを試してみることになりました。最初はペンを持たせてもどう書いていいかわからず、粘土を持たせてもただ握っているだけ。そこで折り紙を一緒に折ったり、積み木を積み上げて遊んでみたり、水泳や乗馬等、良さそうと感じたことは触れさせて反応をみるようにしたのです。そのなかでも一番興味を示したのは粘土と絵を描くことでした。

人の似顔絵は表情豊かな動物で描く

「ぼくには人間が動物に見えるんだよ」

自閉症の天才イラストレーター 松元伸乃介
— 語り 松元聖子(母)



各1名様 PRESENT

C パズル

D パズル

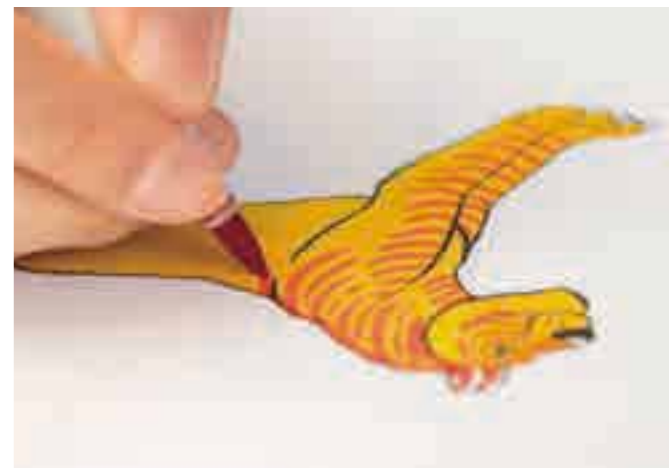
B マスク

A ぬりえ

詳しくは30ページ



お母さんのお店が伸乃介のアトリエ。



守るだけでなく体験・経験 することが心を成長させる

最初はペンの使い方もわからなかった彼だったので「ママ一緒に書いて！」と誘われるんですね。どんなに忙しくても手を止めて一緒に描いていくうちに「彼の頭の中のイメージと、私が絵を描くというイメージに食い違いがあるな」と感じるようになったのです。

描くことがとても好きで、多動症といわれているのに、紙を与えると大人の私たちでもびくつきするくらいに集中力で描いていく。夢中になると1時間でも黙々とこなしている伸乃介をみて、「上手い下手ではなく集中するいい材料が見つかった」と思い、とても嬉しかったですね。紙がなくなったら襖や床等、描ける場所さえあれば見つけては楽しそうに描いていました。いつも動物の絵ばかり描いていることに気がつき尋ねてみたこともありますが、理由は未だに伸乃介にしかわかりません(笑)。

今振り返ってみると、彼の個性を伸ばすことだけでなく「障がい者だから」という言い訳をしたくなかったので、しつぱりに関しては叱ることも多かったですね。例えば、お行儀が悪いことをしたときは、その場で叱り教える。「お行儀が

悪いことはとても恥ずかしいことなのだ」と本人に自覚させ、わかるまで何度も根気よく教えていきました。

観察眼が鋭いこともあり、そんなときに描く絵は、小学校のときは私が恐竜で火を吹き、伸乃介本人は仔犬になり端っこで泣いていた絵が、中学生くらいになると、私が口から火を吹いたドラゴン、そして犬の彼はマントをつけ空から戦いを挑む姿に。彼は言葉で伝えられないことを、絵で表現してくれるのです。

伸乃介が中学生の時、実母が癌になり養護学校の先生からは「大変だから送り迎えをしましょうか?」と提案していただきましたが、親の都合とはいえず、急な変更や行動は彼の心も乱れます。伸乃介を人にお任せするのも嫌でしたし、人間は亡くなるという事実も伸乃介に時間をかけて納得・理解してもらいたい、肌で感じる痛みや悲しみを知らせてもらいたいと思っただけです。そのため、学校を1年間休学させ一緒に看取ることにしたのです。その1年後実母は亡くなりましたが、伸乃介なりに受け止めてくれたように思います。時間をかけて体験することが彼の心を成長させる、と感じた瞬間でもありました。

筆ペンで一気に描きあげる 笑顔の動物が平穏の証

伸乃介のような障がいがある子供たちは、とても純粋で嘘をつかない、悪意もなく裏切ることもありません。言葉でうまく表現できずギリギリまで我慢してしまいうことも多々あります。そんなとき彼は絵を描くことで気持ちを表現しているように思います。ですから筆ペンでスラスラと描く動物たちが笑顔で表情が豊かだと、心も落ち着いているのだとわかります。

ドラゴンとなり火を吹いていた私のしつけも功を奏し、今では買い物荷物を持ってくれたり、食器を並べてくれたり、自分なりに考え行動できるようになっています。逆に伸乃介から教えられることも多くなってきましたね。

25年以上、お店を経営しているのですが、「ちよつと体調がすぐれないから仕事を休もうかな」と話すと、彼は私の仕事の準備をしてくれて「ついていってあげようか?」と私の背中を優しく押して誘ってくれるんです。

ちよつとケンカをしても「ママと僕は仲良しでしょ?」「愛してるでしょ?」って。私がイライラしていても伸乃介はいつも平穏で、角のたたない言葉の使い方

にはっ!とさせられることが多くなりました。

現在はコロナ禍で行けませんが、たくさん経験させてあげたいと思います。年に2回、2泊3日で国内・海外の動物園や水族館をめぐる旅行へ出かけるようにしています。伸乃介が描く笑顔の動物たちは、多くの人たちを笑顔にする不思議な力を持っています。皆に親しまれるそんな彼の才能をさらに伸ばしてあげたいですね。

PROFILE

松元伸乃介

1989年4月18日生。
3歳の時、重度の知的障がいと自閉症の傾向が強いと告げられました。幼稚園の頃から動物の絵にこだわりを持ち始め、これまで描き溜めた絵は3,000点以上のほびます。カラフルで、細かい絵が特徴。また、人間を描く時もなぜか動物で描き、個展などで開く「似顔絵展」は絶大な人気を得ています。



<https://www.tvkanazawa.co.jp/shinnosuke/>

一般財団法人 国際セラピー ドッグ協会の活動

人間のエゴで捨てられ、殺処分寸前の犬たちを引き取り、愛情をたっぷり注ぎながら2年半かけてセラピードッグとして育成しています。認定を受けたセラピードッグは、介護施設や障がい者施設等を回り、心のケアにあたっています。



日本初の認定セラピードッグ 「名犬チロリ」

5名様 PRESENT



名犬チロリ写真集
「Eye Contact」
詳しくは30ページ

ゴミ捨て場に子犬たちと
いっしょに捨てられていた
チロリ。嫌な思いもしたけれ
ど、大木代表に助けられ、セ
ラピードッグとして活躍し
ました。日本初の認定セラ
ピードッグに！



一般財団法人 国際セラピードッグ協会
東京都中央区日本橋人形町2-3-5ソレイユ人形町7F
TEL: 03-6231-0573
月～金:10時～18時 土・日・祝日休
<https://www.therapydog-a.org>



減ってはいるものの、飼い主が飼育放棄し保健所に送られる犬猫の殺処分数は、犬4,059頭、猫は19,705頭にものぼります(2020年度環境省HP参照)。人間の身勝手捨てられた子たちをなんとか助けてあげたいとの思いで、捨て犬、捨て猫の「殺処分廃止」を実現するため、セラピードッグ育成を地道に歩み続けています。

「セラピー」という言葉には、治療・療法という意味があります。長年アニマルセラピーに力を入れている一般財団法人国際セラピードッグ協会創始者の大木トオル氏は、音楽家として米国へ永住した後、社会福祉をライフワークとして、セラピードッグの育成と高齢者や障がい者のケアを続けている人物です。セラピードッグは、高齢者施設や障がい者施設、病院などで患者の方々の心身をケアする重要な役割を担っています。

同協会では、殺処分になる寸前の高齢犬や、目が見えない等、ハンディキャップを背負った犬や被災犬を引き取り、2～2年半をかけてセラピードッグの育成をしています。また現役を引退した犬たちの看取りまで一貫して行っている団体です。

か心を開かない子が多いそう。そんな犬たちに愛情を注ぎながら、大木代表が考案したウォーキングマナーや車椅子マナー、一緒に添い寝できるようなするためのベッドマナーなど、特別訓練カリキュラムをハンドラー(セラピードッグの教育及び指導員)が時間をかけ指導していきます。犬たち個々の能力や性格を大切に育てながらセラピードッグへと成長させ、対象となる方々の症状に合わせた治療のケアにあたるのです。

信頼関係を取り戻すため
カリキュラム取りを考案

保健所にいた犬たちは、ハンドラーと触れ合うことで、一旦は壊れてしまった信頼関係を再構築することで、優しい心を取り戻すそう。辛い思いや痛みを知っているからこそ、セラピードッグという役割が果たせるのかもしれない。

依頼があれば、北は北海道、南は九州まで出かけ、普段は関東近郊の介護施設、障がい者施設等を定期的に回っています。セラピードッグとの触れ合いを楽しみに待っている方がとても多く、「笑顔が増えた」「普段話さない人がセラピードッグの名前を呼ぶようになった」等々、セラピードッグが訪れる回数が多くなるほど、精神が安定し笑顔が増えるそうです。それはセラピードッグも同じで、アイコンタクトや人間から声をかけ



医療・介護の場でも注目!
動物の持つ力で心身のケアを!



セラピードッグの世界

動物たちとの触れ合いは、私たちの心に安らぎを与えてくれます。セラピードッグの力を借りて、心身を健康に導くアニマルセラピーが注目されています。



コロナ禍の捨て犬「ルーシー」保護当時

「セラピー」という言葉には、治療・療法という意味があります。長年アニマルセラピーに力を入れている一般財団法人国際セラピードッグ協会創始者の大木トオル氏は、音楽家として米国へ永住した後、社会福祉をライフワークとして、セラピードッグの育成と高齢者や障がい者のケアを続けている人物です。セラピードッグは、高齢者施設や障がい者施設、病院などで患者の方々の心身をケアする重要な役割を担っています。



元気になったルーシーと大木代表



ハンドラーとの訓練の様子



人間もセラピードッグも満面の笑みが溢れる



セラピードッグと協会のみなさん

殺処分寸前の犬を引き取りセラピードッグへ

向き合う気持ちに共感

面白がって毎日をハッピーに生きてもらいたい

奥山佳恵さんインタビュー



最後の出産 貴重な経験がしたい

長男の子育ての道のりは、決して平坦な日々ではなかったのですが、健康上は何の問題もなく子育てができていました。第2子の妊娠がわかった時も「長男の時と同じ経過をたどる」としか思っていないませんでした。

長男と同様、第2子を身籠った私の体はとても順調でした。妊娠中毒症などのトラブルもなかったため、これできっと最後の出産だろうし、貴重な経験としてチャレンジしてみようと自宅出産を考えるようになりました。また、自宅で家族に囲まれリラックスし自然な形で分娩したいとの思いが強くなり、自宅出産を選択しました。

出産に向けて、病院の産婦人科と同じ

くらい検査しましたが、その時は特に変わったことは見つかりませんでした。私の両親も家族も第2子の誕生を心待ちにしていたのです。

自宅出産で家族に見守られながら誕生

臨月になりいよいよ自宅出産当日、陣痛がついてからわずか1時間半で第2子が誕生！自分もそうですが、家族さえもびっくりするほど、とても安産でした(笑)。今思い出してもあつという間の出来事のような感じでしたね。

第2子は、長男の名前の1字と、夫がサーフィン好きで、光に反射した波がキラキラする様を見て世の中の美しいものをたくさん見てほしいと思ったこと、そして私の希望は、いつも笑って元気に生きてほしいとの思いから、「美良生(みらい)」と名付けました。



障がいがあってもなくても一緒に遊ぶ。 みんなのことが大好きで、 「歩く世界平和」のような存在です

生後、病院から 告げられた事実

出産直後はとくに何の心配もなかったのですが、日が経つにつれ美良生の体重の伸びが良くない、と助産師さんから指摘を受け心配になり病院へ連れて行つたところ、低体重で入院することになりました。

「すぐに退院できるだろう」と軽く考えていたのですが、病院の先生から「ちよつと検査をしてみましょう」と言われ、精密検査をしたところ、美良生の心臓に穴が空いている心室中隔欠損症だったことが判明。



高い割合でダウン症の可能性があると告げられ、染色体を調べたところ「ダウン症」と診断されたのです。私は、当たり前のように生まれて元気に育つとばかり思っていたので、事実を告げられたときは血の気が引く思いでした。とてもショックで、健康な体で産んであげられなかった自分を責め、毎日泣いては

かりいました。それは長男も一緒に遊べることを楽しみにしていたので、ショックはとても大きかっただろうと思います。

長男の一言で肩の力が抜け 前向きに

美良生が生まれた当時長男は小学校4年生で、お友達におしゃべりが苦手なダウン症の同級生がいました。

長男はそのお友達と小さい時から接していたので、彼なりにダウン症を理解していたのだと思います。

何か吹っ切れたのか、翌日にはケロッとして「からかわれても大丈夫！弟はゆつくり大きくなるんだ。かわいい時期がいっぱいあって楽しめるじゃない？自慢してやるんだ!!」とニコニコ笑いながら話すんです。落胆していた私たちに「だって、長男のひと言が障がいも含めて美良生だよ、と、背中を押してくれたきっかけになりました。」



知ってもらったことで 美良生の笑顔が増えていく

ダウン症はゆつくり大きくなっていくと言われていたのですが、美良生の場合完全オリジナル。同じダウン症でも一人ひとり差があることがわかったんです。

療育も大切だと思いましたが、いつも笑顔で美良生の成長ペースに合わせて子育てをしながら、いろいろな場所に連れて行きました。そうすることで、地域の方に美良生のことを知ってもらうことができ、同じような悩みを抱えた仲間が増えたこともよかったです。

また学校ひとつとっても、大きな出会いがあり、一般的には支援学級へ進むところ、入学を迎える半年前「インクルーシブ教育」を推奨している先生方と出会い、長男が通っていた地域の校長先生に、普通級へ進みたい旨のお手紙を書き、事



前打ち合わせもした上で、美良生は普通級を選択しました。

不安もありましたが、美良生の個性をそのまま認めてくれるクラスの友達や先生方には感謝しています。

毎週お友達が遊びにきてくれるのですが、皆が美良生に合わせた「美良生ルール」を作ってくれます。

例えば、鬼ごっこなら美良生に合わせて早歩きするルールだったり。嫌々ではなく楽しくアイデアを生み出しながら遊んでいる姿を見ると、「地域の中でみんな一緒に育つ」って、こういうことなんだと感じています。

美良生はこうして毎日楽しい時間を過ごし笑顔が増えています。彼が笑顔になると、周りも自然と笑顔になる。まさに「歩く世界平和」のような存在です。美良生が生まれたとき長男が言っていた、自慢できる弟に成長しています。

PROFILE

奥山 佳恵

1990年、映画「喜多郎の十五少女漂流記」全国オーディションにて約3万人の中からグランプリを射止め、92年同映画にて主演でスクリーンデビュー。翌年日本アカデミー賞新人俳優賞受賞。以降、ドラマ・バラエティー番組などで活躍する。2001年結婚、翌年第1子となる長男を産出。2011年には次男を産出、その後次男がダウン症であることが判明する。現在は、2度の子育て、ダウン症の次男を迎える家族の日々などを伝えることでダウン症への理解を深めてほしいと、TVやイベント出演、講演活動なども積極的に行っている。趣味は手芸とイラストを描くこと。端切れで作った手作りのぬいぐるみを全世界の子供たちに贈るチャリティープロジェクトにも毎年参加している。



奥山佳恵の てきとう絵日記

奥山家の何気ない日常の生活や、自身のお仕事のことなどを綴っているブログ。たまーに奥山さんが書いたゆるーい絵が笑いを誘います。

<https://ameblo.jp/okuyama-yoshie/>



ラーメンの水彩画でつづる 「奥山佳恵のラーメン天国」

https://kodomoe.net/serial/okuyama_ramen/



KEIKO MIZUKOSHI

言って、将来の夢は絶対にシンガーソングライター！という意思はなく、何となくエンターテインメント業に憧れている程度でした。

当時の私にとって、シンガーソングライターとは、雲の上のような存在で、憧れの域を超える事はなかったのです。そんな心境の中、高校を卒業する事になります。就職先は地元のテレビ局です。今思うと、この就職も貴重な経験でしたね。できればカメラマンを担当したかったのですが、簡単に任せて貰える仕事ではありませんでした。本気でカメラマンになりたい、という姿勢も、当時の私には足りなかったのだと思います。

カメラマンへの道は断念しましたが、テレビ局には残りました。局内で様々な仕事を体験してしばらくした後、番組中の商品CMなど、タレント的な仕事を担う事になりました。一見華やかに見えるその役割は、アイドル性を要求される事などもあり、私の憧れていた人間像とは、少し離れてしまっている感覚がありました。エンターテインメントが好きなのに、その理想の違いが、私自身に戸惑いを募らせ悩んだ末、退社する事を決めました。そして、新たな就職先にはエンターテインメントとは関わりのない、地元の金融機関を選んだのです。

勤め始めてから、しばらく経った時、「スター誕生！」という、新人歌手を発掘

する目的のテレビ番組に、友人が私を推薦して応募しました。私自身は「もう、勘弁してよー」くらいの感覚で、その時は、まさか人生の奇跡を決定付けるような出来事になるとは、想像もしていませんでした。

結果、決勝大会までは進む事ができましたが、オーディションは不合格。まあ、そんなものかな、と諦めていた頃、同オーディションに参加していた事務所から、勤務先に連絡がありました。「あの大会は、アイドルを選出するものだった。ギターを弾きながら歌う君にはアイドルは相応しくない。シンガーソングライターとして、一緒に頑張ってみないか？」と、嬉しいお誘いをいただいたのです。

そして、その運命の時から現在まで、長い長い音楽人生を歩む事になっていくのです。今まで、本当に色々な経験をさせていただきました。きっと皆さんもたくさん軌跡がある事でしょう。そんな円熟した私達に大事な事は、それらの経験を思い出にするだけではなく、その経験を未来の自分に、そして大切な人の幸せの為に、いかに活用できるかどうかだと思います。



節目を迎え、新たな気持ちで努力し続ける

次号、このコラムは節目を迎える訳ですが、今まで書いたコラムを全て読み返

装いも新たにデザインを一新！「水越けいこ」が語ります

青春の軌跡と偶然は音楽人生の始まり

——シンガーソングライター 水越けいこ



友人の応募が自分の人生の転機となる

このコラム「M size」は、この掲載でVol.49を向かえる事になりました。連載当初、私自身こんなに長く続けられるとは思っていませんでした。今日を迎え、数年に渡り執筆を支えてくれた大勢のスタッフ、何より支持を続けてくれた読者の皆様に、改めて感謝の気持ちで一杯です。

次号、記念すべきVol.50を創作するにあたり、今回は、個人の歴史を少し振り返ってみたいと思います。私の事をよく知らない方も、たくさんいるでしょうからね！

私は山梨県の道志村という、自然豊かな地域で生まれ育ちました。家族の影響もあり、幼い頃から音楽が好きでした。高校生の頃には、ボーカルとアコースティックギターで演奏するグループを結成して、好きな楽曲をコピーして楽しんでいたので、良い思い出です。だからと



してみようと思っっています。そして、その全ての瞬間、隣にいてくれた息子の表情を思い出してみようと思います。私の歴史は、音楽、そして最愛なる息

子、麗良と共に築いてきました。そして、これからの人生は、それら大切なものに恩返しができるほど願い、努力していきたいと思っっています。

PROFILE

水越 けいこ
シンガーソングライター。1978年「幸せをありがとう」でデビュー。TBSの朝の情報番組「8時の空」に田中星児と共にレギュラー出演。その後、「ほほにキスして」「Too Far Away」がヒット。現在はダウン症を持つ息子・麗良と2人暮らししながら音楽活動と講演活動を続けている。



<https://ameblo.jp/keiko-mizukoshi/>

★ライブ情報★

2022/6/25(土)

LA DONNA原宿

OPEN:17:30
START:18:30

詳細、その他のライブは水越けいこオフィシャルブログ「Msize」をご覧ください。

