

中国ろうきん友の会だより

第209号 2025年(令和7年)3月

尾道地区ろうきん友の会報告

日帰り旅行を開催しました

会長 清水 和隆

2024年11月13日(水)、日帰り旅行を開催しました。行き先は「やまだ屋」手焼き体験と熊野町の「筆の里工房」の見学を行いました。今年度は26名の参加となり、友の会会員の交流を行い、楽しい一日を過ごすことができました。

やまだ屋では、広島銘菓「もみじ饅頭」の手焼き体験をし、焼き立てのアツアツのもみじ饅頭を食べる方、家族にお土産として持って帰る方、さらにたくさんのもみじ饅頭をお土産として買われる方までにぎわいました。当日は作業レーンが休業のため見学はできませんでしたが、手焼き体験に参加者は盛りあがって、「今度は家族と来たい」などの感想もいただきました。

筆の里工房では、絵手紙の展示で感動し高価な筆の販売に驚きました。

たくさんの思い出とたくさんのお土産を持って、みなさん帰路に着かれました。



尾道地区ろうきん友の会報告

～趣味の会 呼吸法&健康体操～

会長 清水 和隆

11月22日午前10時から支店会議室2階で開催し、14名の参加がありました。会場には笑顔と笑い声が溢れてあっという間の楽しい1時間半が過ぎました。お互いに親しみ合い、身も心も軽くなって喜んで帰っていただけたら、こんなに有難いことはありません。

また、加齢に伴うからだの変化に気づいて、各自が一つでも持ち帰って続けられ健康増進に役立っていただけたらと思います。会員が元気に生活できて「友の会」の絆が一層深まることを願っています。

取り組んだ内容を簡単に紹介します。

1. 参加者の緊張を取り除き、心合わせするために二つの事をしました。楕円形の輪になって椅子に座りました。一つは、その場で立ち上がり「あくび呼吸法、背伸び深呼吸法」をして気持ちをほぐしました。身体の要求から自然に生まれてくる動きにあくびとかのびがありますが、それは生命がアンバランスを直すためにする自然の動きですが、呼吸法として行い、参加者の緊張をほぐしました。

二つは、楕円形の輪の状態全員で手をつないで(左手のひらを上に右手のひらを下側に)、体を流れているエネルギーを最初は左に流れているとイメージし、次にエネルギーが右に流れているとイメージして想念で体の中にエネルギーの流れを作り出しました。気持ちの上で一体感を作って心合わせをしました。



2. ポーズを楽しむでは

一つは、準備運動として呼吸体操（呼吸筋ストレッチ体操）をしました。立位で両腕を横に広げて息を吸いながら手のひらを後ろにねじり、息を吐きながら前にねじりを繰り返して肩回りを柔軟にしました。そして両腕を前後に、左右、ねじり、上下に動かし、両手を頭上に引き上げて手のひらを返して、腰を回転させて全身の血行を良くし、胸周りを柔軟にしました。

二つは、ポーズとしてトリコアサナとバランス体操をして楽しみました。



3. 休憩をはさみおしゃべりタイムを設けて話に花が咲いていました。

また、先ほどのバランス体操でうまくできなかった参加者は、バランスをとる練習を熱心にされていました。



4. 呼吸を大切にでは

基本の呼吸の腹式、胸式、鎖骨呼吸を練習して次に完全呼吸法、浄化呼吸法をして深い呼吸を体験しました。

5. 呼吸法を生活で活かすでは

気力充実呼吸法をしました。心配事を抱えたり元気が出ないとき頭で頑張ろうと決意しても気持ちの切り替えが難しいとき、呼吸を変えることでやる気を引き出す呼吸法を体験しました。



6. 笑いヨガ

最後に全員が輪になって手をつないで「ワッハッハッ、ハッハッハッ」と最初はおかしくない中で笑い声を出し続けると途中から本当におかしくなり、腹の底から声を出して笑い転げるくらい大いに盛り上がりました。



尾道地区ろうきん友の会報告

忘年会を開催しました

会長 清水 和隆

2024年12月4日(水)、5年ぶりに忘年会を開催しました。参加者は20名で、尾道地区労働者福祉協議会 前田事務局長・勤労者協会東部支所 高橋所長・中国労働金庫尾道支店 森下支店長に来賓でご参加をいただきました。

延廣幹事による「美味しくお酒を飲む」ためのヨガを行い、乾杯となりました。ビンゴゲームで盛りあがった2時間でした。



前田事務局長



高橋所長



森下支店長



岩国地区ろうきん友の会活動報告

役員会・役員懇親会を開催

2025年1月30日（木）、役員7名とろうきん岩国支店2名が参加し、今年度第3回の役員会を開催しました。また、役員会後には、2024年の振り返りと新たな年への想いを胸に懇親会を開催し交流を深めました。

役員会では、3月開催予定の趣味の会「グラウンドゴルフ大会」の開催内容の協議、中国ろうきん友の会山口県連絡会の報告を受けて、岩国地区における課題等について話し合いを行いました。そして、役員会後の懇親会では、忌憚のない意見交換や昔話に花が咲き、和やかで楽しい時間となりました。

次回のグラウンドゴルフ大会を含め、今後も会員のみなさんが参加したくなるような取組を計画していきたいと思います。



真剣な表情で協議中です



話の花が咲いています



雲南地区ろうきん友の会報告

2024 年度第 1 回『健康教室』を開催しました！

【会長:多根 章生】

2024年7月25日木曜日、今年度の第1回「健康教室」を雲南市木次町の『サンワーク木次』にて10名の参加者のもと、開催しました。

身体教育医学研究所うんなんのスタッフから健脚度測定の説明を受け、プログラムに沿って4つの項目の運動を実施しました。

運動後、各自の測定結果を配布、スタッフからの結果説明があり、老後の最大の不安である“健康”について、日頃から関心をもってもらえればと感じました。

【事務局長:小林 寿朗】

目標！

健脚度測定で自身の身体の状態を知り、
普段の健康につなげること

歳とったなあ～…

- ◎転びやすくなった
- ◎つまづきやすくなった
- ◎ちょっと歩くだけでしんどい…
- ◎のろのろと歩くようになってきた



参加者のみなさん

昔はもっとがんばれた
のになあ…



- ◎やろうと思っても
すぐに動けない
- ◎歩くスピードが遅くなってきた
- ◎すぐに何かに掴まってしまう
- ◎座った状態から立つのがつらい

筋肉とバランスを
強化する運動を
心がけましょう！
「転倒防止のために」



受付

アンケート記入・身長体重測定・血圧測定



スタッフの皆さん①



スタッフの皆さん②



挨拶



多根会長



松井支店長

測定



10m 全力歩行(歩く)



最大一步幅(またぐ)



継ぎ足歩行(バランス)



踏み台昇降(のぼっておりて)

測定結果の説明



測定結果どれどれ…



スタッフからくわしく



前回よりどげかいな？

おつかれさま



雲南地区ろうきん友の会報告

第 13 回グラウンドゴルフ大会開催！

【日本グラウンドゴルフ協会認定コース】

【会長:多根 章生】

残暑厳しい9月24日(火曜日)開催されたグラウンドゴルフ大会には、会員 17 名が参加。奥出雲町のグリーンヒルさとうのゴルフ場で行なわれました。ここのゴルフ場には3つのコースがあり、第2、第3コースは日本グラウンドゴルフ協会認定の本格設計コースとなっています。

当日は第1、第2コースを使用して4チームに分かれて16ホールの激戦を繰り広げました。朝9時30分からの開会式では多根会長、松井支店長の挨拶、事務局から競技ルールの説明のあと競技スタート。参加者は会員同士コミュニケーションと親睦を図りながらも、上位入賞を目指しての大会となりました。

競技終了後、亀嵩温泉「玉峰山荘」へと移動して、懇親会と表彰式を行ないました。上位入賞者には、大人気『仁多米』と『仁多の特産品』、惜しくも上位入賞を逃した参加者には「ろうきん賞」を含む商品が全員に渡され、非常に喜ばれました。

わずかな時間でしたが、楽しいひとときを過ごし好評のうちに終了しました。

【事務局長:小林 寿朗】

優勝	妹尾 富徳	準優勝	加納 昂	第3位	多根 章生
----	-------	-----	------	-----	-------

(敬称略)



『グラウンドゴルフ』



参加者の皆さん①



参加者の皆さん②



参加者の皆さん③



参加者の皆さん④



届かな？



はい、ポーズ！



入れよ～！



石がジャマだねえ



うしろ、ナイスショット！

『懇親会』



多根会長あいさつ





『表彰式』



優勝の妹尾さん



準優勝の加納さん



第3位の多根さん



ろうきん賞の中島さん・内田さん



上位3名でバシヤリ！



東広島竹原地区友の会

2024 年度第 6 回役員会開催

第 2 回クリボラ、社会見学のほか、2025 年度通常総会議案を事前審議

東広島竹原地区友の会は、2月21日（金）、2024年度第6回役員会を開催しました。2025年度通常総会を4カ月後に控える中で、2024年度に予定していた社会見学が、受け入れ先の人数制限などの関係で軒並み断念せざるを得なくなるなどの影響で、他の分野の行事の繰り上げ実施などを審議したため、審議事項は以下のとおり12案件にのぼりました。

「相続登記研修会の総括と課題」、「第2回クリボラ（クリーンボランティア）の実施について」、「25年5月の社会見学について」、「2024年度社会貢献の寄付先について」、「2025年度通常総会議案の役員会審議日程について」、「総会第1号議案（2024年度活動報告（原案）」、「総会第2号議案原案（2024年度収支状況（1月31日現在）と決算見込み）」、「総会第4号議案（2025年度活動方針）原案」、「総会第5号議案（2025年度予算案）原案」、「2025年度通常総会の日程について」、「次回役員会および会計監査日程について」、「営業店推進幹事会役員への選出要請について」

審議では、第2回クリーンボランティア（3/11）の詳細、繰り延べされていた社会見学を「下瀬美術館とエディオンピースウィング広島」をコースに行う（5月）こと、年間の行事（総会を除く）参加者一人当たり100円を社会貢献に寄付する2024年度寄付先を「能登半島地震被災地」とするなど全議案を承認し、2時間15分に及んだ役員会を終了しました。



安来地区ろうきん友の会ニュース

第28回グラウンドゴルフ大会を開催



安来地区ろうきん友の会では10月31日、第28回グラウンドゴルフ大会を開催しました。会員39名が集い、曇り空ではありましたが健康的で楽しい一時を過ごしました。



成績

優勝 石原培雄氏
準優勝 前田俊江氏
第3位 原幸雄氏

安来地区労福協のボランティア活動(クリーンアップ作戦)に参加

9/21に開催された労福協の活動にろうきん友の会役員が参加しました。



安来港
周辺の
チーム



安来地区ろうきん友の会ニュース

ニュースポーツ大会を開催しました

安来地区ろうきん友の会は2月17日、雨で寒い中ではありましたが、ニュースポーツ大会を「ふれあいプラザ」において、会員22名が参加して開催しました。

競技前には安来レクリエーション協会の山根良雄会長の指導で、安来市民の唄「ふるさと安来」に合わせた準備体操が行われました。

競技はスカットボール、バッコ、ラダーゲッター、輪投げの4種目でそれぞれ3回行い、合計点での得点で競い合われました。



挨拶する藤原会長と恩田支店長



「ふるさと安来」で準備体操



競技説明の山根氏



スカットボール



雲南地区ろうきん友の会報告

～今年度第2回健康教室！



“紅葉のさくらおろち湖”ウォーキング～

【 会長:多根 章生 】

11月8日(金曜日)22名の参加で行なわれた、今回が4回目となる「尾原ダム(さくらおろち湖)ウォーキング」。

健康教室の取り組みのひとつであるこのウォーキング。参加者は「身体教育医学研究所うんなん」のスタッフから、『「歳を取ったなあ～」「ちょっと前まではもっとがんばれたのになあ」と思うようになったら、フレイル(虚弱状態)予防のための運動として、毎日の散歩や行動ができる範囲内で身体を動かす習慣をつけてほしい』と挨拶があり、みんなで準備運動をしたあとさっそくスタート地点へ。

コースはロングコース(4.4 km)と、(昨年までの「2.8 km」を参加者からの要望で短縮した)ショートコース(2.0 km)を設定して、参加者は好きなコースを選択して歩きました。参加者の中には地域のウォーキング協会の指導者の方もおられ、歩き方や歩くスピードについての助言もありました。日頃からウォーキングをしている参加者から「ペースが少し遅いよ！」と声をかけられる場面もあり、びっくりしました。

今年の紅葉は暑さの影響で例年よりかなり遅れており、ダム湖周辺の木々の紅葉が水面に映える景色は残念ながら望めませんでしたが、参加者全員が楽しみながら無事に完歩しました。

ウォーキング後は道の駅おろちの里「農家レストランふる里亭」にてバイキング形式の昼食をしたあと、会長からの終わりの挨拶で、解散しました。

【 事務局長:小林 寿朗 】



多根会長あいさつ



松井支店長あいさつ



参加者のみなさん

ウォーキング



吾郷チーフあいさつ



スタッフの皆さん



準備運動



コースからの眺め



尾原ダム堤防



リタイヤ収容役の支店長



ロングコース参加者の皆さん



昼食



バイキング料金表



バイキング料理の数々



取りすぎかな～



スタッフの皆さんも🍷



おかわり何回目？



何かな？



テーブルごとに話の花が咲く



おいしいねっ！

宇部地区ろうきん友の会だより

秋の親睦旅行の報告(^^♪

2024年11月13日(水)~14日(木)、天候に恵まれたなか、参加者28名にて、山陰地方へ秋の親睦一泊旅行へ行ってきました!!

初日は、朝6時20分小野田市役所を出発。参加者の待つ宇部市内バス停を順にまわり、山陽道・中国道・松江道を経由して、お昼は、島根県雲南市にある農家レストランにて郷土料理を堪能しました。午後からは、「神在月」として神在祭で賑わう「出雲大社」を参拝した後、「花と鳥の楽園・松江フォーゲルパーク」を訪問しました。宿泊先は、玉造温泉にて、「名湯・名旅館」として有名な「佳翠苑 皆実」に宿泊し、温泉を楽しむとともに、全員参加の宴会では、大いに交流をしました。

二日目は、松江市内で「お茶と銘菓めぐり」をした後に、「足立美術館」を訪問。世界が認めた日本一の庭園と北王路魯山人の陶芸・現代日本画をはじめとした数々の作品を楽しみました。旅の最後は、「道の駅 酒造奥出雲交流館」にて、銘酒の試飲とお土産を購入し帰路につきました。

今回は、5年ぶりの一泊旅行でしたが、久しぶりの参加者のみなさんの笑顔も映えていました!!!
それでは、旅行の風景を掲載します!

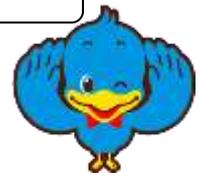
足立美術館にて集合写真





広島地区ろうきん友の会活動報告

第6回役員会を開催 各種行事の日程・内容を確定しました！



第6回役員会を2025年2月14日(木)中国労金本店営業部2F『LC 応接室』で開催しました。井原会長・近藤部長の挨拶の後、津田事務局長の司会のもと事務局より1月の活動報告を行いました。

☆活動報告☆

・1月に「友の会活動報告」を発行しています。中国ろうきん友の会のホームページにも掲載されています。本年度の発行は6回となりました。今後もタイムリーな情報発信に努めます。

引き続き事務局より『独自バスツアー』・『定期総会』について、アンケート・予算内容・執行状況等の説明を受けたのち意見交換に入りました。行事の一層の充実・参加しやすい内容・適正な費用設定の観点から話し合った結果、下記の通り確定しました。

独 自 バ ス 旅 行

たいへん好評で期待の声も高いことから、例年通り年2回(春・秋)実施します。

行き先も例年通り近場日帰りとなりました。

今春の「春のバスツアー」は4月26日(土)、行き先は「新緑の仏通寺と満足タコ料理グルメツアー(八天堂クリームパン作り体験コース付(仮称))」としました。なお、諸物価の高騰に対応し独自バス旅行の予算額を前倒して見直すことも確認されました。

定 期 総 会

開催時期は規約通り6月まで、講演会・懇親会も例年通り同時開催し、会場も集まりやすいワークピア広島となりました。懇親会のうち「ビンゴ大会」は中止し、新たに「会員同士の交流」を企画します。参加費用も参加しやすい金額に改定し具体的には後日発表することになりました。

本年の定期総会は6月5日(木)ワークピア広島で開催し、定期総会予算額も諸物価高騰に対応して前倒して見直すことが確認されました。

【今後の予定】次回役員会は4月10日(木)午後14時からです。



【熱心に議論を行う役員たち】

「じゃ、この方向でええね」「はい」

「ところでこのメガネ、誰のかいの？」

前回の役員会報告にもメガネとジョージアのブラックが写っています。

何か意図的な写真撮影ですね。

ところでメガネの持ち主がわかった方は「しあわせ」が読めるかもしれません。

わかった方は「ひろしま地区ろうきん友の会事務局」までご連絡ください。

ヒントはどうぞジョージアのカフェラテが好物で、そういえばこの週はセブンでカフェラテ

購入すると無料券発行していたな。無料券を愛するセブン好きか?! でもセコいな。

一人だけペットボトルでチビチビ飲んでますね。誰かな?



臨時総会と会員研修会を開催

報告者：近藤事務局長

臨時総会では 津山地区ろうきん友の会と柵原地区ろうきん友の会の合併を決議

2月13日（木）、グリーンヒルズ津山リージョンセンターにおいて会員173名の出席（出席予定者196名、当日欠席23名）をいただき開催しました。

議案が合併審議のみということもあり、総会終了後会員研修会を合わせて開催することにしました。

総会開会にあたり、司会者より総会運営について略式進行で行う旨の提案を行い、承認を受けたのちろうきん津山支店・奥村重人支店長と柵原地区ろうきん友の会・山下修会長を来賓に迎えご挨拶をいただきました。

次いで議案審議に入りました。近藤事務局長が議案説明のあと質疑を行いました。特になく、採決に入り全員の拍手により両地区の合併が承認されました。

議案

1 津山地区ろうきん友の会と柵原地区ろうきん友の会の合併承認の件

(1) 合併に至る理由と経過

2024年7月3日、柵原地区ろうきん友の会よりろうきん津山支店を介して津山地区ろうきん友の会に対して合併の申し入れがあり協議を開始しました。

合併の申し入れ理由は、

1. 会員の高齢化と役員の高齢化のため今後の運営が困難になった
 2. 会員の減少と新規会員の増加が見込めない
 3. 財政収入が減少し活動資金が限界になりつつある
- の3点です。

特に役員の高齢化が深刻で、会員も高齢化しているため役員の補充も困難な状況にあり現役員で決断すべきと判断した、と報告を受けました。

協議は両地区三役による合同三役会議を経て、両地区役員会に報告承認を得ることとしました。7月3日の第1回合同三役会議以降、両地区事務局により課題を整理し、8月26日に第2回の合同三役会議を開催し、双方が合意したことにより両地区役員会に報告しました。

津山地区役員会は協議した結果、柵原地区を編入合併することを承認しました。そして、両地区とも総会を開催し会員に承認を得る手続きに入ることを確認しました。

(2) 合併期日：2025年4月1日

(3) 合併方法：津山地区ろうきん友の会は柵原地区ろうきん友の会を編入合併する。

(4) 合併後の名称：「津山地区ろうきん友の会」

(5) 柵原地区の財産：合併期日をもって全て津山地区ろうきん友の会に帰属する。

なお4月1日以降に発生した収入、支出も津山地区ろうきん友の会が引き継ぐ。

(6) 合併後の役員補充：柵原地区から2025年4月1日より2名（副会長1名、幹事1名）を補充する。

【参考】

●両地区の会員数

2024年10月末 津山地区 1,323人、柵原地区 320人 合計 1,643人

合併により津山地区友の会は会員数1,643名となります。

柵原地区は結成以来39年の歴史を閉じますが津山地区友の会もその歴史を踏まえながら、新しい役員に柵原地区の方を迎え活動に取り組んでいきます。

会場の様子



研修会では、

「健康で100歳を迎えるために」をテーマに、津山市役所の健康増進課より安本勝博氏を講師にお願いしました。安本氏は作業療法士の資格も持っておられ、津山市の地域活動、高齢者への健康増進に取り組み「こけない体操」を発案され幅広く活動されています。



安本氏の講演

講演では、「私の話は覚える必要はありません。この会場を出たときには忘れていきますから。」と笑いのトークに始まり、スクリーンを見て参加者に問いかけをしながら楽しい話術に取り込まれました。

健康の秘訣を最後に、

「チャアチャア」とよくしゃべり！

「ゴソゴソ」と家でも動き回り！

「パクパク」としっかり食べる！

続いて、「今日から始める終活講座」をテーマにろうきん営業推進部・資産形成アドバイザーの山下主則講師により、参加者全員にプレゼントした「エンディングノート」を活用する終活へのアドバイスとノートの書き方を話していただきました。相続が争族にならないように今から始めましょうと！



山下氏の講演

津山市役所退職者説明会にろうきんと参加

2月14日、津山市役所を3月末に退職する職員の方への説明会がありました。この説明会は人事課が行うものですが、慣例により説明会最後に労働組合の時間がセットされています。その時間に津山市職労退職者会への勧誘とろうきんの退職後のお取引の説明をしています。

今年は労組の許可をいただき、ろうきんの説明に合わせて初めてろうきん友の会への勧誘の時間をいただきました。

友の会から近藤事務局長が参加し、津山地区ろうきん友の会活動の紹介と友の会への入会、ろうきんへの預金協力をお願いしました。

労働組合との連携をという点で、大変意義ある取り組みになりました。

趣味の活動 「そば打ち体験」

3月2日(日曜日)9時から、江津地区ろうきん友の会の会員35名は「嘉久志コミュニティーセンター」で、そば打ち体験のイベントを行いました。

何か趣味の活動を始めようと思い、役員や会員の中に経験者がおられ、その方の指導の下、コロナの影響で5年ぶりに実施することになりました。

ほとんどの方は例年参加された人が多く、去年の経験を活かし四苦八苦しながら経験者の方に教えられた通りの手順を守りながら4班に分かれて、粉を混ぜ、ねり、伸ばし、たたみ、切る、その間約40分。参加者の皆様はお互い助け合いながら無我夢中で頑張っておられました。

作業終了の班ごとに茹で上がった順番に味わいました。自分たちの作ったそばは、細かったり太かったりで見映えが悪かったり、固かったりしたのもありましたが、体験としては上出来であり、おいしいそばに頬も緩んでいました。皆様は自分の打ったソバを持ち帰っておられました。

今後も皆様の御意見を伺いながら、色々な趣味の活動を考え、できるだけ多くの会員の皆様が参加していただけるように努めていきたいと考えています。

～そば打ち風景～





2024 年度親睦日帰り旅行を開催しました!!

会長 中野 威

防府地区ろうきん友の会は、2024年12月5日（木）1週間遅れの紅葉の中、昨年に引き続き日帰りバス旅行を萩市の「源泉の宿 萩本陣」で食べて、飲んで、ゆっくりしたい温泉の旅をモットーに参加者40名（内職員2名）で行いました。

防府駅の集合時間より多くの方が早めに集合され、予定通りの出発となりました。前日の晴天から当日は曇りで天気心配されましたが、途中から小雨となり肌寒い日となりました。

大型バスは、寝台列車瑞風のレトロ感ある色彩で、女性参加者が多くロマンチックなバスで初めて乗る方ばかりで、珍しく和やかな雰囲気となりました。出発時に大田事務局長から事務連絡、中野会長から友の会協力への感謝と会員拡大について、綿井支店長よりろうきん取引利用のお礼と、預けてロッキーチャンスのチラシを説明されました。途中、道の駅萩往道に立ち寄り、程なく目的地である萩本陣に到着し、正面玄関前で記念写真を撮りました。

懇親会場に移動すると、料理が美味しそうと浮き浮きされていました。乾杯と会長挨拶のあと待ちに待った会食が始まり、テーブルの上では萩の海の幸、みかん、銅物肉料理等次から次へと置かれていき、食べきれないほどの豪華な料理を満喫しました。宴たけなわの中、古都隔会長によるユーモアなクイズ問題で場が盛り上がり、歓声と拍手が起こり楽しい交流の場となりました。

メインの温泉は、広く数々の種類がありイオン濃度が高く、美肌や関節痛などに効果があるそうです。秋の紅葉した庭園を温泉に浸りながら情処ある風景を楽しむことができ、寒さも忘れゆっくり入浴できて皆さん満足されていました。

会場を後にして最後の道の駅「萩ーまーと」で新鮮な海産物などの買い物をし、帰りのバスで来年またの参加を約束しました。事故もなく無事予定通り帰路に就くことができたことに対してドライバーさんに感謝し、また会員相互の親睦を一層深めることができた一日旅となりました。

<萩市 源泉の宿 萩本陣にて記念写真>



住宅リフォームの悪質な 「点検商法」に 注意!

勧誘の手口は？



今日は無料(又は特別価格)で点検に来ました。

点検した後…

〇〇に不具合が見つかりました。このまま放置していると大変なことになりますよ。

心配ですから、ほかのところも点検しますよ。

- 消費者の不安な気持ちをおおる手口で、**「点検商法」**と呼ばれるものです。
- 悪質な業者から、実際には必要のないいくつものリフォーム工事を勧められ、数百万円にも及ぶ工事になることがあります。
- 工事をする場合、**必ず複数の業者から見積りをとるようにしましょう。**
- しつこく勧誘される場合は、あいまいな断り方をせず、**きっぱり断りましょう。**

おかしいな、困ったなと思ったら、一人で悩まず相談を

消費者ホットライン

■ 全国統一番号 ☎ (局番なし) 188

(身近な消費生活相談窓口につながります。受付時間は各相談窓口により異なります。)

※一部のIP電話、プリペイド式携帯電話からはご利用いただけません。

公益財団法人 住宅リフォーム・紛争処理支援センター

■ 住まいるダイヤル®(受付時間は10:00~17:00 土、日、祝休日及び年末年始を除く。)

☎0570-016-100 ※一部のIP電話からは☎03-3556-5147

■ リフォネット® リフォームの進め方 手順とポイント

URL <https://www.refonet.jp/csm/process/>

2024年度 新規加入申込書件数

2025年2月28日現在

鳥取県 (3)		島根県 (9)		岡山県 (11)		広島県 (15)		山口県 (13)	
鳥取	51	松江	12	岡山	15	広島	37	山口	19
倉吉	43	隠岐	1	岡山東	20	広島南	0	柳井	9
米子	35	安来	41	備前	3	三次	14	岩国	8
		出雲	22	玉野	21	庄原	6	下松	5
		大田	13	岡山西	17	広島東	27	光	5
		浜田	16	倉敷	29	大竹	12	徳山	33
		江津	3	柵原	3	呉	32	防府	11
		益田	8	津山	63	三原	13	宇部	22
		雲南	12	備中	12	因島	11	美祢	1
				児島	2	尾道	18	小野田	4
				水島	22	福山	26	下関	27
						府中	34	長門	6
						広島西	22	萩	12
						東広島竹原	84		
						鋼管町	17		
県合計	129	県合計	128	県合計	207	県合計	353	県合計	162
							51地区 総合計		979

2024年度 友の会だより投稿件数

2025年2月28日現在

鳥取県 (3)		島根県 (9)		岡山県 (11)		広島県 (15)		山口県 (13)	
鳥取	6	松江	21	岡山		広島	7	山口	1
倉吉	8	隠岐	4	岡山東		広島南	3	柳井	3
米子	3	安来	4	備前	1	三次	3	岩国	3
		出雲	4	玉野	7	庄原	1	下松	6
		大田	5	岡山西	3	広島東	1	光	4
		浜田	2	倉敷	4	大竹	2	徳山	2
		江津	3	柵原	1	呉		防府	2
		益田	3	津山	4	三原	4	宇部	1
		雲南	7	備中	4	因島	4	美祢	
				児島	1	尾道	7	小野田	
				水島	2	福山	8	下関	3
						府中		長門	1
						広島西	2	萩	4
						東広島竹原	10		
						鋼管町	2		
県合計	17	県合計	53	県合計	27	県合計	54	県合計	30
							51地区 総合計		181

事務局からのお願い

1. 役員が交代された場合は、「友の会だより」の送付先（各地区の三役の方）を変更いたしますので、役員名簿をご提出いただき、「友の会だより」の送付方法をお知らせください。
2. 「地区ろうきん友の会」の総会の日程が決まりましたら、ご一報ください。
「中国ろうきん友の会」会長からのお祝いメッセージをお送りいたします。
3. 総会終了後、総会議案書を事務局に送付ください。
4. 友の会だよりを、各地区の活動の参考にしてください。
今後ともイベント等がございましたら、情報提供をお願いいたします。
友の会だより投稿費は記事1件につき5,000円（上限4件20,000円まで）です。

事務局からのお知らせ

友の会だよりがホームページでご覧いただけるようになりました！



「活動報告⇒月次活動報告まとめ」からアクセスしてください。

お持ちのスマートフォンからもご覧いただけます。



各地区の最新活動情報などを公開しています。

友の会のホームページアドレス <https://rokin-tomonokai.jp>



★ 発 行 ★

中 国 ろ う き ん 友 の 会

〒732-0825 広島県広島市南区金屋町1-17 ワークピア広島5F

TEL : 082-261-6420 FAX : 082-261-0461

Mail : c.rokin-tomonokai@coda.ocn.ne.jp