URL https://kumpel-kochi.com/

2022-2023
隔月号
12-1
月号
No.177

KUMPEL KOCHI
クンペル高知

公益財団法人 高知勤労者福祉サービスセンター
〒781-0802 高知市丸池町1番1-14号 高知市勤労者交流館1F
TEL (088) 885−9739　FAX (088) 880−0027

（一社）全国中小企業勤労者福祉サービスセンター（全福ネット）加盟
全福センターのホームページ　URL　https://www.zenpuku.or.jp/

会員数　7,690名
事業所数　519事業所
（11月1日現在）
（高知市・南国市）



新型コロナウイルス感染症対策による影響について

新型コロナウイルス感染症対策により、掲載されているコンサート・食事チケット等が中止または延期される場合があります。予めご了承の上、お申込みください。最新の実施状況については、お出かけの前に、それぞれのホームページ、問い合わせ先にご確認いただきますようお願いします。

＜個人情報の取り扱いについて＞

購入者、来場者、担当した職員等の中から新型コロナウイルスの感染者または感染が疑われるケースが確認された場合、申込者のお名前・連絡先等の個人情報を、保健所等の公的機関に提出することがあります。

Benefit Station

抽選で合計111名様に当たる！ 新春プレゼントキャンペーン♪

ベネフィット・ステーション利用者のクンペル高知会員様だけにプレゼント企画をご用意！

※クンペル高知加入が12月の方は対象外

応募期間　令和4年12月1日(木)10:00〜12月23日(金)23:59

応募方法
1. ベネフィットステーションにログイン
2. トップページのキャンペーンバナーをクリック
3. キャンペーン申込画面より会員情報を入力し申込み

ベネフィット　検索

当選発表
- 12月26日(月)に当選者へメールでご案内いたします
- 賞品のお届けは令和5年1月上旬より順次お届けいたします

※１ＩＤにつき１回までのお申込みが可能です



Benefit Station

サービスを確認・利用するには、ログインが必要です

https://www.benefit-one.co.jp

① ベネフィット　検索



「ログインはこちら」をクリック

② ベネアカウントでログインされる方 または新規登録される方



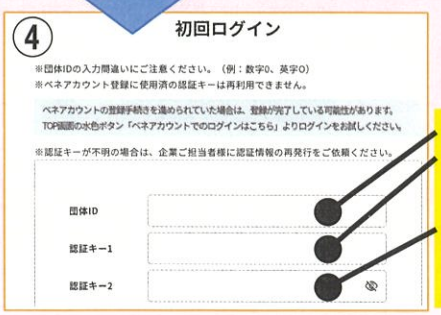
Click

③ 初回ログイン



Click

④ 初回ログイン





団体ＩＤ：C10005D6P
認証キー1：会員番号(9ケタ)
※クンペル高知会員証裏側の会員No.です。(ハイフン不要)
認証キー2：生年月日
1990年1月1日生まれの場合
19900101

▶チケット等の行き違いを防ぐため、FAXでのご注文を推奨しております。

※募集は抽選になります。　※一部引換日が異なる場合があります。

申込方法

■抽選申込期間　12月１日(木)～７日(水) AM8:30～PM7:00 ※日曜日：PM5:00
■抽選結果連絡　12月８日(木)～　午後から連絡予定
■チケット引換え　12月15日(木)～28日(水) AM8:30～PM7:00 ※日曜日：PM5:00 ※一部引換期間が異なります。
■南国市役所（3F商工観光課）で引き換え希望の方は申込時に必ずお知らせください。
●12月15日(木)～28日(水) ※一部引換日が異なる場合があります。※お釣りの要らないよう、ご協力ください！

●チケットは会員お一人につき2枚まで!（一部対象外あり）●利用は会員とその同居家族まで。●抽選は会員一人単位になります。●当選後のキャンセルはお断りします。
●定員数を超えなかった事業については、引き続き募集を行う場合があります。●指定席の場合、事務局で席を指定させていただきます。(座席は発券されるまで分かりません)
●引き換えは、会員証持参のうえ、事務局及び南国市役所で引き換え。(各営業時間はP6に記載)。
●購入後の払い戻しはできません（コンサートなど天災等による主催者側の中止は除く)。購入されたチケットは、利用期間や注意事項等を確認して保管及び利用をお願いします。
●本誌記載による販売及び斡旋金額は会員皆様からの会費により助成させていただいてます。会員対象の助成販売であり、割引ではございませんので趣旨をご理解のうえご利用ください。



GIFT ギフトカード

① こども商品券（500円券×10枚）

全国の加盟店で、おもちゃや子供服・ベビー服・文具・雑貨などにご利用できます。
クリスマスプレゼントやお祝いごとにご活用ください！
詳しくは(株)トイカードのホームページをご覧ください。

【有効期限】2027年12月31日まで
【加盟店（一例）】
イオン・トイザらス・フジグラン・シュープラザ・東京靴流通センター　ほか
【募　集】100セット
【料　金】1セット 4,500円（500円券×10枚）
※おつりはでません



TAKE OUT クリスマス限定　テイクアウト

② ラ・ヴィータのクリスマスオードブル（お持ち帰り専用／2～3人前）

イタリアンオードブルの詰め合わせ
※アレルギー等の個別対応は出来ません。ご了承ください。

【と　き】12月23日(金)・24日(土)・25日(日)
11:30～15:00／17:00～20:00
【ところ】イタリア料理ラ･ヴィータ
（ラ･ヴィータ地下1階）
【募　集】各日あわせて200枚
【料　金】3,500円
（通常4,500円のところ）
※FAX申込書に受取希望日時をご記入ください　※お受取日時に変更がある場合は、直接イタリア料理ラ･ヴィータへご連絡ください


※画像はイメージです

③ クリスマス限定 チキンレッグ

テイクアウト専用商品
ピッツェリア エズのクリスマス
【スパイシーチキンレッグとテリヤキチキンレッグの2本セット】

【と　き】12月23日(金)・24日(土)・25日(日)
11:00～14:30／17:00～20:30
【ところ】高知パレスホテル1階
ピッツェリア エズ
【募　集】200枚
【料　金】1,000円
（通常1,600円のところ）
※受取希望日のご予約をお願いします


※画像はイメージです

チケット引換期間　：12月15日(木)～12月22日(木)　※引換期間が短いです。

クンペルくんのお・部・屋

さつまいも掘り！季節のイベントいいですね。子どもも喜びます☺（ゆめさん）　♥楽しんでいただけましたでしょうか？ 普段、農作業をすることがない事務局メンバーは翌日、筋肉痛でした・・・ 今回の「おうちクリスマス」もぜひお楽しみください♪（事務局 D）

公　演

※座席は2階になる事もあります。
予めご了承ください。

④ さんさんテレビ開局25周年記念 立川こはる・桂二葉　二人会

立川一門初の女流落語家、立川こはると、2021年『NHK新人落語大賞』で大賞受賞を果たした桂二葉が約3年ぶりに高知で二人会を開催。
生の落語をぜひ会場で！

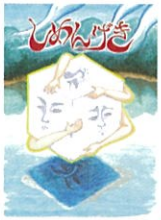


【と　き】1月7日(土) 開演 13:00
【ところ】高知県立県民文化ホール (グリーン)
【募　集】20枚
【料　金】全席指定 2,300円
(通常2,800円のところ)
※未就学児入場不可　※撮影・録音は固くお断りします
※新型コロナウイルス感染症の予防と対策にご協力ください
※本公演は、新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドラインを踏まえ収容率100%で実施いたします

⑤ カムカムミニキーナ「しめんげき」土佐竹取／パノラマ島

作・演出　松村 武

多くの舞台で活躍する劇作家、演出家の松村武が主宰する「カムカムミニキーナ」の小劇場演劇「しめんげき」を開催。四人の出演者が複数の登場人物を演じ分け、劇団独自のマジカルな表現方法で前代未聞の物語へと誘う！豪華2本立てのお芝居を、舞台上舞台でお楽しみください。



【と　き】2月18日(土) 開演 14:00 ※30分前開場
【ところ】高知県立県民文化ホール (グリーン)
(舞台上舞台)
【募　集】10枚
【料　金】全席自由 3,000円 (当日4,000円のところ)
※舞台上に舞台と客席を設置する舞台上舞台です
※未就学児入場不可
※新型コロナ感染症の予防と対策にご協力ください

⑥ 瀧川鯉昇・鯉斗　落語会

病みつきになること間違いなし！独特なテンポと巧みな話芸で笑いを誘う師匠・瀧川鯉昇。実力派真打として活躍する傍ら、イケメン落語家としてテレビやモデルなどマルチに活躍し、人気急上昇中の弟子・瀧川鯉斗。タイプの異なる師弟による落語会をお楽しみください。


瀧川鯉昇©御堂義乗

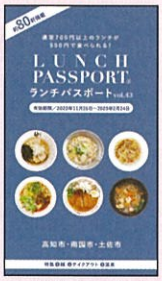

瀧川鯉斗

【と　き】2月26日(日) 開演 14:00
【ところ】高知県立県民文化ホール
(オレンジ)
【募　集】30枚
【料　金】全席指定 3,300円
(当日3,800円のところ)
※未就学児入場不可
※新型コロナウイルス感染症の予防と対策にご協力ください
※本公演は、新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドラインを踏まえ収容率100%で実施いたします

BOOK

11月25日(金) 窓口販売開始！ ランチパスポート高知版vol.43

ランパス高知版43弾は「麺特集」。ページを捲れば、あなたの推し麺がきっと見つかるはず！
そのほか、「テイクアウト特集」「温泉特集」もあわせて楽しもう♪　※特集は予定です



※表紙はイメージです

【窓口販売期間】
11月25日(金)～ ※売り切れ次第終了！
(クンペル高知ＨＰ新着欄でご確認ください)
【利用可能期間】2月24日(金)まで
【料　金】
700円 (通常1,100円のところ)
※会員1人につき2冊まで　※予約不可

シネマ

⑦ 県文シネマ日和Vol.39「ゾンビ-日本初公開復元版-」R15+

1979年日本初公開。今なお高い人気を誇るホラー映画の金字塔『ゾンビ』を《劇場初公開時そのままのバージョン》に可能な限り復元！今後のソフト化・TV放送なし！県文シネマ日和で1日限りの上映です！(上映時間115分)


©1978 THE MKR GROUP INC.
All Rights Reserved

【と　き】1月26日(木)
①13:00 ②16:00 ③19:00
※各回30分前開場
【ところ】高知県立県民文化ホール
(グリーン)
【募　集】30枚
【料　金】全席自由 1,000円
(当日1,500円のところ)
※R15+作品につき、15歳未満の方は入場禁止
※チケット1枚につき、お一人様一回限り、いずれかの上映回のみ有効
※新型コロナウイルス感染症の予防と対策にご協力ください

⑧ 県文シネマ日和Vol.38「ロッキーVSドラゴ：ROCKY IV」ディレクターズカット デジタルリマスター

映画史に残る金字塔が、監督・脚本・主演を務めたシルベスター・スタローン自らの手により再構築され、ディレクターズカット版として約35年の時を経て帰ってきた！42分の未公開映像×デジタルリマスター×ワイドスクリーン×5.1chサラウンドで蘇る圧巻の死闘を体感せよ！(上映時間94分)


©2021 Metro-Goldwyn-Mayer Studios Inc.
All Rights Reserved.

【と　き】2月15日(水)
①13:00 ②16:00 ③19:00
※各回30分前開場
【ところ】高知県立県民文化ホール
(グリーン)
【募　集】30枚
【料　金】全席自由 1,200円
(当日1,800円のところ)
※チケット1枚につき、お一人様一回限り、いずれかの上映回のみ有効　※2歳以下膝上無料　※新型コロナウイルス感染症の予防と対策にご協力ください

⑨ 高知市立中央公民館事業「第199回市民映画会」

主催／市民映画会運営委員会・高知市・高知市文化振興事業団





「PLAN 75」©2022「PLAN75」製作委員会

【と　き】2月8日(水)・9日(木)
【ところ】高知県立美術館ホール
【募　集】30枚
【料　金】一般 900円 (当日1,500円のところ)
※一枚のチケットで両方の作品が鑑賞できます



■上映作品
①PLAN 75　②選ばなかったみち

上映時間	①	10:45～	15:10～	19:15～
	②	13:20～	17:30～	

クンペルくんのお・部・屋



恐竜ラボ！の出演者に推しがいるので、近くで見たいです！！(たなかさん)
♥推しを近くで見られたらいいですね！イケメンな推し？それともかわいい推し？(事務局 76)

【ご注意】年末休みの為、引換期間がいつもより短くなっております。
チケットの引換期間を厳守してください。食事チケットは必ず期間内にご利用ください。期間後は使用できません。
また、週末や祝日は満席や貸切でご利用できない日もあります。余裕をもってご予約をお願いします。

コンサート

⑩ 四万十川国際音楽祭 藤原真理と仲間たち ～クラリネット三重奏の世界

日本のチェロ界を長年牽引する藤原真理に、アンサンブル金沢のクラリネット奏者の遠藤文江、ピアノに倉戸テルを迎えて、親しみ溢れるコンサートを開催します。名手によるクラリネット三重奏をご堪能ください。



【と　き】1月28日(土) 開演 14:00
【ところ】四万十市立文化センター (四万十市中村桜町2-1)
【募　集】各30枚
【料　金】全席自由　一般 1,500円 (当日2,500円のところ)
高校生以下 400円 (通常500円のところ)

⑪ 高知ライブエール・プロジェクト アンサンブル・パレット カラフルコンサート

高知県立美術館が県内の学校へ本格的なクラシック音楽をお届けする「アンサンブル・パレット 出前クラシック教室」が10周年&100回を迎えたことを記念しコンサートを開催します。おこさまから大人まで気軽にお楽しみいただけるコンサートです。



【とき・ところ】
①1月9日(月・祝) 田野町ふれあいセンター
②1月14日(土)　窪川四万十会館
両日 開演 14:00
【募　集】各回・各種30枚
【料　金】全席自由
一般 800円 (通常1,000円のところ)
中高大学生 400円 (通常500円のところ)
※小学生以下無料

ランチ

⑫ ビュッフェ付ランチ

ピッツァかパスタを選んでビュッフェをセットしたランチ

【と　き】1月31日(火)まで 11:00～15:00
※月曜定休・祝日営業/翌日振替休
※12/26～1/5は利用不可
【ところ】高知パレスホテル1階
ピッツェリア エズ
【募　集】350枚
【料　金】1,100円 (通常1,500円のところ)


※画像はイメージです

※定休日以外でも臨時休業する場合があります、お問い合わせください

⑬ 牛サーロインステーキランチ

相性抜群！おろしリンゴ醤油ソースでいただくステーキランチ
【牛サーロインステーキ、仁井田米、チョイスが楽しい6種のお惣菜プレート、みそ汁、ミニデザート】

【と　き】1月31日(火)まで 11:00～16:00 (ラストオーダー15:00)
※定休日/土曜・日曜・祝日・12/29～1/3
【ところ】せんだんの木
(高知市本町5-1-45　高知市役所2F)
【募　集】100枚
【料　金】1,700円 (通常2,200円のところ)
※地下駐車場3時間まで無料


※画像はイメージです

テイクアウト

⑭ 冬のブリトーBOX

オリエントオリジナル「グルテンフリーブリトー」と一緒に1BOXにつめました！
【ジャンバラヤとレタスのブリトー、冬野菜とゴロゴロミンチのミートパイ、彩りタブレサラダ、若鶏のフライ バスク風】

【と　き】1月31日(火)まで 11:30～17:00
※12/29～1/3は利用不可
【受取場所】オリエントホテルグループ 旅館「吉萬」
(高知市北本町2丁目1-22)
【募　集】100枚
【料　金】850円 (通常1,000円のところ)
※お持ち帰り専用です
※予約状況によりお受け出来ない日があります
※受取日、受取時間を2日前までに要予約
(予約締切1月29日まで)【お問い合わせ・ご予約：088-822-6565】


※画像はイメージです

⑮ かつれつお持ち帰りパック (3人前)

テイクアウト専用商品
ロース110g　梅ヒレまたはニンニクヒレ110g　串カツ3本
カニクリームコロッケ3個　エビフライ3本　キャベツ

【と　き】1月31日(火)まで
11:00～14:25/17:00～19:30
※木曜定休
※12/31は14:25まで、新年は2日から営業
【受取場所】かつれつ亭 (高知市知寄町1-4-23)
【募　集】200枚
【料　金】大人 2,100円 (通常2,500円のところ)
※ご予約いただければお待たせする事なくお渡しできます
※定休日以外でも臨時休業する場合があります、お問い合わせください


※画像はイメージです

⑯ <リニューアル☆土佐あかうし牛飯弁当> (この弁当は2個から受取可)

ホテル特製の和風おろしダレで、さっぱり柔らかく仕上げた一番人気の「土佐あかうし牛飯弁当」が赤身の多いバラ肉に変えてさらにグレードアップしました。

【と　き】1月31日(火)まで 10:00～18:00
※12/28～1/4は利用不可
【受取場所】サウスブリーズホテル　フロント
【募　集】100枚
【料　金】1,300円 (通常1,700円のところ)
※テイクアウト専用
※3日前までに要予約 (予約締切1月28日まで)


※画像はイメージです

⑰ <NEW!土佐あかうしW(ダブル)重> (この弁当は2個から受取可)

低温でじっくり焼き上げた「土佐あかうしローストビーフ重」とリニューアルした「土佐あかうし牛飯弁当」が両方食べられるデパートの催事で人気の「土佐あかうしW(ダブル)重」です。

【と　き】1月31日(火)まで 10:00～18:00
※12/28～1/4は利用不可
【受取場所】サウスブリーズホテル　フロント
【募　集】100枚
【料　金】1,800円 (通常2,200円のところ)
※テイクアウト専用
※3日前までに要予約 (予約締切1月28日まで)


※画像はイメージです

クンペルくんのお・部・屋

一時さみしかったランチやディナーのページがすこし多くなって良かったです。更に沢山のランチやディナーのおとくなチケットが出るといいな。楽しみにしてます。(なつさん)　♥少しずつですが増えてきました。楽しんでいただけると嬉しいです。(事務局 八)

ランチ＆ディナー

⑱ クンペル特別定食

只今、豚汁おかわり自由

梅ヒレ55g　ヒレ55g　エビフライ1本　メンチカツ1個　ご飯　お味噌汁
キャベツ（お漬物はお代わりコーナーでお好みの品をお選び頂けます）

【と　き】1月31日(火)まで　11:00～14:25/17:00～19:30
※木曜定休
※12/31は14:25まで、新年は2日から営業

【ところ】かつれつ亭
（高知市知寄町1-4-23）

【募　集】350枚

【料　金】大人1,100円
（通常1,610円のところ）

※定休日以外でも臨時休業する場合があります、お問い合わせください



※画像はイメージです

スイーツ

⑲ いちごとブルーベリーのパンケーキ

ふわふわのパンケーキに西島で採れた果実をたっぷりと使ったパンケーキです！

【と　き】1月31日(火)まで
9:00～17:00
※ラストオーダー16:00

【ところ】西島園芸団地

【募　集】100枚

【料　金】600円（通常1,000円のところ）

※各席の間隔は広く取りますが、相席になる場合があります



※画像はイメージです

NEW SHOP 新規利用割引協力店

利用割引協力店追加のお知らせ

クンペル高知では、店舗等と会員証提示でお得に利用できる契約を結んでいます。

契約店舗一覧・割引内容については、ホームページ[利用割引協力店のご紹介]でご覧いただけます。



お茶deちっちゃ



【特　典】
ランチメニューの照焼きチキンオムプレートセット
830円 → 600円

【所在地】
高知市福井東町2-25

【ＴＥＬ】
088-871-5561

【対　象】
会員本人のみ

広告

全福市場
会員のための！　会員事業所による！　ショッピング・モール！

全福センターのＨＰから！
スマホは、ＱＲコードで！

年末年始に！　特別企画！



クンペルくんのお・部・屋

10月号が届く前に國丸さんで割引POP発見！ひと足お先に唐揚げいただきました☺（毎週國丸一家さん）
♥私もさっそく行ってみたいと思います(^^)（事務局 K松）

イベント・事業所・お店・商品などのPRにプレゼントコーナーを活用しませんか？

商品の販売促進や事業所のＰＲにつながります。掲載無料ですのでクンペル高知までご連絡ください！
※当企画は福利厚生サービスや地場産業の発展を目的としています。

プレゼント （FAX or 申込書持参の方限定）

高知県立文学館



生誕120年記念 上林 暁 展 招待券 ペア×10組様

●開催期間 12月1日(木)～1月26日(木)

本展では、高知出身の私小説作家上林暁の人と文学を紹介する。また、作中一人称を用いながらも私小説に対して、上林とは違った見解を持つ、大江健三郎の文学にも目を向け、その魅力を検証する。さらには、谷崎潤一郎、安岡章太郎などの作品を通して、私小説の変遷とその魅力を紹介する。

●所 在 地　高知市丸ノ内1-1-20
●開館時間　9:00～17:00(入館は16:30まで)
●休 館 日　会期中無休
●お問い合わせ　088-822-0231

桐野伴秋の世界

山と渓谷社出版 幻想の日本　世界一美しい風景 直筆サイン入りカレンダー 3名様



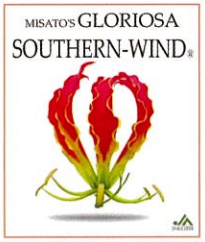


幻想的趣を持つ日本の四季、風景の一期一会を捉えた貴重なカレンダーをお楽しみください。ページをめくる度、季節を感じ、明日への希望、生きる力になればと思います。是非とも、お手にとって頂ければ嬉しいかぎりです。

感動を感謝にかえて…桐野伴秋

・月めくり、壁掛け
・サイズ　縦26cm×横34cm
金高堂書店、TSUTAYAなどで絶賛発売中！(税込1,320円)

高知市農業協同組合



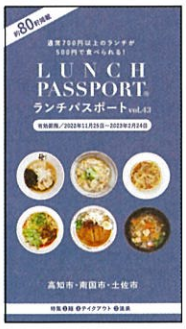
グロリオサ(5本) 3名様

●受取期間 12月16日(金)～18日(日)限定

赤く燃え上がる炎のような花、グロリオサ。前途を祝すお祝いや大切な方への贈り物、おもてなしのアレンジとして最適の花です。抜群の存在感で皆様にご愛顧いただいています。

●所 在 地　本所／高知市高須東町4−8
●お問い合わせ　088-822-0231
●特記事項
12／16～18にクンペル高知で受取可能な会員限定

株式会社 ほっとこうち



※表紙はイメージです

ランチパスポート 高知版vol.43 3名様

●有効期限 令和5年 2月24日(金)まで

ランパス高知版43弾は「麺特集」。ページを捲れば、あなたの推し麺がきっと見つかるはず！　そのほか、「テイクアウト特集」「温泉特集」もあわせて楽しもう♪

●所 在 地　高知市北川添10-15
●お問い合わせ　088-885-0355

キリンビバレッジ株式会社



※まる搾り生茶葉抽出物加熱処理

キリン 生茶 免疫ケア 24本入り1箱 1名様

プラズマ乳酸菌の働きで、健康な人の免疫機能の維持をサポートする機能性表示食品の緑茶です。摘みたての生茶葉のようなあまみ、香りが生きたすっきりと飲み続けられる味わいで、毎日の免疫ケアにおすすめです。

●所在地　福岡県福岡市中央区天神4-1-1 第7明星ビル8F

応募方法

☆FAX・申込書持参にて受付。
☆お一人様いずれか1つ。（複数応募無効）
☆当選された方のみご連絡いたします。
☆クンペル高知事務局で受取りが可能な方のみとさせていただきます。（引換期間　12月28日（水）まで）

締切日 12/7(水) 19:00必着

事務局からのお知らせ

各種申請・届出の締切日は下記のとおりとなります。
※入会・退会については遡って手続きできません。

加　入	届出期間	11月9日～12月7日	入会日	12／1(木)
		12月8日～1月7日		1／1(日)
退　会	届出期間	11月9日～12月7日	退会日	11／30(水)
		12月8日～1月7日		12／31(土)
慶弔給付金	申請期間	12月1日～12月31日	振込予定日	1／16(月)
		1月1日～1月31日		2／15(水)
各助成金	申請期間	12月1日～12月31日	振込予定日	1／10(火)
		1月1日～1月31日		2／10(金)

【営業時間】

●クンペル高知事務局
火～土曜日 8:30～19:00／日曜日 8:30～17:00
休業日：毎週月曜日・祝日
※月曜日と祝日が重なった場合は翌日も休業。

●南国市役所
月～金曜日 8:30～17:00　休業日：土曜日・日曜日・祝日

■高知市総合労働相談（各日18:30～20:30）
12月6日(火)・13日(火)・20日(火)・27日(火)
1月4日(水)・11日(水)・17日(火)・24日(火)・31日(火)

お問合せ、お申し込みは・・・高知市勤労者交流館まで

共済給付状況（R4.9月～10月）

＜おめでとう＞

結婚祝金	15件
出生祝金	30件
二十歳の祝金	2件
還暦祝金	21件
入学祝金(中学)	3件

＜お見舞い＞

傷病14日以上	21件
傷病30日以上	7件
傷病60日以上	4件
傷病90日以上	6件
傷病120日以上	8件
重度障害	1件

＜おくやみ＞

本人の死亡	2件
配偶者の死亡	2件
子の死亡	2件
親の死亡	46件

休業日カレンダー　日曜日は17:00までの営業

12月　◯ 休業日

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	◯5	6	7	8	9	10
11	◯12	13	14	15	16	17
18	◯19	20	21	22	23	24
25	◯26	27	28	◯29	◯30	◯31

1月　◯ 休業日

日	月	火	水	木	金	土
◯1	◯2	◯3	4	5	6	7
8	◯9	◯10	11	12	13	14
15	◯16	17	18	19	20	21
22	◯23	24	25	26	27	28
29	◯30	31				