

こうべ 医協ニュース

KOBE MEDICAL COOPERATIVE ASSOCIATION NEWS

646

JULY

2019.7



[特集] ヨガ

自然治癒力を取り戻す!
心と体を鍛えるヨガ



新西宮ヨットハーバー



私の趣味

鑑賞から創作へ
光を描く絵画の楽しみ



医業経営・税務

コンサルティング
期待し活躍する
事務長の条件とは



歴史旅

ひょうごの「名園」を訪ねて
明石公園 (明石市)

医師協からのおしらせ 理事会の報告、新規加入組合員、通常総代会の報告、医療機器購入のご案内
休診共済のご案内、夏のおすすめレジャーガイド

<https://www.kobe-ishikyo.or.jp>

神戸医師協

検索



特集

だれでも、いつでも、どこでも気軽に参加できる「生涯スポーツ」

自然治癒力を取り戻す！

心と体を鍛えるヨガ



呼吸法やポーズ、瞑想などを組み合わせさせて心身のバランスを整える「ヨガ」。トップアスリートがパフォーマンスを向上させるためにトレーニングに取り入れるなど、日本をはじめ世界中で大ブームになっています。今回は、そんなヨガの人気の理由を探るため、日本総合ヨガ普及協会の理事長であり、山本ヨガ研究所の所長である山本正子さんにお話をうかがいました。

瞑想に特化したヨガも！ 全部で30種類以上

「ヨガ」とひと口に言っても、高温多湿に保たれた室内で行う「ホットヨガ」や、妊婦向けの「マタニティヨガ」など、さまざまな種類があります。細かく分類すれば35種類ほどあるのだとか。中でも主流な5つのヨガについて、山本さんが教えていただきました。

● 沖ヨガ

「心」「体」「呼吸」「考え方」のバランスを取ることで、生き方を整えるヨガ。体の歪みに気づいてアーサナ（ポーズ）を行うだけではなく、食事など生活そのものを改善し、心身のトラブルを解消します。

● ハタヨガ

太陽（陽）を意味する「ハ」と、月（陰）を意味する「タ」を組み合わせたヨガ。体の「陰と陽」のバランス・配分を適切に保ち、調和することを目的にしています。

● ラジャヨガ

ヨガの心構えや教えを学び、瞑想を深めて悟りを目指すヨガ。考え方のクセを自覚し、精神面を鍛えることで、悩み解消に効果的です。

● アシユタンガヨガ

さまざまなアーサナを行うことで、エクササイズ効果が期待できるヨガ。比較的ハードな動きを希望する方や、ダイエットしたい方におすすめです。

● リラックスヨガ

心と体のリラックスを目的とした初心者向けのヨガ。仰向けで寝る形をとって脱力し、リラックスする「くつろぎのポーズ」や、呼吸法を中心にする緩やかなヨガなどが多く、心身と脳を休ませることで、自然治癒力を目覚めさせます。

「ヨガ」というと、いろんなポーズを取るイメージが強いかもしれませんが、本来はラジャヨガのように瞑想をするものであり、生きる道を求める哲学でもあります。さらに、体を動かすこと



インタビュー：
日本総合ヨガ普及協会 理事長
山本ヨガ研究所 所長
山本 正子 さん



取材先：
山本ヨガ研究所
〒657-0838
兵庫県神戸市灘区王子町 1-2-21-102
Tel: 078-861-0215
Email: office@yamamotoyoga.com
URL: <http://yamamotoyoga.com/>

で呼吸が深まり、代謝が上がります。『呼吸』は、『吸う』を『呼んでくる』と書きますが、息を吸うためにはまず息を吐かなければなりません。食事でも何でも体に“入れる”ことに意識が向きがちですが、ヨガではまず“出す”ことから始まります”。

1000万人超え!? ヨガ人口が増加中

そんなヨガの発祥は言わずと知れたインドですが、なんと6000年もの歴史があるといわれています。「ヨガジャーナル日本版調査」によると、2017年時点で日本のヨガ人口は約770万人で、2020年には1000万人を超える予想されています。約10人に一人がヨガをしているということになります。この大ブームの火付け役となったのがハリウッドセレブです。15年以上前から、その人気はとどまることなく、多くの人々に支持されています。

「オシャレなウェアが出てきたのも人気の理由だと思えます。現在、スタジオ以外に大学など40カ所以上でレッスンをしていますが、受講者数は毎週1000名程度にもなります。女性が多いたのですが、年齢は20〜80代までと幅広いです」。

また、旅先や自然の中でヨガをするのも流行っています。室内より屋外で行うほうが開放感を味わえてリラックスできるので自然治癒力も目覚め、効果的です。「更にヨガの呼吸



ヨガの道具には体を補助するものから、心を落ち着かせる道具などさまざまな道具があります。健康からリラクゼーションまで、心もカラダもリフレッシュ。

では、酸素だけではなく、プラナという太陽からのエネルギー（生命素）も体に取り入れると考えます”。

実は、現在のヨガブームは第二次で、第一次は先ほど紹介した沖ヨガの誕生がきっかけです。沖ヨガは、日本国内でのヨガの普及に尽力したヨガ指導者・沖正弘先生が考案した日本生まれのヨガです。戦後の教訓から得た「一人ひとりの心に平和心が生まれなければ、世界に平和は訪れない」という確信が息づいています。

節々の痛みを緩和し、 視力もアップ!

ヨガの受講者の中には、「膝が悪かったのに、正座ができるようになりました」「ぜん息の咳

が軽くなりました」「急性副鼻腔炎が早く改善しました」など、健康効果を実感されている方がたくさんいます。また、「股関節を広げるカエルのポーズとその他のための準備とほぐしで、骨盤の歪みが少し改善されました。歩きやすくなり、体幹もさらにアップしています。何より感動なのが、1日に3本もレッスンを受けたのに、疲れるどころか前から痛めている梨状筋辺りがよくなってきたことです」という方もいます。

実は、山本さん自身もヨガで健康を取り戻した一人です。「ヨガの指導中、生徒さんの体をサポートしたときに腰に激痛が走り、腰椎椎弓5番分離症と診断されました。寝ていても痛いほどで手術を勧められましたが、ヨガで体を整え、体幹を整えていくことで、1年ほどかかり

ましたが、手術をせずに全快しました」。

さらに、山本さんが神戸常盤大学の藤原椋准教授とともに発表した論文では、肩こりを感じている女性が、週に1回30分のヨガを4週間行った結果、肩こりの改善はもちろん、健康関連QOL(健康に関わる生活の質)の向上に役立つことがわかりました。

このほか、珍しい改善例もあります。「骨盤の歪みを整えることで、逆子に悩む妊婦さんが正常位にもどったことも度々あります。私が考案した視力向上ヨガでは、1回90分のレッスンで視力が平均で0.2アップします」。はしもと内科外科クリニック院長の橋本和哉先生によると、「視力向上ヨガを行うと、胸椎の上部周辺の筋肉や肩甲骨周りの筋肉を効率よく刺激できるので、心臓から脳への血液の流れが改善します。同時に、目の血流もよくなるので、視力も向上していきます」とのことです。

体験レッスンやイベントに 気軽に参加を

これからヨガを始める方におすすめなのが体験レッスンや、さまざまなヨガに出会える「YOGA DAY KOBE」「ヨガフェスタ」などのイベントです。年4〜5回開催されているので、気軽にヨガ体験ができます。「毎年6月に開催される『国際ヨガDAY関西』には、子ども連れなど老若男女問わず約1500人が集まります。7月には、静岡県県の『つま恋リゾート彩の郷』で、日本総合ヨガ普及協会主催のヨガ合

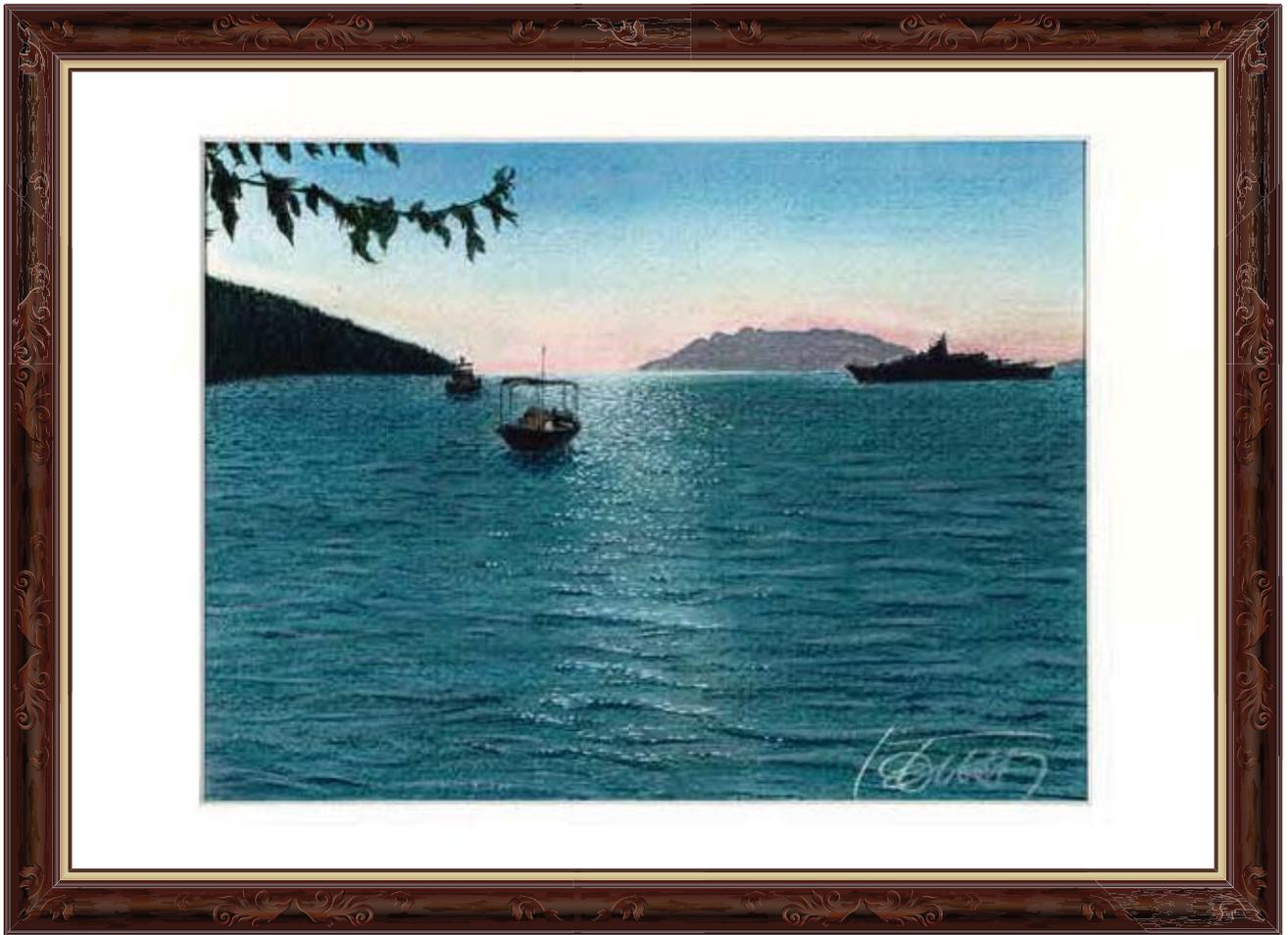
宿を開催します。ヨガが半分、温泉やテニス、乗馬などの楽しみが半分なので、初めての方も旅行気分に参加していただけます。誰でも、どこでも、いつからでも、気づいたときにスタートできるのがヨガの魅力です」。

ちなみに、山本さんとヨガとの出会いは偶然だったとのこと。「子どもが幼稚園に入って時間が取れるようになり、何か体へのサポートをしたいと考えていたところ、ある雑誌で見つけた『ヨガ』という言葉に、理由もなくクギ付けになりました。今から45年以上前のことで、インターネットなんてない時代でしたが、新聞に載っていた『ヨガ教室開催』の広告を偶然に見つけて入会したのが、たまたま沖正弘先生のお弟子さんが指導している教室でした」。



大型のイベントや、各教室の初心者イベントなどたくさんありますので、気軽に始めることができます。

何歳からでも始められ、健康維持・増進が期待できるヨガ。この機会にトライしてみてもいいかがでしょうか。「ヨガは一人一様と言われるように、自分の心と体に相談しながら自分に合った方法を見つけていく『生活ヨガ』であり、『生きるための道』です。無理のない、また無駄のない方法で取り組むことができるのがヨガです。体の歪みの修正法、東洋医学に基づいた予防医学として、幸福への旅立ちとして、自然治癒力の回復方法として誰でも取り組める『心と体の健康法』です。また、ヨガを始めると仲間が増えますし、もともとヨガはサンズクリット語で『つながり』という意味がありますので、ご興味のある方はぜひヨガに触れてみてください」。



西尾先生の作品「エピダウロス」



鑑賞から創作へ 光を描く絵画の愉しみ

私の趣味

今回の訪問先は、神戸市東灘区で「西尾耳鼻咽喉科」を営む西尾輝光さんです。
スケッチブックから始まった絵画への情熱をご紹介します！

診療できない日々を
パステル画が埋めてくれた

幼いころ、少年漫画を模写するような遊びはしていましたが、本格的に絵を習ったとか美術部に入ったといった経験はありません。そんな私が数十年前ぶりにスケッチブックを手にしたのは、1995年の阪神淡路大震災がきっかけでした。当時も、いまと同じ東灘区・深江に診療所を構えていたのですが、火災になったため被害が大きく、患者さんも私たちも診療どころではなかったですね。仕事にならず、ぽっかりと空いた時間を持て余していたとき、ふと目に入ったのが三男のスケッチブックだったのです。

たとえ趣味であろうとも、やるからには上手になりたいし、周囲に「おお！すごいなあ」と認めてもらいたい。そう思いませんか？ いままでやってきた釣りやゴルフといった趣味も、具体的な数字を掲げたり、ライバルとしのぎを削ったりしながら、熱心に打ち込んだものです。さっそく画法について解説した本を買ってきて通読してみました。本当は絵の具を重ねて輝きやグラデーションを出していく油絵が良かったのですが、絵の具の匂いがしたり、回りが汚れますので専用の部屋をひとつ持たねばなりません。それで、パステル画を選んだというわけです。

鑑賞するには印象派の絵が好きでしたから、モネのように光を表現することを目標にしました。最初に選んだ題材は、瀬田

の唐橋(滋賀県)です。出来栄を誰かに評価してもらいたくて、きちんと額装したものを知人に見せたら、「素敵な絵ですね。どなたが描いたのですか?」と返ってきてました。玄人が描いたように見えたと思うと嬉しいじゃないですか。以来、もっぱら風景画ばかりです。一度、家内を描いたことがありますが、人物画はそれが最初で最後になりました。

題材は、自分でみつめて写真を撮って書くこともあれば、家内が旅先で撮った写真を手に「これを描いてよ」とリクエストしてくることもあります。昨年の年末は、ノーベル賞について報道した新聞にストックホルムのシティホールを撮った夜景が載っていてピンと来たので、それを描きました。一枚一枚に、何かしらの記憶やエピソードが刻み込まれているので、時間を置いて自分の絵と再会するのも楽しいものです。たとえば、久しぶりに子どもの家を訪ねたら、描き始めたばかりのころ

プレゼントした作品を玄関に飾ってくれていて、とても嬉しかったですね。昔よりのほうが技術は上のはずですが、なかなか良く描けていました(笑)。文字通りの自画自賛と自「満足ですが、おそろく懸命に時間をかけ、工夫を重ねて描いたのだろ」と、当時の自分を思い起こしました。

没頭し過ぎる気持ちを抑え 長く描き溜めた作品で個展開催

始めたばかりのころ、ちょっと困ったのが「夜を徹して描いてしまおうこと」でした。気が乗らないと、まったく筆が進まない半面、描き始めて没頭すると終わりがありません。「一刻も早く完成したところが見たい」という気持ちで勝り、睡眠不足がどうだとか健康に悪いとか、そういう観念が吹き飛んでしまうのです。さすがに20年以上続けてきた今では、はやる気持ちを抑えて、ほどほどのところ

トップできるようにになりました。ゴルフをやっていたときも、技術の向上だけでなく精神面のマネジメントが大事だと学ばせてもらいましたが、スポーツに限らず絵画であっても、気持ちのコントロールが肝心なようです。

そうやって書き続けてきたおかげで、3年ほど前にリーガロイヤルホテル(大阪)のギャラリーで初の個展を開くことができました。実は、家内がバレエや音楽、演劇、古典芸能等のプロデュースを仕事にしており、素人画家の私までプロデュースしてくれたというわけです。内輪だけで見ていたものを、たくさんの方々にお披露目できるのは嬉しいことです。時には欲しいと言ってくださる方にお譲りすることもありますが、飾られた場所での別の方がご覧になって、自分にも描いてほしいとご縁が広がっていくのが嬉しく、ほかの趣味にはない面白さだと感じます。

さらに昨年、古希を迎えた記念に二度目の個展を開催しました。誕生会に「365日日本一周絶景の旅」「365日世界一周絶景の旅」という写真集をプレゼントしてくれた子供たちから、「僕たちの誕生日に合わせて絵を描いて」とねだられて、つい安請け合ってしまったのですが、うちの長男と次男は双子です。玄人画家のように同じ絵を二枚描こうか、日本編と世界編から一枚ずつ描いたほうがいいのかと思索しているところ

えを感じると楽しめなくなりますが、絵画はマイペースで続けられますから、焦らず、根を詰め過ぎず、誰からも「キレイだな」と感じていただける作品が描けるよう、コツコツやっていこうと思います。

美術館巡りはリフレッシュにも

これから新しい趣味として絵を始めようという方なら、まず鑑賞を楽しませてはいかがでしょう。医師協の皆さんは、診察に指導に研究にと、忙しい毎日を通じておられると思いますが、学会で地元を離れる時などは、訪ねた地の美術館に足を運ぶチャンス。リフレッシュを兼ねて、いろいろな作品をご覧になってみてください。一口に絵画といっても、画材や手法によって全く違う印象になるものですし、たとえ同じ作家であっても、時代によって作風がガラリと変わることも珍しくありません。たくさん絵と出合ううちに、私がモネの光に強く惹かれたように、自分の心が動く作品や作家と巡り合えるでしょう。どんな絵を好きになり、どのように感じるかは、誰にも自由にできる楽しみです。



ノーベル賞授賞式の舞台としても知られる
ストックホルム「シティホール」の夜景

西尾 輝光さん (にしお てるみつ)

1948年生まれ。73年大阪大学医学部卒業後、74年大阪厚生年金病院、76年八ザマ耳鼻咽喉科病院勤務を経て、80年に東灘区深江にて「西尾耳鼻咽喉科」を開業。93年に医療法人社団となり理事長に就任(現職)。08年~11年東灘区医師会会長。09年当組合に加入、12年より当組合理事を務める。

理事会の報告

4月度 理事会

2019年4月25日(木) 午後2時より同2時55分まで神戸医師協同組合本部役員会議室において理事18名全員、監事4名中3名が出席して理事会を開催しました。

■ 定例協議事項

- 1) 新規組合員加入について
- 2) 新規賛助会員加入について

■ 協議事項

- 1) 総代会提出議案のうち事業報告書(案)について
- 2) (営業一) 新規業者との取引の可否について
- 3) (営業二) 病院向けBCP(事業継続計画)セミナー開催について
- 4) (営業二) 営業第二部 定例経費申請について
- 5) その他

■ 報告事項

- 1) 組合員加入状況報告
- 2) 常務会承認事項報告
- 3) 2019年5月度職員配置図報告
- 4) 月間資金繰り報告
- 5) (総務) 2018年度実施済みの法定・定期点検等について
- 6) (リネン) 2018年度実施済みの法定・定期点検等について
- 7) その他

5月度 理事会

2019年5月23日(木) 午後2時より同3時まで神戸医師協同組合本部役員会議室において理事18名中17名、監事4名全員が出席して理事会を開催しました。

■ 定例協議事項

- 1) 新規組合員加入について
- 2) 新規賛助会員加入について
- 3) 2018年度決算(案)について
- 4) 総代会提出議案および招集通知(案)について
- 5) 総代会当日の進行について
- 6) 総代会の議案上程者について

■ 協議事項

- 1) (総務) リネン部営業課および営業第一部営業支援課医療食品係
モバイルパソコン導入について
- 2) (リネン) リネン部職員の作業着貸与について

■ 報告事項

- 1) 組合員加入状況報告
- 2) 常務会承認事項報告
- 3) 職員入退職者状況報告
- 4) 月間資金繰り報告
- 5) その他

新規組合員加入(2019年3月29日～2019年5月23日)

関川 昭(東灘区)	小山 治(北区)	橋本 昌久(芦屋市)	加古 覚(高砂市)
大杉 秀治(灘区)	山本 信光(尼崎市)	高 弘一(明石市)	干谷 安彦(姫路市)
山田 元(灘区)	荒木 浩士(宝塚市)	大杉 幸男(加西市)	李 進隆(相生市)
辛 龍文(中央区)	稲垣 忠洋(西宮市)	新谷 猛(加古郡)	

通常総代会の報告

第56回 通常総代会

神戸医師協同組合は、2019年6月6日（木）午後5時より、ホテルオークラ神戸1階松風の間で第56回通常総代会を開催いたしました。

■ 総代会に諮られた以下の6議案はいずれも原案どおり可決されました。

<第1号議案>

平成30年度事業報告、財産目録、貸借対照表および損益計算書承認の件

<第2号議案>

剰余金処分案承認の件
監事報告

<第3号議案>

令和元年度事業計画、収支予算案承認の件

<第4号議案>

令和元年度役員報酬決定の件

<第5号議案>

令和元年度借入金最高限度額承認の件

<第6号議案>

令和元年度組合員の組合に対する総出資金限度額の件



なお、総代108名のうち本人出席67名、委任状出席3名、書面による議決権行使30名でした。



最新の機器が欲しい!

もっと操作が簡単な物はないかな

消費税増税前に
買い替えようかなあ…

予算が心配だ…

そんな先生方におすすめします!

神戸医師協同組合からの 医療機器購入はお得がいっぱい!

医療機器の導入においては、性能や操作性、規模、コストなど、多岐に渡る要素について検討が必要です。医業を深く知る当組合ならではのコンサルティングを行い、**兵庫県全域**の組合員様をトータルにサポートいたします。



安心・低価格

豊かな経験とノウハウで組合員様に最適な機器を
低価格でご提供します。



**修理やメンテナンスは
迅速に手配いたします。**

いつも安心・安全にお使いいただけるよう
迅速に対応いたします。



**資金相談も
お任せください。**

設置から将来の買い替えまでを見据えた
長期的な導入計画をご提案します。



**利用分量配当の
対象になります。**

組合事業の剰余金はご利用の分量に応じて
配当いたします。

休診共済のご案内

年会費不要!!
年払い契約にすると
保険料は1ヵ月分お得!

ご加入いただきにくかった病気やけがで休診するリスクに備える共済です。ぜひ、ご検討ください!

- **新規加入は89歳まで**
- **お手軽な掛金**
- **医師の診査不要**
- **加入のお手続き簡単**

告知事項

- ☑ 最近3ヵ月以内に医師による検査または診査で入院または手術をすすめられたことがありますか
- ☑ 過去1年以内に、病気や怪我で入院したこと、または手術を受けたことがありますか
- ☑ 過去5年以内に、がん（悪性新生物、上皮内新生物）または肝硬変で、入院したこと、または手術を受けたことがありますか

- ☑ 現在、職業制限を受けていますか
- ☑ (女性の方) 現在妊娠していますか



質問事項に
すべて該当しない場合
ご加入いただけます

怪我での入院・ 自宅療養は免責なし

病気では5日目より給付

給付金は他の保険と 関係なく定額給付

給付金申請が簡単

必要書類は「他のDrの診断書」と
「給付金請求書」のみ 所得証明は不要

入院・自宅療養問わず通算800日まで

※1疾病・1傷害は180日限度

状態	給付共済金日額(3口あたり)	
1日あたり 入院・自宅療養	65歳未満 21,000円	65歳以上 15,000円

1口～5口の間でご加入可

※65歳まで5口ご加入可能
79歳まで3口ご加入可能
84歳まで2口ご加入可能
89歳まで1口ご加入可能



●お問い合わせ 神戸医師協同組合 営業第二部 保険課 TEL 078-241-8992

現在は主に芦屋・西宮地域を担当しております。最近、公私共に初心に帰ることを意識する場面があり、改めて先生方のお力になれることは何かを考え、日々の業務に生かすよう心がけております。至らぬ点もございますが、どうぞよろしく願いいたします。

営業第二部 保険課 垣内

【ドクターズツアー】8月国内のおすすめツアー情報

栃木 3日間 ~国内外の要人に愛され続ける日本が誇る迎賓館~ 大好評!歴史と伝統の「中禅寺金谷ホテル」「鬼怒川金谷ホテル」に泊まる 3日間

日本最古のリゾートホテル「金谷ホテル」を作り上げた金谷善一郎の精神を受け継ぐ2つのホテルにご宿泊。1泊目は中禅寺湖畔の森の中に佇む「中禅寺金谷ホテル」で、温泉に浸かりながら、大自然と戯れる絶好のリゾートステイをご満喫ください。2泊目は善一郎の孫にあたる金谷鮮治が開業した「鬼怒川金谷ホテル」へ。
“もてなしの心”と“美学に溢れたダンディズム”の世界観を大切にしたい「渓谷の別荘」で洗練された空間・サービスをご堪能ください。

旅行期間 2019年8月11日(日)~13日(火)

旅行代金 お一人様**198,000円**(2名様一室)

※3名1室利用のご希望も承ります。
※東京・宇都宮間グランクラスご希望の場合、お一人様片道6,480円追加

募集人数 16名(最小催行人数10名)

添乗員 同行いたします

交通機関 JR新幹線【グリーン車・禁煙車】

※東京以遠【普通指定席・禁煙車】
※現地貸切バス(運行バス会社:関東自動車ほか同)

宿泊施設 中禅寺温泉/中禅寺金谷ホテル(洋室)
鬼怒川温泉/鬼怒川金谷ホテル(ベッド付和室)



日次	月日	旅行スケジュール	(食事:朝2回・昼2回・夕2回)
1 日目	8/11 (日)	新大阪駅(8:30~9:00頃発)/京都駅→東京駅→宇都宮駅 ※昼食:フリー(列車内でお済ませください) ★東京→宇都宮間「グランクラス」の場合、車内で軽食・ドリンクのサービスがございます。 =華厳の滝(日本三大名瀑の一つ)=中禅寺温泉 ☆宿泊:雄大な奥日光の自然の中にひっそり佇む瀟洒なホテル ☆温泉:奥日光・湯元からひいた源泉の露天風呂(空ぶる)でお寛ぎください ★夕食:メインディニングにて金谷ホテル伝統のスペシャルランチ(中禅寺金谷ホテル)	
2 日目	8/12 (月・祝)	朝食後=日光田沼御用邸記念公園(大正天皇をはじめ3代にわたる天皇・皇太子がご利用になった邸宅)=昼食:日光名物の湯葉を使った日本料理=日光東照宮(専門ガイドと共に世界遺産を参拝)=鬼怒川温泉 ☆宿泊:広々とした金谷スタイルのベッド付和室(テラス付66㎡) ☆温泉:四季折々に鬼怒川の大自然を楽しめる温泉大浴場 ★夕食:懐石料理をベースに洋のテイストを取り入れた金谷ならではのおもてなし料理(鬼怒川金谷ホテル)	
3 日目	8/13 (火)	朝食後=那須ステンドグラス美術館(イギリスの邸宅のような気品ある空間)=昼食:那須でしか味わえないランチ =那須塩原駅→東京駅→京都駅/新大阪駅(20:00頃到着)	

長野 3日間 ~赤屋根の正統派山岳リゾートホテルで大自然を自由に満喫~ 北アルプスの迎賓館「白馬東急ホテル」でゆったり2連泊 3日間

北アルプスの迎賓館「白馬東急ホテル」は、赤い屋根がシンボルのヨーロッパテイスト溢れる高貴なリゾート施設。ゆったり2連泊でご用意。ホテルでありながら、大浴場の天然温泉や、洋食と和食2種類のディナーをお楽しみいただけます。

北アルプスの雄大な眺めに圧巻!2日目のフリータイムでは、山岳リゾートホテルでのんびりすごしたり、高山植物や景色を楽しんで散策やトレッキングをしたりなど思い思いの時間をお過ごしください。

3日目は、信州の自然が豊かに残る安曇野観光へ。北アルプスを源流に湧水によって栽培されている「大王わさび農園」へご案内いたします。

旅行期間 2019年8月11日(日)~13日(火)

旅行代金 お一人様**168,000円**(2名様一室)

募集人数 14名(最小催行人数10名)

添乗員 同行いたします

交通機関 JR新幹線【グリーン席・禁煙車】

※JR特急【普通指定席・禁煙車】
※現地貸切バス(運行バス会社:アルピコ交通)

宿泊施設 白馬八方/白馬東急ホテル(洋室・連泊)



日次	月日	旅行スケジュール	(食事:朝2回・昼2回・夕2回)
1 日目	8/11 (日)	新大阪駅(8:50頃発)/京都駅→名古屋駅→松本駅=昼食:日本料理=穂高神社(まずは日本アルプスの総鎮守をご参拝) =(車窓:白馬ジャンプ競技場(長野オリンピックのジャンプ台))=白馬八方 ☆宿泊:窓から白馬の大自然を望む4階以上の景色の良いお部屋 ★夕食:レストラン「万葉」にて日本料理(白馬東急ホテル)	
2 日目	8/12 (月・祝)	朝食後、終日フリータイム ★オプションツアー【別途料金(一例)】 ①ネイチャーガイドと行く八方アルペンラインツアー 専門のネイチャーガイドと一緒に、ゴンドラ・リフトを乗り継いでラック標高1,830mの絶景へ。北アルプス白馬連峰が目の前に広がる空中散歩をお楽しみください。(片道1時間半) ②白馬美術館巡り 専用タクシーで「ラフォーレ白馬美術館」や「白馬三枝美術館」など、白馬村の美術館をゆったり巡る大人の休日プランです。 ★夕食:レストラン「シャモニー」にて日本人の味覚に合わせた本格ランチ(白馬東急ホテル)	
3 日目	8/13 (火)	朝食後=安曇野観光(北アルプスを源流に「名水百選」に選定の安曇野わさび田湧水群のある大王わさび農園を散策)=昼食:松本ホテル花月にて「ながのテロワール」のランチ =松本駅→名古屋駅→京都駅/新大阪駅(18:15頃着)	

石川 3日間 ~里山里海・能登半島観光と人気の観光列車にご乗車~ 北陸の和と美を堪能する「花嫁のれん」と伝統のおもてなし「加賀屋」3日間

北陸を代表する老舗旅館にご連泊。「心のかもったおもてなし」の空間で上品に、優雅にお過ごしください。

幕末から続く、花嫁の幸せを願う風習をコンセプトに生まれた人気観光列車「花嫁のれん」に乗車。煌びやかな車体や北陸の美を感じる内装などを堪能。自然の宝庫・能登半島の観光もお楽しみください。



旅行期間 2019年8月11日(日)~13日(火)

旅行代金 お一人様**189,000円**(2名様一室)

募集人数 16名(最小催行人数10名) **添乗員** 同行いたします

交通機関 JR特急【グリーン車・禁煙車】

※現地貸切バス(運行バス会社:丸一観光バス)

宿泊施設 和倉温泉/加賀屋・雪月花(和室・連泊)

日次	月日	旅行スケジュール	(食事:朝2回・昼2回・夕2回)
1 日目	8/11 (日)	大阪駅(10:00~12:00頃発)/新大阪駅/京都駅→金沢駅→和倉温泉駅→和倉温泉 ※昼食はフリー ☆宿泊:広々とした贅沢な二間和室 ☆温泉:北陸で唯一の「海の温泉」。目の前に海が広がるオーシャンビュー風呂が魅力 ★夕食:日本海の幸を加賀屋伝統の技でおもてなしする日本料理(加賀屋・雪月花)	
2 日目	8/12 (月・祝)	朝食後=輪島朝市(360mの通りに200以上の露店が並び日本三大朝市の一つ)=輪島屋善仁「塗師の家」(非公開の最高級漆家屋を特別見学)=昼食:洋食または郷土料理=白米干枚田(世界農業遺産「能登の里山里海」の代表的な棚田)=堀江兵衛田=時国家(平時忠を祖とする800年続く旧家。重要文化財の主屋や名勝庭園を見学)=和倉温泉 ★夕食:前日は異なる内容の日本料理(加賀屋・雪月花)	
3 日目	8/13 (火)	朝食後=能登食祭市場(能登の名産品など何でも揃う市場を散策)=花嫁のれん館(のれんを仏閣にかけてくぐる加賀藩独自の風習「花嫁のれん」を今に伝える資料館) =七尾駅(12:15発)(観光列車「花嫁のれん」約1時間10分ご乗車。北陸をイメージした伝統工芸である輪島塗や加賀友禅をイメージした観光列車。車内では老舗料亭「大友楼」が手掛けた加賀食材を使用した和軽食弁当をお召し上がりください) 金沢駅→京都駅/新大阪駅/大阪駅(16:30頃着)	

夏のおすすめレジャーガイド

梅雨も明け、レジャーに最適な季節になってきました。旅行やリゾートホテル情報をお届けします。



THE GRAN RESORT

神戸医師協同組合の組合員の先生方へ 安心の会員制リゾートホテル 「ザ グランリゾート」をご利用ください。



咲き誇る花を愛でる旅



水辺でリゾート気分を満喫



深まる季節の色、錦秋を堪能



海の幸、山の幸、旬の味覚に舌鼓

全国に広がる、ロケーション厳選の19ホテル



会席料理一例

ご利用料金 カスタムリゾート・プライムリゾート賢島を除きます

13,000円 1泊2食付料金(税別・サービス料不要)
ご夕食は本格会席フルコースです。

プリンセス有馬・富士河口湖は**14,000円**

●さらにグレードアップしたお料理もご用意しております。

【土曜・連休料金の適用について】
※プリンセス有馬・プリンセス富士河口湖・GRE淡路島・GRE京都・GRE白浜・GR有馬・GR近江舞子の7ホテル(通年)および夏季シーズンのGRE軽井沢と、カニシーズンの城崎・天の橋立・三方五湖を土曜日・連休にご利用の場合、連休最終日以外は【土曜・連休料金】が適用になります。(大人2,000円・小学生以下1,000円)
※年末年始・ゴールデンウィーク・お盆等の期間は特別料金となります。
※キャンセル料は2日前の16時以降より発生いたします。また、特別期間は11日前からとなります。
※2019年6月現在

下記URLより予約申込が可能です

<http://www.granresort.jp/c-member/koubeishi/>



カンタン予約はこちらから!

ご利用日、ご利用ホテルをお決めいただき、
予約センターにお電話ください。

予約センター **06-6353-1955**

ナビダイヤル **0570-00-1955**

全国どこからでも市内通話料金でご利用いただけます
受付時間/9:00~18:00 土・日も受付しております

お電話がつながりましたら...

会員番号と会員名を最初にお伝えください。
ご希望のホテルと宿泊日をお申し付けください。

ライフサービス係へお問い合わせください。
会員番号: TEL078-241-8819

会員名: 神戸医師協同組合

当組合のホームページからもご予約できます。

●ドクターズツアー・グランリゾートに関するお問い合わせ、お申し込み

神戸医師協同組合 営業第一部 営業支援課 ライフサービス係 TEL 078-241-8819 • FAX 078-242-5616



期待し活躍する 事務長の条件とは

事務長をどうやって採用したらよいのか、また採用した事務長の働きについてよく相談されます。院長の右腕として期待しているのに、なかなか良い人材に巡り合わず、採用しても思うように任せられないでいることが多いようです。

今回は、実際に事務長を採用された事例を紹介したいと思います。

業務の定義がしつかりとして、 院長との役割分担もできている

αクリニックは、内科系外来を中心に毎日50〜60名以上の患者さんが来院し、うまくいっているクリニックでした。そのような中、診療報酬の改定や地域の実態を考え、院長がクリニックの次の柱として挙げたのが、在宅医療だったのです。高齢のために通院が厳しくなる患者さんが出てきたり、当初在宅に取り組んでいる競合がないことから決断をしましたが、毎日の外来で忙殺されていて、十分な展開が望めなかったのです。

そこで考えたのが、子どもの関係で仲良くなって、よく2人でお酒を飲んだりしていたAさんでした。Aさんは、医療とは関係のないメーカーの営業でしたが、仕事への考え方やトラブル処理での柔軟性、女性が多い職場での振る舞いなど、院長が聞いていて参考になる話が多く、クリニックの業務との相性が良いことを感じていました。

そこで、これからの社会における在宅医療の重要性や、それを自院が手掛けることの意義、また院長自身の時間が取れないことから、中核となって責任者として動いてほしいことなどを幾度となく会い、熱意をもって話をし、Aさんに事務長として入職してもらうことになりました。

入職後1年くらいは、医療業界の慣れない知識に戸惑いながらも、またスタッフとのコミュニケーションにも苦戦していましたが、仕事に対するひたむきさ、モチベーションも高く、またトラブルへの対応も優れていたため、徐々に院内にも慣

れていきました。その後は、もともと営業力があつたのでそれを生かして地域連携を強化し、院長の代わりに病院の退院支援室やケアマネジャーとのやり取りをしたり、患者さんやご家族への説明を担当するなど、αクリニックの在宅部門の責任者となっていきました。

しかし残念ながら、このαクリニックのように事務長が活躍するケースは実際には半分に満たないのが現状です。



下山 学(しもやま まなぶ)

兵庫県生まれ。人事コンサルティング会社で、中小病院、医院・クリニックを担当。人事労務の実務を経験し、株式会社経営人事教育システム代表取締役として、総合的な経営人事コンサルティングを行う。なかでも労力を伴う採用や研修、カウンセリングといった、人事の力仕事に得意。経営にしっかり加わりながら、経営のプロという第三者の目を持つ、院外の人事部長として、人事経営の幅広い問題を解決に導く。

ていない
③事務長を置くほどの仕事の本当にあるのかが
という3つの点です。

活躍する事務長がいるクリニックは、確かに院長の雑務が減り、本業(経営と臨床)に集中できています。しかし、身の丈に合わない形で事務長を採用することは、結果として経営の首を締め、事務長自身も不幸になってしまいます。このあたりの見極めが非常に重要ですので、慎重に判断いただきたいと思います。

では事務長が 活躍するのとしないのの違いは どこから来るのでしょうか。

いろいろな事例を見る限りにおいて、3つの点とその差となっているように感じます。

- ①業務の定義があいまいで、院長との役割分担も不十分である
- ②採用選考が医療関係の経験や肩書きに左右されてしまい、人物を見極めきれ



明石公園

(明石市)



JR明石駅から北に出ると、目の前に満々と水をたたえた中堀、美しい直線と曲線を持つ高石垣、青々と茂った樹木に鮮やかな白亜の櫓の明石城が見えます。現在は明石公園として、古い城郭跡と近代的スポーツ施設が共存する、県民の憩いの場となっている明石城。今回は、築城400年となる明石城の、その築城にまつわるお話です。

幕府の命により築城された明石城

瀬戸内の温暖な気候と風光明媚で知られた明石は古代から交通の要衝でもあり、早くから文化が開け、徳川幕府が全国支配をするうえで、西国の外様大名をけん制するためには、姫路に次いで明石はとても重要な土地でした。

この明石城は1619(元和5)年、信州松本から入国した小笠原忠政(のちの忠真)によって築られました。徳川家康のひ孫にあたる小笠原忠政は、同時に姫路城主になった本多忠政の娘婿でもあり、また、この本多忠政の正室は家康の孫の熊姫でした。二代将軍秀忠は、徳川に最も近い二人を配置して西国に備える鎮台にしようと、明石に築城を命じたのです。将軍の期待どおり、本多忠政は娘婿に全面協力をし、築城から町割りまで一緒になって行ったと伝えられています。

『忠真公御一代之覚書』と『清流話』

この二つの記録は、いずれも初代城主として明石城を築いた小笠原忠政の事跡をまとめ、代々の藩主用の教書として小笠原惣領家に伝わるものです。『忠真公御一代之覚書』は小笠原家に残る覚書等の記録を、年代順に並べ、合わせてまとめたもので、寛文・延宝年間(1661~80年)ごろの成立とされ、『清流話』はそれを再度整理してまとめ直し、天明2年(1782)に春日大進信英が書写したものです。

さて、この『忠真公御一代之覚書』によれば、櫓や城内の建物工事は元和5年9月から始まり、本丸の四隅には坤(ひつじさる)櫓、巽(たつみ)櫓、艮(うしとら)櫓、乾(いぬい)櫓が建てられました。資材は廃城で不要になった船上城、高砂城、三木城、そして伏見の桃山城からも運ばれ、西南には天守台が造られましたが天守は築かれず、坤櫓が代用されました。現存しているのは坤櫓と巽櫓だけです。

町割りと作庭は剣豪宮本武蔵

剣豪として名高い宮本武蔵は、町割りや作庭にも手腕を発揮したようで、姫路城主・本多忠政の子息・忠刻に剣術指南

役として召し抱えられていた武蔵を忠真が客分として迎え、城下の町割り(都市計画)の指揮を依頼しています。諸国を回り兵法者として城下町を見てきた武蔵には理想の町割り像が見えていたのか、この町割りは西国街道を取り入れ、外堀によって武家と町家を明確に分離し、近世の城下町としては完璧に近いものであったといわれ、明石の城下町が、その後の城下町建設のモデルとなっていきました。

築城と町割りが完成していく一方で、城内では、武蔵によって作庭が進められたことが、先ほどの『忠真公御一代之覚書』に残っています。それによると、忠真は、新しく樹木屋敷という遊興所を造るため作庭を武蔵に命じ、一年がかりで普請は完成したとのことですが、大正時代に城内は大きく整備されたようで、この「樹木屋敷」の様子を知る図面がわずかに残るだけで、当時の庭は現存しません。

NHKの大河ドラマ「武蔵」の放映を機に、平成15年、兵庫県が「樹木屋敷」を再現させる委員会を設け、残るわずかな資料をもとに乙女池周辺の地形を活用しながら「明石城武蔵の庭園」として整備し、現在も公開しています。

小笠原忠真が豊前国小倉に移ったあとは、次々と藩主が代わりましたが、天和2年(1682)に越前国大野から松平直明が入国してからは、10代188年間、明治2年に版籍を奉還するまで松平氏の藩政が続きました。その後、城跡は兵庫県立の明石公園として、県立や市立の図書館、野球場、弓道場、自転車競技場、陸上競技場など、文化・スポーツ施設が充実した緑豊かな県民憩いの場となっています。

参考資料

- ・西 桂 著・三谷景一郎 画『ひょうごの庭園～図絵で読み解く～』神戸新聞総合出版センター 発行
- ・兵庫県の歴史散歩編集委員会 編『兵庫県の歴史散歩 下 東播磨・西播磨・丹有・但馬』株式会社 山川出版社 発行
- ・明石城史編さん実行委員会 編『講座 明石城史』明石市教育委員会 発行
- ・橋川真一・角田誠 編・著『ひょうごの城』神戸新聞総合出版センター 発行
- ・“郷土の城ものがたり”東播地区編集委員会 編『郷土の城ものがたり 東播編』財団法人 兵庫県学校厚生会 発行
- ・明石公園公式ホームページ

入 園 料 無料

開 園 時 間 公園内は散策自由(両櫓は特定日のみ一般公開)

駐 車 場 P1 南駐車場(普通車 366 台)・P2 北駐車場(普通車 134 台)あり。

営業時間および料金はお問い合わせください。

お 問 い 合 わ せ 兵庫県立明石公園 電話番号：078-912-7600

アクセス

〒673-0847 兵庫県明石市明石公園 1-27

JR 神戸線/明石駅 徒歩 5 分 山陽電鉄/山陽明石駅 徒歩 5 分

第二神明道路・大蔵谷 IC より南西へ約 10 分

第二神明道路・玉津 IC より南東へ約 15 分

STORY OF LUXURY.

進化する、BMWの新たなラグジュアリー。
THE 8 CABRIOLET.



貴方だけの至高のスポーティネス

BMW 8シリーズ カブリオレは、ラグジュアリーとスポーティネスの融合を見事に実現しています。その先進性を象徴するスタイルは、BMWの考えるラグジュアリー・クラスの在るべき姿を完璧に実現しており、最大限にアスレチックな魅力と自信に満ち溢れています。

New M850i xDrive Cabriolet 8速スポーツAT 2ドア 右ハンドル **18,380,000円**



※表示の価格は、税金(消費税を除く)、保険料、登録の諸費用、付属品価格等を含まない車両本体価格(消費税込)です。※リサイクル料金が別途必要となります。※掲載した写真の車は一部日本仕様と異なり、またオプション装備等は表示の価格に含まれません。※記載の内容は2019年5月31日現在のもので予告なく変更される場合がありますので、あらかじめご了承ください。※詳細はショールームにてお尋ねください。

BMW正規ディーラー

Hanshin BMW

株式会社モーターン阪神

<https://hanshin.bmw.jp>



芦屋支店 〒659-0021 芦屋市春日町1-5 TEL.(0797)31-2622 
西宮支店 〒663-8243 西宮市津門大筒町4-3 TEL.(0798)37-3525 
尼崎支店 〒661-0023 尼崎市大西町3-3-23 TEL.(06)6421-8151 
箕面支店 〒562-0014 大阪府箕面市萱野2-4-13 TEL.(072)724-4711 
高槻支店 〒569-1133 大阪府高槻市川西町1-20-10 TEL.(072)682-8710 

BMW正規ディーラー

Kobe BMW

株式会社モーターン神戸

<https://kobe.bmw.jp>



三宮支店 〒651-0088 神戸市中央区小野柄通5-1-20 TEL.(078)222-4151 
明石支店 〒651-2133 神戸市西区枝吉3-95 TEL.(078)928-0601 
姫路支店 〒670-0975 姫路市中地南町65 TEL.(079)235-0635 

はBMW i 販売店です。 はBMW M 認定ディーラーです。

株式会社モーターン阪神(Hanshin BMW)・株式会社モーターン神戸(Kobe BMW)は兵庫県全域に於いて万全のネットワークにより安心のサポートを提供いたします。私たちは「安心と信頼」のジーライングループです。

NEW RANGE ROVER EVOQUE

個性を解き放つ瞬間



ABOVE & BEYOND



欧州仕様車

医師協同組合 組合員の皆様への特典適用開始

5%割引特典

但し、割引適用後の限定車を除く

※特典適用にはジャガー・ランドローバー正規ディーラーにご来店、ご商談される前に、予めご所属の各医師協同組合へご申請ください。
申請後に商談が成立した場合のみ、当該特典が適用されます。手順が異なった場合、当該特典の適用対象外となりますのでご注意ください。

NEW RANGE ROVER EVOQUE メーカー希望小売価格 (税率8%消費税込み)

2.0Lディーゼル (180馬力)		2.0Lガソリン (200馬力)		2.0Lガソリン (250馬力)		2.0Lガソリン (300馬力)	
BASE	¥5,230,000	BASE	¥4,610,000	SE	¥6,460,000	R-Dynamic S	¥6,560,000
S	¥5,910,000	S	¥5,280,000	R-Dynamic S	¥6,020,000	R-Dynamic SE	¥7,330,000
SE	¥6,670,000	SE	¥6,050,000	R-Dynamic SE	¥6,790,000	R-Dynamic HSE	¥8,010,000
R-Dynamic S	¥6,420,000			R-Dynamic HSE	¥7,470,000		
R-Dynamic SE	¥7,000,000			First Edition	¥7,990,000		
First Edition	¥8,210,000						

※表示価格には、税金 (消費税除く)、登録諸費用、保険料、リサイクル料金などは含まれておりません。

ジャガー・ランドローバー正規販売店

ジャガー・ランドローバー 西宮

〒663-8113 兵庫県西宮市甲子園口5-13-24

TEL.0798-63-6006

FAX.0798-63-6463

【営業時間】 10:00~18:30

【定休日】 毎週水曜日、毎月第1火曜日



ジャガー・ランドローバー正規販売店

ジャガー・ランドローバー 神戸中央

〒650-0024 兵庫県神戸市中央区海岸通6番地

TEL.078-321-5777

FAX.078-321-5778

【営業時間】 10:00~18:30

【定休日】 毎週水曜日、毎月第1火曜日



ジャガー・ランドローバー正規販売店

ジャガー・ランドローバー 姫路

〒670-0996 兵庫県姫路市土山7-6-15

TEL.079-290-5555

FAX.079-298-5810

【営業時間】 10:00~18:30

【定休日】 毎週水曜日、毎月第1火曜日





まごころを込めて健康をお届けします。

製造販売元 全星薬品工業株式会社 大阪市阿倍野区旭町1-2-7

発売元 全星薬品株式会社 堺市堺区向陵中町2-4-12

<http://www.zenseiyakuhin.co.jp>

サワイ ジェネリック



関東工場

なによりも患者さんのために

沢井製薬

●医薬品情報センター ©0120-381-999 (24時間365日対応)

私たちは
キョーリン製薬グループの一員として、
ジェネリック医薬品の明日を担うべく
夢と誇りを胸に、
「品質保証」「安定供給」「情報提供」という
責任を果たし、
つねに信頼で選ばれる企業で
ありたいと願っています。



Kyorin 

キョーリン リメディオ株式会社 〒920-0017 石川県金沢市諸江町下丁287番地1 TEL.076-239-2270 <http://www.kyorin-rmd.co.jp>

あらゆる広告企画とサイン企画・制作

広告代理
市営地下鉄・市バス・JR・神鉄・山陽・
阪神・阪急電鉄-交通広告、電柱・屋外広告

サイン工事
電装 プラスティックサイン・パネルサイン
・診療案内サイン・その他サイン全般

 **株式会社**
広告のハミルトン

神戸市兵庫区荒田町4丁目8番1号(荒田グランド前)

何なりとご相談下さい!
TEL.078-511-1905
FAX.078-531-1977
E-mail: info@ad-hamilton.co.jp

<http://www.ad-hamilton.co.jp>

兵庫県医療信用組合 ローンのご案内

兵庫県医療信用組合では、さまざまなシーンでご活用いただける金融サービスをご用意しております。

無担保型

医療機器購入ローン

医療機器の購入に

限度額

2,000万円

金利

年1.350% (変動金利)

期間

5年以内



無担保型

オートローン

自家用車や往診車、自動二輪車(大型)の購入に

限度額

1,000万円

金利

年1.350% (変動金利)

期間

5年以内



オーダーメイド対応

お借入に際しては、先生方のご要望に応じてオーダーメイドで対応いたします。
上記以外のローンについてもお気軽にご相談ください。

※ローンのお申込みに際しましては、当組合の審査をさせていただきます。審査の結果によってはご希望に添えない場合がございますので、あらかじめご了承ください。

本店営業部

TEL (078) 241-5201

〒651-0086 神戸市中央区磯上通
3-2-17

尼崎支店

TEL (06) 6426-6288

〒661-0012 尼崎市南塚口町4-4-8
市民健康開発センターハーティ21、1階

姫路支店

TEL (079) 282-0177

〒670-0932 姫路市下寺町43
姫路商工会議所新館内

西宮支店

TEL (0798) 36-1010

〒662-0911 西宮市池田町13-2
西宮医療会館2階

神戸医師協同組合 組合員の皆様へ。 ボルボ車両紹介事業のご案内



大切な命を、そして大切な未来を守るため。安全性能と機能美に優れたボルボを。

ボルボ最新モデル 新車を、
車両本体価格より最大で12%OFFにてご購入いただけます。

SPECIAL OFFER
~12% OFF

※パッケージ価格、メーカーオプション価格も特別対象となります。

VOLVO FULL-RANGE PRICE LIST

XC40  **SPECIAL OFFER 9% OFF**
最大約50万円OFF



XC40 T4	¥3,890,000 ▶ ¥3,539,900
XC40 T4 Momentum	¥4,490,000 ▶ ¥4,085,900
XC40 T4 AWD Momentum	¥4,690,000 ▶ ¥4,267,900
XC40 T4 AWD R-Design	¥4,990,000 ▶ ¥4,540,900
XC40 T4 AWD Inscription	¥5,090,000 ▶ ¥4,631,900
XC40 T5 AWD R-Design	¥5,490,000 ▶ ¥4,995,900
XC40 T5 AWD Inscription	¥5,590,000 ▶ ¥5,086,900

XC60 **SPECIAL OFFER 9% OFF**
最大約83万円OFF



XC60 D4 AWD Momentum	¥6,440,000 ▶ ¥5,860,400
XC60 D4 AWD R-Design	¥6,940,000 ▶ ¥6,315,400
XC60 D4 AWD Inscription	¥7,390,000 ▶ ¥6,724,900
XC60 T5 AWD Momentum	¥6,140,000 ▶ ¥5,587,400
XC60 T5 AWD Inscription	¥7,090,000 ▶ ¥6,451,900
XC60 T8 Twin Engine AWD Inscription	¥9,240,000 ▶ ¥8,408,400

XC90 **SPECIAL OFFER 12% OFF**
最大約157万円OFF



XC90 D5 AWD Momentum	¥8,590,000 ▶ ¥7,559,200
XC90 D5 AWD Inscription	¥9,440,000 ▶ ¥8,307,200
XC90 T5 AWD Momentum	¥7,890,000 ▶ ¥6,943,200
XC90 T6 AWD Inscription	¥9,540,000 ▶ ¥8,395,200
XC90 T8 Twin Engine AWD Inscription	¥10,840,000 ▶ ¥9,539,200
XC90 T8 Twin Engine AWD Excellence	¥13,090,000 ▶ ¥11,519,200

V40 **SPECIAL OFFER 6~10% OFF**
最大約46万円OFF



V40 T3 Tack Edition	¥3,680,000 ▶ ¥3,459,200
V40 T3 Classic Edition	¥4,280,000 ▶ ¥3,852,000
V40 D4 Momentum	¥4,140,000 ▶ ¥3,726,000
V40 D4 Inscription	¥4,440,000 ▶ ¥3,996,000
V40 Cross Country D4 Momentum	¥4,290,000 ▶ ¥3,861,000
V40 Cross Country D4 Summum	¥4,590,000 ▶ ¥4,131,000
V40 Cross Country T5 AWD Tack Edition	¥4,340,000 ▶ ¥3,906,000
V40 Cross Country T5 AWD Classic Edition	¥4,690,000 ▶ ¥4,221,000

V60 **SPECIAL OFFER 9% OFF**
最大約74万円OFF



V60 T5 Momentum	¥4,990,000 ▶ ¥4,540,900
V60 T5 Inscription	¥5,990,000 ▶ ¥5,450,900
NEW V60 T6 Twin Engine AWD Momentum	¥6,590,000 ▶ ¥5,996,900
V60 T6 Twin Engine AWD Inscription	¥7,590,000 ▶ ¥6,906,900
V60 T8 Twin Engine AWD Inscription	¥8,290,000 ▶ ¥7,543,900
NEW V60 Cross Country T5 AWD	¥5,490,000 ▶ ¥4,995,900
NEW V60 Cross Country T5 AWD Pro	¥6,490,000 ▶ ¥5,905,900

V90 **SPECIAL OFFER 12% OFF**
最大約115万円OFF



V90 D4 Momentum	¥7,090,000 ▶ ¥6,239,200
V90 D4 Inscription	¥7,940,000 ▶ ¥6,987,200
V90 T5 Momentum	¥6,790,000 ▶ ¥5,975,200
V90 T6 AWD Inscription	¥8,440,000 ▶ ¥7,427,200
V90 T8 Twin Engine AWD Inscription	¥9,640,000 ▶ ¥8,483,200
V90 Cross Country D4 AWD Momentum	¥7,390,000 ▶ ¥6,503,200
V90 Cross Country T5 AWD Summum	¥7,940,000 ▶ ¥6,987,200
V90 Cross Country T6 AWD Summum	¥8,640,000 ▶ ¥7,603,200

さらに、ボルボ・カー・ジャパン(株)が実施している各種キャンペーンとの併用も可能です。
その他モデルについても対象となっておりますので、詳しくはセールス・スタッフまでお問い合わせください。

最寄りの正規ボルボ・ディーラーへ
お問い合わせください

□ボルボ・カー 伊丹
〒664-0836 伊丹市北本町2丁目252番地
TEL : 072-785-8815 / FAX : 072-785-0300

□ボルボ・カー 神戸
〒651-0075 神戸市中央区北本町通4丁目2-20
TEL : 078-232-0555 / FAX : 078-231-7777

□ボルボ・カー 西宮
〒662-0978 西宮市産所町14-11
TEL : 0798-36-1477 / FAX : 0798-36-1800

□ボルボ・カーズ 神戸西
〒655-0013 神戸市垂水区福田4-3-13
TEL : 078-707-7711 / FAX : 078-707-7715

□ボルボ・カー 姫路
〒670-0061 姫路市西今宿2丁目1-10
TEL : 079-296-0850 / FAX : 079-297-5481

●写真は日本仕様と異なる場合があります。●写真は一部オプション/アクセサリ装着車となります。●表示価格はメトリック/パール/ペイント、メーカーオプション/アクセサリの価格、取得税を含む税金(消費税を除く)、保険料、登録の諸費用、付属品代を含まないメーカー希望小売価格(消費税込み)であり、参考価格です。アクセサリの取付工賃、リサイクル料金は別途必要となります。●販売価格はボルボ・ディーラーが独自に定めておりますので、お問い合わせください。●車両本体価格には、パッケージ価格、メーカーオプション価格が含まれていません。●特別注文車(メーカーオプション/オプション/パッケージ/一部モデル)はメーカー受注生産車となり、ご注文後納車で通常約4~6ヶ月以上の期間が必要となる場合があります。受注期限、納期等についても、ボルボ・ディーラーにお問い合わせください。【エコカー減税】●詳しくは、ボルボ・ディーラーへお問い合わせいただくか、またはボルボ・ウェブサイトをご覧ください。●記載の内容は、2019年6月18日現在のものであり、仕様および価格は予告なく変更される場合があります。●詳しくはボルボ・ディーラーにお問い合わせください。