



看護 とちぎ



CONTENTS

- 2 栃木県看護協会通常総会の開催にあたって
- 3 通常総会提出議題
- 4 平成30年度 公益社団法人栃木県看護協会 通常総会プログラム
平成30年度 公益社団法人栃木県看護協会 職能集会プログラム
- 5 平成30年度 重点事業
- 6 平成30年度 事業計画
- 10 資金収支予算書
- 12 平成30年度 公益社団法人栃木県看護協会 理事・監事・委員候補者一覧
- 13 平成31年度 公益社団法人日本看護協会通常総会 代議員並びに予備代議員
- 14 平成30年度入会申し込み
キャリアナース
- 15 リフレッシュ！健康増進！の優待特典
- 18 一般の方へのコーナー 喫煙について考えよう
- 19 医療安全対策推進委員会 セーフティシェアリング
- 20 お知らせ

県立博物館 中央公園（宇都宮市）



会員数 8,148人 (H30.4.13現在)

平成30年度栃木県看護協会通常総会の開催にあたって

公益社団法人栃木県看護協会 会長 渡邊 カヨ子



早いもので、平成30年度栃木県看護協会総会が開催される時期になりました。この1年間、皆様にはご支援とご協力を賜り心より感謝申し上げます。平成29年度事業に関しましては、概ね計画通りに進められたと評価しております。これもひとえに皆様のおかげと感謝いたします。

さて1年間の振り返りますと、緊縮予算で事業を計画し単年度で黒字決算となりました。1年間だけのぬか喜びとならないように、本年度も費用削減と増収の方針で事業計画を立案しております。概ね2年間の猶予期間において、経営安定を見込んでおります。

また、各市町村において医療・介護連携を含む地域包括ケアシステムが構築され始動しています。このような背景を考慮し、平成29年度は7つの地区支部体制の組織強化を図りました。各地区支部が活性化し支部活動の可視化こそが看護職能団体の底上げと考えております。各地区において看護職が発信力を持って力強く活動

してほしいと願っております。本年度も引き続き地区支部の活動を推進してまいりたいと思います。

一方、栃木県全体としての課題は看護師不足であります。看護師確保対策は地域偏在や施設格差が見られております。そこで本年度は新たに関係団体と連携し、潜在看護師の掘り起しによる雇用確保を計画しております。中途採用が多い中小病院を対象とした取り組みであります。様々な働き方や様々な雇用について共に考える機会となることを願っております。

看護師確保対策の際には、各施設や会員の皆様に周知PRのご協力をお願いいたします。各施設におかれましては職場環境改善の視点をもって、看護職が働き続けられる環境づくりを推進していただきたいと存じます。

本年度も県全体を俯瞰しつつ、現場の声に真摯に向き合いながら前進してまいりたいと思います。本年度もよろしく願い申し上げます。

通常総会提出議題

公益社団法人日本看護協会の平成30年度通常総会は平成30年6月12日(火)、パシフィコ横浜国立大ホールで開催されます。栃木県看護協会は6月23日(土)とちぎ健康の森講堂で開催いたします。

会員の皆さま一人ひとりに提出議題を十分にご検討いただけますように、その内容についてお知らせいたします。

報告事項

報告事項1 平成29年度活動報告

重点事業を中心に事業を展開した。詳細は、「平成30年度総会要綱」に掲載する。

報告事項2 平成29年度決算報告及び監査報告

決算及び監査の内容については、「平成29年度決算報告書・平成30年度収支予算書」に掲載する。

報告事項3 平成30年度重点事業及び事業計画 (P5～9参照)

報告事項4 平成30年度収支予算 (P10～11参照)

平成30年度 重点事業

平成30年度は、地域における医療及び介護の総合的な確保を推進するための医療法、介護保険法等の関係法令が改正され地域包括ケアシステム構築にむけた取り組みが、より一層加速される節目の年になります。

栃木県看護協会は、地域の各実践の場において看護職が的確に役割を果たすために7地区の支部活動を推進し、地域における看護職間のネットワークを強化するとともに、職能として地域の看護政策の実現のために発言できるよう取り組んでまいります。

また、少子・超高齢、多死社会の到来を控え、看護職の役割は今後ますます増大し、これまでも増して看護職の資質向上や看護の提供体制と人材確保は重要になります。さまざまな場で働く看護職の専門性が発揮できるよう、看護に関する教育・研鑽を支援し質の向上を図るとともに、働き続けられる職場づくりを推進してまいります。

1. 看護の安全性・専門性の向上と実践力の強化

- 1-1 看護職の教育研修事業の充実
- 1-2 助産師の機能強化の推進
- 1-3 特定行為に係る看護師の研修制度の普及・推進
- 1-4 准看護師の進学推進
- 1-5 第50回日本看護学会学術集会「在宅看護」の準備

2. 地域包括ケアシステムの構築の推進

- 2-1 地域における看護職のネットワーク強化
- 2-2 訪問看護事業所の機能強化及び人材育成と確保
- 2-3 地域包括ケア推進に対応する統括保健師の育成と配置促進
- 2-4 在宅・介護施設等を対象とした「看護師職能委員会Ⅱ」の組織化

3. 看護職の労働環境の整備促進

- 3-1 看護職員の確保定着の推進
- 3-2 働きやすい環境づくりの推進

4. 看護を普及啓発し、県民の健康づくりを支援

- 4-1 看護に関する普及啓発事業の推進
- 4-2 県民の健康づくりの支援
- 4-3 災害支援事業の充実

5. 組織強化

- 5-1 組織強化と会員拡大
- 5-2 看護協会立訪問看護ステーション・居宅介護支援事業所の健全経営
- 5-3 看護協会の広報・ホームページの強化



平成30年度 公益社団法人栃木県看護協会 通常総会プログラム

日時 平成30年6月23日(土)
場所 とちぎ健康の森 2階 講堂

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ● 12:00 開 場
オリエンテーション ● 13:00 開 会
会長挨拶
来賓祝辞
来賓紹介
祝電披露
(休憩) ● 13:30 議長団選出
議事録署名人選出 ● 13:40 議 事
報告事項
報告事項1 平成29年度活動報告
(総会・理事会・事業・委員会・
地区支部活動・訪問看護ステーション及び居宅介護支援事業・日本看護協会通常総会代議員) | <ul style="list-style-type: none"> 報告事項2 平成29年度決算報告及び監査報告 報告事項3 平成30年度重点事業及び事業計画 報告事項4 平成30年度収支予算 提出議題
第一号議案 平成30年度改選役員及び推薦委員の選任(案)について
第二号議案 平成31年度日本看護協会通常総会代議員及び予備代議員の選出(案)について ● 15:40 新役員の紹介・旧役員への謝辞
協会歌斉唱 ● 16:00 閉 会 |
|---|---|

平成30年度 公益社団法人栃木県看護協会 職能集会プログラム

開催日 平成30年6月23日(土)

種 別	保 健 師	助 産 師	看 護 師
会 場	とちぎ健康の森 1階 大会議室	とちぎ健康の森 2階 小会議室	とちぎ健康の森 2階 講堂
プ ロ グ ラ ム	8:40 受 付	8:40 受 付	8:40 受 付
	9:00 オリエンテーション 開 会 委員長挨拶	9:00 オリエンテーション 開 会 委員長挨拶	9:10 オリエンテーション 開 会 委員長挨拶
	9:10 日本看護協会保健師職 能委員会報告	9:10 日本看護協会助産師職 能集会報告	9:20 日本看護協会看護師職 能集会報告
	9:30 栃木県看護協会保健師 職能委員会報告	9:30 栃木県看護協会助産師 職能委員会報告 1. 研修会報告 2. その他	9:30 栃木県看護協会看護師 職能委員会報告 1. 研修会報告
	9:50 休 憩		
	10:00 講演 (場所 講堂) 「将来を見据えて、看護職能の課題と今後目指すべきもの」 講師 公益社団法人日本看護協会 副会長 齋藤 訓子		
11:30 質疑応答			
11:45 閉会			

平成30年度 重点事業

1 看護の安全性・専門性の向上と実践力の強化

事業	内容	主な担当
1. 看護職の教育研修事業の充実	(1) 一般・領域別・トピックス研修の充実 (2) 日本看護協会 クリニカルラダーの活用推進 (3) 地区支部研修	関係委員会 教育研修課 各地区支部
2. 助産師の機能強化の推進	(1) 新人助産師の資質向上のための研修 (2) アドバンス助産師の養成 (3) 助産師相互研修	関係委員会 教育研修課
3. 特定行為に係る看護師の研修制度の普及・推進	(1) 交流会の開催 (2) 関係団体への働きかけ	教育研修課 会長・役員
4. 准看護師の進学推進	(1) 学校訪問 (2) 進学支援・相談 (3) 質向上のための研修	会長・役員 ナースセンター課 教育研修課
5. 第50回日本看護学会学術集会の準備	(1) 準備委員会の設置 (2) 関係機関との連携	教育研修課 会長・役員

2 地域包括ケアシステムの構築の推進

事業	内容	主な担当
1. 地域における看護職のネットワークの強化	(1) 地区支部活動における連携推進 (2) 病院、施設等訪問	各地区支部 会長・役員 ナースセンター課
2. 訪問看護事業所の機能強化及び人材育成と確保	(1) 経営サポート事業の継続 (2) 訪問看護推進のための研修の拡充 (3) 関係団体との連携	在宅支援課 教育研修課 会長・役員
3. 地域包括ケア推進に対応する統括保健師の育成と配置促進	(1) 研修会の開催 (2) 関係機関への働きかけ	関係委員会 会長・役員
4. 看護師職能委員会Ⅱの組織化	(1) 委員会の設置と活動の推進	関係委員会

3 看護職の労働環境の整備促進

事業	内容	主な担当
1. 看護職員の確保定着の促進	(1) ナースセンター事業の継続実施 (2) 復職支援研修事業 (3) 潜在看護師・プラチナナースの把握	ナースセンター課
2. 働きやすい環境づくりの推進	(1) 労働環境整備の推進 (2) とちぎ医療勤務環境改善支援センターと連携したWLBの推進	関係委員会 ナースセンター課

4 看護を普及啓発し、県民の健康づくりを支援

事業	内容	主な担当
1. 看護に関する普及啓発事業の推進	(1) 看護週間における行事の実施 (2) 県民に対する広報活動	関係委員会 ナースセンター課
2. 県民の健康づくりの支援	(1) 健康相談「まちの保健室」事業 (2) 関係団体への教育事業	関係委員会 各地区支部 経営管理課
3. 災害支援事業の充実	(1) 災害支援事業への参加 (2) 災害支援ナースの育成と組織体制整備	関係委員会 経営管理課

5 組織強化

事業	内容	主な担当
1. 組織強化と会員拡大	(1) 会員の就学支援 (2) 会員の拡大 ①卒業生対象の看護学校訪問 ②未加入施設への加入促進 ③関係機関との連携強化	関係委員会 各地区支部 経営管理課 ナースセンター課 会長・役員
2. 協会立訪問看護ステーション・居宅介護支援事業所の健全経営	(1) 健全経営の為の組織体制の整備 ①訪問看護ステーション事業の充実 ②居宅介護支援事業の充実 ③ナーシングホーム事業の充実 (2) 管理者及び職員の質の向上 ①管理者会議の開催 ②計画的な研修の受講	在宅支援課
3. 看護協会の広報・HPの強化	(1) 看護とちぎの企画・編集 (2) HPの内容の充実	関係委員会 HP職場委員会 経営管理課



平成30年度 事業計画

I 公益目的事業

I-1 看護師の安全性・専門性の向上と実践能力の強化に関する事業

事業	具体的計画など
1 看護職の質向上の支援	
(1) 継続教育に関する事業	
①教育研修	42研修(49日) 延べ人数 2,810名
②県受託研修	21研修(105日) 延べ人数 1,390名
(2) 各職能および地区支部の研修	7研修(7日) 延べ人数 300名
(3) 認定看護管理者育成事業	2研修(62日) 延べ人数 175名
(4) 医療安全対策推進事業	3研修(4日) 延べ人数 200名
(5) 災害支援ナース育成事業	3研修(4日) 延べ人数 210名
(6) 社会経済福祉委員会事業	2研修(1日) 延べ人数 160名
(7) その他研修	2研修(2日) 延べ人数 30名
	計 82研修(234日) 延べ人数 5,275名

I-2 在宅医療の推進に関する事業

事業	具体的計画など
1 訪問看護及び居宅介護支援事業の運営	経営改善と安定した事業の展開 ① 介護保険による訪問看護サービスの実施 ② 医療保険による訪問看護サービスの実施 ③ その他の制度による訪問看護サービスの実施
(1) 訪問看護ステーション事業の充実	訪問看護年間目標延べ件数 ・とちぎ訪問看護ステーションうつのみや 訪問件数 6,720件 ・とちぎ訪問看護ステーションいまいち 訪問件数 5,400件 ・とちぎ訪問看護ステーションみぶ 訪問件数 12,840件 ・とちぎ訪問看護ステーションくろばね 訪問件数 4,320件 ・とちぎ訪問看護ステーションおやま 訪問件数 9,480件 ・とちぎ訪問看護ステーションたかねざわ 訪問件数 10,320件 ・とちぎ訪問看護ステーションあしかが 訪問件数 15,000件
(2) 居宅介護支援事業 ケアプラン作成や相談支援	・居宅介護支援事業所うつのみや ケアプラン作成目標数 1,056件 ・居宅介護支援事業所みぶ ケアプラン作成目標数 612件 ・居宅介護支援事業所くろばね ケアプラン作成目標数 0件 ・居宅介護支援事業所おやま ケアプラン作成目標数 576件 ・居宅介護支援事業所たかねざわ ケアプラン作成目標数 936件 ・居宅介護支援事業所あしかが ケアプラン作成目標数 1,200件
(3) ナーシングホーム事業	・ナーシングホームあしかが 8床 入居者月15名、年180名
(4) 訪問看護・居宅介護支援事業の質評価	・職員の自己評価 年1回
(5) 看護職員等の資質向上	・当事業所主催研修会 ・新人研修・指導者研修 ・当事業所主催 事例検討&管理者研究会年12回 ・各事業所主催 技術修得学習会年12回 対象：各事業所職員 延1,000名 ・その他の研修会 参加職員1人平均 年3回
(6) 看護職・看護学生・福祉職等に対する教育支援 看護職・看護学生・福祉職等の実習受け入れ	・看護大学生・看護専門学生・訪問看護師・介護福祉士等 看護基礎教育 10校 700名



事業	具体的計画など
(7) 地域住民への健康づくり活動支援	・地域住民に対する在宅療養者への相談・助言 来所&電話相談 年企画8回
(8) 関係機関との連携強化	・管轄地域市町における健康づくり活動への参加協力 15回 100名
(9) ステーション所長会議	・保健・医療・福祉関係機関、専門職等との連携会議 130回
(10) 居宅支援業務会議	・年12回
2 入退院連携共通シート推進事業	・年3回
3 訪問看護ステーション経営サポート事業	・退院支援、リーダーナースの育成のための研修会開催
4 多職種連携会議	・電話・来所相談、専門家によるコンサルテーション
	・随時

I-3 看護職の労働環境等の改善及び雇用の質の向上等確保定着事業

事業	具体的計画など
1 看護職員確保定着の推進	
(1) ナースセンター事業	・栃木県ナースセンター事業運営委員会の開催
ア 看護師等無料職業紹介事業 (eナースセンター)	・看護師等無料職業紹介所 (9:00~17:00)
	・求人・求職就業等の目標利用件数 年5,000件
	・目標就業件数 年200件
	・就業ガイダンス等への参加 年1回
	・求人情報紙の作成及び発行 毎月1回
・「看護師等の届出制度」	・看護職の届出サイト「とどけるん」の周知PRと登録者支援
	・登録目標 年200件
・就業相談	・利用者ニーズに応じた再就業支援
・離職者調査・看護職の離職防止	・アンケートにより退職理由を把握し分析
イ ハローワーク等との連携	・求人情報紙の提供と情報交換
	・「ナースセンター通信」の発行
	・施設訪問
	・「ナースセンター・ハローワーク連携事業」(ハローワーク宇都宮)
	・月1回(13:30~15:30)の求職者相談、支援 1回4名(予約制)
	・「看護セミナー」の開催
(2) 復職支援研修事業	
ア 研修事業	・看護職員再就業支援研修の開催
	・訪問看護師養成講習会 定員 40名
	訪問看護eラーニング・集合研修(講義と演習)・実習
2 働きやすい環境づくりの推進	
(1) 看護職の労働環境整備の推進	・関係委員会の開催 年6回
	・研修会の開催 年1回
(2) 看護職のワーク・ライフ・バランス(WLB)推進事業	・看護職確保定着(WLB)推進委員会の開催 年3回程度
	・WLB推進事業参加施設の支援
	・インデックス調査(看護職個人調査・施設調査)の実施 (28年度から29年度参加施設5施設予定)
(3) 看護職のワーク・ライフ・バランス(WLB)推進ワークショップ等の企画・運営	・看護職のワーク・ライフ・バランス(WLB)推進ワークショップ開催 1日間
	・看護職のワーク・ライフ・バランス(WLB)推進フォローアップワークショップ開催 半日

I-4 看護を普及啓発し、県民の健康づくりの支援に関する事業

事業	具体的計画など
(1) 看護週間における行事 ア 「看護の日」記念行事の開催	<ul style="list-style-type: none"> ・年1回 栃木県総合文化センター 記念講演 講師 ちとせ テーマ「人のココロを動かす“4分2秒”の印象戦略!!!」 延べ1,600名目標 ・まちの保健室 (血圧・体脂肪測定、健康相談、超音波骨密度測定、タッチケア、 AED体験、その場でできる応急処置、災害支援ナース活動の紹介、 進路・就職相談、看護職の魅力紹介、他)
イ ふれあい看護体験	<ul style="list-style-type: none"> ・実施期間5月1日～8月31日まで 施設協力 58施設・体験約1,000名、体験者の中から3名を選出し記念 行事の開催日に体験発表する。
(2) 県民に対する広報活動の強化 ア ホームページの充実・ 利用の促進	<ul style="list-style-type: none"> ・「看護とちぎ」の発行 年4回 各13,000部 ・「防災ハンドブック」への広告掲載及びラジオでの協賛社名放送 ・「看護への道」を発行・配布 9,000部発行 ・「看護の出前事業」の実施 「看護への道」冊子利用 開催 年10回程度 ・看護学生への就労啓発事業の実施 看護系教育施設での出前授業 目標20校程度
イ 広報委員会活動	<ul style="list-style-type: none"> ・「看護とちぎ」の企画・編集、パンフレット作成 ・委員会 年4回、部会 年4回
3 県民の健康づくり支援 (1) 健康相談「まちの保健室」事業	<ul style="list-style-type: none"> ・対面式健康相談 地区支部担当 年26回 1,700名 (宇都宮地区支部) 場所 FKD宇都宮店 年6回 奇数月第3土曜日、対象 地域住民 400名 (他、地区支部開催) 場所 学校、百貨店、イベント他
(2) 研修会・講演会の開催	<ul style="list-style-type: none"> ・認知症、在宅医療、感染予防他
(3) 関係団体への教育事業	<ul style="list-style-type: none"> ・研修会の開催 ・出前講座及び相談、講師の派遣 ・ヒューマンフェスタへの参加 11月予定 対象 400名

II. その他の事業

II-1 公益社団法人事業の展開と組織強化に関する事業

事業	具体的計画など
1 会員支援	<ul style="list-style-type: none"> ・会員の就学支援
2 会員の福利厚生	<ul style="list-style-type: none"> ・表彰及び推薦 ・会員特典等の拡大 ・会員慶弔見舞いなど
3 組織強化 (1) 総会の開催 (2) 関連機関との連携強化	<ul style="list-style-type: none"> ・総会の開催 ・理事会、協議等会の開催 ・日本看護協会との連携 ・栃木県及び関連団体の役員・委員として参画 ・政策提言のための資料収集、データの蓄積 ・外部団体からの共催、後援依頼等に関する事項
4 会員数の増大 (1) 会員数の増加 ア 新人看護師等に対する加 入推進 イ 未加入者施設への加入推進	<ul style="list-style-type: none"> ・目標 11,379名 ・看護管理者、教育担当者及び介護福祉施設等への働きかけ ・看護学生他への協会活動のPR



資金収支予算書

平成30年 4月 1日から平成31年 3月31日まで

(単位:円)

科目	予算額(A)	前年度予算額(B)	増減(A)-(B)	備考
I 事業活動収支の部				
1. 事業活動収入				
特定資産運用収入				
特定資産賃貸料収入	1,800,000	1,800,000	0	連盟・協議会・駐車場賃貸収入
特定資産使用料収入	160,000	10,000	150,000	研修センター使用料収入
特定資産運用収入計	1,960,000	1,810,000	150,000	
入会金収入				
入会金収入	16,160,000	16,080,000	80,000	新規入会者808名
入会金収入計	16,160,000	16,080,000	80,000	
会費収入				
正会員会費収入	56,895,000	56,145,000	750,000	会員11,379名
会費収入計	56,895,000	56,145,000	750,000	
事業収入				
受講費収入	35,512,745	36,490,150	△ 977,405	研修受講料
委託事業収入	35,623,000	46,350,000	△ 10,727,000	栃木県
訪問看護・居宅介護支援事業収入	692,535,253	660,414,165	32,121,088	訪問看護収入
事業収入計	763,670,998	743,254,315	20,416,683	
補助金等収入				
研修事業補助金収入	3,760,000	3,760,000	0	栃木県
教育助成金収入	8,277,000	8,275,000	2,000	日本看護協会
その他の補助金等収入	0	3,627,000	△ 3,627,000	
看護の日普及啓発事業助成金収入	100,000	100,000	0	日本看護協会
補助金等収入計	12,137,000	15,762,000	△ 3,625,000	
雑収入				
受取利息収入	8,000	15,000	△ 7,000	
雑収入	4,848,000	5,816,000	△ 968,000	実習受入・広告代等
雑収入計	4,856,000	5,831,000	△ 975,000	
事業活動収入計	855,678,998	838,882,315	16,796,683	
2. 事業活動支出				
事業費支出				
役員報酬支出	11,250,000	7,700,000	3,550,000	
給料手当支出	429,137,418	419,732,248	9,405,170	
賞与支出	100,595,722	98,252,120	2,343,602	
退職給付支出	1,668,600	9,626,400	△ 7,957,800	
福利厚生費支出	3,913,000	3,964,000	△ 51,000	会員・職員の福利厚生
法定福利費支出	83,501,661	77,805,000	5,696,661	役職員の社会保険料
旅費交通費支出	1,341,900	1,271,000	70,900	役職員の旅費
通信運搬費支出	9,003,210	8,825,000	178,210	協会ニュース送料・郵便料金・宅配料 他
消耗什器備品費支出	975,000	566,000	409,000	PC・シュレッダー等
消耗品費支出	7,167,319	9,095,000	△ 1,927,681	事務用消耗品 他
修繕費支出	6,680,000	510,000	6,170,000	研修センター建物・システム機器修理
印刷製本費支出	7,611,840	10,875,000	△ 3,263,160	教育計画・協会ニュース・学会誌・事業報告書 他
燃料費支出	6,400,600	5,910,000	490,600	事業所車両燃料費 他
光熱水料費支出	6,372,000	6,277,000	95,000	研修センター・事業所光熱費
賃借料支出	52,245,590	53,436,200	△ 1,190,610	会場設備使用料・車両リース料 他
保険料支出	1,381,000	1,420,000	△ 39,000	建物火災保険料 他
諸謝金支出	19,628,996	22,115,000	△ 2,486,004	研修講師謝金
租税公課支出	7,989,700	8,092,000	△ 102,300	固定資産税・消費税・印紙税
委託費支出	24,263,670	14,589,000	9,674,670	研修センター保守 協会ニュース等発送 他
図書費支出	866,000	909,000	△ 43,000	参考図書
会議費支出	3,189,464	4,450,000	△ 1,260,536	委員会費
職員研修費支出	1,753,400	1,776,000	△ 22,600	職員研修費
広告費支出	205,000	1,358,000	△ 1,153,000	新聞広告掲載 他
医療消耗品費支出	1,430,000	1,220,000	210,000	
研修費支出	4,998,660	6,366,000	△ 1,367,340	研修会消耗品・雑費 他
支払手数料支出	1,609,968	488,200	1,121,768	振込手数料 他
諸会費支出	537,000	536,000	1,000	公衆衛生会費 他
修学貸付金支出	360,000	360,000	0	修学資金貸与
交際費支出	100,000	100,000	0	会員の慶弔・災害見舞金
事業費支出計	796,176,718	777,624,168	18,552,550	



(単位:円)

科目	予算額(A)	前年度予算額(B)	増減(A)-(B)	備考
管理費支出				
役員報酬支出	3,750,000	7,700,000	△ 3,950,000	
給料手当支出	10,800,000	21,000,000	△ 10,200,000	
賞与支出	3,060,000	6,180,000	△ 3,120,000	
福利厚生費支出	90,000	204,000	△ 114,000	役職員の福利厚生
法定福利費支出	2,505,000	5,440,000	△ 2,935,000	役職員の社会保険料
会議費支出	1,677,000	1,758,000	△ 81,000	委員会費
交際費支出	100,000	100,000	0	祝金
旅費交通費支出	478,000	478,000	0	役職員の旅費
通信運搬費支出	586,000	792,000	△ 206,000	回線使用料・郵便料金・宅配料 他
消耗什器備品費支出	15,000	34,000	△ 19,000	システム機器修理
消耗品費支出	435,000	382,000	53,000	事務用消耗品 他
修繕費支出	50,000	50,000	0	システム機器修理
印刷製本費支出	952,000	1,052,000	△ 100,000	総会要綱・封筒 他
燃料費支出	20,000	0	20,000	
光熱水料費支出	585,000	585,000	0	事務局光熱費
賃借料支出	145,000	203,000	△ 58,000	総会会場使用料 他
保険料支出	451,000	350,000	101,000	役員保険 他
諸謝金支出	40,000	66,000	△ 26,000	
租税公課支出	146,000	180,000	△ 34,000	固定資産税・消費税・印紙税
寄付金支出	130,000	130,000	0	いのちの電話 他
職員研修費支出	122,000	122,000	0	職員研修費
委託費支出	2,593,000	2,860,000	△ 267,000	顧問料・システム運用サポート・清掃代 他
諸会費支出	350,000	350,000	0	諸会費
支払手数料支出	71,000	71,000	0	振込手数料 他
図書費支出	60,000	60,000	0	参考図書
管理費支出計	29,211,000	50,147,000	△ 20,936,000	
その他の支出				
法人税、住民税及び事業税	402,800	0	402,800	
その他の支出計	402,800	0	402,800	
事業活動支出計	825,790,518	827,771,168	△ 1,980,650	
事業活動収支差額	29,888,480	11,111,147	18,777,333	
II 投資活動収支の部				
1. 投資活動収入				
特定資産取崩収入				
退職給付引当資産取崩収入	1,668,600	9,626,400	△ 7,957,800	
特定資産取崩収入計	1,668,600	9,626,400	△ 7,957,800	
投資活動収入計	1,668,600	9,626,400	△ 7,957,800	
2. 投資活動支出				
特定資産取得支出				
退職給付引当資産取得支出	1,532,540	3,426,840	△ 1,894,300	役員退職の備えた積立
レプト請求システム資産取得支出	4,000,000	4,000,000	0	レプト請求システム購入に備えた積立
特定資産取得支出計	5,532,540	7,426,840	△ 1,894,300	
固定資産取得支出				
建物購入支出	800,000	0	800,000	2事業所改修費
固定資産取得支出計	800,000	0	800,000	
投資活動支出計	6,332,540	7,426,840	△ 1,094,300	
投資活動収支差額	△ 4,663,940	2,199,560	△ 6,863,500	
III 財務活動収支の部				
1. 財務活動収入				
財務活動収入計				
2. 財務活動支出				
財務活動支出計				
財務活動収支差額				
IV 予備費支出				
当期収支差額	25,224,540	13,310,707	11,913,833	
前期繰越収支差額	178,077,297	164,766,590	13,310,707	
次期繰越収支差額	203,301,837	178,077,297	25,224,540	

1. 借入金限度額 100,000,000円
 2. 債務負担額 平成31年度 14,663,268円 平成32年度 6,060,636円



平成30年度 公益社団法人栃木県看護協会 理事・監事・委員候補者一覧

公益社団法人栃木県看護協会定款第5章、細則第4章に基づき、理事11名、監事1名、推薦委員7名、保健師職能委員4名、助産師職能委員3名、看護師職能委員6名、計32名の立候補者を推薦並びに候補の受付を行いました。

推薦委員長 大竹 公子

1. 役員 改選 (12名)

	役職名	氏名	施設名	推薦	立候補
1	会長	渡邊 カヨ子	公益社団法人栃木県看護協会	○	
2	副会長	朝野 春美	自治医科大学附属病院	○	
3	助産師職能理事	佐藤 君江	獨協医科大学病院	○	
4	看護師職能理事	齋藤 由利子	上都賀総合病院	○	
5	理事	小澤 伸子	足利赤十字病院	○	
6	理事	仁戸部 富恵	獨協医科大学病院	○	
7	理事	河原 美智子	芳賀赤十字病院	○	
8	理事	駒場 悦子	森病院	○	
9	理事	穂高 律子	済生会宇都宮病院	○	
10	理事	前原 多鶴子	石橋総合病院	○	
11	理事	杉本 友子	那須中央病院	○	
12	監事	山口 久美子	獨協医科大学看護学部	○	

2. 推薦委員 (7名)

	役職名	氏名	施設名	推薦	立候補
1	委員	大竹 公子	獨協医科大学病院	○	
2	委員	榎田 恵津子	国際医療福祉大学病院	○	
3	委員	黒崎 道	栃木県精神保健福祉センター	○	
4	委員	高川 真紀	済生会宇都宮病院	○	
5	委員	藤田 律子	大田原市役所	○	
6	委員	吉田 登美恵	佐野厚生総合病院	○	
7	委員	工藤 清子	自治医科大学附属病院	○	

3. 保健師・助産師・看護師職能委員 (保4名・助3名・看6名)

	役職名	氏名	施設名	推薦	立候補
1	保健師職能委員	若林 珠江	栃木健康福祉センター	○	
2	委員	小野澤 典子	安足健康福祉センター	○	
3	委員	渡邊 澄子	栃木市役所	○	
4	委員	吉澤 佐知子	足利市役所	○	
1	助産師職能委員	氏家 由美子	国際医療福祉大学病院	○	
2	委員	松田 直美	地方独立行政法人新小山市市民病院	○	
3	委員	渡辺 悦子	那須赤十字病院	○	
1	看護師職能委員	井上文子	那須赤十字病院	○	
2	委員	高久美子	自治医科大学附属病院	○	
3	委員	関口 千恵	御殿山病院	○	
4	委員	直井 好子	老人保健施設わたのみ荘	○	
5	委員	濱本 明代	とちぎ訪問看護ステーションうつのみや	○	
6	委員	黒崎 雅子	医療法人洋精会訪問看護ステーション星が丘	○	

平成31年度 公益社団法人日本看護協会通常総会 代議員並びに予備代議員

平成31年度公益社団法人日本看護協会通常総会代議員数について、定款・細則に基づき公益社団法人栃木県看護協会は「12名」の代議員並びに同数の予備代議員が決まり、公益社団法人日本看護協会より通知がありました。

推薦委員長 大竹 公子

代議員（保健師3 助産師2 看護師6 准看護師1）

	氏名	役職
1	朝野 春美	副会長
2	福田 敬子	副会長
3	鱒 淵 清子	専務理事
4	馬 込 公子	常任理事
5	五月女 祐子	保健師職能委員長
6	佐藤 君江	助産師職能委員長
7	齋藤 由利子	看護師職能委員長
8	関 口 千恵	准看護師代表
9	穂 高 律子	宇都宮地区代表
10	仁戸部 富恵	栃木地区代表
11	小 澤 伸子	安足地区代表
12	直 井 好子	看護師職能代表

予備代議員（保健師3 助産師2 看護師6 准看護師1）

	氏名	役職
1	細 野 克子	看護師代表
2	渡 邊 澄子	保健師代表
3	野 澤 寿美子	栃木県看護協会
4	白 鳥 紀子	栃木県看護協会
5	若 林 珠江	保健師職能委員
6	今 泉 玲子	助産師職能委員
7	井 上 文子	看護師職能委員
8	坂 上 和江	准看護師代表
9	矢 口 千秋	宇都宮地区代表
10	前 原 多鶴子	小山地区代表
11	河 原 美智子	県東地区代表
12	濱 本 明代	看護師職能代表



平成30年度入会申し込み受け付け中！

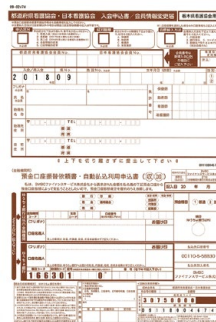
平成30年度の入会申込書はお済みですか？

新会員情報管理体制「ナースシップ」の稼働に伴い入会の手続き方法が以前と異なっております。入会申し込みの手続きがお済みか、いまいちどご確認ください。

手続きの流れ

Step1 入会申込書の記入・提出

- 1) 勤務先の施設代表者に会費の支払い方法を確認し、下記のいずれかを記入してください。
 - 「勤務先で取りまとめて納入」
 - 「口座振替」
 - 2) 勤務先に入会申込書を提出してください。（勤務先が取りまとめて「会員登録事務局」に提出。）
- ※ 「継続申請書」をお持ちの方は内容を確認してください。
新規・再入会または「継続申請書」を紛失された方は「入会申込書／会員情報変更届」をご利用ください。



入会申込書/会員情報変更届
(新規または再入会者用)

Step2 会費の納入

申込書に記入した下記いずれかの納入方法でお支払いください。

- 「勤務先で取りまとめて納入」の場合
→施設代表者へお支払い
- 「口座振替」の場合
→申請書に記入した口座からの自動引き落とし

会員の皆さま専用WEBページ

キャリアナースの登録はお済みですか？

キャリアナースのサービス

- ①所属の都道府県看護協会・日本看護協会からのお知らせが表示されます。
- ②氏名(改姓)、住所、電話番号、勤務先などの会員基本情報が変更できます。
- ③会費の納入状況の確認や領収書の発行ができます。
また、口座振替の場合は口座情報の変更も可能です。
- ④会員履歴や活動履歴が参照できます。

上記のサービスに加え2018年6月より

『研修受講履歴』提供スタート

都道府県看護協会や日本看護協会を受講した研修の履歴が確認できるようになります。これにより研修終了証の保存が不要になります。資格取得や更新申請、施設への提出などが必要なときに、研修受講履歴証明書や一覧表の印刷もできるようになります。

キャリアナースは下記URLよりご登録いただけます。

URL <https://kaiin.nurse.or.jp/members/JNG000101>



リフレッシュ！健康増進！の優待特典

会員だけのお得な特典がいっぱい！！

	協力企業	優待内容	利用条件	所在地・TEL
リフレッシュ	ビッグツリー スポーツクラブ	入会金+事務手数料 8,000円が無料 月会費1,000円引き (会員本人とともに看護協会職員も)	会員証を提示	宇都宮市桜5-2-5 ☎028-639-7777
	矢板カントリークラブ	プレー料金をビジター料金より 10%OFF	会員証を提示	矢板市平野1364 ☎0287-44-1121
施設	森の中のモビリティテーマパーク 「ツインリンクもてぎ」	入場料を優待割引料金に。 (会員本人と同伴含め5人まで)	会員証を提示	茂木町松山120-1 ☎0285-64-0001
健康診査	医療法人DIC 宇都宮セントラルクリニック	「3DマンモグラフィートOMO+ 超音波」検査 20,000円を7,000円に(税別)	予約時に「看護協会乳がん検診利用」の旨を伝える。 会員証(看護協会職員は身分証明書 =名刺か健康保険証)を提示する。	宇都宮市屋板町561-3 ☎028-657-7300
ゼラクション	癒しハウス蘭	整体・足ツボ・アロマリンパ トリートメント (70分・90分・120分の3コース) 通常料金から約5~7%引き	会員証を提示 (完全予約制)	宇都宮市峰4-24-20 ☎090-7403-2116
エステ	エステティック「バービー」	初回来店時に化粧品、トライアル セットプレゼント。 施術20%OFF(2回目以降は10%OFF)	会員証を提示 (電話予約要)	宇都宮市桜2-5-29 クシャビル1階 ☎028-624-0539
	Un Reve(アンレーヴ)那須店	全メニュー15%OFF (東京サロン価格より30%OFF)	会員証を提示 (電話予約要)	那須塩原市沓掛414-8 ☎090-5434-2957
	リ・シェルAki	オイルリンパ6,600円を 3,300円に割り引き。 光脱毛体験1,080円	会員証を提示 (電話予約要)	宇都宮市西川田287-1 ビッグツリースポーツクラブ プラザ店内 ☎028-684-1515
冠婚葬祭	アルファクラブ(株) 【葬祭部】さがみ典礼・県内33葬祭施設	葬儀一式20%OFF 会館使用料20%OFF	会員証を提示	宇都宮市滝の原2-4-25 ☎028-638-5000
	【冠婚部】ベルヴィグループ	婚礼衣装30%OFF 会場費は無料 送迎バス(御両家)各1台無料提供	会員証を提示	宇都宮市大通り5-3-9
レストラン	日光総業(株)の運営レストラン ○西洋料理「明治の館」 ○明治の館別館「游晏山房」 ○ステーキハウス「みはし」 ○精進料理「堯心亭」 ○霧降高原「山のレストラン」	各店舗とも食事の場合、グラス ワインorソフトドリンク一杯を サービス	会員証を提示	日光市山内2339-1 ☎0288-53-3751
	帝国ホテル東京レストラン	(参注)四季によりレストランと メニューは変わる。	帝国ホテル提供 の「栃木県看護 協会様向け優待 券」を提示する。	東京都千代田区内幸町1-1-1 ☎03-3504-1111 予約 ☎03-3539-8187 問い合わせ ☎03-3539-8046
	○ブフェレストランインペリアル バイキングサール(本館17階)	6%~23%割引料金		
○カジュアルレストラン パークサイドダイナー(本館1階)	38%~44%割引料金			

☆入会方法については前頁をご覧ください。



	協力企業	優待内容	利用条件	所在地・TEL
温泉	鬼怒川パークホテルズ	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要)	日光市鬼怒川温泉大原1409 ☎0288-77-1289
	湯けむりまごころの宿 「一心館」	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要)	日光市鬼怒川温泉滝542-3 ☎0288-77-0008
	鬼怒川プラザホテル	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要) 特別プラン等は除外	日光市鬼怒川温泉滝530 ☎0288-76-1031
	花の宿「松や」	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要) 現金のみ(クレジット不可) 除外日あり	日光市鬼怒川温泉藤原19 ☎0288-77-1221
	ホテルサンシャイン鬼怒川	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要)	日光市鬼怒川温泉大原1437-1 ☎0288-77-2727
	湯けむりの里「柏屋」	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで) ※記念日の旅行に記念品をご用意	会員証を提示 (電話予約要)	日光市川治温泉高原62 ☎0288-78-0002
	きぬ川ホテル三日月	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要)	日光市鬼怒川温泉大原1400 ☎0288-77-2611
	鬼怒川温泉「山楽」	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要)	日光市鬼怒川温泉大原1060 ☎0288-76-2211
	きぬ川不動瀧	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要)	日光市鬼怒川温泉大原656-1 ☎0288-76-2008
	ほてる白河湯の蔵	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要)	日光市鬼怒川温泉滝483 ☎0288-76-0020
	ホテル樺の季	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要)	日光市鬼怒川温泉大原1438-1 ☎0288-77-0002
	溪流の宿 緑水	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要)	日光市鬼怒川温泉滝861-3 ☎0288-77-4001
	旅の宿 丸京	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要)	日光市鬼怒川温泉大原1388-3 ☎0288-76-0050
	あさや	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要)	日光市鬼怒川温泉滝813 ☎0288-77-1111
	鬼怒川温泉ホテル	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要)	日光市鬼怒川温泉滝545 ☎0288-77-0025
	きぬ川国際ホテル	宿泊料及び日帰り入浴料を10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要) 犬・猫同伴ホテル	日光市鬼怒川温泉滝540 ☎0288-77-0019
	乃木温泉ホテル	宿泊料10%引き (本人含め5人まで)	会員証を提示 (電話予約要)	那須塩原市下永田1-993-11 ☎0287-37-4126
井頭温泉チャットパレス	宿泊料金500円引き 夕食時にワンドリンクサービス 宿泊日とチェックアウト日は 隣接の真岡井頭温泉利用が無料	会員証を提示 平日の宿泊に限る。 (休日前、GW・お盆・ 年末年始期間は除外)	真岡市下籠谷41 ☎0285-80-3311	

一般の方へのコーナー

喫煙について考えよう

栃木県の喫煙・受動喫煙状況

たばこを吸っている人は、どのくらいいるの？

- 県内で喫煙している人の割合は、男性42.3%、女性10.2%です。
- 喫煙している人でも、男女とも6割以上の人「禁煙したい」「本数を減らしたい」と考えています。
- 男性の22.4%、女性の7.4%は、過去に吸っていたが今は吸わない人（禁煙を達成した人）です。

栃木県内のたばこを吸う人・吸わない人の割合(20歳以上)

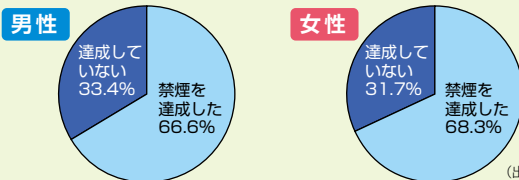
男性	吸わない 57.7%	過去に吸っていた (禁煙を達成) 22.4%	吸っている 42.3%	
	禁煙したい 27.2%	本数を減らしたい 36.2%	やめたくない 24.8%	わからない 11.8%
女性	吸わない 89.8%		過去に吸っていた (禁煙を達成) 7.4%	吸っている 10.2%
	禁煙したい 33.6%	本数を減らしたい 28.8%	やめたくない 18.5%	わからない 19.2%

(出典：平成21年度県民健康・栄養調査)

禁煙は、本当にできるものなの？

県内の禁煙したい喫煙者のうち、男女7割近くの人が禁煙を達成しています。

栃木県内の禁煙したい喫煙者のうち、達成した人の割合(20歳以上)



(出典：平成21年度県民健康・栄養調査)

たばこの煙には危険がいっぱい

たばこの煙に含まれる成分

たばこの煙には、ニコチンやタールだけでなく、一酸化炭素、ヒ素、カドミニウムやアセトンなど250種類もの有害物質が入っています。

こんなものもたばこに含まれています

- 一酸化炭素……車の排気ガス
- ヒ素……殺虫剤
- カドミニウム……電池
- アセトン……ペンキ落とし

ニコチン

末梢血管を収縮させ、心拍数を増やし、血圧を上昇させる。強い依存性がある。

タール

多くの発がん物質を含む。

一酸化炭素

血液が運ぶ酸素の量を減少させる。動脈硬化が進みやすくなる。

家族みんなで禁煙しよう

たばこの煙のない空気のきれいな家庭は、あなたの大切な家族の健康を守ることに繋がります。今日から家族みんなで禁煙しましょう！

思ったら迷わず禁煙スタート

A. 禁煙は良い環境で

- 吸い残しや買い置きのたばこは、いさぎよく捨てる
- 灰皿やライターも片付ける
- たばこを売っている場所や喫煙コーナーには近づかない
- あなたの禁煙を応援してくれる人がいると安心

B. 吸いたくなったら、じょうずに受け流す

- 水やお茶をゆっくり飲む
- 深呼吸したり、からだを軽く動かしてみる
- お酒やコーヒーをひかえ、野菜や果物を多くとる
- 禁煙したい気持ちを思い出すグッズを利用する

C. 前向きに禁煙を楽しみましょう

- 失敗の数だけ成功への階段を登っていますよ
- 禁煙に挑戦している自分をほめてあげましょう

ストレスなく禁煙できる禁煙補助薬を利用しましょう

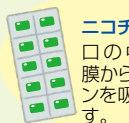
薬の正しい使い方を医師や薬剤師に指導してもらいましょう。

薬局、薬店で購入可能

→ニコチンガム、ニコチンパッチ(市販用)

医師の処方箋が必要

→ニコチンパッチ(医療用)、飲み薬



ニコチンガム
口の中の粘膜からニコチンを吸収します。



ニコチンパッチ
体に貼って、皮膚からニコチンを吸収します。



飲み薬
1日2回、12週間服薬します。

※妊婦には使えないお薬があります。必ず医師に相談しましょう。

健康保険で禁煙治療をしたい!

栃木県内で禁煙治療に保険が使える医療機関は

栃木県 禁煙治療

検索

で検索



< 医療安全対策推進委員会 セーフティシェアリング >

Vol.4

～ 指差し呼称のすすめ ～

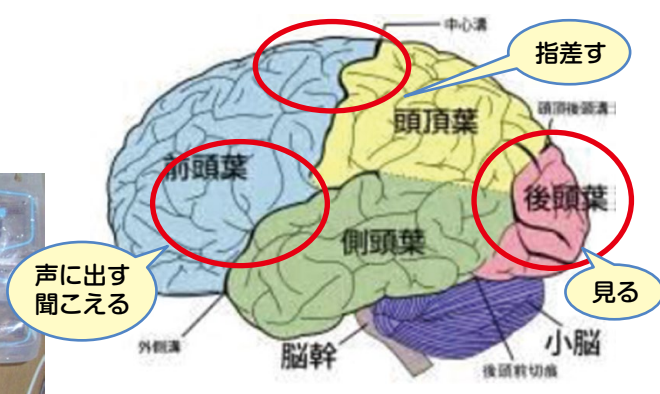
指差し呼称の効果

自分の声を聞くことにより脳が覚醒され、
注意力が高まります。

指差し呼称は脳を3倍以上使う

誤りの確率が6分の1になる

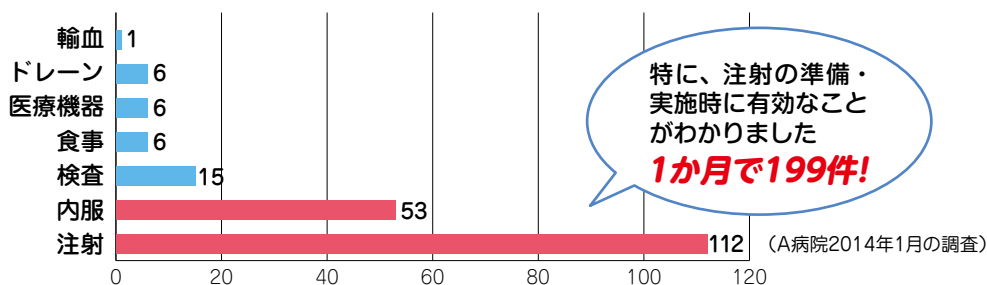
(平成8年鉄道総合技術研究所・押し誤り率)



- ① 腕や指で対象を指し
- ② 指差したものを目で見て
- ③ 見たものを声に出して言い
- ④ 言った言葉を耳で聞く
- ⑤ 頭で確認



指差し呼称で防げた事例



事例内容

A看護師が準備し調製した注射薬をB看護師が開始直前に**指差し呼称**を行い、指示書と薬剤の間違いに気づき誤投与防止につながった。

患者と自分を守るために
「**指差し呼称**」を実施しよう!





栃木県看護大会式典 10:00 ~ 11:20
ふれあい看護体験発表 11:35 ~ 12:00
「心のこる看護エピソード」 13:00 ~ 13:20
 (朗読・表彰)

記念講演 13:30 ~ 15:00
**「人のココロを動かす
 “4分2秒”の印象戦略!!」**
 講師：印象戦略家 **ちとせ氏**



看護大会 & 「看護の日」記念行事

「生きるを、ともに、つくる。」

参加無料

2018年5月12日(土)
栃木県総合文化センター メインホール

※詳しくは、栃木県看護協会ホームページ
<http://www.t-kango.or.jp>をご覧ください。



※昼食は各自用意ください。会場内指定箇所にて飲食可能です。
 ※公共交通機関のご利用をお願いいたします。
 お車をご利用の場合は、周辺の有料駐車場をご利用ください。

毎年5月12日は「看護の日」。近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ制定されました。そして、12日を含む週の日曜日から土曜日までが「看護週間」です。
5月12日は看護の日 看護の日・看護週間メインテーマ「看護の心をみんなの心に」

記念行事 10:00 ~ 13:30

まちの保健室
 健康相談、血圧・体脂肪測定
 ハンドケア、助産師の仕事紹介
 AED体験・その場でできる応急処置
 災害支援ナース活動の紹介
 訪問看護と介護保険相談
 臓器移植について
 骨密度測定 等

就職・進路相談室

現役看護職が相談にのります!

キッズ白衣体験

男の子用もあるよ!



主催：栃木県 公益社団法人栃木県看護協会 一般社団法人日本精神科看護協会栃木県支部 一般社団法人栃木県助産師会

味自慢 ニラとイカのチヂミ

●材 料(4人前)

薄力粉	60g	イカ	80g	ごま油	8g	濃口しょうゆ	12g
じゃが芋	80g	干しエビ	4g	(タレ)		穀物酢	12g
鶏卵(溶き卵)	40g(M1個)	食塩	0.8g	コチジャン	4g	ラー油	少々(お好みで)
ニラ	60g	水	40g	清酒	12g		

●作り方

- 1 じゃが芋は皮をむいて薄切りに。耐熱容器で電子レンジで1~2分加熱して置く。
ニラは3cm位に切る。イカは拍子切りにする。
- 2 ボールに薄力粉、溶き卵と水をあわせ軽く混ぜ、じゃが芋、ニラ、イカ、干しエビ、食塩を入れ生地を作る。
- 3 フライパンにごま油を敷いて焼く。タレはすべての調味料を合わせ、一度火にかける。
※ポン酢+コチジャンもOです。

料理提供者：県西健康福祉センター I・M



わたしの on-off

ボルダリング

子どもと一緒に登って早8年(;'▽')

なかなか上達しないですが、楽しんでます




写真提供：新小山市民病院 Y・T

編集後記 生き生き動き続けるため、会員の特典が更に充実しました。皆様ぜひ利用してリフレッシュしましょう！（青木）