

第3号様式(その1)

政務活動費収支報告明細書

研究研修費・調査旅費

実績報告書 No. /	項目	研究研修費・ <u>調査旅費</u> (該当する項目を○で囲む)			
	期間	平成 29 年 11 月 8 日 から 平成 29 年 11 月 10 日 まで			
	研究研修名 ・場所等	青森県五所川原市「ごしょぐらし体験ツアー」について			
		秋田県北秋田市「全国植樹祭の受け付け」について			
		青森県つるが市「胃がん撲滅検診事業」について			
	参加者	3 人			
(氏名等)					
早川 八郎、牧野 一吉、篠田 一彦					
経費	研究研修費	0 円	調査旅費	178,263 円	
実績報告書 No. 2	項目	<u>研究研修費</u> 調査旅費 (該当する項目を○で囲む)			
	期間	平成 30 年 2 月 17 日 から 平成 30 年 2 月 17 日 まで			
	研究研修名 ・場所等	メディカルフィットネスセミナー			
		「医療」「健康」「介護」をつなぐメディカルフィットネス			
		大阪市淀川区宮原4丁目1-4KDX新大阪ビル6F TKPガーデンシティ新大阪カンファレンス6A			
	参加者	1 人			
(氏名等)					
早川 八郎					
経費	研究研修費	19,320 円	調査旅費	0 円	
実績報告書 No.	項目	研究研修費・調査旅費 (該当する項目を○で囲む)			
	期間	平成 年 月 日 から 平成 年 月 日 まで			
	研究研修名 ・場所等				
	参加者	人			
		(氏名等)			
経費	研究研修費	円	調査旅費	円	
実績報告書 No.	項目	研究研修費・調査旅費 (該当する項目を○で囲む)			
	期間	平成 年 月 日 から 平成 年 月 日 まで			
	研究研修名 ・場所等				
	参加者	人			
		(氏名等)			
経費	研究研修費	円	調査旅費	円	
項目別合計	研究研修費	19,320 円	調査旅費	178,263 円	

第4号様式 (その1)

政務活動費実績報告書

研究研修費・調査旅費

実績報告書 No. 1

項目	研究研修費 調査旅費 (該当する項目を○で囲む)		
期間	平成 29 年 11 月 8 日から 11 月 10 日まで		
研究研修名	政務活動研究		
場所等	青森県五所川原市、秋田県北秋田市、青森県つがる市		
参加者	3 人 (氏名等) 早川八郎、牧野一吉、篠田一彦		
研究研修・調査の項目	青森県五所川原市：「ごしょぐらし体験ツアー」について 秋田県北秋田市：「全国植樹祭の受け入れ」について 青森県つがる市：「胃がん撲滅検診事業」について		
	適用	金額 備考	
経費内訳	会場使用料	円	
	講師料	円	
	交通費 (公共交通機関)	5,370 円	報告書 別紙1 参照
	交通費 (航空機代)	81,000 円	報告書 別紙1 参照
	交通費 (ガソリン代)	2,103 円	報告書 別紙1 参照
	交通費 (駐車場代)	1,800 円	報告書 別紙1 参照
	交通費 (レンタカー等)	29,160 円	報告書 別紙1 参照
	道路通行料等	4,830 円	報告書 別紙1 参照
	宿泊費	54,000 円	報告書 別紙1 参照
	178,263 円		

青森県つがる市
交付書
29.12.13
第222号

政務活動費実績報告書 別紙1

市民まちづくりネット

適用	適用日	明細		備考	単価	数量	合計
交通費(公共交通機関)							
	11月8日	尾張旭	大曾根	名鉄	300	3	900
	11月8日	大曾根	勝川	JR	190	3	570
	11月8日	勝川	名古屋空港	バス	300	3	900
	11月10日	名古屋空港	栄	バス	600	3	1,800
	11月10日	栄町	尾張旭	名鉄	400	3	1,200
							5,870
会費(航空機代)							
	11月8日	名古屋空港	青森空港	FDA363	12,000	3	36,000
	11月10日	青森空港	名古屋空港	FDA368	15,000	3	45,000
							81,000
交通費(ガソリン代)							
	11月10日	JA青森中央給油所			2,103	1	2,103
							2,103
交通費(駐車場代)							
	11月8日	駐車場代 2日間			900	2	1,800
							1,800
交通費(レンタカー等)							
	11月10日	11/8~11/10 3日間			29,160	1	29,160
							29,160
道路通行料等							
	11月9日	青森中央	浪岡		580	1	580
	11月9日	浪岡	小坂JCT		1,520	1	1,520
	11月9日	小坂JCT	青森中央		1,940	1	1,940
	11月10日	青森中央	浪岡		580	1	580
	11月10日	青森空港有料道路			210	1	210
							4,830
宿泊費							
	11月8日	リッチモンドホテル青森11/8日、9日			9,000	6	54,000
							54,000
総合計							178,263

第4号様式 (その1)

内 容

報告書 別紙2-1、2-2、2-3 参照

今後の活動計画

報告書 別紙2-1、2-2、2-3 参照

行政視察報告書及び今後の活動計画

日 時 平成 29 年 11 月 9 日(木) 10 時～
場 所 青森県五所川原市
視察内容 移住定住促進事業 ー人口減少に向けた移住支援ー

作家・太宰治の生家「斜陽館」で知られる五所川原市は、人口約 5 万 6 千人の市。

市政町村制施行以後も合併、編入を繰り返し現在に至っているが、都市部への人口流出により、人口は減少の一途をたどっている。

これに歯止めをかけ、流入人口の増加を目指して「移住定住促進事業」を立ち上げた。戦略的な位置付けは「若者の定住促進政策」とし、特に若い世代に移住してもらうことに主眼を置いていた。

具体的な事業内容としては、5 話に亘る移住支援に向けた動画を作成、24,000 回に迫る再生実績があった。また、移住相談会を設け、これらによって移住に興味を示した人には個別に相談会を実施、更には「ごしょぐらし体験ツアー」と題して、移住希望者が実際に五所川原市での暮らしを体験できるツアーを企画、移住後には家賃補助や新築マイホーム補助を設けるなど、切れ目のない支援が考えられていた。

こうした政策により、実際に移住した人の紹介もあったものの、取組みは道半ばのようである。

少子高齢化時代、当市においても将来の人口問題は他人事ではない。五所川原市の政策は洗練され優れた政策であると感じた。地域性という観点では大きな違いがあるものの、切れ目のない支援策に対する考え方等は大変参考になるものがあつた。

引き続き調査研究を行う。

行政視察報告書及び今後の活動計画

日 時 平成 29 年 11 月 9 日(木) 14 時～
場 所 秋田県北秋田市
視察内容 全国植樹祭の受け入れについて

平成 20 年第 59 回全国植樹祭が、秋田県北秋田市で開催され、当時の苦勞や実施後の状況などについて調査を行った。

開催 3 年前に決定され、国の緑化推進機構と秋田県で主催となった。北秋田市の対応は事務的な対応を行うため、準備室が設置された。あくまでも主催の主体は秋田県であり、主導は秋田県が行ったため、特に北秋田市として行うことはなかったとしている。

開催地としての負担については、特に北秋田市としての負担はなく、インフラの整備(道路)なども特段なく、荒天会場についても、現存する建物を現状のまま使用したとのことであった。当日のために沿道(道路・街路)には市民にお願いをし、プランターに花を植え設置を行った。敷材は県が準備を行うため、市としての特段の準備はなかったと聞いた。

開催に当たり、シンボルマーク・キャラクターは作成されたが、現在は活用されておらず、当時のグッズなどもほとんど残っていない状況である。

開催規模は参加者 12000 人とし、この参加者は限られた方々であることと、市外の人が多い。あらかじめ登録された方のみが参加となり、言い換えれば、市民のほとんどが参加できないこととなる。したがって、観光という視点では難しいものがある。

会場跡地の視察も行ったが、当時の面影は見受けられず、終了後の活用もされていない。結果的には経済的な効果は薄かったとしている。

本市で平成 31 年度に全国植樹祭を行うに当たり、継続性と有効性を見出しながら、今後につながるよう注視していきたい。

行政視察報告書及び今後の活動計画

日、時 平成29年11月10日(金) 10時～
場 所 青森県つがる市
視察内容 胃がん撲滅検診事業について

つがる市の死因の原因1位である癌は、全体の41%を占める。その癌の4分の1を胃がんが占めていた。

そこで、平成28年度、つがる市民診療所と弘前大学医学部から調査研究の協力依頼があったのをきっかけに事業化に向け準備を開始した。予算内容としては、平成24年からの5年間基金積立(過疎対策事業)4780万円によるものである。事業内容としては、20～39歳の若い世代にピロリ菌感染検査と除菌治療を行うことによって、ピロリ菌感染に関連する疾患を減少させ、将来的に医療費削減につなげることを目的としている。

その詳細においては、①市民への周知 ②関係スタッフの勉強会 ③検査機関の紹介 ④陽性者の胃がん発生危険度の判定 を大学・病院との連携により進めている。そして、平成27年度にはこの対象者を20から49歳までに拡大し、より予防医療に力を注いでいる。

今回この事業の特性は、予防医療による将来の医療費削減を狙っているところである。また、地域性による死因原因1位の胃がんに注目し、限りある財源をまずは一番大きな要因に使っている点は、見習うところである。

尾張旭市としても、地域特性による予防医療を目指すべきと感じた。

引き続き、調査研究の対象としたい。

日程	場所	移動手段	内訳
11月8日(水) 1日目	尾張旭市役所	9:00	集合
		9:02	
		↓ 徒歩	
	尾張旭	9:05	
		9:08	
		↓ 名鉄	
	大曾根	9:21	
		9:29	
		↓ JR	
	勝川	9:34	
		9:50	
	↓ バス		
名古屋空港	10:09		
	11:35		
	↓ 飛行機	FDA363	
青森空港	12:55		
	13:30		
	↓ 車	レンタカー	
青森市内	15:00	リッチモンドホテル青森	
11月9日(木) 2日目	青森市内	8:30	
		↓ 車	レンタカー
	五所川原市	10:00	
		11:30	
		↓ 車	レンタカー
	北沢田町	14:30	
	16:00		
	↓ 車	レンタカー	
青森市内	18:30	リッチモンドホテル青森	
11月10日(金) 3日目	青森市内	8:30	
		↓ 車	
	つがる市	10:00	
		12:00	
		↓ 車	レンタカー
	青森空港	15:00	
		19:15	
		↓ 飛行機	FDA368
	名古屋空港	20:45	
		21:20	
	↓ バス		
栄/栄町	21:40		
	21:50		
	↓ 名鉄		
尾張旭	22:16		
	22:20		
	↓ 徒歩		
尾張旭市役所	22:25		
	22:30	解散	

領収書等貼付用紙

№A 046079

領 収 書

(お客様片)

尾張旭市議会 市民打掛会様

金額 81,000 円

ただし 11/8~10 航空券代

種 別	金 額
現金	〇
振込	
カード	

上記の金額正に領収しました

平成 29 年 9 月 1 日

名鉄観光バス株式会社

名古屋市中区熱田区藤田町目6番34号
名鉄神宮前駅西七ツ目8階

発行部署 瀬戸支店

担当者印



社印・担当者印のないもの、及び、複写記入でないものは無効とします

金額 81,000 円

日付 29 年 9 月 1 日

《注意事項》

- ①領収書は、見やすく、かつわかりやすくするため日付順とし、重ならないよう貼付してください。
- ②両面印刷されているものは、裏面も確認できるように上部又は左端のみのりづけしてください。

領収書等貼付用紙



令頁又書

売上
 JA青森
 中央給油所
 青森県青森市高田川原192-1
 TEL:017-739-2560 SS:2000603000
 2017/11/10(金)15:51

上
 20-006-000-000000007-000-01 様
 現金フリー 手
 区分 10
 No.8761 P-02
 レギュラーガソリン
 15.81L/l @133.0 ¥2103
 (内ガソリン税 @53.8 ¥851)

合計 ¥2,103
 (内消費税等 ¥156)
 お預り ¥3,000
 お釣り ¥897

係員:0001 印-No.3229 01

金額 7,2103 円

日付 年 11 月 10 日

《注意事項》

- ①領収書等は、見やすく、かつわかりやすくするため日付順とし、重ならないよう貼付してください。
- ②両面印刷されているものは、裏面も確認できるように上部又は左端のみのりづけしてください。

領収書等貼付用紙

領 収 書 RECEIPT

№059039

市民まちづくりネット 様

金額

--	--	--	--	--	--

 ¥1800 円 (消費税込)

但し 駐車代として 上記の金額正に領収いたしました
the above sum of money is duly received for account of

2017 年 11 月 8 日

現金 クレジット

アールエヌイーモバイル株式会社

リッヂキングホテル青森

領収印

AOMORI

〒030-0841 青森県青森市長島1-6-6

TEL 017-732-7655 FAX 017-732-7656

金額 7 1,800 円

日付 年 11 月 8 日

《注意事項》

- ①領収書等は、見やすく、かつわかりやすくするため日付順とし、重ならないよう貼付してください。
- ②両面印刷されているものは、裏面も確認できるように上部又は左端のみのりづけしてください。



貸渡料金精算明細書 (兼 ご請求書) Rental Agreement

お客様控

貸渡人 **株式会社トヨタレンタリース青森**
 青森空港店
 青森市大字大谷字小谷i-14

RA610R
 発行年月日:平成 29年11月10日
 貸渡N: 7283242 *

電話番号017-739-0115

借名 称 所 **しのだ一彦後援会 様**
 住 所 XXXXXXXXXX
 人

<お貸しする車両>
 貸渡車両 プリウス1.8(15/12- 燃料 ガソリン
 登録N:青森 300わ1444

料金クラス HV2-K 車両クラス HV2-K

<ご利用内容>

	予定貸渡	貸渡	メーター(Km)
着	11月10日19時00分	11月10日16時13分	31,311
発	11月 8日13時20分	11月 8日13時20分	30,887
利用分	2日 5時間40分	2日 2時間53分	424

料金種別 自社I 料金割引率 0%

添付品 安心Wプラン 1

項目	予定料金	精算料金
基本料金	27,540	27,540
カード割引額(0%)	0	0
その他割引額(0%)	0	0
*	0	0
小計	27,540	27,540
免責補償料	ご加入	ご加入
特別装備料	0	0
添付品料金	1,620	1,620
ワンウェイ料金	0	0
燃料代	0	0
引取配車料	0	0
ご利用額	29,160	29,160
リース無償代車	0	0
NOC	0	0
免責実費料	0	0
お支払額	29,160	29,160
内消費税	2,160	2,160
予約金	0	0
給乗車券	0	0
当日預り金	29,160	29,160
クレジット	イオンクレジット	
預り金合計	29,160	29,160
マイル・ポイント利用	0	0
ご請求金額	0	0

乗車人数 2名
 返却営業店舗 青森空港店 017-739-0115 返却府県 県内
 運転者氏名 篠田 一彦 様

この支払金額内訳	

TOYOTA Rent a Car

トヨタレンタカー予約センター


0800-7000-111 無料

<http://rent.toyota.co.jp>

領 収 書		領収書N: 0167333 平成 29年11月10日
尾張旭市議会市民まちづくりネット 様		Receipt
領収金額 29,160 円	現金・小切手 1,620 円	収入印紙
(内消費税 2,160 円)	クレジット 27,540 円	
	交通系IC 0 円	
トヨタレンタカーをご利用いただき、誠に有り難うございます。 ご利用料金として上記金額を正に領収いたしました。 (なお、扱者印無きもの、又は金額訂正したものは無効です)		
営業店舗 青森空港店 住 所 青森市大字大谷字小谷i-14 電話番号 017-739-0115 株式会社トヨタレンタリース青森		扱者印
本社 青森県青森市新田三丁目8番4号		

第1号様式

支 払 証 明 書

支 払 先	住所 愛知県尾張旭市桜ヶ丘町西406番地												
	氏名 篠田 一彦												
支払年月日	平成 29 年 11 月 10 日												
<table border="1"><tr><td>金 額</td><td>4,620円</td></tr></table>		金 額	4,620円										
金 額	4,620円												
<p>(内容) ETC利用による以下の区間</p> <table><tr><td>11月9日</td><td>青森中央～浪岡</td><td>580円</td></tr><tr><td>11月9日</td><td>浪岡～小坂JCT</td><td>1,520円</td></tr><tr><td>11月9日</td><td>小坂JCT～青森中央</td><td>1,940円</td></tr><tr><td>11月10日</td><td>青森中央～浪岡</td><td>580円</td></tr></table> <p>ETC利用証明書添付参照</p>		11月9日	青森中央～浪岡	580円	11月9日	浪岡～小坂JCT	1,520円	11月9日	小坂JCT～青森中央	1,940円	11月10日	青森中央～浪岡	580円
11月9日	青森中央～浪岡	580円											
11月9日	浪岡～小坂JCT	1,520円											
11月9日	小坂JCT～青森中央	1,940円											
11月10日	青森中央～浪岡	580円											
<p>上記金額の支払に際しては、領収書を徴することが出来ないため、その支払いしたことを証明します。</p> <p>平成 29 年 11 月 10 日</p> <p>会派名 市民まちづくりネット 代表者名 篠田 一彦 (無会派議員は議員名)</p> 													

ご利用ありがとうございます。

利用証明書



東日本

料金所(自) 青森中央
料金所(至) 浪岡

17年11月 9日
8時44分

通行料金 (ETC/ETC外) ¥580-

車種 1

取番号

711-091098-855226

利用証明書は、ETC利用照会サービスで同字されたものです。サービス内容の情報は、<http://www.etc-maintai.jp/>にアクセスして下さい。

ご利用ありがとうございます。

利用証明書



東日本

料金所(自) 浪岡
料金所(至) 小坂JCT

17年11月 9日
12時45分

通行料金 (ETC/ETC外) ¥1,520-

車種 1

取番号

A32711-091119-867727

利用証明書は、ETC利用照会サービスで同字されたものです。サービス内容の情報は、<http://www.etc-maintai.jp/>にアクセスして下さい。

ご利用ありがとうございます。

利用証明書



東日本

料金所(自) 小坂JCT
料金所(至) 青森中央

17年11月 9日
18時10分

通行料金 (ETC/ETC外) ¥1,940-

車種 1

取番号

A32711-091144-775121

利用証明書は、ETC利用照会サービスで同字されたものです。サービス内容の情報は、<http://www.etc-maintai.jp/>にアクセスして下さい。

ご利用ありがとうございます。

利用証明書



東日本

料金所(自) 青森中央
料金所(至) 浪岡

17年11月10日
8時37分

通行料金 (ETC/ETC外) ¥580-

車種 1

取番号

A01711-100823-389321

利用証明書は、ETC利用照会サービスで同字されたものです。サービス内容の情報は、<http://www.etc-maintai.jp/>にアクセスして下さい。

領収書等貼付用紙

ご利用ありがとうございました。

領 収 書

青森県道路公社

青森空港有料道路

TEL 017 - 739 - 7496

17年11月10日 車種 普通

通行料金 ¥210-

現金 ¥210-

4067 - L04 - 88491

料金所では一旦停止してください。

金額 4 210 円

日付 年 11 月 10 日

《注意事項》

- ①領収書等は、見やすく、かつわかりやすくするため日付順とし、重ならないよう貼付してください。
- ②両面印刷されているものは、裏面も確認できるように上部又は左端のみのりづけしてください。

領収書等貼付用紙

領 収 書 RECEIPT		No059851	
市民まちづくりネット 様			
金額	¥54,000	円 (消費税込)	印紙税法 第5条第1号 により収入印紙 貼用せず
但し 宿泊代として 上記の金額正に領収いたしました the above sum of money is duly received for account of			
2017年 11月 8日		アールエス・アドモリ株式会社	
<input type="checkbox"/> 現金	<input checked="" type="checkbox"/> クレジット	リッチモンド 音森	担当印
		〒7030-1333 愛媛県松山市1-6-6	
		TEL 017-732-7656	

金額 ¥54,000 - 円

日付 年 11月 8日

〈注意事項〉

- ①領収書等は、見やすく、かつわかりやすくするため日付順とし、重ならないよう貼付してください。
- ②両面印刷されているものは、裏面も確認できるように上部又は左端のみのりづけしてください。

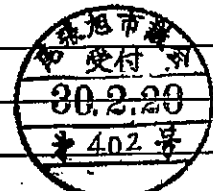
第4号様式(その1)

政務活動費実績報告書

研究研修費・調査旅費

実績報告書 No. 2

項目	研究研修費・調査旅費 (該当する項目を○で囲む)			
期間	平成 30 年 2 月 17 日から 2 月 17 日まで			
研究研修名	メディカルフィットネスセミナー 「医療」「介護」「健康」をつなぐメディカルフィットネス			
場所等	大阪市淀川区宮原4丁目1-4KDX新大阪ビル6F TKPガーデンシティ新大阪カンファレンス6A			
参加者	1 人 (氏名等) 早川八郎			
研究研修・調査の項目				
1.メディカルフィットネスの動向について				
2.現場で役立つメディカルフィットネスに関する基礎知識				
3.メディカルフィットネス&スパ ヴァレオプロの立上げから現在まで				
4.トップアスリートのフィジカルコンディショニング				
5.健康寿命を延伸するためのスローエアロビックのすすめ				
	適用	金額	備考	
経 費 内 訳	会場使用料	円		
	講師料	円		
	交通費 (公共交通機関)	14,320 円	三郷台栄町台名古屋台新大阪	
	交通費 (タクシー)	円		
	交通費 (レンタカー等)	円		
	道路通行料等	円		
	宿泊費	円		
	会費 (出席者負担金)	5,000 円	セミナー受講料	
		円		
			19,320 円	



内 容

メディカルフィットネスの定義としては、一般的なフィットネス施設の機能に加えて、健康診断・栄養指導・保健指導など医療的サービスも提供できるフィットネスである。このメディカルフィットネスのミッションは、「健康寿命の延伸」「医療費抑制」「雇用創出」があげられる。

メディカルフィットネスとみなされる施設は、医療法第42条施設・通所介護事業所デイサービス・運動型健康増進施設・指定運動療法施設・労働者保健保持増進サービス機関であり、行政が常に関わっている施設が多い。特に特徴的なのが、医療費控除の要件を満たせば、その控除が受けられるということである。いわゆる、ドクターに患者として検診を受け、そのドクターの指導方法のもと、運動施設で専門家(健康運動指導士など)から運動指導を受けることになる。

一般的な運動施設においては、インストラクターによるアドバイスの指導はあるが、メディカルフィットネスにおいては、「個別性」「安全性」「有効性」の観点からアスリートから介護を受ける方まで幅広いニーズに対応できることも大きな特徴である。

今後の活動計画

超高齢化社会を迎えた日本の国民一人一人が健やかに過ごせるよう図る過程で、メディカルフィットネスが担うことができる役割は多大と言える。

医療費・介護・医師不足・医療関係者の長時間労働など数多くの課題において、いち早いメディカルフィットネス施設導入が、この課題に対して一翼を担うことになると思う。

まだまだ、情報も少なく、手探り状態の施設も多いと聞く。

国や地方自治体もメディカルフィットネス施設を支援することは、「医療」「介護」「健康」にとって重要な課題となると思われる。

今後もメディカルフィットネスを調査研究していくことが、今後の活動として重要なことと感じた。

YAHOO! JAPAN 路線情報

下記の行程について往復が可能です

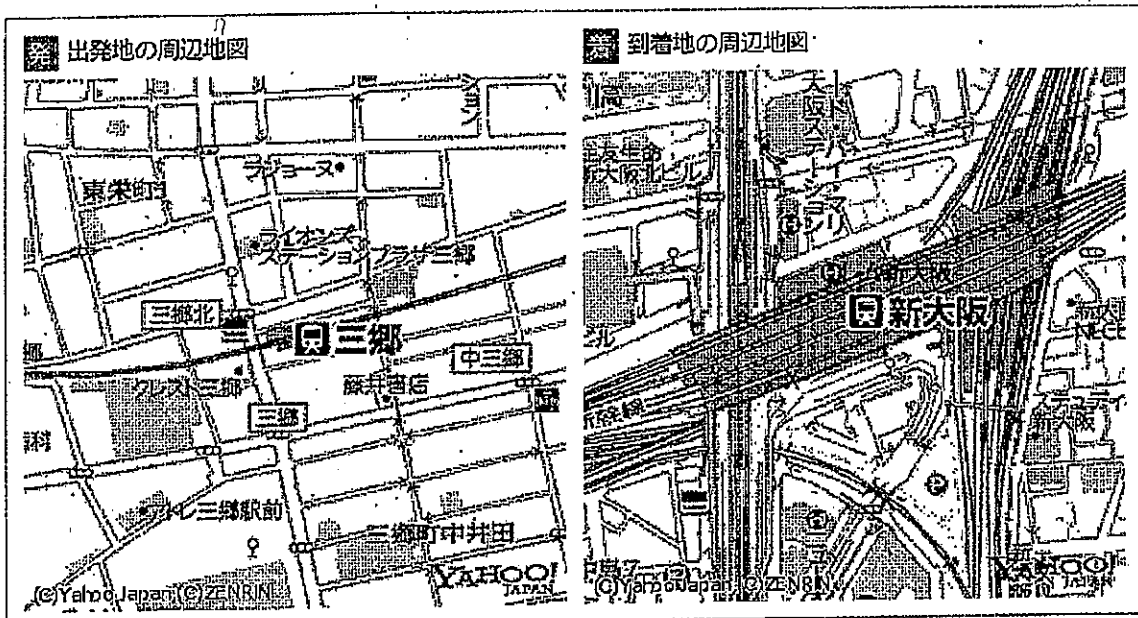
三郷(愛知県) ↔ 新大阪 2018年02月17日12:59到着

10:56発 → 12:53着 1時間57分(乗車1時間19分) 乗換: 2回 205.1km

現金優先: 7,160円 (乗車券3,950円 特別料金3,210円)

定期券通動: 1か月 160,090円 / 3か月 456,300円 / 6か月 - 円

10:56	三郷(愛知県)		
9駅	名鉄瀬戸線準急・栄町行 2番線発 → 1・2番線着		400円
11:20着 11:23発	栄町(愛知県)		
	徒歩		
11:25着 11:30発	栄(愛知県)		
2駅	名古屋市営東山線・高畑行 2番線発 → 2番線着		200円
11:35着 12:03発	名古屋		
2駅	JR新幹線のぞみ223号・新大阪行 16番線発 → 27番線着	指定席: 3,210円	3,350円
12:53	新大阪		



(例) 用件や行き先などを入力すると、経路とともに印刷できます。

印	印	印	印	印
---	---	---	---	---

領収書等貼付用紙

領 収 証

振込手数料(元) 1000

★ 45,000

内 訳

現金

小切手

手形

消費税率等(%)

2017.07.08

株式会社 アグロシステム

〒140-0002 東京都品川区東品川2-3-12

TEL: 03-5495-7780 FAX: 03-5495-7789

収入印紙

この日付に領収いたしました

アグロシステム株式会社

消費税率等(%)

TEL: 03-5495-7780 FAX: 03-5495-7789

金額 5000 円

日付 H. 30年 2月 17日

《注意事項》

- ①領収書等は、見やすく、かつわかりやすくするため日付順とし、重ならないよう貼付してください。
- ②両面印刷されているものは、裏面も確認できるように上部又は左端のみのりづけしてください。