

# うるおい



題字は職員 伊藤 です

## 第285号

編集・発行 ケアハウス 清水苑  
福井県福井市大森町第7号1番地  
TEL (0776) 98 - 5790  
FAX (0776) 98 - 5780  
<http://www.shimizu-en.info>  
E-mail : [info@shimizu-en.info](mailto:info@shimizu-en.info)

# 秋の月を眺めてみよう



### 滝廉太郎作詞作曲「秋の月」

光はいつも かはらぬもの  
ことさら秋の 月のかげは  
などか人に ものを思はする  
あゝなく虫も おなじこゝろか  
こゝろかなしき

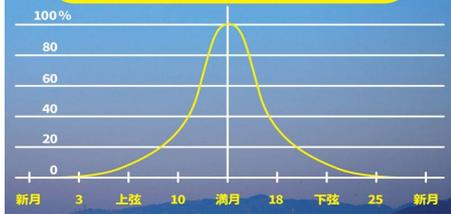
●滝廉太郎が20歳という若さで書き上げたこの作品は、組歌「四季」のうち秋の情景を描いた曲である。「四季」のうち作詞まで滝廉太郎が手掛けたのはこの曲のみです。「光はいつも変わらないが、とりわけ秋の月はなぜか人にものを思わせる。ああ、鳴いている虫も同じ心だろうか。声のなんと悲しいことだろう…。」

●組曲『四季』を作ろうと決めた瀧は、各季節の「春」と「冬」の詩は、すぐに決まりましたが、「夏」と「秋」の詩の執筆者は、なかなか決まらなかったようです。そこで瀧は、音楽学校時代の2年先輩の東くめ（久米子）に相談した結果、東が「夏」、瀧が「秋」の詩を担当することになりました。でも、なかなかいい詩ができず、悩んだ末、家人に相談をしたようです。瀧は、義兄 大吉の妻タミが詠んだ短歌を見せてもらい、その歌からヒントを得て「秋」の詩を書いた、といわれています。タミが詠んだ句は、秋の夜の情景を歌ったもので、次のような内容です。

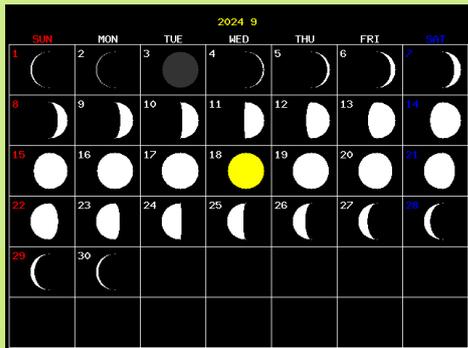
「ブルー音符月ごとに月の光はかわらねどあはれ身にしむ秋の夜の月」

瀧は、煌々と照り輝く秋の月を、まぶたに思い浮かべたのでしょうか…。それとも、秋の月がかもす寂しげな雰囲気、心を揺さぶられたのでしょうか…。一気に詩を書き上げ、武島羽衣（「花」の作詩者）に詩のよしあしをみてもらったともいわれています。瀧が作った詩は、哀愁に満ちた秋の月の風情を、抒情豊かに、心にしみいるように歌いあげています。

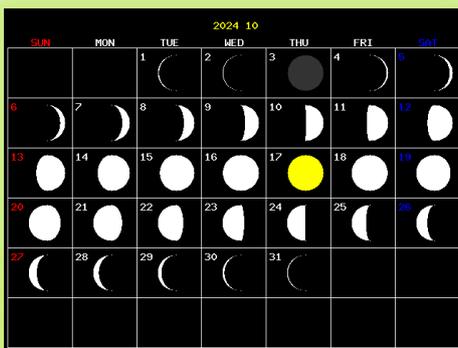
### 月齢と明るさの関係



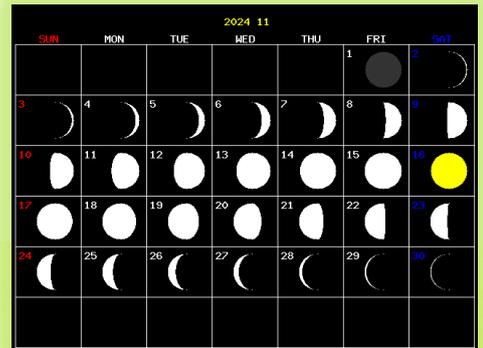
満月の明るさは約0.25lx(ルクス・照度)になります。0.25lxとは、およそ20m先に置いた100ワットの白熱電球に照らされる明るさになります。かつての平安貴族は満月の夜は朝まで宴に興じたといえます。



新月 3日 10時 55分  
半月(上弦) 11日 15時 6分  
中秋の名月 17日  
満月 18日 11時 35分  
(コーンムーン)  
半月(下弦) 25日 3時 50分



新月 3日 3時 49分  
半月(上弦) 11日 3時 55分  
満月 17日 20時 27分  
(ハンターズムーン)  
(スーパームーン)  
半月(下弦) 24日 17時 3分



新月 1日 21時 47分  
半月(上弦) 9日 14時 56分  
満月 16日 6時 29分  
(ビーバームーン)  
半月(下弦) 23日 10時 28分

### ◆次の月食は？

2024年には日本で見える月食はありません。

### ◆今年の中秋の名月はいつ？

2024年の中秋の名月は、2024年9月17日(火)です。

### ◆中秋の名月とは？

旧暦8月15日の夜に見える月を、中秋の名月といいます。

### ◆スーパームーンとは？

スーパームーンとは、1年のうちで、いちばん大きく見える満月のことです。

(とはいえ、天文学的な定義があるわけではありません)

スーパームーンは年に1回ありますが、スーパームーンの前月の満月も、同じくらい大きく見える満月です。満月は多くは月に1回ですが、月の周期は29.5日のため、ごくたまに月に2回満月になる時もあります。その月は「ブルームーン」と呼ばれています。

### ◆満月と新月の違いは？

満月は、月が太陽の光を受けてまんべんなく反射するため、欠けることなくまん丸の状態で見られる月のことをいいます。

新月は、地球から見て月と太陽の方向が同じになり、月から反射した太陽の光が地球に届かないため、地球から月が見えない状態です。



### ◆「中秋の名月」 秋の月はなぜきれいに見える？

満月は1年中見られますが、秋の月は最も明るくきれいに見えるので中秋の名月と呼ばれています。なぜ秋の月がきれいに見えるのかというと、秋は1年の中で空気中の水蒸気量が少ない時期なので、月がぼやけずにくっきりと見えるためです。

### ◆日本ではウサギ。世界では月に何を見ている？

お月様といえば、古来から日本人は月の模様を餅をつくウサギに見立ててきました。月見の文化は中国から伝来しましたが、中国では薬草を挽いているウサギの姿を、日本に近い韓国では日本と同様に餅つきするウサギを見ているのだそうです。ヨーロッパでは、片手を上げているカニや本を読んでいる女性に見立てます。人間は地域や文化によって、月の模様をさまざまなものになぞらえてきたのです。

### ◆秋の夜長に。。。

まだまだ残暑厳しい時期ですが、秋は四季の中でも夜が一番長い季節です。秋にしか見れない、1年で1番美しい月をぜひ、皆さん眺めてみてください。

# 第187回 皆様への問いかけ

## “新しいお札”

2024年7月3日 新しいお札が発行されました。皆さんもすでにお手元にあるかと思いますが、いかがですか？  
 新しい一万円札には、「渋沢栄一」（生涯に500もの企業の設立に関与したといわれる実業家）新しいお札5千円札には、「津田梅子」（日本最初の女子留学生の一人であり、女子英学塾、現在の津田塾大学を創立した教育家）新しいお札千円札には、「北里柴三郎」（世界で初めて破傷風菌の純粋培養に成功し、私立北里研究所を創立した細菌学者）になっております。それぞれに日本のために素晴らしい貢献をされていらっしゃいます。知れば知るほどと凄い方々ですね。  
 裏面のデザインは、日本を代表する歴史と伝統、美しい自然、文化などを採用しています。  
 大きさは今までのお札（平成16年発行）と変わりありません。がなんとなく違和感がある方も多そうです。  
 お札を新しくする目的は、偽造対策の強化とユニバーサルデザインの向上です。偽造対策として新しいお札には、主に「すき入れ」（すかし）と「ホログラム」に最新の偽造防止技術を採用しています。「ホログラム」には、立体的な肖像画が左右に回転するデザインの「3Dホログラム」を採用し3種類全てに貼ってありますこの技術が導入されたお札は、世界初となります。  
 今回発行されたお札は、素晴らしい技術が導入され見た目にもガラリと変わりました、なかなか馴染めない方も多そうですが、私は、世の中が大きく変わった事に喜びを感じる日々です。 【 N.T 】



# 理事長の呟き #176

2024年のお月見は、9月17日（火）です。お月見とは、1年の中で最も空が澄みわたる日に美しく明るい月を眺める行為のことで、「十五夜」とも言います。月の満ち欠けも15日周期ではない為、十五夜も満月も1～2日ずれるとされています。天気次第ではありますが、月を眺めて癒されたいと思っております。

文責 山本

## 風通しの良い職場

職場とは、数多くある組織の中でも、常に顔を合わせる直接的なコミュニケーションを取れる少人数の集団のことを言います。



風通しが良いとは、意見や考えを遮るものがない状態を示す比喻表現です。つまり、立場に関係なく自分の意見を主張しやすく、コミュニケーションがスムーズに進むような環境のことです。

具体的には、関係性がフラットであることや、上の立場の人たちが、職員の声を真摯に聞く姿勢を持っている職場の環境が、風通しの良さと言えるでしょう。つまりは、職場の人間関係をベースに、業務上のコミュニケーション及びコミュニケーションスタイルが心地よく淀みなく風のように通っている状態といえます。

### 🍀 風通しの良い職場の特徴として社員間でコミュニケーションが活発である 🍀

① まずは、社員間のコミュニケーションが活発であることです。コミュニケーションが円滑に取れていることで、業務で分からないことがある場合や、トラブルの際に、立場を気にせず気軽に相談することができるでしょう。

② また、会話はもちろんですが風通しの良い職場は挨拶もコミュニケーションの一環として意欲的に取り組んでいます。全員が明るく挨拶を交わすことで、活気が全体に広がり、職場全体の雰囲気も和やかで、明るい印象を持つことができます。さらに、コミュニケーションが活発な職場では中途や新入社員など、まだ経験が浅い人が相談やわからないことを聞きやすくなり心理的安全性が高くなります。

③ 互いを信頼し受け入れ合っているのであれば「これを言ったら周囲に責められるのではないか」などの懸念を抱く必要がないのです。

このような社員間のコミュニケーションが活発に取れており、心理的安全性の高い環境があることが風通しの良い職場と言えるでしょう。

④ 近年、メディアでも頻繁に報じられるようになった介護従事者による高齢者虐待。様々なケースに目を通して思う事は、風通しの良い職場環境なら大きくなる前に沈静化出来たのでは、虐待にならなかつたのではと感じた事です。清水苑は活発すぎてうるさく感じる時もあるかも知れませんが、風通しの良い職場を職員全員で築き継続していきます。

（山本GS.心の一句） 『挨拶から コミュニケーション 広がる輪』

参考資料 風通しの良い職場とは？特徴と目指すための具体的な施策