



かたらい



運動会

清風園

令和六年十月二十二日、秋晴れの中、生活支援施設で運動会を開催いたしました。紅白の団長による選手宣誓から始まり、準備体操として「サザエさん体操」を行い、玉入れ、応援合戦、菓子取り競争（パン食い競走をアレンジしたもの）の競技を行いました。最後に表彰式では、利用者一人ひとりにオリジナル表彰状を贈呈し、盛況のうちに終了しました。



発行

社会福祉法人 とちぎ健康福祉協会

～わたしがつくる みんなでつくる

笑顔あふれる とちぎ健康福祉協会～

〒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】 <https://www.kenkoufukushi.com>
【E-mail】 kenkoufukushi@arion.ocn.ne.jp

行事あれこれ

おにぎり作り体験

わかさ

子どもたちの食への興味や関心を育てるために、小学生から中学生を対象におにぎり作りを実施しました。



お米を研ぎ、炊飯器でご飯を炊くことからスタートしました。ご飯が炊ける間、中学生が小学生に紙芝居を読み聞かせながら、今や今やと待っていました。

ご飯が炊きあがると、たらこ、いくら、スパム缶詰、ローストビーフ、ツナ、昆布、チーズ、枝豆といった数々の具材から好きな物を選び、子どもたちが一人でおにぎりを作りました。大きなおにぎりや具材二、三個入ったおにぎり、どれもおいしそうなおにぎりが完成しました。

子どもたちから「美味しかった」、「全部食べた」、「家でも作ってみる」と言っていた言葉が聞かれ、食や調理に興味を持つ機会になりました。

障害者スポーツ大会

桜ふれあいの郷

五月二十六日、カンセキスタジアムで障害者スポーツ大会が開催されました。桜ふれあいの郷としては、利用者三十四名が参加しました。それぞれ大会に向けて準備をしてきて気合が入っていたり、会場の雰囲気緊張していたりしましたが、いざ競技が始まるとはつらつとプレーしていました。自分の競技だけでなく、他の方が競技に出ていると、スタンドから応援をして、桜ふれあいの郷の選手団として一致団結していました。思うような成績が残せず残念そうにしている方もいましたが、それもスポーツの醍醐味ということで、また次回へのリベンジを口にしていました。

「楽しかった」「また来年も出たい」「メダルが嬉しかった」とみなさん満足されたようで、帰りのバスでは疲れて眠っている方もいました。充実したイベントとなりました。



郷フェス 「ふれあい音楽祭」

桜ふれあいの郷

秋晴れとなりました十月二十七日、桜ふれあいの郷で「郷フェス」ふれあい音楽祭」を開催しました。

コロナ禍以前は、毎年「桜ふれあいの郷まつり」を開催していましたが、昨年度まで中止となっていました。久しぶりの開催と、新施設に移ってから初めての大規模な行事ということで、緊張感をもって臨みました。今回は職員も所属する吹奏楽団、「宇都宮ウィンドクルー」の皆様が演奏を披露してくれるとのことと、ふれあい音楽祭のメインイベントとした他、表彰とカラオケ大会を行いました。演奏やカラオケの唄には、手拍子をしたり踊ったり楽しんでいました。みなさんが笑顔で楽しんでいる様子を見て、開催してよかったと実感した行事になりました。



ハロウィン

清風園

今年も清風園生活支援施設では、ハロウィンの仮装パーティーを行いました。

魔女やドラキュラなど、帽子を被ったり、カチューシャを着けたり、マントを羽織ったり、気に入ったグッズを身に付け、管理棟へ「トリックオアトリート！お菓子をくれなきゃいたずらしちゃうぞ」と自分で作ったお菓子を入れるバケツを持って向かいました。管理棟でもらったお菓子のお菓子をもち帰り、お昼には本物のお菓子を食べました。ささやかなお菓子でしたが、とっても喜んでいただけました。

利用者の一人は、普段着ることがない服を着られて、とっても嬉しかったです。

これは裏話ですが、実は、この日、職員も仮装して支援をしていました。いつもとは違った雰囲気、利用者のみなさんも職員もとっても楽しいイベントとなりました。



親子レクリエーション

宝木保育園

九月二十八日に、乳児組(〇、一、二歳児クラス)を対象に「親子の触れ合いを通して一緒に楽しむ」をねらいとして、親子レクリエーションを行いました。土曜日の開催だったので、ご両親や祖父母、兄弟姉妹などたくさんの方にご参加いただきました。

当日はクラス入れ替え制で、各クラスの発達に合わせて、子ども達が普段から楽しんで遊んでいる遊びや興味・関心のあるものを内容に取り組みました。大型絵本の読み聞かせや段ボールの車でゴールを目指したり、好きな遊びを取り入れたサーキット遊びをしたり、体操、ダンス、かけっこ、大玉転がしなどで楽しむことができました。

初めての取り組みでしたが、終始温かい雰囲気の中で、子ども達やご家族の笑顔が溢れていました。

親子での触れ合いを通して、ご家族の優しい眼差しや愛情を感じました。

シルバー大学校
中央校学校祭

生きがい健康部

今年の中央校の学校祭は、「トライ&エンジョイ!! 友らと紡ぐ学校祭」をスローガンに、七月二十六日、二十七日に作品展示と催し物を、七月三十一日に演芸会を開催しました。

今回の学校祭は、新型コロナウイルスの影響も少なく、多くの人に足を運んでいただきました。

絵画や書道等の作品展示は力作ばかりで、マジックショーやそば打ち体験等の催し物は大盛況でした。

演芸会では、十九組のクラブが、歌や踊り、楽器の演奏など、日頃の練習の成果を披露しました。色鮮やかな衣装を身に付け、笑顔いっぱいの演技を、来場者の皆様も楽しんでいました。

最後の演目は、アフリカンダンスクラブで、会場の人も一緒に踊り、心に残る学校祭となりました。

第三十六回
全国健康福祉祭とつとり大会

生きがい健康部

「全国健康福祉祭とつとり大会」(愛称ねりんピックはばたけ鳥取二〇二四)が、十月十九日から二十二日の四



日間、鳥取県内十九市町村で開催されました。栃木県からは、五月に開催された「ねりんピックとちぎ二〇二四」の成績優秀者から十九種目一二四名を派遣し、美術展にはシルバー作品展応募作品から日本画・洋画・彫刻・工芸・書・写真の六部門へ十二点の優秀作品を出品しました。

十月十九日に鳥取県総合運動公園で開催された「総合開会式」は、あいにくの天気となり、選手団全員で式典に参加することができませんでした。嵐のように強い雨が吹き荒れる中でも栃木県選手団は、笑顔を絶やすことなく交流大会参加の為に各地へ元気に出発していきましました。

十月二十日から二十二日に行われた種目別交流大会では、サッカーが優勝し、マラソンに出場した六名全員が各コースで六位までの上位に入賞することができました。今大会に出場した栃木県選手団の中で、最高齢者の那須美子さん(八十八歳)は、五十メートル平泳ぎで準優勝、二十五メートルで三位の成績を納めることができ、全国に「元氣なとちぎ」をアピールできました。

美術展では、書の部で金賞、彫刻の

部で銀賞を受賞するなど好成績を収めました。栃木県選手からは「素晴らしい経験ができた、必ずまた参加したい」という声がたくさん上がりました。今後も、「ねりんピック」を通して高齢者の活躍の場を広げていきたいと思います。

カルフルとちぎ2024

清風園

十一月二日、桜ふれあいの郷と合同で栃木県障害者文化祭の販売会に参加しました。

当日はあいにくの雨模様で、来場者が少ないのではないかと心配していましたが、それでも多くのお客様が足を運んでくださり、テーブルに並べた手作りの巾着や草木染の製品を手にとり購入してくださると、とても嬉しく感じました。

また、今回の販売を通じて、地域の方々に当法人の活動について理解していただくことに加え、桜ふれあいの郷と合同で取り組むことで、新たな商品を生み出す可能性を感じることができました、有意義な時間を過ごすことができました。

今回の経験を活かし、今後も地域の方々に我々の活動を知っていただき、利用者と共に商品の開発を進めていきたいと思いをしました。



職場DXプログラムを 実施しました

当協会においても積極的にDX（デジタルトランスフォーメーション）を推進するため、デジタル知識技術を持つ人材を育成し、ツール等の開発の内製化を図ることを目的に、レイテックソリューションズ（株）が実施するデジタル人材育成プログラムを各所属長の推薦を受けた職員が受講しました。令和五年度は九名、令和六年度は継続者五名を含め八名が各年度で半年間受講しました。このプログラムには、担当トレーナーが付き、どんな業務を効率化したいかを確認し目標を設定、オンライン講座によりその技術を学びました。

職員によって学んだ内容は異なりますが、エクセル技術の他、主に三つの技術の習得を進めました。

① RPA（システム名：UiPath）パソコン上で、人が実行する作業をロボットが代行・自動化

② アプリ開発（システム名：AppSheet）ノーコード（プログラミングを使わない）による自動化ツールの開発

③ BIツール（システム名：Looker Studio）リアルタイムでのデータの可視化や分析

これらの技術を学んだ職員が、積極的にデジタル化の視点で業務の改善を図って欲しいと考えています。もちろん、職員一人一人の意識も重要です。DXには、デジタル化による効率化だけではなく、新たな価値の創出も含まれます。「笑顔あふれる協会」をみんなで作っていきましよう。

今回、当プログラムを受講した職員からプログラムの実施状況や感想を報告してもらいました。

プログラムのはじめに、トレーナーと面談があり、目標設定をしました。健康づくり課では、拾得物を手書きのファイルで管理していますが、アプリを使って管理したいと思い、それを目標に設定しました。

学習は、eラーニング形式で目標に沿った内容のコンテンツ動画の視聴とテストによって進め、その内容をもとにアプリをつくっていききました。

トレーナーとは、月一、二回面談し、やり方が間違っていないか確認したり、メールで相談したりしながら進めました。こうしたプログラムを通してアプリを完成することができました。現在、受付端末の導入と合わせて、課の職員と協力しながらアプリの運用を進めています。

また、アンケートの集計分析についても、Googleフォームから集計し、BIツールによる分析も実施したいと思っています。

他に活用できるものがあるか、課の職員に紙媒体での業務についてデジタル化や効率化したいものを調査しました。（A）その意見から、デジタル化の優先順位や業者に依頼した方がよいのか等、仕分けを行いました。（B）今後、それらをもとに、デジタル化を進めていきます。

このプログラムを受講し、デジタル技術を活用することで、とても便利になることを実感しました。他の職員にも共有しながら、効率化を図っていききたいと思っています。

※プログラムを受講した職員から、学んだ内容や成果を発表する機会として、発表会を予定しています。詳細は、改めてお知らせします。

資料B 課内の意見と仕分けした内容

(例)	
・拾得物の管理をアプリで、リアルタイム確認出来るようにしてほしい	
・レッスンの報告書を紙からデジタルベースに出来ないか？	
・ヒヤリハットデータの分析	
…etc.ざっくりとした感じの提案で大丈夫です。	
① 金庫内の現金出納帳をデータにする	
→Excelで管理票作成するか？	
② 拾得物の管理を上記にあるように、紙・手書きをやめる	
→アプリで管理するか？	
③ アンケート実施結果の分析ツール	
→BIツールでデータの可視化をおこなう。その前に紙での集計ではなく、デジタル化を進められるようにしたい。	
④ 請求月に合わせて、参照シートを自動的に切り替える Excel 関数	
⑤ 利用講習の予約キャンセル（現在、予約は電話とウェブ、キャンセルは電話のみ）	
→業者に頼むのが妥当か？	
⑥ 当日の受付最終時間 10 分前にリマインドメール&10分後に自動キャンセルになると通達できるシステム	
→前日には、リマインドメールが既に届く設定となっている。ギリギリで来る人はあまりいないため、優先順位は低くて大丈夫とのこと。	
⑦ システムの個人情報から、特定の疾患名*をもつ人を検索できる。疾患別の統計がみられる。	
*…脳、心、高血圧、脂質、糖尿病は検索可能	
→利用者管理システムの個人の検索欄で疾患に関する欄がない。医師相談をしたことがあるかはある。	
⑧ カード忘れ、キャンペーン利用の利用統計（年齢・性別・利用用）処理	
⑨ トレーニング・プールの利用人数集計	
→手書きで時間帯ごとに何人かを記入・管理している。⑩にある混雑状況のカメラを利用して何時にどのくらいの人数がいるかを把握できるようにしたい	
⑩ トレーニング・プールの混雑状況を手入力しなくても良いようにしたい	
→混雑状況を把握するカメラの精度が低いいため、手入力となってしまっている	
⑪ メニュー作成の状況・効果検証	
→メニューの件数を Excel 手入力で管理。理想は、利用者管理システムのマスターでメニュー作成したかどうかを検索・入力出来るようにしたい。データの可視化。（個人で何回作成したか、年間でメニュー作成をどのくらい行ったか）Excel の表現直しと BI ツールでのデータ可視化が妥当か？	
⑫ 更新・利用講習時に記入してもらう健康状態の申込用紙をデジタル化したい	
→アプリでいけるか？	
黄色…デジタル化可能優先案件	
水色…デジタル化可能優先順位第2位案件	
ピンク…業者要確認案件	

資料A 課内の調査チラシ

デジタルツールを用いた事務効率化について	
お疲れ様です。	
皆様、日常の業務の中で、紙媒体で行っている事務作業のデジタル化や事務効率の向上について、少しでも考えていることがあればお知らせいただければと思います。もし実現可能な案があれば、具現化したいと考えています。つきましては、別紙の(例)のとおり、ご記入いただければ幸いです。	
以下、ツールごとにできることの具体例を挙げましたので、ご参考になさってください。	
【具体的なツール活用例】	
1. UiPath:幅広い業務を自動化できる強力な RPA(ロボティクス・プロセス・オートメーション)ツールです。例えば、Excel データの自動処理、メールの送受信や管理、Web サイトからのデータスクレイピング、PDF や画像のデータ抽出が可能です。また、ルーチン作業の高速化と正確な実行により、業務効率を大幅に向上させます。	
例:「メールを送る」「Excel に書き込む」「Web ページを検索」の自動化	
効果: 手作業の削減による時間短縮とエラー防止	
2. AppSheet:プログラミングの知識がなくても、簡単にアプリケーションを作成できるプラットフォームです。データベースやスプレッドシート(Google Sheets や Excel)と連携し、モバイルや Web アプリを自動生成します。現場作業の報告、在庫管理、顧客データ管理など、業務に特化したアプリを作成可能です。リアルタイムでのデータ更新やオフラインでの操作もサポートしており、業務の効率化と柔軟性を向上させます。	
例:在庫管理アプリ、作業報告アプリ	
効果: リアルタイムでのデータ入力と共有、紙ベースのプロセスのデジタル化	
3. BI ツール:企業がデータを分析して意思決定をサポートするためのソフトウェアです。Excel やデータベースなどの多様なデータソースと連携し、データの可視化、ダッシュボード作成、レポート生成が可能です。これにより、売上や業績のトレンド分析、業務の効率改善、将来予測などが行えます。ユーザーは視覚的にわかりやすい形でデータを理解しやすくなります。	
例:勤務実績のデータ分析、アンケート実施結果のデータ分析	
効果: データに基づく意思決定の強化、ビジネスパフォーマンスの可視化	
4. Excel 関数: データ処理や計算を自動化するための強力なツールです。VLOOKUP や INDEX/MATCH などの検索系関数を使えば、他の表からデータを参照することができます。ピボットテーブルや条件付き書式と組み合わせることで、複雑なデータ分析も簡単にこなせ、業務の効率化に大きく貢献します。	
効果: 手作業の軽減と複雑なデータ処理の効率化	