

【子年総括】・・・鈴木

2020年、今年の新語・流行語大賞は「三密」でした。今年新型コロナウイルスで始まり、第三波の状況の下、新型コロナの収束の見えない一年を終ろうとしています。また残念ながら我がG党は、福岡の鷹(タカ)に一度も勝てずに悔しい年の終わり方でした。セ・リーグでは二期連続優勝をしたにもかかわらず…。是非とも2021年は、明るく楽しい流行語が選出されるよう切に願っております。

今年最後の記事ですので、私事の2020年を振り返ってみたいと思います。

まず一番うれしかったことは、実弟に新しい家族(女の子)が増えたことです。今年の春、弟夫婦から、幸せいっぱい笑顔をもらいました。これから三人で、ますます幸せになって欲しいと願うばかりです。

残念なことは、新型コロナにより実現出来なかったことがたくさんありました。今年一度もゴルフに行けませんでした。夫婦で旅行が出来なかったこと、孫たちとお泊りとか…。来年は、結婚35周年目の記念旅行にぜひ行きたいと思います。

また、反省すべきことは例年のごとく、健康面です。運動不足に関して、特に今年は深刻でした。来年こそはきちんとした運動をやりたいと思います。そして来る2021年も、例年のごとく健康第一を心がけたいと思います。

悲しみ・後悔・嘆き…今年のようなネガティブな言葉は、除夜の鐘と共に記憶から消し去りましょう。来年は、笑顔・感謝・喜び・幸せと…ポジティブな言葉がたくさん出来るような年にしたいですね。

○来年はもっと明るく笑顔でいこう。

○来年はもっと感謝していこう。

○そして、来年はもっともっと喜んで幸せになりましょう。

では、このような決意と共に新しい年を迎えましょう。

最後になりましたが今年も一年間、私の個人的な記事にお付き合い頂き、ありがとうございました。子年も残り少なくなりましたが、皆様良いお年をお迎え下さい。



【ラジオ体操の大切さ】・・・小倉

光陰矢の如しと言いますが、時間がすぎるのは速いもので、一年があっという間です。

先月から市の体操教室に通い、その中で基本でもあるラジオ体操をやりました。当事業所も毎朝行っていますが、ラジオ体操の運動強度は4.0メッツで卓球やパワーヨガと同じ数値であり、本気でやると筋肉痛になることもあるとのこと。普段やっていることであっても、二番目の体操でかかとをあげるとか知らないこともあり、しみじみラジオ体操の大切さを知らされました。動くことが少なくなってきた分、せめて毎日の体操は、しっかり取り組みきちんとやっていきたいと思います。

今年を振り返り、新型コロナウイルスは、まさに青天の霹靂、誰もが予想もしてなかったことと思います。その中で気づきや考えさせられることもたくさんありました。人との交流や接触の制限、金銭面等、今まで漠然と考えてきたことを先のことまで考えるきっかけにもなりました。不測の事態が起きても柔軟な気持ちや生活力は大切なことです。

あるテレビドラマで「どん底に大地あり」という言葉が使われていました。

その時に人々を勇気づけるのが「希望」だということでした。今まさに明日への希望、そして新年への期待が必要で、人を大切に、みんなで支えあい、寒さも本格的になり、更に感染者が増えてきていますから、今一度、気を引き締めて、この危機を乗り越え希望に満ちた年を迎えたいと思います。



【慌ただししい師走に思うこと】・・・手塚

この時期は、例年であれば宴会や集まりが多く、仕事の数だけ、打ち上げや忘年会があることでしょう。

それが今年には新型コロナウイルスの影響で自粛または縮小する会社も多く、例年とは違った師走になるのではないのでしょうか。

いつも師走は慌ただしく、肝臓が休まる暇(いとま)はないという方には健康に目を向けるいい機会と捉えては如何でしょうか。

最近では忘年会を断ることが少々増えました。別に偉くなったのでも、人が嫌いになったのでも何でもありません。歳を重ねて気づいたことなのです。

人生の残り時間には限りがある。明日終わるかもしれないのだから、晩餐を共にする時間をもっと大事に考えよう。疲れきるなら、むりはやめよう。参加するかしないかで変わるような人間関係があるとしたら、それはとても薄っぺらなものです。

絆の本質は、そんな表面的なもので左右されるものではない。

旅をしながら色々なところで自然の美しさに触れた時、自分自身も無理のない自然体で生きていけたらと歳を重ねるごとに思っています。

好きな曲に「歳をとるほどに透き通っていく場所がある」という意味のことを歌ったものがある。それを聴いたとき、ああそうだなあとしみじみ思った。

荷物を少しおろして身軽になったとき、きつとみえるものがある。

歳をとるほど何事もシンプルに、透き通っていく。そんな生き方ができたら素敵だなあと。

まだまだ旅の途中で、とても上手にシンプルには生きられないけれど、目指すゴールはそこに定め、少しずつ整えていきたい。

いつの間にか持ち物が増えている。持っただけでも使わない物や服も結構ある。

難しいけれど、まずは持ち物や新年のスケジュールを見直すところから始めてみようか。

見過しがちだったり、忘れかけていた大事な宝物を、これからは丁寧にすくいとっていけたらと思います。来年もどうぞよろしく願いいたします。



年末年始休暇のお知らせ

12月29日(火)～1月4日(月)

よろしく願いいたします。