

<p>No.147 2018.10.25 (平成30年) Safework KANAGAWA</p>	<p>あつぎ — 支部だより — あいかわ あつぎ あやせ えびな きよかわ ざま やまと</p>	<p>もくじ 1~2・全国労働衛生週間 県央地区推進大会 3・・・署からのお知らせ 4~5・訪問探訪記 6・・・遺囑 7・・・健康CHANNEL 8・・・ディスカバリーあつぎ 支部からのお知らせ</p>
<p>発行:(公社)神奈川労務安全衛生協会厚木支部 編集:広報部会</p>	<p>E-mail : toi_12@roaneikyo.or.jp http://www.roaneikyo.or.jp/shibu/atsugi/index.html</p>	<p>〒243-0014 厚木市旭町 2-2-26 TEL(046)228-6660</p>

『こころとからだの健康づくり みんなで進める働き方改革』

平成30年度 全国労働衛生週間県央地区推進大会開催される

9月10日(月)くもり空の中、海老名市文化会館小ホールにおいて労働災害防止4団体共催、厚木労働基準監督署後援のもと、全国労働衛生週間県央地区推進大会が各企業より多数の参加を得て開催されました。

厚木管内ハイヤータクシー安全協力会の渡辺会長より開会の辞を頂き、69回目の推進大会が始まりました。

次に主催者を代表して挨拶した(公社)神奈川労務安全衛生協会 厚木支部 片山支部長は「昨今アマゾンやグーグルなど近年経済のグローバル化でスピードの変化は我々の健康にも大きく影響していると思われまます。従来にも増して心身にストレスが掛かる世の中になって来たと言わざるを得ません。また高齢化社会での生活習慣病の発生リスクも高まって来ています。



当面は健康診断等での予防に努めて頂きたいと思います。

今年のスローガン『こころとからだの健康づくり みんなで進める働き方改革』

にもありますように協会の目標としては、すべての人がイキイキと働く環境を目指し心身の健康確保、病気の治療と仕事の両立、ワークライフバランスを保てるような活動をして参りたいと思います」と述べられました。

続いて厚木労働基準監督署 長久保署長より、以前は労働衛生管理と言えば化学物質の法律に定める「作業管理・作業環境管理・健康管理」の措置内容を適正に履行して頂くことに尽きたと言えますが、法令での措置内容はほんの一部にしか過ぎず履行していれば労働災害や業務上の疾病を防げると言うことにはなりません。現在では個々の化学物質の危険有害性に基づいて自主的にリスクアセスメントを行い、主体的に措置

を講じて頂くような管理の重要性が格段に高まって来ています。一方、労働災害や業務上疾病では腰痛や墜落転倒災害が依然と多く、また平成29年度では厚木署管内で過労死が2名発生しました。尚、厚生労働省調査では仕事にストレスを感じている者が6割を超えている事が分かっています。過重労働による健康障害、メンタルヘルスへの重要性を全ての事業場で取り組む必要があります。また働き方改革は少子高齢化による生産年齢人口の減少に伴う危機感から来ており、今まで通りの長時間労働や非正規社員の処遇を改善することにより女性や若者等の雇用を促進しようとすることや、治療と仕事の両立支援、産業医・産業保健の強化などが法案に盛り込まれ7月1日に成立し、来年の4月1日より施行されることとなりまのでしたので、皆様方の事業場でいち早く取り組まれる事をお願いします。と述べられました。

海老名市長 内野様からは、職員の働き方改革として、5月連休の行事廃止や仕事納め式の廃止、毎週水曜日ノー残業デーの設定などリフレッシュも兼ねて実施しています。働き方改革は働く人が自らの意志を持って考えなければ改革はできないと考えています。と述べられました。

県央地域産業保健センター長 馬嶋様からは、50人未満の小規模事業所を対象とした長時間労働による医師への面接指導、健康診断結果の相談、事業所訪問による産業保健指導の実施等の支援を行っていますので是非利用して頂きたいと思います。と述べられました。

大会宣言は建設業労働災害防止協会神奈川支部 山本厚木分会長より読み上げられ、盛大な拍手で採択されました。

次に厚木労働基準監督署 赤前安全衛生課長より、今年では第13次労働災害防止推進計画の初年度にあたり、主な取組として「荷重な長時間労働やメンタルへ

ルス不調等により、過労死等のリスクが高い状況にある労働者を見逃さない取組「病気を抱えた労働者の治療と仕事の両立支援」が挙げられており、働き改革とも密接な関係となっておりますので各事業場の自主的な取組みが必要であると思います。と語られた後、実施要綱の詳細な説明をして頂き第一部が終了致しました。

第二部の特別公演は元NHK「ためしてガッテン」専任ディレクター、経済産業大臣認定 消費生活アドバイザーの北折一先生による「ガッテン流 メタボ退治の必殺技&インチキダイエットの見破り方」と題し、お話を頂きました。

【「ダイエットと健康のウソ・ホント」！？】

①納豆を食べると、ダイエット効果がある！？(答×)
②バナナには、脂肪を燃焼する酵素が含まれている！？(答×)これは某テレビ番組などで取り上げられたことで一見信じてしまう内容ですが、必ずしもマスコミで言っていることが正しいとは限らないと言うことを覚えて置いてください。

一般的に「ダイエットには運動と食事制限が必要である」とは言うものの「運動でやせる」のは極めて難しい、運動しようと思ったけれど「苦しかったり痛かったり」挫折しやすい、そもそも運動で痩せようと思っている方は食事制限がいやな人が多いのに「食事制限と痛々しい運動」と言ったあれもこれも頑張らなくてはいけないと言うことが人を追い込んでいます。これが「従来型の健康づくり」の弱点だと思っています。

人が太っているのは、運動不足が原因とされていますが、運動不足に見合った分量だけ食べていれば決して太ることがなかったのに「本当は食べ過ぎが原因」と言うことを直視することができなければ正しいダイエットのスタートは切れないと思います。このように言うと食事制限だけすれば…となり、正しいことをきちんと伝えようとしてしまうとそれは“ありがち”な話になってしまい人の心を遠ざけてしまうのです。

【生活習慣病のついつい】

「ついつい甘い物がやめられない」「つい運動不足」「検査に行けば良いのについつい先延ばしにする」など「ついつい」が積み重なってある時病気が発症してしまう。これが生活習慣病ですね。いくら怖い映像で脅してもせいぜい3日で元のついついに戻ってしまう。なぜそうなるのかは人間が日常生活でやっている「ついつい」はそれくらい強いものであると言うことです。

【「ついつい」をちょっとだけ頑張るダイエット】

保健指導において「この先次々に病気が発症するかもしれないから今の内に治療しておこう」と食事制限

やダイエットを勧めてもなかなか言うことを聞いてくれないと思います。「甘い物を控えましょう」などと重箱の隅をつつくような保健指導では人の話を聞いてくれません。そこで考え方を改めて、ちょっとその先には喜びが待っている、そこに到達するためにはどうしたら良いかを逆算で考えて、だったら今できることはなんなのかを考えます。具体的にはこのままだと医療

費が定年まで数十万掛かりますとか。そのお金を楽しいことに使えたら嬉しいですね、しかもお腹の脂肪がすっ

きりした体になったら良いに決まっていますね。このようにやりたくなるような道をしっかり示すことが大切です。またダイエットの目標は体重の5%と低く設定してあげることです。ゆっくり体重を落とすことが成功の秘訣であり、リバウンドを起りにくくするからです。

【計るだけダイエット】

「いっぱい食べれば太る、ちょっとだけなら痩せる」を目で見て分かるグラフを毎日付けます。1日50gから100g玉子1個、2個分痩せただけでもうれしいですね。30日続けると1.5kg、3ヶ月なら4.5kg減ることになります。1~2kgのリバウンドは気にしない。ちょっとだけ体重が減る喜びが分かってくるとワクワクして食事のコントロールもできます。運動はやった方がダイエットに有利と言う考え方も湧き、このような精神的な高揚を利用すると腹筋が割れるのも夢じゃないと思います。

最後に、健康になるために自分も「楽しい」相手も「楽しい」方法でやってください。ただ大切なのは「変えれば変わるし」「変えなければ変わらない」と言うことです。

1時間半の講演でも盛りだくさんの内容と話の引き出しの多さに感銘し第二部は終了しました。また、紙面ではとても伝えきれませんので興味のある方は北折一先生の著書を一読されたらと思います。

最後に陸運労災防止協会神奈川県支部 加藤副会長より閉会の辞を頂き、無事大会が終了いたしました。

(AGCオートモーティブAMC(株))

相模工場 小峯 雄二 記)



署からのお知らせ

最低賃金改定のお知らせ

厚木労働基準監督署

最低賃金の件名 **神奈川県最低賃金**
 効力発生年月日 平成30年10月1日

時間額	983円
-----	-------------

- ・ **神奈川県内の事業場で雇用されるすべての労働者に適用されます。**
- ・ パートタイマー、臨時、アルバイト等の労働者にも適用されます。
- ・ **派遣労働者については、派遣先の事業場に適用されている最低賃金が適用されますので、派遣先事業場に適用される最低賃金を把握しておく必要があります。**
- ・ 特定(産業別)最低賃金が適用される労働者でも、改定されるまでの間は上記の神奈川県最低賃金が適用されることとなります。
- ・ 時間額以外の賃金から最低賃金との比較計算をする場合、下記の賃金を除外したものが対象となります。
 - ①1ヶ月を超える期間ごとに支払われる賃金(賞与など)、②臨時に支払われる賃金(結婚手当金など)
 - ③所定労働時間を超える時間の労働に対して支払われる賃金(残業手当など)、④所定労働日以外の日の労働に対して支払われる賃金(休日出勤手当など)、⑤午後10時から午前5時までの間の労働に対して支払われる賃金のうち、通常の労働時間の賃金の計算額を超える部分(深夜手当など)、⑥精皆勤手当、⑦通勤手当、⑧家族手当
- ・ 月額賃金の場合、最低賃金を上回っているかの計算は下記の計算式によって確認してください。

$$\text{月給額(上記手当等を除く)} \times 12 \text{か月} \div \text{年間総所定労働時間} \geq \text{最低賃金額}$$

※最低賃金の引上げに関し、中小企業・小規模事業者への助成金制度(業務改善助成金)があります。

【業務改善助成金に関するお問い合わせ先】

神奈川県働き方改革推進支援センター(詳しくは、下記をご参照ください。)

【業務改善助成金に関する申請先】

神奈川県労働局 雇用環境・均等部 指導課 電話：045-211-7380

神奈川県働き方改革推進支援センター設置のお知らせ

- ・ 働き方改革の実行に取り組む中小企業・小規模事業者の事業主を支援するため、神奈川県労働局委託事業(神奈川県中小企業団体中央会受託)として、**神奈川県働き方改革推進支援センター**が設置されました。

「36協定について詳しく知りたい。」「賃金引き上げに活用できる国の支援制度を知りたい」などのお悩みを持つ経営者の皆さん、社会保険労務士・中小企業診断士等の専門家が相談に応じます。ご希望に応じて、専門家が直接企業に訪問することも可能です。下記までお気軽にご相談ください。

相談窓口 ①**神奈川県働き方改革推進支援センター 横浜本所**

〒231-0015 横浜市中区尾上町5丁目80番地 神奈川県中小企業センタービル9階
 電話：045-307-3775、FAX：045-633-5139

②**神奈川県働き方改革推進支援センター 海老名出張所**

〒243-0438 海老名市めぐみ町6番2号 海老名商工会議所1階
 電話：046-204-6111、FAX：046-204-6116

※よろしければ、ホームページ <http://www.chuokai-kanagawa.or.jp/htk/> もご覧ください。

訪問探訪記

『小田急電鉄株式会社 海老名検車区見学』

東西株式会社 厚木オフィス
田中 智樹

今回平成30年9月7日（金）広報部会の関係者11名による小田急電鉄海老名検車区の探訪取材に同行させて頂きました。

小田急が保有する車両全1,084車両のうち、多くが集う拠点となる車両基地。毎朝多くの車両がここから駅へと出発していきます。今回、見学させていただいたのは、この車両基地の中の「検車区」です。検車区で行われる車両整備は、日々、私たちを安全に運行していただくためになくてはならない大きな役割を担っています。

【小田急の輸送力】

小田急の輸送力は小田原線、江ノ島線、多摩線の3路線合計120.5キロを走行しており、1日平均50.2万キロを走行、1日平均約207万人輸送し、年間では約7億5千万人もの人達を運んでいます。

【海老名検車区の役割】

海老名検車区は1972年12月に開業。敷地面積は5万6413㎡、路線の管轄は相武台～箱根湯本間・御殿場方面までを管轄としています。1,084両中、海老名検車区所属車両は540両にもなります。検車区の収容能力は約300両。保有する車両の種類は1000形、2000形、3000形特急車両の6000形、3000形です。

所属車両は、一般車両を主とし、特急車両の3000形 (EXE)、6000形 (MSE) を含め、全所属車両が※VVVF車専用区として、メンテナンスフリー車両の特性を生かした、車両検修を遂行しています。※VVVF車とは（交流モーターでメンテナンスがしやすい）

【海老名検車区の業務】

主な業務として、以下の項目を行っております。

1. 車両の検査及び運用管理
2. 車両の月検査、列車検査、臨時検査ならびにその他の車両修理
3. 車両の収容、入換、増結、解放等の計画と管理
4. 運転事故、運転阻害の処理
5. 車両の清掃洗浄作業（協力会社と協力）

具体的な法定検査としましては、下記の内容を行っております。

1) 新重要部検査

2001年10月以降の新造車両および2012年4月以降に改造した車両において、制御方式が

VVVF インバータ制御（メンテナンスが容易な車両）かつ特別な対策が施された台車枠を採用した車両を対象とした検査（3000形）です。走行距離が4万キロまたは60万キロ毎に行います。

2) 月検査

列車の使用状況により、3か月を超えない期間毎に、車両の状態や機能を在姿状態で行う検査のこと。検査時間は約1日をかけて行います。

3) 列車検査

列車の使用状況により、10日を超えない期間毎に、主要部分や消耗品を在姿状態（車両が走行できる状態）で行う検査のこと。検査時間は約20分～1時間かけて行います。

その他の車両検査としては下記の内容で行っております。

1) 周期検査

設定した期間毎に、空気圧縮機、台車、駆動装置、弁類などの各部位について交換、分解および給油などの検査を行います。

2) 季節検査

設定した時期（夏・冬）毎に、弁類、暖房装置、冷却装置、パンタグラフなどについて分解、給油、調整などの検査を行います。

3) 臨時検査

改造工事を行った車両等の一部分または各部分にわたって臨時に検査を行います。

【業務分担】

車両の検修業務は日勤班と循環交代勤務の作業班に分かれます。月検査は日勤班が担当し、それぞれ、電気班、機械班、整備班、周検班に分かれ、3か月に1回の検査を行います。

また、列車検査は作業班が担当し、宿泊体制の3班制で10日に1回の列車検査を行います。海老名検車区では、勤務者65名体制で日勤、循環交代勤務シフトで始発から終電までの電車のメンテナンスを十分行える体制で勤務されております。



検査を行う技術者は入社してから3年までは相模大野にある作業場で技術・安全教育をしっかりと学び、海老名検車区に配属されるそうです。

【職場見学】

点検の現場に到着すると、まずその大きさにびっくりしました。車輪をこんなに間近で見る機会は滅多にありません。点検を行っていた車両は、1000形の車両で、ちょうど月検査が行われておりまし



た。点検項目は各種保安装置（ATS、ATC等）パンタグラフ、ブレーキ、扉、制御装置などで、終日かけて行われる検査です。

たとえば台車装置のボルトを確認する際は、点検



ハンマーを使います。ハンマーで「カン」と叩く音と、ハンマーに伝わる感触でネジの締め具合に問題がないかを確認します。音の高低によって瞬時に異常を判断するので、視覚だけでなく聴覚を使って些細な不具合を見つけ出すことができます。台車に関しても点検ハンマーを使って亀裂がないかの確認を行っています。私たちが毎日安全に電車に乗れるのは、このように日々の保守・点検を行い、常に正常な状態を維持しているからです。これらの点検を行う技術者は、先輩から後輩へ長年培ってきた高度で繊細な技術が安全の基盤となっています。

【安全への取り組み】

基本教育は、新入社員で入社してから3年間は大野総合車両所検修職場で安全知識・技能の基礎を身に付け、その後海老名検車区へ配属されます。



海老名検車区に配属された後は、各班毎に免許・資格の教育、知識・技能に特化した安全教育を行っています。特に中堅社員からの声を吸い上げ、安全教育活動を通して現場の強化へつなげる取り組みをしています。触車・感電・墜落についての対策も安全・衛生教育資料を基に行っています。



【最後に】

現在、海老名エリアはどんどん開発が進んでいるエリアです。買い物に便利な駅近のショッピングモール「ららぽーと」「ビナウォーク」があり、生活利便性の高さが魅力です。

今回訪問させて頂きました海老名検車区は、そんな海老名駅のホームからでも見える検車区です。通勤の途中、そして一日の仕事を終えて帰宅する途中に一度立ち止まって見てはいかがでしょうか。

今回、小田急電鉄株式会社海老名検車区の石津区長様をはじめ、関係者の方々の貴重なお時間を頂きましてありがとうございました。



『生涯スポーツ ゴルフを楽しむ』

厚木支部専任講師
今泉 吉男

30歳代後半、シンガポールに駐在している友人Nを、同期入社仲間6人と訪ねた際、セントーサGCでゴルフコースを回った。初めてのゴルフだったので、どスライス、どフックの連続で散々な結果であった。当然、俺には合わないスポーツだなと、その時は思った。

その後、友人Tから中高年になったので、それにあったスポーツとしてテニスとゴルフをやろうと誘われた。テニスは即、始めて（毎週土曜日2H～4H）今年8月まで続けた（9月からは休止状態である）が、ゴルフはシンガポールで無様な体験をしたことや、ゴルフクラブがなく購入するには、費用も掛かるので断念していた。が、数年後、理容師を職業としている兄からゴルフクラブ一式を貰うことが



できたので友人Tを頼って始めた。

最初は、友人Tと厚木市内の練習場に行き、入場方法、ボールの出し方、練習開始・終了、チェックアウト、マナー等々を学んだ。以来、年に数回、近所（秦野市内）の練習場に打ちっぱなしに行っている。また、1人で行ってもなかなか上達しないので友人Tとも何回か打ちっぱなしに行き集中的にスイングなどのコツを教わったり、ダメなところは指摘してもらい修正を繰り返して、何とかボールは真っすぐ飛ぶようになった。しかし、次に練習場に行った時には日にちが空いたこともあり、身体で学んだ感覚を忘れてしまい元に戻ってしまう。そんな失敗と発見の繰り返し数年続き、ゴルフスイングは身体で覚えることが大事だと感じた。

練習を兼ねて、今まで（再雇用延長満了まで）年3～4回はゴルフコースを回っているが、スコアはいつも120前後で、初心者の域を一向に出ない。それでも、コースを回ることで、基本的なルールや

マナーは覚えた。最初の頃は一緒にプレーする人のコースを横切って芝目を荒らし



たり、次の人を待たせるのが申し訳ないと思いグリーンの上を走ってしまったり、やることに裏目に出て怒られもした。結局、マナーや人の目ばかりを気にして、終わる時には違う意味で疲れていた。今ではそのようなこともなくプレーに集中でき、楽しさ・面白さも分かるようになった。

再雇用期間満了を機会に友人Tを通じて月1回実施のゴルフコンペに参加している（H28年11月デビュー）。未だ下手であるが、今年8月、99で回り念願の100を切った。9月は丁度100だった。10月はいくつで回れるか？期待したい。

ゴルフは、年齢による体力的な衰えは大きな問題にならないスポーツだと思う。なぜなら、コンペに参加している方は70歳代・80歳代が多く、元気にプレーしており60歳代の私は若手である。女性の参加者も多い。また、プレッシャーに強くなることやメンタルも鍛えられ成長できる。ラウンドやランチしながらメンバーと会話を楽しむ。バーディやパー



を取れたホールはうれしい。ドライバーのいい当たりはスカッとす。長い距離を1パットで沈めると気持ちがいい。ゴルフ場の美しい景色・清々しさ・小鳥のさえずりなど様々な要素が楽しめる。ゴルフの魅力は、他にもいっぱいある。最後はお風呂に入ってさっぱりして家路に着く。

生涯スポーツとして楽しみたい。



『疲労をためない毎日を』

ソニーコーポレートサービス株式会社
真鍋 美季子

日増しに秋の深まりを感じる季節となりましたが、皆さまいかがお過ごしですか。
酷暑を何とか乗り切り、一段落したこの時期。そろそろ疲労を感じている頃ではないでしょうか。

「疲れた～」という感覚（疲労感）は「休養しなさい」という体からのサインです。疲労をそのまま放置すると、やがてはメンタル不調のような問題にもつながりかねません。健康的な毎日を過ごすために、疲労について知り、適切な休養をとることが大切です。

1. 疲労とは

疲労とは、仕事や運動などの身体活動や精神的活動によって活動能力が低下した状態です。通常は疲労感を伴い、活動能力の低下を自覚することができます。

人は活動すると必ず疲労しますが、休養をとれば回復して再び活動できるようになります。私たちはこのサイクルを繰り返しながら暮らしています。



2. 「生理的な疲労」と「病的な疲労」

「生理的な疲労」は、仕事や家事・スポーツなどの活動によってもたらされる体のパフォーマンス低下を意味します。一晩の睡眠や2～3日の休息によって回復する疲労です。

「病的な疲労」は、いくら休んでも回復しなかったり、体に異常が出ているのに本人に自覚がなかったりする疲労です。自覚がないということは、脳が麻痺してしまった危険な状態。疲労がたまっているにもかかわらず疲労感がとれた錯覚に陥っているということです。放置すると心筋梗塞や不整脈などの心臓疾患やメンタル不調の引き金になる可能性があります。

3. 疲労を「病的な疲労」にさせないために

頑張りすぎは禁物です！疲労を感じたら早めの休養をとりましょう！

睡眠や少しの休息で回復しきれなくなると、体内の自律神経系や免疫系のバランスが崩れて「病的な疲労」へ進んでいきます。疲労感がなくても積極的に休養をとり、体内のバランスを整える必要があります。



健康的な生活を送るためには「こころ」と「からだ」の休養が不可欠です。

休養という字には『休むこと』と『養うこと』の2つの意味がこめられています。休養は疲労回復のためだけにとるものではなく、次の活動に向けた体力・気力・活力・意欲などを養うものでもあります。疲労を回復させる休養法やこころの健康を保つ休養法には様々なものがありますので、自分にあった方法を選びましょう。そして、「こころ」と「からだ」の両方を刺激する休養法を実践し、疲労をためないようにすることが大切です。



『我が家の玄関前には国史跡の古墳群』

現在、海老名駅周辺は商業施設・高層住宅や新しい道路など様々な都市開発が進んでおり、たくさん人が訪れ、また移り住む様になった。その一方で、我が家の



の前には国指定の史跡が昔と変わらずに残っている。

今回、ご紹介するのは海老名市

で最高地点（標高 84.6m）にある「秋葉山古墳群」である。

築造時期は、3世紀～4世紀頃と言われ、第一号墳



から第六号墳まで確認されており、発掘調査等も行われ出土品は、土器や鉄鏃他が発見され

ている。秋葉山古墳群の特徴としては、墳丘の規模が60m以下と比較的小さいことと、葺石、段築、円筒埴輪が見られない。また、座間丘陵の尾根沿いに並ぶように作られ、相模川流域の平野部を望み、相模川と武蔵方面へ向かう道の交点にも近く、交通の要衝を望む場所を選んで造営されたと考えられている。

そんな古い歴史のある古墳群だが、私にとって小学生時代は、木々が生い茂る単なる山でしかなく、カブトムシやクワガタムシの虫取り場としての遊び場で

しかなかった。勿論、古墳等に全く興味も関心も無く少年時代を過ごし成長した。

そんな私も大人になり、古墳群の目の前に居を構え住むようになり、幼い子供との散歩の機会に古墳群の

説明がされた案内板を見かけ、改めて古墳群の歴史を理解し重みを感じた。

そんな古墳

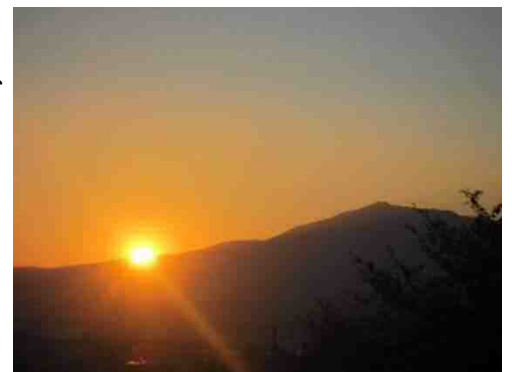
群も今では緑豊かな近隣住民や犬のかっこうの散歩コースとなっており、春は桜が咲き、夏は蝉の鳴き声、

秋は木々の紅葉やドングリ、冬は枯れ葉吹雪と四季折々の自然を感じられる場所である。また、高台であるこ

とから、晴れた日のそこから眺める大山や相模川流域そして海老名駅周辺・厚木市等の夜景は、なかなかのものである。勿論、相模川花火大会もバッチリ見ることができる。

皆様、日頃の運動不足の解消や暇潰しに一度訪れては如何でしょうか。特に湿度が低くなる時期の大山の夕景がお勧めです。また、出土品は海老名市郷土資料館である温故館に展示されています。

(アンリツ(株) 渡部 宏 記)



今後の支部行事予定は厚木支部ホームページに掲載しています。

<http://www.roaneikyo.or.jp/shibu/atsugi/index.html>