



虹の会

社会福祉法人 サポートネット 虹の会

ニュースレター



No. 96
2025 / 1

サポートネット虹の会は西豪州政府に登録された非営利・非宗教団体です

新年のご挨拶

在パース日本国総領事 内藤 康司

サポートネット「虹の会」の皆様、新年おめでとうございます。

昨年は西豪州総督とパース市長の訪日、ANAパース・成田直行便の5ヶ月のお休みを経た上での再開があり、日豪経済会議の17年ぶりのパース開催も発表されました。

パースの日本人社会を中心とした様々な生活相談やボランティア活動に従事される虹の会の皆様におかれては、人気のサンデーマーケット、川崎享子先生による「子供とうちで日本語で話す」ワークショップ、読み聞かせ、ケアサポート、UWAで薬学を学ぶ学生館員の村上さんによる豪州の薬局活用法の共有等、有意義な活動を意欲的に開催して頂きました。特に7月の七夕イベントは予想を超える多数のご参加を得て大好評であった他、パース日本祭りのキッズ甚平セール等、パースに根づいた交流行事を各所で支えて頂きました。

昨年は50周年ラッシュでした。西豪州の姉妹都市で最も古いパース・鹿児島姉妹都市締結50周年にて下鶴鹿児島市長が来訪され、パース市長舎は日の丸にライトアップされ、パースウッドのKagoshima Parkでは記念の植樹が行われた他、当地定住の方々の地元愛の結晶とも言える「パース音頭」と鹿児島島の「おはら節」を両市長と一緒に踊りました。11月には今度はゼンピラス・パース市長が訪日し、鹿児島おはら祭りで2万人の踊り手に交じって両市長が練り歩いた他、「パース音頭」も紹介されました。

9月には東急によるヤンチェップ開発50周年式典が行われ、野本会長、クック首相等5名の閣僚等とともにマイルストーンを祝いました。7月の鉄道延伸の効果で次なる段階を迎え、「クリーン・グリーン・サステナブル・シティ」に大きな共感が広がっております。同7月には西豪州・豪日協会も50周年祝賀イベントを開催し、同協会が運営する日本文化教育センター(旧兵庫センター)にも日本企業等から多大なご支援を賜りました。このように昨年は、先人達の長年の努力と継続に感謝しつつ、次の半世紀へ日豪友好のコミットメントを新たにする良い機会となりました。若手はパースを愛する先輩方を尊敬し、その精神が着実に受け継がれていることは素晴らしいことと思っております。

虹の会の皆様には、互助とボランティアの精神で、日本人が当地で快適に暮らすための悩み事相談、家庭訪問等の活動を行うのみならず、西豪州の方々との友好親善、新旧世代をもつなぐ「虹の架け橋」として活動されていることに対し、あらためて御礼を申し上げます。

本年は10月5-7日の日豪経済会議で600名近い日豪経済人がパースに参集する「日本の年」となります。皆様と一緒に楽しみながら盛り上げて行ければと思います。2025年も皆様のご健勝と、虹の会の一層のご発展を心よりお祈り申し上げます。



新年度を迎えて

虹の会 会長 大槻慎一

明けましておめでとうございます。

虹の会が、スタートしたのが、2000年ですので、今年は、設立25周年となります。正にあつという間の25年でした。

昨年10月5日に、第24回の定期総会が開かれ、前年度の事業報告と決算、今年度の事業計画と、予算が承認され新年度の役員も決まりました。

ボランティア活動も年々変化しているように思えます。これは、若い世代のスマホ依存症の影響なのか、各人のコミュニケーションの取り方が、以前と比べて、変わっているように思えます。実は、このような時にこそ、“虹の架け橋”として、皆さん同志の真の交流の機会が、大切だと思います。私も今月で、83歳の高齢を迎えますので、元気なうちに、皆さんの架け橋をつなぎ合わせる仕事に精を出していきたいと思っています。

これからも、より一層皆さんのご協力、ご支援をえて、虹の会をここパースで、信頼できる皆さんのボランティア団体にしていきたいと考えていますので、今後ともよろしくお願いいたします。



ボランティア向けグリーフセミナー&傾聴トレーニング開催報告

バーカー ユミ
(虹の会理事/カウンセラー)

11月8日、イーストビクトリアパークで「グリーフセミナー」と「傾聴トレーニング」というボランティア向けのイベントを開催しました。11名の方々にご参加いただき、充実した学びの時間となりました。講師として参加者の皆さまと有意義な時間を共有できたことを嬉しく思います。第一部のグリーフセミナーでは、日本と欧米のグリーフの違いなども含め、悲しみや喪失について理解を深めることに重点を置きました。和やかな雰囲気の中、参加者の皆さまは時に笑い、時に涙を見せながら、積極的に質問をしてくださいました。死や喪失は人生で避けられない悲しいイベントです。悲観する人の気持ちや感情を理解したり共感したりすることで、様々な気づきを得ていただけたと思います。第二部の傾聴トレーニングでは、効果的なコミュニケーションスキルの向上を目指しました。実践的なワークショップを通じて、参加者の皆さまは他者の声に全身で耳を傾けることの難しさと大切さを改めて認識されたようです。実際のシナリオに基づいたロールプレイでは、お互いにフィードバックを行いながら、スキルアップに取り組みました。参加者からの事後アンケートでは以下のような感想をいただきました：「グリーフセミナーで自分の感情と向き合えたことは非常に意義深かったです。これをボランティア活動に活かしていきたいと思っています。」「傾聴トレーニングでの実践的な学びは、他者とのコミュニケーションをより円滑にしてくれそうです。」このようにアンケート結果からも、全体的に高評価をいただいたことがわかります。虹の会では今後も引き続き、ボランティア向けのトレーニングを企画していく予定です。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。今後とも虹の会をご支援いただけますと幸いです。

二名の参加者からの感想文をいただきましたので以下に掲載いたします。

この度はユミ パーカーさんのグリーフ&傾聴トレーニングに参加させて頂きありがとうございました。

このセミナー&トレーニングに参加させて頂いて、大きく三つ学びさせて頂きました。

まず一つ目は、日本と欧米のグリーフの違いに驚きました。日本では1年か3周忌、7周忌とその人によって違いますが、期間が長いのに対して、欧米では2週間から1ヶ月で基本的にはグリーフ期間は終わり、それ以上長いと心身症と診断されるそうです。

そして、二つ目はグリーフサポートは基本的に、傾聴のみでアドバイス等はしないという事です。



ついつい、何か聞かれたらアドバイスしてしまいますが、その人に寄り添い、共感するというのはとても参考になりました。最後に、その意外と忘れがちなのが、自己ケアも重要であるという事。お世話する方が、お世話される人に親身になりすぎて、自分や自分の家族を犠牲にしまい、自分自身が心身共に疲れ切ってしまうもしくは、家族崩壊となることもある。今回のグリーフ&傾聴トレーニングに参加させて頂きと日本と欧米のグリーフの違い、傾聴の仕方、自己ケアの需要さを教えて頂きました。これから、グリーフケア、傾聴する際には参考にさせていただきます。とても貴重な機会をくださりありがとうございました。【参加者 ヴァリス 亜矢子】

虹の会「グリーフサポート&傾聴トレーニングセミナー(ボランティアの方々を対象とした)」に参加して

11月8日に開催されました当セミナーは、虹の会理事/カウンセラーのバーカーユミ講師によるボランティアのみならず日常生活で誰もが遭遇する「人の深い悲しみにどう寄り添うか」を学ぶ興味深い勉強会でした。私にとっては仕事上ではペインクリニックで心身ともに病む患者さんへの精神的サポート、身近では夫を亡くした親友や愛息を亡くした従弟に如何に寄り添ったら良いのか日々迷い悩む、大きな課題でしたので改めて勉強する機会に恵まれたことを大変感謝しております。

第1部グリーフサポートの講座ではグリーフの定義とポイント、グリーフのサイクル(ショック期・喪失期・閉じこもり期・再生期)を理解し、各々期に於る感情的、身体的そして行動的サポートの重要性とその具体的方法を学びました。ご主人の余命宣告を受け茫然としている友人を前に何か言わなくっちゃと焦った私、愛息を突然失い泣き叫び「死にたい」を繰り返す従弟を前に途方に暮れてしまった私、実はこのショック期は「ただそばにいたいこと」が一番大切で言葉は不要でした。喪失期はひたすら傾聴し相手の身辺に気を配る。閉じこもり期は静かに寄り添って見守る。再生期は前向きな変化を賞賛し勇気づけ更なる一歩を踏み出せるよう手助けをする。各々のサイクルに適応した心遣い・気配り・掛ける言葉、そのタイミングとテクニックに具体例を加えた詳細明瞭な講義には「目から鱗」で感銘する場面が多々ありました。

第2部の傾聴(ActiveListening)トレーニングでは傾聴のスキルを実践的に学び、対象や状況のシナリオを作成し参加者同士のロールプレイで冷や汗の実体験をしました。傾聴の基本は幾つかありましたが私が姿勢を改めなければと痛感したのは「話を遮らないで最後まで聴く」「同情・批判・アドバイスをしない」そしてゴールドンルール「沈黙に耐える」でした。

ここから学んだ事を糧に再生期真っ只中の親友と従弟には今までの自己流試行錯誤とは違ったアプローチで正面から向き合うことができそうです。その日々の中でスキルを重ね何時かボランティアとして少しでも誰かのお役に立てる日を迎えられたら幸いです。バーカーユミ講師をはじめとし当企画にご尽力頂いた虹の会の皆様、今後大いに役立つ有意義な勉強会を有難うございました。【参加者 関口栄子】

『お互いさま』の心

虹の会正会員 ルーカス 祐子
(プレイグループ訪問コーディネーター)

これまでプレイグループのコーディネーターを兼任していたバーカー ユミさんに代わり、今期よりルーカス祐子さんが担当されることになりました。そこで、自己紹介文をいただきましたのでご紹介します。

信州は安曇野、北アルプスの麓で、今から思うとかけがえのない素晴らしい環境で子供時代を過ごしました。教育県である長野県はじつに大らかでオープンな県民性で、田舎では今でも昔ながらの助け合いが暮らしの中に息づいています。困った時は『お互いさま』がごく普通なのです。これが私の虹の会での活動の原点です。高校卒業後、勉学のため東京へ。好きなことをやらせてもらえるのだから自分の力何とかしたい思いが強く、朝日新聞奨学制度に応募し、新聞配達をしながら卒業しました。皇居やテレビ局へも配達、麹町・平河町が担当でした。これはこれでマスコミが押しかけるような場面に遭遇したり普通なら会話できないようなお客様との触れ合いが宝物になりました。そして就職は小規模でも歴史が古くなんか面白そうだという直感のみで英国の証券会社の求人に応募し、東京代表事務所の創業メンバー(3名)のひとりとして5年間勤務。その間大蔵省より証券業免許を認可され正式に支店に昇格、東京証券取引所の会員にもなることもできました。英国人の夫に見染められたのも同じ目標に向かい頑張ったこの会社を通じてです。1988年旧七夕の日に奈良の山奥天河で古式ゆかしい結婚式を挙げ、寒いイギリスに帰りたくない夫と、東京で子育てしたくなかった私が住処に決めたのがこのパースでした。長男、長女



に恵まれ、私供の夢であった自給自足に近い生活と珍種のアヒルやガチョウ、鶏のブリーダーをし、南と家を毎週行ったり来たりすること20年余り。途中立ち上がったばかりの虹の会入会のきっかけは、耳も聞こえず話すこともできない日本人女性リーダーの通訳をしてくれないかというものでした。子育て真っ最中でしたので、その後の活動は子育て支援を中心に細々ですが『継続は力なり』で現在に至っています。今年6月に夫を亡くすまで4年近くひとりで自宅介護しました。一緒に住んでいる娘がいなければできなかったことです。その間、夫に絶対に辞めるなど約束させられた趣味のコーラスとゴルフがあったからこそ、最期まで精一杯すべてを捧げることができたのだとも思います。長い目でみれば、本当に誰でも『お互いさま』なのですね。

事務局だより

虹の会 事務局長 ねぎ 美佐子

2025年、明けましておめでとうございます。

今年は、虹の会設立25周年です。

さて、虹の会は昨年9月1日より新年度を迎え、10月7日にWest Leedervilleの日本語キリスト教会で、第24回定期総会を開催しました。総会では、前年度の事業や決算についての説明や質疑応答を経て承認、続いて新年度の事業計画案・予算案その他の議題が承認されました。総会后、例年通り出席者の皆さんと懇親会を行いました。

新年度の役員は下記の通り承認されました。どうぞよろしくお願い致します。

会長	大槻慎一
副会長	デービス靖子
事務局長	ねぎ美佐子
会計長	打田睦美
監査役	細川貢司
理事	天野かおり、バーカー由美、曾根幸子、孫澄江、中島美智子

新年度最初の活動として、11月8日にボランティアのためのトレーニングとして、「グリーフ&傾聴トレーニング」を行いました。『傾聴』はボランティア活動を行っていくうえで大切なスキルですから、今後もこのトレーニングは定期的に行う予定です。11月24日にはカラカッタ墓地内の日本人墓地の清掃に従事しました。2025年から日本人墓地清掃は、合計4団体が、年1回の当番で清掃に当たります。虹の会は、これまでは5月と11月の2回、日本人墓地の清掃を行ってきましたが、年1回となります。



今後の予定としては、2025年1月18日土曜日の夕方、Kings Parkで恒例の新年親睦ピクニック、3月15日にはSupreme Court Gardenで行われる日本祭りにフاندレイジングの一環として参加します。また、7月6日には昨年度初めて行いました「七夕祭り」を実施予定、その他、講習会やワークショップ・セミナーなども企画検討中です。

KYS(キッズ&ユースサポート)チームでは、プレイグループの訪問に加え、ティーンエイジャーを対象にワークショップ「先輩に聞いてみよう」を予定しています。ワークショップ「子どもとうちで日本語を話す」も根強い需要がありますので継続していきたいと思います。

ケアサポートチームでは、登録会員のお住まいのナースিংホームやご自宅への訪問や電話による安否確認、GPや病院等への送迎のボランティアを行っています。1ヶ月に1度でも、登録会員のお話し相手をしていただける方、また医療機関へ

の送迎等をしていただける方、ご連絡をお待ちしています。

皆様のご意見、ご要望も参考にさせていただきますので、ご遠慮なく事務局までお知らせください。

* 虹の会の活動に興味のある方、
虹の会の運営に興味のある方は事務局までご連絡ください。

【事務局: admin@njinokai.org.au
または、☎ 0403 530 928】



2025年パース日本祭りは
3月15日(土)に決定
at
Supreme Court Gardens

今年も大好評の
虹の会メンバーが丁寧に製作したハンドメイド甚平を販売致します
是非虹の会のブースに遊びに来てくださいね！

虹の会 新会計長紹介

こんにちは。この度、虹の会の役員に選任されました打田睦美です。

以前は正会員として2年間、虹の会のボランティア活動に参加しておりましたが、今期より会計係として活動させていただくことになりました。

2018年からパースに住んでおり、カーティン大学院で2年間商学を学んだ後、現在は日豪センターでマーケター、また訪問介護会社の経理担当として働いています。

ボランティア活動は幼少期から長年続けており、パースでも虹の会と大学を通じて活動を続けてきました。今後は仕事と兼任しながら虹の会の会計を担当しますので、至らない点もあるかと思いますが、精一杯頑張ります！

趣味は、最近飼い始めた柴犬のお散歩です。パースでおすすめのドッグランやスポットがありましたら、ぜひ教えてください！

どうぞよろしくお願いいたします。



会員紹介

虹の会協力会員 藤本朋美

この度、協力会員の一人として入会しました藤本朋美と申します。出身地は愛媛県です。

パース出身の旦那、長男(13)次男(8)長女(5)の5人で暮らしております。

日本では保育士として働いており、こちらでも保育士として働いておりましたが、長男を妊娠してから昨年まで専業主婦に専念しておりました。

今年から、子ども達全員がフルタイムで学校に行くようになり、まだまだ子育ては忙しいですが、それでも少しは余裕もできてきました。

思い返せば、今まで色々な人の助けに支えられました。今度は自分が、何か少しでもお役に立てることをしたいと思い、虹の会に入会しました。他にも、学校のボランティアや Sister Project という、migrant / refugee の特に女性の方を支援する団体でのボランティアもやっております。

また、コミュニティーサービスの一環である、親御さん向けのプログラムの parent facilitator の仕事も始めました。試行錯誤しながらも楽しんでやっております。

毎週末は、唯一続けていますバスケットの試合に参加し、自分の時間を楽しんでいます。

少しでも日本人の皆様のお役に立てられたらと思います。よろしくお願いします。



協賛各社



Regents Garden

★★★★★

**WORLD CLASS
AGED CARE RESIDENCES
& RETIREMENT VILLAGES**

安心を支える医療と看護

BATEMAN | LAKE JOONDALUP
BOORAGOON | AUBIN GROVE
SCARBOROUGH

www.regentsgarden.com.au



パース日本語キリスト教会

2001年創立。パースにて唯一日本語で礼拝ができる教会です。

日曜礼拝：日曜13時から
プレイグループ：木曜10時半から12時まで

連絡先：0479-176-232 (パース日本語教会 森本まで)
所在地：101 Kimberley St. West Leederville WA 6007

日本語ブログ：<https://blog.goo.ne.jp/pjcc6007wa>
Facebookページ：West Leederville Presbyterian Church

大好評！パーティ用寿司プラッター各種あり
お好みに合わせた盛り合わせも可能
お気軽にご相談下さい
Tel.9218-8973 / Email.jawsoffice@inet.net.au

お寿司と言えば、やっぱり ジョーズ



Jaws
Fresh Sushi. The Healthy Choice.

ランチテイクアウト East Perth 店 323 Hay St (パース造幣局向かい) T- 6237 1780	回転寿司&テイクアウト Hay St. Mall店 726 Hay St. T-9481 1445	回転寿司&テイクアウト Town Hall 店 Shop 4, Equus Arcade 580 Hay Street T-9221 3255
---	---	--

www.Jawssushi.com.au



+ 日本語医療センター

全科の診療が可能 (歯科を除く)

【診療項目】内科、外科、整形外科、耳鼻咽喉科、小児科、眼科、産婦人科、泌尿器(性行為感染症)科、皮膚科、アレルギー科、心療内科、精神科 など

一般診療の他、各種予防接種、健康診断パッケージもあります。

海外旅行傷害保険キャッシュレスサービス

海外旅行保険加入者は医療費(専門医を含む)及び通訳、薬、検査などの費用は支払い不要です。※保険適応外ケースもあり

AIU、東京海上日動、JI、ACE、三井住友、日本興亜、損保ジャパン、あいおいニッセイ同和、HS、各種クレジットカード付帯などの保険が取り扱えます。

日本語で診察 日本人通訳が常動しており、言葉の心配は全くありません。

- お電話にてご予約の際も、日本語にて対応いたします。
- 女性医師、日本人看護婦がおります。●日本語にてお薬の説明をいたします。

ご予約はお電話でどうぞ

08-9486-4733

※繋がりにくい時には携帯電話 0400-166-533 へどうぞ。
※混雑を避けるため予約制となっておりますが、緊急時は常時受付致します。

一般診療予約受付時間 月～金 | 8:00～17:00 土 | 9:00～12:00

住所：Level 1, 713 Hay St. Perth WA 6000

ウェブサイト：www.nihongoiryocentre.com.au



協賛各社



KAI JAPANESE
Japanese Dining and Takeaway

Telephone Orders
9332 - 0388
We accept Eftpos, Visa & Master cards

Shop 4 / 110 Parry Avenue Bull creek WA 6149
Parry Place Shopping Centre

Trading Hours
Lunch Tuesday - Friday 11 am - 2.30 pm
Dinner Tuesday - Sunday 5 pm - 9 pm
Monday and Public Holidays Closed

BYO
Corkage \$3 per bottle



cubeit.com.au

引っ越しならキューブにご相談ください

国内引越・海外引越



お見積もり無料!

自社便あり、市内引っ越し、他州向け、各国向け
航空便、船便のお引っ越しもお取り扱いしています



08-6245-7077 (日本語)
cubeit.com.au/ja/perth
インターネットで予約できます



パースの日本人公認会計事務所
JCM タックス&ビジネスサービス
www.jcmtabs.com.au

税金やビジネスに関するご相談は日本語で!
初回ご相談およびお見積もりは無料です!

- ✓ ビジネス・会社の税務
- ✓ ビジネス・会社の経理業務
- ✓ 独立・起業のご相談
- ✓ 新規ビジネスの設立・登録
- ✓ ビジネスコンサルティング
- ✓ 税金やビジネスに関する各種ご相談
- ✓ 個人のタックスリターンや税務相談



お問い合わせは日本語でどうぞ
info@jcmtabs.com.au
0435-344-969

タックスエージェント 登録番号 24694713
JCM Tax and Business Services Pty Ltd
www.jcmtabs.com.au



編集後記

今回の編集にあたり文字サイズを10pt.から10.5pt.へと僅かに大きくしてみました、読みやすくなりましたでしょうか。

さて私、半年ほど前からPC操作などで椅子に長く座っていると、何故かお尻の右側が痛くなってくるのです。立ち動いているときは痛みは無いので、それなら立ってPCを使おうと。モニター位置を高く固定して立って使いましたが、これがやってみて分かったのですが、じっと同じ場所に立ち続けるのって思いのほか疲れます。結論は立ったり座ったりしながら使えるのがベスト、という訳でOfficeworksで昇降台(Sit Stand Desk)を買いました。これが大正解。もし同様の症状でお悩みの方がいましたらお勧めいたします。N



ようこそ「サポートネット虹の会」へ

ボランティア団体「サポートネット虹の会」は、西豪州政府の認可を受けた非営利・非宗教団体です。

「サポートネット虹の会」は「私たちに役に立てることはありませんか」の精神に則り、パース地域社会の日本人、国際結婚をした日本人の家族、その他の人たちのより良い相互サポートを目指して、私たちの出来るサポートの充実化に日々努力を重ねています。

高齢で一人暮らしの人が病気や事故に遭遇して、即手助けが必要な場合、障害を持つ人たち、一人暮らしで緊急時に家族の助けが得られない人などを、組織的にサポートしています。

また外国で暮らす日本の子供たちに、歌や遊びを通して日本の文化を伝えるサポートをしています。

(1)生活情報の提供、紹介	移住後間もない方、学生、ワーホリの方たちのために。
(2)医療情報の提供、紹介	医療システムなどが分からない方たちのために。
(3)高齢者への支援	ケアチームによる定期訪問、見守り、コミュニケーション(家族との連絡、専門家との連携)、実際の介護は含みません。
(4)妊娠・出産サポート	妊娠直後～生後3ヶ月のお子さんを持つ親へのサポートをします。
(5)子育て相談	子育てに関する悩み事などのご相談、何でも結構です。
(6)病院、ナーシングホームなどへの見舞い、お手伝いなど	お近くに入院なさっている方がいて、訪問、お手伝いなどを希望される方への付き添い、送迎。
(7)プレイグループへの支援	日本人プレイグループへの支援を行なっています。
(8)その他のサポート	(1)～(6)以外のサポートにも相談に応じます。
(9)メール相談	上記(1)～(7)までの相談事を含む、さまざまなメール相談を行っています。外国暮らしの中で困ったこと(例えば、ドメスティック・バイオレンスなどの緊急避難や子育てに関すること)、悩み事をおもちで相談相手の欲しい方、生活上のヒントなどをお求めの方は、お気軽にご連絡ください。

【会員】

「虹の会」には次のような会員の種類があります。日本語が話せれば、国籍に関係なく誰でも参加できます。

入会希望者は「虹の会」事務局に御連絡くだされば入会申込書を差し上げます。

正会員(\$30) パース近郊に在住し、1年以上ボランティア活動ができる方

準会員(\$20) パース近郊に在住し、1年未満ボランティア活動ができる方

学生会員(\$10) 学生ビザと学生証を所有し1年以上ボランティア活動ができる方

賛助会員(個人 \$20・法人 \$30) 会の趣旨に賛同し、資金面で援助をする個人および法人

協力会員(不要) 資格、経験を生かして会の活動に協力する個人および法人

登録会員(不要) サポートを受けたい方、あるいは将来サポートを受けたい方

【支払い方法】

小切手の場合: 宛て先 Support Net "NIJI NO KAI" Inc. / 送り先 P.O.Box650, Nedlands WA 6909

銀行振り込みの場合: 口座名 Support Net "NIJI NO KAI" Inc. / BSB No.016-363 /

口座No.3483 45499 (ANZ Bank)

振込みが特定できない場合が有りますので、銀行店頭で振込みの場合は、メールかお電話でご連絡ください。

【申し込み】

虹の会ホームページの入会申し込みフォームから、もしくはメールかお電話でご連絡ください。

● お問い合わせ: 事務局

Tel : 0403 530 928 受付時間 月～金 9:00～17:00

<https://www.nijinokai.org.au>

✉ info@nijinokai.org.au

 <https://facebook.com/Nijinokai.Perth/>