# 今月の「元気」の素

## 2026（令和8年）今年はどんな年になりますか？

＊今年も庭の草むしりを続けたいです（89歳女性）
☆大好きなコンサートに沢山行きたい（76歳女性）
＊物忘れが良くなりたい（82歳男性）
☆自宅の庭の手入れを続けていたい（91歳男性）
＊ひ孫とファミレスに行きたい（75歳女性）
☆初詣に行かれると良いなあ（85歳男性
＊横になっている時間を減らしてみる（82歳男性
☆デイサービスに皆勤賞で頑張る（93歳女性）
＊今年もカラ元気でいるよ（77歳女性）　等々

【職員の今年の豊富】
💛ご利用者さんへ寄り添った支援を継続したい
💛知識を深め介護の質をより高められるよう挑戦の年にしたい
💛傾聴・声かけで小さな変化を見逃さない支援
💛健康管理・笑顔と満足を大切にした支援
💛自分自身も元気に健康第一を大切にする　等々

**希望いっぱいの1年のスタートです！**

# 今月の豆知識

【一月の満月　ウルフムーン】ウルフムーンとは、一月に見られる満月の名前です。アメリカの農事歴では、月ごとの満月にそれぞれ名前が付けられています。例えば、桜が咲く時期の４月にはピンクムーン・イチゴのミノル時期の６月にはストロベリームーンなどの名称が付けられています。これらの名称は、アメリカの先住民が満月に独自の名前を付けることで、季節の変化を捉えていた伝統に由来しています。では、なぜ一月がウルフムーンなのでしょうか。それは、夜が長く寒い時期（一月）の、静かな夜にオオカミの遠吠えが静寂を破ることから由来されたそうです。

Quality of care
（質の高いケア）

# おうちDE介護

## 通　信

2026 1月号

# 一年の計は元旦にあり

新年を迎えるにあたり、「一年の計は元旦にあり」ということわざが年頭の目標を立てる大切さを表しています。この言葉は、物事を始める際に、最初にきちんと計画を立てることが重要だという意味です。

**🎍お正月のことわざ🎍　〈意味〉**

- ごまめの歯ぎしり ･･･ 力の弱い者が、いたずらに憤慨して悔しがること。
- 田作りも魚（うお）のうち ･･･ ゴマメのような小さな魚でも魚には違いない。弱者の者でも仲間の数に入るということ。
- 餅腹三日 ･･･ 餅は腹持ちが良いことの例え。
- 初の餅を食いたい ･･･ 人間は初物を好むということの例え。
- 一升の餅に五升の取り粉 ･･･ 主になるものよりそれに付随するものの方が多いこと。
- 餅と酢は家に似る ･･･ その家の好みにより、特有の味や形が出来るということ。
- 搗いた餅より心持ち ･･･ 搗いた餅をごちそうしてもらうのは嬉しいが、それをもてなしてくれた心遣いが嬉しい事。

**😊四字熟語😊**

- 有言実行：言ったことは必ず実行すること。
- 初志貫徹：最初、子悪露に決めた志を最後まで貫き通すこと。
- 馬頭成功：迅速な成果や目標達成を象徴し、新年の抱負や挑戦を後押しする言葉。
- 万里一空：一つの目標に向かってひたすら努力し続けること。

今年も皆様にとって 良いお年になりますよう

本年も宜しくお願いいたします

・デイサービス
・訪問介護
・居宅介護支援


〒258-0019 足柄上郡大井町金子947-3
TEL.0465-20-7827
FAX.0465-20-7826
ホームページ https://ouchidekaigo.net


## "Quality of ケア"

- か　快適な在宅生活のためのケアに努めます
- い　いつも笑顔と誠実さを忘れません
- ご　ご挨拶・マナーは基本
- の　能力ＵＰ（技術の向上）に努めます
- 質　質の高いケア・・・おうちDE介護

**＊介護に関するご相談承ります**
**お気軽にお問い合わせください＊**

## 12月のデイ / レクリエーション

☆☆趣味の時間
🎄クリスマスパーティー
歌謡舞踊　楽器演奏
🎅🎄サンタクロース来訪
☆歳忘れパーティー
喜劇鑑賞　演芸鑑賞　合唱
＊コグニサイズで名前を覚えましょう＊等々
♪見学・御参加もお待ちしてます♪