

# 令和7年度事業報告書

(令和7年4月1日から令和8年3月31日まで)

公益社団法人兵庫県歯科衛生士会

## 公I. 歯科衛生の普及啓発に関する事業（定款第4条第1号）

### 1. イベント事業

県民の歯科衛生に対する知識の向上を図ることを目指し、口腔健康管理等について普及啓発を行った。

#### (1) 歯と口の健康週間事業「未来へつなぐ歯と口の健康」

ア 主催 兵庫県歯科衛生士会  
イ 期 日 令和7年6月4日(日)  
ウ 場 所 四宮神社会館 会議室  
エ 内 容 フォトコーナー、歯みがき相談、パネル展示  
オ 参加者数 32名  
カ 出務者数 6名

#### (2) 歯と口の健康週間事業「歯っぴいスマイルフェスティバル」

ア 主催 兵庫県歯科衛生士会  
(洲本市“ふれ愛まつり2025”に参加)  
イ 期 日 令和7年10月12日(日)  
ウ 場 所 洲本市総合福祉会館  
エ 内 容 デコ歯ブラシ作成、紙芝居、むし歯リスク判定、咀嚼力測定  
歯みがき相談  
オ 参加者数 265名  
カ 出務者数 12名

#### (3) 「兵庫県・播磨広域合同防災訓練」

ア 主催 兵庫県  
イ 期 日 令和7年11月9日(日)  
ウ 場 所 姫路市立手柄小学校  
エ 内 容 救護所設置運営および避難所における歯科保健指導訓練

#### (4) 「ひょうご安全の日のつどい」

ア 主催 兵庫県  
イ 期 日 令和8年1月17日(土)  
ウ 場 所 HAT神戸なぎさ公園  
エ 内 容 災害時の歯科保健の啓発  
オ 参加者数 370名  
カ 出務者数 8名

#### (5) 兵庫県医療職団体協議会合同研修会

ア 主催 兵庫県医療職団体協議会  
イ 期 日 令和8年2月22日(日)  
ウ 場 所 兵庫県看護協会 ハーモニーホール  
エ 内 容 シンポジウム  
「多職種でひらく未来」～現場から始まる働き方のアップデート～  
オ 参加者数 77名  
カ 出務者数 3名

#### (6) 医療職体験セミナー

ア 主催 兵庫県医療職団体協議会  
イ 期 日 令和8年3月28日(土)、29日(日)  
ウ 場 所 バンドー青少年科学館(神戸市)  
エ 内 容 医療の現場を体験し、触れ合いを通じて医療職を目指す次世代の人材を増やすことを目的に職種ごとのブースにて体験学習を行った。

オ 参加者数 305名  
カ 出務者数 16名

## 2. 健康公開講座

全身の健康を維持・増進させることを目的として、県民の歯科衛生の知識向上をめざして講座を開催した。

ア 期 日 令和7年6月29日（日）  
イ 配信場所 本会会議室  
ウ 開催方法 リモート開催  
エ 演 題 「糖尿病重症化予防のための歯科的アプローチ」  
オ 講 師 徳島大学口腔保健学科長 徳島大学歯学部副学部長  
徳島大学大学院教授 松山 美和（歯科医師）  
カ 参加者数 107名

## 3. 特別普及啓発事業

生涯を通じて、ライフステージに応じた口腔健康管理等の指導を行った。

ア 期 日 令和7年4月～令和8年3月  
イ 場 所 兵庫県下7支部  
神戸、阪神南、東播磨、北播磨、但馬、丹波、淡路  
ウ 内 容 集団指導、個別指導 等  
エ 実施回数 31回  
オ 出務者数 85名

## 4. 歯科衛生情報の提供

- (1) Web サイトによる歯科衛生情報等の配信  
ア 期 日 令和7年4月～令和8年3月  
イ 場 所 兵庫県下全域  
ウ 内 容 歯・口腔の健康維持向上に必要な情報
- (2) 関連紙、冊子を通しての普及啓発活動

## 公Ⅱ. 歯科保健指導に関する事業（定款第4条第2号）

### 1. 口腔衛生に関するボランティア活動

小学校、障がい者（児）施設、高齢者施設において、適切な口腔健康管理を身につけて実践することができるよう、普及啓発を実施した。

ア 期 日 令和7年4月～令和8年3月  
イ 場 所 兵庫県下全域  
ウ 内 容 ライフステージにおける歯科保健指導

### 2. 地域歯科保健に関する事業

地域住民の口腔衛生の向上を図るため、県下市町や郡市区歯科医師会と協力し事業を実施した。

- (1) 休日歯科診療への協力、参加  
各地域歯科医師会と協働し、救急の歯科診療と歯科保健指導を行った。本会会員は歯科診療補助や受付業務、歯科保健指導を担当した。  
ア 実施団体 (公社)神戸市歯科医師会  
場 所 神戸市歯科医師会附属歯科診療所  
出務回数 73回 出務者数 263名  
イ 実施団体 三木市歯科医師会  
場 所 三木市総合保健福祉センター  
出務回数 72回 出務者数 154名  
ウ 実施団体 (一社)芦屋市歯科医師会  
場 所 芦屋市保健福祉センター  
出務回数 73回 出務者数 153名
- (2) 地域・職域などを対象とした歯科保健指導の実施  
健康長寿を実現するには、歯や口腔の健康を維持増進することが重要である。それぞれのライフステージに応じた適切な歯科保健指導を実施した。

ア 乳幼児、学童、妊産婦、成人、高齢者を対象にライフステージ別の歯科保健指導を実施した。

(ア) こどもの歯の支援事業

出務回数 3回 出務者数 6名

(イ) 妊産婦歯科保健指導

出務回数 2回 出務者数 2名

(ウ) ティーンズへの歯科保健指導

出務回数 1回 出務者数 2名

(エ) 西宮市

出務回数 192回 出務者数 668名

(オ) (一社)芦屋市歯科医師会

出務回数 20回 出務者数 40名

(カ) 明石市

出務回数 60回 出務者数 64名

(キ) (公社)神戸市歯科医師会 神戸市学校園歯・口の保健教育指導事業

出務回数 5回 出務者数 7名

イ 介護予防に関する歯科保健指導

口腔機能低下傾向にある高齢者を対象として、オーラルフレイル対策や誤嚥性肺炎の予防、重症化の予防を目的とした口腔健康管理を実施した。

(ア) 西宮市 介護予防事業「西宮いきいき体操」

出務回数 33回 出務者数 33名

(イ) 西宮市 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施事業

出務回数 65回 出務者数 65名

(ウ) 芦屋市 フレイル予防事業(栄養(口腔機能))業務委託

出務回数 4回 出務者数 4名

(エ) 神戸市 地域拠点型一般介護予防事業における介護予防講座

出務回数 87回 出務者数 87名

(オ) 神戸市 フレイル改善通所サービスにおけるフレイル講話事業

出務回数 65回 出務者数 65名

(カ) 神戸市 認知症支えあい推進事業

出務回数 16回 出務者数 16名

(キ) (公社)神戸市歯科医師会 訪問口腔ケア推進事業

出務回数 1013回 出務者数 1013名

(ク) 兵庫県 口腔健康管理地域支援リーダー登録事業

新規登録者数 5名

ウ 障がい者の歯科診療補助及び歯科保健指導

障がい者歯科診療に関する研修等により人材を育成し、歯科治療を行う歯科医師の歯科診療補助及び歯科保健指導に協力した。

(ア) 実施団体 (公社)神戸市歯科医師会

場 所 こうべ市歯科センター

出務回数 12回 出務者数 12名

(イ) 実施団体 (一社)芦屋市歯科医師会

場 所 芦屋市保健福祉センター

出務回数 51回 出務者数 153名

(3) 災害支援ネットワークの構築に関する事業

災害時の体制整備として、災害時の歯科保健活動を担う歯科衛生士を育成する災害支援歯科衛生士育成研修会を開催し、災害時の安否確認を円滑に行うため会員に対する伝達訓練を実施した。

ア 災害支援歯科衛生士育成研修会

(ア) 期 日 令和7年9月7日(日)

(イ) 配信場所 本会会議室

(ウ) 開催方法 リモート開催

- (エ) 内 容 講演 ①災害支援ナースの活動について  
 情報提供 ②災害支援体制整備訓練における回答状況について
- (オ) 講 師 ①兵庫県看護協会 専務理事  
 松下 清美 (看護師)  
 ②本会 委員 西谷 真悠子

(カ) 参加者数 40名

イ 災害支援体制実地訓練の実施

(ア) 災害時連絡伝達訓練

期 日 令和7年9月1日(月)～8日(月)

方 法 メールでの伝達

回答数 196名

(4) 口腔健康管理地域支援リーダー連絡会

口腔健康管理地域支援リーダーの地域での活動について、情報の共有を図り連携を深めることを目的に実施した。

ア 期 日 令和8年3月8日(日)

イ 場 所 本会会議室

ウ 開催方法 集合型

エ 参加者数 21名

(5) 訪問歯科衛生士人材育成事業

訪問歯科診療および訪問口腔健康管理の体制を整備するために、口腔健康管理地域支援リーダー等を活用し、訪問における口腔健康管理業務に従事できる歯科衛生士を育成した。

ア 期 日 令和7年4月～令和8年3月

イ 研修会

(ア) 期 日 令和7年11月24日(月・祝)

(イ) 配信場所 本会会議室

(ウ) 開催方法 リモート開催

(エ) 内 容 ①介護保険の基礎のキソ

②訪問歯科診療のABC

③はじめての訪問診療の心得

④在宅療養者の口腔健康管理

(オ) 講 師 ①久保 隆一 (介護支援専門員)

②砂治 国隆 (歯科医師)

③岩崎小百合 (歯科衛生士)

④栗原 知子 (歯科衛生士)

(カ) 参加者数 56名

ウ 実 習

(ア) 協力歯科診療所 12施設

(イ) 指導歯科衛生士 16名

(ウ) 実習歯科衛生士 20名

エ 報 告 会

(ア) 期 日 令和8年3月8日(日)

(イ) 場 所 四宮会館会議室

(ウ) 開催方法 集合型

(エ) 参加者数 指導歯科衛生士 10名

実習歯科衛生士 13名

### 公Ⅲ. 歯科衛生士の倫理の高揚・資質の向上に関する事業 (定款第4条第3号)

#### 1. 生涯研修

県民に安全・安心を提供するために、歯科衛生士の業務を確実・迅速に行い効果的・効率的に行う知識・技術の向上を図った。また、日本歯科衛生士会の第5次生涯研修制度における専門研修を実施するとともに認定歯科衛生士制度の受講資格を取得するために開催した。

##### (1) 歯科衛生士スキルアップセミナー

ア 期 日 令和7年5月25日(日)  
 イ 配信場所 本会会議室  
 ウ 開催方法 リモート開催  
 エ 演 題 「全身疾患を学ぶー脳血管疾患患者への診療室での対応ー」  
 オ 講 師 福岡リハビリテーション病院  
 二宮 静香 (歯科衛生士)

カ 参加者数 85名

(2) 認知症対応力向上研修会

ア 期 日 令和7年8月31日(日)  
 イ 配信場所 本会会議室  
 ウ 開催方法 リモート開催  
 エ 演 題 「歯科衛生士が知っているのと役に立つ認知症の基礎知識」  
 オ 講 師 東京都健康長寿医療センター研究所  
 枝広 あや子 (歯科医師)

カ 参加者数 60名

(3) 生涯歯科専門研修会

ア 期 日 令和7年9月21日(日)  
 イ 場 所 四宮神社会館会議室  
 但馬長寿の郷 (サテライト)  
 ウ 開催方法 集合型・サテライト配信  
 エ 演 題 「歯科が行う認知症高齢者の食支援-歯科訪問・外来での対応-」  
 オ 講 師 大阪大学大学院歯学研究科成長発達歯学系部門顎口腔機能治療学講座  
 野原 幹司 (歯科医師)

カ 参加者数 85名

(4) ペリオセミナー

ア 期 日 令和8年1月25日(日)  
 イ 配信場所 本会会議室  
 ウ 開催方法 リモート開催  
 エ 演 題 「行動科学に基づいたセルフケア用具の選択と  
 フッ化物配合歯磨き剤の使い方」  
 オ 講 師 東京歯科大学 衛生学講座  
 客員准教授 高柳 篤史 (歯科医師)

カ 参加者数 37名

2. 養成講座

(1) 卒後研修必修プログラム

歯科衛生士に必要な知識と技術の基礎力・応用力の充実を図り、安定した勤務状況をつくり離職率を改善する。また専門性を高め、意識の向上を図り、スタッフ教育や後輩育成ができる歯科衛生士を輩出するために開催した。

ア. ベーシックコース

期 日	令和7年10月5日(日)	令和7年10月19日(日)
配信場所	本会事務所	本会事務所
開催方法	リモート開催	リモート開催
研修内容	歯周治療 ～正しく行うための基礎知識～	歯科における基本的感染対策とその実際 ～歯科衛生士の立場から～
	う蝕予防管理～明日からできる ～カリエスマネジメント～	インプラント治療における歯科衛生士の役割
	薬の基本と基礎疾患	日常診療で役に立つ検査結果の見方
参加者数	28名	26名

イ. アドバンスコース

期 日	令和7年7月6日(日)	令和7年7月13日(日)
場 所	四宮神社会館 会議室	四宮神社会館 会議室
開催方法	集合型	集合型
研修内容	小児の口腔機能と発達支援	兵庫県の歯科保健の現状
	障害のある患者への対応	周術期の口腔機能管理
	災害支援歯科	要介護者高齢者に寄り添う口腔健康管理
参加者数	11名	12名

ウ. スペシャリストコース

期 日	令和7年12月14日(日)	令和7年12月22日(日)
場 所	四宮神社会館 会議室	四宮神社会館 会議室
開催方法	集合型	集合型
研修内容	ハラスメントをしない、させないための環境づくり	歯科衛生士が担う口腔保健学の発展
	訪問栄養指導における多職種連携の食支援について	「指導者」育成の現状
	多職種連携のための口腔機能—言語聴覚士の立場から—	「新人歯科衛生士」育成の実際
参加者数	7名	7名

(2) 歯科衛生士復職支援講習会

歯科診療所等への歯科衛生士充足率を促進し、良質な歯科医療提供体制を構築するために就業を希望する歯科衛生士への支援を目的として開催した。

地 域	兵庫県全域	神戸市
場 所	リモート開催	四宮神社会館 会議室
期 日	令和7年6月30日(日)	令和7年9月28日(日)
講 師	講話「歯科衛生士に求められる職域」 副会長 野末 優子 動画視聴：一般歯科診療所 矯正歯科 口腔ケアの基礎 集団歯科健康教育 復職歯科衛生士による体験談 阪神南支部 角谷香奈子氏	講義「プロービングとポジショニング」 兵庫歯科衛生士学院 教務主任 肥塚美奈子 実習：2グループに分かれて実習 1 マネキンによるプロービングとポジショニング 兵庫歯科衛生士学院 教務主任 肥塚美奈子 2 マナボットによる口腔ケアの基礎 副会長 栗原知子・理事 原田さとみ
参加者数	7名(会員3名 会員外4名)	18名(会員3名 会員外15名)

3. 歯科衛生学術研究の振興に関する事業

日々の歯科衛生士業務における体験や研究及び学会発表者による相互研修の場をすることにより、知識を広め、意欲を増進し、スキルアップを図ることで、県民の健康増進に寄与するために開催した。また、研修会及び歯科衛生に係る学術研究の内容を参加者以外の歯科衛生士にも提供するため、学術誌を発行し配布した。

(1) 第12回兵庫県歯科衛生士会学術フォーラム

1部：歯科衛生学術研究会

ア 期 日	令和7年11月30日(日)
イ 場 所	四宮神社会館 会議室
ウ 開催方法	集合型
エ 参加者数	会員50名・学生17名
オ 内 容	以下の通り

2部：基調講演・シンポジウム

演 題	所 属	発表者氏名
児童養護施設における口腔衛生指導の活動報告	大手前短期大学 歯科衛生学科	大島 百合香 神田 恵実 坂本 由紀子
大学生へデンタルフロスの周知をするための リーフレット作成とその効果	大手前短期大学 歯科衛生学科 3年生	石井 沙苗 神田 恵実 梶 ももこ 永易 万弥 大島 百合香 岩部 真理子 小澤 純子
神戸市長田区における幼児の口唇閉鎖不全の実態調査	神戸常盤大学 保健科学部 口腔保健学科 4年生	飯田 かれん 越智 優里奈 楠本 七菜 小松 加歩 中村 美紀
幼児期のプレパレーション経験と口腔保健行動との関連性	神戸常盤大学 保健科学部 口腔保健学科 4年生	赤松 双葉 金正 愛琉 多田 愛生 藤原 衣都 江崎 ひろみ
歯科衛生学生におけるストレス反応と口腔健康の関連性の検討	神戸常盤大学 保健科学部 口腔保健学科 4年生	石橋 梨々華 福本 結菜 森下 心葉 山本 美咲 破魔 幸枝
神戸支部の歩み～未来へ	兵庫県歯科衛生士会 神戸支部	山口 玲子 二神 真由美 野村 純子 明石 知子 菅原 紗代子
保健師と共に高齢者に寄り添ったオーラルフレイル事業の試み	兵庫県歯科衛生士会東 播磨支部	田原 真貴 三柴 直美 網干 正子 酒井 めぐみ 小村 照代 岩崎 小百合

ア 期 日 令和7年11月30日(日)

イ 場 所 四宮神社会館 会議室

ウ 開催方法 集合型

エ 参加者数 会員53名・学生4名

オ 内 容

(ア) 基調講演

演 題 「口腔と栄養」

講 師 神戸医療生活協同組合 神戸協同病院

詫間 晴美 (管理栄養士)

(イ) シンポジウム (座談会)

内 容 歯科衛生士の現場から学ぶ「口腔×栄養」の実践

～具体的事例に基づく支援の工夫～

(2) 学術誌の発行

(公社)兵庫県歯科衛生士会学術誌 No.38発行 令和8年3月

ア 発行部数 1,150部

## 他 I. 会員育成及び連携・協力事業（定款第 4 条第 4 号）

### 1. 会員拡大・管理・育成に関すること

#### (1) 支部との連携に関すること

- ア 支部長会 令和 7 年 7 月 27 日(日)、令和 8 年 2 月 1 日(日)
- イ 支部活動への助成

#### (2) 入会促進事業

さまざまな機会を通じて組織の拡大と強化を図った。

ア 地域活動歯科衛生士及び未入会歯科衛生士の調査と入会促進

イ 新卒歯科衛生士へ入会促進のために歯科衛生士養成機関を訪問した。

- (ア) 兵庫県立総合衛生学院 令和 8 年 2 月 24 日 (火)
- (イ) 兵庫県歯科医師会附属兵庫歯科衛生士学院 令和 8 年 3 月 3 日 (火)
- (ウ) 姫路歯科衛生専門学校 令和 8 年 3 月 2 日 (月)
- (エ) 神戸常盤大学 令和 8 年 2 月 5 日 (木)
- (オ) 大手前短期大学 令和 8 年 3 月 4 日 (水)
- (カ) 兵庫県徳誠会歯科衛生士専門学校 令和 8 年 2 月 18 日 (水)
- (キ) 神戸総合医療専門学校 令和 8 年 3 月 2 日 (月)
- (ク) 神戸リハビリテーション福祉専門学校 令和 8 年 3 月 3 日 (火)

ウ 入会案内の作成と配布

エ 「兵衛学生だより」 令和 8 年 3 月 発行部数 1,000 部

オ 学生会員表彰 6 名

#### (3) 会員表彰

功労賞 6 名 永年精励賞 19 名 歯科衛生士賞 9 名

#### (4) 会報「兵衛だより」発行

- ア 発行部数 第 9 2 号 1,200 部 (令和 7 年 7 月)
- 第 9 3 号 1,200 部 (令和 7 年 11 月)
- 第 9 4 号 1,150 部 (令和 8 年 2 月)

### 2. 関係機関との連携・協力に関すること

#### (1) 兵庫県歯科衛生士センター

兵庫県下に在住もしくは勤務する歯科衛生士が、地域や職場でいつまでも働くことができる支援を目指し運営している。また、歯科衛生士の人材育成等を行い、県民に安全・安心な歯科保健医療を提供するために実施した。

ア 歯科衛生士の登録（バンク登録）登録者数 1288 名（令和 8 年 3 月 31 日現在）

イ 人材の育成

##### (ア) 第 1 回兵庫県歯科衛生士センター研修会

- 期 日 令和 7 年 1 月 16 日 (日)
- 場 所 本会会議室
- 開催方法 リモート開催
- 演 題 「食べる力を育むー赤ちゃんからの歯科保健」
- 講 師 兵庫県立大学 副学長・看護学部教授  
坂下 玲子 (保健師)

・参加者数 116 名

##### (イ) 第 2 回兵庫県歯科衛生士センター研修会

- 期 日 令和 8 年 2 月 8 日 (日)
- 場 所 兵庫県立のじぎく会館
- 開催方法 集合型
- 演 題 「最新研究で深める予防歯科のキーワード」
- 講 師 大阪大学大学院歯学研究科 予防歯科学講座  
坂中 哲人 (歯科医師)

参加者数 31 名

ウ 離職防止・復職支援

- エ 相談・情報提供
  - (ア) 相談件数 62件
  - (イ) 情報提供件数 569件
- オ 市町等の事業紹介・調整
  - 歯科衛生士未配置市町における歯科保健体制の整備
- カ ひょうご歯科衛生士人材センター無料職業紹介所
- キ 災害支援
  - 災害支援歯科衛生士育成研修会の共催（兵庫県歯科衛生士会との合同開催）
- ク 歯科衛生士養成機関との連携
- (2) ひょうご歯科衛生士人材センター無料職業紹介所
  - 歯科衛生士の職域の拡大に伴い、求人側の要請に応じるためにセンターを運営した。
  - また、未就業歯科衛生士を就労支援し雇用促進を行うことで、県民への口腔の健康の維持向上につなげた。
  - ア 求人情報の募集 求人件数 79件（40か所）
  - イ 就労希望歯科衛生士の募集 求職件数 15件
  - ウ 雇用に関する相談、支援
  - エ 産業歯科健診補助及び歯科保健指導に係わる事業への対応
    - (ア) (株) ファーム・ネットワーク・マネジメント
      - 出務回数 3回 出務者数 4名
    - (イ) その他
      - 出務回数 49回 出務者数 70名
- (3) (公社) 日本歯科衛生士会との連携
  - ア 日本歯科衛生士会代議員会 令和7年 6月15日(日)
  - イ 近畿ブロック連絡協議会 令和7年11月 9日(日)
  - ウ 日本歯科衛生士会会長会 令和8年 2月21日(土)
  - エ 日本歯科衛生士会75周年記念講演・式典・祝賀会 令和8年2月22日(日)
- (4) 関係団体との連携
  - ア プライマリ・ケア協議会（部会含む） 5回
  - イ 医療職団体協議会 4回
  - ウ 訪問看護ステーション連絡協議会 1回
- (5) 養成機関との連携 適時
  - ア 兵庫県立総合衛生学院
  - イ 兵庫県歯科医師会附属兵庫歯科衛生士学院
  - ウ 姫路歯科衛生専門学校
  - エ 神戸常盤大学
  - オ 大手前短期大学
  - カ 兵庫徳誠会歯科衛生士学校
  - キ 神戸総合医療専門学校
  - ク 宝塚医療大学
  - ケ 神戸リハビリテーション衛生専門学校

### 3. 兵庫県歯科衛生士会創立60周年記念事業

- (1) 記念式典
  - ア 期 日 令和7年10月26日(日)
  - イ 場 所 神戸ポートピアホテル
  - ウ 内 容 式典、表彰式、祝賀会
  - エ 参加者数 128名
- (2) 記念誌発行 令和7年6月
  - ア 発行部数 1,400部

### 3. 会 議

- (1) 総 会 令和7年6月22日(日) 第14回定時総会
- (2) 理 事 会 令和7年5月10日(土)、7月12日(土)、9月13日(土)、  
11月15日(土)、令和8年1月17日(土)、3月14日(土)
- (3) 三 役 会 令和7年3月29日(土)、4月26日(土)、5月31日(土)、7月5日(土)、  
8月2日(土)、9月6日(土)、10月4日(土)、11月8日(土)、  
12月6日(土)、令和8年1月10日(土)、1月31日(土)、3月7日(土)
- (4) 常務理事会 令和7年3月29日(土)、5月31日(土)、8月2日(土)、10月4(土)  
12月6日(土)、令和8年1月31日(土)
- (5) 常任委員会 年4回を基準にして開催
- (6) 特別委員会 ア 60周年記念事業実行委員会  
令和7年6月28日(土)、8月3日(土)、9月20日(土)  
10月18日(土)、12月6日(土)

### 4. 監 査

- 監 査 会 令和7年4月25日(金)、11月5日(水)