

Kwacha (クワチャ) はチェワ語で「夜明け」を意味します。

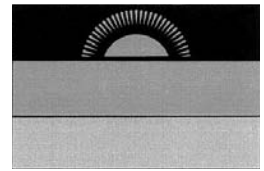
編集・発行：日本マラウイ協会  
〒150-0012 東京都渋谷区広尾 4-2-24 青年海外協力協会気分  
Tel. 03-3447-2921 Fax 03-5798-4269  
Home Page <http://www.joca.or.jp/malaw/malawi-j.htm>  
E-mail [japan-malawi@mc.newweb.ne.jp](mailto:japan-malawi@mc.newweb.ne.jp)

### 【マラウイ共和国】

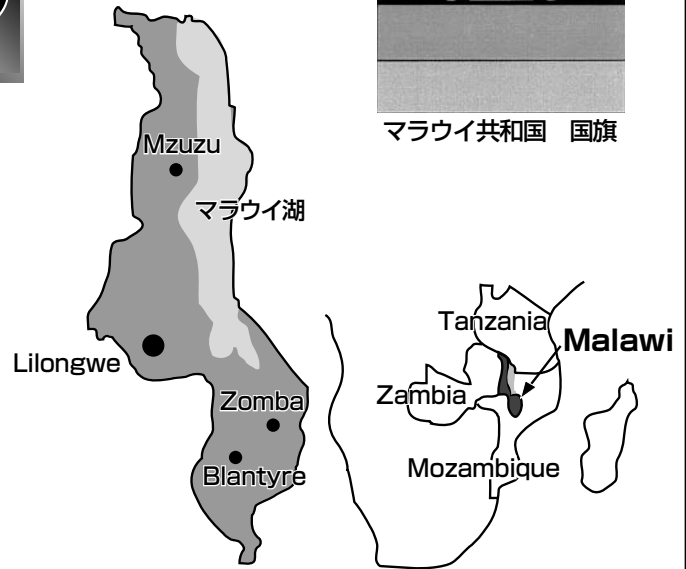
面積：118,484 平方 km (日本の約 1/3)  
人口：1120 万人(2004 年世界銀行)、首都：リロングウェ  
独立：1964 年 7 月 6 日、公用語：英語、チェワ語  
政体：共和制、大統領：ピング・ワ・ムタリカ  
為替レート：US\$1 = MK 142.701 (3 月 13 日現在)  
MK 1 = 0.74776 (3 月 13 日現在)

### 【日本マラウイ協会 (Malawi Society of Japan)】

日本とマラウイ両国間の理解を深め、文化、スポーツ、経済、科学技術等の協力を通じ、相互の繁栄に寄与することを目的とする任意団体です。趣旨をご理解の上、広く各位の入会を希望します。会員数：265 人 (3 月 1 日現在)



マラウイ共和国 国旗



### レポート マラウイ農民自立支援プロジェクト近況

本紙第 33 号 (2005 年 3 月 23 日発行) でご紹介した青年海外協力協会 (JOCA) 設立 20 周年記念事業～マラウイ農民自立支援プロジェクト～の近況レポートが届きました。第 33 号、第 37 号とあわせてご覧下さい。

文責：JOCA 丹羽克介

対象期間	2005 年 9 月～2008 年 8 月 (3 カ年)
協力相手機関	マラウイ農業食糧保障省
対象地域	ムジンバ県カゾンバ普及計画地域
対象受益者	小規模農家約 1400 世帯
上位目標	農民の生活レベルが向上する
プロジェクト目標	地域を活性化する農民のリーダーが育つ

今シーズンは昨年 12 月に雨季が本格的に始まり、2 月上旬までかなりの雨量をもたらしましたが、それ以降、雨は休息に入っているようです。また、政府が継続している肥料補助金プログラム (対象農家に対して肥料クーポンを配布：通常価格の約 2 割で購入できる) のクーポン発行数 (対象者数) が減ったこともあり、農家からは期待していた数を手に出来なかったようです。

さて、プロジェクトを開始して 2 年半が経ちました。昨年 11 月には、JOCA とマラウイ政府との中間評価が実施されました。プロジェクトの目標である「地域を活性化する農民リーダーの育成」に向かい、成果をあげつつあることが認められました。特に、研修への参加をグループメンバーのみならず誰でも参加可能 (オープンアクセス) にしたこと、農民の自主性を尊重する方針を徹底したことにより、より意識の高い農民グループや個人の発掘につながり、その中から、「農民リーダー」「伝達農家 (第 37 号参照)」といえる農民が出現してきたことが評価団により報告されました。

開始当初は、名前だけで実体がないグループがほとんどでしたが、プロジェクトが進むにつれて自然淘汰され、いままでに活動があったグループと個人農家は 34 あり、うち 17 が現在活動を続けています。研修回数は 2 月 29 日時点で 386 回、参加者のべ人数 7183 人 (うち男性 3323 人、女性 3860 人)。その約半数が農家に

よって実施されています。

雨季と乾季栽培シーズン 2 回目を迎えたグループは、いままでに学んだ知識や技術を自ら継続し、さらに栽培面積を拡大しています。例えば、2006 年乾季の 5 月に結成したカダウォンダグループでは、依頼にもとづいて小規模灌漑 (堰つくり：木の枝と草、粘土などを用いて小川を堰き止める) をはじめ、様々な研修を実施してきました。乾季作と雨季作を一通り習得した 1 年後には、その堰を自分たちで修繕して、更にグループ圃場だけでなく個人の畑にも水が利用できるように、灌漑水路を数百 m 延長していました。その効果は乾季栽培面積が約 2 倍に、また乾季作付回数も 1 回から 2 回に増加したようです。逆に、こういった成果が上がってきた結果として、マーケティングや土壌流亡などの新たな問題が浮上りつつあります。カラシナやトマトなどの個人の生産量が増えて、村落内と周囲の小さなマーケットだけでは販売しきれなくなっているようです。



▲灌漑水路を延長するカダウォンダグループのメンバー

それから、プロジェクト開始当初から活動し周囲のグループへプラスの影響を与えているゾンベグループでは、2 本目の灌漑水路を引き、山の斜面の木を見事に切り倒し開墾しました。もちろん、大変な仕事量でリーダーシップを発揮するゾンベ村長を筆頭にした彼らの多大なるやる気の現れなのですが…。すべての畑に管理が行き届いているかは疑問ですね。また彼らのやる気を損なわないように気を付けつつ、発展と保全について話し合いを始めています。別の村では、農業省の担当スタッフの協力を得ながら、村全体に対しての土壌流亡防止策についての研修を始めています。この村が様々な土壌流亡策を応用したモデル的村になることを期待しています。



▲土壌流亡防止策の排水溝作成のため測量中 (右端は筆者)

プロジェクトでは、依頼される研修内容からタイミングを見計らいながら選択しています。こういった直接収入に結びつかない環境保全に関する研修などは、多少の被害を認識していてもある程度の意識の醸成なくしては農民達は動かないのではないかなと思っています。以上のような農民たちの向上に伴った新たな問題にも取り組みながら、自立の 1 サイクルに向けて支援を続けたいと思います。

村に行けば、シンプルな生活の中に多様な変化があり、生きた現実があり、いくらでも問題がみえてきます。今年に入りプロジェクトスタッフ 1 名が加わり、村に行く前と後に今日の戦略と今日のレビューを行い、喧々諤々議論を交わしています。農民の方たちとともに私たちも成長していきたいですね。

### イベント グローバルフェスタ 2007

JOCV OG 平成 14 年度 3 次隊  
理数科教師 鈴木ともこ

昨年の 10 月 6 日・7 日の 2 日間、マラウイ協会は東京・日比谷公園で行われた「グローバルフェスタ 2007」に出展しました。

当会のテントは、前年と違って青々とした芝生の上。お天気にも恵まれ、秋の爽やかな空気の中、テントには、いつもの賑やかな雰囲気がありました。青年海外協力隊 (JOCV) マラウイ OB・OG のほか、OB・OG のお母様方やマラウイに興味を持っていただいている一般の方など、OB 会の枠を超えているいろいろな方が関わってくださっているおかげです。

テントに訪れてくださる方もバラエティーに

富んでいます。その中でも最近多いのが、国際協力や国際援助を勉強している学生さん。特にアフリカの研究をしていて、マラウイに大変興味があると訪ねてきてくれます。こんなときは協力隊OB・OGの出番です。活動していた頃のマラウイの経済状態や実際に行われていた国際援助の状況をお伝えしています。そして、協力隊参加希望の方、これからマラウイに赴任する候補生の方も、マラウイの情報が欲しい！と、訪ねてきてくれました。そういった方では今年から開設された駐マラウイ日本大使館へ赴任予定の方もいらっしゃいます。これからマラウイに行く方にとっては、手に入るマラウイの情報が少なすぎて少し不安なのかもしれません。私もマラウイがどんな国なのかわからず不安で不安で、二本松訓練所入所前、協力隊OGでもないのに、マラウイ協会の門をたたきましたから…。



▲当会テントを訪れたゴンドウェ大使とチリマ参事官

もちろん、マラウイ隊員OB・OGの方も多くいらっしゃいました。マラウイ協会のテントの前で久しぶりにパツパツになって、「ホントに久しぶり！」という光景も目しました。テントに展示している写真や民芸品を眺めては、思い出話に花が咲いていました。私は、何年も前の隊員だった方が目をキラキラさせて話している姿を眺めて、「あ、隊員の時はああいう目をしていただろうな」と思ってしまいました。

私自身、マラウイから帰国して早3年。マラウイでの出来事が思い出になり、そしてその思い出も少しずつ風化して忘れていってしまうのかなと思うと、なんだかもの悲しい気持ちになります。そんな時、マラウイ協会の月例会、また、グローバルフェスタのような催し物で、マラウイに関する何かに触れることで、自分自身の思い出を大切にできるような気がします。

是非、皆さんも今年のマラウイ協会のテントに足を運んで下さい。

## 投稿

### 1年ぶりのマラウイ

JOCV OB 昭和55年度2次隊  
塗装 郡 昭治

2月5日から2月23日までの19日間(マラウイ滞在は16日間)、マラウイに出張する機会を得ました。そうです、1年前のKWACHA第37号を読んで頂いた皆様は、私が昨年もマラウイに行かせて頂いたことを覚えていらっしゃると思います。17年ぶりにマラウイに帰郷いたしました。まさか2年も経ってマラウイの地を踏めるとは思いもしませんでした。今回もマラウイの地を訪れる幸運を得ましたので、前回とは違った視点で出張報告を書かせていただきます。

今、マラウイ最大の話題は2008年1月14日に中国がマラウイと国交を樹立したことにより、台湾がマラウイと断交したことです。私が訪マ中の2月18日に台湾の最後の外交官3名が出国したとの情報が流れていました。台湾はマラウイ政府の庁舎や農業改革等、国の根幹に関わるインフラ・システム整備を独立以来支

援してきた国であり、マラウイを支えてきた国です。

中国は、2007年後半に60億ドル(約6450億円)の利益誘導を行ったとの情報があります。それぞれの国にはそれぞれの国の国策があり、他国の人間がどうこう言えませんが、昔、台湾農耕隊(そう呼んでおりました)の人々から、おいしいお米、野菜を分けて貰ったり、外交官の方々に家に呼んで頂き、ご馳走を頂いたりした思い出がある私には、なんとも複雑な思いがあります。台湾の援助で建設中の国会議事堂、灌漑施設、その他マラウイと台湾が共同で行っていた政府事業は、中国が引き継ぐとのことでした。



▲建設中の国会議事堂、まだ基礎しか出ていない

次に、マラウイに滞在されている日本人の間では大きな出来事だと思いますが、在マラウイ日本大使館が開設されました。現在は、キャピタルホテル内に臨時開設されており、領事業務の一部(旅行業務、ビザ業務等)は在ザンビア大使館が当分の間引き続き受けているとのことでした。現臨時大使館は、いずれ新しく建設されたEUビル(ビルの呼び名は違ったと思いますが、EUが入っているビルです)に移る予定とのこと。現JICA事務所から車で10分程度の所でしょう。



▲日本大使館が入る予定のEUビル

もう1つ私が興味を持ったのは、リロングウェから1時間半ほど走ったドーアと言う地区にあるDzaleka難民キャンプ。最近、マラウイ南部ムワンザと北部カロンガにあった難民キャンプが閉鎖され、Dzaleka難民キャンプに難民が集まってきています。2007年10月31日付の難民国別人数は、ルワンダ3557名、コンゴ共和国(旧ザイール)2394名、ブルンジ1836名、ソマリア961名、エチオピア688名、スーダン4名、ウガンダ3名、ジンバブエ2名、ケニア2名、アンゴラ1名他の合計9451名とのこと。

国ごとに集落が分かれており、コンゴ共和国の人々が住むキャンプ(キャンプと言ってもマラウイの村落に住む人々の住居とほぼ同じ作り)にも邪魔しましたが、20歳前後の若者がサッカーボールを蹴って遊んでおり、若い女性、老人はあまり見かけませんでした。子供たちはそれぞれ小集団を作って遊んでおり、健康そうに見えました。同地区には、国連世界食糧計画(WFP)、ユニセフ等から支援があり、キャンプ内のオープンマーケットには、野菜、肉、日用雑貨等が売られておりました。物は近郊の村より豊富にあったように見受けられ、近郊のマラウイの村の人々と同等の暮らしをされている様でした。



▲コンゴ共和国の人たちが住んでいる地区

おかげ様で雨期でしたが、雨にもほとんど降られず滞在することが出来ました。今年は雨が多いとのこと、とうもろこしの収穫は問題ないようです。

最後に、JICA事務所で少なくとも30年前には勤務し、6年ほど前に退職した(知っている人は知っている)Ms. Jereにお会いする機会がありました。51歳だそうです。水谷現JICA事務所長にお連れさせていただいて会いましたら、涙を浮かべて懐かしがってくれました。相変わらずふっくらしておりましたが…。



懐かしいでしょ!!! 若々しく元気でした。気が向いたら、手紙を書いてあげてください。喜びます。

Ms. V. Jere  
clo Mrs. T. Mapando  
RBM, Box 30063, Lilongwe 3,  
Malawi

## 投稿

### 蛍の道しるべ

シニア海外ボランティア  
医療機器保守 小林 一之

幹線道路のバス停に着いた時は、もう既に日が暮れかかっていた。プランタイアに赴任予定の私をせむれるようにと誘ってくれたのは、ナミテテのセント・ガブリエルズ病院で活動していた二人の先輩隊員で、なにやら病院の機材を見て欲しいという。私がマラウイに到着して現地訓練が終わろうかという頃、交通事故で亡くなった先輩隊員のお葬式が終わり、それぞれが自分の任地に向かうという時である。ひとしきり悲しみを共有し、ある者は泣き、ある者は怒り、ある者は仲間を祭りに付すという作業に没頭した。その後は、まだ悲しみは抜け切らないものの、亡くなった仲間の分もマラウイでがんばろうと、口に出しては言わないが誰もが感じていて、みんな明るく振舞っていた。

「ギター弾けるんだって?来る時は、絶対持ってきて来ないとだめだよー!」と、半ば強制的な誘いであっても嫌な気はしないで、「はい、わかりました。きっとそうします!」と、おどけて応えていた。プランタイアに赴任した私は、その後なかなかナミテテを訪れることができず、ギターを持って病院の機材を見に行く…という妙な約束がずっと気になっていた。

それから半年以上も経っただろうか、マラウイは既に雨季に入っていた。リロングウェの病院に用事があった私は、久しぶりにプランタイアから首都に出てきた機に、もう少し足を延ば

してナミテテを訪れよう決めていた。リロングウェの先輩隊員から行き方を教わり、長靴を借り、ギターとデイパックを担いでバスに乗った。そして教わったとおりにでこぼこ道を歩き出した。「多分、バス停と病院の間でマトーラ(乗合いトラック) できるから、歩くと結構あるけどね。」と先輩が言っていた。バス停で待っていても車は来る気配はない。「そのうち通るだろう。その時乗せてもらえばいいや」と思って歩き出したのだが、心配していたことになってきた。日が暮れ、本当に暗くなってきたのだ。道に迷ったらどうしよう。それよりも、道が見えなくなったら…。初めての道を歩くのは不安である。ましてや灯りも何もない知らない道。不安を抱きながらも、歩みを止めるよりも歩く方が安心できるような気がして、足を進めていた。

どれくらい歩いただろうか。雨季にも拘らず空はきれいな星くずだが、もう辺りはほとんど闇である。下手をすれば道から逸れて足を滑らして怪我をしないと限らない。参ったなー、もう少し早くバスに乗るべきだったなーと思いながら、少し行きかけた時である。思わず息を呑んで立ち竦んだ私を迎えたのは、真っ暗な道の両側にびっしりと、まるで道案内をするように光る蛍だった。それは空の星と同じように美しく瞬いて、その様子はまるで、病院への道はこっちだよ、川に落ちたらだめだよ…と語ってくれているようだった。何の脈絡もなく、亡くなった先輩隊員を思い出した。

しばらくその灯りを頼りに歩いていると、後ろからすたすたと早足で人が歩いてくる気配がする。案の定、マラウイアンだった。彼らの視力はたいしたもの、夜でもよく見えるらしい。「病院に行くんだけど。」

と言うと、「OK、すぐそこだよ。着いて来て。」何処に行っても優しいんだ、マラウイアンは。もっとも彼の言う「すぐそこ」は、まだ30分以上あったけれど。

「もう今日は来ないと思ったよー。」病院に併設された先輩隊員の家のドアが開き、笑顔で迎えられたときは心底ほっとした。

「あ、やっぱり持って来てくれたんだ、ギター。サンキュー！」

隊員時代、いろんな所を旅した。いろんな仲間のところに行った。この日も、忘れられない思い出のひとつである。あの蛍の道しるべと共に。

**お 礼 「世界の笑顔のために」プログラムご協力御礼その2**

JOCV OB 平成3年度3次隊 栄養士 中川 総

KWACHA 第38号でお伝えしたJICA「世界の笑顔のために」プログラム=『ドマシの学生へ剣道の竹刀40本を贈るプロジェクト』で、現地から要請を挙げた癸生川(きぶかわ) 隊員より竹刀40本が無事彼らの手元に届いたとの連絡が入りました。目標金額の8万円に対し、正念塾柚木道場及び日本マラウイ協会会員の皆様のご協力で92,357円のお金が集まりました。余剰金は責任を持ってマラウイ剣道のために活用させていただきます。

癸生川隊員とマラウイ剣道のリーダーの存在のオースティン・ゾンバ氏(剣道歴15年)より今回の寄贈に対する礼状と、JICAマラウイ事務所より画像が届きましたので以下に紹介させていただきます。

\*\*\*\*\*

**「世界の笑顔のために」にご協力いただいた皆様へ**

平成17年度3次隊 癸生川 裕

拝啓寒気候、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。平素は格別のご高配を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、この度は、マラウイの剣士に対し、すばらしい竹刀をお送りいただきまして、誠にありがとうございました。さっそく、使わせていただき1人、1本ずつ竹刀を持つことが出来ました。マラウイの剣士も大変喜んでおります。

時節がら、お体には十分お気をつけください。まずは、略儀ながら書中御礼まで。

敬具



▲癸生川隊員とオースティン・ゾンバ氏

13.12.2007

Dear Senpai, all Kendo great Instructors

Muli bwanji? Ife kuno tili bwino.

On behalf of the KENDO fraternity in Malawi, I write this letter to say thank you very much for the donation of 40 bamboo swords [Shinai] that was presented to us by Kibukawa-san.

In a very special way I would like to express our heartfelt appreciation for the assistance to all people who made their contributions both in cash and in kind towards this donation. To all of them and also for your great efforts we say ZIKOMO KWAMBILI.

In the past KENDO equipment was mismanaged, we promise to take good care of the bamboo swords to utilise them properly so that this helps to promote our KENDO activity. We plan to share the Shinai to our Domasi College KENDO Club and Blantyre Youth Centre - BT KENDO Club.

Once again, please receive our thanksgiving for the assistance of the bamboo swords.

Yours faithfully,  
Austinie Somba

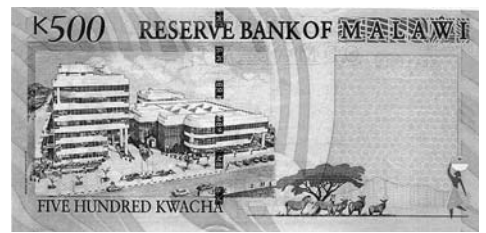


マラウイでは約30年前までは最高額紙幣は10クワチャでした。今では500クワチャ紙幣が流通しています。ここに当会が最近入手した紙幣、貨幣の写真を投稿します。

なお、便宜的に紙幣については、人物(John Chilembwe師)の肖像があるほうを表面、貨幣については金額表示のあるほうを表面とし、各通貨写真とも表面→裏面の順で掲載しています。



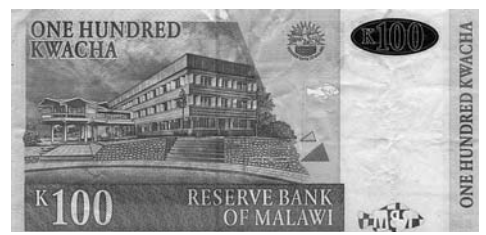
▲ 500クワチャ紙幣

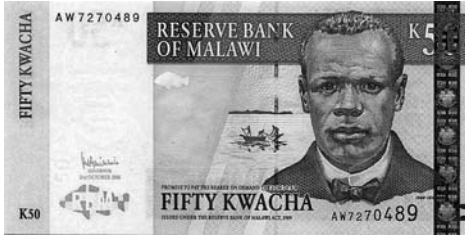


▲ 200クワチャ紙幣

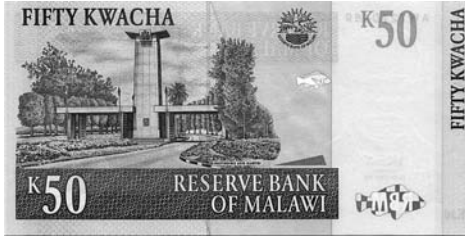


▲ 100クワチャ紙幣





▲ 50クワチャ紙幣



▲ 10クワチャ貨幣



▲ 20クワチャ紙幣



▲ 5クワチャ貨幣

**最近のマラウイ関係テレビ・ラジオ番組 / 記事**

- (1) 2007.11.9 BS フジ 20:00 ~ 20:55 他再放送あり  
「大使館の食卓～マラウイ編」
- (2) 2007.12.1 NHK BS1  
04:15 ~ 04:45 (一部約 4分)  
News Today 30 minutes (山田耕平 OB の活動)
- (3) 2008.1.15 毎日新聞朝刊 9 面  
台湾、マラウイとの断交発表
- (4) 2008.1.11 NHK BS hi 20:00 ~ 21:50  
「アフリカ縦断 1 1 4 日の旅」

**日本マラウイ協会 2007 年 9 月 ~ 2008 年 2 月主な活動内容**

- (1) 2007.9.27  
機関紙 KWACHA 第 38 号発行
- (2) 2007.10.6 ~ 7  
グローバルフェスタ 2007 出展  
(1 ~ 2 面の記事参照)
- (3) 2007.10.18  
国際基督教大学での講演者紹介協力
- (4) 2007.11.12 ~ 12.19  
「マラウイ母の会」寄付金使途相談対応
- (5) 2007.11.16 ~ 12.3  
三重大学学生の卒業論文用情報提供
- (6) 2007.12.20  
東邦出版「青年海外協力隊アフリカの大地を走る」広報協力 (HP 掲載)
- (7) 2008.1.27  
JOCA 主催「新春交歓会」で当会紹介資料展示

**日本マラウイ協会情報**

**■ 第26回通常総会のご案内**

日本マラウイ協会は第26回通常総会を別紙の通り開催します。会員の皆様は同封の葉書にて出欠をご連絡下さい。

**■ KWACHA バックナンバー**

当会は今年2月26日に創立25周年を迎えましたが、創立時の機関紙KWACHA第1号から第39号(今号)までの全バックナンバーをPDFファイル化し、当会ホームページへ掲載しています。是非ご覧下さい。  
URL : <http://www.joca.or.jp/malaw/malawi-j.htm> から「日本語」を選択、左端のメニューから「機関紙KWACHA」をクリックすると、右ページに号数一覧が出てきますので、希望の号数をクリックしてください。

**■ 日本マラウイ協会の刊行物**

- (1) チェワ語辞典 統合改訂版 (2000年7月発行)  
B5判 186ページ 1部 1,500円 (送料290円)
- (2) マラウイ旅行ガイド 新訂第2版 (97年7月発行)  
「アフリカの暖かき心、湖とサバンナの大地へ」 B5判 108ページ 1部 1,200円 (送料210円)
- (3) 国情紹介誌「Malawi - The Warm Heart of Africa」  
第2版 (94年7月発行)  
A4判 40ページ 1部 1,000円 (送料210円)

送料は「ゆうメール (旧冊子小包郵便物)」扱いで表示しています。複数種を1冊づつご注文の場合は次のとおりです。

(1)+(2) = 340円	(1)+(3) = 340円
(2)+(3) = 290円	(1)+(2)+(3) = 340円

各書ご希望の方は、本ページ最後の入会方法の欄に記載の銀行口座宛に、代金および送料をお送りください。なお、「ゆうちょ銀行・振替口座宛へ払込取扱票を使って払込む場合」は、払込取扱票の通信欄に必ず「xxxx xx冊希望」と明記してください。また、「ゆうちょ銀行・振替口座宛への電信振替、電信払込みの場合」、および「三菱東京UFJ銀行・普通口座宛への振込の場合」は、事前に必ずE-mail、あるいは電話/FAXで当会宛に「xxxx xx冊希望」と連絡してください。

**■ ご意見、ご質問をどうぞ**

日本マラウイ協会に対するご意見、ご要望、ご質問などありましたら、下記当協会宛へご遠慮なくお寄せください。また、電子メールによるマラウイ関連情報の配信も行っておりますので、電子メールアドレスをお持ちで、ご希望の方は、あわせてご連絡ください。

**■ 日本マラウイ協会 月次定例会**

日本マラウイ協会では、原則毎月第3水曜日 18:30~に、東京都内(通常はJICA広尾 地球ひろば 会議室)で、月次定例会を開催し、マラウイ関連の支援活動などについての討議や、マラウイ関係者間の情報交換などを行っております。参加は会員でなくても構いません。初めての方も大歓迎です。詳しくは当協会までお問い合わせください。

**■ 日本マラウイ協会 入会方法**

ご連絡いただければ入会申込書をお送りしますので、各項記入の上ご返送ください。E-Mailで入会希望の旨を連絡くださっても構いません。また、入会金と年会費の合計(個人正会員の場合 1,000円+3,000円=4,000円)を下記のいずれかの銀行口座へお送りください。

〒150-0012 東京都渋谷区広尾4-2-24  
青年海外協力協会気付  
日本マラウイ協会  
TEL: 03-3447-2921  
FAX: 03-5798-4269  
E-mail: [japan-malawi@mc.newweb.ne.jp](mailto:japan-malawi@mc.newweb.ne.jp)

三菱東京UFJ銀行 東恵比寿支店 普通口座255739  
口座名義人 日本マラウイ協会事務局 貝塚光宗  
ゆうちょ銀行 振替口座 00190-7-13125  
加入者名 日本マラウイ協会

平成20年9月30日までは「ゆうちょ銀行ATM経由の、ご自分のゆうちょ銀行口座から当会のゆうちょ銀行・振替口座宛への電信振替」が手数料無料です。また、平成20年10月以降は「ゆうちょ銀行ATM経由の、払込取扱票での当会のゆうちょ銀行・振替口座宛への払込み」が安くて便利です。