令和 5 年度日本 ALS 協会長野県支部の総会&交流会を 6 月 25 日(日)千曲市総合観光会館で開催しました。

当日はハイブリット形式で行い、現地参加 51 名、オンラインにて 18 名の方が参加されました。総会では支部長、役員の新旧交代が承認され、新支部長に選任された小林さゆりさん(長野市在住)、退任された前支部長の塚田洋子さん(長野市在住)からそれぞれ挨拶を頂きました。

支部役員の詳細は支部だより最終ページをご覧ください。



今年度、県の「地域発・元気づくり支援金事業」の助成を受けて「**医療的ケアを必要とする患者の災害対策」**を行うことになりました。

講演では日本 ALS 協会鹿児島県支部 事務局長 里中利恵氏をお招きし、鹿児島の取り組み事例を交えて具体的な 災害対策についてお話し頂きました。里中氏の講演内容については次回 37 号(災害対策特別号)に掲載させて頂きます。

新支部長 小林さゆりさん 挨拶

掲載内容

- 1. 6月25日(日) 総会&交流会の報告
- 2. 令和5年度 第1回 3号研修報告
- 3. 令和5年度 第2回 3号研修開催のお知らせ
- 4. 11月19日(日) 秋の交流会のご案内
- 5. おしゃべり広場ご案内
- 6. 患者さんの投稿「私の第一歩」 A·Tさん
- 7. 支部からのお知らせ
- 8. 入会のご案内と申し込み
- 9. 支部の動き
- 10. 支部連絡先
- 11. 企業広告

(麻屋家具製作所様・岡谷酸素様・サクラメディカル様)



6月25日(日)

総会&交流会の報告



交流会では、現地参加された当事者の皆さん、オンライン参加された方より、災害についてどう対応しているのか、現在の状況等についてお話をお聞きしました。

司会:現地参加の皆さんから一言ずつ、災害対策についてどう対応しているのか、またどんなことに不安があるのかなど併せ て近況についてお話しください。

K氏:自宅に発電機を用意している。1年に1度避難訓練をしている。

司会:ホンダのカセット式の発電機(下記参照エネポEU9iGB)は須高地区で貸し出し制度があり、須坂市に 5 台、小布施町、3 台、高山村 2 台、用意している。年齢制限はなく人工呼吸器や酸素を使っている方が利用できる。医療的ケア児にも対応でき、現在、3 台貸し出していると。長野市には貸し出しはない。

今年度、長野県の「**地域発** 元気づくり支援金」の助成を受けて支部長宅で**在宅避難モデル体験会**を行う予定です。 その模様を秋の交流会で発表する予定です。A さんもやってみたいですかね。

A 氏:37 歳で発症し今年で6 年になる。現在はパーソナルヘルパーの助けを借りて自宅で生活している。災害時に備えていきたい。

↑氏:話を聞いたので発電機やバッテリーを用意していきたい。

司会:Tさんは夜間のみ呼吸器を使っている、アンビューの使い方はどうですか。 練習をしておいてほしい。

M 氏:災害対策については、大きなバッテリーがほしいと思っているが高い。

モバイル、小さいもの中型のものは使っている。

呼吸器を使っているのに息苦しいことがあったときにアンビューを使った。

在宅の電気の通電システム、管理ができるもの。避難するときに必ず持っていく。

アンビューバックは使用できる状態にして目視できるところにおいてある。





N氏: 夫が4年前にALSと診断された。松本に在住、市内から離れているので介護や看護を請け負ってくれるところがない。 母の介護や家計を支えなければならないので在宅は難しい。 松本では松枯れの倒木があり、停電することがある。夫が在宅だったらと思うと怖い。

今は施設に入所している。仕事の合間にフルーツゼリーを手作りして持って行っている。口から食べることを楽しんでほしいと思っている。また、コミュニーケーションツールを使うことで 笑顔が見られる。こうした交流会に参加することで勉強になる。司会:オンライン参加の K さんどうでしょうか。

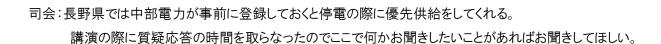
K 氏: 母が患者。4 年前に発症した。ポータブル電源をどうしようと思っているが何も用意していない。今日、話を聞いたので蓄電池を用意したい。家で使っている吸引器は常時コンセントに差し込んでいる。外出の際に車のシガレットを使ったが、あまり遠出をすることがないので持っていかないこともある。もう少し危機感を持とうと思う。

司会:停電の際や外出の時にはバッテリー式や足踏み式があれば便利か。

今日は相澤東病院の近藤先生がオンラインで参加してくださっています。近藤先生一言お願いします。

相澤東病院 近藤先生:鹿児島県支部の里中さんの話は現場の話で参 考になったのではないか。兵庫県に赴任していた 2004 年に水害が ありその時 4 人の方が在宅療養されていた。

> 台風のような準備できるものであれに事前に用意しておいたほうがよいか。 これから暑くなるので脱水などに気を付けてほしい。



Q: 介護者の備えはどの位必要か

講師里中氏:介護者の食事は 1 週間分くらい、インスタントラーメンや非常食。今は温かいものも簡単に作れるようなものがある。自分だったら何が食べたいか、そういうものを用意したらどうか。

司会:保健所の方が参加されていますがどうでしょうか。

伊那保健所 K 氏: 個別避難計画書を作成しているが一人ずつ更新しながら作っているのでもう少し時間をいただきたい。 司会: 毎年情報が更新してご苦労があると思います。今日は福祉県支部から 3 名の方が参加しているので福井県の状況を 話してほしい。



福井県支部 K 氏:この 3 年間、総会は開催していない。3 年前は 9 名の参加があった。今は 3 名になった。限界集落になっている所もある。会員に関わらず参加してもらえるようにしたい。

12~3 年前の福井県豪雨の最中に介護していた。その時、地域の人が集まってくれた。消防団の人が車いすを 4 人がかりで家の外に出してくれた。5 分間はアンビューを使った。地域の人と交われるようにしておいてほしい。自分たちは 1 週間に 1 回、地域の中を散歩していた。

行政の人は道筋を作ってくれる。任せっぱなしではなく地域の人 で避難訓練をした。普段からここにいるんだということを意識していてほし い。

講師里中氏: 県がある程度モデルを作ってほしい。 そうしないと市町村は動けないと思う。

福井県 K 氏: 当時の支部長が自らブレーカーを落として停電の状態を作って発電機を使って実際に体験をした。 近所の人も来てくれた。ものいう ALS 患者になってほしい。

司会:里中さんの話の中で発電ステーションということがあったが、それはまだ長野県にはないと思うが、社協で EV 車を持っている人と利用者を結びつける体制を作ろうとしている。

講師里中氏: トヨタ自動車のプリウスを使うことも考えたが普段の管理が難しい。 訪問看護ステーションが電気自動車を購入 し県が助成するということを求めていくことも必要ではないか。

岡谷酸素 矢ヶ崎氏: 災害バルク補助金がある。 経産省の補助金で人 気があり、すぐいっぱいになってしまうが、避難所や学校などに 優先順位を付けて整備が進んでいる。 避難所での電源が確保 されてきている。

司会: そういう情報がなかなか患者さんのもとに届かないので、支部としてもどこの避難所にどういった設備があるのか、情報収集していきたい。



難病相談支援センター両角氏:避難訓練をする際に担当医への連絡等はどうしているのか。

講師里中氏: 24 時間重度訪問介護を使っている患者さんで日頃から外出をしているので普段から体制を作っているので 特には連絡をしていない。

福井県 K 氏: 医師に連絡をしたが参加はなかった。訪問看護ステーションの看護師が訪問中に行った。電気関係に強い人が支部の中にいるのでその人が来てくれた。

講師里中氏:自己責任で自宅で過ごす覚悟が必要。できるところから備えていってほしい。

司会:体験会ではブレーカーを落として発電機を使わずにポータブル電源を使ってやってみたい。災害が起きてもすぐに病院へ行かれるわけではないと思うので、できることから始めてほしい。8月か9月に体験会を予定しているので秋の交流会でその模様を報告していきたい。以上で交流会を終了します。

令和5年度 第1回 喀痰吸引等研修事業(3号研修)実施報告



<基本研修>

1日目 7月 15 日(土) 長野市ふれあい福祉センター・Zoom 講義

2日目 7月22日(土) 長野市北部スポーツ・レクレーションパーク 講義・演習・修了テスト

昨年度より始まった喀痰吸引等研修(3号研修) 今年度も1回目の研修を7月に行いました。 受講生5名全員、しっかり講義、演習、テストを受け、テストに合格することができました。 基本研修を修了しましたので、順次各患者さんの所で実地研修します。

この研修は、ヘルパーさんによる痰の吸引や胃ろうからの注入といった医療行為を法的に認めて頂くための研修です。常時付き添ってケアしていただくヘルパーさんに<u>自分のための</u>医療的ケアを行っていただく研修が3号研修となります。

不特定の方を対象とした 1・2 号研修とは違い、その方専属(特定の者)のための研修となります。 次回の研修は 11 月です。詳細は次のページをご確認ください。ホームページでもお知らせいたします。 ご不明な点は事務局へお問い合わせください。



募集期間 R5年9/25~10/25

定員 5名 *受講の可否は後日連絡いたします。

長野県認可 喀痰吸引等研修事業

令和5年度

喀痰吸引等 第3号研修(基本研修)

開催のお知らせ(第2回)

- ◆2012 (平成 24) 年 4 月から「社会福祉士及び介護福祉士法」(1987 年法律第 30 号)の一部改正により、介護福祉士及び一定の研修を受けた介護職員等は、医療や看護との連携による安全確保が図られていること等、一定の条件のもとで「たんの吸引等」の行為を実施できることになりました。
- ◆日本 ALS 協会長野県支部は、長野県の患者団体として初めて登録研修機関の認可を受けました。
- ◆当支部主催の本研修会は、主に難病患者や重度障害児者等に対して、安全かつ適切に喀痰吸引等を 実施できる介護職員等を養成することを目的として、研修会を実施いたします。

【研修日・会場】

(1日目) <講義> 2023 年 11月 4日(土) 13:00~16:40

長野市ふれあい福祉センター 5階 (長野市大字鶴賀緑町1714-5) またはZoom視聴

*Zoom 配信ありますがWi-Fi環境が不安定、スマホだけでパソコンがない方は会場で受講してください。

(2日目) < 演習・講義・試験 > 2023 年 11月11日(土) 13:00~17:00

北部スポーツ・レクリエーションパーク 管理棟会議室(長野市三才1981-1)

【受講料】 20,000円(保険料込み)

※別途教材費 2,000 円(送料込み)(「喀痰吸引等研修テキスト」厚生労働省版)

【カリキュラム】 別紙1 参照

申込方法: FAX または E メール(ファイル添付)のいずれかの方法で受講申込書(様式 1)を

お送りください。「日本 ALS 協会長野県支部」宛

< FAX: 026-243-8820 > < E-mail: als.naganoken@gmail.com >

- ☆「受講申込書」は長野県支部ホームページよりダウンロード、またはメールで請求ください。
- ☆「実地研修」は、基本研修修了後に対象利用者宅にて指導者(指導看護師等)のもと実施

別表2 参照 ※別途実地研修費 3,000円

- ☆ 新型コロナ感染予防策を講じて研修会を行います。
- ☆ 特別な事情により研修会開催が困難と判断した際は、中止または延期の場合もありますので、 ご了承の上お申し込みください。

お問い合わせ

日本ALS協会長野県支部(原山) TEL026-263-6335 FAX026-243-8820

E-mail: als.naganoken@gmail.com

秋のALS交流会

日時 令和5年11月19日(日) 13時~16時

(12 時半受付開始)

場所 上田市丸子文化会館 小ホール

長野県上田市市上丸子 1488

I 講演 13:00~14:30

① 「チーム大塚の軌跡 ~ALS 患者の呼吸器を使用した在宅介護について~」

演者 大塚浩文氏 (上田市ALS患者)

土屋江子氏(上田生協訪問看護ステーション居宅介護支援事業所)

参加費

② 「在宅避難モデル体験会の発表」 演者 太田貴文氏 (運営委員)

③ 「リフトバス紹介」 演者 瀬田与徳氏 (訪問看護ステーション Medical Support Team)

(広域協会支援コーディネーター佐久支部)

14:30~15:00 写真撮影·休憩

Ⅱ 交流会 15:00~16:00

★ 11/11(土)までに下記のQRコードか 添付の参加申込書でFAX・メールよりお申し込み下さい。

- ★ オンライン参加希望の方は必ずメールアドレスをご記入ください。 ZoomのURL等をお送りいたします。
- ★ 2050ゼロカーボンに向けたアクションとしてペットボトル等削減のため、 飲み物は各自持参・ゴミの持ち帰りにご協力ください。



参加申し込み QR コード



くお問い合わせ・お申し込み>

日本 ALS 協会長野県支部 事務局 原山

TEL 026-263-6335

FAX 026-243-8820

akane_harayama@tetote7107.org



R5年度 難病患者さんの 「おしゃべり広場」

Zoom 開催

おしゃべり広場を始めるきっかけは、ある若い難病患者さんが「同じ病気の人と話がしたい・・」と言った言葉からでした。 同じ難病という悩みを持つ人々が気楽におしゃべりできたらいいなと思います。

開催日時 -1回目 令和5年5月13日(土)1時間のみ終了

 2回目
 7月8日(土)
 終了

 3回目
 9月9日(土)
 終了

現地あり (麻績村地域交流センター)

4回目 12月9日(土) 5回目 令和6年 2月10日(土)

*時間はいずれも 14:00~ (2時間程度)

対象者

長野県内の難病患者さん・ご家族 (会員・非会員・疾患名は問いません)

- *zoom に接続するための機器、インターネット環境等は各自ご準備ください。
- *事前に申し込みされた方のみ参加可能です。(zoom 招待します)
- * 当日の zoom 招待は14時 (5分前から) となります。

参加費 無料

申込締め切り 各開催日の前日

● 各回の Zoom の URL 等は申し込みされた方、支部のメーリングリストに登録された方 にお送りいたします。

申し込み・問い合わせ先 事務局: 日本 ALS 協会長野県支部

TEL 026-263-6335 (担当 原山)

FAX 026-243-8820

E-Mail: akane_harayama@tetote7107.org

*他、運営委員を通じての申し込みも可能です。

2023年6月24日に家族で信濃町に行ってきました。

私は、長男が2歳の頃、次男がお腹にいる時にALSを発症しました。

それから長い間この病気を受け入れられず、病院に行っても話も聞けず、人に会うのも怖い。

そして何より子供たちを抱っこしたり、



思いっきり遊んだり、好きな食事を作ってあげたり、この先何もかもできなくなっていく恐怖に絶望感を 感じていました。

病気の進行とともに、家族の負担も増えていく中で、重度訪問介護制度を使い長時間ヘルパーさんが来て くれることで自分自身の身の回りのことだけでなく、家族のサポートもしてもらうことができ、毎日安心 して過ごすことができるようになりました。

それでも、どこに行きたいとか何をしたいなど考えたこともなく今後もずっと極力外に出ず、家の中で過ごすことが当たり前だと思っていました。

そんな中で、松本で同じ病気で歳も近くお子さんもいらっしゃる方を紹介していただき、その方が自宅に 来て下さいました。

最初は、わざわざ松本から長野市まで来てくださったことに驚きましたが、彼女が自分の好きなところ に行ったり、障害のあるなしにかかわらず、自由に毎日を楽しんでいる姿に衝撃を受けました。

そして、さらに衝撃的なことに、2ヶ月後にディズニーランドに行こうとお誘いがありました。

息子の幼稚園に行くだけで精一杯だったため、私には無理だろうと思いましたが、ごく普通の家族のように、休日には家族でお出かけをすることが私の願いであり、夢でもあったので、ご一緒させていただく ことを決め、それに向けて少しずつ外に出ることになれることから始めていきました。



その一つとしてまず片道 1 時間ほどの信濃町に家族で出かけました。ヘルパーさんとコーディネーターさんにもサポートしてもらいながら、1 日自然を楽しむことができました。

そしてその 1 ヵ月後には無事にディズニーランドに行って くることができました。

帰ってきたときには、大きな達成感を感じ、今まで閉じこもっていた自分には考えられない体験でした。

息子たちにとっても、とても大きな1歩だったと思います。 チャンスときっかけをくれた彼女と、準備段階からたくさん の方の力とサポートがあり、協力してくださったことに本当 に感謝しています。

そして今回、2度目の信濃町で、ボートに乗って風を感じ、



子供たちは釣りや乗馬体験もさせてもらい、私は森の匂いや鳥の声や太陽の光を存分に浴びて自然を満喫してきました。普段電子機器に囲まれて生活していると、自然の中に行ったときの感動が大きいです。 思いっきり五感で感じることのできる信濃町が大好きになりました。

実際外へ出て皆で同じ時間と体験を共有できるようになったことで、これから先の未来も以前より少しだけ前向きに捉えられている気がします。今後も自分のペースでチャレンジしていきたいと思っています。

支部からのお知らせ



長野県支部副支部長中川真人先生の福祉用具相談窓口

私は三才山病院でALSの患者さんを担当し支援しています。

生活の中でお困りごとがあれば気軽にご相談ください.

ご相談の内容によってはご満足いく回答ができないことがあります. ご了承ください.

対象者 : 長野県支部の患者さんやご家族, その関係者の方.

得意分野:スマートフォンやパソコン等のコミュニケーション機器,リフト

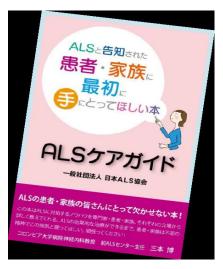
等の福祉用具,

スマートスピーカーやスマートリモコン等の IOT 家電.

連絡先: als. nagano. ot@gmail. com ※右上の QR コードから読み取り可能



「ALSケアガイド」大好評につき、引き続き追加注文承ります。 既に 170 冊以上、ご注文をいただいております。



また本部へ追加注文し在庫を確保しましたので、ご希望の方がいらっしゃいましたら下記へご連絡ください。

1冊 1500円(税込み) +送料 370円

ご注文後、請求書を同封いたしますので、指定口座への振り込みをお願いします。

ALSケアガイドをご注文された方の中で、音声版CDをご希望の方に 最長3ヶ月無料で貸し出しをいたします。

ただし、支部へCDをご返送いただく際の費用はご負担いただきます。 この音声版は日本ALS協会新潟県支部および「声のボランティアグループ桃花会」のご協力により作成され、各支部2枚ずつ本部より頂きましたので、活用させて頂きたいと思います。

DVD2種 無料貸し出し

- ① 「ヤングケアラー物語~あなたはご存じですか?~」
- ② 「全国どこでも 24 時間介護体制は作れます!」 成果報告書つき

本部が独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業の助成を受けてオンラインシンポジウムを収録したDVD(DVDプレーヤー用とパソコン用とそれぞれ 1 枚ずつ)を支部に頂きました。日本ALS協会のホームページからも視聴できますが、通信環境が整わない方も観て頂けますので、ご希望の方はご連絡ください。





入会ご希望の方は、どなたでも入会できます(ALS に関係ない方でも大歓迎です)

本部にお申込みいただくと長野県支部の所属として登録されます。

会員さんからの会費により支部の活動は支えられています。

<入会方法> * 支部にも申込書あります

協会ホームページにある入会申込書より、Web・郵便・FAX・e-mail にて申し込み頂き、

会費納入後に会員登録されます。

<会費納入方法> *毎年のお振り込みを忘れずに、ご協力をお願いします。

会員・・毎年5月発行の機関誌「JALSA」巻末にある郵便払込用紙にてご入金

* 郵便局備え付けの払込用紙を使用する場合は

口座記号番号 00170-2-9438 加入者 一般社団法人日本 ALS 協会

* 払込用紙を使用せず直接ゆうちょ銀行もしくは他行から振込みの場合は

ゆうちょ銀行〇一九店 当座 0009438 口座名義 一般社団法人日本 ALS 協会

会員名と会員番号を記入の上お振込みください。 * 新規ご入会の方は会員番号の記入は不要

会費(年会費:4月~翌年3月) (注)入会金は不要

正会員(個人のみ):4,000円

賛助会員(個人):1口4,000円、1口以上

賛助会員(団体):1口 5,000 円、1口以上 *ご入会時に、上記いずれかの会員を選択

正会員: 総会に出席して意見を述べたり、議決に加わるなど、協会活動・運営に関与することができます

賛助会員: 本会の目的に賛同し、活動に賛助する個人および団体。総会での議決権はありません。

一般社団法人日本 ALS 協会

〒102-0073 東京都千代田区九段北1丁目1番7号 カーサ九段 405

Tel: 03-3234-9155 / Fax: 03-3234-9156

mail: jalsa@alsjapan.org

支部の動き

令和 5 年 4 月 14 日(金) 第 1 回 3 号研修委員会(オンライン)

5月10日(水) 支部だより№.35発送

5月13日(土) 第2回 役員会(千曲市総合観光会館・オンライン)

①おしゃべり広場(参加者 20 名)

5月15日(月) 元気づくり支援金事業説明会(町田・金子・原山)

5月16日(火) 長野赤十字病院へ3号研修 実地指導看護師依頼説明 (金子・原山)

5月21日(日) Kさん宅訪問(家族kさん同行・原山)

5月25日(木) Tさん訪問(施設 A·原山)

6月6日(火) 在宅避難モデル体験会打ち合わせ(オンライン 太田・町田・金子・原山)

6月25日(日) 総会&交流会

(千曲市総合観光会館)(参加者 現地51名 オンライン18名)

6月26日(月) Tさん支援会議(施設 A·原山)

7月1日(土) 呼吸ケアリハビリテーション学会(金子・原山)

7月8日(土) 第3回 役員会(オンライン)

②おしゃべり広場(参加者 22 名)

7月11日(火) はん訪問(N病院·原山)

7月15日(土) 第1回 3号研修 基本研修①

7月17日(月) Hさん訪問(施設 A·原山)

7月20日(木) 在宅避難モデル体験会の現地打ち合わせ(太田・原山)

7月22日(土) 第1回 3号研修 基本研修②

8月2日(水) Hさん支援会議(施設 A·原山)

8月3日(木) Kさん訪問·重度訪問介護制度説明(下條村·金子·原山)

8月4日(金) Hさん T さんゼウス作成打ち合わせ(アイムエイム 木村社長長野へ)

8月6日(日) 第4回 役員会(オンライン)

8月19~20日 鹿児島県支部3号研修見学(奄美大島 赤沼・オンライン 原山)

8月27日(日) Tさん宅訪問(太田・原山)

奄美大島にて 3号研修見学 鹿児島県支部の皆さんと 赤沼さんチーム



支部連絡先 *ホームページのお問い合わせフォームあります。

事務局 原山 TEL 026-263-6335 (居宅介護支援事業所 手と手)

FAX 026-243-8820

E-mail: als. naganoken@gmail.com 長野県支部

E-mail: akane harayama@tetote7107.org 事務局直通

※長野県難病相談支援センター 難病相談支援員 両角由里氏

TEL 0263-34-6587 松本市旭 2-11-30 Fax 0263-34-6589

E-mail: nanbyo@shinshu-u.ac.jp

両角由里氏には顧問をお願いしております。お困りごとやご相談などありましたら、ご連絡ください。



医療と福祉のかけ橋に



医療機器 販売・レンタル



冨祉リフォーム



専門的な知識を持ったスタッフが在宅生活を支援します

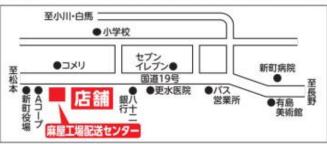
長野営業所 〒380-0911 長野市稲葉914-1

TEL: 026-222-0290 FAX: 026-222-0291

お気軽にお問い合わせください。







介護保険 福祉用具レンタル指定事業所

事業所番号 2073400174

事業所名

T381-2405 新町698 TEL 026-262-2073 FAX 026-262-4894

申し込み・お問い合わせ

長野事務所 長野市稲里町中央

祉用具のレンタル

(ベッド・車イスなど13種目)

-タブルトイレ・シャワー椅子など5種目)

3.住宅改修

(手すりの取付・床材の変更・洋式便器への取替など)

長野市・千曲市・須坂市・小布施町・小川村・大町市・小谷村・白馬村・生坂村・安曇野市・ 池田町・松川村・松本市 その他

北営業所

北安曇郡松川村7027 TEL 0261-62-4321 FAX 0261-62-0671



-62

すべては、安全・安心の医療のために・

- ○医療関連機器・喀痰吸引器機等の販売・メンテナンス
- ○住環境、事務所環境(冷暖房設備)及び防災対策(BCP)商材販売
- ○各種ガス供給(産業、LPG、医療用)
- ○各種ガス設備工事 設計・施工
- ○各種ガスの保安活動
- ※高度管理医療機器等販売・貸与業/医療機器修理業許可取得業者

岡谷酸素株式会社 http://www.okayasanso.co.jp

TEL: 0266-22-5531

本社/〒394-8585 長野県岡谷市幸町6-6 TEL: 0263-27-3091 松本/〒399-0004 長野県松本市市場6-20

長野/〒381-8560 長野県長野市中越1-1-1 TEL: 026-251-0305

新潟/〒950-2033 新潟県新潟市西区亀貝3382 T E L: 025-260-2898