

社会医療法人清風会 会報



社会医療法人清風会は2015年に中小企業が持つ特徴的な価値を評価し認定される「企業価値認定」を受けました。

雨の多い6月。晴れの日を有意義に過ごしましょう！



徳島県の方から
支援物資をいただきました！
(詳細は5ページに掲載しています)



病院前リハビリスペースの
桜の木には緑の葉が茂り、
初夏の気配です♪

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため実施されていた緊急事態宣言ですが、5月14日に特定警戒地域以外の都府県で5月25日には残りの道府県でも解除され、自粛ムードが少し和らいできました。

5月始めの大型連休にかけて連日大勢の新型コロナウイルスの感染者が出ていましたが、連休期間の自粛が実を結んだのか、5月半ばからは国内での感染者数がだいぶ落ち着いてきました。

飛行機や新幹線などの利用率は軒並み例年の1割〜2割ほどにとどまり、全国的に帰省などを控えて外出自粛に努めた結果が現れてきているのだと思います。

岡山県でも、宣言解除後は少しずつ以前のような日常生活が戻ってきています。

ほっと安心した気持ちになるかと思いますが、世界的にはまだ流行が収まったわけではありません。

気の緩みから、再度感染が拡大することの無いように、手洗い・うがい・咳エチケットを継続し、1日も早い終息に向けて協力していきましょう。

今月の メッセージ



緊急事態宣言が
解除されました

6月1日は多くの学校や企業などで「衣替え」が行われるタイミングです。

衣替えの歴史は古く、平安時代に宮中行事として衣服や調度品を季節に合わせて入れ替える「更衣」という風習が始まりました。

今年も5月半ばから暑い日が増え、夏服で過ごすのにちょうど良い気候になってきました。

この機会に衣類の整理をして、冬物と夏物を入れ替えておきましょう。

ただ、6月は「梅雨」の季節でもあり、雨が降ると蒸し暑くなったり、「梅雨冷え」と言ってしまう冷えてしまう事があります。

衣類を整理する時、夏物だけではなく肌寒い時に羽織れる衣服を用意しておきましょう。

季節の変わり目は天候・気温が曖昧で、体調管理が難しい時期です。着るものや食べる物や生活習慣など、毎日の行動が体調管理に繋がっています。

夏に向けて「夏バテ」しない体力をつけるべく、衣服と一緒に生活習慣を見直し、憂鬱な「梅雨」を乗り切りましょう！



衣替えの 季節です

ご利用者様 インタビュー

実際に施設をご利用いただいている
利用者様にご感想をお伺いしました！

VOL.3



A.S様

コロバン道場 日本原
利用歴：5年

ニューステップは足を踏み
外す危険が無いので安心。
膝への負担を和らげて
トレーニング



(イ) 他に、お気に入りのリハビリはありますか？

(利) そうですね、レッドコードが気持ち良いですね。コロバン道場に来る以前に、地域の体操に参加した時、同じようなコードでの運動を見かけた事があったんですよ。それで「良いな」と思っていて、ここに来てからはよくやらせてもらっています。

(イ) レッドコードは、家ではなかなかできない動きが出来て良いですね。

(利) そうなんです。他のリハビリも、見様見真似で家でやってみようと思っても、やっぱり難しく出て来ない。ここで職員さんがサポートしてくれるから安心してリハビリできるんです。

(イ) そう言って頂けて嬉しいですね。リハビリ中に何か気になることや、ご希望があればすぐに職員にご相談下さいね。

膝の手術後のリハビリで 通い始めました

(インタビュー以下イ) コロバン道場には、いつから来ていただいているのでしょうか？

(利用者様以下利) もう随分長いことお世話になってますよ。何年も前に岡山の国立病院で膝の手術をしたんです。その後、勝央町の病院に2ヶ月くらい入院してから、リハビリをするためにコロバン道場にお世話になることになったんです。

(イ) 手術ということは、お怪我をされたんですか？

(利) いえ、怪我をしたわけじゃなくてもっとずっと若い頃から左膝と腰の痛みがあったんですよ。地元のお医者さんにもかかって、体操や注射などいろいろと試していたんですが、年を追うごとに痛みが辛くなってきて、いよいよ手術をすることになったんです。膝だけでなく、腰も痛かったんですが、まずは膝の手術をして様子を見ようと言うことで左膝の手術をしました。

(イ) そうだったんですね。手押し車をこちらに置かれていますが、ご自分で歩かれていますでしょうか？

(利) そうですね。手押し車を使って歩いています。家の中では杖をついたり補助の手すりを使ってトイレや部屋の移動をしています。

はを気
関する、人
コード、メ
レッド、ユ
無動かせ
無理か



子供・孫・ひ孫のために 少しでも元気でいたい

(イ) 95歳でご自分で歩かれています、しっかりお話もされています、すごくお元気でいらっしやいます、何か健康でいるために気をつけている事はありますか？

(利) そうですね、毎日短くても良いから日記をつけるようにしています。

(イ) 日記！いつからつけられていますんですか？

(利) 若い頃からずっとですね。例えば、孫が今年大学に入学したので、お祝いをしたいなとか、そういうことも忘れないように日記に書きます。思うように歩けないから自分で買物にはなかなかいきませんが、同居している家族に頼んで、お祝いの品を用意して、お米や他の荷物と一緒に送ってあげられます。

(イ) お孫さんの歳やお祝い事をよく覚えていらっしやるんですね！

(イ) お家の中は段差があったりして、手押し車だと少し不便ですもんね。

のす
自分の
車を使
手押し
足で歩



職員さんのサポートで 安心してリハビリできます

(イ) コロバン道場ではどのようなリハビリに取り組みられていますでしょうか？

(利) 腰や肩の低周波治療をもらったり、足のトレーニングをしたいので、歩くマシン(トレッドミル)などをしていただくのですが、少し膝の動きが悪くて怖い時があるので、最近は漕ぐタイプのマシン(ニューステップ)などを利用しています。

じんわり
気持ち良い
低周波治療器



(利) 忘れないように、思いついたことは日記に書くようにしています。あと、こんなことをしたっていうのも書いていますね。歳をとると物忘れがひどくなるから、ボケ防止にも良いと思って。

(イ) 効果があればいいですね。日記を書くというのは文字を書いて手も使うし、頭のリハビリにもなって良いですね！

(利) 最近の新型コロナウイルス対策で、大学に入学した孫も通学は出来ずにパソコンで授業を受けているみたいです。この間「お祝いが届いたよ、ありがとう」と電話をくれて「おばあちゃん元気？」と心配してくれていました。

(イ) 優しいお孫さんですね！

(利) これからも孫やひ孫にお祝いを送ったりしてあげたいから、ボケたり、怪我をしたりしないように、自分の事はできるだけ自分でしていきたいですね。

(イ) そうですね！ご無理のない範囲でリハビリを続けて、お元気にお過ごしくださいね。

95歳という年齢ですが、元気にお話してくださったA様。膝や腰の痛みは辛いと言われていましたが、これ以上悪くならないように、リハビリやお薬などに気をつけて頑張っていると、笑顔でお話してくださいました。これからも元気に過ごしていただけたらと思います！

自律を支援する

第3回

社会医療法人清風会が設立当初から抱く目標は「自律の支援」です。実際に現場でどのような取組を行っているかご紹介します。

おとなの学校岡山校で、本格的に音楽療法を初めて8年目になります。利用者様が笑顔で健康になれるように、音楽の力を活用して、どなたにでも参加していただけるよう、さまざまな方法で音楽療法に取り組んでいます。

音楽療法とは...

音楽には不思議な力があります。心を元気にしてくれたり、感動したり、涙が止まらなくなったり...。「音楽の持つ力」を利用して心身のバランスや、情緒の安定などに役立たせようと考えられたのが「音楽療法」です。

音楽を聴いて癒されたり躍動したりする心の動きを脳の活性化や意欲・積極性などのコミュニケーションの向上につなげます。

参加される皆様が心から楽しんで取り組めることが「音楽療法」の最大の魅力です。



音楽療法は、コミュニケーションを広げます。

音楽療法は、身体的運動を誘発します。

音楽療法は、さまざまな分野に適用できます。



「音楽と心の健康」
音楽の力で利用者様が毎日を笑顔で豊かに、
素敵に過ごせるように支援します。

おとなの学校 主任
音楽療法士 認知症予防音楽ケア体操指導員 増田裕子

おとなの学校では、発声練習、歌唱、音楽体操、集団音楽療法、個人音楽療法などに取り組んでいます。音楽療法士が、「集団・全体」だけでなく、一人ひとりの様子を注意深く観察しながらその場に適したプログラムを導入しています。

合奏団「もりの音楽隊」で毎年音楽祭を開催しています!

楽器の演奏は脳のかなりの部分を活性化し、脳を良い形で刺激すると言われていて、日本認知症予防学会で効果があると認められています。

また、一人で演奏するのではなく「合奏」をすることで、チームの中での自分の役割や立ち位置をみつけやすくなり、深い「コミュニケーション」と繋がり、集団での調和が取れることで、達成感、満足感を得ることができ、とても良いケアの方法だと言われています。

おとなの学校では、利用者様で合奏団「もりの音楽隊」を結成し、日頃から練習を重ね、年に一回「音楽祭」を開催しています。

発表会では、練習の成果が出せるよう、全員が指揮者を見て、リズム打ちをし、集中して演奏され、素晴らしい笑顔を見せて下さり、職員一同毎回感動しています。

「音楽はすべての人を前向きにしてくれる」をモットーに、皆様に楽しく、安心して、笑顔で過ごしていただけるように、これから音楽療法に取り組んでいきます。

もりの音楽隊



ウェブ会議を行っています

世界規模でのコロナウイルスへの感染対策が行われている中、当院でもパソコンを使ったオンライン会議を取り入れるなど、人の集まる場を極力減らすように対応を行っています。

はじめは使い慣れないシステムに戸惑いも大きかったものの、徐々に使いこなせるスタッフも増えてきました。

感染対応の一環として始まったオンライン会議ですが、各施設からの移動時間が無くてすむなど、業務の負担を減らす点でもよい面が見られています。



社会医療法人 清風会

日本原病院

離れた場所から参加 オンライン会議

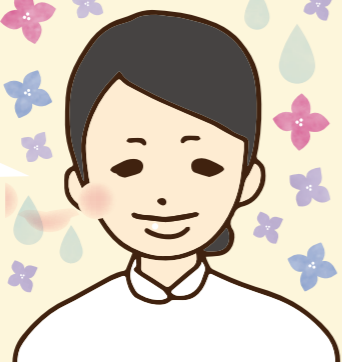


日常生活の中でも受付やレジのビニールシートなど、これまでと違った風景に少しずつ慣れてきたものの、大きな環境の変化があったことやまだまだ普段通りの生活に戻るのには難しいことでストレスを感じている方も多いのではないのでしょうか？
手洗い・うがい・咳エチケットなどの基本的な感染対策も意識しながら、家族などの親しい人と話をする、今の生活の中でできる趣味を楽しむなど、ご自身の気持ちに合った過ごし方をする時間も大切にしていきたいです。

4月から日本原病院で一緒に働いているスタッフをご紹介します。

看護師

公文 萌香さん



先輩方や色々なスタッフの方々に支えていただきながら、看護に携わっています。
まだ慣れないことが多くありますが、チーム医療に貢献し患者様の力になれるよう頑張ります。

新型コロナウイルス対策

支援物資をいただきました

5月16日(日)、日本原病院に徳島県にお住まいの安富様と土井様がいらっしゃいました。お2人は、エフエムつやまの清風会のコーナーのリスナーさんで、少しでも力になればと、エフエムつやまを通じてご連絡くださり、ティッシュやうちわ、介護用おむつなどの支援物資を載せて、車で3時間かけて日本原まで届けてくださったのです。
新型コロナウイルス感染拡大に伴い、各地の医療現場で医療物資の不足や医療崩壊への懸念が叫ばれる中、温かいご支援をいただき本当に嬉しく思います。
いただいたご支援の気持ちを糧に、1日も早く新型コロナウイルスが終息し、地域の皆さまへ安心・安全な医療・介護を提供できるよう、職員一同努めて参ります。

ありがとうございました!



徳島県から来てくださった 安富 定様

徳島県から来てくださった 土井 逸子様

エフエム津山 パーソナリティ 福吉 美鈴様

栄養だより

第62回
テーマ「梅」

暑さも本格的になってきた今日この頃、皆様いかがお過ごしですか？

今回の栄養だよりテーマは「梅」です。

今年もご家庭で梅干しや梅酒など手作りされた方も多いことでしょう。

「梅」についていろいろ調べました。どうぞ御覧下さい。

梅カレンダー

春に先がけて花開く梅。季節の流れにそって花が散り、実をみのらせる頃、梅仕事が始まります。

5月中旬	6月初旬	6月中旬	6月下旬	7月中旬	8月初旬
小梅が出回り始める。	和歌山産の梅が全国に送られ始める。	全国の梅産地がピークを迎え、出荷も盛んになる。	ほぼシーズンの終わり。	青森産の ぶんご 豊後梅の出荷が始まる。	全国の店頭から青梅が姿を消す。
小梅が出回るのはごく限られた期間。	青くてかたい実が出回る。	実も熟し、値段が安くなる時。	値段がグリーンと下がり、熟度が進む。	東北・北海道では、この頃から梅仕事が始まる。	
カリカリ漬けに！	梅酒や梅シロップに！	梅干しや梅漬けに！	梅ジャムに！	梅干しは土用干しの頃。梅雨明け後に3日ほど日干しすること。	



梅にはいろいろな楽しみ方があるんだなあ～！



梅パワーに注目!!

梅に多く含まれている**クエン酸**は、エネルギーや乳酸の代謝を良くし、**疲労回復**や**夏バテ解消**に効果があると言われています。また、梅干しは弁当にはつき物ですが、防腐・殺菌効果を利用した昔からの知恵といえるでしょう。しかし、塩分の含有量が多い(1ヶ10g塩分2g)ので、食べ過ぎには注意しましょう。

梅干しの「仁」は食べられる？

青梅の仁(種の中の白い身)には、有害物質の**アシダグリン**が含まれ、青酸に変化することがあるので生食はさけましょう。(もっとも、生の青梅は少しはすぎて食べられませんが...)梅干しや梅酒などの加工品ではその心配はなく、食べる事ができます。



「梅干しの種を捨てると出世できない」
「梅干しの種を食べると字が上手になる」
ということわざがあるんじゃよ!



大根の梅マヨサラダ

1人分 : 60kcal、塩分 : 0.8g
(※カロリー・半分マヨネーズ使用時)



作り方

- ① 大根・胡瓜・人参を約3cmの長さに千切りにし、塩もみする。
- ② カニ風味かまぼこを食べやすい大きさにほぐす。
- ③ 冷凍コーンをゆがし、ザルにあげる。
- ④ ①のマヨネーズと練梅を混ぜ合わせる。
- ⑤ ①②③と④の梅マヨネーズを混ぜ、器に盛り付け完成。

材料 約5人分

- 大根...200g
- 胡瓜...100g
- 人参...50g
- カニ風味かまぼこ...30g
- 冷凍コーン...30g
- マヨネーズ...50g (大さじ4)
- 練梅...25g (大さじ2)

ポイント

いつものマヨネーズが梅を加えることで、ほんのリビク!さっぱりとした風味に!カニ風味かまぼこはツナ缶や、ロースハム等でもOK。

令和1年度にご利用いただいたご利用者様を対象に、満足度調査を実施しました。内容は「状態の変化や困ったことがあるときにすぐに対応してくれる」「訪問看護を利用する前に比べて身体の状態が安定したり、苦痛や症状が和らいだりした」など19項目で、全体的には「とても満足」40%、「満足」36%、「普通」23%、「不満」1%「とても不満」0%という結果でした。

「不満」のあった項目は、「訪問看護スタッフに伝えた情報が、他の専門職（医師やケアマネ、ヘルパーなど）にきちんと伝わっている」「またその逆「他の専門職に伝えたことが訪問看護スタッフに伝わっている」「本人にかかわっている様々な専門職は本人や家族の目標に沿って皆で同じ方針で取り組んでいる」というものでした。

私たちが、自分たちの関わりだけにとどまらず、利用者様を支えるチームの一員として情報を共有しながら、同じ方向へ向かってサービスを提供するということを忘れてはいけないうと、改めて確認させていただきました。ありがとうございました。

利用者様満足度調査を行いました



壁紙制作!!!

5月は2つの壁紙を作りました。まず1つ目はこどもの日に合わせて2匹の鯉のぼりです。ウロコ部分に利用者さんと手形をたくさん切り出して貼り付けました。手の大きさを比べたりしながら楽しくでき、迫力のある鯉のぼりが完成しました。

2つ目は母の日に合わせ、カーネーションを作りしました。レース生地の上に貼っていき、可愛い仕上がりになりました。

壁紙に使い切れたたったカーネーションで小さな花束もできました。



奈義ファミリークリニック

診療体制の変更について

5月18日より診療体制が変更になっております。丸山淳也医師が奈義ファミリークリニック固定となり、診療を再開いたします。また4月より、江口智子医師・上春美奈医師は湯郷ファミリークリニック固定での診療とし、奈義での診療を休止しております。皆さまには突然の予約変更や診療再開など、多大なご迷惑やご心配をおかけする形となり申し訳ございません。

当院スタッフ一同、できる限り皆様の負担にならないように努めていく所存でございますので、気になること、心配なことなどございましたら、お気軽にお申し付けください。

	月	火	水	木	金	土
午前 (受付) 8:30 ~ 11:30 (診察) 9:00 ~ ?	松下	羽田野	松下	丸山	村田	交代制
	丸山	川口	丸山	田中	田中	
午後 (受付) 15:30 ~ 17:30 (診察) 16:00 ~ ?	丸山	丸山*	村田	休診	松下	休診
	田中	田中	田中		丸山	
	村田	羽田野*	羽田野*	川口	川口	
	羽田野	川口	川口			

※松下医師の診察は完全予約制です。
 ※丸山医師の火曜午後の診察は隔週です。
 ※羽田野医師の火曜・水曜午後の診察は隔週です。
 ※予約外の診療を担当するため、オレンジ色の医師は予約を受けておりません。
 ※出張や研修などで変更する場合があります。

湯郷ファミリークリニック

手洗い教室を実施しました!

美作市内のいくつかの小学校に、江口先生・マスカット薬局薬剤師さん等が訪問し、手洗い教室の授業をされました。



授業に参加した児童の皆さんは、きちんと洗えているつもりでも、指の間、手首など意外に洗えていないことに驚きつつも、それを踏まえて洗うことで、上手に洗えてくるのが楽しかったようです。

手洗い・うがい・消毒をしっかりと行い、自分の身を守りましょう。



津山ファミリークリニック

外来担当医の変更について

6月から診療担当医が変更になっております。

	月	火	水	木	金	土
午前 (受付) 8:30 ~ 11:30 (診察) 9:00 ~ ?	辻川	曾我	辻川	辻川	松下	交代制 2診
	戸川	齋藤	曾我	中村	辻川	
午後 (受付) 15:30 ~ 17:30 (診察) 16:00 ~ ?	辻川	松下(予約優先完全予約)	曾我	休診	辻川	休診
	戸川	豊田	戸川		戸川	
	齋藤	曾我	齋藤			
		戸川				

*医師の都合や往診等の緊急対応のために、外来担当医が急に不在になることがあります。ご了承ください。



丸山 淳也 先生
まるやま じゅんや

この度診療体制の変更に伴い、奈義ファミリークリニックに異動となりました。思えば現在の高野本郷への移転前の2015年10月から津山ファミリークリニックで働き、4年半の間地域の皆さんと関わらせて頂きました。今回の異動は寂しくもありますが、これまでのことを振り返る機会になったと共に皆様からも「頑張ってるね」と温かい声もかけて頂きました。働く場が変わっても、何でも相談しやすく頼りにされる存在でいることができるよう努力していきたいと思っております。長い間本当にありがとうございました。

4月より、ほっとスマイルの所属になりました、平井と申します。今までは湯郷にある特別養護老人ホーム蛭流荘に勤めていました。今年2歳になる男の子の子育てに奮闘している、自称イクメンパパです。

毎日新しい言葉を覚え、仕事から帰るといろいろ教えてくれるのですが、最近毎日近所にいるヤギを見に散歩に行くと、帰ったら「やぎさんゆうびん」の歌を歌ってくれます。日々の癒しであり、活力になっています!

新型コロナウイルスの影響で、仕事や日常生活に影響のある方もおられるかと思えます。

緊急事態宣言も段階的に解除されていくようですが、我々ケアマネジャーとしても、密閉・密集・密接の3密を避けて活動し、皆様の生活のサポートをさせて頂きたいと思っております。



ケアマネジャー
平井 誠
ひらい まこと

新しいスタッフをご紹介します!



介護老人保健施設 おとなの学校 岡山校

お花見の写真の続きです



おとなの学校に新しいスタッフがやってきました!!



くもん学習療法
中山 明香理

初めての事だらけでご迷惑をおかけすることが多いと思います。早く仕事に慣れるよう頑張りますのでよろしくお願いします。



介護スタッフ
松永 俊彦

栄養課から来ました。何事も初めての若輩者ですがよろしくお願いします。

介護スタッフ
足立 雅樹

介護スタッフ
田口 優人

真庭市金屋(久世)から来ています。早く職場に慣れ、皆さんのお役に立てる介護員を目指していきます。よろしくお願いします。



介護の仕事は初めてですが、今までの仕事の経験や、元気と若さを出し頑張ります!!気軽に話しかけられるように笑顔で絶やさないと決まっています!!よろしくお願いします。

皆さん頑張って下さいね!!

ご利用者さま、ご家族様に慕われる存在になって下さい

5月発行分：5月に利用者様にお配りしたものを紹介します。

おとなの学校新聞 Vol.104

編集担当 発行責任者

森夕子

おとなの学校岡山校 津山市日本原 352

TEL0868-36-3390



視えない敵に日常生活を翻弄される毎日ですが、皆で協力し合ってこの困難な状況を乗り切りましょう

楽しいニュースが少ない昨今ですが、4月上旬におとなの学校前にある池までお散歩をし、桜の木の元で記念写真をお撮りしました。皆さんの溢れるばかりの笑みに、私達も元気をいただけます!!



知特コラム

『自粛中』でもできる 運動のススメ

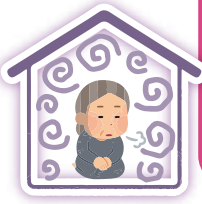


先月の5月号で、新型コロナウイルスの感染予防のためには「手をきれいにすること！唾液などに触れる状況（3密）を避けること！他人にうつさないように気をつけること！が大事」という話がありました。

そんな中で身体を動かすことが減り、運動量が落ちて健康を損なう可能性がある方が増えてきています。今回は、その経緯と予防についてお話しさせて下さい。

「自粛」の裏にひそむ、運動不足！

「不要不急の外出は控えて自粛しましょう」というテレビや新聞からの情報を受けて、「家から出ない様になっているため、散歩はやめています」と言う患者さんがおられます。



「散歩」について、国の専門家会議は「外出機会を確保することは日々の健康を維持するために重要で、1人での散歩や限られた人数での散歩は感染リスクが低い」と提言しています。つまり、ソーシャルディスタンスといわれる2mの間隔を保った散歩は、健康維持のためにオススメです。

これから暑くなるため、水分補給も忘れずに行いましょう。

また日本老年医学会では、特に高齢者が「動かないこと（生活不活発）」による健康への影響を危惧しています。「生活不活発」により、フレイル（虚弱）といわれる状況が進み、心身や脳の機能が低下します。

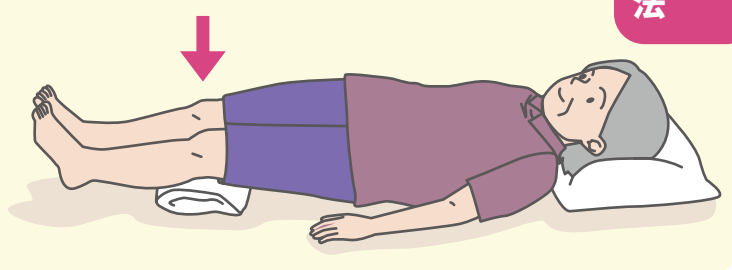
動かない時間を減らし、自宅ですることができるちょっとした運動をしていくことが大切です。

特別な器具が無くても、その場足踏み、踏み台昇降、階段の上り下り、かかとの上げ下げ、スクワット、ラジオ体操などは効果的です。

テレビを見ている間や寝ながらでも気軽にできる筋力維持の方法の1つとして、大腿四頭筋（太ももの前の筋肉）訓練を紹介します。

寝ながらできる！ 大腿四頭筋の訓練方法

- ① 仰向けに寝て、両膝の下に座布団やタオルなどを入れる。
- ② 片方の膝の裏で押さえるように力を入れて、5秒たったら力を抜く。
- ③ 右、左それぞれ、大腿四頭筋を（太ももの前の筋肉）意識しながら行う。



身体を動かすことは、心のリフレッシュにもつながります。積極的に身体を動かして、心身ともに健康を維持しましょう。

今月のコラム担当は

津山 ファミリークリニック
辻川 衆宏
 つじかわ くにひろ
 医師

「感染リスクに気をつけた散歩」や「自宅での運動」を通じて、『自粛中』こそ、積極的に身体を動かしましょう。

新入職員紹介

5月1日 入職
角野 明日香
 (かどの あすか)
 日本原病院 病棟

5月7日 入職
岸本 都子
 (きしもと みやこ)
 日本原病院 病棟

体温が上がると免疫力もアップすると言われています。冬に比べて春、夏は体調を崩しにくいと感じる方も多いのではないのでしょうか？
 まだ朝晩は気温が低い日もありますので、油断せずに過ごしましょう！

スマイル・フォー・ユー
SMILE 4 U
 2020年6月号 (Vol.63)

発行者：社会医療法人 清風会 森 崇文
 企画・編集：法人事務局
 発行元：〒708-1204 岡山県津山市日本原352
 TEL/0868-36-3311 FAX/0868-36-6195

清風会会報「SMILE 4 U」に対するご意見・ご感想・掲載してほしい話題など何かございましたら、お気軽に法人事務局までご連絡ください。
 (内線 140) info@smc-seifukai.or.jp