

だい かい こくさいこうりゅう たいけん  
第12回 国際交流のつどい ファーム体験

りゅうがくせい  
留学生

ぼしゅうようこう  
募集要項



Applicant Handbook

こくさいこうりゅう  
国際交流のつどい  
たいけん  
ファーム体験  
プログラム

ねん  
2014年  
がつ にち すい がつ にち か  
8月20日(水)～8月26日(火)

ていいん せんちゃくじゆん  
定員：30名/先着順

さんかひ せん  
参加費：79,000円

はく か ほっかいどう どうなん  
ホームステイ：2泊3日(北海道「道南」エリア)

たいけん かかん のうぎょう ぎょぎょうたいけん  
ファーム体験：2日間(農業・漁業体験など)

もうしこみほうほう ひつようしょるい ゆうそう  
申込方法：必要書類を郵送

がつ にち きん せんちゃくじゆん  
しめきり：6月20日(金) 先着順

しゅさい いっばんざいだんほうじん ほっかいどうこくさいこうりゅう  
主催：一般財団法人 北海道国際交流センター

(H I F) Hokkaido International Foundation



きょうさい いっばんざいだんほうじん きょうりつこくさいこうりゅうしょうがくさいだん  
共催：一般財団法人 共立国際交流奨学財団

(K I F) Kyoritsu International Foundation

※ファーム体験プログラムは、一般財団法人 共立国際交流奨学財団より

1名につき一部金額の補助をいただいております。



# はじめに

北海道の日本人家庭にホームステイし、生活をともにするこの交流は、1979年の夏に早稲田大学留学生16名が南北海道にある七飯町の農家にホームステイしたことがきっかけではじまりました。

その時、地元の小・中学校の先生から「ぜひ留学生に学校にきてもらい、日本の子どもたちと交流してほしい」また、町のいろいろな団体やグループからも「留学生と交流したい」という希望がだされ、学校交流や地域交流が行われました。

留学生やホストファミリーからも毎年続けてほしいという声があがり、交流の輪が広がっていきました。

昨年2013年の「第11回国際交流のつどいファーム体験プログラム」では、6つの大学や専門学校から、5つの国や地域、18名の学生が参加し、4つのホストタウンのみなさんと交流をもちました。

多くのボランティアによって支えられているこのプログラムを通して「真の日本」を感じ「真の国際交流」を体験してみませんか。

## H I F けんしょう 憲章

北海道に住む私たちは  
世界の地域から多くの人たちを迎え入れ  
地域社会の一員として  
家族の一員として

語り合い

学び合い

ともに働く

無形の学園を各家庭、各地域に形成し

心のふれ合いを通して

人類の平和に役立てることを目的とする

# もくじ

- 3ページ 参加資格 / お申し込み前に確認してください
- 4ページ スケジュール
- 5ページ 旅の地図
- 6ページ 体験内容
- 7ページ 宿泊先について
- 9ページ フェリーについて
- 10ページ 申し込み方法
- 11ページ 費用内訳 / キャンセル料
- 12ページ 支払い方法
- 13ページ 行きと帰りについて
- 14ページ ホームステイについて
- 15ページ 注意事項
- 16ページ ファーム体験中の注意 / 保険について
- 17ページ 問い合わせ・申し込み先



観光が目的の方は、このプログラムに参加できません。

このプログラムには、ホームステイがふくまれています。

積極的に交流したい方のみ、お申し込みください。

つぎのページの「参加資格」と「お申し込み前に  
確認してください」(日・英・韓・中)を、よく読んでください。

# 参加資格

- ① 「国際交流のつどい」の目的を理解し賛同する人
- ② (一財)北海道国際交流センター(HIF) (※以下HIFと表記)の指示に従うことができる人
- ③ 日本国内の大学・専門学校等に在籍している留学生または就学生で18才以上の人
- ④ 心身共に健康である人
- ⑤ 8月20日(水)から8月26日(火)の全日程に参加できる人
- ⑥ 積極的に受入家庭と交流する意欲をもち、ホームステイに意欲的に参加できる人
- ⑦ 日常会話程度の日本語ができる人
- ⑧ 農業体験に積極的に参加できる人(動物や植物に強いアレルギーのある方は参加できません)

## お申し込み前に確認してください!

### このプログラムには、ホームステイもふくまれています。

ホストファミリーは全員ボランティアで、みなさんとの交流をととても楽しみにしています。ホストファミリーと積極的に交流する意思のない方は、申し訳ございませんがお申し込みをご遠慮ください。参加資格、ホームステイについて(p14)をよくお読みのうえご応募ください。

### The homestay is included in this program.

All host families are volunteers, and are looking forward to the exchange with you very much. Please refrain from applying for this program if you don't intend to positively participate in daily life with your host family.

Please refer "Requirement for application", and "About home stay"(p14) before you apply.

### 이 프로그램은 홈스테이도 포함되어 있습니다.

호스트패밀리는 전원 자원봉사입니다. 여러분과의 교류를 즐거운 마음으로 기대하고 있습니다. 호스트패밀리와 적극적으로 교류할 생각이 없는 분은 죄송하지만, 신청을 고려해 주시기 바랍니다. 참가자격, 홈스테이에 관해서 (p14)를 잘 읽으신 후에 신청하시기 바랍니다.

### 夏天的集會包括「家庭寄宿計劃」

「家庭寄宿計劃」的成員全是義工性質，他們衷心期待著和留學生們交流的機會。如果您有興趣和他們積極交流的話，歡迎您報名參加。

\*報名前，請參照第「參加資格」和第14頁「家庭寄宿計畫」的詳細說明。

### 夏天的集会包括「家庭寄宿计划」

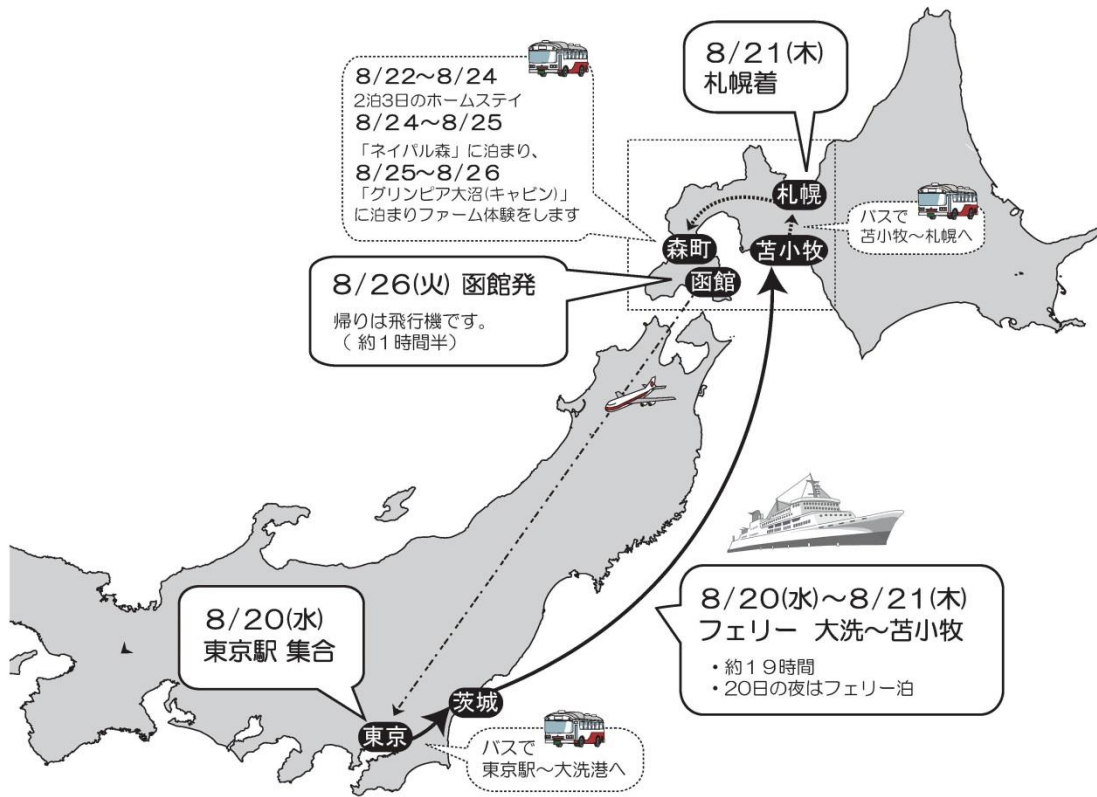
「家庭寄宿计划」的成员全是义工性质，他们衷心期待着和留学生们交流的机会。如果您有兴趣和他们积极交流的话，欢迎您报名参加。

\*报名前，请参照第「参加资格」和第14页「家庭寄宿计划」的详细说明。

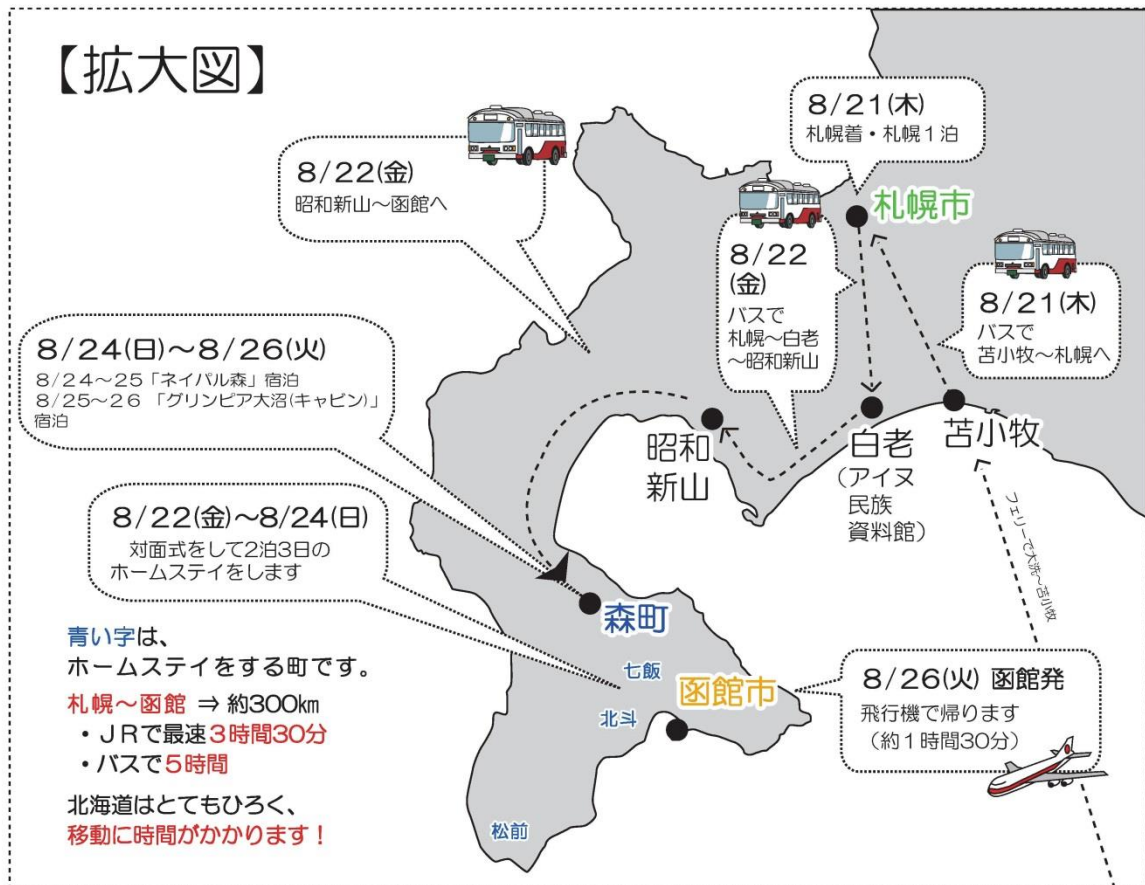
# スケジュール

が 月 日	し 時 間	よ 予 定	し 食 事	し 宿 泊
8/20 (水)	14:00 17:00 18:30 21:30-22:30	東京駅八重洲南口集合 東京駅から貸切バスで大洗港へ行きます 大洗港到着 (茨城県) フェリー出港 各自夕食 交流会 (レストラン集合)	夜: 各自	フェリー 船中泊
8/21 (木)	07:30-09:00 09:30-10:30 10:45-11:45 12:00-13:00 13:30-14:00 15:30	朝食 (レストラン集合) ブリッジ見学 (希望者のみ) オリエンテーション・船上にて記念撮影 昼食 (レストラン集合) 苫小牧港到着・札幌へ移動 ホテルハシモトチェックイン 札幌市内自由研修・各自夕食	朝: レストラン 昼: レストラン 夜: 各自	ホテル ハシモト 宿泊
8/22 (金)	06:00-07:30 08:00 09:30 11:00 12:00 17:00 17:30	朝食 ホテル前 集合・出発 白老アイヌ民族博物館到着・見学 バスでレストランへ移動 昭和新山にて昼食 函館市 北海道国際交流センター(HIF) 到着 ホストファミリー対面式〜ホストファミリー宅へ	朝: ホテル 昼: レストラン 夜: ホスト ファミリー宅	ホストファ ミリー宅
8/23 (土)		ホストファミリー宅にて ホームステイ	ホストファミリー宅	ホストファ ミリー宅
8/24 (日)	11:00 11:30 13:30 14:30~16:00 16:30 17:00	函館市 北海道国際交流センター(HIF) 集合 ホストファミリーとお別れパーティー 七飯町 大沼へ移動 カヌーでエビかご漁体験 (伊ガ-大沼-大沼) 研修施設 ネイパル森到着 オリエンテーション〜夕食〜入浴	朝: ホスト ファミリー宅 昼: HIF 夜: ネイパル森	ネイパル森
8/25 (月)	午前 午後 17:00	もちつき体験 (佐野農園) 炭焼き体験 (自遊人) グリーンピア大沼 (キャビン) へ移動・温泉体験	朝: ネイパル森 昼: 農家 夜: BBQ	グリーンピア 大沼 (キャビン)
8/26 (火)	午前~午後 13:30 15:35	農業体験・乗馬体験 函館空港へ移動 函館空港着 14:30 函館発 (予定) 羽田着 17:00	朝: グリーンピア大沼 昼: 農家	

たび ち ず  
旅の地図



【拡大図】



# 体験内容

- \* 「ファーム体験」では、農業や漁業の体験と、ホームステイを体験します。
- \* 天候により、スケジュールが変更される場合があります。ご了承ください。

## 【 ファーム体験 】

### ★カヌーでエビ漁体験

カヌーにのって、大沼湖畔へ行き、エビの収穫をします。  
天気がよければ、湖のうえから、すばらしい景色が見られます。



### ★炭焼き体験

炭焼き・炭出しの体験をします。  
夜には、その炭で、ジンギスカンを食べましょう！



### ★農業体験・もちつき体験

地元農家の畑で、種まきや収穫のお手伝い、餅つきをします。  
どの野菜（枝豆・じゃがいも・かぼちゃなど）がとれるかは、当日のお楽しみ♪

### ★乗馬体験・キャビン宿泊体験

馬に乗り、大自然を駆けめぐります。  
高原に佇むロジック風のキャビンに宿泊します。  
夜には、満点の星空を眺める事が出来るかも。



## 【 ホームステイ 】



お世話になるホストファミリーの、家族の一員となるように心がけましょう。  
お手つだいや会話をし、よりよいコミュニケーションをとってください。



① ホストファミリーのご家庭では、お手つだい（皿あらい・窓ふき・草取りなど）を積極的にしましょう。

② 農業・漁業・製造業などのご家庭にステイする場合、進んでお手つだいましょう。

※お手つだいで必要なもの（軍手など）が生じた時は、

各自で購入してもらいます。



# 宿泊先について

## ★ 8月21日の宿泊先

「ホテルハシモト」

札幌では自由研修になりますので、ホテルの住所・電話番号は覚えておきましょう。



「ホテルハシモト」の住所

住所：札幌市中央区南2条  
東2丁目4番地

TEL：011-231-1123

※ 地下鉄：札幌駅から南北線または  
東豊線「大通駅」下車  
徒歩3分（200円）

※タクシー：札幌駅から約5分  
（1,000円くらい）

## ★ 8月24日の宿泊先

「北海道立青少年体験活動支援施設 ネイパル森」



ネイパル森は、ホテルではありません。

研修施設です。

ルールをまもり、楽しくすごしましょう。

※施設やまわりの環境についてくわしく知りたい方は、  
ネイパル森のホームページをごらんください。

<http://wa.manabi.pref.hokkaido.jp/mori/index.html>

- ◆ 入浴のための洗面道具とタオルをもってきてください。
- ◆ 敷地内でガムを食べることを禁止しています。（屋外エリアも含む）
- ◆ 各部屋での飲食は出来ますが、ベットや寝具の上で絶対に飲食はしないでください。
- ◆ 喫煙場所はかぎられています。その他での喫煙は絶対にしないでください。

★ 8月25日の宿泊先

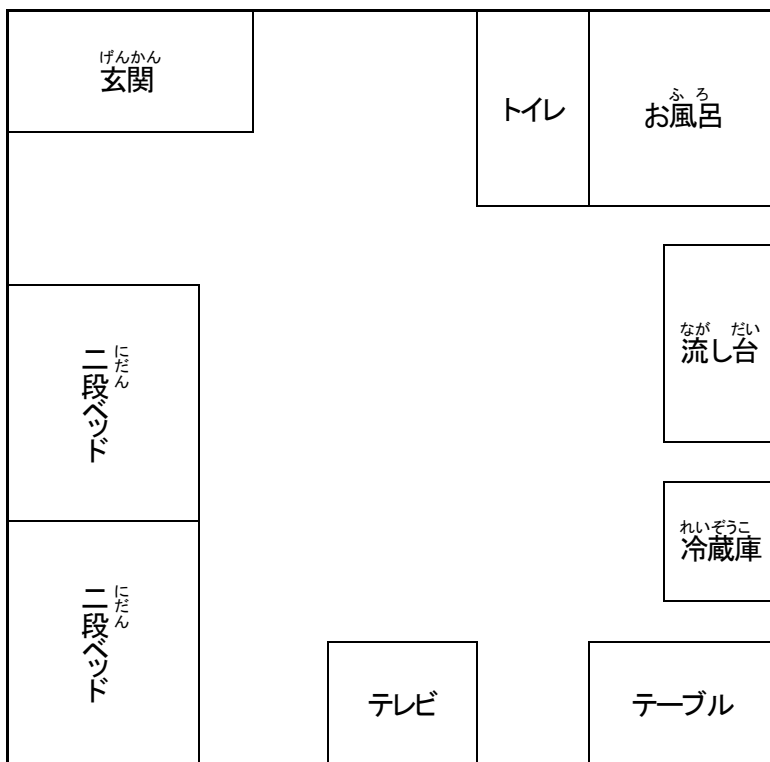
「グリーンピア大沼（キャビン）」



ホテルではなく、高原にあるキャビンに泊まります。  
自然を満喫して、みんなで楽しくすごしましょう。

- ◆ 入浴のための洗面道具とタオルをもってきてください。
- ◆ 各部屋での飲食は出来ますが、ベットや寝具の上で絶対に飲食はしないでください。
- ◆ 喫煙場所はかぎられています。その他での喫煙は絶対にしないでください。
- ◆ 5人1グループで泊まります。

<部屋の見取り図>



【スケジュール】

8月25日（月）

1700 グリーンピア大沼

（キャビン）へ移動

1730 夕食準備・夕食（ジギ

スカン）・片付け

1930 温泉体験（ホテルの温泉）

8月26日（火）

730 朝食準備・朝食・

片付け

900 農業体験の場所へ移動

※スケジュールは変更になることがあります。

くわしいスケジュールは参加者にお知らせします。

# フェリーについて

## ◆ 部屋

<エコノミールーム> (料金にふくまれています)

カーペットの部屋です。30人くらい一緒に寝ます。

設備：手荷物棚（共有）、毛布、枕、マットレス

このマット  
と毛布を敷  
いて寝ます

エコノミールーム



<カジュアルルーム> プラス3000円でアップグレードできます

2段ベッドの部屋です。一部屋12人です。

設備：手荷物棚（共有）、読書灯、毛布、枕

カジュアルルーム

NEW



※申込用紙に、アップグレードのチェックらんがありますので、

「する」にチェックをつけてください。先着48人です。

(男女の割合で調整あり)

フェリーの写真

## ◆ レストラン

最上階にレストランがあります。海を見ながら食事ができます。

20日(水)の夕食はついていませんので、各自で食べてください。

夕食バイキング 営業時間： 18:00~19:30 料金： 1,800円



## ◆ 売店

ジュース、お菓子、カップラーメン、菓子パン、おみやげ、日用品、薬などが売っています。

営業時間	1日目：乗船時~午後9時30分まで
	2日目：午前8時~12時30分まで

## ◆ 展望浴室&サウナ

海が見える広いお風呂とサウナが無料で利用できます。

バスタオルなど必要なものは各自で準備してください。

営業時間	1日目：乗船時~午後10時まで
	2日目：午前6時30分~到着前まで



# 申しこみ方法

## ＜申しこみ方法＞ ①申込書 ②推薦状を郵送する

- ・17ページに、郵送先の住所がのっています。
- ・申込書・推薦状はホームページからダウンロードできます。（4月下旬更新予定）

ちゅうい 注意 する こと	署名欄にサインがない(申込書) 印鑑が押されていない(推薦状)	⇒無効になります
	メールアドレスを書いている・アドレスをかえた 字がよめない・字がまちがっている	⇒入金確認メールがとどきません 字はわかりやすく、きれいに書いてください
	寮やアパートの名前・部屋番号を書いている 郵便受け・部屋の前に名前が書いていない 引っ越しをして、住所がかわった	⇒HIFからのおしらせがとどきません

### ＜申しこみのながれ＞

- 1 申込書・推薦状をHIFに郵送
- 3 到着後(先着順) HIFで選考する
- 2 参加決定通知・振込用紙がとどく
- 4 郵便局に入金する
- 5 <入金後5日くらい> 入金確認メールがとどく
- 6 <7月下旬～8月上旬> ホストファミリーの案内とくわしいスケジュールがとどく
- 7 <8月20日(水)> 出発

- ・申しこみ受付は**先着順**です。早めに申しこんでください。
- ・しめきり前でも**定員になりしだい、受けつけを打ち切り**ます。
- ・定員になったあとも、6月20日(金)までは**キャンセル待ち**として受けつけます。

申しこみしめきり 2014年 6月20日(金) 必着

定員：30名

ひょううちわけ  
費用内訳

参加費	参加費内訳		
ファーム 体験 プログラム 79,000円	貸切バス	8/20	東京駅～大洗港
	フェリー	8/20	大洗港～苫小牧港
	貸切バス	8/21	苫小牧フェリーターミナル～ホテルハシモト
		8/22	札幌～白老～昭和新山～函館
	宿泊	8/24	函館～大沼～ネイバル森
		8/21	ホテルハシモト
		8/24	ネイバル森
	食事	8/25	グリーンピア大沼(キャビン)
		8/21	フェリー内朝食・昼食
		8/22	朝食(札幌のホテル)・昼食(昭和新山)
8/24		昼食(HIF)・夕食(ネイバル森)	
8/25		朝食(ネイバル森)・昼食(農家)	
航空券	8/26	夕食(グリーンピア大沼・自炊)	
		朝食(グリーンピア大沼・自炊)・昼食(農家)	
その他		函館空港～羽田空港(帰り)	
参加費の中に含まれないもの			
集合場所(東京駅)までの交通費/20日・21日夕食/貸切バスで移動中の飲食/滞在中の個人的な出費			

りょう  
キャンセル料

- 参加費を支払ったあとに申込を取り消す場合、キャンセル料がかかります。

キャンセル日	ファーム体験	
	キャンセル料	払い戻し額
受付日～6/30	15,800円	63,200円
7/1～7/31	39,500円	39,500円
8/1～	79,000円	0円

- 8月1日(金)以降の取り消しは、いかなる理由(病気・入院・帰国など)においても払い戻しいたしません。
- プログラムの途中で帰る場合は、参加費の払い戻しはいたしません。
- プログラムの途中で帰る場合のチケット、旅費等は、ご自分でご用意いただくことになります。

# しはら ほうほう 支払い方法

参加決定通知といっしょに、郵便振込用紙を送ります。

## しはら <支払いのながれ>

1

郵便振込用紙を、見本のとおりに入力する。  
(記入見本は、下の図を見てください)

2

郵便局で支払う。郵便振込用紙と費用を係の人にわたす。  
(受領証は大切にしておいてください)

3

入金後5日位...HIFから入金確認メールがとどく。  
内容にまちがいかないか確認する。

## しはら きげん <支払い期限>

- 参加決定通知送付日の、およそ10日後です。
- 土日・祝日をはさむ場合、期限日が前後します。くわしくは参加者にお知らせします。

## しはら きげん にゅうきん ばあい <支払い期限までに入金されない場合>

- キャンセルとなることがあります。かならず期限までに振り込んでください。
- 何かの理由で遅れる方はHIFまでご連絡ください。

## きにゅうみほん <記入見本>

02		払込取扱票				通常払込料金 加入者負担	
口座記号番号						金額	
0	2	6	3	0	4	1	5
						7	9
財団法人 北海道国際交流センター						料	金
HIF-No: 205						特殊 取扱	
学校名: ○○大学○○日本語スクール						<small>各票の★印欄は、ご依頼人において記載してください。</small> 通信欄・ご依頼人 山田 花子 (電話番号 0138-22-0770)	
プラン名: <input type="checkbox"/> 羽田プラン <input type="checkbox"/> フリープラン <input type="checkbox"/> 関西プラン							
<input type="checkbox"/> ファーム体験プログラム <input type="checkbox"/> 道央プログラム							
下の欄に住所・氏名(カタカナ)・電話番号をかならず記入して下さい							
〒040-0054						<small>切取らないで郵便局にお出しください。</small> 記載事項を訂正した場合は、その箇所に訂正印を押して、 切り取らないで郵便局にお出しください。	
東京都○○区3丁目5-7							
○○アパート201号室							
山田 花子(ヤマダ ハナコ) 様						通常払込 料金加入 者負担 1 5 0	
受付局日附印						郵便振替払込請求書兼受領証 口座記号番号 0 2 6 3 0 4 加入者名 財団法人 北海道国際 交流センター 金額 千 百 十 万 千 百 十 円 79000 おなまえ 山田 花子 (ヤマダ ハナコ) 様 料 金 受付局日附印 特 殊	
裏面の注意事項をお読みください。 これより下部には何も記入しないでください。							

# 行きと帰りについて

	日程	場所	時間	詳細
行き	8月20日 (水)	東京駅 八重洲南口	14:00 集合	<p>※受付終了後、貸切バス乗り場へ移動し、大洗港（フェリーのりば）へ行きます。</p> <p>※受付の時にHIF-Noをききます。 かならず覚えてきてください。</p>
帰り	8月26日 (火)	函館空港 1階ロビー	13:30 バス出発	<p>※羽田行き飛行機/15:35発17:00着予定</p> <p>※函館空港へ、貸切りバスで行きます。</p> <p>※帰りの飛行機に引率スタッフはのりません。 空港でおみおくりします。</p>



**ファーム体験 集合場所**

スタッフがHIFの旗をもって待っています。  
「東京駅 八重洲南口」は大変こみます。  
時間におくれないように来てください。

※行きの集合場所のくわしい情報は、参加者に後日お知らせします。

# ホームステイについて

1

このプログラムは、観光が目的ではありません。  
生活や日本語での会話をとおして、交流することが目的です。

- ・ホストファミリーと、積極的に交流して、有意義な時間をすごしましょう。
- ・下記のような行動はしないでください。
  - × 自分の希望でホストファミリーに遠くにつれていってもら
  - × 許可なく外出する(外出する時は場所と帰る時間を伝える)・勝手に旅行などに行く
  - × 携帯電話・テレビ・ゲームばかりしたり、ずっと部屋にこもりホストファミリーと全く交流しない
- ・プログラムの目的を理解できない学生  
⇒ 期間中であってもプログラムの参加を取り消す場合があります。  
(帰りの交通費は自己負担となります)

2

ホストファミリーはすべて無償ボランティアです。

- ・ホストファミリーに、金銭的補助をしていません。  
⇒ ホストファミリーに金銭的負担をかけないよう心がけましょう。  
⇒ ホストファミリーとレストランなどに行ったり、外出したときは、自分の分は自分ではらいましょう。  
※自分のおこづかい、移動中の食事代などをのぞき、参加費のほかにお金はかかりません。



3

生活習慣・生活時間帯について

- ・ホストファミリーにはそれぞれの生活習慣・生活時間帯があります。  
⇒ ほかのホストファミリーとくらべたり、勝手な行動はしないでください。  
⇒ 家族の一員として自分の時間をあわせる努力をし、積極的に家事などのお手伝いをしましょう。

4

車・オートバイ

- ・プログラム期間中の車・オートバイの運転は禁止です。
- ・もし交通事故などをおこした場合、すべてあなたの責任になります。

5

電話・インターネット

- ・かならずホストファミリーにOKをもらい、短くすませてください。
- ・緊急の場合以外の国際電話は、コレクトコールやプリペイドカードを買ってつかってください。
- ・電話&インターネットをかりるとき ⇒ 料金を支払ってください。
- ・市内・町内 ⇒ 3分で10円が目安/市外通話・国際電話・インターネット ⇒ ホストファミリーに相談



ホストファミリーは、留学生とたくさんお話することを楽しみにしています。

いっしょにいる時は、携帯電話の使用は慎み、周りに迷惑をかけないでください。



# ちゅういじこう 注意事項

## ★ プログラム開始にあたって

- みなさんのホストファミリーのインフォメーションは、  
7月下旬から8月上旬にかけて申込書に書かれた「日本の住所」に送ります。  
その時期に、旅行や帰国などする人は、必ず前もってHIFまでお知らせください。
- ホストファミリーはあなたが来ることをとても楽しみに待っています。ホストファミリーのインフォメーションがとどいたら、すぐに、ごあいさつの手紙（E-Mail、電話でもOK）を出しましょう。
- ホストファミリーへ感謝の気持ちをこめて、心ばかりのおみやげを持ってくることをおすすめします。あなたの国の物であれば、とてもよろこばれると思います。

## ★ 準備するもの

- 健康保険証、在留カードまたは特別永住者証明書は、かならずもってきてください。
- あなたの国を紹介するのに役立つ写真、パンフレット、音楽のカセットテープ・CD、民族衣装など。
- 北海道には銀行が少ない地域がありますので、必要のある方は出発前に現金の用意をしてください。  
（クレジットカードの利用できるお店が少ない地域もあります）
- 北海道の天候はわかりやすく、夏でも寒くなることがあります。長そでのトレーナーや上着などをもってきてください。
- 乗り物に酔いやすい人は、酔い止めの薬を用意してください。

## ★ そのほか

- 天候の変化などによりスケジュールが変更されることもあります。ご了承ください。
- プログラムの期間中、病気やけがなど、何かありましたらHIFにご連絡ください。

# ファーム体験中の注意

★ ファーム体験プログラム実施中は、以下のことに気をつけてください。

- **積極的に作業に参加**してください。
- にわとりや牛など動物にさわる機会がありますので、動物に強いアレルギーのある方は、参加できません。
- 森や林など自然のなかで活動しますので、植物に強いアレルギーのある方は、参加できません。
- 体験のくわしい内容は参加決定通知発送の時にお知らせします。
- 体験の時は、よごれてもよい服や、汗をふくタオルなどを自分で用意してください。
- ファーム体験は外で行います。自分で**日焼け対策**をしてください。  
(帽子、タオル、日焼け止めクリームなど)
- 天候により、スケジュールが変更されたり、中止になる場合があります。ご了承ください。

## 保険について

- ◆ 参加留学生は傷害保険に加入します。(参加費にふくまれるので、HIFで手続きします)  
下記の金額で不安な方は各自で保険に加入してください。(保険の紹介はしていません)
- ◆ 病気の場合は自分の健康保険を使用してください。

病 気	け が			
	通 院	入 院	賠 償 責 任	死 亡 時
実費：自分の健康保険を使用	1日：3,000円	1日：5,000円	100万円	800万円

# と もう さ き 問 い あ わ せ ・ 申 し こ み 先

- 不明な点は、お気軽にお問い合わせください。  
電話・FAX・E-Mailで随時受け付けております。

◆ お問い合わせ・申し込み先： 一般財団法人 北海道国際交流センター（HIF）

住 所	〒040-0054 北海道函館市元町14-1
TEL/FAX	TEL 0138-22-0770 / FAX 0138-22-0660
E-Mail	tudoj@hif.or.jp
ホームページ	<a href="http://www.hif.or.jp">http://www.hif.or.jp</a> ・4月下旬にホームページを更新します。申込書、推薦状をダウンロードできます。

