いのちとくらし、平和を守るために

飯伊民医連だより

9月

2025
No.262
隔月刊

被爆80年 平和への誓いを 広島・長崎から

世界へ広げる行動を

8月4日から6日にかけ、戦後80年を迎えた広島で「原水爆禁止2025年世界大会」が開催され、今年も法人・労働組合を代表して7名の職員を派遣しました。

参加者は集会や分科会、慰霊碑巡りを通して被爆の実相に触れました。集会で採択された「広島からのよびかけ」では、サーロー節子さんの「諦めるな。押し続けろ。光に向かって這っていけ」という言葉が引用され、被爆の惨状を二度と繰り返さない決意と、核兵器禁止条約を希望の光として世界すべての国に支持・批准を広げる行動が訴えられました。

また、健和会の事業所では、広島に原爆が投下された8月6日、事業所前で核廃絶を訴えるスタンディングを朝と昼の2回実施し、約80人が参加。通行人やドライバーに平和の願いを伝えました。

さらに、世界大会に先立ち、6月22日と28日には飯田下伊那すべての自治体をつなぐ平和行進が行われ、延べ400人が参加し、平和への思いを力強くアピールしました。

※2面で現地で見たこと、聞いたこと、感じたこと…広島での体験を語ります。

被爆80年、平和への誓いを広島・長崎から世界へ広げる行動を

●はやしの杜の庭には広島で被爆したアオギリの種から育った〝被爆アオギリ二世〟があります。8月6日朝、平和記念公園にて、アオギリの種を送ってくれた青木克明先生（健和会病院の元医師・広島ご出身）に偶然お会いしました。爆心地から1㎞程離れた所で傷付きながらも懸命に生きる被爆樹木たちを今回訪ねました。後日、青木先生から届いた資料に「もの言わぬ核被害者 被爆樹木」とあります。核兵器は絶対にダメ！廃絶のためにできることをしたいと強く思いました。

林の杜 事務　寺沢 江理

●初参加で80周年という節目に参加でき、平和の大切さと平和について改めて考えることができました。一瞬で焼け野原になり、家族や友人や大切な人がいなくなることを考えるとただ悲しくなり、虚しくなりました。そんな思いをしているのに、核の傘に入り、核を保有していないのに核兵器に守られていると考えると、唯一の被爆国として嘆かわしく、本当に核兵器が無くなる世の中を願いました。5年、10年後に被爆者から直接話しを聞けるかわからないので、私達がしっかりとまわりの人に伝えたいと感じました。

ゆいの里 介護福祉士　遠山 雅士

●初めての参加でした。これまでにも報告会や学習会に参加していましたが、現地でのフィールドワークや被爆者の方達のお話を聞くこと、また平和記念資料館で莫大な資料を通して、自分が何も知らなかったんだなと痛感しました。広島の実相を知るにつれ、核兵器の存在自体があってはならないもの、使用することが正当化されることはない、そんな状況がおきてはいけない、と強く思いました。現地で得てきたことを伝えていきたいと思います。

健和会 事務　郷津 久美子

●被爆者の方々が語る当時の生々しい体験や、反戦・反核の意思を力強く訴える多くの方々の活動に触れました。私が参加した分科会では、歌や演劇を通して平和の尊さを感情豊かに伝える取り組みに深く感銘を受けました。同時に、若者の活動離れという課題も耳にし、平和の願いを次世代へどう繋ぎ、私自身がどのように発信していくべきかを真剣に考える大きなきっかけとなりました。

健和会 作業療法士　安藤 悠里

●分科会で、被爆された84歳の方の経験を高校生が絵に描き、その絵をもとにお話をお聞きしました。原爆投下直後の様子では、母親を探す「おかぁちゃん、おかぁちゃん」の語り声は今でも耳に焼き付いています。「亡くなられた方のためにも僕は伝えて行かなければならない。核兵器の怖さ」と最後の言葉も印象的でした。原爆投下から80年、継承が課題となる今、私自身がここで聞いた話しや見た絵を誰かに伝えることで少しでも継承に繋がればと感じました。

健和会 看護師　吉川 妙子

●世界各地から参加されている方がいることに驚きました。80年間、あきらめずに訴え続けたて来た方々の声が着実に広がっているのだと思います。被爆者の証言などを聞き、フィールドワークや平和記念資料館の見学を通じて核兵器の悲惨さを実感し、平和の大切さを改めて感じました。今回の経験を通じて、自分に少しでもできることを考えていきたいと思います。

健和会 理学療法士　熊谷 紀之

●80年前の広島で何が起きたのか、現地で目と耳と心に焼き付けてきました。被爆建物、遺品、惨状を示す写真などを見たり、被爆者の証言を聞いたりして、胸が締め付けられ涙があふれました。また、世界中の人が国や言葉を越えて核兵器廃絶を願い様々な活動をしていることに感動しました。被爆者の平均年齢は86歳を超え、体験を語れる人が少なくなってきている今、被爆の記憶を語り継ぎ次の世代へ繋げていくことが大切だと強く感じました。今回の学びを積極的にまわりに伝えていきたいと思います。

健和会 検査技師　関島 ゆかり

夏休み

全職種医療職体験会を開催

7月下旬から8月上旬にかけて、高校生を対象とした医療職体験会を開催しました。

今年は医師、看護師に加え、技術職5種、リハビリ職3種の計10職種の体験会を実施しました。

仕事に就くためのイメージが膨らんだ」「進路に悩んでいたけど、現役の医療従事者の方に相談できてありがたかった」といったうれしい感想が多数寄せられました。

健和会病院は、今後も地域全体で医療職を目指す学生さんをサポートしていきたいと考えています。

健和会病院　医系学生担当
大蔵　祐人

春休み中に開催できなかったこともあり、技術職やリハビリ職はすぐに定員に達するほど大盛況でした。

参加した学生さんたちは、普段学校では触れることのない医療機器を使ったり、実際の医療行為を体験したり、病院の現場を間近で見学したりと、様々なプログラムに目を輝かせていました。最初は緊張した面持ちの学生さんたちでしたが、職員のサポートもあり、最後は笑顔で体験を終えていました。

参加者からは、「普段入れない病院の裏側を見ることができて新鮮だった」「実際に業務を体験して、その

医療講演 7・26
子どものアレルギーについて

健和会病院で今年度2回目となる医療講演会を行いました。

今回は当院の**小児科、品川文乃医師**の「子どものアレルギーについて」をテーマに講演していただきました。子育て中の保護者や教育関係の方、職員含め約50名が参加しました。

年々増加する子どものアレルギーについて、皆さんメモを取りながら真剣に聞いており、質疑応答も盛んに行われました。講演会終了後も医師に相談されている保護者の方もいらっしゃいました。医師ご自身の体験も踏まえ、食物アレルギーを持つお子さんを育てることの大変さ、まわりの方に理解をしてもらうための煩雑さなども話され、保護者の方にとってはとても共感できたのではないかと思います。

また、近年、木の実類（ナッツ）のアレルギーを持つお子さんが増えていることも話され、この地域は日常的に五平餅を食べる習慣があり、五平餅の味噌に使われるクルミに対して、注意するように呼びかけられているのが印象的でした。子どもたちが食生活を安全に楽しめるよう周りの大人の理解が必要だと感じました。

健和会病院　診療秘書室
原　美佳

住民の命を守る医療機関の維持存続を！

健和会病院では「地域医療を守る医療機関の事業と経営維持のため、診療報酬の期中改定を求める団体署名」への協力のお願いを飯田・下伊那地域の病院には訪問、クリニックまたは開業医の先生には郵送で署名をお願いしました。病院では突然の訪問にもかかわらず、苦しい経営を共有しあうことができました。

懇談では、「経営が非常に苦しい」「人件費や医療材料の高騰のために必要経費を削減せざるをえない」「物価高騰に見合う診療報酬改定をしてほしい」「新しい機器を導入する予算は全くない」「医療を受ける側、提供する側が共に安心して充分な診療が行える医療制度であることを希望する」「人材確保も厳しい」など規模の大小を問わず、切実かつ悲痛な声が寄せられ、どこの医療機関も苦慮していることがわかりました。

健和会病院　事務長
福澤　敏恵

署名にご協力お願いします。

5月号で「このままでは病院がなくなる」「地域医療は崩壊寸前」と警鐘を鳴らしました。県議会6月定例会では、人口減少による収益減や物価高騰で厳しさを増す経営状況を踏まえ、診療報酬引き上げを求める意見書が全会一致で可決しました。また、県内医療機関からの団体署名は133筆となり、私たちの運動が政治を動かしました。今後は「誰もが安心して医療を受けられるための診療報酬期中改定等を求める署名」に取り組みます。

同封いたしました署名へのご協力をよろしくお願いいたします。
※なお、返信用封筒の有効期限は10月31日となっておりますので、お早めのご返送をお願いいたします。

OTC類似薬の保険外しに反対します

かなえ ひまわり薬局

自民・公明・維新は年間4兆円以上の医療費削減に合意し、2026年度からOTC類似薬を保険適用から外す方針です。保険適用が外れると、今まで窓口負担1割から3割だった薬は、ドラックストアや薬局などで全額自己負担で購入することになります。

これにより受診控えや症状の悪化を招く可能性が高まります。特に、子どもなどの福祉医療費助成や難病医療費助成の利用者、リウマチや皮膚炎などで長期の使用が必要な患者さんに深刻な影響が出る恐れがあります。医療費削減ありきの政策ではなく、国が必要な医療を保障することです。患者の実態を直視し、保険適用の継続を強く求めていきます。

■OTC類似薬とは■

ドラッグストアや薬局で買える市販薬のうち、処方薬とほぼ同じ成分が使われている薬のことです。たとえば、解熱鎮痛剤や咳止め、胃酸を抑える薬、筋肉痛や関節痛の塗り薬や貼り薬、かゆみ止めの軟膏や皮膚炎用の薬などがあります。

OTC（市販薬）を保険の対象から外すっていう国の考え方、たしかにお金の節約にはなるかもしれない。でも、風邪薬すら高くて買えない人がいたら？

「軽い病気は自分でどうにかして」なんて聞こえるけど、軽い病気ほど早く治すことが大切じゃない？もし放っておいたら、もっと大きな病気になるかもしれないのに。

政治は数字だけじゃなく、人の暮らしを見てほしい。節約のつもりが、未来の命を切り捨てる――そんな政策、風邪よりタチが悪いよ。

鼎ひまわり薬局　事務
岡田　正史

はやしの杜

五平餅づくり

6月18日に利用者さんと五平餅づくりをしました。ほとんどの方が五平餅を作ったことがあるので、ご飯を手際よくつぶして、五平餅の形にする時には私たちに「棒状にして、絞り出すように団子を作る」と教えてくれました。施設内のため、ホットプレートを使って焼きました。（写真）「昔は炭でよく焼いた」と嬉しそうに話してくれました。できた上がった五平餅を皆で美味しくいただきました。これからも利用者さんと職員が一緒にできるユニット内行事を続けていきたいです。

老健はやしの杜　2EF　田畑　紀代子

社会福祉法人 ゆいの里

龍江小学校

音楽会のご招待

地域の小学校でもある龍江小学校から音楽会のご招待をいただき、7月4日、7名の入居者さんと7名の職員で出かけることとなりました。

当日は30度を超える猛暑が予想されていたため、暑さ対策を万全にして出かけました。小学校でも大型の扇風機を近くに用意していただくなどご配慮いただき、参加することができました。入居者さんからは「数十年ぶりの音楽会だ」と懐かしい歌に合わせて口ずさみ、頑張る小学生に温かい拍手を送られていました。

ほんのひと時ではありましたが利用者さんも職員も心温まる癒しの時間となりました。コロナウイルス感染症によって地域の方々との交流は激減しました。以前のような生活に戻るにはまだまだ時間が必要と感じますが地域のみなさまから声をかけていただけることに改めて感謝をいたします。

特別養護老人ホームゆい施設長　池田　克文

自治体との懇談

措置施設の重要性を知って！

ハートヒル川路では、毎年恒例として周辺自治体との懇談を行っています。

今年度は、6月に9市町村を訪問しました。懇談では、経営状況や入居者の状況などを報告しています。特に24年度は、稼働状況の低迷に伴う収益減少に加え、物価や人件費の高騰による経費増加が加わり、これまでにない厳しい経営状況となっていることを、数字を示しながら説明しました。

また、措置率の低迷については様々な要因があるものの、養護老人ホームは自治体からの措置委託がなければ入所者を確保できないため、稼働状況改善への協力もあわせてお願いしました。近年、各種報道において養護老人ホームの措置費が取り上げられる機会が増えてきていますが、介護報酬は比較的多く議論される一方で、措置費については報道や議論の機会が非常に少ないのが現状です。こうした中で話題に上がってきている今こそ、措置施設の重要性を改めて認識し、物価に見合った措置費・運営費の引き上げを検討していただきたいむねをお願いしました。

どの自治体も熱心に話を聞いてくださり、中核市からの提案があれば養護の状況改善に向けて協力していきたいとの前向きな反応もいただきました。今後も、各自治体との良好な関係を維持し、必要なことはしっかりと懇談できるよう努めていきます。

養護老人ホームハートヒル川路　事務長　川越　大輔

10・11月 共同組織拡大強化月間 支部主体で多彩な企画

伊那谷健康友の会

伊那谷健康友の会（以下友の会）は、2025年度の共同組織拡大強化月間（10月～11月）に向けて、例年以上に支部主体の企画を予定しています。5月の総会終了後、各支部で役員会を開催し、「自分たちが知りたいこと」「関心があること」「やりたいこと」をもとに、ウォーキング、医療講演、交流イベントなど、多様な企画が計画されました。好評を得ている森林浴ウォーキングは、今年も3カ所で実施します。その他の企画についてはイベント一覧をご覧ください。

友の会会員であれば誰でも参加可能です。ご家族、お知り合いをお誘いして参加ください。

また、強化月間中は、職員も会員や地域の皆さんとの交流を深める企画に参加します。加えて「大腸がん検査の強化」や「地域医療を守る署名」にも取り組み、地域とのつながりをより強固にし、健康づくりとまちづくりを柱に、いのち・くらしを守る運動を進めます。

伊那谷健康友の会 事務局長 寺沢 由弘

イベント一覧表

※お弁当ありの企画は事前に
友の会事務局（52-5490）まで申し込みをお願いします

●飯田支部（旧市）・医療講演会
9月26日（金） 13：30～15：00 羽場公民館
健和会病院 福澤香織里 管理栄養士
内容：医療講演・骨密度測定・塩分測定（希望者）
※味噌汁、スープなどの汁のみ100cc程度を、ペットボトルなどの密閉できる容器に入れて持参してください

●飯田支部（旧市）・ウォーキング＆モルック交流会
10月23日（木） 10：00～13：00 妙琴公園
内容：モルックを行いウォーキング後に昼食交流
参加費：1000円（お弁当代）

●飯田市伊賀良支部・医療講演会
10月6日（月）14：30 中村会館
テーマ「在宅医療と かやの木診療所（仮）」
かやの木診療所 所長 鷲見順教 医師

●飯田市松尾支部・モルック大会＆交流会
10月16日（木）10：00 松尾公民館
※参加費1,000円（お弁当代）

●飯田市上郷支部・紅葉狩り＆ウォーキング
11月14日（金）10：00 姫宮林間学校
※参加費1,000円（お弁当代）

●高森支部医療講演
10月17日（金）14：00 高森町下市田関善会館
「薬のあれこれ」かなえひまわり薬局 薬剤師

次ページに続く

大腸がん検査を受けよう

毎年大腸がん検診を受けている人で大腸がんで亡くなった人は私の患者さんにはいない

近年、大腸がん患者は増加しており、2020年のデータでは罹患数が部位別で第1位、死亡数は肺がんに次いで第2位となっています。

発生リスクが高まる原因としては、食生活の欧米化、運動不足、遺伝などがあげられます。予防のためには、バランスの良い食事や適度な運動が大切ですが、決定的な予防法はありません。そのため、大腸がん検診が重要です。

5月の伊那谷健康友の会総会で、健和会病院の塚平俊久院長が「40年以上の医師人生で、毎年大腸がん検診（便潜血検査）を受けている人で、大腸がんで亡くなった人はいない」と報告しました。また班会に参加している70代の男性は、2024年に知人に誘われ班会に参加、班会内で便潜血検査を行ったところ陽性となりました。その後、大腸カメラを行い大腸がんと診断され手術を行いました。班会に参加していたことで大腸がんの早期発見になり、本人から「友の会に入っていて良かった」と声をいただいています。

この事例や医師の話のとおり、毎年検診を受け、早期に発見することが大切です。この機会に、大腸がん検診を受けてみませんか。

●便潜血検査（二日法）とは
便に混じった目に見えないわずかな血液（潜血）を調べる検査です。通常2日分の便を採取して行います。費用は2日分の容器2本で200円となります。（お通じがなく1本の場合は100円）

●検査容器はここでお渡しします
飯田市鼎…伊那谷健康友の会
飯田市中村…かやの木診療所
豊丘村…はやしの杜
（10-11月限定）
飯田市龍江…ゆいの里
（10-11月限定）

＊平日の9時から17時にお越しください。
＊なお、提出は伊那谷友の会事務局になります。

手軽に簡単 らくらく レシピ55

佐々木 朱美
健和会病院
健康管理課管理栄養士
飯田下伊那地域
糖尿病療養指導士

生活習慣病とは、生活習慣次第で発症を予防することができる病気です。生活習慣病の多くは、発症してもかなり進行するまで自覚症状がほとんど現れません。そのため、健康診断等で指摘されてもそのまま放置してしまう方が少なくないのが現状です。身近に突然倒れて悲しい思いをした方いませんか？今まで何ともなかったから、このままの生活で大丈夫だと思っている方いませんか？健康診断で生活習慣の改善を勧められたら、予防できた病気で倒れないよう、自分の体の現実と生活習慣を振り返り、できることから改善に取り組んでいただきたいと思います。私たちはアドバイスできますが、自分の体は自分でしか守ることができません。重大な病気を発症し、倒れてからでは遅いです。

ピーマンのめんつゆバター煮

エネルギー量(1 人分) 62kcal / たんぱく質 1.2g / 塩分 0.8g

材料 2 人分

- ピーマン…6 個
- 酒…大さじ 1　みりん…大さじ 1
- めんつゆ…大さじ 1　水…大さじ 3
- バター…10 g　かつお節…適量

作り方

①ピーマンは半分に切り、へたと種と取り除いて縦半分に切る。
②耐熱容器にピーマンと酒、みりん、水、めんつゆを入れて軽く混ぜ、バターをのせてラップをかけて 600w で 5 分レンジで加熱します。(加熱時間を増やすとやわらかくなります)
③加熱したらそのまま 10 分程度置いて味をなじませ、器に盛ってかつお節をのせたら完成。

イベント一覧表　つづき

●バランスボール交流会
10 月 18 日 (土) 10：00　鼎公民館
講師：小池弘子さん (健康運動指導士)

●伊那谷健康友の会企画
森林浴ウォーキング in 伊賀良
りんご狩り＆アップルパイ作りも行います
10 月 25 日 (土)　9：00 ～
梅ケ久保神社 集合
内容：梅ケ久保神社から三和観光農園までウォーキング。三和観光農園にてりんご狩り・アップルパイ作りを行い、梅ケ久保神社まで歩いて戻ります。
参加費(りんご狩り＆アップルパイ作りの費用)
小学生以上 (大人含む) …1,700 円
小学生未満 (未就学児) …お問合せください

昨年の森林浴と
りんご狩り

伊那谷健康友の会 9 月 10 月の予定

バランスボール班会、
筋力アップ体操のお知らせ

●鼎支部　鼎文化センター
毎週水曜日 (10/15 は無し)
10：00 ～ 11：00

●山本支部　東平防災センター
9 月 25 日 (木)
10 月 23 日 (木)
10：00 ～ 11：00

●高森支部　豊丘はつらつ
9 月 20 日 (土)
10：00 ～ 11：00

●松尾支部　松尾公民館
9 月 8 日 (月)
10 月 20 日 (月)
10：00 ～ 11：00

●下久堅支部
下久堅公民館
9 月 12 日 (金)
10：00 ～ 11：00

●かやの木筋力アップ体操
かやの木診療所
9 月 10 日 (水)
10 月 8 日 (水)
16：00 ～ 17：00

問い合わせ先：伊那谷健康友の会事務局 **0265-53-7252**

読者の声 & パズル

＊パズル　右のQRコード、メール（hani-miniren@kenwakai.or.jp）
または郵便はがきから住所・氏名・パズルの解答をお送りください。
5名様に図書カードをお届けします。（**締め切りは 9月末日**　正解者多数の場合は抽選）
＊本誌のご感想、身近な話題などお書き添えください。匿名希望の場合はペンネーム、掲載を希望されない方はその旨をお書きください。
［宛先］　〒395-0801 飯田市鼎中平 1905-5 飯伊民医連

読者の声

数年前から血圧を下げる薬を処方されていて

これは死ぬまで続くのかと思っていました。6月後半の診察時に先生から、「薬の量を半分にしましょう」と言われました。まだ長い我が人生（自分ではそのように思っていますが）に光がさしてきたと感じました。

私は66才になるのですが

最近同年が一人、近所で年下の二人がガンで亡くなりました。いずれも事情やむを得ない事態で頑張った末の生涯だと思うのですが、自分も保険の加入を考えたり、健康を振り返ったりしました。

ナスを知人から沢山いただきましたので

らくらくレシピは野菜とタンパク質の両方をとれるので、作ってみようと思います。

ブラウンバッグ運動

素敵ですね！無駄なく、確実に使える薬の管理、大事です。

ミサイルよりケアを

医療現場の声や介護施設の様子、身近な話題が載っている民医連のお便りは楽しみです。「ミサイルよりケアを」本当に訴えるべきことです。

シングルマザーで障がいのある子どもを育てています

生活のため、働けば働くほど手当関係は減らされ、社会保険料も上がり、手取りもなかなか増えません。安心して子どもを育てられる社会になって欲しいです。

"推し"のコンサートは楽しいですね

コロナ前までは何回も行きました。長野県にも来てくれるといいのですが…恵ちゃーん！（山内恵介さん）

福島県楢葉町の「伝言館」を見学された記事を拝見

ビキニ沖で被爆された故久保山愛吉さんのご家族から送られた故人の好きだったバラの木が「伝言の灯」と共に非核を訴えていると思います。

子どもから幅広い年齢の方との交流

健康友の会、みんなにとっていい時間ですね！来年こそ、参加する予定です。

初めて清流苑でのウォーキングに参加させていただきました

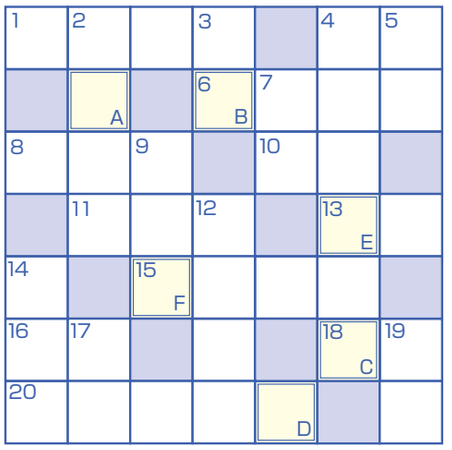
スタッフの方々が参加者の体調等を気を使ってくださり、とても気持ち良い時間を過ごすことができました。

今年の夏の暑さは、はたしてどれくらいでしょう？

畑仕事、買い物など外に出る時は対策をとって出かけたいものです。

クロスワードパズル

飯伊民医連



■7月号の解答―マッタンカカク
■7月号の当選者―正解者40名の中から5名の方に図書カードをお送りします。
大ちゃんパパ／れんだよ／ぼにょ／こころ／田中豊子

解答

A	B	C	D	E	F

タテのカギ

2　社会的孤立を防ぎ、支え合いを生む社会的関係
3　野球で走者が目指す場所。ベース
4　土地の形状や位置を計測する仕事です
5　“クロ”と対置される、無実の証明
7　昔、武芸を修め、軍事にたずさわった者
9　人生・社会・政治などに対する一定の考え
12　習得のために、練習させること。「避難〇〇〇〇」
14　メスの牛。雄牛の反対
17　蚊を防ぐために、つり下げて使う目の細かい網
19　水が動いて水面に高低ができる現象

ヨコのカギ

1　親密な関係性にある２人の組み合わせ
4　行為などを妨げて、やめさせること
6　食道の次に食べ物が入る器官です
8　日本で古くから作られてきた菓子
10　身体の後方下部に位置し、座る際に接地する部位
11　貸した金額に対して、ある一定利率で支払われる対価
13　酒などに酔うこと。酔った状態
15　デモや署名も含まれる、政治的意思表示の手段
16　昆虫のさなぎが成虫になって、羽がはえること
18　売っている物。商品
20　写真を撮影するための光学機械。カメラ

飯伊民医連だより　9　No.262　改題 第115号

発行　飯伊民医連　長野県民主医療機関連合会飯伊地域連絡会
〒395-0801　長野県飯田市鼎中平 1905-5
Tel 0265(52)5490　Fax 0265(52)5491

編集　機関誌編集委員会
発行責任者　織野　孝司
編集委員長　唐澤　一夫

飯伊民医連共同組織現勢：総数 15,964 人（実数）、10,877 世帯 / 健康友の会：12,128 人 / ゆいの会：1,549 人 / ひだまり：181 人 / 杜の会：2,106 人（7/31 現在）

このような時、事務局までご連絡ください　住所が変わった時、同じお宅に２部届いている時、宛名（友の会会員）の方がお亡くなりになられた時（名義変更も可能です）。　伊那谷健康友の会事務局 **0265-53-7252**