

理事会報告

令和6年度 第6回理事会

令和7年3月8日(土) 13:30～16:00

(1) 協議事項

令和7年度事業計画(案)・収支予算(案)について
第14回定時総会の開催について
事務所移転に関する契約内容について
創立60周年記念事業について
令和8年度要望書(案)について
歯科衛生士賞について、新入会員承認について
その他

(2) 報告事項

会務報告、会議報告、事業報告、委員会報告、会計報告
兵庫県歯科衛生士センター事業について
訪問歯科衛生士の人材育成事業について
歯科診療所等・地域包括支援センターにおける認知症対応事業
日衛 地域歯科衛生活動事業「お口の歯援・お悩みQ&A」
その他

(3) その他

役割分担、会員発送、その他

令和7年度 第1回理事会

令和7年5月10日(土) 13:30～16:00

(1) 協議事項

令和6年度事業報告(案)・決算報告(案)について
令和7年度支部助成金(案)・特別普及啓発事業費(案)について
定款及び諸規則の変更について
名誉会員の承認について、外部監事について
選挙管理委員会の委員について
令和7年度事業計画の運営指針と重点課題について
令和8年度要望書(案)について
会旗の作成について、新入会員承認について
賛助会員承認について、職員の表彰について
その他

(2) 報告事項

会務報告、会議報告、事業報告、委員会報告、会計報告、
監査報告
兵庫県歯科衛生士センター事業報告
訪問歯科衛生士の人材育成事業報告
歯科診療所等・地域包括支援センターにおける認知症対応事業報告
日衛 地域歯科衛生活動事業「お口の歯援・お悩みQ&A」報告
その他

(3) その他

役割分担、会員発送、その他

会務報告

1月 19日(日)	●神戸市市民フォーラム
23日(木)	●第3回オーラルフレイル事業検討会議 ●訪問歯科衛生士の人材育成事業
24日(金)	●兵庫県医療職団体協議会
25日(土)	●こうべ市歯科センター開設20周年記念式典及び懇親会
31日(金)	●口腔健康管理地域支援リーダー登録事業検討会議
2月 1日(土)	●2月三役会、第6回常務理事会 ●第20回兵庫県医師会糖尿病学術講演会
2日(日)	●第2回支部長会・リーダー研修会
3日(月)	●神戸市介護予防ワーキンググループ会議
8日(土)	●日本歯科衛生士会 都道府県歯科衛生士会会長会
9日(日)	●日本歯科衛生士会 歯科衛生推進フォーラム
11日(火・祝)	●第2回60周年記念事業実行委員会
24日(月)	●和歌山県歯科衛生士会50周年記念式典・祝賀会
25日(火)	●第2回神戸市歯科保健推進検討会
3月 1日(土)	●第2回本会及び連盟との打ち合わせ会 ●3月三役会
6日(木)	●第2回乳幼児からの歯および口腔保健対策推進会議
13日(木)	●第2回歯科衛生士復職支援検討会議 ●第2回精神障害者への歯科包括ケア体制整備検討会議*
21日(金)	●令和7年度兵庫県予算編成に対する要望の回答・意見交換会
29日(土)	●4月三役会、第1回常務理事会
30日(日)	●第3回創立60周年記念事業実行委員会
31日(月)	●四宮神社・新事務所での御祈禱
4月 1日(火)	●事務所移転に伴う登記手続き
10日(木)	●医療職団体災害連携の話し合い
12日(土)	●近畿デンタルショー2025開会式典・デンタルショー
17日(木)	●令和7年度兵庫県健康増進課事業打ち合わせ ●近畿歯科用品商共同組合兵庫県支部総会懇親会
21日(月)	●兵庫県総合衛生学院歯科衛生学科内覧会
22日(火)	●旧事務所の清掃後の引き渡し
25日(金)	●定例監査
26日(土)	●5月三役会

* (Web会議)

【歯科衛生士養成機関との連携】

入会説明会	卒業式	入学式	養成機関名
3月4日	3月7日	4月8日	兵庫県立総合衛生学院
3月7日	3月8日		兵庫県歯科医師会附属兵庫県歯科衛生士学院
3月3日	3月6日	4月3日	姫路歯科衛生専門学校
		4月2日	神戸常盤大学
3月5日			大手前短期大学
3月6日			兵庫県徳誠会歯科衛生士学校
		4月3日	神戸リハビリテーション衛生専門学校

編集後記

あっという間に7月となりました。毎年のことですが、蒸し暑い日が続いていますね。6月には役員改選が行われ、新体制がスタートしました。これまで支えてくださった皆さまに感謝しつつも、これからの本会の活動が楽しみでもあります。気持ちも切り替えて、この夏も乗り切っていきたいところです。皆さまもくれぐれも体調には気をつけて、楽しい夏をお過ごしください。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

公益社団法人 兵庫県歯科衛生士会

〒650-0004 神戸市中央区中山手通5丁目2番13号 四宮神社会館2F

TEL 078-341-6471 FAX 078-945-7871

✉ E-mail: hdha@silver.ocn.ne.jp 🏠 https://hyogo-dh.or.jp

兵庫県歯科衛生士会
事務所内



兵庫県歯科衛生士センター

🏠 https://hyogo-dh.or.jp/dhc

登録もこちらからどうぞ



🏠 http://zinzai.hyogo-dh.com

HYOGO DENTAL HYGIENISTS' ASSOCIATION

兵衛だより



2025 JULY

No.92

令和7年7月1日発行

発行 公益社団法人兵庫県歯科衛生士会

兵庫県歯科衛生士会の 未来に向けて

このたび、第14回定時総会において会長にご選任いただきました岩崎小百合でございます。当会は会員数1,129名(令和7年3月31日現在)と、東京都に次いで全国2番目の会員数を誇る会であり、今年度創立60周年という記念すべき年を迎えます。ここまで本会が発展してこれたのも、長きにわたりご貢献くださった、高橋前会長をはじめとする歴代会長の熱意と誠意、そして会員の皆様お一人お一人のたゆまぬ努力の賜物と深く敬意を表します。会長としての責務に身の引き締まる思いではありますが、微力ながら新体制のもと、より一層当会の発展と県民の皆様の歯科口腔保健の向上のため誠心誠意努めてまいります。

当会では、県下10支部との連携協力のもと、本県における歯科疾患の予防および口腔衛生の向上のため、県民の健康の維持向上および福祉の増進に寄与することを目的として活動しています。この目的達成のため、今年度も次に掲げる5つの事項について重点的に取り組んでまいります。

1. 県民の歯および口腔の健康づくりの推進
2. 地域包括ケアシステムにおける多職種連携の強化

公益社団法人 兵庫県歯科衛生士会

会長 岩崎 小百合



3. 職域の深化と質の高い歯科衛生士人材育成を目指した研修事業の推進
4. 生涯を通じて就業する歯科衛生士の支援
5. 災害等に備えた危機管理体制の整備と災害支援歯科衛生士の育成

これらの重点事項については、主に委員会が事業を企画し展開してまいります。中でも今年度においては、災害支援に関し、JDAT(日本災害歯科支援チーム)の活動開始を契機として、令和7年6月に兵庫県歯科医師会および兵庫県歯科技工士会と災害協定を締結し、連携体制を整えました。大規模災害時における県民の口腔健康を守るうえで極めて重要な一歩となります。今後も、地域ごとの支援体制を効率的かつ迅速に構築していく所存でございます。

これからも、会員の皆様の専門性が最大限に発揮され、やりがいのある活動となること、そして、そのことが、ひいては県民の皆様の歯科口腔保健の更なる向上へとつながることを念頭に置いて、全力で取り組んでまいりますのでどうかよろしくお願いいたします。

皆さま 受賞おめでとうございます

令和7年度兵庫県歯科衛生士会表彰

功 勞 賞		永 年 精 励 賞			
石井 美和	小松 陽子	尾形 和代	角谷 美千代	亀井 美和子	木下 聖子
高橋 千鶴	野末 優子	栗山 裕子	小西 志保	小林 善子	厨子 久美子
花房 千重美	四方 雅子	多田羅 玉味	谷川 あかね	出口 まりこ	福村 敦子
		古川 千春	星本 豊子	松本 美紀	三柴 直美
		室岡 佳子	森田 好美	四方 雅子	
歯 科 衛 生 士 賞					
足立 由佳里	池田 緑	澤田 美佐緒	竹内 恵奈		
多田羅 玉味	田村 昌代	鳥井 知代	野村 純子		
山崎 美輪子					



令和7年度
兵庫県功労者表彰
(健康功労)

高橋 千鶴



公益財団法人
兵庫県健康財団会長表彰

原田 さとみ



永年精励賞受賞の皆様



歯科衛生士賞受賞の皆様

(敬称略)

新役員ご挨拶

公益社団法人 兵庫県歯科衛生士会 役員名簿

会 長	岩 崎 小百合
	栗 原 知 子
副 会 長	野 末 優 子
専 務 理 事	山 口 恵
常 務 理 事	石 井 美 和
	森 田 好 美
	松 本 美 紀
	原 田 さとみ
	山 内 千 代
	井之上 みどり
理 事	四 方 雅 子
	専 門 研 修
事	小 澤 純 子
	特 定 研 修
	西 井 美 佳
	広 報 ・ 情 報 管 理
	占 部 美 由
	会 員 拡 大
	肥 塚 美 奈 子
	受 託 事 業 調 整
	池 崎 雅 代
	会 計
	門 脇 洋 子
	監 事
	高 橋 千 鶴
	花 房 千 重 美
監 事 (外 部)	柳 瀬 厚 子
	顧 問
顧 問 (公 認 会 計 士)	榎 村 實 枝
	高 谷 和 光
相 談 役	渡 辺 須 美 江

副会長 栗原 知子

歯科衛生士の役割がますます重要視される今、会員の皆様の声を大切にし、口腔の専門職として多職種との連携を深めながら、地域に根ざした活動の推進に努めてまいります。今期もどうぞよろしくお願いいたします。

副会長 野末 優子

この度、副会長を務めることになりました。歯科衛生士の職域も多方面に広がり、自分の特性を活かした働き方ができるようになってきました。当会でも様々な職域で活躍できるように会員の皆さまのサポートをしていきたいと思っていますので、どうぞよろしくお願いいたします。

専務理事 山口 恵

この度、専務理事を務めさせていただくことになりました。これまでの実績を礎に次世代に繋ぐことのできる活動となるよう尽力する所存です。よろしくお願いいたします。

常務理事 石井 美和

歯科保健医療のニーズの多様化・高度化に伴い、歯科衛生士に求められる知識・対応力も多様化しています。兵庫県下の歯科衛生士が各々の職域で専門性を発揮し、地域貢献できるよう研修事業の企画に努めて参ります。

常務理事 森田 好美

前期に引き続き常務理事を務めさせていただきます。県民の口腔健康維持・増進の普及啓発及び、支部が主体となる歯科保健事業の展開について会員の皆様のご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。



(後列 左から) 肥塚、山内、池崎、井之上、原田、小澤、占部、四方、西井
(中列 左から) 門脇、榎村、石井、森田、松本、花房
(前列 左から) 柳瀬、高橋、栗原、岩崎、野末、山口、高谷

常務理事 松本 美紀

この度、常務理事を務めさせていただきます。会員の皆さんが歯科衛生士会に入ってよかったと感じてもらえるように、時代の波に乗り輪を広げたいと思います。よろしくお願いいたします。

理事 (普及啓発) 原田 さとみ

引き続き、理事を務めさせていただきます。会員と共にイベントを通して、県民の口腔健康維持・増進のための普及啓発を行っていききたいと思っています。皆様のご協力、ご参加よろしくお願いいたします。

理事 (地域保健企画) 山内 千代

2期目の理事を務めさせていただきます。主に災害関係の事業を担当しており、今年度は、災害訓練、研修会、災害指針の改訂を進める予定です。今期もどうぞよろしくお願いいたします。

理事 (生涯歯科保健) 井之上 みどり

この度、2期目を務めさせていただきます。口腔健康管理地域支援リーダー登録事業を皆様に広く周知し、支援リーダーの皆様が地域で活躍できる環境づくりに尽力してまいります。よろしくお願いいたします。

理事 (基礎研修) 四方 雅子

今年度より基礎研修を担当することとなりました。歯科衛生士として必要な知識・技術の基礎力、応用力の充実を図り、専門性を高め実践に生かせるよう努めて参ります。

理事 (専門研修) 小澤 純子

引き続き2期目の理事を務めさせていただきます。まだまだ微力ですが、会員の皆様にとって興味ある専門研修の充実・深化を図れるよう歩みを進めて参ります。今後とも皆様のご協力を心よりお願い申し上げます。

理事 (特定研修) 西井 美佳

特定研修では、医科歯科および多職種間の連携を強化することを目的に、研修会の企画運営を担当しています。他の研修会とも積極的に連携を図りながら、有病者への口腔衛生管理に関するスキルの向上を目指した企画づくりに取り組んでいきたいと考えています。

理事 (広報・情報管理) 占部 美由

この度、広報・情報管理委員会を担当させていただきます。情報発信や活動記録を通じて、会のさらなる発展に貢献できるよう努めてまいります。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

理事 (会員拡大) 肥塚 美奈子

会員拡大委員会は、共に社会貢献できる会員を増強するため、活動しています。本会の魅力を周知し必要性をご理解いただき、入会促進に繋がるよう活動してまいりたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

理事 (受託事業調整) 池崎 雅代

引き続き担当させていただきます。受託事業調整委員会では補助事業及び委託事業を協議かつスムーズに進んでまいります。皆様の歯科衛生士のライセンスが生かれますようサポートさせていただきます。

理事 (会計) 門脇 洋子

今年度より会計担当理事を拝命いたしました。これまでの経験を生かしながら執行部や事務局との連携をとってまいります。多方面で歯科衛生士が更なる活躍ができるよう尽力してまいります。

監 事 高橋 千鶴

6年ぶりに監事を拝命され、公益法人法の改正により、より社会の変化に柔軟に対応し、効果的な公益活動を行えるようになると期待されている職責を果たしてまいりたいと思っています。よろしくお願いいたします。

監 事 花房 千重美

監事に就任しまして3期目に入ります。引き続き会の発展に役員として尽力できること、大変有意義と思っております。事業運営、会計業務等、しっかり監査して参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

歯科衛生士スキルアップセミナー

(専門研修委員会)

全身疾患を学ぶ

一脳血管患者さんへの診療室での対応一

二宮 静香 氏 福岡リハビリテーション病院・歯科衛生士長

講師の二宮氏から、①脳血管疾患の基礎知識、②危険因子への配慮、③後遺症、④口腔の特徴についてご講演をいただきました。患者さんが自立していくまでのプロセスをイメージし、具体的に目標を設定した歯科支援が行われた多くの症例を通じて、歯科診療で気をつけておきたいこと、多職種連携との関わり方、口腔のみならず患者の全体像を把握する視点などを学ぶことができました。

受講者からは、客観的評価の重要性を改めて感じた、患者さんの生活全体を考えた関わりが大切だと思った、疾患を深く知って歯科アプローチをしていくことの大切さがわかった、麻痺が利き腕ではないとブラッシングは容易と考えていたが



二宮 静香 氏



配信画面

注意しなければならない点があることがわかった、回復期のレベルに応じての口腔清掃の目標設定がわかりやすかった、などの感想を聞くことができました。

病院・診療所・在宅を問わずどの分野でも、脳血管疾患の既往がある患者さんと私たち歯科衛生士が関わるため、今後の歯科衛生ケアに役立てていきたいと思います。

令和7年度 健康公開講座 (普及啓発委員会)

日 時 令和7年6月29日(日)14:00~15:30

開催方法 リモート配信型

受講者 107名(会員83名、会員外24名)



松山 美和 氏

糖尿病重症化予防のための 歯科的アプローチ

松山 美和 氏

徳島大学大学院医歯薬学研究部
口腔機能管理学分野 教授
歯科医師



配信の様子

今年度の健康公開講座は6月4日~10日の歯と口の健康週間にちなみ、6月に開催しました。兵庫県では糖尿病性腎重症化予防プログラムに取り組んでいることから、講師に松山先生をお迎えし、WEB開催での講演を行いました。当日は募集定員を超える大勢の参加があり、事前質問も多くこのテーマへの関心の高さがうかがえました。まずは、兵庫県での取り組みをご紹介いただいたことで、腎症重症化予防がいかに重要であるかを認識することから始まりました。

糖尿病の基本的な知識、歯周病との深い相互関係、また口腔内の炎症のコントロールが糖尿病の重症化予防に繋がるため、歯科保健指導の意義や重要性を科学的な視点と実践的な知見から分かり易くお話いただきました。

参加者からは、「糖尿病と歯周病の深い関係に気付けた、定期的な歯科受診を続けたい」「糖尿病は中年層に多いと思っていたが、高齢者への支援も重要と感じた」といった声が寄せられました。

例年に比べて一般参加の申込や質問が多く、県民対象という講座の目的・意義に沿ったものになりました。今後も口腔への関心が高まるテーマで企画していきます。

卒後研修必修プログラム (基礎研修) (基礎研修委員会)

卒後研修必修プログラムは、今年で12年を迎え、延べ4,000人の方に受講していただきました。これまでも多くの方にご参加をいただき、厚くお礼を申し上げます。

時代のニーズに沿った新たな歯科衛生士の活躍を見据えた学び、専門性の強化を主軸としたキャリアアップの支援となるよう進めております。講師の方々も多職種の専門性の高い方々で構成されており、最新の知識や技術を情報提供できるようにしております。人生を豊かにするコミュニティの場となるよう委員会として力を注いでいます。

7月アドバンス、10月ベーシック、12月スペシャリストの3コースは学習内容の基準として各就業年数をお知らせしてい

ますが、ご興味いただいた演題がございましたら、年数に関わらずご参加ください。各コースでの修了としていきますので、未受講や未完了のコースがありましたらこの機会にぜひお申込みください。

※アドバンスコースの申し込みは終了しました。
その他コースの詳細・申し込みはHPをご確認ください。

ベーシックコース	アドバンスコース	スペシャリストコース
I 10月 5 日(日)	I 7月 6 日(日)	I 12月14日(日)
II 10月19日(日)	II 7月13日(日)	II 12月21日(日)

第2回 支部長会・リーダー研修会

日 時 令和7年2月2日(日)10:30~15:00
場 所 兵庫県歯科医師会館2階 第1・2会議室
出席者・受講者 支部役員25名

第2回支部長会が開催されました。今回の支部長会は、兵庫県歯科医師会館における最後の開催となりました。

午前の部では、各支部からの活動報告に続き、本会より令和7年度の事業計画案の概要説明、ならびに兵庫県からの補助金事業の進捗状況について報告がありました。続いて、本会事務所の移転について、兵庫県歯科医師会館建て替えに伴い、現事務所の継続使用が困難となるため、新たな事務所の確保が必要となる旨の説明がなされました。

さらに、創立60周年記念事業に関し、記念誌の作成および祝賀会の開催に向けて、各支部へのご協力が呼びかけられました。

また、例年年度末に提出いただいている「事業報告書」と「次年度事業計画書」等について変更点と留意事項の共有を行いました。

午後からのリーダー研修会では、「MCI及び認知症の方への関わり方について」をテーマに、①認知症対応および調査報告書②認知症対応力向上研修会③リーフレットについて本会役員からの説明後、「リーフレットの活用について」グループワークが行われ、各グループから活発な意見が発表されるなど、有意義な意見交換の場となりました。



口腔健康管理地域支援リーダー登録者連絡会

(生涯歯科保健委員会)

日 時 令和7年3月9日(日)10:00~11:30
開催方法 リモート配信型
参加者 56名(口腔健康管理地域支援リーダー登録者44名
 登録者でない会員11名
 兵庫県保健医療部健康増進課から1名)

3回目の「口腔健康管理地域支援リーダー登録者連絡会」をリモート開催しました。

令和5年度口腔健康管理地域支援リーダー活動集計結果報告、令和6年度訪問歯科衛生士の人材育成事業の報告、令和6年11月に実施した口腔健康管理地域支援リーダーアンケート結果報告を行いました。続いて今回の連絡会は令和6年度訪問歯科衛生士の人材育成事業の報告会として、出務された方の中から指導歯科衛生士3名、実習歯科衛生士2名の方に報告、発表をしていただきました。実習を経験して指導歯科衛生士、実習歯科衛生士それぞれの立場、視点での感想や学びをお話ししていただき、訪問口腔健康管理に従事している、または今後従事したいと思っている歯科衛生士にとって興味深く参考になる内容でした。

また後半の意見交換会では口腔健康管理地域支援リーダーとしての活動について、多くのご意見を伺うことができました。参加していただいた皆さんの今後に役立つ連絡会になったと思います。



令和6年度 歯科衛生士ブラッシュアップセミナー

日 時 令和7年3月16日(日)13:30~15:30
場 所 兵庫県立のじぎく会館 ふれあいルーム
受講者 12名(会員)

視聴

「歯科衛生士に必要な業務記録の書き方」
 DH-KEN eラーニング

鳥山 佳則 氏 歯科医師 東京歯科大学 歯科医療管理学教授



鳥山 佳則 氏



セミナー風景

グループディスカッション

今回、初めてDH-KENのeラーニングを用いた研修を開催しました。講義内容は歯科衛生士に必要な業務記録の書き方と必要性、診療記録全般に求められる要件(判読できること・正しいこと・保存可能なこと)について基本的な知識が主でしたが、eラーニング後のディスカッションでは、臨床における歯科衛生士業務記録の現状、課題について共有できました。必要な情報を簡潔にまとめるための記載内容の工夫や、実際の記録

業務に関する時間とマンパワーの課題、スタッフ間の情報共有などについて様々な意見が出されました。

医療機関としての情報管理を踏まえたうえで、かかりつけ歯科医療機関としての患者の成長、生活に寄り添える業務記録の工夫点と、簡潔でシンプルな記録の工夫など、様々な情報交換の機会となりました。受講者は少人数ではありましたが有意義な研修となりました。

兵庫県歯科衛生士センターだより



はみい ぴかるん

○第2回兵庫県歯科衛生士センター研修会

日 時 令和7年2月16日(日)13:30~15:30 リモート配信
会 場 兵庫県歯科医師会館3階第10会議室より配信
受講者 42名(会員36名、会員外6名)

「避難所等における ボランティア活動について」

講師 頼政 良太 氏
 関西学院大学 人間福祉学部助教
 被災地NGO協働センター代表



頼政 良太 氏

生きる力を被災者が取り戻すための支援をするのが災害ボランティアの役割とのお話から講演が始まりました。災害関

連死が増加しており避難所生活を快適にする工夫が必要とのことでした。災害ボランティアというハードルが高く感じてしまっていますが自分にもできることがあると気づきました。普段から大変な人がより大変になる災害時、多様化する避難所や避難所でのさまざまなニーズについてなど、とても勉強になりました。

質疑応答で「コミュニケーションで一番心がけていることは何ですか?」との受講者からの質問に、「自分がしゃべりすぎない、体験を無理に引き出さそうとして調査になってしまうと相手の心が晴れない。」とのお答えをいただきました。歯科衛生士としての災害派遣の一員でなくても、被災者のお話の「傾聴」と「寄り添う」こと、「人として関わりを持つ」ことがケアにつながることを知りました。

○兵庫県歯科衛生士会主催

「未来へつなぐ歯と口の健康
 ～知って得するお口のケア～」イベント
 はみい・ぴかるん会場にGO!

日 時 令和7年6月4日(水)
 10:00~16:00

新事務所の四宮神社社会館会議室にて、行われたイベントに歯科衛生士センターのコーナーを設け、センター公式キャラクター「はみい・ぴかるん」も参加してきました。お近くの方や大学生など32名が来場され、歯の相談コーナーや歯科衛生士になってみよう、はみい・ぴかるんと写真撮影・はみい・ぴかるんのぬり絵などの内容で盛り上がりしました。お楽しみ抽選会も好評で、展示物を興味深くご覧いただきました。



兵庫県内の地域活動の様子やセンターを、
 インスタグラムで公開しています。

こちらからどうぞ→
 兵庫県歯科衛生士センター
 インスタグラム



@HDC_2021

○歯科衛生士センターへの登録

会員の皆様も、ぜひご登録ください(登録無料)。登録後には、メールマガジン等により最新の情報が届きます。登録された内容(個別・地域別・登録内容別など)に応じた配信も始めています。本会会員の方の中には、自動登録とお考えの方があるようですが、センター登録が必要です。ご登録がまだの方はセンターウェブサイトからご登録をお願いします。また、お知り合いの歯科衛生士の方にもお声かけをお願いいたします。

詳細・登録はセンターのウェブサイトをご覧ください。

兵庫県歯科衛生士センター
 ウェブサイト



みんなで WAI WAI コーナー

ほっと
 タイム

テーマ 「あなたのホッとする時間」

Q & A

今回は、主に2月開催の支部長会で「WAIWAIコーナー」に掲載するコメントを募集しました。ご協力いただきありがとうございました。

Q

- ① あなたのホッとする時間(リラックスタイム)はいつですか? ② あなたの「推し」を教えてください。
 ③ あなたのはまっている「沼」は? ④ その他、あなたの元気の素を教えてください。

A

Y.R.さん
 (中播磨支部)

- ① ウクレレを弾く時
 ② 桂吉弥
 ③ ウクレレ・落語・パン作り・酒蔵探訪
 ④ 一人時間の充実と、夫婦での外出や家飲み



A

H.Y.さん
 (神戸支部)

- ① 電気毛布で温めたあったかいお布団に入る時が幸せです
 ② キキララ
 ③ 新規開拓して色んなお店のモーニングを食べて、優雅な一人時間を過ごす事です♡
 ④ 身体が喜ぶものを食す事が元気のもとです

