ふぁみりーふれあい新聞

令和８年11月１日

第344号

基本理念

我々社会福祉法人清心福祉会職員は
「敬天愛人」の言葉を仰ぎ　奉仕の精神　慈愛の心を育み
天から与えられた役割を果たすべく
社会福祉事業で平和な社会に向けて
貢献していきます

十一月に入りました。朝晩はぐっと冷えこみ、布団からなかなか出られない日々が続いています。みなさまいかがお過ごしでしょうか。この時期はなんと言っても紅葉でしょう。高尾山をはじめ東京の紅葉スポットも今くらいがいちばんキレイだと思います。外に出なくてもファミリーマイホームから眺める滝山もきれいに色付いています。是非ごらんになって下さい。

今年もあと二ヶ月となりました。どことなく慌ただしい空気が日常から感じ取れます。ホームでも年末にかけていろいろな行事があります。美味しいものもたくさん出る予定ですので楽しみにしてお待ちくださいね。

今月のうたは「夕焼け小焼け」です。このうたのモデルは八王子の恩方地域です八王子出身の人も、そうでない人も昔を思い出しながら歌いましょう。

ホームでの暮らしのご意見、ご要望があれば、生活相談課の濱村・荒井・松浦・福島までご相談ください。できる限りご希望に添いたいと職員一同考えております。また、利用者の皆様は、人生の先輩として、私たちの相談にも乗ってくださいね。

しもつき 霜月

「霜月（しもつき）」

十一月は「霜が降りる月だから霜月」と、とてもシンプルですが、他の呼び方もあるようです。神無月（十月）に出かけた神様が戻ってくるので「神帰月」と言ったり、「雪待月」とも言うそうですよ。



「十一月の小ネタ」

ミノムシは十一月の昆虫です。寒い日に木にブラブラとぶら下がっている不思議な昆虫で、あの中身を見たことのある人は意外にも少ないのではないでしょうか。

ミノムシの正体はミノガといい、蛾の幼虫のことを言います。このミノガが厳しい冬を乗り越えるために作った寝袋（ミノ）のことをミノムシと呼んでいます。このミノはミノガの口から出される糸に枝や葉っぱをくっつけたものです。ミノムシから出された糸は、自然界最強といわれるクモの糸よりも頑丈で、ナイロンの四倍強いと言われています。

そこで面白い実験をしまして、虫かごに裸のミノムシと、カラフルな紙切れ、派手な色の毛糸などをいっしょに入れると、ミノムシがセルフコーディネートをして、オシャレなミノムシが誕生するそうです。



さて、話しは変わりまして、十一月二十四日はスーパームーンです。普通の満月と比べて一回り大きくて、そして明るいです。外国では水にスーパームーンを透かせてムーンウォーターと言って飲むようですよ。縁起が良いと言われています。

夕焼け小焼け

夕やけ小やけで　日がくれて

山のおてらの　かねがなる

おててつないで　みなかえろう

からすといっしょにかえりましょう

子どもがかえった　あとからは

まるい大きな　お月さま

ことりがゆめを　みるころは

そらにはきらきらきんのほし





介護フェアがありました！



第 10 回介護フェアがありました。



オープニングセレモニーは八王子北高校の吹奏楽部でした！



若いエネルギーに満ち溢れた最高の演奏でしたね！元気をもらいました。



ファミリーマイホームの利用者もたくさん来てくれました。



ちびっ子に大人気のアクティブル君もやってきました。



ファミリーマイホームの高木理事長が開会式の挨拶をしました。



雨で足元が悪い中、大勢のお客さんが足を運んでくれました。



こちらは飲食店のブースです。只今準備中です。いい香りが漂ってきました。



ファミリーマイホームの板長タッツアンの特性焼きそばがどんどん売れていきます！



女性陣が愛情を込めて作ったクレープも大人気でした。作る側も幸せです。



こちらは地域の老人ホームの入居者の方々の作品展です。魂が込められた傑作ばかりでした。



ファミリーマイホームの作品も多くのお客さんが見ていました。

。



ピンボールに夢中になるノブヨシさん。とっても気に入ったようで何度もやっていました。



創価大が出展したコミュニケーションロボットのケビー君です。毎年みなさんに人気です。



創価大の日本舞踊サークルも出演してくれました。美しくて見とれてしまいます。



普段見慣れない日本舞踊。お客さんの関心も高かったです。



・・・・と言いましても花より団子ですね。トモコさんはクレープに夢中。



美味しそうにクレープをほおばるトシコさん。なんと乙女チックなのでしょう。キュートです。



ワイルドだろ～？　と言っていそうなテイイチさん。クレープがお酒に見えてしまうのは私だけ？



滝山エリアのリハビリ師が協力してつくった戦国滝山体操を披露しました。背筋がピンと伸びて気持ち良かったです。



みんなで集まって体操をしました。座ったままでもできますので、今度ファミリーマイホームでもやってみます。



最後のトリは、ファミリーマイホームでもお馴染みの「ことぶき太鼓」さんの登場です。



鼓動に寄せられるように多くの人が集まってきました。新曲も披露してくれましたね。



閉会式です。今年もあっという間に終わってしまった介護フェア。楽しい時間は早く感じるものです。



また来年も遊びに来てくださいね！
♪お待ちしています～

三千ワールド食べ物放浪記

連載短編小説（全三作）第二話

封筒には穴が空いていたのか？

はじめてお金を借りたのは、インドに行くためだった。理由はうまく説明できなかった。ただ、行かなければいけない気がしていた。「ねぇ、インドはね、呼ばれるものなんだよ」彼女がそう言った。あとになって、それが三島由紀夫の言葉だと知った。でも、そのことを彼女に確かめたことはない。彼女の口から出たとき、その言葉はもう彼女のものだった気がしたから。
「いくら必要なの？」彼女はそう言って、封筒を渡してくれた。中は見なかった。確認しなくていいと思った。

——✈

インドから帰って、しばらくしてから彼女に会った。渋谷のファミリーレストランだった。借りたお金は同じように封筒に入れて持っていった。食事の前に封筒を渡したくてテーブルの上に差し出すと、彼女は確認もせずにバッグにしまった。何事もなかったかのようにいつもの話が始まった。夕食は僕がごちそうした。それから、バラナシの市場で買った木彫りのブッダを渡した。渋谷の元祖仲屋むげん堂に置いてあっても、たぶん誰も気づかないような代物だった。彼女は少し笑った。「これ、どこで買ったの？」「バラナシの市場。値切ったけど、たぶん言い値で買わされた」彼女はもう一度笑った。今度は少しだけ長く。ガンジス河は、思っていたよりずっと大きかったこと。ゲストハウスのシーツは少し湿っていて帰りたくなったこと。デリーは人であふれていて、原宿の竹下通りを思い出した。そんな話をした。その間、ドリンクバーを何度もおかわりして、飲み終えたグラスが並んでいた。沈黙の後、「ロンドンへ語学留学に行くんだ」彼女が言った。「いいね」僕はそう言った。それ以上のことは言わなかった。正確には言えなかった。彼女は木彫りのブッダを両手で持って、少し傾けた。何かを確かめるみたいに。「重いね」「うん」

——

店を出ても、まだ少し時間があった。半蔵門線に乗って永田町で乗り換えて有楽町で降りて東京駅まで、少し歩くことにした。丸の内の街路樹には、もうイルミネーションが灯っていて、いちょう並木は鮮やかな黄色に染まり、アスファルトには落ち葉が重なっていた。僕たちはしばらく、何も話さず歩いた。赤煉瓦の東京駅が見えてきた。「きれいだね。秋」彼女が言った。「うん」僕はまた同じことを言った。

—— 筆者あとがき ——

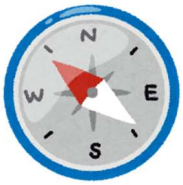
秋になると、街の景色が少しずつ変わっていきます。黄色く色づいた銀杏の葉も、やがて散り、冬を迎えます。人の暮らしも、同じように変わっていくものなのかもしれません。若い頃、誰かと歩いた道や交わした何気ない言葉。そのときは気づかなかった優しさが、何年も経ってから心に浮かぶことがあります。皆さんにも、そんな秋の思い出はありますか？





中堅施設長が夢を語る！

～　非常発電設備の設置工事②　～



先月からの続きとなりますが、ファミリーマイホームの屋上に非常発電設備を設置する工事の工程が決まりましたので、この場をお借りしてご案内させていただきます。

現在のファミリーマイホームの設備では、自然災害でライフライン(電気・ガス・水道など)の供給が停止してしまうと、1 時間程度しか非常発電による電力が確保されておりません。その後は、電気・ガス・水道がない状態でライフラインが復旧するまで、今まで備蓄していた可搬型の蓄電池や LED 照明で最低限の照明と電力を確保し、非常食・ミネラルウォーターで食事の提供、限られた排泄用品や非常用トイレの活用などで耐え忍ばなければなりません。

そこで、非常時においてもファミリーマイホームの利用者様・職員の生命・安全を確保するために、ライフラインが停止した状態でも最低 72 時間(3 日間)程度の施設内の電力を補うことができる自家発電設備を設置することと致しました。通常時の電力をすべて補うことはできませんが、各フロアのエアコンや照明の一部が稼動している、エレベーターや調理器具、医療機器が使用できる電源が確保されている状況を維持できるだけでも、生活の質は飛躍的に向上しますし、そのような状況下で業務を行う職員の負担感や作業効率にも大きく影響があります。



今回、厚生労働省や八王子市と「地域介護・福祉空間整備等施設整備交付金」の導入協議を重ね、八王子市内ではファミリーマイホームと同法人施設のファミリーイン堀之内がその交付金を活用し、当該設備の新設工事を、令和 8 年 11 月 4 日(水)から開始致します。非常発電機は稼動時に騒音が出ることが難点です。そこで、隣接する近隣住宅にも配慮し、発電エネルギーは都市ガスと LP ガスのハイブリット方式と致しました。災害が発生した直後は LP ガスを貯蔵しているガスバルブから燃料を充当し、その後は比較的復旧が早いとされる都市ガスに自動的に切り替えるシステムを導入させていただきます。工事工程としては、施設西側の駐車場から 3 階ベランダまでの足場と 3 階ベランダから屋上までに仮設階段を設置します。

翌週からは、屋上の非常発電機設置場所までのガス配管設置工事が開始となります。12 月になりましたら発電機の設置に伴う配管・配線工事を進め、中旬にはクレーンで発電機を屋上まで釣り上げての設置工事、発電機へのガス接続、稼働試験を経て 12 月末までには工事竣工となる予定でおります。工事期間中は、駐車場スペースの台数制限や施設内の部分停電、全館停電などによる面会時間の制限を行わせていただく予定です。利用者様にはご迷惑をおかけする場面もあると思いますが、皆様の生命を守るためには大変重要な工事となりますので、何卒ご理解ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

お散歩をしました！



今日は最高の天気です。こんな日は久しぶりにお散歩をしましょう。



久しぶりにお出かけする人も多かったようですね。ゆっくりお散歩しましょう。



信義さんもお久しぶりの外出だと思います。とびっきりの笑顔を見せてくれました。



嘉代子さんも久しぶり外出。気持ち良くて表情も和らぎます。



友七さんも「いい天気だね～」とおっしゃっていました。喜んでいただけたようです。



都会っ子の美奈子さんは八王子の景色は新鮮だったのではないでしょうか。



ハロウィンがやってきました！

ハロウィン











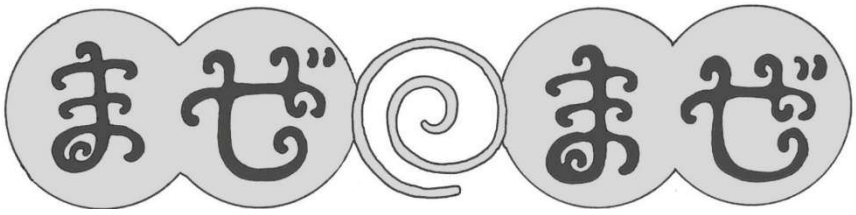


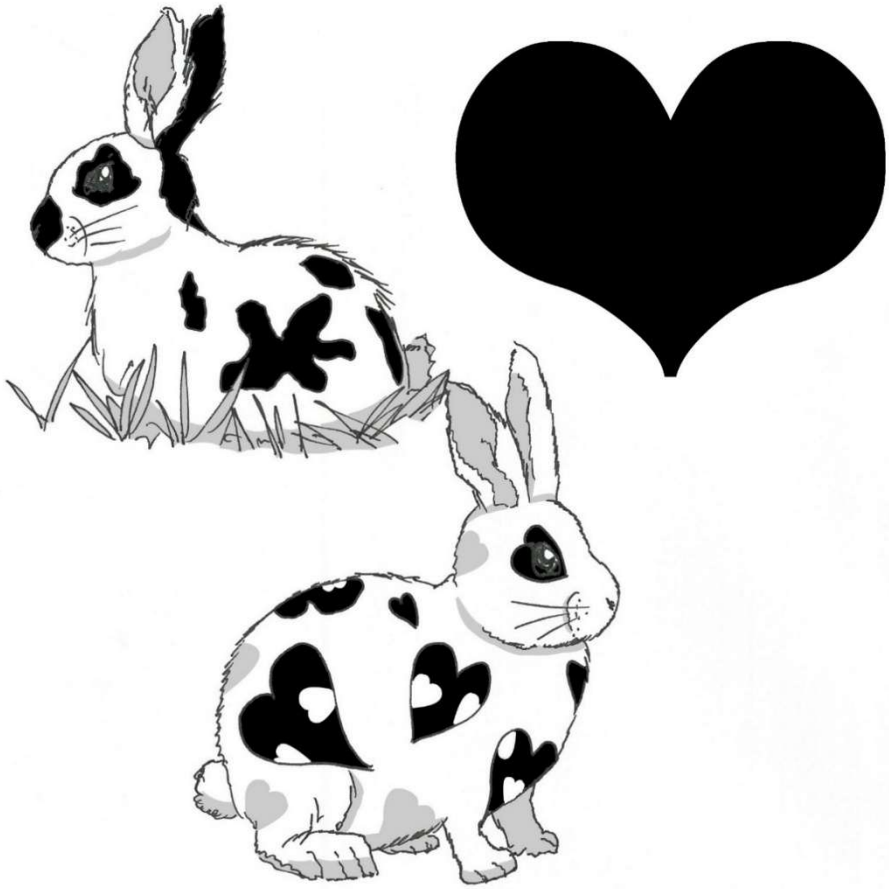
11月

11月生まれのご利用者様です！

8日にお誕生日会を行います。お楽しみに！







タイトル「うさぎ」×「ハート」

編集後記

十一月に入りますと、いよいよ年末という雰囲気を感じ取れます。仕事帰りに歩いていますと、ツンとした冷たい夜風に石油ストーブの臭いが漂ってきます。この臭いを嗅ぐと家路を急がなくてはという気持ちになります。

「　介護フェア　」　：　今年は（も）あいにくの雨模様でしたが、昨年よりもお客さんが多くて賑わっていた気がしました。地域の施設や病院のスタッフが連携して、協力して作り上げてきたイベントです。今後もその輪を大きくしてもっと魅力的なイベントにしていきたいです。

「　ひだまりコラム　」　：　入所者のみなさんはハロウィンに馴染みがない方が多いのではないでしょうか。簡単に言うと、西洋のお盆のような行事です。日本では今やクリスマスを凌ぐ大人気イベントとなってきました。ホームではハロウィン行事はありませんが、お食事やホーム内の装飾などでハロウィンを演出しますのでお楽しみにしていて下さい。

発行人	田代コーヤ	執筆者	田代コーヤ
アドバイザー	田代コーヤ		岡田ヨシハル
編集長	荒井ケイゴ	イラスト	マツ泰大
写真	コーヤ田代、荒井ケイゴ		





令和8年11月の予定



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
利用者懇談会 書道クラブ	レク体操 あきる台回診 3階 AM	高幡台歯科 診療所 am	高幡台歯科診 療所 am	レク体操 あきる台回診 1,3 階 am 居酒屋	できるかな クラブ	
8	9	10	11	12	13	14
誕生日会	レク体操 あきる台回 診3階 AM	高幡台歯科 診療所 am	高幡台歯科診 療所 am	レク体操 あきる台回診 1,3 階 am	できるかな クラブ 秋のバスハ イク②	
15	16	17	18	19	20	21
食事会	レク体操 あきる台回診 3階 AM	高幡台歯科 診療所 am	高幡台歯科診 療所 am	レク体操 あきる台回診 1,3 階 am	できるか なクラブ	
22	23	24	25	26	27	28
外出の日	レク体操 レク体操 あきる台回 診3階 AM	高幡台歯科 診療所 am	高幡台歯科診 療所 am	レク体操 あきる台回診 1,3 階 am 東京純心中学 校吹奏楽部 演奏会 P.M	できるか なクラブ 八王子市立 第一中学校 職場体験	
29	30					
	衣類販売					