

かたらい

第99号

令和4年1月1日

発行 社会福祉 法人 とちぎ健康福祉協会

～ 健康経営 みんなの力で あふれる笑顔 ～

〒320-8503 栃木県宇都宮市駒生町3337-1

TEL (028) 622-2846

FAX (028) 621-1422

【U R L】 <http://www.kenkoufukushi.com>

【E-mail】 kenkoufukushi@arion.ocn.ne.jp



清 風 園 ～生活支援係ガーデニングの風景～

年頭にあたつて



理事長

富田 哲夫

あけましておめでとうございます。
皆様には、健やかに新年を迎えられたこととお喜び申し上げます。

昨年は、新たな人事管理制度がスタートし、桜ふれあいの郷では新築された施設でのサービス提供が始まりました。栃木県厚生事業団設立から五十余年、とちぎ健康福祉協会設立から二十余年の歳月を経て、健康の森の管理とともにシルバー大学校の運営等を行いながら、県から譲渡された福祉施設の老朽建替えを行い、人事管理については、県に準拠した仕組みから、社会福祉法人にふさわしい、キャリアパス等級制度を基本とした制度に移行しました。経営の基本であるモノと人の両面で、名実ともに自主自立経営へ歩みだすことができる基盤が整ったと思っています。

今後は、職員のやりがい、利用者の満足、そして法人の安定的な経営という三つの満足を目指すという理念をみんなで共有しながら、地域の期待にこたえていかなければなりません。新型コロナウイルス感染症はまだ終息には至っておりませんので、気を緩めることなく、様々な課題に前向きに取り組み、ともに歩んでいきたいと考えております。

皆様にとって、令和四年が、健康で、充実した一年となりますようお祈りいたします。

行事あれこれ

ハラハラ・ドキドキ運動会

宝木保育園

コロナ禍の今、我が園でも行事の中止や縮小と、様々な制限がかけられています。そんな中、最も大きな行事である十月二日の「運動会」は子ども達がとても楽しみにしていました。

どんな形でも子ども達が楽しめる場を設けたいという思いから、例年通り練習開始。しかし、それと同時に緊急事態宣言が発令されてしまいました。職員で話し合いを重ね、今年度は競技内容を縮小し、幼児組はクラス入れ替え制、乳児組は無観客で後日動画配信という新しい形式で行いました。



はな組のバルーン

当日まで様々な心配や不安もありましたが、天候にも恵まれ無事に開催することができました。保護者の方から子ども達の成長した姿を見られて良かったとの声が多く、何より子ども達の輝く笑顔を見ることができ開催できて良かったと思いました。

秋のお祭り

桜ふれあいの郷

桜ふれあいの郷の療養支援グループでは、十月二十六日に秋のお祭りを開催しました。

新型コロナウイルス感染症の影響で、ご家族の参加はできませんでしたが、職員が提灯などの飾りを作成したり、祭りの音楽を流したりすることで、いつもと違った環境を提供し、祭りの雰囲気を利用者の皆様に楽しんでもいただきました。



療養支援グループ（屋上にて）

また、レクリエーションとして、ヨーヨー風船釣りや輪投げなどを行い、利用者の皆様に参加していただきました。食事も食堂ではなく、屋外にテーブルとイスを準備して焼きそばやデザートなどを提供し、いつもと違う特別な雰囲気での食事を楽しんでいただきました。

運動会

清風園

十月二十一日、爽やかな秋晴れの運動会が開催されました。紅白二組ずつ、計四組に分かれて種目を競いました。利用者の種目は「玉入れ」と「ボールリレー」を行い、職員は「小麦粉飴玉探し」を行いました。

玉入れ、ボールリレーでは自チームを頑張って応援する利用者や、競技に一生懸命に取り組む利用者、声掛けし合い円滑に競技を進める利用者の姿が見られました。

職員の飴玉探しでは、職員それぞれに小麦粉と飴玉の入った箱を持ってもらい、手を使わずに口を使い、小麦粉の中から飴玉を探してもらいました。全部の箱に飴玉が入っていたはずが、二箱からは飴玉が見つからず競技に参加した職員は焦り、周囲は笑いに包まれ終始楽しい運動会となりました。



生活棟にて

秋の行事いろいろ

わかぐさ

秋まつりでは、今年度も露店商組合の協力を得て、焼きそばなどをお祭りの雰囲気と共に味わいました。ビンゴ大会ではドキドキ、ワクワクの熱気が会場を沸かせました。新型コロナウイルス感染症の緊急事態宣言中であったため規模は縮小しましたが、お祭りを十分に満喫できました。



秋まつりの様子（中庭にて）

普段とは違う装いでおめかしし、スタジオで写真撮影を行いました。子ども達が写真を自分で選ぶ場面もあり、その姿に母親は皆、目を細めていました。

母と子のつどいでは広大な敷地で、空中アスレチックとお肉がたっぷりバーベキューを行いました。高さ八メートル、長さ百メートルを超えるジツプラインにも挑戦し、空からも自然を堪能できました。



58 ロハスクラブにて

○各課・施設情報

いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会協賛品贈呈式について

総務課

令和三年九月二日、栃木県庁本館九階にて、「第七十七回国民体育大会いちご一会とちぎ国体二〇二二」及び「第二十二回全国障害者スポーツ大会いちご一会とちぎ大会」に係る大会協力企業協賛物品目録贈呈式が執り行われました。

全国障害者スポーツ大会の趣旨である、障害のある選手が競技等を通じて、スポーツの楽しさを体験するとともに、国民の障害に対する理解を深め、障害者の社会参加の推進に寄与することとする目的と当協会の定款に定める目的及び実施事業と関連性が高いこと。また、国民体育大会の目的である広く国民



左・北村副知事 右・富田理事長

民の間にスポーツを普及し、国民の健康増進と体力向上を図り、地方スポーツの振興と地方文化の発展を図るという目的と当協会の定款に掲げる県民の健康づくりや高齢者の生きがいづくりの支援と関連が高いことから、当協会として協賛を行ったことによるものです。

協賛品は、コロナ禍で一年を通して必需品となったマスクを入れるマスクケースにしました。大会のロゴと当協会のロゴをあしらった爽やかなデザインになっています。（写真を御覧ください。）

今回は、令和四年十月に行われる国民体育大会及び全国障害者スポーツ大会に加え、令和四年一月に一足早い開催となる冬季大会もあるそうです。新型コロナウイルス感染症の影響で昨年度の鹿児島県大会に続き、本年度の三重県大会も中止になりました。栃木県大会の実施も感染状況に大きく左右されることが予想されますが、無事に大会が実施され、成功に終わることを祈念しております。



贈呈したマスクケース

栃木県シルバー大学校

第四十期生卒業式

生きがいづくり課

令和三年九月十三日、栃木県シルバー大学校第四十期生卒業式が実施されました。本来であれば、栃木県総合文化センター大ホールに卒業生、在校生等が一堂に会して実施するのですが、今回は新型コロナウイルス感染防止対策を徹底し、中央校、南校及び北校において、出席者を卒業生に限定して行われました。

卒業した第四十期生の総数は四百十四名であり、映像による知事式辞、同窓会会長からの祝辞を受けた後、各校の教務部長から代表者に卒業証書が授与されました。

卒業生からは、各校代表者からの「卒業の言葉」とともに、各校に対する記念品の贈呈がありました。

第四十期生は平成三十年十月に入学し、令和二年九月に卒業を迎えるはずでしたが、新型コロナウイルス感染症



中央校卒業式(とちぎ健康の森 講堂)



南校卒業式(南校 講堂兼体育館)



北校卒業式(北校 多目的ホール)

蔓延の影響により、一年強の休校に加え、学校再開後もインターネット等による遠隔授業やクラブ活動の見合わせなど、学校生活に多くの支障を生じることとなりました。

卒業に当たり、卒業生からは「学校生活で多くのことを学び仲間との絆もできた。」「学んだことを生かしてボランティアの活動をしたい。」「などといった御意見とともに、コロナ禍における学校運営について、「学校とクラブ活動の再開のガイドラインを示して欲しい。」「コロナにより何もかもが中途半端で終わってしまい残念。もう一度学びたい。」「などの要望や感想もいただいております。

現在は落ち着いていると言える新型コロナウイルス感染症も第六波の襲来を予想する声もあります。皆様方から頂いた御意見、御要望を参考に、コロナ禍でも充実した学生生活を送れるよう今後とも取り組んで行きたいと考えております。

いつでもマスク 気をつけたい「5つの場面」

飲酒を伴う
懇親会など

大人数や
長時間に
およぶ飲食

狭い空間での
共同生活

マスクなし
での会話

居場所の
切り替わり



表紙の言葉

清風園

表紙の写真は、春に向けて球根や苗の植え付けを行っている所です。暖かい日差しの中で、利用者様と元気にすくすくと育って欲しいと願いを込めながら丁寧に植栽を行いました。暖かくなり、つぼみが花開く時を楽しみに利用者様と日々を過ごしております。

健康の森 ワンポイントアドバイス

質の良い睡眠で免疫力を高める

厳しい寒さの今日この頃です。

我々は風邪をひくと発熱や食欲不振などの体の変化とともに、睡眠も変化します。眠気が強くなるのはその一つの現れです。深いノンレム睡眠は、身体の疲労回復に重要とされています。睡眠に期待するのは「睡眠の質」です。

～質の良い睡眠へ～

- ・ 毎朝同じ時間に起きて朝食を摂る
- ・ 朝の太陽の光を浴びる
- ・ 日中は明るい環境で活動する
- ・ 適度な運動・ストレッチをする
- ・ 寝る前に入浴をする
- ・ 寝る一～二時間前より強い光を浴びない（スマホ等の電子機器類を控える）

夜勤勤務の時は、仮眠を適切にとることが眠気とケアレスミスの防止につながります。夜勤前に三十分～三時間ほど眠っておく、夜勤の途中

に仮眠をとる、また、勤務終了後には、頑張った自分を労い、睡眠をとる。

強いストレスは、不眠を引き起こします。つらい気持ちを仲間と共有する、言葉にして表現する、文字で置き換えるなど、一旦つらい気持ちを自分の外に出してみることが大切です。



編集後記

新型コロナウイルス感染症が蔓延してから、今回初めてかたらい通信員会議を開催することができました。新しい記事の掲載にあたり、各施設等より貴重なご意見をいただきました。通信員様、執筆者様、お忙しい中かたらいの作成にご協力いただき感謝申し上げます。

新型コロナウイルス感染症による規制が徐々に緩和され、少しずつ以前の日常を取り戻しつつあるように感じます。しかし、第六波の懸念もされていますので、引き続き感染症対策を徹底しながら、過ごしていきましょう。

* 理事長への提案・相談 *

職員の皆さんからのメールをお待ちしています。
(必ず氏名・連絡先を記入してください。)
E-mail: kenkou01@kenkoufukushi.com

☆職員提案制度の仕組みをつくりましたので、そちらにも是非ご提案下さい。
E-mail: kenkou02@kenkoufukushi.com

ただいま、おかえりって
言いあえるまちに
みんなで広げよう
シトラスリボンプロジェクト。
とちぎ健康福祉協会は
シトラスリボン
プロジェクト
in とちぎ
に賛同します!!



Citrus Ribbon
PROJECT