

月刊キングラン通信

KINGRUN

TSUSHIN

K

We have people who make curtains,
people who wash, and people who install them.

I want to provide better time and space
to those who spend there.

That is our mission.

12
2025

KINGRUN



「美で本当の幸せを。」

私たちがカーテンや福祉用具を通してご提供したいのは「美しさ」。

カーテンそのものの美しさや、クリーニングによる清潔さは当然。

お客様の環境が美しくある事。お部屋の雰囲気が美しくある事。

そして職員様や患者様・利用者様の美しいご関係。

「美」という永遠のテーマを通してお客様に本当の幸せを感じて頂きたい。

それが、キングラン東海が追及するサービスなのです。



キングラン通信12月号目次

はじめに	… 2	総務課のページ	… 1 1
カーテン営業課のページ	… 3	マーケティング部のページ	… 1 2
メンテナンス課のページ	… 5	みんなの投稿広場	… 1 3
業務課便り	… 8	編集後記	… 1 5
ホームケア課のページ	… 9		

はじめに



こんにちは！静岡支社メンテナンス課の河合です。富士山が雪化粧をはじめました。本格的な冬が始まりますね。体調管理をしっかりしたいと思います。

日本の四季を感じたい

年末の風物詩「新語・流行語大賞」2025年のノミネート30語が11月はじめに発表されました。その中で気になったのは「二季」です。

最近の日本は暑さが厳しく長いので、天気予報を見て、4月なのにもう25度（夏日）だよ、10月になってもまだ30度（真夏日）だよ、など昔より温度が上がったせいで夏を長く感じます。日本は春と秋が無くなったという人もいます。

桜、菜の花、チョウチョ、入学式
キンモクセイの香り、紅葉、落葉
気づけば外出して、視覚、体で感じられるものばかりですね。

4月生まれの私は春が大好きなので始まったばかりですが、冬が終わるのがもう待ち遠しいです。来春は春を見つけに散策してみたいと思います。



コミュニケーションツールの威力

先日、リース契約としては新規のお客様の現場でカーテンの入れ替え作業をしていると同僚から、「私たちを応援してくれている職員さんに声を掛けていただきました」とその場で報告がありました。昨年の春に社内開催（4年に一度実施）された「ツリンピック」への応援メッセージも頂いている思い出のあるお客様です。

作業の手を止め、すぐに直接お礼を伝える事ができました。

弊社の事をよく知っていてくれるのはやはりこのコミュニケーションツール「キングラン通信」のおかげです。



「いつも読んでますよ」

「河合さん、最近マラソンはどうですか？」

など温かいお言葉や、趣味に関してのお声掛けをいただき、いつも現場で花を咲かせています。

創刊された15年前はA4用紙1枚からでした。私も課代表として、当時は非力ながら誌面の賑やかさに協力させていただいておりました。最近は協力的な若手メンバーも増え、私はメンバーに甘んじてしまっております。お客様との架け橋に楽しい話題をご提供できるよう、これから少しどこかに足を運んでみたいと思います。

カーテン営業課のページ

～カーテン営業課メンバーの日常を発信します～



こんにちは、営業課の河合です。インフルエンザが猛威を振るってますね。こどもが通っている幼稚園でも学級閉鎖があります。体調管理に気をつけて年末年始を過ごしたいですね。

今月の営業課 TOPICS



営業課 河合 暁志
レースカーテン

レースカーテンも価格によって異なりますが、様々な性能があります。簡単ですが説明します。



・防災

消防法施工規則に基ずく防災性能試験に合格した燃えにくい製品です。難燃系の繊維を使用することで、生地を燃えにくくしており、火災時などの燃え広がりを遅らせます。

・ウォッシュابل

ご家庭の洗濯機で丸洗いが出来ます。

・消臭、抗菌

たばこや生ごみなどの生活臭に含まれる成分を吹着、分解をします。

・防汚

洗濯時に汚れが落ちやすいカーテンです。

また洗濯液からの再汚染もなく、白さを長く保つことが出来ます。

今回紹介した性能は一部ですが、色々な性能がありますね。色も白以外はもあるので選んでいて迷ってしまいますが、何だか楽しくなってきますね。

カーテン営業課 今月の Good & New



買い物した福引券でズワイガニが当たりました！年末に届く予定なので楽しみに待っています。（中村）



週3でサッカー、週1で野球をやっていますが痩せません。やっぱり食生活かなあ。（栗田）



次男のサッカーが本当に面白いです。県大会まであと2勝！毎週末、せっせと応援に行っております。（岡本）



毎年応募している、スタバ福袋に初めて当選しました。レアタンブラーが当たってほしいです。（岩崎）



娘達の生活発表会を観に行ってきました。一生懸命歌う姿に感動しました。（夏目）



しばらくさぼっていたジムに行き、大胸筋をしばきました。2日後に強烈な筋肉痛に襲われました。（俊介）



体重がやばいので夜歩きははじめました。何度も途中で諦めてしまうのでできる事から初めて見ます。（稲田）



サッカーのW杯の組み合わせが決まりました！どんな戦いになるか本番が楽しみです。（河合）

営業課メンバーの日常



営業課 栗田 伸吾
クレーフパーティー



急にクレプが食べたくなり、男3人でクレプパーティーをしました。

最初は美味しかったんですが、食べ過ぎてしばらくクレプ恐怖症になりそうです。



営業課 岩崎 翔吾
モンスターがあらわれた



御殿場アウトレットに買い物に行きました。ドラゴンクエストのコラボイベント中で、モンスターのオブジェがありました。ドラクエは好きなゲームなのでテンションが上がりました。



営業課 稲田 祐作
珍獣！



やっぱり横浜ズーラシアは良いですね。日本最大級の広さなのに入場料が800円！すごく広いので一日中遊べちゃいます。ただ足はすごく痛くなります。

オカピを見に皆も行こうズーラシア！



営業課 岡本 吉智
お刺身が食べたくなったら自分で



ふと晩御飯に、お刺身と焼酎で一杯やりたくなり、近所にハゼを釣りに行ってきました。

この時期らしい大きいサイズのハゼが40匹ぐらい釣れました。お刺身を作るのに1時間、食べるのは15分とあっという間の出来事でしたが、家族にも好評で良かったです。

メンテナンス課のページ

～カーテン交換を行うメンテナンスメンバーの日常をお伝えします～



こんにちは、メンテナンス課の水口です。4月に入社してから約半年の月日が経ちました。まだまだわからない事が多いですが今後も精進していきたいです。

病室・居室に花を咲かせようプロジェクト



メンテナンス課 水口 湧斗
水の月

とある老人ホームの個室で作業中に、入居者の女性から「今は何月でしたっけ？」と尋ねられ、「6月ですよ」と私が答えると「睦月、如月…6月は何だったかしら…」と続けて尋ねられました。私は旧暦は全て頭に入っていたのですぐに「6月は水無月ですよ」と答えました。するとふと私の中で、「梅雨で水が多いイメージなのになぜ“水無月”なんだろう？」という素朴な疑問がわき、入居者の方も「本当ですね」と共感していました。



こういった日常の疑問にさっと答えられる知識があればもっと話も膨らませられるのかなと思った瞬間でした。ちなみに後に調べた結果、水無月の「無」は“ない”という意味ではなく“の”という意味の助詞として使われているようです。すなわち「水の月」ということになります。納得です。



メンテナンス課 伊藤 万裕
この会社の良さ

女性病棟で作業していた時の話です。奥のベッドに座っていた女性の患者様が「まあ、女の子がこんな仕事をするのねえ。」と話しかけてきました。すると向かいのベッドに寝ていた患者様も「こんなの男の仕事だよ。」と少しかわいそうな目で私を見ながら言いました。私が「そうかもしれないですね。でもこういった産婦人科の病棟だと女性スタッフが入った方が患者様も気が楽だと思いますよ。」と言うと、「ああ！確かにそうね！」と、お二人とも安心した顔で納得して下さいました。



私がこの会社を選んだ理由の中に、女性が活躍できる場がある、人を大切にしている、というのがあります。産婦人科や小児科、肛門科の女性がいる病室などは、女性スタッフが主力で作業に入ることによって、患者様の不安を和らげることができるということを聞いて、とても魅力的な会社だと思い、入社を決めました。私が思うこの会社の良いところが患者様にも伝わり、大変嬉しかったです。

「花咲く」エピソード&応援コメント 募集中！

お気に入りの記事への応援コメントや、皆さんの現場であった患者様・利用者様との心温まるエピソードを募集中です。
詳しくはそれぞれの投稿用紙をご覧ください！



今月の Good & New 【本社メンバー】



毎年、年末になると飲み会が楽しみです。飲みすぎないように注意します笑（古川）



チェンソーマンの映画「レゼ編」を鑑賞。サメの悪魔が一番の癒しキャラでした。（包原）



ウォーキングからランニングへ移行しました。体の疲労度が段違いです。（守田）



20年以上使っていた洗濯機を買い換えました。洗濯中の音が小さい事に驚きです。（佳恵）



お弁当生活開始です。おかずは買っているのですが日々の食費が半分になりました。（桑野）



地元の友達が年末愛知に集結するみたいで、何をやるか悩んでいます。（徳永）



最近牡蛎を食べられるようになりました。大人へ近づいたような気がします。（白記）



Apple Watch を買いました。時間をすぐ確認できるのが便利です。（古田）



Astral が結成 2.5 周年を迎えました。周年ライブに行きたかった…（泣）（伊藤）



本屋さんで好きな本を買いました。これから読んでいきます。（小川）

今月の Good & New 【静岡支社メンバー】



名古屋の惨敗前に奇跡的に取れていた大阪ライブファイナルに参戦を決めました。（保雄）



7days to die というゲームを友人たちと始めました。（啓也）



子供の運動会に行ってきた。鳴子を持って「よっちょれ」を上手に踊ってました。（飯田）



御殿場アウトレットに行きました。ドラクエコラボに囲まれて幸せです。（中江）



今回の Qoo10 メガ割でようやく LUNA のコンシーラーパレットを買いました。（水口）



久しぶりにガトーショコラを作りました。大好評で嬉しかったです。（酒井）

メンテナンス課メンバーの日常



メンテナンス課 白記 亜美
稲武もみじまつり



豊田市の稲武へ紅葉狩りに行きました。朝と夜で気温差が激しいため、紅葉が綺麗に色づくようです。とても素敵でした。



メンテナンス課 鈴木 佳恵
念願のホットケーキ

先日、三重県にある『ビーフカレーと喫茶月待』というお店にホットケーキを食べに行きました。SNS で見かけて以来、ずっと行きたかったので、念願が叶いました。外はサクッと、中はふんわり、私好みの味で美味しくいただきました。



メンテナンス課 伊藤 万裕
地上波デビュー

推しているメンズ地下アイドルグループ「Astral」がTV番組「アイドル学園バラエティ RINGAKU!」に初出演しました。RINDO に所属しているアイドルグループがランダムに出演し、様々なバラエティ企画に挑戦するという内容でした。TOKYO MIXで毎週金曜日の21:25～放送され、その後TVerでも配信されるので、興味のある方はぜひご覧ください。



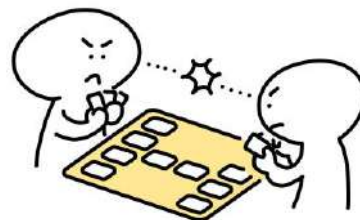
メンテナンス課 守田 真浩
シティリーグ

ポケモンカードゲームにて大会に出場してきました。

今回は58名中28位になり反省する部分もあったので次回の大会へ活かしたいです。

順位	No.	あなたのお名前	勝率	対戦数	勝利数	敗戦数
28	たろきち	たろきち	9	42	18	48.33

順位	No.	あなたのお名前	勝率	対戦数	勝利数	敗戦数
1	のむしん	のむしん	45	45	0	100.00



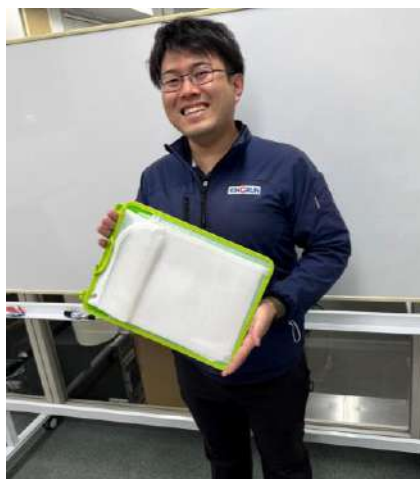
メンテナンス課 桑野 史也
文房具っていいですよね 79

今回紹介する商品は「プラス たんけんボード」です。

小学生の頃に野外学習で使用された方も多いのではないでしょうか。施設内でカーテン台帳や図面などを持ち運ぶ際、今まではケース型の商品を使っていたのですが破損が多く困っていました。こちらのボードは頑丈で汚れにくく、資料を裏の袋に保管できる優れものです。



よりコンパクトに、安全に持ち運べるようになりました。



業務課のページ

～クリーニング工場・カーテン縫製工場より、近況・フキ情報をお届け～



こんにちは、業務課の菅です。師走に入り、何かと慌ただしい時期となりました。「師走」の由来は、師（僧侶）が走り回るほど忙しい月という説が有名ですが、旧暦の風物や行事に基づいた和風月名を調べてみると面白いですね。現在の学校教育では触れる機会が少ないかもしれませんが、子供に伝えていきたいと考えております。

ご多忙な日々をお過ごしのことと思います、お体に気を付けて良い年をお迎えください。



大掃除

今年もクリーニング工場、出庫センター、縫製工場にて大掃除を実施いたしました。

日頃から、掃除・整理整頓を行っておりますが、ワックスがけは年に1回の実施となります。前日からパートの皆さんが準備を進めてくださり、当日は営業課とメンテナンス課の皆さんにもご協力いただきました。

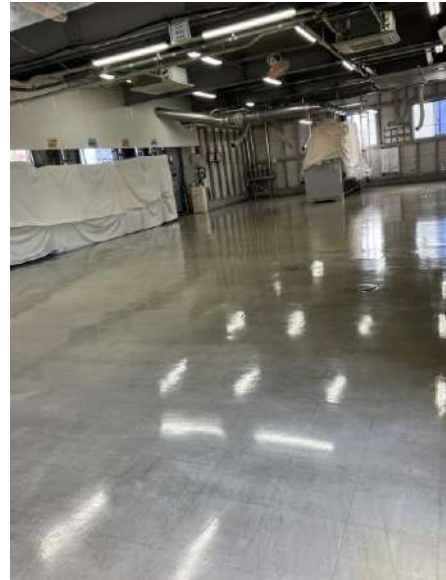
作業は、スノコや移動可能なものをすべて屋外に移動させ、エアコンや天井扇など高所の埃を丁寧に除去した後、床表面の頑固な汚れを手作業で落としました。



その後、イーグルという機械を使用してワックスの剥離作業を行い、剥離後はパートさん達による床拭きを経て、ワックスがけを行いました。床の保護と耐久性を高めるためにワックスを二度塗りします。

ワックスが乾くまでの間、パートさん達は窓拭きや草取りなどを行い、段取り良く他の

作業を進めていき、今年もスムーズに大掃除を終えることができました。



今年はメンテナンス課の桑野さん、古田さん、小川さんに機械を担当していただきました。皆さんのおかげで、一年間の汚れがすっかり落ち、工場が大変きれいになりました。



ホームケア課のページ

～在宅介護を支えるホームケア課メンバーより、お役立ち情報をお届けします～



ホームケア課の鈴木彩子です。
もうすぐ 2026 年！あっという間に月日が過ぎていきますね。

充実した 1 年を過ごさせて頂いたことに感謝し来年も元気に過ごしていきたいです。

(今月の TOPICS)

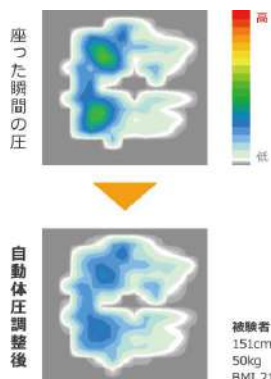
車椅子付属品「パワークッション」

今回ご紹介する福祉用具は、モルテンの車椅子クッション「パワークッション」です。



毎日の生活の中で車いすに長時間座っている人のために、「体圧分散性」「自動体圧調整」「除圧」の 3 要素で、おしりの痛みによる姿勢の崩れや「床ずれ」の不安を軽減する車いす用クッションです。

エアマットのように自動で圧調整をしてくれるため床ずれ防止をしながら座位保持し、姿勢崩れを予防してくれる優れものです。自力で座り直しが出来ない方やなかなか合うクッションがなかった方にオススメです。



その他の福祉用具に関する記事は、こちらをご覧ください。



ホームケア課 牧野 拓朗
SouYou

先日、名古屋市にある完全個室サウナ「SouYou」に行きました。個室空間なので、好きな時間にサウナに行ったり、くつろぐことができ、落ち着きます。

アロマロウリュができ、リラックスできてオススメです。疲れたときにまた行きたいです。



ホームケア課 鈴木 杏佳
人生一のうどん

社員旅行で山口県へ行ってきました。いろいろな思い出はありますが…、私が感動したのはうどんです。

山口県に多数店舗があるうどん屋チェーン「どんどん」で食べた、ごぼう天うどんがとても美味しくて忘れられません。ごぼう天が 5 本も入っていてかなりお腹が満たされました。

お昼時に行きましたが、始終行列ができていて人気店なんだなと思いました。安くて美味しくて最高です。また食べたいです。





ホームケア課 鈴木拓也
堀内公園

休日に安城市にある堀内公園に家族で行って来ました。芝生のスペースが広くて無料で遊べるコーナーもあり、ソリ滑りは長男もすごく喜んでいました。

大きい観覧車やメリーゴーランドなど色々な乗り物もあり、家族で楽しめました。



ホームケア課 加藤 季之
七五三詣り

七五三詣りに行きました。羽織っている黄色の着物は娘の曾祖母より引き継いでいる物で、娘用に仕立ててもらいました。七五三の次の日の朝、妻が「夢にはあちゃんが出てきて、パチンコ行ってくるわーって言ってた」と笑っていました。あの世で祖母が喜んでいるのだなあと思ったのと同時に、あの世にもパチンコあるんですね笑。



ホームケア課 坂田 和謙
ハイシーズン

秋は、1年の中で1番釣りに行く季節です。気候も安定していて、屋外で過ごしやすからです。また、他の時期よりも魚が簡単に釣れやすくとても楽しめる季節です。今年もたくさんの魚を釣ることができました。



ホームケア課 今月の Good & New



河津町にある河津七滝に行きました。全て見るのに時間がかかりましたが良い運動になりました。(田村)



缶コーヒーを微糖からブラックに変えました。どのメーカーが一番美味しいか模索中です。(坂田)



小6の次男が、理科のテストで「草を主食とする動物は？」に「小食動物」と答えていました。泣(彩子)



お風呂に入浴剤を入れるのにハマっています。にがり湯が好きです。(杏佳)



家にストーブを付けました。夜も安心して眠れます。(牧野)



次男がハイハイを飛び越えて掴まり立ちをしてました。成長スピードにびっくりです。(拓也)



7月に手術した右膝。やっと5号ボールを蹴れる状態になってきました。復帰まであと少し。(加藤)

総務課のページ

～社内外をバックアップする総務課メンバーの日常をお伝えします～



こんにちは、静岡支社の住沢です。秋の気配を感じ取る間もなく冬を迎えてしまったような朝晩の冷え込み。「おいしい免疫ケア」を飲んで体調を整えています。

総務課メンバーの日常



総務課 住沢 春奈
恒例 大道芸

「僕のヒーローアカデミア」のラッピング電車に揺られて、大道芸ワールドカップ in 静岡に行ってきました。



今年もたくさんの人で賑わいました。個人的には初出演の「おんぷらんど」がかわいくて、でもしっかり魅せてくれて楽しかったです。

生チュロスやシーズニングポテト、トルティーヤに唐揚げなど…。お天気が良く

て、おなかがいっぱいで幸せな 1 日になりました。



総務課 石田 香織
定年退職のご挨拶

このたび 11 月 30 日をもって定年退職することになりました。入社から 15 年 5 ヶ月の間、皆さんには大変お世話になりました。

入社当時、20 代、30 代の若い社員ばかりで、役員を除けば正社員では私が最高齢でした。キングラン東海の一員として受け入れていただけるのか不安な中、温かく接して下さる皆さんに支えられ、何とか今日まで勤めることができました。

キングラン東海で一緒に働くことで得た様々な気づきや経験は、私の大切な財産です。ありがとうございました。

これからも皆さんが元気に笑顔で活躍されることを願っています。またどこかで会えたら嬉しいです。

本当に今までありがとうございました。

総務課 今月の Good & New



誕生日を迎えました！いろいろな方にお祝いしていただけて嬉しかったです。（晴美）



近くの小学校にある大きな銀杏の木を見上げたら黄金色に輝いて圧巻でした。（山田）



久しぶりにピククルボールに参加しました。兄がいてびっくり！着実に広まっているようです笑（住沢）



この季節はいろいろな雲が出てるので、子どもと空の図鑑を見ながら楽しんでいます。（愛）



忙しかったりして“いい〇〇の日”をほぼ全スルーしていたので、少し損をした気分です。（恭佑）

マーケティング部のページ

～システム・求人・マーケティングに関する情報をお届けします～



こんにちは、システムデザイン課の川上太郎です。実家の仏壇の棚を掃除していたら祖父の手書きの家系図が出てきて、母から曾祖母の話聞くことができました。祖母、母と養子が二代続いた家系ですが、ご先祖様に生かされて今があると感じる出来事でした。

【今月のシステム小話】

Evernote の代替ソフト

近年クラウドサービスは、無料の集客期間を経て、収益化の動きが出てきております。企業は利益を出さなければいけないので、当然なのですが、それを機に無料の他のサービスに移る人も多いです。未来を見据えた時、クラウドサービスだと終了した時、完全に使えなくなるため打撃が非常に大きく、ソフトの選定は難しくなっていると感じております。結構前の話ですが非常に便利な、緑のぞうさんのマークの Evernote というメモソフトも無料で利用できるノートの枚数が減ってしまい、普段使いでも課金が必要となりました。個人的には課金するほどのヘビーユーザーではなかったため、Obsidian（オブシディアン）というマークダウン形式のテキストデータを使ったオフラインでも使うことができるフリーソフトに移行しました。簡単にクラウドで共有できるサービスを使うには課金が必要ですが、オンラインストレージを用いるなど、工夫することでスマホとパソコンのメモを同期することもできる優れたものです。データはメモ帳で開けるマークダウン式のテキストデータ（.md ファイル）に保存されるため、サービスの終了を心配する必要もありません。一度お試しください。

【今月の求人アドバイス】

転職者の希望とハードル

原田です。今回も求人についての気づきを共有させて頂きたいと思います。

先日、とある案件で営業の求人をかけた所、応募が思いのほか多く、驚きました。難易度が高いと言われる営業求人において応募が集まった要因を分析してみました。

求職者にとって求人は「ハードル」です。今の環境を変える事は希望もありますが不安も多く、数々の障害を乗り越えて転職を完遂します。求職者の方は求人広告を読む時、希望と障害を抱えながら臨んでいるという事をまず念頭に置いておく必要があります。求人を出す側は、彼らが転職をスムーズに出来るよう、数々のハードルを越える手助けをしなければなりません。そのために出来る事は、ハードルを越える程の希望を与える事、そしてハードルを下げる事です。

希望とは、仕事の魅力であり、やりがいであり、有形・無形のメリットです。「この仕事をしたい」「この会社に入りたい」と思って頂く事は、ハードルを越えようという動機になります。そして、ハードルを下げるとは、彼らが考える不安に対して先回りし、安心する情報を提供する事です。現場をイメージできるような仕事の説明文にする事や、入社後から仕事ができるようになるまでの教育・フォロー体制、職場の人間関係など、不安を解消するために情報を提供して上げる事です。

今回関わった求人は、仕事内容や教育体制について手厚い説明がなされ、未経験の方でも安心して応募できる内容になっていました。今回は、転職者の希望とハードルという観点でしたが、求人広告もこういった改善でまだまだ効果の出る媒体だと実感致しました。

みんなの投稿広場

～このページでは、キングラン通信読者様から頂いた投稿をご紹介します～

富士市 総合病院「K」様 島根県奥出雲に行ってきました

バイクイベントで出雲まで行ってきました！
途中道の駅オロチループに



紅葉最高！！



今年のバイクイベントの予定終了しました？
バイクの整備もたまにはやらないとね！
来年も沢山走れるかな？

浜松市 特別養護老人ホーム「S」様 炭火焼

当園で毎年恒例の炭火焼を行いました！
火起こしでは文明の利器を使い、ししゃも・
ほっけ・つくね・さつま揚げ・焼き芋を炭火で
焼き上げました。

食欲の秋ということもあり、香ばしい匂いに誘われて皆様の箸が進むこと。

「念願叶って焼き芋を食べて幸せ！これが食べたかったの～！！」とのお言葉もいただきました。

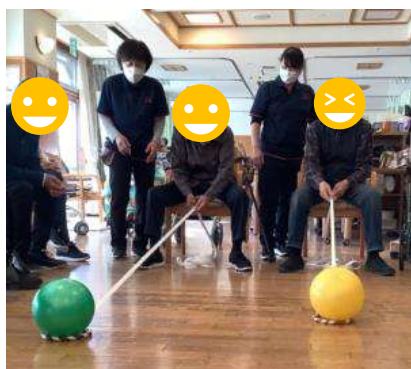
皆さまのおいしそうに召し上がる笑顔がとっても素敵でした！

皆さまの笑顔で職員も笑顔になります！



**浜松市 第二長上苑デイサービスセンター様
盛り上がりました！**

こんにちは！第二長上苑デイサービスセンターです！今日も一日、何をして過ごそうか？と、皆さまが楽しめる事を毎日考えています。本日は、輪っかに入ったボールに紐をつけて、引っ張るゲーム～



早すぎると、輪っかからボールが出てしまうので、意外と難しい！

「早い！」「頑張っー！」など声援が飛び交っていました！

トーナメントで勝ち進んでいきます。



手や腕の運動にもなりますね！



優勝者にはトロフィーの贈呈です！また、皆さまが楽しめる活動を考えていきます！

**特別養護老人ホーム 白扇閣デイサービス様
寄せ植え**

デイサービスとショートステイをご利用中の利用者様が寄せ植えを作ってきてくださいました。

デイサービスでは、ホール内に飾らせて頂きました。

緑が入りホール内が華やかになっています。



病室・居室に咲いた花

マント

#12

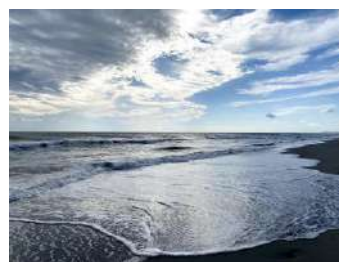
作：しゃちよー
画：あやこ



編集後記

こんにちは、総務課の鈴木晴美です。キングラン通信をお読みいただき、誠にありがとうございます。

先日、家族に厄年がいるので法多山に行き御祈禱をしていただきました。本堂に行くまでの階段を上っているとご夫婦に出会い、「毎年来ていて、厄除だんごをいただくのが楽しみなの」という話を聞いて厄除だんごを食べてきました。出来立てのだんごは柔らかく、とても美味しかったです。帰りに海に寄りました。寒かったですが、空気が澄んでいてとても綺麗でした。広い海は心をスッキリさせてくれて、とてもいい気分転換になりました。



最近とても寒くなってきました。凍えながら散歩をしていたので、暖かい上着などを購入して、元気に歩いています。最近気づいたのですが、歩き始めた時より歩数が増えてきたので、少しずつ体力がついてきて嬉しいです。来月号のキングラン通信もお楽しみに！

キングラン通信 編集担当
鈴木晴美



<発行>



キングラン東海株式会社

【本社】 〒442-0811 愛知県豊川市馬場町薬師 75 番地

TEL : 0533-89-4545 / FAX : 0533-89-2282

【静岡支社】 〒411-0816 静岡県三島市梅名 283-3

TEL : 055-955-6615 / FAX 055-955-6616

【ホームページ】 <https://www.kingrun-tokai.co.jp/>