

リリクルメイト Guide

【和歌山市ごみ減量協力員の手引き】

つれもてしよらごみ減量！！
～ 住みたい魅力あふれる和歌山市 ～



令和5年5月
和歌山市 一般廃棄物課

は じ め に



和歌山市ごみ減量推進キャラクター
「**リリクル**」です。

日々の生活の中で毎日排出されるごみ。

リデュース・**リ**ユース・**リ**サイクルの

3Rを身近に感じてもらい、ごみ減量や分別に対する意識向上につながるようという願いから生まれました。

ごみの排出をできるだけ少なくし、資源の適正な循環的利用を進めていくためには、市民・事業者・行政それぞれが自らの役割と責任をしっかりと認識し、みんなでつれもて取り組むことが必要です。

「住みたい魅力あふれる和歌山市」をつくっていくために、今、自分自身にできることを一緒にはじめてみましょう。

ごみを減らす3つの取組

スリーアール

3R

リデュース
○Reduce（ごみ減量…ごみを減らす）

リユース
○Reuse（再使用……もう一度使う）

リサイクル
○Recycle（資源化……分けて資源にする）

目 次

1 和歌山市ごみ減量協力員について

(1) 和歌山市ごみ減量協力員とは	1
(2) 愛称	1
(3) 登録方法	2
(4) 任期	2
(5) 活動グッズの支給	2
(6) 傷害保険への加入	2
(7) その他	2

2 活動内容 3

3 ごみの分け方・出し方

(1) ごみの分け方	5
(2) ごみの出し方	6
(3) よくある質問 Q & A	7
(4) リリクルネット	12

4 ごみ排出量の現状

(1) 和歌山市のごみ排出量の推移	13
(2) 中核市との1人1日当たりの排出量（資源を除く） の比較	14
(3) 和歌山市の家庭系一般ごみの内容	15

5 ごみ減量の計画と取組

(1) 和歌山市の計画	16
(2) ごみ減量・再使用・資源化の取組	18

6 お問い合わせ先 23



1

和歌山市ごみ減量協力員について

(1) 和歌山市ごみ減量協力員とは

ごみ減量や分別の促進、生活環境の向上は、家庭や地域での取組なしに実現はありません。

そこで、各地区でごみ減量や分別に意欲的な方に『和歌山市ごみ減量推進員』となっていていただき、ごみ出しの状況確認や指導、啓発など市民と行政（和歌山市）とのパイプ役としてお手伝いしていただく制度が平成25年11月19日に発足しました。この活動をサポートしていただく方が『和歌山市ごみ減量協力員』であり、推進員と各家庭を結ぶパイプ役として活動していただきます。

(2) 愛称

和歌山市ごみ減量推進員

・リリクルリーダー

➡ ごみに関するエキスパート・地域のリーダーとして、市民と行政とのパイプ役となります。各地区に1人です。

・リリクルサブリーダー

➡ ごみに関するエキスパートとして、リーダーを補佐します。各地区に1～3人です。

和歌山市ごみ減量協力員

・リリクルメイト

➡ 和歌山市ごみ減量推進員のサポーターとして、推進員と一緒に活動します。人数制限はありません。

(3) 登録方法

お住まいの地区のリリクルリーダーに申し出てください。
リリクルリーダーから市へ協力員登録書が提出されます。

(4) 任期

任期はありません。

辞められる場合は、リリクルリーダーに申し出てください。
リリクルリーダーから市へ報告があります。

(5) 活動グッズの支給

腕章、啓発グッズなどを支給します。

ただし、協力員証、ベスト、報償金の支給はありません。

(6) 傷害保険への加入

ごみ集積場所でのごみ出しの状況確認や指導など、活動中のけがや事故に備え、傷害保険に加入します。

なお、保険料は市が負担します。

(7) その他

市から直接、活動や報告を依頼することはありません。



2

活動内容

○ ごみ集積場所でのごみ出しの状況確認や指導など

ごみ集積場所の清潔保持をはじめ、地域の公衆衛生の向上は、家庭や地域での取組なしに実現はありません。協力員は推進員と相談しながら、地域での活動を行ってください。

また、協力員自身においても、市のごみの現状やルールを把握し、地域住民と共有しながら、ごみ減量や分別に積極的に取り組んでください。

【具体例】

- ・ごみの分別が正しくできているか。
- ・ごみの出し方（指定のごみ袋や、出す曜日・時間など）が守られているか。
 - ➡ 収集は『朝8時』から開始です。その日は一度しか収集しません。
- ・不法投棄などされていないか。
- ・資源（アルミ缶や新聞紙など）の持ち去り者への注意など
 - ➡ 持ち去り者への対応は原則、市が行います。持ち去り者を見かけた場合は、無理のない範囲で注意し、車両やナンバーなどの情報、資源の種別などを一般廃棄物課まで連絡してください。

【留意事項】

- ・協力員であることが分かるように「腕章」を着用しましょう。
- ・地域住民との理解を深めながら、トラブルにならないよう丁寧な対応を心がけましょう。
- ➡ 地域住民への対応が難しい場合は、推進員へ相談してください。

腕章の着用例



【参考】

ごみに関する情報は、次の方法で確認できます。詳しくは、お気軽に一般廃棄物課へお問い合わせください。

リリクルネット
リリクル通信
リリクルの家庭ごみ総合情報誌





3

ごみの分け方・出し方

(1) ごみの分け方 (太枠は「収集資源」です)

区分 (収集頻度)	ごみの内容
一般ごみ (週 2 回)	・ 台所ごみ ・ 再生することができない紙くず (ティッシュ、感熱紙等) ・ プラスチック類全般 (プラスチック製容器包装含む) ・ 木製品類・革製品類・ゴム製品類 ・ 汚れている衣類
かん (月 2 回)	・ かん類…飲料用かん、スプレーかん、缶詰かん、油かん等 ・ 金属類…なべ、やかん、フライパン、魚焼きの網等
びん (月 2 回)	・ びん類…飲料用びん、調味料びん、化粧びん等
紙 (月 2 ～ 3 回)	・ 古紙類…新聞・チラシ、雑誌・本・雑がみ、段ボール、紙パック
布 (月 2 ～ 3 回)	・ 着古しの服等…シャツ、スーツ、ダウンジャケット等 ➡ 汚れのひどいものは一般ごみへ
ペットボトル (月 2 ～ 3 回)	・ 飲料、しょうゆ、酒類等のペットボトル
小型家電等 (年 2 回)	・ 家庭で使用されている家電製品 (コンセント又は電池で動くもの) ➡ 付属品 (ACアダプター、リモコン、コード類) も対象 ➡ 1 人で持ち運びができる大きさのものに限りです。 ➡ リサイクル家電 4 品目等、対象外の品目があります。
蛍光管等 (年 2 回)	・ 蛍光管、乾電池、ボタン電池 ➡ 割れた蛍光管は一般ごみへ
白色トレイ	・ 発泡スチロール製食品用トレイ
粗大ごみ (随時)	・ 家具類、寝具類、楽器・遊具類で 1 辺の長さが 30 c m を超えるもの…毛布、カーペット、カーテン、傘等

(2) ごみの出し方

収集日の朝 8 時までに、所定の集積場所へ出してください。



指定の袋	・和歌山市指定のごみ袋（家庭系） ・スーパー等のレジ袋 （透明か半透明で 10～15ℓ の容量表示があるもの）
紙	・種類ごとに十字に紐掛けしてください。 新聞・チラシ 雑誌・本・雑がみ ダンボール 紙パック
布	・指定の袋に入れるようにしてください。 （袋に入れず、十字に紐掛けして出されているものが見受けられます）
小型家電等	・携帯やパソコン等は、個人情報 を消去し、地区ごとに指定された日時・場所に出してください。 ・青岸ストックヤード、収集センターへ自己搬入することもできます。収集センターへ自己搬入する場合は、事前連絡が必要です。 ➡ P35「7 お問い合わせ先①③」参照
白色トレイ	・よく洗った後、スーパー等の回収協力店にある「回収ボックス」を利用してください。
粗大ごみ	・青岸ストックヤードへ自己搬入するか、粗大ごみ受付センターへ収集を申し込んでください。 ➡ P35「7 お問い合わせ先③⑤」参照

※詳しくは、「リリクルネット」や「リリクルの家庭ごみ総合情報誌」を参照してください。

(3) よくある質問 Q & A

Q 1 いらなくなった土はどうすればいいですか？

A 1 土は自然物であり、ごみではありません。市で処分はできません。プランター等の土は庭などで利用していただき、自然に帰すようにしてください。



Q 2 剪定枝はどう処分すればいいですか？

A 2 長さ 50cm 以下・直径 8cm 以内であれば束にし、葉類や小枝は袋に入れて『一般ごみの日』に出してください。ただし、一度に出せる量は、一般ごみと合わせて 5 袋（束）程度までです。

なお、量が多い場合は、青岸ストックヤードへ自己搬入してください（長さ 1m 以下・直径 8cm 以内のものに限ります）。

Q 3 食器はどのように出せばよいですか？



A 3 青岸ストックヤードへ自己搬入してください。

なお、2～3 個程度であれば、新聞紙等に包んで一般ごみに出すこともできます。その場合は、危険のないように、新聞紙等に包んで袋の中ほどに入れて出してください。

Q 4 蛍光灯・白熱電球・LEDランプはどう処分すればいいですか？

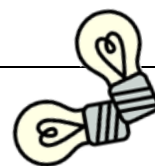
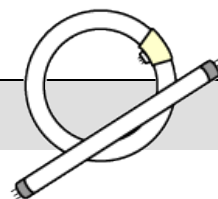
A 4 次のいずれかの方法で処分してください。

蛍光灯

- ・年2回の『小型家電等の地区回収』に出す。
- ・青岸ストックヤード、収集センター※へ自己搬入する。

白熱電球・LEDランプ・割れた蛍光灯

- ・一般ごみに出す。危険のないように、新聞等に包んで袋の中ほどに入れて出す。



Q 5 電池はどう処分すればいいですか？

A 5 次のいずれかの方法で処分してください。

使い捨て電池（アルカリ電池・マンガン電池）

- ・年2回の『小型家電等の地区回収』に出す。
- ・青岸ストックヤード、収集センター※へ自己搬入する。

小型充電式電池

（ニカド電池・ニッケル水素電池・リチウムイオン電池に限る）

- ・回収BOXのある家電量販店・リサイクル協力店へ出す。
- ・青岸ストックヤード、収集センター※へ自己搬入する。

ニカド
電池



ニッケル
水素電池



リチウム
イオン電池



小型充電式電池（小型シール鉛蓄電池）

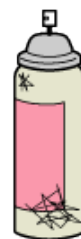
- ・回収BOXのある家電量販店・リサイクル協力店へ出す。
（市で処分はできません）

※ 収集センターへ自己搬入する場合は、事前連絡が必要です。

Q 6 スプレー缶はどのように出せばよいですか？

A 6 中身を使い切った上で、『かんの日』に出してください。

中にガスが残ったまま回収すると、爆発する危険があります。



Q 7 「雑がみ」ってどういうものですか？

A 7 新聞、雑誌、段ボール、紙パック以外のリサイクルできる紙です。これらを集めて「雑がみ」として『紙の日』に出してください。

【例】チラシ、トイレットペーパーの芯、
紙の包装紙、お菓子やカレーの空き箱、
書き終わったメモ用紙、封筒など



なお、次のものはリサイクルができないため、一般ごみに出してください。

- ・カーボン紙がついているもの
- ・コーティング加工されている紙類
- ・汚れがついているもの
- ・石鹸や入浴剤の箱など、香りが強く残っているもの

Q 8 『紙・布の日』が雨でした。出してもいいですか？

A 8 できるだけ次の収集日に出してください。

紙・布が濡れてしまうとカビ発生のもととなり、再生できなくなります。



Q 9 収集日の前夜にごみを出してもいいですか？

A 9 ごみ出しは『当日の朝 8 時まで』が基本です。

前夜に出すと、暗闇の中、車や人との接触を引き起こしたり、資源（アルミ缶や新聞紙など）の持ち去り行為を招くことになります。また、一般ごみであれば、カラスやネコなどに荒らされてしまいます。



Q 10 ごみ出しの時間に遅れましたが、出していいですか？

A 10 ごみ出しは『当日の朝 8 時まで』が基本です。次の収集日に出すようにしてください。

特に、資源収集の日は、品目ごとに収集を行っています。8 時以降は、他の品目が集積場所に残っていても出さないでください。そのまま集積場所に残される原因となります。

Q 11 不法投棄を発見しました。どうすればいいですか？

A 11 捨てられている場所、もの、数や大きさなどの情報を一般廃棄物課まで連絡してください。



Q12 「粗大ごみ受付センター」につながらないのですが。

A12 「粗大ごみ受付センター」では複数の職員が対応していますが、申し込まれる方の住所や品目、点数など詳細をお尋ねするため、1件当たりの時間が長くなります。回線が混みあっていることもあります。繰り返す電話をおかけください。

なお、3月～4月の引越しシーズンや連休明け、年末年始などは大変混み合います。

【粗大ごみ受付センター】

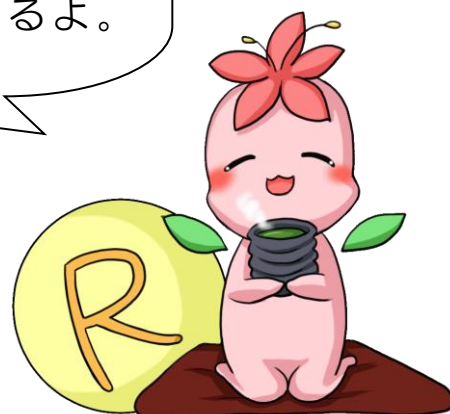
T E L : 0570-666-202

受付時間：月曜日から金曜日（祝日除く）

8:30～16:00

★青岸ストックヤード、収集センターへ
自己搬入する際は、係員の指示に従ってね。

★搬入時間や電話番号などは、
P23「6 お問い合わせ先」に載ってるよ。



(4) リリクルネット（和歌山市ごみ情報サイト）

ごみ減量の推進やごみ情報の発信を広く効果的に行うため、開設しています。

The screenshot displays the homepage of the Rirecle Net website. At the top, there is a header with the Wakayama City logo, a cartoon character, and the title '和歌山市ごみ情報サイト リリクルネット'. Below the header, the main content area is divided into several sections:

- Home (ホーム)**: A central banner with a cartoon character and the text 'つれもてしよらごみ減量!! ~住みたい魅力あふれる和歌山市~'. Below this is a search bar for waste disposal with the text 'ごみの分別に迷ったら 検索してね。' and a '検索' button.
- Recycling Search (リリクル ごみ分別サーチ)**: A sidebar menu on the left with various categories like 'ごみの収集について', '地域別ごみ収集日程', '小型家電の地区回収について', 'ふれあい収集', 'ごみの分け方・出し方', '粗大ごみ個別収集', '携帯/パソコンについて', 'ごみの自己搬入について', 'エアコン・テレビなどの処分方法', '動物(ペット)の死体について', '市で処理・収集できないもの', '減量への道', '減らそう! 生ごみ! 「3きり運動」', 'リリクルの3きりレシピ BOOK', '推進員について', '推進員研修会の報告', and '事業者向け'.
- Recycling Search Information (リリクルごみ分別サーチについて)**: A central text box providing instructions on how to use the search function, including details about inputting names, keywords, and the types of waste it covers.
- Periodic Information (期間限定情報)** and **New Information (新着情報)**: Two columns on the right side of the page listing recent updates and special information, such as the release of new 'Rirecle Communication' newsletters.
- Q&A**: A section at the bottom left for frequently asked questions.
- Recycling Introduction (リリクル紹介)**, **Recycling Activities (リリクル活動)**, **Recycling Communication (リリクル通信)**, and **KIDS Corner (KIDS コーナー)**: A row of buttons at the bottom for more specific information.
- Survey (アンケート)**: A button at the bottom right for a survey.

At the very bottom, there is a footer with a QR code, a disclaimer about copyright and information usage, contact information for Wakayama City (和歌山市), and a small cartoon character.



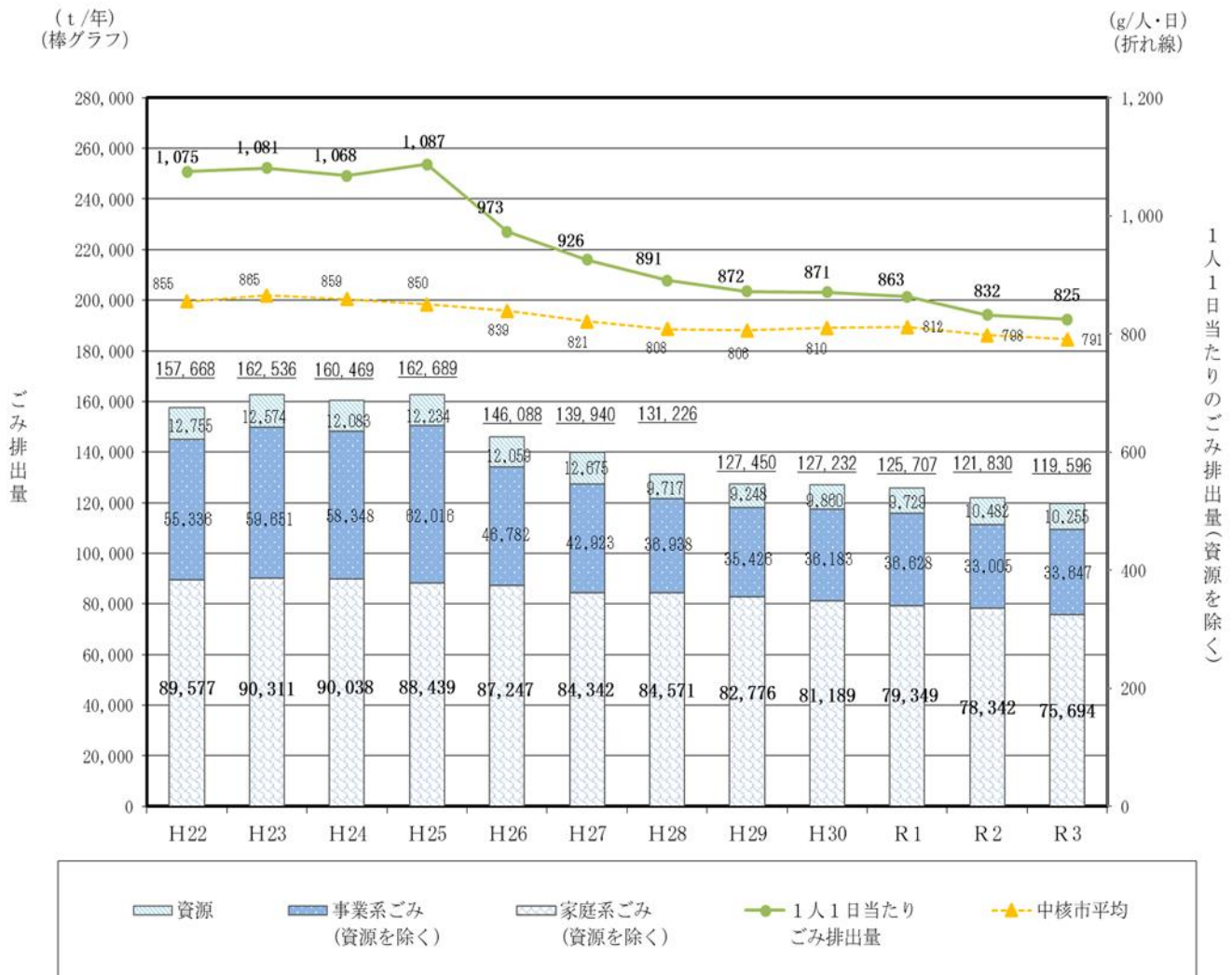
<http://www.rerecle.net/>



4

ごみ排出量の現状

(1) 和歌山市のごみ排出量の推移



● 1人1日当たりのごみ排出量(資源を除く)

平成26年度以降、減少傾向となっており、中核市平均との差においても縮まってきています。今後も、行政・市民・事業者が一体となり、より一層ごみ減量に取り組んでいくことが必要となります。

●家庭系一般ごみ（資源を除く）

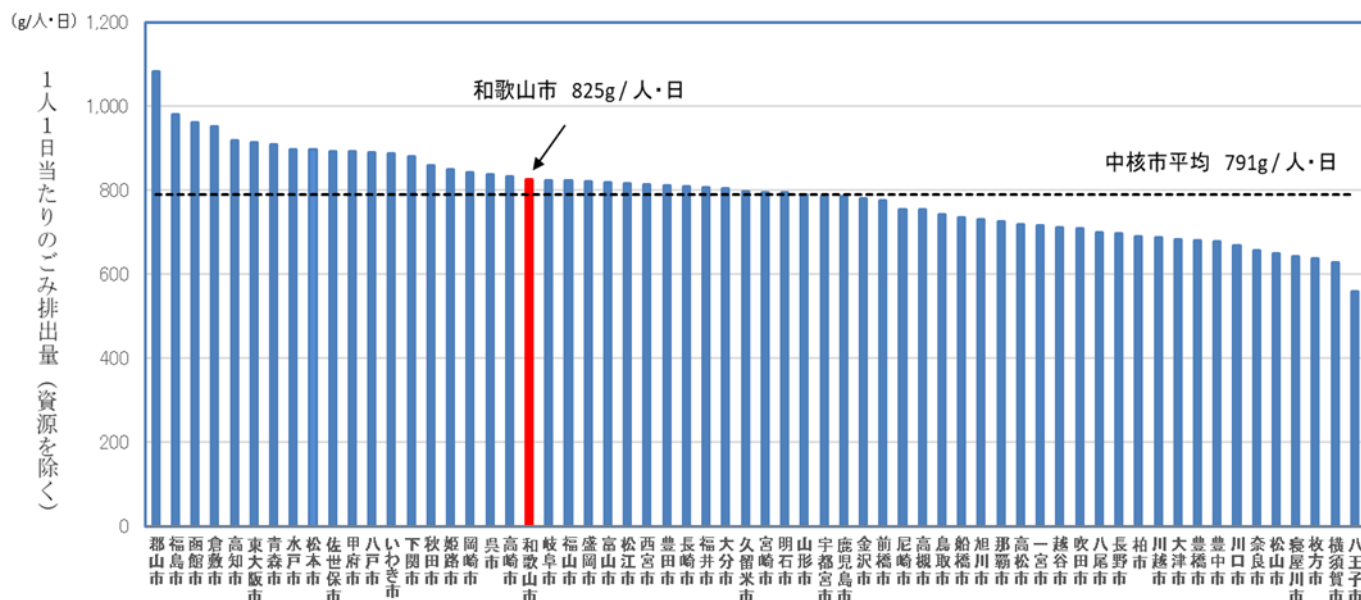
3Rをはじめとした各施策の実施、市民の取組により、平成 24 年度から緩やかではありますが、減少傾向となっています。

●事業系ごみ（資源を除く）

ごみの受入検査の徹底等、各施策の実施、事業者の取組により、大きく減少してきています。

（２）中核市との１人１日当たりのごみ排出量（資源を除く）の比較（一般廃棄物処理実態調査（令和３年度実績）より）

1人1日当たりのごみ排出量(資源を除く)



1人1日当たりのごみ排出量（資源を除く）を比較したグラフだよ。和歌山市は 825g で、中核市 62 市中 43 位（ワースト 20 位）と、他都市に比べて多くなってるよ〜



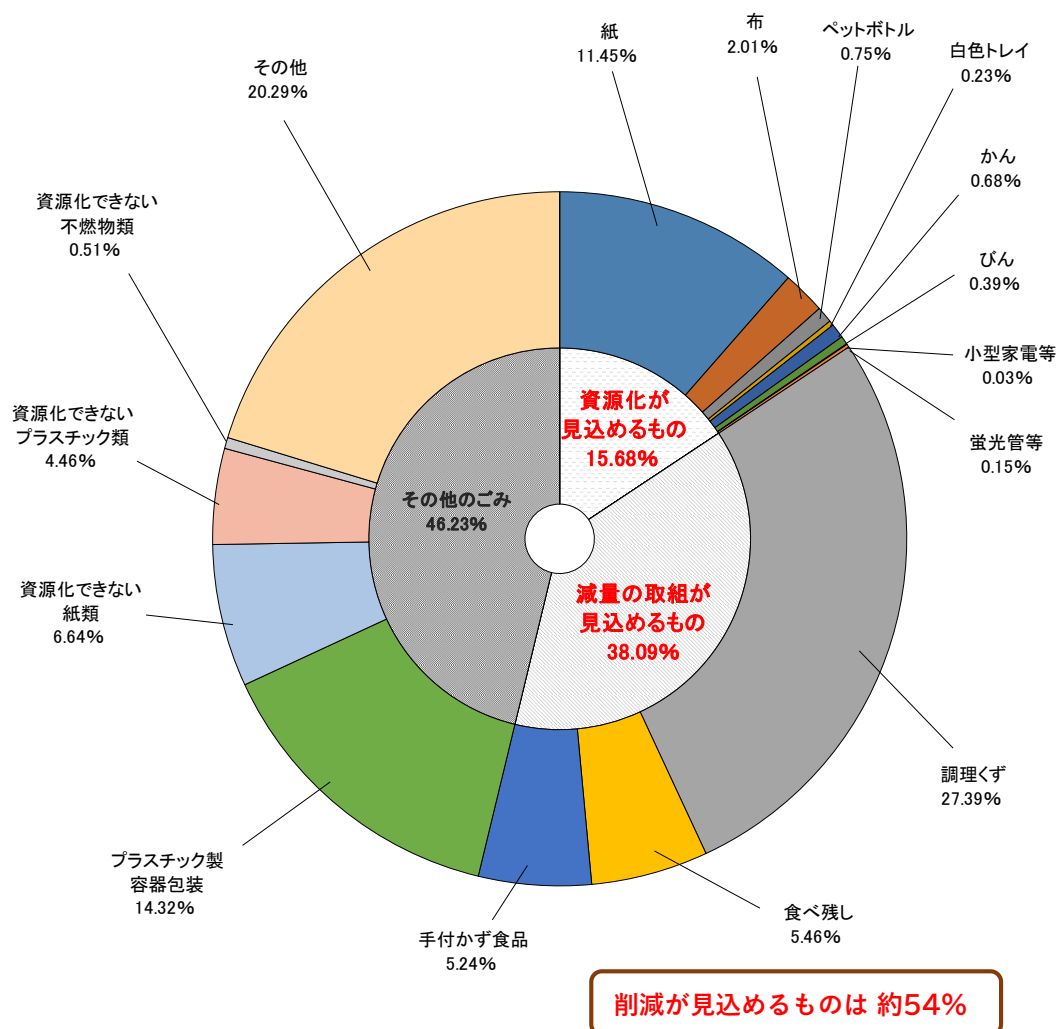
(3) 和歌山市の家庭系一般ごみの内容

家庭系一般ごみは、約 38%が「生ごみ」なんです。「余分な食品は買わない、食べ残しをしない、水きりをする」など、生ごみの減量に取り組もうね。

また、再生利用ができる紙や金属などの「資源」も約 16%入っています。一般ごみを捨てるときは、資源がないか、もう一度よく確認してね。



【令和4年度家庭系一般ごみ細分別調査結果】





5

ごみ減量の計画と取組

(1) 和歌山市の計画

○第2次和歌山市一般廃棄物処理基本計画

【概要】 本計画は、廃棄物の排出抑制及び発生から最終処分に至るまでの、適正な処理に必要な基本的事項を定めるものであり、平成23年に策定した「和歌山市一般廃棄物処理基本計画」が令和2年度で終了したため、新たに策定したものです。

【基本理念】 つれもてしよらごみ減量！！

～住みたい魅力あふれる和歌山市～

【数値目標】 1人1日当たりのごみ排出量（資源を除く）

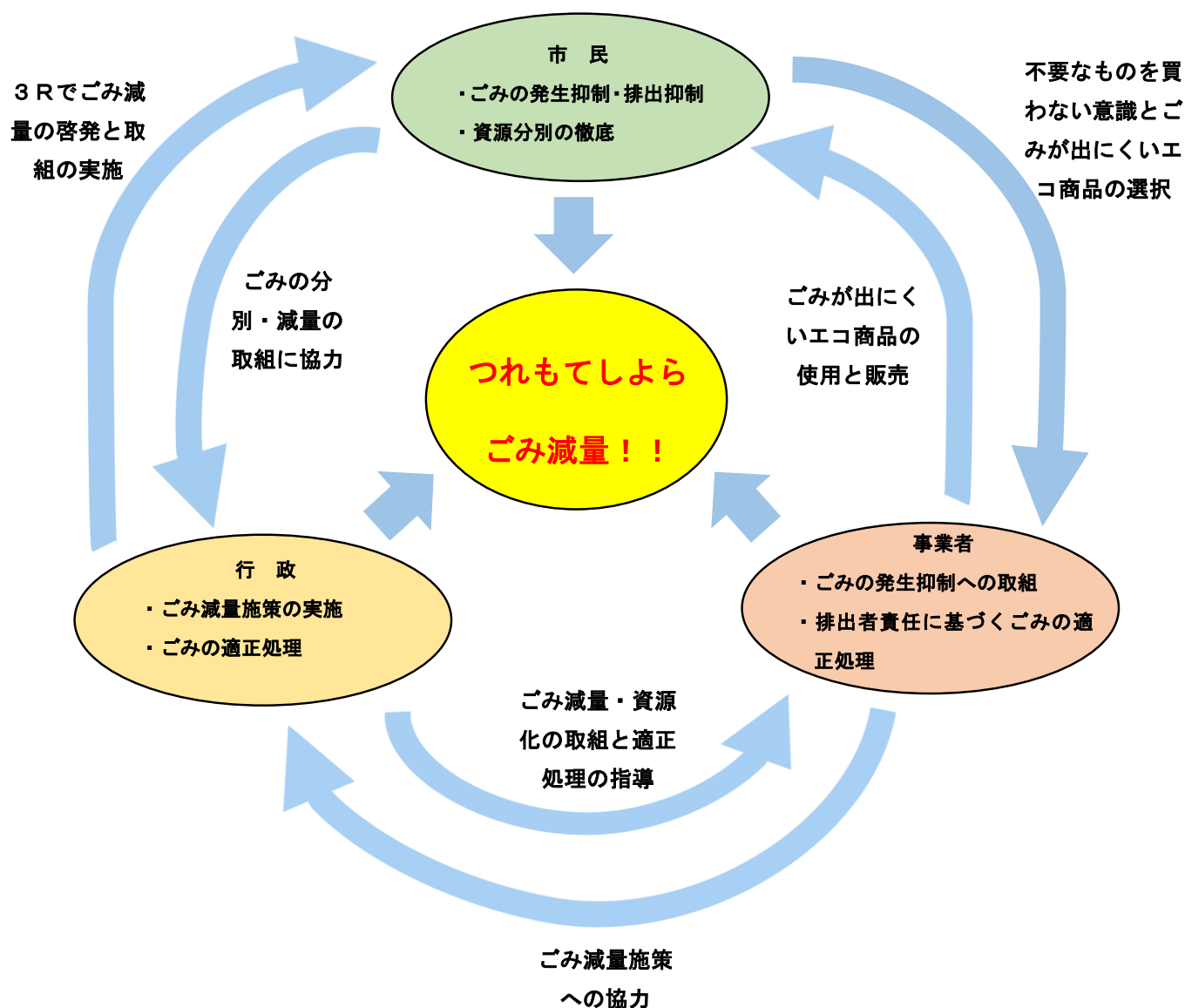
R1年度実績	863g	約10%減 約6%減
前計画目標	775g	
R8年度目標	729g	

○和歌山市ごみ減量アクションプラン

（和歌山市ごみ減量行動計画）

【概要】 「第2次和歌山市一般廃棄物処理基本計画」の中で定めた目標を達成するため、ごみの発生抑制や資源化を推進する施策を、より具体的に市民・事業者・行政が協力し合ってアクション（行動）できるよう定めたものです。

= 市民・事業者・行政の役割 =



(2) ごみ減量・再使用・資源化の取組

○ごみ減量（リデュース）

市民一人ひとりが、環境に配慮した意識を持って行動することで、ごみの発生量を減らし、ごみ処理における環境への負荷を減らすことができます。

●ごみを発生させないライフスタイルを目指しましょう。

- ・ **リデュース** 買い物の前に保管状況を点検しましょう。

買い物の前に、冷蔵庫の食材やたんすの衣料品、引き出しの日用品などを点検し、必要なものだけを購入するため、事前にメモを取りましょう。

- ・ **リデュース** unnecessaryなものを買わない、もらわない。

ものを購入する際は、「本当に必要なものか？」を考えて購入しましょう。無料のものであっても必要以上にもらうことによって「ごみ」にしてしまうことがないよう心がけましょう。

- ・ **リデュース** 長期間使用できる製品を利用しましょう。

ＬＥＤ照明や充電式電池など、寿命の長い製品を選択することは、ごみを捨てる機会を減らすことになります。購入する際は、このポイントも心がけて製品を選びましょう。

- ・ **リデュース** 過剰な包装は断りましょう。

簡易包装を推奨している販売店を利用したり、過剰な包装は断ったりするよう心がけましょう。包装を1回断ると、約15グラムの紙の削減につながります。



● 3きり運動を実行し、生ごみの削減を図りましょう。

(家庭系一般ごみの約38%は生ごみです)

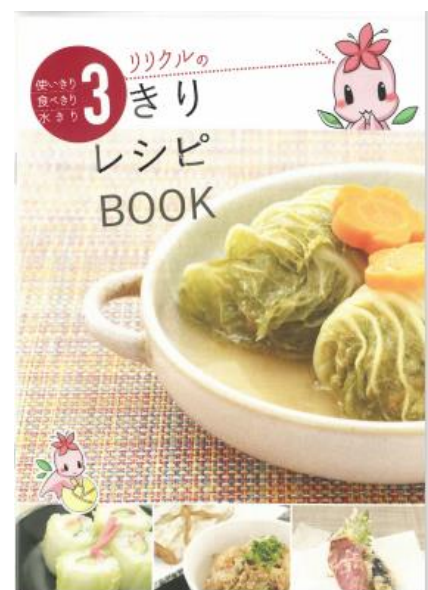
【3きり運動】

食材を有効利用する「使いきり」

食べ物を残さない「食べきり」

生ごみの「水きり」

「使いきり」「食べきり」
に役立つ料理レシピ♪
必要な方は一般廃棄物課へ



- ・ **リデュース** 食品ロスを減らしましょう。

★「食べる量」を把握し、計画的に購入しましょう。

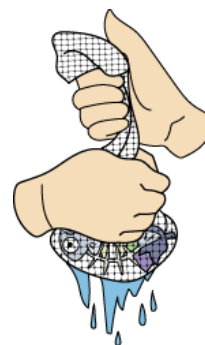
★賞味期限や消費期限の意味を理解し、期限内に使い切ることを意識して購入しましょう。

賞味期限	おいしく食べられる期限
消費期限	安全に食べられる期限

★「食べ残しをしない」「食べられる部分まで過剰に除去しない」よう心がけて調理しましょう。

- ・ **リデュース** 捨てる前に「最後にギュッとひと絞り」をしましょう。

生ごみは水きりネット等を利用して水気を絞るなど、ごみから余分な水分を取り除きましょう。



○再使用（リユース）

市民一人ひとりが、まだ使えるものは繰り返し使うという意識を持ち、容易にごみとしないことは、ごみの減量や限りある資源を守ることにつながります。ごみにしないライフスタイルを目指しましょう。

- ・ **リユース** 繰り返し使える商品を利用しましょう。

- ★ マイカップを使用しましょう。
- ★ イベントなどの際には、使い捨て容器に替えて、洗って繰り返し使えるリユース食器などを使用しましょう。
- ★ ビールびんや牛乳びんなどのリターナブルびん※を使用した商品を利用しましょう。

※ リターナブルびん

➡ 再使用するために、
返却・回収ができる
びん



- **リデュース** **リユース** 詰め替え商品を利用しましょう。

洗剤やシャンプーなどの日用品で同じものを購入する際は、「詰め替え商品」がないか確認しましょう。

「詰め替え商品」を利用してボトル容器などを繰り返し使用することで、ごみとして廃棄されるものを減らすことができます。



- **リユース** ものを大切に長く使いましょう。

今あるものを修理・修繕することで、大切に長く使うよう心がけましょう。

- **リユース** リユースショップやフリーマーケット、オンラインオークションなどを活用しましょう。

まだ使えるのに不要となったものは、必要としている人に譲るか、リユースショップやフリーマーケットに出品するなど、再使用につながるよう取り組みましょう。

最近、インターネットや SNS では、オンラインでのオークションやフリーマーケットなども広まっています。これらも積極的に利用しましょう。



○資源化（リサイクル）

リサイクルを行うためには、市民一人ひとりによる分別が欠かせません。資源となるものを一般ごみとして出さないよう、分別を徹底しましょう。

- ・ **リサイクル** リサイクルを進めている販売店を積極的に利用しましょう。

★ 白色トレイなどの資源を店頭で回収している販売店を積極的に利用しましょう。

★ 再生紙の使用を進めている販売店を積極的に利用しましょう。

- ・ **リサイクル** 分別を徹底しましょう。

一般ごみとして出されているごみの中には、リサイクル可能なものが多く含まれています（約 16%）。これらの資源を一般ごみに混入して出さないよう、分別を徹底しましょう。

【和歌山市の収集資源】

- ・ かん
- ・ びん
- ・ 紙
- ・ 布
- ・ ペットボトル
- ・ 小型家電
- ・ 蛍光灯等
- ・ 白色トレイ

白色トレイは、
スーパー等にある
「回収ボックス」へ！





6

お問い合わせ先

① ごみの収集や集積場所、小型家電等に関すること

収集センター北事務所 073-471-1503

収集センター西事務所 073-453-0253

小型家電等、蛍光灯等の自己搬入

【搬入時間】月曜日～金曜日（祝日含む）9:00～15:00

※ 電話連絡をしてから搬入してください。

② ふれあい収集に関すること

収集センター北事務所 073-471-1503

③ ごみの自己搬入

（一般ごみ、粗大ごみ、資源、がれき類、小型家電等、蛍光灯等）

青岸ストックヤード 073-435-5560

【搬入時間】月曜日～土曜日（祝日含む）9:00～15:30

④ 動物の死体の自己搬入

青岸エネルギーセンター 073-428-4153

【搬入時間】月曜日～土曜日（祝日含む）9:00～17:00

⑤ 粗大ごみ・動物の死体の収集申込

粗大ごみ受付センター 0570-666-202

【受付時間】月曜日～金曜日（祝日除く）8:30～16:00

⑥ その他ごみに関すること

一般廃棄物課 073-435-1352

『リリクル』

リリクルは「和歌山市ごみ減量推進キャラクター」です。
一人ひとりのごみ減量への取組を見守っている妖精です。

ふわりふわりと飛びながら、いつまでも
和歌山市がきれいな町であるようにと願っています。



●性 別：妖精なので不詳

●使 命：3 Rを推進して和歌山市のごみを減量する。

➡ 3 R（スリーアール）とは、次の3つです。

『Reduce（リデュース）』ごみを減らす

『Reuse（リユース）』もう一度使う

『Recycle（リサイクル）』分けて資源にする

●名 前：3 Rから「リ」「リ」「クル」の文字を取って
の由来 名づけられました。

●容 姿：頭に和歌山市の花である「つつじ」をのせて、
「R」のボールを持っています。

●誕生に：平成 21 年 4 月誕生

ついて 和歌山市立和歌山商業高校（現和歌山市立和歌山高校）の当時のデザイン科の生徒が考案しました。

リリクルメイト G u i d e
【和歌山市ごみ減量協力員の手引き】

編集・発行 和歌山市 一般廃棄物課
〒640-8511

和歌山市七番丁 23 番地

電 話 073-435-1352（直通）

F A X 073-435-1270

メール ippanhaiki@city.wakayama.lg.jp

リリクルネット <http://www.rerecle.net/>

初 版 平成 26 年 2 月

発 行 令和 5 年 5 月（第 9 版）

※この手引きはリリクルネットからでもご覧いただけます。

リリクルネット 》推進員について