

業務用冷凍空調機器冷媒フロン類取扱技術者制度規程

(第一種冷媒フロン類取扱技術者特例講習)

運営要領

第1章 総 則

(総則)

第1条 この業務用冷凍空調機器冷媒フロン類取扱技術者制度規程(第一種冷媒フロン類取扱技術者特例講習)運営要領(以下「運営要領」という)は、業務用冷凍空調機器冷媒フロン類取扱技術者制度規程(以下「規程」という)に基づき、第一種冷媒フロン類取扱技術者特例講習及び当該技術者の事務処理及び手続きについて必要事項を定める。

(定義)

第2条 この運営要領で「講習」とは、講義及び修了考査をいう。

第2章 様 式

(様式)

第3条 講習を実施するにあたり、規程及び本運営要領に定める様式は以下のとおり。

- (1) 規程第14条第1項(1)に規定する「実務経歴書」(様式1)
- (2) 規程第33条第1項に規定する「特例講習願書」(以下「願書」という)(様式2)
- (3) 規程第16条に規定する「受講票」(様式3)

第3章 講習の実施方法等

(講習の日程及び公示方法)

第4条 講習の日程及び公示方法については、日設連のホームページ、機関誌「冷凍空調設備」等に掲載するものとする。

(講習の実施計画)

第5条 講習の開催は、主催は日設連、JRECO とし、共催として日設連を構成する団体(以下「構成団体」)が実施する。

第4章 講習の申込等

(講習の申込み)

第6条 講習の申し込みに当たり、申込者は第3条に規定する書類、規程第13条第1項に規定する資格の写し、第二種冷媒フロン類取扱技術者証の写し、及び身分を証明する書面を添付し、提出するものとする。

(受講審査等)

第7条 前条により受講の申込みのあった者に対し、次に掲げる基準に適合する者の受講を認める。

- (1) 前条に規定する必要な書類の提出及び適切に記載されていること。
- (2) 第8条に規定する受講料が払い込まれていること。
- 2 前項の審査は、願書及び添付書類により行う。
- 3 願書又は添付書類に不備を認めたときは補正を求め、補正できないとき又は受講の資格を有すると認められないときは、理由を付して、願書その他の書類と受講料を返還する。
- 4 第1項の規定により受講が認められ、かつ受講料の納入が確認されたときは、受講者に対し試験会場、集合場所及び受験番号を記載した受講票を交付する。
- 5 受講票を交付すると同時に、原則、講習で使用するテキストを送付する。
- 6 受講者は、受講票を携行し、テキストを持参しなければならない。

(受講料)

第8条 受講料の額は29,000円（税別）とする。

- 2 受講料の収納方法については、指定する口座に払い込みするものとする。
 - 3 既納の受講料は、原則として次に掲げる場合を除き、返還しないものとする。
 - (1) 前条の審査の結果、受講資格を満たさないと認められたとき
 - (2) 日設連又は共催者の責に帰すべき事由により講習を受けることができなかったとき
 - (3) 受講者の責によらない事由により講習を受けることができなかったとき
 - (4) 受講申込み後、講習の実施日の3日前までに受講の取り消しの申し出があったとき
- ただし、返還する場合は、受講料から所要の手数料を差し引いた額とする。

(受講料の返還)

第9条 前条第3項に規定する受講料の返還に伴う手数料は以下に規定する。

- (1) 前条第3項(1)の場合は、審査手数料2,300円（税別）と返還に係る費用
- (2) 前条第3項(2)の場合は、0円
- (3) 前条第3項(3)及び(4)の場合は、受講票交付以前においては、(1)の金額。受講票交付後においては、5,700円（税別）と返還に係る費用

(受講票の携行)

第10条 講習を受講する者は、講習当日、必ず受講票を携行しなければならない。忘れた場合は、受講できない場合がある。

(講習事務の業務)

第11条 第5条第1項に規定する主催者、共催者が実施する講習会の事務については、別途定める。

第5章 講習の合否

(合否の審査)

第12条 規程第36条に規定する講習認定委員会で行う

(合否の通知)

第13条 合否の判定結果は、修了考查試験結果通知書により本人に通知する。

（不正手段による受講者に対する措置）

第 14 条 日設連会長は、不正手段によって講習を受けようとし、又は受けた者に対しては、その受講を停止し、若しくは合格の決定を取り消すものとする。

第 6 章 技術者証の交付等

（第一種冷媒フロン類取扱技術者証の交付及び再交付）

第 15 条 日設連会長は、規程第 37 条の規定により、合格の基準を満たした者に、第一種冷媒フロン類取扱技術者証（以下「技術者証」という）を交付する。

2 技術者証に次の各号が生じた場合には、申請者の申請により技術者証の再交付をすることができる。

（１）氏名を変更したとき

（２）技術者証を亡失や汚損、破損したとき

3 第一種冷媒フロン類取扱技術者は、技術者証を前項の理由により再交付を申請する場合は、その理由を記載した技術者証再交付申請書を会長に提出し、技術者証の再交付を受けるものとする。

4 技術者証の再交付申請料は、5,600 円（税別）とする。

（内容の変更）

第 16 条 技術者証及び提出した願書の記載内容に変更がある場合は、速やかに「登録内容変更申請書」により日設連事務局まで届出するものとする。

第 7 章 技術者証の有効期限等

（有効期限）

第 17 条 技術者証の有効期限は、交付した日から 5 年間とする。ただし、技術者証の初回交付の有効期限は、技術者証交付の日から 5 年経過後の 6 月 30 日（技術者証交付の日が 1 月 1 日から 6 月 30 日の場合）または 12 月 31 日（技術者証交付の日が 7 月 1 日から 12 月 31 日の場合）までとする。この有効期限は、技術者証の表面に記載するものとする。

第 8 章 秘密の保持

（秘密の保持）

第 18 条 講習に携わる全ての者は、職務上知ることのできた秘密を漏らしてはならない。その職を退いた後といえども同様とする。

第 9 章 講習に関する書類

（書類の保存）

第 19 条 日設連会長は、講習に関する次の各号に掲げる書類を、講習を実施した日から 3 年間保存しなければならない。

（１）願書及びその添付書類

（２）終了した講習の試験問題及び答案用紙

第 10 章 雑則

（運営要領の改廃）

第 20 条 本運営要領の改廃は、冷媒フロン類取扱技術者講習認定委員会の承認を得て行う。

（講習事務の細目）

第 21 条 講習事務の実施に必要な細目は、別に定める。

附 則

1. この規程は、令和 8 年 4 月 2 日から施行する。

(様式1)

業務用冷凍空調機器・設備の保守サービス等
実 務 経 歴 書
(第一種冷媒フロン類取扱技術者<特例講習>)

受講申請者の業務用冷凍空調機器・設備の保守サービス等の実務経験について相違ないことを証明します。

年 月 日

証明者

所在地	〒	—
事業所名		
役職名		
氏名		
連絡先		

※証明者は、所属企業の代表者または事業所の責任者、部長等の責任のある立場の方

受講申請者

氏名		生年月日 (西暦)	年 月 日生
勤務先名		証明者との関係	
冷凍空調機器・設備の保守サービス実務経験年数	年 月	※左記実務経験は3年以上ないと受講できません。 ※⑤ウに該当する者は、保守サービスの実務経験は不要とする。	
冷凍空調機器の製造・品質管理業務年数	年 月	※左記は受講資格が⑤ウの「高圧ガス製造保安責任者(甲種、乙種、丙種化学又は機械)」で受講する方のみご記入下さい。 ※左記の業務年数は5年以上ないと受講できません。	

証明者と受講申請者が同一の場合にのみ、この誓約書欄に署名・押印して下さい。 ※本人自署の場合は押印不要

この業務経歴書の記載内容が事実と異なる場合は、登録を取り消されても異存がないことを誓約します。	
氏 名	⑤

当該書面に記載された事項は、第一種冷媒フロン類取扱技術者特例講習の受講・受験に関わる通知、ホームページへの公表(技術者証番号、氏名、会社名、会社所在地都道府県名、有効期限)、更新関係の通知、その他運営上必要な情報管理等以外には本人の承諾なしでは利用いたしません。

(様式1)

業務用冷凍空調機器・設備の保守サービス等

記入例

実務経歴書

(第一種冷媒フロン類取扱技術者<特例講習>)

受講申請者の業務用冷凍空調機器・設備の保守サービス等の実務経験について相違ないことを証明します。

2023 年 7 月 1 日

証明者

所在地	〒 105 - 0011 東京都港区芝公園3-5-8 機械振興会館3階
事業所名	日本冷凍空調設備株式会社
役職名	部長
氏名	冷媒 太郎
連絡先	03-3435-9411

※証明者は、所属企業の代表者または事業所の責任者、部長等の責任のある立場の方

受講申請者

氏名	冷凍 次郎	生年月日 (西暦)	1992 年 2 月 29 日生
勤務先名	日本冷凍空調設備株式会社	証明者との関係	社員
冷凍空調機器・設備の保守サービス実務経験年数	3 年 3 ヶ月 (【7. 別表】の訓練施設での訓練年月を含む)	※左記実務経験は3年以上ないと受講できません。 ※⑤ウに該当する者は、保守サービスの実務経験は不要とする。	
冷凍空調機器の製造・品質管理業務年数	年 月	※左記は受講資格が⑤ウの「高圧ガス製造保安責任者(甲種、乙種、丙種化学又は機械)」で受講する方のみご記入下さい。 ※左記の業務年数は5年以上ないと受講できません。	

証明者と受講申請者が同一の場合にのみ、この誓約書欄に署名・押印して下さい。

※本人自署の場合は押印不要

この業務経歴書の記載内容が事実と異なる場合は、登録を取り消されても異存がないことを誓約します。

氏名		印
----	--	---

当該書面に記載された事項は、第一種冷媒フロン類取扱技術者特例講習の受講・受験に関わる通知、ホームページへの公表(技術者証番号、氏名、会社名、会社所在地都道府県名、有効期限)、更新関係の通知、その他運営上必要な情報管理等以外には本人の承諾なしでは利用いたしません。

業務用冷凍空調機器
第一種冷媒フロン類取扱技術者 ＜特例講習＞
受講願 書

一般社団法人 日本冷凍空調設備工業連合会 殿

標記講習を受講したいので、関係書類を添えて下記のとおり申し込みます。

写真貼付欄
(カラー写真)タテ3×ヨコ2.4cm
1枚貼付
裏面に氏名記入撮影
年 月
月

ホームページの技術者名簿への掲載

☐希望する ☐希望しない上記、☐に必ずチェックを入れてください。

公表内容は技術者証番号、氏名、会社名、会社所在地都道府県名、有効期限です。

申込日： 年 月 日

受講希望会場	会場名：第 回 会場〔受講日 年 月 日〕
--------	-----------------------

フリガナ		性別	☐ 男 ☐ 女	生年月日	西暦 年 月 日
氏名					

現住所	〒				
	電話 ()		FAX ()		
	E-mail				

フリガナ			
勤務先名			
部署名		役職名	

勤務先住所	〒				
	電話 ()		FAX ()		
	E-mail				

受講資格等 (①～⑤に○) (①～④の該当する種・級・区分にも○) (右記資格者等の写真を添付)	① 高圧ガス製造保安責任者(冷凍機械)(1種・2種・3種)	② 冷凍空気調和機器施工技能士(1級・2級)
	③ 冷凍空調技士(1種・2種)	④ 冷凍空調工事保安管理者(A・B・C)
	⑤ 知見を有する者(アからオに○)	ア. 高圧ガス保安協会認定の冷凍装置検査員
	イ. 冷凍空調工事保安管理者に係る保安確認講習修了者	ウ. 高圧ガス製造保安責任者(甲種・乙種・丙種化学又は機械)
	エ. 高圧ガス製造保安責任者(冷凍機械1種・2種・3種)試験合格者	オ. 冷凍空調技士(1種・2種)試験合格者

注)関係書類は、裏面に記載してあります。必ず添付して下さい。

※これ以下は事務局処理欄

受講番号

講習会番号

受 付

経歴書	経歴確	資格	資格写	振込控	受講票	身分証
	サ	製				

修了考査	合否

当該書面に記載された事項は、第一種冷媒フロン類取扱技術者特例講習の受講・受験に関わる通知、ホームページへの公表(技術者証番号、氏名、会社名、会社所在地都道府県名、有効期限)、更新関係の通知、その他運営上必要な情報管理等以外には本人の承諾なしでは利用いたしません。

様式2(裏)

この願書には、下記の書類を添付して下さい。

- 1) 受講願書(本紙)
- 2) 業務用冷凍空調機器・設備の保守サービス等の実務経歴書(様式1)
- 3) 受講票(様式3)
- 4) 添付書類1 受講料の振り込みの控え(写)
- 5) 添付書類2 身分を証明するもの
(運転免許証の写し、マイナンバーカードの写し(通知カードは不可)、住民票の写しのいずれか1つ)

※氏名・生年月日・現住所が確認できるように提出してください。

募集要綱7. 身分を証明する書類についてを参照

- 6) 添付書類3 各種資格の資格者証、合格証、修了証、登録証等の写し
- 7) 添付書類4 第二種冷媒フロン類取扱技術者証の写し

※4)～7)は別のA4用紙に貼付してください。3つの書類を同一用紙に貼付しても可。

※写真は、裏面に氏名を楷書で丁寧に記入のうえ貼付してください。(撮影後6か月以内のもの)

■ 注意事項

- ①願書等に記入する際は黒ボールペンをご使用下さい。
- ②記入間違いを訂正する場合は、訂正箇所を二重線等で消して下さい。訂正印は不要です。

記入例

第一種冷媒フロン類取扱技術者<特例講習> 受講願書

一般社団法人 日本冷凍空調設備工業連合会 殿

標記講習を受講したいので、関係書類を添えて下記のとおり申し込みます。

写真貼付欄
(カラー写真)タテ3×ヨコ2.4cm
1枚貼付
裏面に氏名記入撮影
年月
月

ホームページの技術者名簿への掲載

■希望する □希望しない

上記、□に必ずチェックを入れてください。

公表内容は技術者証番号、氏名、会社名、会社所在地都道府県名、有効期限です。

申込日: 2022 年 2 月 1 日

受講希望会場	会場名: 第 4649 回 東京 会場 [受講日 2022 年 4 月 1 日]
--------	--

ふりがな	れいとう じろう	性別	☒ 男 ☐ 女	生年月日	1990 年 2 月 29 日
氏名	冷凍 次郎				

現住所	〒105-0011 東京都港区芝公園3-5-8 機械振興会館3階
	電話 03 (3435) 9411 FAX 03 (3435) 9413
	E-mail △△△@jarac.or.jp

ふりがな	にほんれいとうくうちようせつびかぶしがいいしゃ		
勤務先名	日本冷凍空調設備株式会社		
部署名	営業部	役職名	係長

勤務先住所	〒105-0011 東京都港区芝公園3-5-22
	電話 03 (5733) 5311 FAX 03 (5733) 5312
	E-mail △△△@jarac.or.jp

受講資格等 (①～⑤に○) (①～④の該当する種・級・区分にも○) (右記資格者等の写真を添付)	① 高圧ガス製造保安責任者(冷凍機械) (1種・2種・3種) ☒	② 冷凍空気調和機器施工技能士(1級・2級)
	③ 冷凍空調技士(1種・2種) ☒	④ 冷凍空調工事保安管理者(A・B・C)
	⑤ 知見を有する者(アからオに○)	ア. 高圧ガス保安協会認定の冷凍装置検査員
	イ. 冷凍空調工事保安管理者に係る保安確認講習修了者	ウ. 高圧ガス製造保安責任者(甲種・乙種・丙種化学又は機械)
	エ. 高圧ガス製造保安責任者(冷凍機械1種・2種・3種)試験合格者	オ. 冷凍空調技士(1種・2種)試験合格者

注)関係書類は、裏面に記載してあります。必ず添付して下さい。

※これ以下は事務局処理欄

受講番号

講習会番号

受 付

経歴書	経歴確	資格	資格写	振込控	受講票	身分証
サ	製					

修了考査	合否

当該書面に記載された事項は、第一種冷媒フロン類取扱技術者特例取得講習の受講・受験に関わる通知、ホームページへの公表(技術者証番号、氏名、会社名、会社所在地都道府県名、有効期限)、更新関係の通知、その他運営上必要な情報管理等以外には本人の承諾なしでは利用いたしません。

業務用冷凍空調機器
第一種冷媒フロン類取扱技術者<特例講習>
受講票

受講者用

受講・受験会場	第 回	会場	※受講番号
受講開始日	年 月 日		

フリガナ	
氏 名	
生年月日	西暦 年 月 日生

写真貼付欄
(カラー写真)

タテ3×ヨコ2.4cm
1枚貼付
裏面に氏名記入

注) 縦3cm×横2.4cmの出願前6か月以内に撮影したカラー写真(上半身・正面・肩から上・無帽・無背景・枠なし)を写真の欄にノリ付けしてください
また、写真の裏面には、氏名を楷書で丁寧に記入願います。

撮影年月日
年 月

※欄は記入しないでください。

当該書面に記載された事項は、第一種冷媒フロン類取扱技術者特例講習の受講・受験に関わる通知、ホームページへの公表(技術者証番号、氏名、会社名、会社所在地都道府県名、有効期限)、更新関係の通知、その他運営上必要な情報管理等以外には本人の承諾なしでは利用いたしません。

業務用冷凍空調機器
第一種冷媒フロン類取扱技術者<特例講習>
受講票

主催者用

受講・受験会場	第 回	会場	※受講番号
受講開始日	年 月 日		

フリガナ	
氏 名	
生年月日	西暦 年 月 日生
現住所	〒
電話番号	()
勤務先名	
勤務先住所	〒
電話番号	()

写真貼付欄
(カラー写真)

タテ3×ヨコ2.4cm
1枚貼付
裏面に氏名記入

撮影年月日
年 月

注) 縦3cm×横2.4cmの出願前6か月以内に撮影したカラー写真(上半身・正面・肩から上・無帽・無背景・枠なし)を写真の欄にノリ付けしてください
また、写真の裏面には、氏名を楷書で丁寧に記入願います。

当該書面に記載された事項は、第一種冷媒フロン類取扱技術者特例講習の受講・受験に関わる通知、ホームページへの公表(技術者証番号、氏名、会社名、会社所在地都道府県名、有効期限)、更新関係の通知、その他運営上必要な情報管理等以外には本人の承諾なしでは利用いたしません。

受講票記入要領

- 1) 記入は黒か青字で楷書で丁寧に記入してください
- 2) 数字は算用数字を用い、フリガナはカタカナを用いてください。
- 3) 受講者は※印のある欄を除き、全部記入してください。
- 4) この受講票は、必要事項を記入し、写真を貼付のうえ、受講願書(様式2)と一緒に事務局へ送付してください。
受講番号を記入してご返送します。
- 5) 受講票は、当日必ずご持参ください。当日ご提示されない場合は、受講・受験はできません。

.....

記入例

第一種冷媒フロン類取扱技術者<特例講習>
受講票

受講・受験会場	第4649回 東京会場	※受講番号	
受講開始日	2022年 4 月 1 日		

ふりがな	れいとう じろう
氏 名	冷凍 次郎
生年月日	西暦 1990 年 2 月 29 日生

写真貼付欄
(カラー写真)タテ3×ヨコ2.4cm
1枚貼付
裏面に氏名記入

注) 縦3cm×横2.4cmの出願前6か月以内に撮影したカラー写真(上半身・正面・肩から上・無帽・無背景・枠なし)を写真の欄にノリ付けしてください
また、写真の裏面には、氏名を楷書で丁寧に記入願います。

撮影年月日
年 月

※欄は記入しないで下さい。

当該書面に記載された事項は、第一種冷媒フロン類取扱技術者特例講習の受講・受験に関わる通知、ホームページへの公表(技術者証番号、氏名、会社名、会社所在地都道府県名、有効期限)、更新関係の通知、その他運営上必要な情報管理等以外には本人の承諾なしでは利用いたしません。

業務用冷凍空調機器
第一種冷媒フロン類取扱技術者<特例講習>
受講票

受講・受験会場	第4649回 東京会場	※受講番号	
受講開始日	2020年 4 月 1 日		

ふりがな	れいとう じろう
氏 名	冷凍 次郎
生年月日	西暦 1990 年 2 月 29日生
現住所	〒105-0011 東京都港区芝公園3-5-8 機械振興会館3階
電話番号	03 (3435) 9411
勤務先名	日本冷凍空調設備株式会社
勤務先住所	〒105-0011 東京都港区芝公園3-5-22
電話番号	03 (5733) 5311

写真貼付欄
(カラー写真)タテ3×ヨコ2.4cm
1枚貼付
裏面に氏名記入撮影年月日
年 月

注) 縦3cm×横2.4cmの出願前6か月以内に撮影したカラー写真(上半身・正面・肩から上・無帽・無背景・枠なし)を写真の欄にノリ付けしてください
また、写真の裏面には、氏名を楷書で丁寧に記入願います。

当該書面に記載された事項は、第一種冷媒フロン類取扱技術者特例講習の受講・受験に関わる通知、ホームページへの公表(技術者証番号、氏名、会社名、会社所在地都道府県名、有効期限)、更新関係の通知、その他運営上必要な情報管理等以外には本人の承諾なしでは利用いたしません。

第一種冷媒フロン類取扱技術者<特例講習>申込みチェックリスト

受講申込みに際し、願書等を送付する前に必ずこのチェックリスト【表裏】でご確認下さい

■ 注意事項 ① 願書等に記入する際は黒ボールペンをご使用ください。 ② 記入間違いを訂正する場合は、訂正箇所を二重線等で消してください。訂正印は不要です。	
---	--

実務経歴書(様式1)		チェック欄
①	冷凍空調機器・設備の保守サービス実務経験年数は、3年以上ありますか？	
②	受講資格が⑤ウの「高圧ガス製造保安責任者(甲種、乙種、丙種化学又は機械)」の方は、「冷凍空調機器の製造・品質管理業務年数」は5年以上ありますか？	
③	証明者は、所属企業の代表者または事業所の責任者、部長などの責任のある立場の人ですか？	
④	「証明者との関係」は、「社員」や「下請」、「協力会社社員」等、証明者とのつながりを記入していますか。	
⑤	証明者が受講する場合は、一番下の誓約欄に記入、押印(本人自署の場合は押印不要)していますか？(例えば受講者が代表者である場合)	
受講願書(様式2)		
①	写真は、カラーで鮮明なものですか？(試験に合格した場合は、この写真が技術者証に載ります)	
②	受講希望会場名は、当該講習会と同じですか？	
③	該当する受講資格に○印していますか？	
④	③の受講資格の該当する「種・級・区分」にも○印していますか？	
	1)「高圧ガス製造保安責任者」、「冷凍空調技士」は、試験合格者でも可 2)「冷凍空気調和機器施工技能士」は、「技能検定合格証書」(技能士カード・手帳も可)の写し、または発行機関名、技能士番号が明記されていれば「合格通知」でも可 3)「冷凍空調工事保安管理者」は、保安確認講習修了証でも可	
⑤	該当する資格の証明書の写しを添付していますか？	
⑥	氏名・生年月日・現住所が確認できる身分を証明するものの写しを添付しましたか？	
	1) 身分証明書は、下記のいずれか1つ。氏名・生年月日・現住所が確認できるもの。 ①運転免許証の写し ②マイナンバーカードの写し(通知カードは不可) ③住民票の写し	
⑦	受講料の振り込みの控え(写し)を添付しましたか？	
⑧	振込先は、間違っていないですか？	
⑨	第二種冷媒フロン類取扱技術者証の写しは添付しましたか？	
受講票(様式3)		
①	写真を2枚貼付していますか？	
②	写真は鮮明ですか？	
③	受講票の裏面は確認しましたか？	

260401

※申請関係書類に、記入漏れや不備がある場合は、受講申込みを受け付けしない場合があります。

第一種冷媒フロン類取扱技術者<特例講習>申込みチェックリスト

<提出書類:ご郵送の前に、もう一度ご確認ください。(該当欄に☑)>

- ☐ 1) 受講願書(様式2)
(顔写真1葉貼付)
- ☐ 2) 業務用冷凍空調機器・設備の保守サービス等の実務経歴書(様式1)
- ☐ 3) 受講票(様式4)
(顔写真2葉を貼付)
- ☐ 4) 添付書類1 受講料の振込み控え(写)(A4用紙)
- ☐ 5) 添付書類2 身分を証明する書類(A4用紙)
(運転免許証の写し、マイナンバーカードの写し(通知カードは不可)、住民票の写し)
- ☐ 6) 添付書類3 受講資格を証明する資格者証等の写し(A4用紙)
- ☐ 7) 添付書類4 第二種冷媒フロン類取扱技術者証の写し

※4)～7)はA4用紙に貼付してください。4つの書類を同一用紙に貼付しても可。

封筒の前面に、「第一種冷媒フロン類取扱技術者特例講習申込書在中」と明記の
配達記録が残る方法(書留や特定記録等)で郵送して下さい。

