

【目標決定】……青柳

あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしく願いいたします。毎年、新しい年を迎えるたびに、1年は早いなぁとつくづく感じます。年が変わるたびに、



今年の自分はどうかだったろうかと振り返りますが、あつという間だからなのか、特別な変化はありません。今年こそ、運動して痩せて、体力・免疫力アップ、さらに片付けしてお部屋がキレイになれば最高！……と思っていますが、毎年この目標は達成されずにいます。ただ、(言い訳みたいですが) 自宅の片付けについては、全く進展がないわけではなく現在進行中です。「お正月休みにたくさん片付けしよう！」という意気込みも、棚2ヶ所の片付けに終わりましたが、棚が片付けば収納先ができますので、地道にがんばりたいと思います。

話はかわりますが、先日読んだ雑誌のエッセイに、興味深い内容がありました。それは、食器洗浄機を使っている家庭が、外国に比べて日本が少ないというもので、理由としては、日本の家庭で使用している食器の種類が豊富で、手洗いでないと食器をいためてしまうからということでした。手間をかけることが悪いわけではないですが、洗浄機を積極的に活用し、忙しい時には掃除のヘルパーを利用するのも手だとか。「ヘルパーは贅沢と意見する人もいますが、自分の時間が作れてストレスも減るなら、単に贅沢とは言えない」とも言っていて洗浄機を使用している整理整頓された関与先を思い出し、常に改善が必要であると勉強になりました。

これは真似できないにしても、少しでも自分の時間を増やすため、何かアイデアがないかと、とりあえず年始1つ目標を作りました。それは、今執筆中であるサンフェを3時間で作成する！です。石川

所長のように物申すこともない私は、つたない文章ながら通常1日以上かかります。内容を決めるにも書き上げるにも相当な時間を要していますので、常々時間短縮する方法を考えていました。画期的ではないにしろ、「とりあえず、タイムリミットを決めよう！」と勢いづいたのも束の間、お正月の休みの間ずっと何を書こうか悩み、1月7、8日とパソコンの前で何時間か悩み、9日書き上げています。3時間で終わらせて空いた時間に掃除・・・目標達成はまだまだ難しいです。

【新たな成年】……鈴木

皆様良いお正月を迎えたこととお喜び申し上げます。今年が成年、戊戌(つちのえいぬ)となります。成年に使われている戌には、滅(ほろぶ)という意味がありますが、このほろぶは、悪い意味ではなく、成年の前の酉年は、成長してきた草木が実を結ぶという意味があり、成年の後の亥年は、滅びた後に新たな種子ができるということで、「新たな」生命の始まりを予感させる年だそうです。

2018年は、成年の長所とされる新たな課題、新たな仕事、新たな趣味などにチャレンジしていきたいと思っています。

まず、今年も小さな目標として第一に、例年の事ですが特に健康管理を心がけたいです。昨年長年かけて発症して

しまった顎関節症ですが、リハビリをコツコツと続けて元通りにはならないのですが少しでも改善したいと思っています。あと今年も、娘と孫に振り回される年になりそうなのでぎっくり腰(今年の正月には、妻が一週間寝込んだ)にならないよう充分注意したいです。そして、三世代で旅行もしてみたいと思っています。あと、地元積極的に貢献する年にしたいです。昨年から地元公民館の会計を引き受



けていますが今年も引続き、少しでも地域のお役に立てればと思います。今年、野球観戦はもちろんの事、出来れば国技館にも出かけたいと思います。また、妻が昨年から三味線を習いたいと意欲満々で、私も何か趣味を見つけないなんて思っています。あと数年で還暦を迎えますが、自分に合った趣味を見つけることが出来るか犬のように嗅ぎ回って探そうかと思っています。

今年、いろいろなことに「新たな」課題を探す「成年」にしたいと思っています。読者の皆様、今年も一年間サンフェをどうぞよろしくお願い致します。

【充実の休日】……坂本

明けましておめでとうございます。本年もよろしく願いいたします。今年のお正月もお天気に恵まれ、元日の夕方にきれいな富士山のシルエットを見ることができ、年明け早々気分良く過ごしました。

お正月休みは、特にどこに行くでもなくのんびりとしておりました。休みの間に新しい手帳を買い、更新のために昨年の手帳を見直してみると、コンサート、美術展、観劇、観戦と、お楽しみがとても充実していたことがわかりました。今年も同じぐらい楽しめれば幸せです。これから忙しい時期に入っていきますので、現実逃避をするようにコンサートを探し、チケットを手配していくのでしょうか。一人で行くことも多く、誰かと相談する必要もないので即決です。仕事を頑張るためにご褒美を用意です。

活動的に休日を過ごしているかと言えばそればかりでなく、なーんにもしない日もたくさんありました。以前は、予定のない日をうまく使うことができなかつたように思います。休みのうちにやっておきたい用事や、気になるところの掃除など、気が乗らないのに、やらなくては、やらなくてはと思いつつ後回しにしながらだらだらして、やっとな夕方から動き出すといった具合。気持ちの上でお休みを

中途半端に過ごして、あとに残るのは一日を無駄に過ごしたという後悔ばかりでした。ある時、「今日は何もしないでだらだら過ごす」と自分にだらだら過ごすことを許したら、とっても楽になりました。充実しただらだらでした。読書、昼寝、ゲーム、好きなことを好きなように楽しみます。充分だらだらすると、今度は逆にパキパキ動きたくなるのが不思議です。

動と静のお休みで、メリハリのついた楽しい休日を過ごすことができるようになったと思います。あとは仕事にどう生かしていくかだと思いませんか？



年間目標 「一服千金」

来客者にお茶を勧め親睦を深めよう
ちょっとしたことでも価値がありますよ

確定申告が始まります！

今年も確定申告の時期がやってまいります。当事務所では、電子申告制度を活用しております。確定申告をしなければならぬ人は勿論、しなくてよい人でも申告をすれば税金が戻る場合(10万円以上医療費を支払った人、借入により住宅を取得した人、年の途中で退職した人等)があります。

当事務所では、迅速且つ正確に申告書の作成を致します。ご紹介のほどよろしくお願い致します。