# 社会福祉法人 青大悲福祉協会
# 清月荘だより

VOL.29
11.01.2026



ブルーインパルス



お月見

## 社会福祉法人　青大悲福祉協会　理事長　中條直樹より

「清月荘だより」第２９号をお手元にお届けいたします。皆様にはご健勝にお過ごしのこととお慶び申し上げます。今夏も、各地で体温を越える最高気温の日が続出し、まさに「茹だる」夏でした。７月には熊本地震、８月には千葉県と富山・石川・福井県が豪雨災害、そして９月中・下旬には秋雨前線の活発な活動により名古屋、また台風により千葉県の三度目の冠水をはじめ関東地方が記録的大雨に見舞われました。被災されました方々に心よりお見舞い申し上げます。

関東大震災(1923.9.1)を教訓として、一人ひとりが防災対策の重要性を理解するため、9月1日が「防災の日」に制定されました。我国は地震だけでなく、台風、豪雨などの自然災害が発生しやすく、この8月だけで１０個の台風が発生しましたが、これは６０年ぶりとのことです。また、６月には台風が本州に上陸しました。通常この時期の台風はフィリピン近海から中国大陸南部に向かうことが多いのですが、専門家によれば遥か南方の海の異変が台風の発生を早めたとのこと、それは温暖化と（南米ペルー沖の海水温が低下する）ラニーニャ現象に近い気象が昨年の冬から本年の春に生じたためとのことです。これと対になるエルニーニョ現象も太平洋で起きており、海面の温度が高くなるにつれ大気に出る熱が増え、気温上昇や大雨や干ばつのリスクを生むとも言われています。これまで以上に気象災害の対策に注力する必要があると思われます。

「内水氾濫」という言葉が新聞やニュースでたびたび取り上げられました。千葉豪雨では、市街地の降水量が下水道の限界を大幅に超え、行き場を失った雨水が地上にあふれ、冠水した路上では車からの脱出できずに閉じ込められ、尊い命が失われるなど大きな被害が続出し、さらに想定外の豪雨により建造物にも多大な被害が生じたのも記憶に新しいところです。また、「外水氾濫」と呼ぶ堤防の決壊などで河川等から水があふれ多大な被害も発生し、避難所等での生活を送らざる得ない方々には一刻も早く以前の生活に戻られるよう祈念しております。

８月２８日に厚生労働省は、インフルエンザの定点当たりの流行開始の目安である1.00 を上回ったことから、例年にない異例の速さでインフルエンザが全国的に流行シーズンに入ったと発表しました。手洗いやマスクの着用を含む咳エチケットや換気に気を配るなどの基本的な感染対策が極めて大切であることを再度確認し、清月荘では職員一同これからも、予防対策を徹底して行なう所存です。私たちは、笑顔を忘れることなく、入所者お一人ひとりを見守ってまいります。

**清月荘ホームページ ➡ http://www.fukushi-seidaihi.or.jp/**
**お問い合わせは ☎ 052-451-4073 まで！**

## 養護老人ホーム清月荘　11/1時点空き部屋…1室



身元保証は不要！ご家族がいない方でも安心して入所できます。
見学のお問い合わせはいつでもお待ちしております。

## デイサービスセンター 清月荘 中村区の利用者様　大歓迎！

デイサービスでは、季節を感じていただけるよう様々な活動を行っています。
今回は戸田川緑地へ出掛け、フラワーセンターや農業科学館を見学しました。園内を散策しながら花や展示を楽しまれ、皆様の素敵な笑顔もたくさん見られました。
これからも季節を感じられる楽しい活動を企画していきます。通所介護 清月荘新聞（年4回）もぜひご覧ください☆



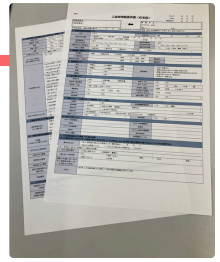
## 高齢者配食サービス 清月荘　米野学区にて 利用者様　大歓迎！

最近、朝夕と涼しくなってきましたね。少し肌寒くなってきたので温かい煮込み料理を作ってみました。「豚肉の洋風煮込み」豚バラ肉を大量の玉ねぎとビールで煮込んだフランス北部フランドル地方の郷土料理です。
とろとろに煮込んだ豚肉は簡単にほぐせます。私がホテルで修行中によく作った思い入れのある料理です。こんな料理も食べられる清月荘の配食サービス、皆さんも始めてみませんか？



## 居宅介護支援 清月荘 中村区の利用者様　大歓迎！

居宅介護支援事業の利用者が病院に入院する際に、ケアマネージャーは本人、家族の同意のもと「入院時情報提供書」を作成し、病院へ利用者の情報提供を行います。
利用者の平常時の心身状態や日頃の生活状況を伝えることで医療と福祉の円滑な連携を図ることができています。



## 秋のおもいで～敬老行事～

皆さん、いかがお過ごしですか？
清月荘では、9月16日に敬老行事を行い、楽しく過ごしました。今年の敬老行事は、祝い品の贈呈や祝膳の提供だけではなく、学生を招いたスペシャル大道芸ステージを企画しました。
大道芸を見たことのある入所者は少なく、大技の披露で大きな歓声が上がり、驚きの表情を見ることができました。また、今年で100歳を迎えられる入所者がいらっしゃいました。益々のご健勝を祈り、時計をお送りしました。これからも、入所者お一人お一人の健康と幸せをサポートしていきます。








## 季節の手芸



**お月見うさぎの作り方**

デイサービスでは秋のお月見にぴったりな、かわいいうさぎの飾りを作りました。白いコットンボールに目や耳を付け、胴体に好きな色のフェルトを巻いて着物に見立てます。小さな白い玉を重ねてお月見団子を作り、黄色のコットンボールで満月を表現。黒い台紙にバランスよく並べれば完成です。表情や着物の色を変えると、それぞれ個性のある作品に仕上がりますよ。

## 秋の防災訓練

皆さんは日頃から災害に備えていますか？
清月荘では年に数回、防災訓練を実施しています。訓練では、入所者の皆さんの避難誘導はもちろんのこと、施設の安全確認、職員同士の連携を重視しています。9月に起きた大雨では、日頃の訓練が活き、被害を抑えることができました。日頃から防災を意識することが大切ですね。



## 健康づくりのすすめ

今回は、肩甲骨ほぐしをご紹介します。
肩甲骨は腕や肩の動きを支える「土台」のような骨です。長時間のデスクワークやスマホ操作で動かさない状態が続くと、まわりの筋肉がこわばり、肩こりや首の重さ、猫背の原因になりやすくなります。肩甲骨をよく動かすと、まわりの筋肉がゆるみ、血行が促されて肩や首のこりが軽くなりやすくなります。胸が開いて呼吸が深くなり、姿勢の改善やリフレッシュにもつながります。
まずは肩回しを1日数回から。痛みがあるときは無理をしないでくださいね。




## 厨房の推し！旬レシピ　キノコのポタージュ



秋といえば「キノコ」ですね。
今回はそんな旬のキノコをたっぷり使ったスープを紹介します。

材料 [2人分]

しめじ50ｇ しいたけ50ｇ マイタケ50ｇ マッシュルーム50g　玉ねぎ2/1個
牛乳100cc　生クリーム50cc　バター20ｇ　塩胡椒少々
Ａ：水200cc　固形ブイヨン1個　ローリエ1枚

作り方



1. 玉ねぎは薄くスライスする。
2. キノコ類もスライス、または一口大に切る。
3. 鍋にバターを溶かして玉ねぎを炒める。しんなりしてきたら、キノコ類とAを加え１０分ほど煮込む。
4. ローリエを取り出し、ミキサーで滑らかになるまでかくはんする。
5. ４を鍋に戻し牛乳を加え塩胡椒で調味し、生クリームを加え完成。