西建協だより
380 号
2026 年 3 月
HP アドレス

西多摩建設業協会では、年間事業の一環として、年二回、経営者講習会を開催しております。今回は、２回目として西建協建設会館にて開催しました。また、今回は青梅商工会議所、建設・不動産部会との共催になります。紙面にて開催報告を掲載いたします。

第２回経営講習会　開催報告

西建協　事業委員会

令和８年２月２７日、建設会館３階大会議室にて、西多摩建設業協会並びに青梅商工会議所建設・不動産部会共催のもと令和７年度第２回経営講習会が開催されました。

安眠環境デザインの専門家になります、石牟礼ともよ（いしむれ　ともよ）氏を講師に招き「仕事のパフォーマンスがＵＰ！疲れがとれる睡眠マネジメント」を学びました。日本人の１日平均睡眠時間は、７時間２２分、先進３３ケ国中３３位と最下位とのことで、日本は睡眠不足の国だそうです。

上位はアメリカ、中国になり、平均で８時間５０分になるとのことです。経済の発展にも睡眠は多大に関係しているとの研究報告もあり、効率的にとれる睡眠においては、

「寝室の整理整頓の大切さ」
「眠れる指圧ポイント」
「北枕で寝るのがよい」

等があげられ、幾分のスピリチュアル要素も交えた説明があり、ユーモアにあふれた説明をしていただき大変有意義な時間となりました。

現在、建設業・不動産業においては、人手不足や、インフレによる資機材の高騰等、様々な問題を抱えながら、会社経営に取り組まれておられるかと思いますが、今回の講習内容を改めて社内等にて共有いただき、各社の発展を睡眠から見直していただける機会となったのではないでしょうか。

改めて、今回ご参加していただいた経営者皆様の熟睡を願うと共に、講師派遣にご協力いただいた東日本建設業保証㈱新宿支店様には、この場をお借りして感謝申し上げます。





講習会の様子

令和８年２月１５日に青梅地区にて、青梅マラソン大会が開催されました。
開催にあたり、西建協の青梅地区協会員を中心に構成されております、青梅建設業協会が看板設置及び、撤去に協力をしております。
また、協会員、井戸鉄建㈱井戸功誠理事が３０キロ部門に出場し、見見事完走いたしましたので、紙面にてご報告いたします。



第５８回青梅マラソンを走りました

井戸鉄建（株）　井戸　功誠

令和８年２月１５日（日）、第５８回青梅マラソンが開催されました。

今年度は、１０㎞の部に約３，３００人、３０㎞の部に約１１，５００人がエントリーするなど、大変な盛り上がりを見せました。私は３０キロの部に出場しました。

３０キロの部のコースは、高低差約８５ｍの起伏の厳しいコースとして知られていますが、今年は、気温が約１８度と高く、地球温暖化の影響もうかがわせえる、例年以上に過酷なコンディションでした。走行中は強い暑さを感じ、給水の重要性を改めて実感しました。公式給水所に加え、多くのボランティアの方々による給水所が設けられており、各所で水分補給をさせていただきました。

そのおかげもあり、無事に約３時間２０分で完走することができました。沿道からの温かい声援も大きな励みとなりました。

また、西多摩建設業協会の仲間がコース設営や給水、応援など様々な形で大会を支えていたことに、深く感謝いたします。

来年も挑戦したいと思います。ありがとうございました。





マラソン大会の様子

次回も、２０２６年２月に開催の
予定となります。エントリー申込は、例年８月～９月頃となります。
ご興味ある方、是非ともチャレンジしてみませんか。

西建協　建設会館　外壁調査時実施について

今回、西建協、建設会館建屋についてドローンを使用して行う外壁診断を、協会員㈱酒井組様にご協力をいただき、実施いたしました。

ドローン操縦技術を間近に見学できる貴重な機会となりました。

当協会が、あります建設会館は、全身の協同組合時代の昭和４０年ごろに、建てられた鉄筋コンクリート３階建て建物ですが、経年の劣化等もあり、今回の診断結果にて出た不具合個所を今後において見直す良い機会となりました。






ドローン診断の様子

西多摩エリア随一　国家試験受験対策予備校　都内日建学院でココだけ！

日建学院 青梅校

無料 駐車場完備 通学らくらく♪

合格のための受験対策講座

2026年度 開講講座のご案内

講座名	コース名	通常学費（税込）	講義日程	開講
1級土木施工管理技士	一次	¥308,000	火・木(夜間)	3月中旬
	二次本科	¥165,000	火・木(夜間)	7月中旬
2級土木施工管理技士	前期一次	¥242,000	月・水(夜間)	3月中旬
	後期一次二次	¥275,000	月・水(夜間)	6月下旬
1級建築施工管理技士	一次	¥330,000	月・水(夜間)	3月中旬
2級建築施工管理技士	前期一次	¥176,000	火・木(夜間)	3月中旬
	後期一次二次	¥220,000	火・木(夜間)	8月中旬
給水装置工事主任技術者		¥242,000	月・水(夜間)	8月上旬
宅地建物取引士	スーパー本科	¥308,000	水(昼間)	4月中旬

毎年たくさんの有資格者が青梅校から誕生しています！
次はあなたの番です！

詳細は随時ご説明いたします。お気軽に下記までご連絡ください。

東京都青梅市河辺町6-8-14 西多摩建設業協会内
青梅認定校(西建協)　0428-22-6245　石川
日建学院　立川校　　090-4171-6169　髙橋かおり



～　建設業年度末
　　災害防止強調期間　～

期間：
　令和８年３月１日～

　令和８年３月３０日まで

◇ あ　と　が　き

「時間外労働の上限規制」建設業への適用から２年が経ちました。

様々な課題があるなか、人材不足や長時間労働といった建設業が抱える問題を解決するべく皆様も努力をされていると思います。

国土交通省では、労働時間の管理やキャリアアップシステム、IOT、ICT の導入など具体的な対策を提示・推進や、労働時間の管理やキャリアアップシステム、企業は技術の担い手確保だけでなく、省人化による業務の効率化および生産性の向上を図ることで労働者にとって働きやすい労働環境を構築していくこと問題の解決につながると思います。８年度も西建協では、講習会等の開催、お知らせなど引き続き行いますので宜しくお願い致します。