

日本高血圧協会は、日本高血圧学会から2006年10月に派生して誕生し、約10年が経過しました。協会の主目的は高血圧の基礎並びに臨床研究等、学術面を中心に活動する日本高血圧学会を支援することと、高血圧やその合併症の危険性を国民に知っていただき、その発症防止対策に貢献することにあります。

協会の発足当時から実施してきた主要事業が減塩キャンペーンです。高血圧の発症には遺伝と生活環境因子が重要な役割を果しており、環境因子の中で特に重要なのが食塩摂取量です。食塩摂取量が過剰になり、腎臓から過剰な食塩が排泄できなくなると、血液の浸透圧を一定に保つために循環血液量を増量させ、その

日本高血圧協会による 高血圧対策キャンペーン

結果として血圧が上昇しやすくなります。それゆえ、高血圧の発症防止のため、あるいは一般の高血圧患者さんの治療では、食塩摂取量を1日6g未満にすべきとされています。この食塩摂取制限の重要性を知っていただくために、協会では全国規模で減塩キャンペーンを展開してきました。全国での市民講座や減塩食の体験キャンペーン等によって、1日6g未満の食塩摂取を継続することが可能であるということが広く認識されるようになりました。最近、欧米では高血圧患者さんの食塩摂取量の目標を、1日5g未満に下げてきています。日本でも、いずれ1日5g未満が目標となるかと思われます。

協会では、以上述べたような減塩キャンペーンとともに、適度な有酸素運動(1日30分間の早足歩行)を推奨しています。減塩食と適度な運動は、高血圧の発症・増悪さらに合併症の発症防止に必須の対策ですが、未だ日本で増加し

ている肥満への対策もきわめて重要に思われます。厚生労働省が肥満、特に内臓肥満対策に力を入れていることは皆様御存知の通りです。肥満は糖尿病や無呼吸症候群の重要な危険因子であるとともに、高血圧の発症・増悪および合併症の発症とも密接に関係しています。今後、協会としてはこれまでの減塩キャンペーンとともに、肥満対策に一層力を入れていかなばと思っています。



日本高血圧協会
副理事長

猿田享男

世界高血圧の日 2015年 高血圧市民公開講座 「健康長寿は高血圧管理から」

世界高血圧の日 市民公開だより



「高血圧を知ることによって大事な家族を守る」

2015年5月17日(日)

会場 札幌医科大学講堂 北海道札幌市中央区南1条西17丁目

平成27年5月17日、札幌医科大学 臨床教育研究棟 講堂において日本高血圧協会、一般社団法人Jミルク共催、オムロン ヘルスケア株式会社 協賛、公益社団法人北海道栄養士会、一般社団法人北海道乳業協会、北海道牛乳普及協会後援の市民公開講座が開催されました。島本和明先生(日本高血圧協会 理事／札幌医科大学 学長・理事長)による開会挨拶から始まり、「高血圧を知ることによって大事な家族を守る」をメインテーマに、司会に菊地健次郎先生(旭川医科大学 名誉教授)を迎え、島本和明先生(札幌医科大学 学長・理事長)が「正しく学ぶ高血圧とその怖さ」、鈴木玲子先生(医療法人社団裕仁会 よしだ内科クリニック 管理栄養士)が「高血圧の方の栄養管理 (減塩、乳和食など)」という題目で、それぞれ専門の立場から高血圧の予防と治療の大切さについて分かりやすく解説していただきました。最後に「名医が回答!みんなの質問コーナー」として、島本先生、鈴木先生2名のパネリストによって質疑応答が行われました。当日は150名を超える参加があり、大変活発な市民公開講座となりました。



「健康長寿は高血圧管理から」

2015年5月10日(日) 14:00~16:20

会場 秋田市民交流プラザALVE 2F 多目的ホール

平成27年5月10日、秋田市民交流プラザにおいて日本高血圧協会、大日本住友製薬株式会社共催、オムロン ヘルスケア株式会社 協賛、特定非営利活動法人日本高血圧学会、公益社団法人日本栄養士会、秋田県医師会後援の市民公開講座が開催されました。今井潤先生(日本高血圧協会理事／東北大学大学院 薬学研究科)による開会挨拶から始まり、「健康長寿は高血圧管理から」をメインテーマに、渡邊博之先生(秋田大学大学院 循環器内科)が「高血圧症~秋田県の現状~」、鈴木泰先生(青嵐会本荘第一病院 副院長)が「どうして必要?血圧治療」、田村佳奈美先生(かとう内科クリニック 管理栄養士)が「健康長寿のためのレシピ」、特別講演として菊尾七臣先生(自治医科大学 循環器内科)が「高血圧を自分で下げる5つの習慣」という題目で、それぞれ専門の立場から高血圧の予防と治療の大切さについて分かりやすく解説していただきました。最後に伊藤宏先生(秋田大学大学院 循環器内科)座長のもと、「Q&Aなるほど!疑問解決」として、今井先生、渡邊先生、鈴木先生、田村先生、菊尾先生の5名のパネリストによって質疑応答が行われました。当日は追加席も用意されるほどの大盛況で200名を超える参加があり、大変活発な市民公開講座となりました。



「健康長寿は高血圧管理から」

2015年5月17日(日) 14:00~16:00

会場 イオンモール幕張新都心 グランドモール1F・ホビーコート

平成27年5月17日、イオンモール幕張新都心グランドモール1F・ホビーコートにおいて日本高血圧協会、武田薬品工業株式会社共催、ロシュ・ダイアグノスティック株式会社、オムロンヘルスケア株式会社協賛、千葉大学医学部附属病院、セントラルスポーツ株式会社、特定非営利活動法人日本高血圧学会、NPO小象の会、一般社団法人千葉県臨床検査技師会、公益社団法人日本栄養士会後援の市民公開講座が開催されました。「健康長寿は高血圧管理から」をメインテーマに、司会に久田直子さん(フリーアナウンサー きょうの健康 元司会者)を迎え、横手幸太郎先生(千葉大学医学部附属病院 副病院長/日本高血圧協会 千葉県支部長)が「高血圧と生活習慣病の注意点:自分の検査値から考えよう」、小山浩子先生(料理家・管理栄養士・フードコーディネーター)が「高血圧の予防は毎日の食事から無理なく毎日続けられる新しい減塩法“乳和食”のすすめ」、柘植容子先生(セントラルスポーツ株式会社 健康サポート部マネージャー・健康運動実践指導者)が「運動で生活習慣の改善を」という題目で、それぞれ専門の立場から高血圧の予防と治療の大切さについて分かりやすく解説していただきました。当日は180名を超える参加があり、大変活発な市民公開講座となりました。



「健康長寿は高血圧管理から」

2015年5月16日(土) 14:00~15:30

会場 金沢21世紀美術館 地下1階「シアター21」

平成27年5月16日、金沢21世紀美術館シアター21において日本高血圧協会、第一三共株式会社共催、オムロンヘルスケア株式会社、オムロンコーリン株式会社協賛、特定非営利活動法人日本高血圧学会、公益社団法人日本栄養士会、北國新聞社後援の市民公開講座が開催されました。「健康長寿は高血圧管理から」をメインテーマに、司会に高田重勇先生(日本高血圧協会 石川県支部長/金沢市立病院長)を迎え、高桑浩先生(金沢市立病院 腎臓内科長)が「高血圧を知る」、山口泰志先生(やまぐち内科クリニック 院長)が「高血圧と上手につきあうための習慣」井上好美先生(石川県栄養士会 医療専門部会理事・管理栄養士)が「楽しく美味しく減塩-今日から出来る減塩のコツ-」、という題目で、それぞれ専門の立場から高血圧の予防と治療の大切さについて分かりやすく解説していただきました。当日は55名を超える参加があり、大変活発な市民公開講座となりました。



「健康長寿は高血圧管理から」

2015年5月17日(日) 13:00~15:00

会場 なら100年会館

平成27年5月17日、なら100年会館中ホールにおいて日本高血圧協会、日本ベーリンガーインゲルハイム株式会社、アステラス製薬株式会社共催、オムロンヘルスケア株式会社、オムロンコーリン株式会社協賛、奈良県、奈良市、一般社団法人奈良県医師会、特定非営利活動法人日本高血圧学会、公益社団法人日本栄養士会後援の市民公開講座が開催されました。「健康長寿は高血圧管理から」をメインテーマに、司会に荻原俊男先生(日本高血圧協会 理事長/森之宮医療大学 学長)を迎え、山本浩之さん(フリーアナウンサー)が「私と健康-ニュースの現場から学んだこと」、楽木宏実先生(大阪大学老年腎臓内科学教授)が「高血圧の予防と治療」、斎藤能彦先生(奈良県立医科大学 第一内科 教授)が「心臓病と高血圧」という題目で、それぞれ専門の立場から高血圧の予防と治療の大切さについて分かりやすく解説していただきました。当日は535名の参加があり、会場の定員数を上回り、立ち見がでるほどたくさんの方の市民の方のご参加いただき、有意義な市民公開講座となりました。



「動いて食べて脱メタボ ~内臓から美しく 目指せインナービューティー~」

2015年5月17日(日)

会場 岡山県総合福祉会館

平成27年5月17日、岡山県総合福祉会館において日本高血圧協会、岡山大学病院、武田薬品工業株式会社共催、岡山県医師会、岡山市医師会、岡山市内医師会連合会、特定非営利活動法人高血圧学会、岡山県薬剤師会、岡山市薬剤師会、岡山栄養士会、岡山県生活習慣病対策推進会議CKD・CVD対策専門部会、岡山県、岡山市、オムロンヘルスケア株式会社、オムロンコーリン株式会社、山陽新聞社後援の市民公開講座が開催されました。「健康寿命は高血圧管理から」をメインテーマに、司会に榎野博史先生(岡山大学病院 病院長)を迎え、和田淳先生(岡山大学 腎・免疫・内分泌代謝内科学 准教授)が「メタボ合併高血圧と合併症予防」、堅山佳美先生(岡山大学病院 総合リハビリテーション科 助教)が「脂肪を燃やせ!“脱”高血圧への道~運動のポイントと注意点~」、坂本八千代先生(岡山大学病院 臨床栄養部 管理栄養士)が「おいしく減塩、減量~食卓からの血圧対策~」という題目で、それぞれ専門の立場から高血圧の予防と治療の大切さについて分かりやすく解説していただきました。最後に「正しい姿勢、エクササイズで楽しく減量、下げよう血圧」として、福本智恵子先生(コンディショニングトレーナー)によって運動療法講習会が行われました。当日は120名の参加があり、大変活発な市民公開講座となりました。



「健康長寿は高血圧管理から」

2015年5月17日(日) 13:00~15:00

会場 松山市男女共同参画推進センター(COMS) 5階大会議室&会議室5

平成27年5月17日、松山市男女共同参画推進センターにおいて日本高血圧協会、塩野義製薬株式会社共催、一般社団法人松山市医師会、一般社団法人愛媛県薬剤師会、公益社団法人日本栄養士会、松山市、愛媛新聞社、特定非営利活動法人日本高血圧学会後援、オムロンヘルスケア株式会社、オムロンコーリン株式会社協賛の市民公開講座が開催されました。榎垣実男先生(愛媛大学大学院 教授)司会のもと、「健康長寿は血圧管理から」をメインテーマに、大藏隆文先生(愛媛大学大学院 特任教授)からは「もっとも身近なサイレントキラー、高血圧を知ろう」と題し、専門の立場から高血圧の予防と治療の大切さについて、利光久美子先生(愛媛大学医学部附属病院 栄養部 部長)からは「身体のために知っておきたい、上手は塩分との付き合い方」と題し、具体的な減塩方法や注意点について分りやすく解説していただきました。その後、野間崇志先生(済生会松山病院 薬局)が加わりパネルディスカッション&質疑応答が行われました。「みかんと降圧薬の相互作用は?」といった松山らしい内容を始め、参加者からは食事や降圧薬に関する多数の質問が寄せられました。そして、会の終わりには日和田邦男先生(愛媛大学 名誉教授)より終わりの言葉としてご紹介いただきました。会場もほぼ満席となり、大変有意義な市民公開講座となりました。なお、開催当日の夜には、松山城とくるりん(観覧車)が高血圧カラーの青色と赤色にライトアップされ、多くの市民にも啓発がなされました。



「楽しく減塩、めざせ健康長寿」

2015年5月24日(日) 15:00~17:00

会場 アクロス福岡

平成27年5月24日、アクロス福岡イベントホールにおいて日本高血圧協会、日本高血圧学会 第4回臨床高血圧フォーラム in Fukuoka、減塩サミット2015 in Fukuoka共催、オムロンヘルスケア株式会社協賛、特定非営利活動法人日本高血圧学会、公益社団法人日本栄養士会後援の市民公開講座が開催されました。「楽しく減塩、めざせ健康長寿」をメインテーマに、第一部の特別講演では、座長として今泉勉先生(国際医療福祉大学 教授/日本高血圧協会 理事)、演者に荒川規矩男先生(福岡大学 名誉教授)が「塩の功罪とその対策」という題目で、専門の立場から高血圧の予防と治療の大切さについて分りやすく解説していただきました。第二部では夏川りみさん(アーティスト)による「ミニコンサート」、司会に新垣泉子(テレビ西日本アナウンサー)を迎え、土橋卓也先生(第4回臨床高血圧フォーラム会長/製鉄記念八幡病院 院長)と夏川りみさんによる「トークショー」、「抽選会」が行われました。当日はホール(1,500席)に立見が出るほど大変活発な市民公開講座となりました。



「健康長寿は高血圧管理から」

2015年3月29日(日) 13:00~15:00

会場 神戸国際会議場3階 国際会議室

平成27年3月29日、神戸国際会議場において日本高血圧協会、第29回日本医学会総会2015年関西、塩野義製薬株式会社共催、日本栄養士会後援、オムロンヘルスケア協賛の市民公開講座が開催されました。今回は日本医学会総会の未来医療EXPO'15共催イベントとして開催されたもので、荻原俊男理事長(森ノ宮医療大学 学長)、猿田享男副理事長(慶応大学 名誉教授)の司会のもと、「健康長寿は血圧管理から」をメインテーマとし、松岡博昭理事(宇都宮中央病院 院長)が「高血圧治療はなぜ必要か」、島本和明専務理事(札幌医科大学 理事長)が「高血圧治療の実際、楽木宏実ブロック長(大阪大学 教授)が「高齢者高血圧の治療」についてそれぞれ専門の立場から高血圧の予防と治療の大切さについて分りやすく解説していただき、最後に共催者である塩野義製薬株式会社、手代木功社長が「国民の健康と製薬企業の役割」について講演されました。当日は雨にもかかわらず130名ほどの参加があり、会場はほぼ一杯となり、活発な質疑があり、有意義な市民公開講座となりました。

世界高血圧の日 2016年

高血圧市民公開講座

参加費
無料

5月21日(土)・22日(日) 全国8都市で開催予定!



札幌市



盛岡市



東京



津市



大阪市



米子市



高松市



鹿児島市

市民公開講座「腎臓病教室へようこそ」

日時：2015年9月26日(土)13時00分～15時00分(受付 12時30分～)

会場：Biviつくば2階、総合インフォメーションセンター

主催：筑波大学医学医療系腎臓内科学

共催：筑波大学附属病院、筑波大学、日本医療研究開発機構研究費腎疾患実用化研究事業

「慢性腎臓病(CKD)進行例の実態把握と透析導入回避のための有効な指針の作成に関する研究(REACH-J)」

後援：日本慢性腎臓病対策協議会、茨城慢性腎臓病対策協議会、日本高血圧協会

第9回 公開高血圧教室

日時：2015年10月31日(土)

会場：エル・パーク仙台 5階(セミナーホール)

仙台市青葉区一番町4丁目11番1号 141ビル(仙台三越定禅寺通り館)

共催：日本高血圧協会／第一三共株式会社／オムロンヘルスケア株式会社

後援：宮城県医師会／仙台市医師会／宮城県／仙台市／河北新報社

Q

私は40歳のサラリーマンです。最近血圧が高くなり、病院で種々の検査をした結果、腎性高血圧といわれました。これは普通の高血圧と違うのでしょうか。

A

高血圧のうちおよそ90%は本態性高血圧で中年以降からゆっくりと血圧が上がります。原因は高食塩摂取や肥満、ストレスなど環境因子と体質(遺伝的素因)からなります。残りの10%が二次性高血圧といわれるもので、高血圧の原因が明らかで、原因に対する根本的な治療により血圧は低下します。腎性高血圧も二次性高血圧であり、腎炎やのう胞腎などにより血圧が上がります。蛋白尿・血尿や腎機能の低下を伴うことがあります。腎炎の治療や腎臓を保護する(減塩やたんぱく質摂取制限など)ことが必要です。蛋白尿がある場合は降圧薬もレニン-アンジオテンシン系阻害薬が中心となり、血圧の低下目標(降圧目標)も130/80 mmHg未満と厳しくなります。また腎動脈が狭窄しても血圧が上がります、この場合は腎血管性高血圧とよんでいます。多くの場合、狭窄した腎動脈を拡張する処置により血圧は低下します。

Q

私は65歳の年金生活者ですが、最近新聞で5月17日は世界高血圧デーであることを知りました。なぜ5月17日が世界高血圧デーになったのでしょうか。日本でも何か行事があるのでしょうか。

A

おっしゃるとおり全世界的に5月17日は高血圧の日と定められています。これは国際高血圧学会やWorld Hypertension League(WHL)(世界高血圧協会)で決められています。なぜ5月17日かという理由については不明です。日本高血圧協会もWHLに参加していますので5月17日には全国的に7から8か所の各都市で「健康寿命の延伸は高血圧管理から」のテーマのもと高血圧の予防と治療に関する市民講座を開催し啓発活動を行っています。

Q

私は55歳の自営業者です。先日の検診でメタボリックシンドロームと言われ、その時の血圧は168/96 mmHgでした。メタボの場合、高血圧治療はどのようにしたらいいのでしょうか。

A

メタボの診断基準のうち血圧値は130mmHgまたは85mmHg以上となっていますが、質問者の場合はすでに血圧が高血圧の域にありますので、かなり高リスクの状態です。厳格な血圧管理が必要で糖尿病があれば130/80mmHg未満にする必要があります。降圧薬はARBやACE阻害薬のレニン-アンジオテンシン系阻害薬が中心となります。同時に減量、減塩、節酒、運動療法など生活習慣の改善が大切です。

高血圧って、どんな病気？ 専門医がお答えする、高血圧のQ&A。

知っているようで、 知らない、高血圧のこと。



Q

私は56歳の会社員です。以前から健康診断で血圧が高めと指摘されていましたが薬はのんでいませんでした。先日の検査では168/94mmHgで、先生から降圧薬を飲んだほうが良いといわれました。友人からは一度降圧薬を飲むと一生飲み続けなければならないと聞いています。本当でしょうか。

A

高血圧は生涯治療だといわれていますが、これは必ずしも生涯お薬を飲み続けることではありません。確かにそのように必要な方もおられますが、生活習慣の改善や定期的な血圧のチェックも含めて生涯治療が必要なわけで、たとえば、定年によりストレスが減って血圧が正常化する方もおられるし、減塩や減量、運動療法が成功し血圧が下がることもよくあります。このような場合は降圧薬は不要となります。また、夏期は血圧が正常になる人もおられます。大事なことは、家庭血圧の測定値、定期的な受診により、主治医の先生に降圧薬の減量や中止を決めていただくことです。中止したあとも定期的経過を見ていただくことが大切で、もし血圧が再度上がるようでしたら、降圧薬を再開します。

Q

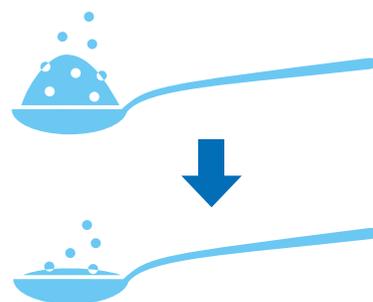
最近米国から厳格な降圧が良いとする研究結果が発表されたとのことですがどのようなものですか

A

2015年9月11日に米国の健康に関する国立機関であるNational Institutes of Health (NIH)からSystolic Blood Pressure Intervention Trial (SPRINT) という名前の研究について予備解析結果が速報で発表されました。SPRINTは、50歳以上の高血圧の方で心臓病の発症危険度が高い方や75歳以上の方を対象にした研究です。研究目的は降圧目標を120mmHg未満とした群と140mmHg未満とした群で心血管病の発症などへの影響を比較することです。9250人の方が対象となり2018年12月までの研究予定でしたが、途中の解析で、120mmHg未満群の方が140mmHg未満群と比較して心血管病発症がほぼ3分の1、死亡がほぼ4分の1と少なかったという結果でした。その結果を受けて途中で研究を終了したとのこと。十分な解析はまだですので、正式な結果発表を待つ必要があります。日本のガイドラインでは一般の高血圧の降圧目標は140/90mmHg未満ですが糖尿病があれば130/80mmHg未満または75歳以上の高齢者では150/90mmHg未満(忍容性があれば最終的には140/90mmHg未満を目指す)というように、高血圧治療は降圧目標を含めて個人ごとに少しずつ方針が異なります。SPRINTの結果が今後のガイドライン改訂にどのように影響するかはさらに注意深い検討が必要と思われます。まずは、かかりつけ医のご指導のもと、現在の治療ガイドラインに基づいてより積極的に高血圧治療を続けられることが大切です。

外食での減塩のコツ

仕事上、出張で外食することは今も多い。そのようなときは、家で食塩無添加の料理を食べるようにはゆかないし、どうしても調味の効いた料理をいただくことになる。しかし、外食においても、食塩を極力減らすことのできる工夫がある。



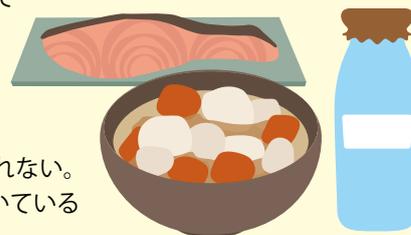
洋食レストランでの工夫

- 1 生野菜のサラダはドレッシングを別にして、と頼む。気の利いたレストランではサラダと別にドレッシングを別の器に入れて持ってきてくれる。先日、別に持ってきてもらった鱈のマリネのドレッシングは、ほとんど塩分が入ってなくて、しかも美味しかったので、結果としてはその別のドレッシングをいただいてしまった。サラダのドレッシングは、掛けずにサラダをいただいた。
- 2 鳥肉やその他の揚げ物にかかっているソース類も掛けずにくださいと頼むとよい。もちろん、別にしてもらってもよい。
- 3 煮込み料理はなるべく注文しない。
- 4 パンよりもライスにすると食塩が少なくなる。



和食で塩分を減らす工夫

- 1 刺身、天ぷらなどは、いつもの通り何も調味料を使わずに美味しくいただける。
- 2 お浸しは、出汁醤油が最初からかかっている場合は、お湯やお茶をその受けから掛けて塩分を落とす。
- 3 もちろん、漬け物類や佃煮類には手をつけない。つけても、風味のみを味わう。
- 4 旅館で湯豆腐が朝でたが、これはしめたと思い、この湯豆腐のなかで少し調味してある料理を入れて、“脱塩”してよばれた。昆布を入れて茹でる湯豆腐は、脱塩の道具としても優れている。お浸しを入れてさっとお湯にくぐらせて食べるのもよい。欲張って、イカの塩麴で味付けしたものをに入れて脱塩しようとしたら、妻に駄目だしされた。
- 5 味噌汁、すまし汁は中身と風味をいただき、飲み干さない。
- 6 魚の干物は、遠慮するのが原則だが、私は鱈の開きが大好きでなかなか見送れない。そのときは、骨の着いた片身の方に少し箸をつけるが、残りの片身は塩がきいているので残すようにする。



このようにして旅館での和食でも、レストランでの洋食でも和食でも、工夫をすればかなり塩分を控えることができる。

賛助会員リスト

当協会より改めて皆様にお礼申し上げます。

団体	アステラス製薬株式会社	いなば食品株式会社	MSD 株式会社
	オムロンヘルスケア株式会社	株式会社カネゴフーズ	株式会社栗本五十市商店
	一般社団法人 J ミルク	仙台社会保険病院	大日本住友製薬株式会社
	医療法人泉和会千代田病院	ティーパック株式会社	ノバルティス ファーマ株式会社
	バイエル薬品株式会社	ヤマキ株式会社	
個人	今村 陽一	大手 信重	木下 佳哉子 (50 音順 敬称略) (2015 年 8 月 31 日現在)

協会からの お知らせ

寄附のお願い

日本では約 4 3 0 0 万人の高血圧患者がいると言われています。高血圧は、心臓・血管病（心筋梗塞・脳梗塞など）の最も多い原因となっています。認定 NPO 法人日本高血圧協会は、高血圧の予防や治療のお手伝いをするを目的に、市民公開講座の開催を中心として活動しています。

当協会の活動は、皆様の寄附によって支えられています。皆様の温かいご支援をお願い申し上げます。

なお、国税局より 2012 年 7 月「認定 NPO 法人」の認定を得ることができました。この法人制度により、寄附金の税額控除等の優遇がありますことを申し添えます。

どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

お近くの郵便局にて郵便振替「払込取扱票」をご利用下さい。

口座記号番号：00980-4-233614

口座名：特定非営利活動法人日本高血圧協会

払込取扱票にご氏名・ご自宅のご住所をご記入ください。税額控除の優遇を受けるために必要となる領収書をお送りします。



日本高血圧協会

認定 NPO 法人 日本高血圧協会

〒532-0004 大阪府大阪市淀川区西宮原 1-8-29 テラサキ第 2 ビル

Tel: 06-6350-4710 Fax: 06-6398-5746 E-mail: office@ketsuatsu.net