

# 令和8年1月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
12/28	12/29	12/30	12/31	1	2	3
	コミセン休館	コミセン休館	コミセン休館	元日 コミセン休館	コミセン休館	コミセン休館
4	5	6	7	8	9	10
	文書配布 ・コミセン仕事始め ・健康マージャン	・ゆめひろば	古紙回収 ・空き瓶 ・はびトレ	・いきいき健康教室	破碎ゴミ ・年賀の集い準備 ・スポ協(テニス)	・年賀の集い ・鷹巣TTC
11	12	13	14	15	16	17
	成人の日	・太極拳 ・お作法教室	古紙回収 ・はびトレ ・コスモス句会 ・自治協会正副会長会	・あいさつ運動 ・いきいき健康教室	埋立ゴミ ・スポ協(バド)	・銭太鼓 ・鷹巣TTC ・びよっこ教室 ・民児協 ・鷹巣カローリング
18	19	20	21	22	23	24
・ポイ捨てパトロール (中地区)	・スポーツ吹矢	広報配布 ・太極拳	古紙回収 ・はびトレ	・いきいき健康教室	破碎ゴミ ・フィットネスフラダンス ・スポ協(テニス)	・銭太鼓 ・鷹巣TTC
25	26	27	28	29	30	31
		・太極拳	古紙回収・ペットボトル ・はびトレ		・市長とまちづくりミーティング ・フィットネスフラダンス ・スポ協(バド)	・銭太鼓 ・鷹巣TTC ・ひだまりルーム ・パステルアート
2/1	2/2	2/3	2/4	2/5	2/6	2/7
・すこやか青少年部会	・見守り活動(東) ・あいさつ運動 ・健康マージャン	・太極拳 ・お作法教室	・はびトレ	文書配布 ・いきいき健康教室	空き瓶 ・スポ協(バド)	・銭太鼓 ・鷹巣TTC ・びよっこ教室 ・卓球大会練習日

## 『冬型』転倒事故に注意！！

冬季に発生する転倒事故は、後方に激しく転ぶことが多く、骨折など重症化する傾向にあります。冬は寒さで筋肉や関節が固くなっているため、出かける前に軽いストレッチをしましょう。また、万が一の転倒に備え、両手をフリーにし、ニット帽を被ることで重症化を防ぎましょう。



### ＜ハナミズキ＞

新年あけましておめでとうございます。

今年の干支は「馬」。馬に関する言葉は「勝ち馬に乗る」をはじめ、「馬車馬のように働く」など、一心にゴールを目指して進むさまをイメージしたものが多いです。

馬は走りぬく、力強い、勝利を目指すといった、よい意味でつかわれることが多い動物で、馬の勢いは挑戦心を強めると言われます。新しいことに挑む人が増え、社会全体に活気が生まれやすくなる年だそうで、令和8年が鷹巣地区にとって、皆様にとって活気ある年であることを心から願います。

さて、私は毎日朝ドラを楽しみに見えています。中でも主題歌の「笑ったり転んだり」が大好きで、「日に日に世界が悪くなる・・・」という歌詞とドラマのあらすじは、今の時代情勢に思いの外マッチしていて、何度聞いても歌詞に自分の思いを馳せながら聴いています。借金でどん底になっても家族仲良く立ち上がり、いつも笑って乗り越える姿には朝から幸せな気分になれます。ドラマの中で流れ、ずっと私の心に染み入るように入ってきた歌。歌の持つ力、素晴らしさに改めて感謝感動です。

皆様にとって穏やかで笑顔あふれる一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。(J.Y)

