

第31回 2018年度

人権啓発東京講座

【主催】 一般社団法人 部落解放・人権研究所

【後援】 部落解放同盟中央本部

公益社団法人 全国人権教育研究協議会

『同和問題』にとりくむ宗教教団連帯会議

東京人権啓発企業連絡会

東日本部落解放研究所

一般財団法人 松本治一郎記念会館

人材開発支援助成金について

この制度は、厚生労働省の制度で、企業内における労働者のキャリア形成の効果的な促進のため、目標が明確化された職業訓練の実施、職業能力開発休暇の付与、長期教育訓練休暇制度の導入、職業能力評価の実施またはキャリア・コンサルティングの機会の確保を行う事業主に対して助成する制度です。制度の詳細については、厚生労働省・都道府県労働局にお問い合わせください。

ホームページ <http://www.mhlw.go.jp>

講座内容

もしかして、あなたの人権感覚はズレてる？

21世紀は「人権の世紀」です。今一度、あなたの人権感覚をみがいてみませんか。

◎多様性あふれるテーマ、充実の講師陣！

様々な人権問題を取りあげている基礎講座です。各分野の第一線で活躍している総勢 23 名の人権スペシャリストたちの講義は、問題の基本を押さえつつ、最先端の話が聞ける貴重な経験です。

◎体験と交流をとおして、ゆたかな人権感覚を！

3カ所の現地学習（フィールドワーク）や体験学習（ワークショップ）、班ごとのふりかえり（グループディスカッション）等をとおして問題意識を深め、ゆたかな人権感覚を目覚めさせます。

◎あなたも人権リーダーに！

講座修了後には、あなたの人権感覚は、きっと生まれ変わっていることでしょう。講座で学んだことを職場や暮らしの中で大いに役立ててください。

定員 50名（先着順）

受講料 150,000円 + 消費税

- 教材費、宿泊研修費を含みます。
- 現地学習および宿泊研修での交通費は含みません。

※聴講可能な講座もあります（受講料 3,500円 + 消費税）。詳しくは問合せ先 事務局までご連絡ください。

プログラム

	午前 9:30～11:30	午後1 12:40～14:40	午後2 15:00～17:00
第1日目 10月4日 (木)	開会式	【基調講演】 立憲主義と人権保障 小林 節 聴講OK	【部落】 現代の部落問題 内田龍史 聴講OK
第2日目 10月5日 (金)	【女性問題】 女性差別撤廃条約と日本 申 恵丰 聴講OK	【HIV】 日本のHIV・エイズの“いま” 高久陽介 聴講OK	【メディアと人権】 SNS時代、今や貴方も発信者 下村健一 聴講OK
第3日目 10月18日 (木)	【子どもの人権】 虐待や貧困から見える日本の子どもたちの現状 森山誉恵 聴講OK	【薬害】 薬害が語る、社会正義のありようとは？ 増山ゆかり 聴講OK	【部落】 人権で世直し 奥田 均 聴講OK
第4日目 10月19日 (金)	現地学習 講義（ハンセン病資料館と当事者の語り）・フィールドワーク（多磨全生園）		
第5日目 10月29日 (月)	(移動)	宿泊研修 講義・フィールドワーク（長野）	
第6日目 10月30日 (火)	宿泊研修 講義・フィールドワーク（長野）	【見た目問題】 見た目の症状とともに生きる 外川浩子	(移動)
第7日目 11月5日 (月)	【在日問題】 ヘイト・スピーチって何？ 金 尚均 聴講OK	■ワークショップ■ 私にとって、人権って何だろう？ ～1人称で語る権利～ ファシリテーター：若柳 翼	
第8日目 11月6日 (火)	【ジャーナリズム】 写真で伝える世界、東北の今 安田菜津紀 聴講OK	【企業経営と人権】 変化する内外情勢をふまえて 北口末広 聴講OK	【人権意識】 自尊感情と人権意識 北村年子 聴講OK
第9日目 11月12日 (月)	【部落】 部落に生まれて、部落に育つ 組坂繁之 聴講OK	現地学習 講義・フィールドワーク（東京）	
第10日目 11月13日 (火)	【ハラスメント】 職場のハラスメント問題を考える 内藤 忍 聴講OK	【障害者】 障害者の雇用と差別 野澤和弘 聴講OK	【医療事故】 うそをつかない医療 豊田郁子 聴講OK
第11日目 11月21日 (水)	【難民問題】 「ロヒンギャ」とは誰？ 河部太郎 聴講OK	【部落】 日常の中の部落差別 上川多実 聴講OK	【犯罪被害】 性犯罪被害者の実情 小林美佳 聴講OK
第12日目 11月22日 (木)	【LGBT】 LGBTも働きやすい職場とは？ 金澤恭平 聴講OK	人権研修プランづくり & プレゼン	【総括講演】 それって人権的にどうよ 竹内 良 聴講OK

※各日、講義終了後（17:00-17:30）にふりかえり（グループディスカッション）を行います。ふりかえりまで必ずご出席ください。

※第5日目（10月29日）および最終日（11月22日）は、講義終了後に懇親会を予定しております。

現地学習／宿泊研修



国立ハンセン病資料館

ハンセン病を知る

東京都東村山市の東北端にある国立療養所多磨全生園。隣接する国立ハンセン病資料館は、他に類を見ないほど充実した資料をもとに、ハンセン病に対する正しい知識の普及啓発による偏見・差別の解消と、患者・元患者のみなさんの名誉回復をめざしています。現地学習では、ハンセン病の歴史を学び、実態と向き合います。



産業・教育資料室 きねがわ

部落問題を知る 東京（現地学習）／長野（宿泊研修）

フィールドワーク（皮革なめし工場見学など）や当事者の語りから、部落差別の歴史と現状を学びます。現実を知り、正しい知識を得るとともに、偏見や差別のない社会づくりについて考察を深めます。協力：産業・教育資料室 きねがわ／部落解放同盟東京都連合会 墨田支部／人権センターながの

講師紹介



こばやし せつ
小林 節 慶應義塾大学名誉教授、弁護士

憲法は権力から国民を守るためにあります。人権を侵害しないよう国家権力を縛っているのです。しかし、現実はどうでしょうか。私たちに憲法とは何か、今こそ、一緒に考えましょう。



しもむらけんいち
下村健一 白鷺大学客員教授
(元 TBS 報道キャスター／内閣審議官)

SNS の発達で、今やあなた自身もメディアです。他人事ではありません。被害者、加害者、遺族、被差別者…の人権を守りつつ、過剰にビビって腫れ物に触るような逆差別もせず、フラットな発信できますか？



うちだりゅうし
内田龍史 尚絅学院大学総合人間科学部現代社会学科教授

部落問題とはいったい何なのか。部落差別は今でもあるのか。各種のデータを示しながら、部落問題の全体像と現状をお伝えします。私たちは部落問題とどう向きあえばいいのか、一緒に考えましょう。



もりやまたかえ
森山 誉恵 認定 NPO 法人 3keys 代表

1年間で日本でも対応している児童虐待件数は約 12 万件。周りに相談できる人が誰もいない子どもは 5 人に 1 人。愛される環境、教育を受ける環境、悩みを打ち明ける環境、目標や夢を持てる環境などが保障されない子どもたちの存在と、その背景にある親や社会の現状について、考えてみませんか？



しん へぼん
申 恵丰 青山学院大学法学部教授、
国際人権法学会理事長

世界経済フォーラムが昨年発表した男女平等ランキングで、日本は前年より更に順位を落とし世界 114 位。過去最低となりました。女性議員の少なさ、賃金格差、セクハラなど問題は山積ですが、状況を変えようとする動きも着実に出てきています。誰もが生きやすい社会をどうすれば作っていただけるでしょうか。国際的な法枠組みである女性差別撤廃条約を手がかりに考えます。



ますやま ゆかり
増山ゆかり 公益財団法人いしずえ（サリドマイド福祉センター）理事

サリドマイド薬害から 60 年近く経ちましたが、その後も HIV、スモン、C 型肝炎など、日本では薬害が繰り返されています。経済主導の社会構造が多発する薬害の背景にあると言われてはいますが、あなたは薬害について、いま何を知っていますか？



たかくようすけ
高久陽介 NPO 法人日本 HIV 陽性者ネットワーク・
ジャンププラス代表理事


「HIV」「エイズ」と聞いて、どんな印象を持ちますか。なんとなく恐怖を感じた方、自分とは関係ない話でしょ？と思った方は、ぜひ情報とイメージをアップデートしてください。日本には、すでに 3 万人の HIV 陽性者（感染が分かった人）が暮らしています。



おくだ ひとし
奥田 均 近畿大学人権問題研究所教授、
(一社) 部落解放・人権研究所代表理事


差別はいけないと思います。でもそうした問題がどうして私たちに関係しているのでしょうか。実は案外、深く関わっているのですよ……。

講師紹介




とがわひろこ
外川浩子 「見た目問題」解決 NPO 法人マイフェイス・マイスタイル代表

想像できますか。見た目が重視される現代社会の中で、生まれつきのアザ、事故や病気による傷、火傷、脱毛などの見た目の症状とともに自分らしくいきいきと生きている人たちがいることを。




のざわかずひろ
野澤和弘 毎日新聞論説委員、内閣府障害者政策委員会委員

合理的配慮ってむずかしそう？ 障害者差別解消法ってわかる？ それは誤解です。生きにくい世の中を根底からやさしくし、だれもが働きやすい職場にするためのものです。障害者だけ良くなったり得たりするものではありません。




きむ **さんぎゆん**
金 尚均 龍谷大学法学部教授

ヘイト・スピーチとは何か？ 名誉毀損・侮辱と何が違うのか？ どうしてヘイト・スピーチという英語を用いるのか？ 外国ではどのように規制されているのか？ これらの疑問を通じて、ヘイト・スピーチの「害悪」と「被害」の実態とその内容を知る。




とよだいくこ
豊田郁子 患者・家族と医療をつなぐ NPO 法人 架け橋理事長

2015 年 10 月、医療事故調査制度が施行され、日本の医療安全は新たなステージへと進みました。「うそをつかない」「情報を開示する」「ミスがあれば謝罪する」この三原則を病院の文化として根づかせ、患者と医療者のパートナーシップを作っていくことで、医療事故をめぐる苦しみを少しでも減らしていきたい。それが、医療事故で子どもを亡くした私の願いです。




わかやなぎ **つばさ**
若柳 翼 社会教育ファシリテーター、研修デザイナー

この時間は「私にとって、人権とは？」をテーマとして、人権と自分がどう関わっていくかを探求していきます。普段の講座とは一風変わったツールを使って、本講座での多様なテーマで学んだ「人権」を自分の現場でどう生かすのか、参加型講座でともに探求しましょう。




かりべたろう
河部太郎 写真家

今世紀最大級の難民問題とされるロヒンギアの難民流出。彼らはなぜ、母国ミャンマーで「架空の民族」とまで呼ばれ、迫害を受け始めたのか？ 国籍や民族といった括りからまれてしまったロヒンギヤという集団。日本にも住む彼らの置かれた状況について一緒に学びましょう。




やすだ なつ き
安田菜津紀 フォトジャーナリスト (studio AFTERMODE 所属)

「シリア」と聞いて、何を思い浮かべますか。激しい戦闘、あふれだす難民。けれど、もともと「難民」だった人はいません。世界情勢から東日本大震災の被災地、陸前高田市まで、ファインダー越しに向き合ってきた人々の生きる姿を、みなさんと共有したいと思います。




かみかわ た み
上川多美 BURAKU HERITAGE メンバー

部落差別は昔の話？ 西日本の話？ 自分には関係のない世界のこと？ いやいや、実は身近なこともかもしれない、実は自分も加担しているかもしれない、そんな視点から、部落差別について考えてみませんか？




きたぐちすえひろ
北口末広 近畿大学人権問題研究所主任教授

人口変動や科学技術の進歩にともない社会が大きく変化し、人権問題をはじめとする社会的課題も大きく変動している。そうした中で社会的課題の解決に向けた企業の役割がますます高まっている。こうした視点で今後のビジネスと人権について考えていきたい。




こばやし み か
小林美佳 『性犯罪被害にあうということ』著者

性犯罪の被害者は、何があったのかをすぐには説明できません。もし皆さんが被害にあったら誰に言いますか。自分だったら聞けるといいますか。また、性犯罪被害に対しては犯罪被害者支援のための制度がほとんど使われていません。その理由も一緒に考えていただけたらと思います。




きたむらとしこ
北村年子 自己尊重トレーニングトレーナー、ホームレス問題の授業づくり全国ネット代表理事

あるがままの自分の価値を認め、自己尊重感(セルフエスティーム)を高めることが、人権尊重の基本です。自分自身に価値を認められなければ、他者の権利を認めることはできません。他者を尊重するためには、まず自分自身を尊重することが大切なのです。真の自尊感情とは何か？人権教育における自己尊重感の重要性を、トレーニングの実践を交えながらお伝えします。




かなざわきょうへい
金澤恭平 NPO法人ReBit就活事業部マネージャー

LGBT(性的マイノリティ)は日本人口の7.6%、約13人に1人とされています。職場における理解の有無は、やりがいや生産性に影響するという調査も。LGBTの社員にとっても働きやすい職場づくりのために今日から取り組むことをご紹介します。




くみかかしげゆき
組坂繁之 部落解放同盟中央本部執行委員長

福岡県の被差別部落に生まれ育ち、そのムラではじめての大学進学を果たす。海外移住を夢みたが果たせず、親友の自死等で自らの足でしっかりと生き抜く大切さを学ぶ。やがて、部落解放運動に入り、部落解放同盟中央本部執行委員長になったひとりの男のドキュメント。人間、組坂繁之を語る。



たけうち りょう
竹内 良

人権と人権問題との違いは何だろう。人権尊重というけれど、具体的な言動としてはどうすることだろう。啓発で語ることは？



ないとう **しの**
内藤 忍 独立行政法人労働政策研究・研修機構副
主任研究員

いま問題のハラスメント。なぜ仕事上のハラスメントは起きる？ そもそもハラスメントってどういうもの？ ハラスメントに対処するにはどうしたらいい？ ハラスメントをなくすにはどうしたら？ 職場でハラスメント問題を担当するかもしれないあなたと一緒に考えましょう。

過去受講生を派遣された組織

IHI、あいおいニッセイ同和損害保険、あおぞら銀行、朝日生命保険、味の素、味の素ゼネラルフーズ、アメリカンホーム医療・損害保険、安藤・間、イオン、イオンモール、イトーヨーカ堂、イトキン、IMAGICA、EMGマーケティング、AIG損害保険、エクソンモービル、イーザイ、NEC、NECソリューションイノベーター、NTTコミュニケーションズ、NTTコムウェア、NTTソルコ、NTTデータ、NTT都市開発、NTTドコモ、NTTビジネスアソシエ、NTTファシリティーズ、在原製作所、大内新興化学工業、大林組、オムロン、オリエントコーポレーション、学研ホールディングス、学研プロダクツサポート、関西ペイント東京工場、関電工、関東電気保安協会、かんぽ生命保険、共栄火災海上保険、協同セミナー、清原住電、キリン、キリンホールディングス、近畿日本ツーリスト、クラシエ、栗田工業、群馬銀行、京成電鉄、京浜急行電鉄、原子燃料工業、航空電子ビジネスサポート、コスモエネルギーホールディングス、コスモ石油、コスモビジネスサポート、小林製薬、五洋建設、コロムビアミュージックエンタテインメント、佐川急便、佐藤工業、三菱、産業振興、資生堂、資生堂化粧品販売、清水建設、自治労、蛇の目ミシン工業、JXエネルギー、JFEスチール、商工組合中央金庫、商船三井、城北信用金庫、昭和大学、昭和電工、信越エンジニアリング、信越化学工業、新生銀行、ジンダイ、ストアークルーズ、住友金属物流、住友信託銀行、住友生命保険、住友電気工業、住友電設、住友電装、星和ビジネスリンク、セブン&アイ・ホールディングス、ソニー、ソニーコーポレートサービス、ソフトバンク、損害保険ジャパン日本興亜、ダイア建設、第一生命保険、ダイエー、大京、大成建設、太平洋セメント、ダーバン、大同生命保険、ダイハツ工業、大和証券グループ本社、大和ハウス工業、中外製薬、帝国ホテル、電通、東海カーボン、東京海上日動火災保険、東京ガス、東京ダイサービス、東京電力、東芝、東芝総合人材開発、東芝プラントシステム、トビー工業、トビー実業、飛鳥建設、ドン・キホーテ、日新火災海上保険、日新製糖、日清製粉グループ本社、日清紡ホールディングス、ニッセイ・リース、日本興亜損害保険、日本生命保険、日本電信電話、日本たばこ産業、日本電気協会、日本航空電子工業、日本山村硝子、ニュー・オータニ、農林中央金庫、農林中金アカデミー、ノザフ、野村證券、阪急電鉄、パレスホテル、東日本旅客鉄道、東日本電信電話、日立アプライアンス、日立オートモティブシステムズ、日立オムロンターミナルソリューションズ、日立化成、日立キャピタル、日立金属、日立建機、日立国際電気、日立システムズ、日立製作所、日立ソリューションズ、日立電線、日立電子サービス、日立ドキュメントソリューションズ、日立ハイテクノロジー、日立パワーソリューションズ、日立ビルシステム、日立プラントテクノロジー、日立物流、日立マクセル、日立メディコ、富士火災海上保険、富士ゼロックス、富士通、富士電機、不動トラ、マイカル、丸ノ内ホテル、マルハニチロ、丸紅、丸紅情報システムズ、みずほインベスターズ証券、みずほ信託銀行、みずほ証券、みずほフィナンシャルグループ、三井住友海上火災保険、三井住友銀行、三井住友信託銀行、三井造船、三越伊勢丹ホールディングス、三菱化学、三菱地所、三菱地所レジデンス、三菱自動車工業、三菱製紙販売、三菱倉庫、三菱東京UFJ銀行、三菱UFJニコス、三菱マテリアル、三菱UFJ信託銀行、メック・ヒューマンリソース、明治安田生命保険、持田製薬、山崎製パン、ゆうちょ銀行、雪印メグミルク、吉本興業、ラサ商事、リクルート、りそな銀行、レナウン、東京都、大田区、品川区、港区、目黒区、大分県大分市、千葉県佐倉市、千葉県松戸市、千葉県松戸市教育委員会、長野県御代田町、日本郵政グループ、練馬区社会福祉事業団、カトリック新聞社、カトリック中央協議会、浄土宗、浄土真宗本願寺派、真宗大谷派、神社本庁、世界救世教いつのめ教団、世界救世教主の光教団、全日本仏教会、曹洞宗、天台宗、天理教、東方之光、日本聖公会、本門佛立宗、立正佼成会、朝日新聞社、講談社、産業と経済、産経新聞社、時事通信社、集英社、小学館、星和ビジネスサポート、中央公論社、テレビ朝日、東京新聞、東京メトロポリタンテレビジョン、日本映画衛星放送、日本放送協会、日本放送出版協会、フジテレビジョン、双葉社、文藝春秋、ベネッセコーポレーション、ポニーキャニオン、マガジンハウス ※合併などによって掲載されていない組織もあります。(順不同、2018年5月現在)

修了生の声 (第30期生)



いな やすたか
稲 康隆

株式会社セブン&アイ・ホールディングス
人事企画部 人権啓発センター

多くの気づきを与えてくれる内容の濃い講義がまとめて受講できる非常に完成度の高い人権講座プログラムだと思いました。受講する前は人権担当者として「人権とは何か？」を伝えていく事に不安がありました。受講した後は伝えていく事にしっかりと自信ができました。これから受講される皆様には、おそらく、この講座に対する期待以上の学びが得られると思います。さらに学びだけではなく、人権を担当される貴重な仲間との出会いもありますので楽しみにしてください。



おおいけ よしあつ
大池 義厚

株式会社ゆうちょ銀行
人事部 専門役 (人権担当)

人権問題に無知であったとしても、何も恥じることも卑下することもありません。私もそうでしたし、講座参加者の皆さんもそう言っていました。これまで如何に人権問題を真正面から捉えてこなかったか、これから何を考え実行すべきか、それを考えさせてくれるのがこの講座です。差別行為に苦しみ、戦っている人たちに会うことができ、自分の中で「差別は絶対許される行為ではない」との意識が大きく育っています。私も人権啓発リーダーの一人になれたような気がします。次は皆さんの番ですね。



こばやし かつのり
小林 克典

富士火災海上保険株式会社 (現 AIG 損害保険株式会社) 人事部 人権推進チーム

この講座により、人権担当者として知っておくべき広範な知識を修得できました。選りすぐりの講師陣による講義は感動的です。例えば、当事者による講義を通じて、人権侵害の現実を目の当たりにします。講座に参加していなければ、見過ごしていたかもしれない差別の事実を知ることができました。私は、この講座から、「知って、次はどうする?」というとても重たい課題と責任を突きつけるメッセージと、「人権の取り組みは人生を豊かにしてくれる、だから一歩踏み出せ」と勇気を与えてくれるエールを、合わせて受け取った思いがします。



こや おさむ
小屋 修

NTT コミュニケーションズ株式会社
ヒューマンリソース部人権啓発室

「人権」って自分もまだこれから取り組むのに、社内に啓発推進することが出来るのだろうか?と不安に思っている皆さん、安心して下さい。東京講座は、人権啓発の幅の広さをあらためて実感するとともに、当事者の方のお話を聞く機会も豊富です。そんな東京講座に参加することで、「今」と「これまで」の人権啓発を身に付けることが出来ます。そしてそこには、身に付けた知識を基礎として、「これから」の人権啓発を考えることが出来るあなたが生まれていることでしょう。東京講座の同期として一緒に走り出す仲間とともに!



ひらかわ ゆり
平川 由理

株式会社日立システムズ
人事グループ

講座前日、「マジで行くんですか?同和問題なんて今ないでしょう」と言った後輩がいます。私も人権担当でありながら同じ思いでしたし、仮にそんな問題があっても遠い世界のことという意識がありました。いざ講義を受けてみると、私自身が実はマイノリティの方たちや様々な人権問題に対するバイアスを大きく持っていることに気づきました。この「気づき」が講座を通じての一番の収穫です。すべての人間が生まれながらにして自由で平等な日本と世界をめざす第一歩のために、この講座からスタートしてほしいと思います。



みねもと さちこ
峯元 佐知子

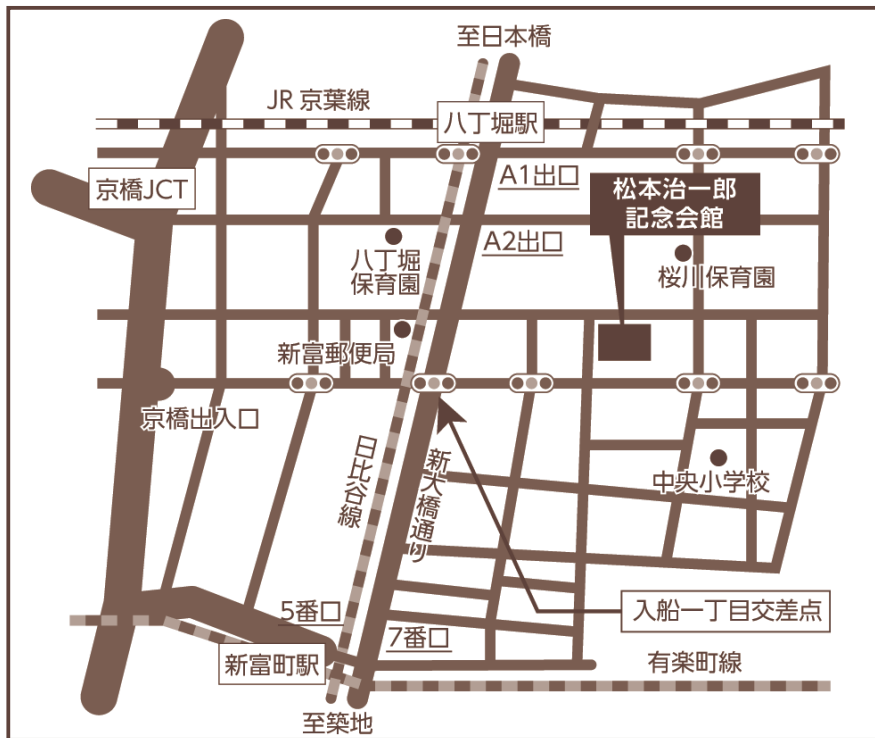
東京ガス株式会社
コンプライアンス部コミュニケーション支援室

「現実を知る」事の重要性を突き付けられた思いです。「なんとなく知っていた」では、知らないのと同じ。歴史や痛みを理解することで、あらためて人権問題への取組みを再認識しました。人権問題はまず知ることが第一歩です。個人が経験できることは限りがありますが、この東京講座は当事者の方や第一線で活躍される講師陣、現地でのフィールドワークを通して、根本的な人権課題を深く掘り下げて理解できる素晴らしい機会です。人権担当として前に踏み出すための背中を後押ししていただきました。

申 込

- ◎**申込方法** 2018年9月20日(木)までに、下記の申込書に必要事項を記入し、部落解放・人権研究所啓発企画部「人権啓発東京講座事務局」まで郵送、FAXまたはメールにてお申し込みください。受講決定通知書と請求書を送付します。(定員になり次第、締切ります)
- ◎**申込み・問合せ先** 一般社団法人 部落解放・人権研究所 啓発企画部 人権啓発東京講座事務局
〒552-0001 大阪府大阪市港区波除4-1-37 HRCビル8F
TEL.06-6581-8576 FAX.06-6581-8540 E-mail tokyo@blhrri.org
- ◎**振込先** りそな銀行 桜川支店 普通預金 0487613 一般社団法人 部落解放・人権研究所
代表理事 奥田均(おくだ ひとし) ※受講料は2018年10月3日(水)までにお振り込みください。
- ◎**講座期間** 2018年10月4日(木)～11月22日(木)までの期間の12日間
受講生は原則として全講義を受講してください。
※8割以上の出席とふりかえりシートの提出が修了の要件です。あらかじめご了承ください。
※班ごとのふりかえりまで必ずご出席ください。

会 場



一般財団法人 松本治一郎記念会館

中央区入船 1-7-1
TEL.03-6280-3360
地下鉄日比谷線、JR京葉線「八丁堀駅」
A2出口より徒歩3分
地下鉄有楽町線「新富町駅」
7番出口より徒歩7分

※車イスで参加される方や手話通訳等を必要とされる方など、受講にあたって支援が必要な方は、**8月31日(金)**までに事務局までお知らせください。

----- キリトリ線 -----

受講申込書

フリガナ お名前		勤務先 部署名	
勤務先 所在地	〒 -	e-mail	
		TEL:	FAX:
受講関係 書類 送付先 (上記と異なる場合のみ)	〒 -	e-mail	
		TEL:	FAX:

※正確にお書きください。なお、ご記入いただきました個人情報は、講座の運営上の目的以外には使用いたしません。
※ふりかえりシートのフォーマット等をお送りいたしますので、**個人用(職場・自宅どちらでも可)**のメールアドレスを必ず明記下さい。