

# 金沢 ショート ステイ ニュース

## 2025-26冬

### 二. 年の終わりを表す言葉の変化

「年果つ（としあつ）」や「四季の果つる月（しあつ）」、「為し果つる月（しあつ）」といった、一年の終わりを意味する言葉が変化して「しあす」となり、後に「師走」の漢字が当てられたという説です。

### 三. 神社の御師が走り回る説

神社の御師（おし）が年末に全国を巡って、お札を配るために忙しいよいよ師走ですね。

「師走」とは、旧暦の十二月を指す言葉で、現代では新暦の十二月にも使われ、年末の慌ただしい時期を意味します。

### 師走の語源と由来

師走の語源には諸説ありますが、最も有力なのは以下の三つです。

#### 一. 僧侶が走り回る説

年末に各家庭で法事が行われ、僧侶（師）がお経をあげるために忙しく走り回る様子から「師馳す（しはす）」とり、「師走」の漢字が当てられたという説です。

- 極月（ごくげつ）… 一年の終わりを意味します。
- 限りの月（かぎりのつき）… 一年の節目を表します。
- 除月（じよげつ）… 旧年を払い除く月という意味です。

年末に各家庭で法事が行われ、僧侶（師）がお経をあげるために忙しく走り回る様子から「師馳す（しはす）」とり、「師走」の漢字が当てられたという説です。

### 説

舌の運動は食事においてとても大切な要素です。お正月でお餅を食べる機会もあるでしょうから、以下の訓練を行うことで舌の筋力がつきます

- 舌を上下に動かす
- 舌を前後に動かす
- 舌を左右に動かす
- 各十回ずつ三セット実施して下さい。

ご自分でできない方は、ご家族の方が、手袋を着用し他動で行って下さい。

### 改めてのお願い

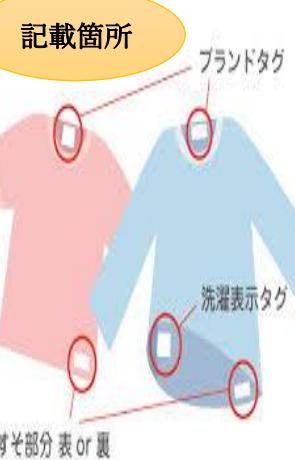
衣類へのお名前や記載をお願い致します。季節柄、冬衣類の追加等おあります。季節柄、冬衣類の追加等おあります。季節柄、冬衣類の追加等おあります。



### 豆知識

#### 摂食・嚥下について

舌の運動は食事においてとても大切な要素です。お正月でお餅を食べる機会もあるでしょうから、以下の訓練を行って下さい。



### 記載箇所

金沢ショートステイセンター  
横浜市金沢区能見台東2-12  
045-790-11620