



今年も残すところ僅かとなりました。12月は別名『師走』とも言います。忙しく慌ただしく走り回るイメージがありますが、今年はコロナ感染症の影響で様々な制限があり、例年とは異なる年末になりそうですね。

さて、12月の別名ですが、他にもありますのでいくつか紹介いたしましょう。

**極月**(ごくげつ、ごくづき)、**窮月**(きゅうげつ)、**限りの月**(かぎりのつき)、**晩月**(ばんげつ)は、一年の最後の月であることを意味しています。

**年積み月**(としつみづき)、**年満月**(としみつづき)は、一年の締めくくりの月であり、様々な想いで個々が一年を満たしていく月を意味しています。

**三冬月**(みふゆづき)は冬の三ヶ月、10～12月の三番目の月という意味です。

**乙子月**(おとこづき)の乙子とは末子を意味していて、12月を表します。

**梅初月**(うめはつづき)、**春待月**(はるまちづき)は、梅が咲き始めるころの月で、春への期待が込められています。

変わった呼び名は**建丑月**(けんちゅうげつ)です。「建」は「建す＝おぎす」と読み、北斗七星の取手部分を指します。取手の部分が十二支の丑の方角(午前2時・北北東)を指すので、**建丑月**となりました。



いかがですか、12月だけでも様々な呼び名がありますね。他の呼び名を考えてみるのも面白いですね。

何かと不便の多い今日ですが、皆様が平穏無事な年末年始を過ごされますように…

## セカンドライフサポート

今年も大勢の皆様からいろいろなご相談をいただき、そのお手伝いをさせていただきました。誠にありがとうございました。

今年はコロナ感染症の影響で勉強会等を開催することができませんでしたが、来年は、状況を見ながら感染症対策を取り、イベントや勉強会を企画してまいりますので、お気軽にご参加ください。

どうぞ皆さま、お体に気を付けて健康にお過ごしください。来年もよろしく願いいたします。



セカンドライフサポート担当: 高橋

水本グループ  
介護支援スタッフが様々な情報をお届けします！

有料老人ホーム百万石本宮Ⅱ号館

## 10月、館内は賑やかに 飾られました！

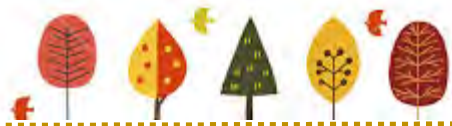


毎年ハロウィーンの時期になると、いちご保育園の園児達が愛らしい衣装に身を包み、Ⅱ号館に遊びに来てくれます。入居者の皆様は園児達との交流を心待ちにしておりましたが、今年はコロナウイルスの影響で中止となってしまいました。そこで、今年は施設内にハロウィーンの装飾・仮装を施し、雰囲気味わっていただくことにしました。コロナウイルスが沈静化し、来年こそは愛らしい園児達に会えることを願っております。



寒さが一段と増し、体を動かすことが億劫に感じられる今日この頃。そんな中、Ⅱ号館の長い廊下を利用して歩行練習、運動不足解消に努めている入居者様もおります。日々の生活の中で活動性を高め健康維持を意識し、いつまでも皆様が元気に過ごせるようご支援致します。

Ⅱ号館の周辺はスーパーや複合施設があり利便性が良いと好評です。以前は入居者様と一緒にドライブで博物館や回転寿司に行ったこともありました。現在はコロナウイルスの影響で外出自粛となり、入居者様にはたいへんご不便をおかけしております。一刻も早く平穏な日々に戻れることを入居者様・職員一同、心から強く願っております。



<編集後記>

### 日報駅伝

今年も日報駅伝の応援に行ってきました！マスクを着用し、ソーシャルディスタンスが保てる場所で応援しました。沿道に立ちしばらくすると、白バイに先導されて高校生ランナーがやってきました。スタスタと軽い走り、蹴上げた足はお尻まで届いています。足の軽さが羨ましい！一方、一般のランナーは筋肉がしっかりしていて力強い走りです。目の前を通り過ぎるランナーに心の中で「ガンバ！」と叫び、背中が小さくなるまで拍手を送りました。間近にランナーの応援ができる日報駅伝からは毎年“元気”をもらいます。感染症対策を講じ、開催していただいたことに感謝いたします。来年はランナーに大きな声援を送ることができますように。



株式会社 水本 セカンドライフサポート係  
〒028-3615 岩手県紫波郡矢巾町南矢幅 6-606

お気軽にお電話ください。

TEL.019-697-1500