商工はつかいち

「ヒト・コト・カネ」のツナギヤク

廿日市商工会議所
10
vol.265
2023

特集

ビジネスを変える革新的ツール！
ChatGPTでできること …… 2
会員企業・優良従業員表彰式を開催しました … 4
豊年祭盛況！ご協力ありがとうございました … 9

【経営セミナーレポート】

ビジネスを変える革新的ツール！チャットGPT活用セミナー

● 開催日　令和５年８月８日(火)

● 講　師　NOB DATA株式会社
代表取締役
大城　信晃　氏

（※本記事は令和5年8月8日時点での情報を元にしています。）

■ ChatGPTとは？

OpenAI社が開発した大規模言語モデルと呼ばれるＡＩのことで、２０２２年11月末にリリースされ、わずか２か月で１億ユーザーを獲得する今一番注目を集めているサービスです。汎用性が非常に高く様々な業務への活用の可能性を秘めています。

ChatGPTは大きく分けると無料版（GPT-3.5）と有料版（GPT-4）がありますが、業務で使用する場合は有料版を推奨しています。最近ではiPhoneアプリやAndroidアプリでも使えるようになりました。

■ 何ができるのか？

ChatGPTは、インターネット上に存在する２０２１年９月までのデータを基に学習しています。そのため、最新の情報には弱く、使用する上では検証能力が重要になります。（有料版のプラグイン機能を使用することでこの問題点は概ね解決できます）

ChatGPTでは、ＡＩとの対話や情報検索、要約など、文章の処理に関わる多くのことができます。そんなChatGPTの代表的な使用例をここでご紹介します。

1. 基本的な対話
2. 会話の難易度調整
（小学3年生にもわかるレベルへ変換可能）
3. 文章の要約
4. ロールプレイや創作
5. プログラミング
6. データ分析や考察
7. メール文章の作成

人間のような自然な会話が特徴で、「あたかも画面の向こうに人がいる」かのような使用感を体験できます。

【対話の一例】

Q. 廿日市市の良いところを教えて

ChatGPTの回答

廿日市市は広島県に位置する美しいエリアで、自然の景観や歴史的な名所が豊富にあります。以下に、廿日市市で訪れる価値のあるいくつかの場所を紹介します。

1. 厳島神社（宮島）: 廿日市市に位置する厳島神社は、日本三景の一つとして有名で、美しい鳥居が海中に立つことで知られています。島自体も美しく、散策や写真撮影のために訪れる価値があります。
2. 宮島ロープウェイ: 島の展望台へのアクセスとして宮島ロープウェイを利用できます。展望台からは、瀬戸内海と周囲の美しい景色を楽しむことができます。
3. 廿日市市歴史博物館: 廿日市市歴史博物館では、地域の歴史や文化に関する展示が行われており、地元の歴史を学ぶ良い場所です。
4. レジャー施設: 廿日市市周辺には、キャンプ場やハイキングコース、自然保護区などのアウトドア活動に最適な場所が多くあります。自然愛好者にとっては楽しい場所です。
5. 広島平和記念公園へのアクセス: 廿日市市から広島市内へはアクセスが良く、広島平和記念公園や原爆ドームなどの歴史的な場所も訪れることができます。
6. 地元料理の味わい: 廿日市市周辺では、新鮮な海産物を使った料理が楽しめます。特に広島風お好み焼きや牡蠣料理は試す価値があります。

注意すべきポイントとは

一方で、ChatGPTは完全ではなく、使用にあたって注意点があります。それが以下になります。

(1) 情報漏洩に気を付ける

無料版はＡＩの学習データに使われる可能性があるため、個人情報や秘密の情報などは入力しないように。ChatGPTのWeb版はデフォルトで「データが将来のChatGPTのアップデートに利用される」状態になっていますが、設定を変更することで学習に利用されない「プライベートモード」としての利用が可能です。

(2) ChatGPTのウソに騙されない

確率的に文章を作成しているため、たまに間違った回答をします。例えば上枠でChatGPTは「廿日市市歴史博物館」と回答していますが、そのような施設は実在しません。結果を鵜呑みにするのではなく、批判的な思考で、エビデンスは自分で探すなどの検証能力が重要になります。

(3) 情報が古いことに留意する

２０２１年９月までのデータを基に学習しているため、それ以降のニュースや情報については弱いです。ただし、有料版のChatGPT-4のプラグイン機能を使えばインターネット検索が可能になります。

今後求められるビジネススキル

通常の経営と同様ですが、「何が問題か」、「何を尋ねるか」、そして「自分で何を決めるか」というスキルが非常に重要です。ChatGPTは与えられた役割に応じて、あらゆる専門家になれる「万能な専門家」とも言えます。（ただし、回答の検証が必要です。）結局のところ、人と同様に、どれだけのポテンシャルを発揮できるかは、引き出す側のマネジメントスキルに依存します。要するに、今後は指示を出すスキルがますます重要になると考えられます。

（担当　鈴木）

会員企業表彰・優良従業員表彰

9月11日、令和５年会員企業表彰式並びに優良従業員表彰式を行いました。創業（開設）20周年以上の会員事業所103社と、会員企業において長年勤務又は企業に対して貢献したと認められる方30名（12事業所）を表彰いたしました。皆様、おめでとうございます。

◉会員企業表彰◉

◆創業100周年（大正12年）

株式会社 弘法
フルタニ 株式会社

◆創業80周年（昭和18年）

三和印刷 株式会社

会員企業表彰受賞者のみなさま

◆創業70周年（昭和28年）

株式会社 永和
梶田公認会計士事務所
東洋石油 有限会社
廿日市上水道工事所
広島信用金庫 廿日市中央支店
有限会社 船村瓦店

優良従業員表彰受賞者のみなさま

三原・信末特許事務所
株式会社 ヤマサ
有限会社 山根水道工事所
リラ美容室

◆創業60周年（昭和38年）

株式会社 安芸電設
株式会社 アサヒ
医療法人社団 江川レディースクリニック
協産紙工 株式会社
津田高速運輸 株式会社
株式会社 津田製作所
廿日市貯木場協同組合
ヤスダ米穀店

◆創業50周年（昭和48年）

太田川自動車 株式会社
株式会社 河崎造園
きはら精肉店
河内装飾
コオノスタジオ
佐方郵便局
株式会社 住建グリーン産業
株式会社 シンテツ
瀬良 憲司
有限会社 創造建築設計社
有限会社 高田興業
株式会社 高橋鉄筋工業
テーラー岡田
有限会社 日基リース
東谷コーポ
有限会社 広島化学
株式会社 丸忠
有限会社 レディスカナザワ

◆創業40周年（昭和58年）

あとりえだんじょう
株式会社 イワショウ
インテリア シモジ
株式会社 おおさき
桂造園
有限会社 久保新聞舗
司法書士栗林事務所
合同会社 しみず
商栄 株式会社
株式会社 田村自動車
協同組合はつかいちウッドクラフトセンター
有限会社 馬場設備
株式会社 ビケン
風林造園
ボブ美容室
マチス美容院
松廣開運堂
八木畳店
有限会社 山口商店セブンイレブン廿日市本町店
ヤマト運輸 株式会社 佐伯エリア支店

会員企業表彰受賞者を代表して答辞を述べられるフルタニ㈱古谷様

渡辺設計事務所

◆創業30周年（平成5年）

アイシン住宅
カーショップタシロ 有限会社
衣笠設備
きむら造園
有限会社 協栄電設工業
株式会社 ゲイナンハウス廿日市店
株式会社 己斐オートバイセンター
田中 満
林 泰英
株式会社 フジワラ
便利屋 輝さん
株式会社 ボストン ビッグ宮内店
株式会社 山田会計事務所
有限会社 ライフワーク

◆創業20周年（平成15年）

有限会社 アイ・ティー・エス
赤帽こうこう便
ウィルリングハンズ
株式会社 植田商店 業務用食品スーパー廿日市店

勤続30年を代表して優良従業員表彰を受けられた昭和教材㈱玉田様

株式会社 nyc
M・I建築設計
有限会社 オオベコーポレーション
沖本 正明
学習塾むぎ
有限会社 蔵
元気屋
株式会社 コマツ住宅設備
桜尾郵便局
嶋田電気
株式会社 SINCERELY
株式会社 双栄
株式会社 高宮運送
谷峰司法書士事務所
蔦川蘭蜂園
デザインアシスト
株式会社 DUKE
株式会社 東海ライフサポート
株式会社 なだや
野地本工業
社会福祉法人 廿日市福祉会

廿日市市産業部中村総括調整監より激励のことばをいただく

鳳凰タクシー
簑浦 幹茂
むすび屋
株式会社 山口銀行 廿日市支店
（創業年数別50音順・敬称略）

◉優良従業員表彰◉

占部建設工業 株式会社 広島支店 1名
株式会社 ケミカル山本 4名
広和機工 株式会社 1名
商栄 株式会社 7名
昭和教材 株式会社 1名
株式会社 シンテツ 5名
株式会社 NIIZAWA 2名
廿日市計装 株式会社 2名
株式会社 丸忠 1名
安田金属 株式会社 1名
株式会社 山崎本社 4名
株式会社 山根電業社 1名
（企業名50音順・敬称略）

受賞者へのお祝いとさらなる発展を願う澁谷会頭

25 よさこい祭りから感じた地域イベントの未来像

トレンド通信

Writer
日経ＢＰ総合研究所
上席研究員　渡辺　和博
わたなべ・かずひろ

8月9日から12日に高知で開かれた第70回よさこい祭りを訪ねてきました。新型コロナの影響で、4年ぶりの本格開催となりました。157チーム、1万4000人が踊り、観光客も多く詰めかけて、まち中に「よっちょれ！よっちょれ！」の掛け声とよさこい節の音楽が響き、大変な盛り上がりでした。

国内のみならず、海外からの観光客も多く、ホテルはどこも満室。私も予約が取れず、友人宅に泊めてもらったほどの混み具合でした。こうした祭りは地域に活気や、経済的な潤いをもたらすほか、地域の人々の誇りやプライドを育てていることを実感しました。

一方で、3年間の空白は、地方の祭りが抱えるさまざまな課題を明瞭に浮かび上がらせていたとも感じました。人口減少による担い手不足や高齢化、資材などの高騰による運営サイドの財政面の負担増です。開催間隔が空いたことで、メンバーが入れ替わる大学生チームでは、祭りに関するノウハウがうまく後継世代に伝承されないといった問題もありました。

地元メディアがさまざまに報じていた課題の中には、4年ぶりの開催でこれまで以上に意気込む地元と、久しぶりの参加でメンバー集めに苦労する県外からのチームの間に、規模や準備の面で温度差が生じていたという問題もあったようです。

高知のよさこい祭りに限らず、地方の祭りはどこも同じような課題を抱えています。祭りには、運営サイドと参加者（よさこい祭りでは踊り子）、観覧客と三つのタイプの人が関わっています。この3方向のそれぞれに、人口減少やそれに伴う地域経済の縮小などの問題が影響します。このままでは地方の祭りは、かつての隆盛を誇った時代の規模ややり方を維持し続けることは難しいでしょう。

対応策の一つとして、全国各地の祭りでは、さまざまな場面でＩＴやデジタルの力を借りて、効率的な運営や来訪者に対する新たな価値を伝えるといった試みが始まっています。いわば祭りのＤＸ化です。例えば来訪者にはスマホのアプリを通じて、見どころやライブ動画を提供する、従来は紙と郵送ベースだった参加者の登録やそれに対する情報共有をデジタル化することなどです。青森のねぶた祭では、極彩色でつくられるねぶたのデザインを一つの作品として、デジタル技術を使ってアート作品として販売したり、信州の御柱（おんばしら）祭では有料のライブ配信が実施されたりしています。

伝統の継承の面では、過去の祭りを記録した映像や古い写真などを集めてデジタルアーカイブをつくり、後世に伝える活動をしている例もあります。

こうしたデジタルの力を利用して、地域の人たちによる効率的な運用を追求するだけでなく、いかに地域の外にあるヒト、モノ、カネ、情報を地域に取り込むか。持続可能な収益モデルをどうつくるか。祭りという地域文化に根差した公共性の高いイベントを通じて、地域外との関係を構築し持続できる仕組みをつくることが求められています。

青年部

廿日市商工会議所青年部　令和５年度スローガン　We need you ～団結・挑戦・成長～

二百廿日豊年市民祭
～こども向けゲームコーナー＆飲料販売～

令和５年９月９日㈯二百廿日豊年市民祭が開催されました。青年部として地域の子どもたちに楽しんでもらう「こども広場」では“魚釣りゲーム”とお菓子がもらえる“サイコロゲーム”コーナーと、飲料販売の出店を行いました。

今年も多くのお客様にご来店いただき、終始大盛況でした！

飲料販売コーナーでも生ビールをご提供させていただくことで、子どもから大人まで幅広い世代の方が楽しめるブースになったのではないかと思います。

準備を含め朝から夜までの長丁場ではありましたが、ゲームを楽しむ子どもたちの笑顔に癒され、とても充実した１日となりました。

仲間と一つのイベントを成し遂げる楽しさとチームワークの大切さを改めて実感することができました。

事業活性化委員会委員長　藤田　愛希

女性会

会員交流会（プロ野球観戦）開催

７月27日㈭マツダスタジアムでカープvsヤクルト戦を観戦しました。先発・床田投手が８回途中１失点の好投。カープが４－１でヤクルトに勝利して広島は10連勝！会員の皆様と一緒に最高の試合で盛り上がり、楽しい時間を過ごすことができました。

二百廿日豊年市民祭に参加

９月９日㈯、廿日市市で300年以上続くとされる「二百廿日豊年市民祭」が開催され、女性会は市中央市民センター広場へ出店しました。今年は女性会恒例の「バザー」とソフトドリンクを販売いたしました。当日はお天気もよく、子ども達はじめ多くの方にご来場いただきました。地域の皆様とふれあいながら一緒にお祭りを楽しむことができました。ご来場いただいた皆様、ありがとうございました。

私たちと一緒に活動しませんか

廿日市商工会議所女性会では、廿日市を一緒に盛り上げてくれる会員を随時募集しています。
女性会活動に興味のある方はお気軽にお電話ください。

女性会事務局（担当：佐々木・児玉）　TEL：0829-20-0021

Monthly column

職場のかんたんメンタルヘルス

Writer
日本メンタルアップ支援機構
代表理事　大野　萌子
おおの・もえこ

Look!!

カジュアル言葉はどこまで許される？

職場での言葉遣いについて、モヤモヤすることはありませんか？いわゆる「若者言葉」や「はやり言葉」に対して、眉をひそめる人と寛容な人、価値観もそれぞれかと思います。また、子どもが若者世代であったりすると、自分も抵抗なく使っているという人もいるでしょう。

人それぞれではあるものの、どこまでが許容範囲なのか悩ましいところです。まずは、どういったものがカジュアル言葉に当たるのかを見てみましょう。

「やばい」「かわいい」「ガチで」「ぶっちゃけ」といった言葉は、最近、市民権を得てきたようにも思いますが、いずれもビジネスの場には不適切です。特に「やばい」は、「とてもよくない」という本来の意味とは違い「すごく気に入った」など、反対に賞賛する意味合いで使われることも多く、誤解を招きやすいワードです。

また、「エモい」「尊い」「映（ば）える」などは、意味がよく分からない人もいることと思います。例えば、「この資料のレイアウトはどっちがいいかな？」という質問に対して、「ぶっちゃけ、映えるのはこっちっすかね。ガチでいくならエモい路線かと」と答えたらどうでしょう。さすがに、ここまでの応答はないかもしれませんが、こうしたカジュアル言葉は、社会的に未熟に見えるだけでなく、ＴＰＯをわきまえられない人だと認識されてしまいます。

親近感を持ってもらうために、あえてカジュアル言葉を使うことは逆効果であり、場に応じた言葉遣いが求められます。友達同士ではＯＫでも、職場、ましてや客先で使うことは相手を不快にさせる上に、自分自身の評価を下げてしまうこともあるので、十分な注意が必要です。

部下や後輩が無意識かつ、このくらい大丈夫だと思って使っている場合も多く見受けられます。本人たちに全く悪気はないので、指導することが大切です。その場合は、「そんな言い方はダメ」と真っ向から否定するのではなく、「それはどういう意味で使っている？」と確認し、場に応じたフレーズを提案できるといいですね。また、社内と社外でも基準が違うと思いますが、普段から使っていると思わず口から出てしまうものです。リスク管理のためにも言葉遣いについて、話し合う機会を持つことが大切です。

店舗 サイン 造形
一級建築士事務所
SANKYO DISPLAY
人と街との調和を目指して
感動と喜びのコミュニケーションを育んでいきます
廿日市市木材港北7-17　電話 0829-32-8757(代)

医療法人社団ヤマナ会
メディオンズ健診センター
リウマチ・膠原病科
■人間ドック
■脳ドック
■生活習慣病・一般健診(協会健保)
■定期健診
■リウマチ・膠原病科
■特定健診
■婦人科検診
■巡回健診
■産業医

〒739-0422　廿日市市大野早時3406-5
■人間ドッグ・各種健診　TEL 0829-56-5505
■リウマチ・膠原病科　TEL 0829-30-6676
協会けんぽ・各健康保健組合・各共済組合指定施設　※200台収容大型駐車場

FMはつかいち
76.1MHz
スマホでも聞ける
インターネット
サイマルラジオ
朝の情報番組
廿日市市からのお知らせ、
中国新聞ニュース、渋滞情報、天気予報ほか
「Wake up!Morning!!」 7:00～ 9:00
「アサクジ」 9:00～10:00
月曜 火曜 水曜
朝から元気がでる曲を
たくさんお届けしてまーす！
まつのき 松ノ木　あゆみ 愛弓
木曜
4月から1年ぶりに
復帰させて
頂きました！
かがわ 香川　ふみか 典加
金曜
廿日市市地域支援員
としてもお世話に
なっています！
かりやま 狩山　ほのか 穂香
カーラジオは76.1MHz

インボイス・電子帳簿保存なんでも相談会

税理士に無料でご相談いただけます。「具体的に何をすればいいの？」、「よくわからないけど税理士に任せてるから大丈夫かな」という方は、お気軽にご相談下さい。

【日時】10月13日(金)・16日(月)・27日(金)
11月10日(金)・13日(月)・24日(金)
13：00～17：00（60分／回）
【場所】商工会議所　会議室
【参加料】無料・会員限定
【申込】別添の用紙にて
【担当】経営サポート課

金融個別相談会

コロナ関連融資の返済がスタートするなか、業況回復に至らず資金繰りが窮屈となっているなど、資金繰りに悩みをお持ちの方は是非ご相談ください。

【日時】10月18日(水)・11月17日(金)
13：00～16：00（60分／回）
【場所】商工会議所
【申込】別添の用紙にて
【担当】経営サポート課

DX・ChatGPT活用で業務効率化対策セミナー

AIやChatGPTというツールを使った仕組みで業務効率化・ホワイトカラーの業務を代替えさせる方法と事例を紹介します。業務効率化をしながら、「人でなければできないこと」に注力することで企業の人手不足の多くは改善できます。苦手意識のあるAI特にChatGPTについて、その可能性と導入事例を通して、注意点・導入方法をわかりやすく解説いたします。

【日時】11月28日(火)　14：00～16：00
【場所】オンライン（zoom）
【申込】別添の用紙にて
【担当】経営サポート課

会館改修工事のお知らせ

2023年10月から会館空調改修工事を行っています。騒音や振動などでご利用者様へはご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

また、左記期間中は施設の予約受付を停止しています。何卒ご理解ご協力をお願い申し上げます。

■1階多目的ホール・4階会議室
2023年10月1日
～2023年12月31日

商工会議所へのお問い合わせは
TEL 0829-20-0021
FAX 0829-20-0022

広島県の最低賃金
（2023.10.1 ～）
時給40円アップ！
970円

オトクな情報が満載♪
会員メルマガ
○補助金・助成金情報
○無料セミナー情報
○役立つ各種サポート情報
登録はこちらから
本当に役立つ情報を月に２回程度メールで配信します。

新入会員紹介

令和5年9月11日現在
会員数1,707事業所

ご加入ありがとうございます。

事業所名	地区	業種
合同会社 アマミドコロ	広島市中区	広告制作業
宮島 町家宿 進龍庵	宮島町	宿泊業
鶴翔	原	とび工事業

★次号11・12月号は11月17日㈮発行予定です。
チラシの締切は11月6日㈪です。

商工会議所カレンダー

	日（曜）	開始時間～終了時間	内容
10月	6日（金）	13:00～16:00	経営なんでも相談会
	9日（月）		会頭杯ゴルフ大会
	10日（火）	14:00～16:00	正副会頭会議
	13日（金）	13:00～17:00	インボイス・電子帳簿保存相談会
	17日（火）	19:30～21:00	青年部委員会
	18日（水）	13:00～16:00	金融個別相談会
	23日（月）	13:30～15:00	正副会頭連絡会
	24日（火）	19:30～21:00	青年部役員会
11月	6日（月）	14:00～16:00	正副会頭会議
	7日（火）	19:30～21:00	青年部定例会
	10日（金）	13:00～17:00	インボイス・電子帳簿保存相談会
	17日（金）	13:00～16:00	金融個別相談会
	19日（日）		簿記検定

編集後記 editor's note

経営サポート課・鈴木

ChatGPTの活用セミナーに参加し、どのようなことができるのかや、利用する際の注意点などを学びました。このセミナーを通じて、ChatGPTは幅広い業務で応用できることを理解し、今後のビジネスやコミュニケーションにおいて不可欠なツールになると思いました。さらに、このようなITツールの急速な発展を考えると、ツールを効果的に活用し、適切に管理するためのマネジメントスキルがますます重要になると感じました。

WEB セミナー

600タイトル

無料配信中！

＜ご視聴はこちら　ID：k3940　パスワード：0021

<中小企業大学校広島校では受講生募集しています>

知っていますか！ 受講料助成金制度

廿日市商工会議所は、中小企業大学校広島校の受講料1／2以内、一企業15,000円を限度に助成しています。

【対象】会員である中小企業の経営者又は従業員

研修についてのお問い合わせ
中小企業大学校広島校　電話：082-278-4955
〒733-0834　広島市西区草津新町1-21-5

受講料助成制度についてのお問い合わせ
廿日市商工会議所　電話：0829-20-0021

◆研修コース・内容は 中小企業大学校　広島校 で 検索

2023年10月開始　消費税の新制度

インボイス制度

「自分にも関係ある？」
「なにをすれば良いの？」
「いつまでに手続きを？」

国税庁特設サイト

商工会議所までお気軽にご相談ください。

リーグ保証制度のご案内

県内商工会議所の会員様向けの保証制度です。

- 限度額：５００万円以内（別途要件あり）
- 保証料率：年０．４５％～１．９０％（別途割引あり）
- 資金使途：運転資金、設備資金
- 保証期間：７年以内（据置期間６か月以内を含む）
- 担保：原則不要

お申込み・お問い合わせ先
広島県信用保証協会
HIROSHIMA GUARANTEE
本所 TEL（082）228-5501
呉支所 TEL（0823）21-9281
福山支所 TEL（084）923-4893
備北支所 TEL（0824）62-3917
（協会HP）

2023年10月号 通巻第265号 令和5年10月2日［年10回発行］
発行所／廿日市商工会議所 〒738-0015 廿日市市本町5-1 TEL：0829-20-0021 FAX：0829-20-0022

GOURMET NET-WALK

「お造りの盛り合わせ　1,480円（税込）」
店主自ら目利きして仕入れる、季節ごとの旬の魚が４～５品盛られた贅沢な一品。

新鮮な魚と全国のお酒が自慢の創作和食。お得なランチも♪

一度笑うと、心の中にある全ての憂いを忘れてしまう「一笑百慮忘（いっしょうひゃくりょぼう）」。そんな意味をもった店名には「このお店に来た人が美味しい料理を食べて、嫌なことを忘れて笑顔になってほしい」という思いが込められている。

その日仕入れる鮮魚に合わせた、オリジナリティに富む創作和食が自慢のお店は、宮島街道沿いの廿日市高校前交差点すぐ目の前。ランチ営業も行っており、旬の鮮魚を使った日替わりランチはボリューム満点でお得なメニュー。ご飯は大盛り無料、みそ汁もおかわり無料のサービスが嬉しい。

「うるめいわし一味マヨ炙り　490円（税込）」
ほくっとしたうるめいわしに一味唐辛子のピリ辛風味が効いた、日本酒にもぴったりの一品。

「自慢のとろろ入りだし巻き玉子　690円（税込）」
とろろがたっぷり入っただし巻き玉子は、ふんわりとした焼き上がりに。

常置しているお酒とは別に、店主が全国から選んで取り寄せたお酒を、日替わりで置いている。一期一会のお酒を楽しめる。

一笑百慮忘

㊫廿日市市桜尾本町10-3
☎0829-88-9336
㊫ランチ　11:30～15:00（L.O14:30）
　ディナー　17:30～22:00
　　（土曜日17:00～）
㊡日曜・祝日

MEMBER NET-WALK

「病気・ケガ・痛み」を運動＋ストレッチで予防

2023年２月廿日市市福面にオープンした「うぇるさぽ廿日市店」。健康体操などを通じて、ケガや病気になりにくいカラダづくりのサポートをしている。

人気の秘密は身体のプロである理学療法士と看護師による専門的な指導。お客様のカラダの状態や悩みをヒアリングし、ひとりひとりにあった運動を提案している。

40分で効果的な体操は、仕事終わりやちょっとした空き時間で取り組むのに最適。健康が気になるけど忙しくて何も出来ていないという人はぜひ一度うぇるさぽにご相談を。

▲代表の藤井智久さん。理学療法士として４年間病院に勤務し、1,000人以上のリハビリを担当した経験を持つ。

「健康うぇるさぽ体操」
週１回40分4,490円（税込）/月
　最大10人で行うグループ体操。運動・ストレッチ・コグニサイズ（認知症予防の取組）を組合せカラダを動かす。

「個別ケア」
週１回50分9,490円（税込）/月
　１対１での個別対応。マンツーマンの運動指導でカラダの悩みを解消する。

「病院付き添い・外出サポートサービス」
　通院の介助や近所のスーパーなどへのおでかけの付き添いを行い、日常生活をサポートする。

うぇるさぽ　廿日市店

㊫月曜～土曜（祝日を除く）
　9:00～21:00
㊫廿日市市福面2-7-28,2階
☎0829-52-1231