

CONNECT

MOE フリーマガジン | 155 | November 2025

モエトピックス

カルチャー活動「万華鏡作り」

施設からの取組報告

MOEインフォメーション

地方創生に関する包括連携協定を
締結しました

うちの施設のNo.1はこれ！

全職員でつくる「企画食」が、No.1！

CONNECTクッキング

シンプルな煮物が、美味しい！ふろふき大根

特別喫茶『しあわせカフェ』散歩

今月のスイーツはコレ！

「みれい華」札幌カタラーナ スペシャルいちご

もえっこクラブ通信

もえっこクラブ おびひろより

CONNECTフィットネス

身近なタオルで肩こり解消！



MOE
MOE GROUP

カルチャー活動「万華鏡作り」

老人保健施設 モエズガーデン小樽

小樽市内で自然体験・製作体験活動を行う団体 O-garu(オーガル)さんとのコラボ企画として、カルチャー活動の一環で「万華鏡作り」を行いました。キットを使って本体を組み立て、その中に入れるのはモエズガーデン小樽のガーデンに咲いているお花やハーブなど、身近な自然の素材です。どんな色合いにしようか、どんな形がきれいに見えるかを考えながら、皆さん思い思いに作業を進めていきました。完成した万華鏡をのぞき込むと、光を受けて無数の模様が

きらめき、「わあ、きれい!」「こんなふうに見えるんだね」と笑顔があふれます。同じ素材を使っても、一人ひとりの感性によってまったく違う表情の作品が生まれ、まさに“個性が咲いた”時間となりました。

制作のあとはお互いの作品を見せ合いながら感想を伝え合う姿も見られ、会場は和やかで明るい雰囲気に包まれました。

自分の手で形を作り、光の中に色を見つける喜びを味わえる、心がほっと温まるひとときとなりました。



MOEからのお知らせ

9月14日(日)、フルールハビネスはばろにて敬老会を開催致しました。今回は賀寿対象の利用者様が3名おり、当施設からの記念品や水戸社長からの祝辞もいただき、大変喜ばれておりました。これからもお元氣でお過ごし下さい。(住宅型有料老人ホーム フルールハビネスはばろ)

施設からの 取組報告



公式WEBサイト

MOE
MOE GROUP

ご見学などのお問い合わせは TEL 011-771-7888 担当:高橋

グランジェMOE 篠路 敬老会

9月13日に敬老会を開催いたしました。施設長より感謝状と記念品の贈呈を行い、最後の白寿の利用者様に「99歳なんてがんばったねえ」と拍手喝采。その後、今年を振り返るスライドショーを観覧し「あ、私出てる!」と盛り上がりました。皆様、おめでとうございます!



ご見学などのお問い合わせは TEL 0125-62-3546 担当:千種

上砂川町立特別養護老人ホーム はるにれ荘 炉端焼き

9月24日、晴天にも恵まれ、中庭にコンロを設置しホタテ・鳥くし・ホッケ・アスパラベーコンやつくねを炭火で焼き上げる炉端焼きを行いました。やはり、炭火は火力が大きく遠赤外線効果で中まで熱が浸透し美味しく焼きあがるのが魅力です。利用者様も食が進み、「美味しい」との声が多数聞かれました。



ご見学などのお問い合わせは TEL 011-612-0310 担当:土屋

グランジェMOE 山の手 しあわせカフェ

9月から「しあわせカフェ」という企画をはじめました。今までの「お茶会」とは少し違い「特別喫茶」として地域の名産物の和菓子や洋菓子を提供させていただきます。今月は、みれい菓の【札幌カタラーナ スペシャルいちご】です。普段と違うメニューや雰囲気、利用者の皆様にも楽しんで頂けました。



MOEからのおしらせ

今月は秋らしい作品づくりを行いました。お花紙をまるめてひとつの絵を作っていたのですが、製作物は女性利用者様が多いイメージでしたが、今回は男性利用者様の貢献度も高かったです。手先を使う作業は脳への刺激となるので皆さまにお声かけし参加いただいております。(デイサービスセンター 萌 かみすながわ)

地方創生に 関する包括連携協定を 締結しました

株式会社MOEホールディングスは、2025年10月22日、北洋銀行と「地方創生に関する包括連携協定」を締結しました。本協定は、北海道における介護・福祉事業の持続可能な提供体制を構築し、地域で安心して暮らせる社会の実現を目指すものです。

本協定を通じて、私たちMOEグループが目指す「地域に根ざした介護」の取り組みを、より広く、より深く推し進めていく大きな一歩となります。

今後も多様な連携を通じて、北海道の発展と地方創生に貢献してまいります。

介護事業者の事業継承・連携に関する相談窓口

☎ 0120-568-088



(写真左から) 株式会社MOEホールディングス 代表取締役会長兼CFO 水戸繁男、代表取締役社長兼CEO 水戸康智、株式会社北洋銀行 取締役頭取 津山博恒、専務執行役員 本店長 水本健一

This is the best in our facility!

うちの施設のNo.1はこれ!

「うちの会社でNo.1じゃないかな?」「他の施設には負けていないな!」
という、コト・モノ・ヒトをご紹介します!

介護付有料老人ホーム

フルールハピネスななえ

全職員でつくる「企画食」

No.1!



フルールハピネスななえの誇るNO.1の取り組みは、毎月開催される「企画食」です。この企画食は、ただの特別メニューではありません。栄養課だけでなく、介護課、事務課など、施設全職員が一丸となってアイデアを出し合い、話し合いを重ねて内容やメニューを決定しています。まさにチームワークの結晶です。メニューの決定にあたっては、入居者様へのアンケートや日々の聞き取りを通じて、皆様の「食べたい」「懐かしい」「楽しい」といった声を反映できるよう心がけています。その結果、入居者様からは「毎月の企画食が楽しみ!」「いつもと違う雰囲気です。食事が楽しめる」「まるでお店にいるみたい」といった嬉しい声が多数寄せられています。食事スペースの演出にもこだわりがあり、栄養士を中心に、ウエルカムボードやポスター、メニュー表、季節感あふれるデコレーション、BGMなどを工夫し、五感で楽しめる空間づくりを行っています。また、体験入居やお食事体験会など、外部の方をお招きする機会も設けており、フルールハピネスななえの「食の魅力」を広く知っていただく取り組みも進めています。食事は、健康だけでなく心の豊かさにもつながる大切な時間。フルールハピネスななえでは、これからも「企画食」を通じて、入居者様に笑顔と感動をお届けしてまいります。



MOEからのおしらせ

芸術の秋ということで、色鮮やかな紅葉を作って飾ることを考えました。「紅葉狩りに行きたくなるね。」と会話しながらおりがみをちぎって貼り、赤色やオレンジ色、黄色をそれぞれのイメージで紅葉をつくっていきます。指先や頭の運動にとってもいいですね。完成した作品は各階ホールに飾らせていただきます。(介護付有料老人ホーム フルールハピネスみなと)

CONNECT

クッキング

シンプルな煮物が、美味しい! ふろふき大根

大根の美味しい季節になりました。大根は5月～6月が旬の春大根と、11月～2月が旬の冬大根があります。冬大根は春大根よりも甘み強いのが特徴で、やわらかく、煮物に適しています。大根は消化を助けたり、便秘が改善しやすくなる食物繊維や、免疫力を高めるビタミンC、むくみが改善しやすくなるカリウムなどの成分が含まれており、栄養価の高い食材です。また、低カロリーで満足感があるため、ダイエットに適した食材です。今回は煮物料理の定番、ふろふき大根をご紹介します。



POINT

大根の部位による適した料理

上部：辛みが少ないため、サラダやおろしなど

中央部：やわらかく、甘みがあるため、煮物やおでんなど

下部：硬く辛みが強いため、漬物や汁物など

美味しいですよ!



新ひだか町立特別養護老人ホーム 静寿園
管理栄養士

小野寺 美絵子

材料(3～4人分)

大根	2/3本
昆布	3～4cm
白いりごま	適量
刻みゆず	少々

【味噌だれ】

味噌	大さじ4～5
酒	大さじ2
みりん	大さじ1

作り方

- 1 大根は皮ごと2.5～3cmくらいの輪切りにカットして、厚めに皮をむく。味のしみ込みをよくするため片面に十字に切り込みを入れる。
※大根が太かったり、加熱時間を短縮したい時は半分にカットしてもOK
- 2 鍋に水と昆布を入れて、5～10分ほど置く。昆布を入れた鍋に大根を入れ、しっかりかぶるくらい水を入れて中火にかける。沸騰したら弱火にし、30分～40分ほど加熱する。
- 3 味噌だれを作る。鍋に調味料を入れて混ぜ合わせてから中火にかけ、沸騰したら弱火にし、ドロツとしたとろみがついたら白いりごまと刻みゆずを加えて混ぜ合わせる。
- 4 大根に竹串をさしてすっと通ったら火を止め、器に盛り付けし、味噌だれをかけて完成。



MOEからのおしらせ

今回ご紹介したいサークルは「折り紙サークル」です。折り紙は、忍耐力、集中力を高める効果があります。参加している皆様が真剣に折り紙を折られている姿を見て、いつも皆さまの集中力に驚かされます。作品が完成した後は、「難しかったけど楽しかったね」「次は何を折るのかな?」などの声もきかれて、今後も楽しみにして頂けている事を嬉しく思います。(介護付有料老人ホーム フルールハビネスたきかわ)

happy
time



特別喫茶 『しあわせカフェ』散歩



MOEグループの17事業所では、月に一度、北海道を中心に全国からお取り寄せした銘菓などをご提供する『しあわせカフェ』を開催しています。旅先で出会った味、子供の頃によく食べた味を思い出して、楽しく過ごして頂けたら、という思いから実施されている人気の催しです。



今月のスイーツはコレ！

札幌市「みれい華」
札幌カタラーナ
スペシャルいちご

新千歳空港でも販売されている人気商品、昔懐かしいお菓子も良いですが、たまには新しいお菓子を召し上がって頂きたいと選びました。

来月の
スイーツはコレ！

阿寒町「南製菓」
まりもようかん

10月に行われる阿寒の『まりもまつり』は、昭和25年から行われている歴史のあるイベントです。ようかんが好きな方が多い為、割って楽しい、食べて美味しいまりもようかんを提供致します。

今月の『しあわせ』さん



カタラーナを食べるのは初めて、美味しいわね、と笑顔。



「美味しいね〜」「ランチョンマットの写真が綺麗」と好評。



「美味しい！なんていうお菓子だね？」と目をキラキラとさせてお話しされていました。



出身地が同じ方を一緒にのテーブルにご案内したこともあり、話しが盛り上がっていました。



もえっこクラブ通信

もえっこクラブ
おびひろより



“いっしょにあそぼう” ～友だちと遊びを共有する喜び～



春先にはそれぞれが好きな遊びを楽しむことが多かった子どもたちでしたが、発達に伴い、少しずつ友だちと一緒に遊ぶことを楽しめるようになってきました。



子どもたちが大好きなのは「かくれんぼ」です。散歩先でも室内でも、「もういいかい？」「もういいよ」「みつけた！」と、可愛らしい声が響きます。



友だちと一緒に遊ぶ中では、思い通りにいかないことがたくさんあります。自分が使いたい玩具を友だちが使っている、自分の思ったように組み立ててくれない——そんなとき、自分の気持ちをどう表現したらよいのかわからず、葛藤する姿も見られます。



子どもたちにとって、他者と遊びを共有することは大きな挑戦です。夏頃には、一時保育で年上の子どもたちが来

てくれました。お兄さん・お姉さんが「だるまさんがころんだ」をする姿を見て、「オニが後ろを向いたら止まる」というルールをすぐに理解した子どもたち。「まねっこ」から、あっという間に遊びを習得していききました。

また、年上の子が「いいよ、かしてあげる」と玩具を譲ってくれる姿に触れるうちに、他者と心地よく共生するための大切なヒントをもらいました。

絵本を読むときや、ボール・ブロックで遊ぶときには、「これいっしょにやろう？」と友だちを誘う声も聞こえるようになりました。子どもたちの心に、「楽しいことを友だちと共有したい」という気持ちが芽生えています。

これからも、相手の思いに気づき、思いやりをもって接する温かさを大切に育んでいきたいです。



MOEからのおしらせ

9月お誕生日だった利用者様のお祝いをしました。歳の数のろうそくを立てて写真撮影をお願いすると、「もうこんな年だってかい？」「まだまだ若いよ。」と元気に話してくれる皆さん。撮影後は皆さんでケーキを美味しく頂きました。(グループホーム エルムの里)

身近なタオルで 肩こり解消！

介護付有料老人ホーム
フルールハピネスていね
リハビリテーション課 鈴木 美穂

運動の目的

ゆっくり動かすことにより血行がよくなります。タオルを持つことで手先まで力が入り、筋肉を動かしたり関節の可動域を広げやすくなります。タオルを両手で持つことでバランスが取りやすくなり、安定します。

期待できる効果

首や肩凝りの予防・改善、円背を防ぐ。

運動を行う時間帯

1日10回×2セット。朝・夕と分けて行っても良いです。

タオルの種類は少し長めがおすすめです。足は肩幅位が安定しやすいです。ピンと張って持つことにより、握力がつき、バランスも取りやすいです。



背伸ばし

両手は肩幅程度に開き、ピンと張りながらタオルを握ります。ゆっくり脇を伸ばすように背伸びをしましょう。

1セット10回ずつ



ポイント 前かがみになりがちな姿勢を正し、腰や背中、腕の筋肉を伸ばしましょう。

わき伸ばし

両手を前から上に上げて背筋を伸ばしてから、体を左右に倒しましょう。



ポイント 肘と背筋を伸ばして行うことが大事です。

胸張り

タオルを体の後ろに回し手のひらが上を向くように握ります。肩甲骨を背中に寄せるようにして胸を張りましょう。



ポイント 日頃縮こまりがちな首・肩・胸の筋肉をほぐし、肩こり解消しましょう。



先月の脳トレ答え合わせ

【1】

問1 ①C セキドせいざん ②D すいてきせきせん
③B ふとうふくつ ④A ふんこつさいしん 問2 努力、根性など

【2】

一	念	発	起	本
球			承	末
単	刀	直	七	転
	魂	入	八	倒
			結	

留萌市 複合型介護支援事業所 ウェルフェア萌 (留萌本社) TEL.0164-49-2258
住宅型有料老人ホーム フルールハピネスるもい TEL.0164-49-2258
認知症対応型デイサービスセンター もえんち留萌 TEL.0164-49-2258
グループホーム 萌 TEL.0164-49-2588
スパ&アクティブスタジオ MOEGYM TEL.0164-49-5221
グループホーム もえへる TEL.0164-49-5221
デイサービスセンター はーとふる TEL.0164-49-5022
MOE TRAINING CENTER RUMOI TEL.0164-43-7000

小平町 住宅型有料老人ホーム フルールハピネスおびら TEL.0164-56-8001
デイサービスセンター おびら TEL.0164-59-1210

羽幌町 住宅型有料老人ホーム フルールハピネスはぼろ TEL.0164-62-5188
デイサービスセンター はぼ〜れ TEL.0164-62-5189
グループホーム はぼ〜れ TEL.0164-62-5189

初山別村 グループホーム エルムの里 TEL.0164-68-1818

滝川市 介護付有料老人ホーム フルールハピネスたきかわ TEL.0125-26-5888
鍼灸院リラクゼーションスペース MOE たきかわ TEL.0125-26-5888

砂川市 神部相談センター TEL.0125-52-6761
デイサービス りんごの里 TEL.0125-52-6761
もの忘れデイ りんごの里 TEL.0125-52-6761
リハビリデイ ゆうりハ TEL.0125-52-6862
グループホーム りんごの里 TEL.0125-52-6500
ガーデン りんごの里 TEL.0125-52-3650

上砂川町 上砂川町立老人保健施設 成寿苑 TEL.0125-62-5610
上砂川町立特別養護老人ホーム はるにれ荘 TEL.0125-62-3546
デイサービスセンター 萌 かみすながわ TEL.0125-62-6530
上砂川町立診療所 TEL.0125-62-4088

美唄市 特別養護老人ホーム モエズヴィラ 美唄 TEL.0126-66-6151
地域密着型特別養護老人ホーム モエズヴィラ 東5条 TEL.0126-63-0320
地域密着型特別養護老人ホーム モエズヴィラ 東8条 TEL.0126-66-7711
ケアハウス モユル 美唄 特定施設入居者生活介護事業所 TEL.0126-63-0533
デイサービスセンター モエズヴィラ 美唄 TEL.0126-66-6151

帯広市 介護付有料老人ホーム フルールハピネスおびひろ TEL.0155-27-7575

新ひだか町 新ひだか町立特別養護老人ホーム 静寿園 TEL.0146-42-3018
新ひだか町デイサービスセンター なごみ TEL.0146-43-2811
新ひだか町立特別養護老人ホーム 蓬萊荘 TEL.0146-33-2214
新ひだか町ケアハウスのぞみ TEL.0146-32-3331
新ひだか町デイサービスセンター みついし TEL.0146-33-2881
新ひだか町デイサービスセンター あざみ TEL.0146-44-2021

苫小牧市 住宅型有料老人ホーム フルールハピネスとまこまい TEL.0144-84-1212
デイサービスセンター フルールハピネスとまこまい TEL.0144-84-1212

恵庭市 住宅型有料老人ホーム フルールハピネスえにわ TEL.0123-34-6111
スパ&アクティブスタジオ MOEGYMえにわ TEL.0123-34-6111
グループホーム 萌 えにわ TEL.0123-39-3001

石狩市 住宅型有料老人ホーム フルールハピネスいしかり TEL.0133-62-3911
グループホーム 萌 いしかり TEL.0133-62-3911

札幌市 介護付有料老人ホーム フルールハピネスしのろ TEL.011-776-3333
サービス付き高齢者向け賃貸住宅 グランジェMOE篠路 TEL.011-771-8866
認知症対応型デイサービスセンター もえんち篠路 TEL.011-771-8878
ハイブリッドリハビリスタジオ モエスタα篠路 TEL.011-771-1212
鍼灸院リラクゼーションスペース MOE しのろ TEL.011-771-7888
サービス付き高齢者向け賃貸住宅 グランジェMOE山の手 TEL.011-612-0310
ハイブリッドリハビリスタジオ モエスタα山の手 TEL.011-632-6565
サービス付き高齢者向け賃貸住宅 グランジェMOE桑園 TEL.011-221-3100
サービス付き高齢者向け賃貸住宅 グランジェMOE南4条 TEL.011-261-8128
ハイブリッドリハビリスタジオ モエスタαプレミアム TEL.011-215-8115
介護付有料老人ホーム フルールハピネスていね TEL.011-691-3888
認知症対応型デイサービスセンター もえんち手稲 TEL.011-691-5888
鍼灸院リラクゼーションスペース MOE ていね TEL.011-691-3888
入浴特化型デイサービスセンター モエスパ北25条 TEL.011-788-9285
入浴特化型デイサービスセンター モエスパ元町 TEL.011-769-9430
MOE内科循環器クリニック TEL.011-771-6162
MOE'sキッチン TEL.011-668-5005

小樽市 老人保健施設 モエズガーデン小樽 TEL.0134-21-2555
モエズガーデン小樽 通所リハビリテーション TEL.0134-21-2555
住宅型有料老人ホーム フルールハピネスおたる TEL.0134-21-6100

七飯町 介護付有料老人ホーム フルールハピネスななえ TEL.0138-64-0022

北斗市 モエ調剤薬局 TEL.0138-74-2233

函館市 住宅型有料老人ホーム フルールハピネスはこだて TEL.0138-27-3355
デイサービスセンター フルールハピネスはこだて TEL.0138-27-3355
介護付有料老人ホーム フルールハピネスみなと TEL.0138-43-0033
デイサービスセンター 萌 だいき TEL.0138-23-0011



萌福祉サービスに関するお問い合わせは
お客様相談室で承っております。
メールにてお気軽にお問い合わせください。

✉ お問い合わせ先
sodan@moe-fukushi.com

