

山形県看護連盟だより



第 39 号

平成29年 3 月30日発行

発行所／山形県看護連盟
〒990-0023 山形市松波 4 丁目1-39
明泉ビル 2 F
TEL 023-633-8153
FAX 023-633-8157
発行責任者／伊 藤 加代子
印刷所／コロニー印刷(山形福祉工場)



雪をたたえてそびえる月山



「新年度に向けて」

山形県看護連盟 会長 伊 藤 加代子

年度変りを迎え、会員の皆様には大変お忙しい時をお過ごしではないでしょうか。

平成28年度山形県看護連盟の事業は、お陰様で滞りなく終了することが出来ました。

会員皆様の温かいご理解とご支援に心より感謝申し上げます。

山形県看護連盟は、新年度に向け、決意を新たに次の目標に向かって頑張る所存です。

一つには「組織の拡大」です。それには会員の増加が最優先であり、未加入施設を無くすことです。

二つ目には「組織の強化」です。山形県看護連盟、各支部、各施設がそれぞれ組織的な活動が出来るようにすることです。そのことが日本看護連盟のスローガンである「ベッドサイドから政治を変える」ことにつながる事だと考えます。

活動の基本は、皆さんの声「現場の声」から始まります。そのために、いろいろな分野で活躍されている皆さんから、より多くの要望や実態を幅広く聴き、看護が抱える課題を一つでも実現できるように活動していくことが連盟に課せられた役割と考えます。

三つ目の目標は、山形県の「看護問題対策議員連盟」通称「看護連」の設立に向けて、働きかけをしていきます。より良い医療・看護を提供するためには、私たち看護職の現場と政治が一体となり、問題を解決していく必要があると考えます。

「山形県の看護を守る」ために、看護問題にご理解・ご支援を頂ける議員さんにご協力をお願いしていきます。

会員の皆様、一緒に頑張っていきましょう。

C O N T E N T S

◆ 山形県看護連盟伊藤加代子会長あいさつ …	1	◆ 平成28年度第2回合同研修会 ……	7
◆ 平成28年度都道府県別会議・研修会 …	2	◆ 県役員・支部長合同研修 ……	7
◆ 平成28年度北海道・東北ブロック看護管理者看護教育者等政策セミナー ……	2	◆ 議員コーナー ……	8
◆ 支部長研修 ……	3	◆ 今後の予定 ……	8
◆ 支部紹介 ……	4～5	◆ ポリナビワークショップ in 山形について…	8
◆ リーダー研修 ……	6	◆ 会員募集 ……	8
◆ 排泄ケア研修 ……	6	◆ 平成29年度山形県看護連盟 通常総会のお知らせ ……	8
◆ ポリナビ研修 ……	6	◆ 編集後記 ……	8

平成28年度 都道府県別会議及び研修会

開催日：平成28年9月9日(金)

場 所：パレスグランドール

講 師：日本看護連盟常任幹事 長沢恵美子 氏

出席数：33名（県役員、支部役員、施設連絡員）

長沢新幹事の自己紹介で始まり、第24回参議院選挙結果の分析と総括が話し合われました。皆様からの貴重な意見は今後の選挙活動に生かしていきたいと思います。

その後の研修会は長沢幹事より「看護と政策」のテーマで講演があり、なぜ政治力が必要なのかを解りやすく解説していただきました。



山形北第1支部
幹事長 加藤 俊子

第24回参議院議員選挙で、私達看護師の代表である高階恵美子議員が、2期目当選できました。

しかし、各支部からの活動内容報告では、高階恵美子議員の知名度が低いこと、さらに若い世代の看護師は選挙に対する関心が薄いという現状報告がありました。今後の看護界は大丈夫なのでしょう。そんな不安を感じたのは、私だけではないと思います。

看護に関連した課題は山積みですが、私達看護職の力で解決していくのが基本です。そのためには、看護職の代表を国政の場に送ること、そして、看護を理解する国会議員を応援し見方に付けることが重要となります。

次回の参議院議員選挙時も、私達の代表である看護職議員を国政の場に送り出さなければなりません。そのためには①議員の知名度を上げる②選挙に行く行動意識を上げるの2点は大事なことで強く感じた会議でした。

平成28年度北海道・東北ブロック 看護管理者看護教育者等政策セミナー

開催日：平成28年9月24日～25日

場 所：青森国際ホテル

寒河江市立病院

森 圭子

澄み切った青空の下、津軽湾を見渡す絶好のロケーションで9月24日～25日にわたり、看護職の政策意識の向上を図る目的で山形県看護連盟から6名で参加致しました。

初日は、日本看護協会副会長・看護連盟菊池令子幹事より『看護政策の推進について』看護協会の4つの重点政策・重点事項についての活動の説明があり、政策実現にむけては看護協会と看護連盟が協同していくことの重要性を学びました。また、高階恵美子議員からは『看護の未来』のテーマで叱咤激励のメッセージを受けました。「介護職・保育士の賃

金の処遇改善が進められているのに24時間命を守る看護師の処遇改善がなされないのは何故」「医療職三表の基本給は、社会保障を担う私たちの適正評価なの」「一億総活躍プランが打ち出され、女性活躍を支援していくための政策づくりが検討されているこの時期に、私だけが声を大きくして処遇改善を訴えるのではなく、現場の皆さんの声も政界に届けましょう」と、タイミングを逃さず種をまき、育てる大切さを訴え、受講生の背中を押してくれました。

翌日のグループワークでは『看護政策の実現に向けてどう取り組むのか』について発表しました。管理者研修だけに「政策実現に向けての看護教育の在り方」「連盟と協会の在り方」「人材確保」「看護師処遇・医療環境改善」等、多岐にわたって、情報交換がなされました。私達グループでは、解決を握るキーワードは「政治力にあり」情報発信をどこにどのようにすべきかを情報交換しました。

研修帰りの道すがら、車窓から見える岩木山を眺めつつ、青森県看護連盟会員のおもてなしの研修やスコープ三味線の余韻に浸り、研修で学んだことが、少しでも現場に生かせるよう努力していきたいと思いました。



平成28年度 支部長研修
テーマ **一自立した支部活動をすすめていくための支部長が果たす役割一**

平成28年6月11日(土)
山形県看護協会会館
参加者23名

講師 千葉県看護連盟 幹事長 阿津 公子氏
(元日本看護連盟幹事長)



看護連盟の歴史を熱く講演される阿津公子先生



各グループフリートーク中



ベテラン横山支部長に真剣に耳をかたむけながら



新支部長・やる気満々



渡辺幹事から山形県看護連盟の話や青年部の状況は佐藤支部長から



ふ〜一息ついて



信夫幹事も意見のべたり質問したり



伊藤会長も真剣 !!

庄内支部

支部長：市村ゆみ子 幹事長：信夫 松子
幹 事：五十嵐 幹

庄内支部が活動する庄内地区は広く、庄内平野を中心とした山形県の日本海沿岸地域で、鶴岡市と酒田市の2市と遊佐町・庄内町・立川町の3町から成ります。そのため、会員の皆様一人ひとりと交流することが難しく、せめて施設連絡員の方々とは少しでも「顔の見える活動」を心がけております。しかし、なかなか勤務調整が難しく、四苦八苦しているのが現状です。

又、庄内地区における看護職の連盟加入率はとても低く、まずは看護連盟の活動をもっと身近に感じて頂く活動をし、『ベッドサイドから政治を変える』ための意識改革に繋いでいきたいと思います。そして看護の対象である人々が最適なケアを受けることができ、また看護職が働きやすい、働き続けることのできる環境を整えられる活動を山形県連盟の皆様方と力を合わせ活動していきたいと思っております。よろしくお願い致します。

東西村山第1支部

支部長：横山 幸子 幹 事：井上 久美
幹 事：小林佐枝子

当支部のモットーは「常日頃からの普及啓発活動」です。年間計画により公立私立三病院に出向いての基礎及び継続研修を中心に、未加入施設を含めての看護管理者研修や他支部との懇談会等を重ね強化を図っています。

また、市町役場、福祉施設、健診センター等看護職が就労している施設訪問を行い、普及啓発を図り底辺拡大を目ざしています。

私達は常日頃の地道な活動こそが目標達成に繋がると考え、支部活動を進めています。

東西村山第2支部

支部長：大熊 由紀 幹事長：本間 厚子
幹 事：高橋 克子

会員数20名程度ですが、地道に継続は力なりと取り組んでいる県立河北病院支部です。今年は、『看護連盟活動はいかに 選挙戦を振り返り見えてきた今後の課題』伊藤会長に講演をお願いし会員の意識の高揚を図り、私たちが今出来ることを再確認しました。随時役員会を行い県レベルで行われている情報を共有し、活動について考えています。第1支部との交流会や初めて周囲の施設訪問を行いました。仲間づくりを大切に組織化した運営を目指しています。

置賜支部

支部長：鈴木 文 幹事長：坂野 和子
幹 事：遠藤 弘子

置賜地区には、三友堂病院支部、舟山病院支部の単独支部2つと、西置賜：東置賜地方の公的な施設、11施設からなる置賜支部があります。当支部は、公的施設の立場上、選挙時や議員来訪時には三友堂病院・舟山病院から多大なご協力を戴き支部活動に繋がっています。

置賜支部の活動は、施設連絡員を通し会員の方々への働きかけとなります。年に1～2回の施設連絡会議を開催し、県看護連盟の情報、総会、支部長会議、県別会議等報告を行ない透明化を図っています。又、3人の役員が集り役員間のコミュニケーションを良くし、体重増と加齢で重くなった足で、施設訪問を惜しまず行っています。置賜支部のモットーは、軽いフットワークとface to faceです。1人でも2人でも会員増に向け地道に活動しています。会員の皆様のご協力をよろしくお願い致します。

舟山病院支部

支部長：佐藤 剛康 幹事長：安藤 明美
幹 事：鈴木 敦子

当支部は、米沢市駅前に位置します。特定医療法人舟山病院の単独支部です。

病院を紹介しますと、一般、地域包括、療養型病棟を備えた民間病院として、地域密着医療を実践し、職員が一丸となり、当院の持つ機能、特性を最大限活かし、1次から2次救急をしっかりと担い、在宅医療、予防医療、健診を含めた地域の「かかりつけ病院」として役割をいただいております。

県内支部の中でも人数が少ない支部ではありますが、病院の特性を活かし、隣接する支部との協力体制を築き、地域と共に看護連盟活動を推進してまいります。どうぞよろしくお願い致します。

**最北支部**

支部長：五十嵐 明美
連絡員：齋藤 由紀 森谷 輝美

最上支部は、多くの病院や施設がありますが、現在の会員は2病院と1施設で会員18名です。最上地区は中々会員が増えない状態が続いており、若い世代の人にも政治に関心を持っていただく事が私たち役員の課題です。第24回参議院選挙で、我々看護職の代表を国政に送る事が出来たのも会員皆様のおかげと思っています。これからも、一人一人と繋がりを大切にして看護連盟活動に取り組んでいきたいと思っています。



部 紹 介

山形済生病院支部

支部長：阿部 克子 幹事長：齋藤 美恵

山形済生病院支部は、単独の施設支部として活動しています。会員は50名弱で減少傾向です。支部役員はフロアーに1名ずつの7名、支部長、幹事長とで9名で構成しています。日々の業務に追われ、時間外勤務が多くスタッフは疲弊し、この状況を打開すべく悩んでいます。収益を上げる為、加算をとるために努力しても、記録や説明がさらに多くなるばかり、本来の私達の看護業務がきちんとできない、満足度が得られないと強く感じています。看護連盟の「ベッドサイドから政治を変える」の目標に向けて今活動していかなければならない、自分たちの手で！声で！変えなければなりません。もっともっと連盟活動をPRし仲間を増やしたいと考えています。一緒に活動しましょう！！

山形北第1支部

支部長：長岡 咲子 幹事長：加藤 俊子

こんにちは 北第1支部です。担当させていただいている施設は重要な役割を担っている大きな施設ばかりですが、会員数はごく少数であるため、目下仲間を増やすことが早急な課題です。「ベッドサイドから政治を変える」と言われましても現場の看護師達は、連盟の活動の具体的なことに触れる機会はありません。そこで細やかに情報提供をし活動意義を伝えていく、それが看護政策への関心を高めることにつながるのではないかと思います。

山形北第3支部

支部長：松野 まさ 幹事長：菱沼 松子

私たち山形北第3支部は、訪問看護ステーション、特別養護老人ホーム等で構成されています。

会員は少数でも、キャリアを積み重ねたスタッフが必要な看護や介護をタイムリーに提供し、医療の現場とは違う視点で利用者の一人一人の尊厳を守りその人らしい生活を支援しています。

地道な活動を通し、会員および賛助会員の協力を得ながら会員増をめざしていきたいと思います。

三友堂病院支部

支部長：寒河江裕子 幹事長：高橋 啓子
幹 事：高橋 時子 南 美千子

三友堂病院支部は、財団内の三友堂病院・リハビリテーションセンター・訪問看護ステーション・看護専門学校の4施設から成ります。幹事長・幹事・病棟連絡委員と共に活動を行い、青年部委員会にも参加しています。

当支部は議員の方々をはじめ職場訪問に来ていただける機会が多く、私達がベッドサイドで起きている問題を声を大にして届けことが重要と思っています。看護師一人ひとりが看護と政治に関心を持ち、職場環境が少しでも良くなり、若い人達が看護職に誇りと自信を持って働けるようになることが大切だと思います。

これからも支部活動として連盟活動をもっと身近に感じてもらえる様に情報発信とコミュニケーションを活発に行っていきたいと思っています。

篠田総合病院支部

支部長：川窪のり子 幹事長：加藤 雅人

篠田総合病院支部は平成28年度において総員41名と、2年前の20名からおおよそ倍となる飛躍的な増員となりました。支部創設時において看護連盟入会は役職のみでのスタートでありましたが、現在はスタッフ・病院併設看護学校教員も参加しており精力的に活動をしております。支部増員に伴い、他支部会員を招いての院内での看護連盟主催の研修を行うこともできるようになりました。今後もより一層、看護の責務を果たすべく活動していきたいと思っています。

山形南支部

支部長：渡辺 公子 幹事長：布施 順子

山形南支部は5施設からなり、会員は18名です。会員数は1名の施設もありますし、12名の施設もあります。会員が複数おられる施設では、会員同士が看護連盟について話し合うことができます。会員が少ないところでは連盟について話題を挙げることもままならないのが実情でしょうか。私どもの施設も会員数は4名ですが、出張も多く時間も少ないのですが、何とか連絡を取り合っております。県連盟より会員に資料の配布や提出を求められる場合に各施設に電話を差し上げ、時には時間外にお邪魔することもあります。職場に時間休を頂くなど協力を得て施設を訪問させて頂いております。会員の皆様は、お忙しい中ですが笑顔で快く迎えてくださいます。連盟に関する情報提供や情報交換ができるとよいのですが、それも叶わず資料をお渡しし、失礼をしております。今後も行き届かないことも多々あるように思いますがどうぞ宜しくお願い致します。

山形北第2支部

支部長：飯野佐知子 幹事長：浅沼 雄一
幹 事：渡邊 和美

平成28年春より支部長として連盟活動をさせていただいております。当支部の会員数は28年度は、山形保健センター内の10名を合わせ合計94名となっております。主に看護師長、副師長の管理職、中間管理職が過半数を占めており、若年層は20名弱程度の構成です。

支部の主な活動としては、院内の看護部主催の看護師長、副師長の研修会にあわせ、若年層の加入目的にミニ研修会を行っております。しかしながら、なかなか効果は表われていない現状です。

東北中央病院支部

支部長：菅野美喜子 幹事長：村形 和美

当支部は今年度目標に『青年部活動の定着』を掲げました。会員内の20～30代の占める割合が高く、青年部活動の充実を図ることが目的です。11月に伊藤会長を囲む研修を企画し、参議院選挙の分析や現在の活動、今後の課題まで直接お話を伺うことができました。院内研修と違う熱いメッセージに、今後何をすべきか心に響いた有意義な研修となりました。まずは支部として一歩踏み出し、来年のポリナビ成功に向けた足がかりとします。

平成28年度第1回山形県看護連盟研修会

開催日：平成28年9月3日(土) 場 所：篠田総合病院
参加者：55名

講 師：認定看護管理者

山形済生病院副看護部長

阿 部 克 子 氏

テーマ 「リーダーの役割」

白鷹町立病院 副 田 恵 美



9月3日(土)、篠田総合病院講堂において、『リーダーの役割』をテーマに阿部克子先生よりご講義いただいた。午前は、リーダーとしての役割を再認識する為の講義、午後からは、グループワークにてロールプレイを行った。

コーチングスキルは、言葉としては知ってはいるが、現場で有効に使えていないと感じた。目標管理においても、成人への学習支援を念頭にモチベーションアップにつながる関わりをもう一度考えてみたいと思う。

午後からのロールプレイは、4つの事例から1つを選びグループワークを行った。お互いの悩みや日頃感じていることを共有でき、大変有意義だった。

相手の立場となり、「答えは相手を持っている」ということを軸にしサポートできるリーダーを目指し研鑽を重ねていきたいと思う。

平成28年度第2回山形県看護連盟研修会

開催日：平成28年11月8日(火) 場 所：東北中央病院
参加者：38名

講 師：皮膚・排泄ケア認定看護師

山形市立病院済生館

高 橋 真理子 氏

テーマ 「快適な排泄ケア」

吉岡病院 大 田 則 子

高齢者の患者様の頻尿や尿失禁に対して、どう理解し、アプローチしていくべきか学びたく、この度「排泄ケア」の研修会に参加しました。皮膚・排泄ケア認定看護師の高橋真理子先生より、解剖生理から排泄機能障害の看護について講義をうけました。尿失禁とは、尿が不随意的に漏れるという感覚がある愁訴であること、当事者にとって深刻な問題であることを学びました。「排泄ケアとは、人間の尊厳を守るケアである。」と定義があるように、改めて当事者の訴えにきちんと向かい合おうとする姿勢が大切な事だと感じました。将来、自分が排泄面で介護や看護を受ける時、どんな言葉かけをされるのだろうか。これからの看護をしていくうえで、排泄のケアの奥深さを知る機会となり、この研修を意義あるものに繋げていきたいと思います。



第1回ポリナビワークショップin山形

開催日：平成28年11月11日(金)
テーマ「看語 ～看護を語ろう～」

場 所：山形テルサ
講 師：加藤 健一 氏 参加者：33名



グループ毎に発表しました。



グループワークで看護について語り合いました。



電動車イスを見せてくれました。



加藤さんも交えて



みんなで記念撮影♪

平成28年度 第2回山形県看護協会・連盟合同研修会

開催日：平成29年3月4日(土)

場 所：山形県看護協会会館

参加者239名

講 師：テルモ株式会社 代表取締役 副社長執行役員 松 村 啓 史 氏

テーマ 「現場の力を引き出すリーダー^{湿布}」



山形市立病院済生館 伊 藤 真喜子

日々の仕事において、スタッフの力を引き出し、看護の面白さを伝えることに自分の力不足を感じることが多くあった。そんな時にナイチンゲールと看護を愛す松村先生の話を聞く機会に恵まれた。笑いあり涙ありそして目から鱗が落ちるような内容で自分を変容していけるものであった。先生から学んだことは、これからは看護の時代であり、

キュアよりケアの看護イノベーションは、愛を土台に熱狂する職場づくりである。閃き（頭）とときめき（心）がやる気（体）となり、それが自己成長となり組織の成長に繋がり元気の源となり伝播していく。何よりも自分と仕事が好きで笑顔で働ける職場であること。それにはまず自分が変わり元気に笑顔で挨拶し、声をかける、褒める、叱ったら笑顔で激励等を心で行うことで各自が持つ強みを引き出せるようにしたい。そして究極のひとつ「死ぬ以外はかすり傷」とありがとうを合言葉にして仕事に邁進していきたいと思う。



平成28年度 山形県看護連盟役員・支部長合同研修

開催日：平成29年3月4日(土)

場 所：山形県看護協会会館

講 師：山形県看護協会 常任理事 大 竹 久 子 氏

テーマ 「会員が魅力的と思う 看護連盟に!!」

私が、看護協会役員として看護連盟に関わっているのは、看護連盟との合同研修会の企画です。毎年、看護連盟の教育担当者と一緒に企画をしており、当看護協会の企画書に沿って、企画理由から、研修のねらい、内容まで意見交換をしながら立案しています。平成29年度は、5月、9月と平成30年3月の3回企画をしています。担当者からは、看護連盟の活動が会員に伝わるような取り組みをしていきたい、タイムリーなテーマの研修を開催したい、そして会員拡大に繋げたいという意気込みが伝わってきます。

また、伊藤会長は頻繁に看護協会を訪れ、情報提供をしてくださったり、意見交換を求めたりと、看護協会との連携に努めております。団体間のコミュニケーションが以前にもまして取れるようになり、当協会としても看護連盟の様子が把握できる環境になっています。このような状況から、看護連盟の役員・委員の方々が、日本看護協会の動向や山形県の看護の実態をもう少し具体的に知り、課題をしっかりと捉えた活動になっていけば、会員に響き魅力的と思える看護連盟活動に繋がるのではと考え、出前講座を申し出、この度実現したところです。内容は下記の通りです。

テーマ「看護の動向をキャッチし活動に活かそう!!」

1. 日本看護協会と山形県看護協会の重点事業
2. 山形県看護協会の組織強化に向けた取り組み
3. 今後の活動の要は ① 山形県看護協会の政策力の強化
② 地域・支部の活性化・機動力強化
4. 山形県の人口動態、医療体制、看護事情を知ろう

伊藤会長はじめ約20名の役員・委員の方が、つたない講義を熱心に聴講してくださり、とてもうれしく思いました。看護連盟の取り組みのお役にたてれば幸いです。



議員
コーナーやりがい、いきがい、たかがい！～成熟社会を創る看護力～
たかがい恵美子の活動報告

2月13日二階幹事長と面談し、奥野人事委員長等とともに「党の人材育成に関する提言」を手交しました。これを受け女性局では、政治女子のための「プレミアム・ウィメンズクラブ」を開設することとしました。今後半年の間、プレミアムフライデーを活用し、女性に身近な政治課題などについて学びます。参加者募集中ですので、詳細は右記のサイトでご確認下さい。→ <https://www.jimin.jp/involved/campaign/134283.html>



Press & Media

1月19日発売
「産後ケアの全て」
出版社：株式会社 財界研究所
監修：林謙治
*第5章で産後ケアの取り組み
について執筆しています。

平成29年度日本看護連盟 北海道・東北ブロック

ポリナビワークショップin山形

「叶～動く心・変わる意志～」

日 時：平成29年7月7日（金）14：00～17：00

場 所：ホテルメトロポリタン山形

講 師：山形バリアフリー観光ツアーセンター

代表理事 加 藤 健 一 氏

テーマ：「ひとりのハートが世界を変えられる」



お知らせ

● 平成29年度 山形県看護連盟通常総会

● 日時：平成29年5月27日(土) 10：00～12：00

● 場所：山形県看護協会会館 看護研修センター

● 第1回山形県看護協会・連盟合同研修会 13：30～16：00

● テーマ：看護が社会を動かす

● 講 師：NPO法人看護職キャリアサポート

● フリージア・ナースの会

● 会長 大 島 敏 子 氏

● 平成29年度 日本看護連盟通常総会

● 日時：平成29年6月15日(木) 12：30～15：00

● 場所：東京プリンスホテル



平成29年度 会員募集中！

1ヶ月667円で

私達のくらしが良くなる

仕事が楽しくなる

正 会 員：会費 8,000円

賛助会員：会費 1,000円

学生会員：無料

看護職は、生涯現役のお仕事です。連盟会員の継続をお願いします。第2第3の職場でも連盟会員でいてください。

連絡先 山形県看護連盟事務局 TEL. 023-633-8153
〒990-0023 山形市松波4丁目1-39 E-mail: kango_ya@bz03.plala.or.jp

編集
後記

あっという間の年度末になってしまいました。世界の情勢が刻々と変化しています。その中で日本の高齢化社会における住民の健康と暮らしが看護職の肩にずっしりとのしかかっています。今こそ看護職の政治力が必要であることを自覚し看護連盟の活動の重要性を理解していただきたいと切に願っています。

■ 低線量放射線ホルミシスで、湯治効果を発揮します。

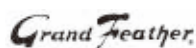
・細胞の活性化・免疫力の向上

ラジウム温泉に代表されるように、古来より日本で行われている湯治療法。その湯治と同じ効果を発揮するホルミック素材。ラジウム鉱石と同じように体に害のない微量な放射線を放出することで、日頃の生活で崩れてしまった『細胞の消滅→再生』のリズムを正常に戻す手助けをし（低線量放射線ホルミシス効果）細胞の活性化や免疫力の向上などの効果が期待されます。

ホルミシスケット&パット



掛けても敷いてもご自由です。



Grand Feather グランドフェザー新潟株式会社

お問合せはこちら→ 〒940-0044 新潟県長岡市住吉1丁目5番17号 TEL 0258-33-3208 FAX 0258-33-3210