



”たすけあいあさひ”引越しました



「Dayあさひ」の移転12月3日。「事務所」の移転12月10日。無事に引越しが終わり、新天地での業務が開始しました。

駅前の景色とは異なり、新事務所は静かな環境の中にあります。事務所から見えるお隣の庭のゆずの木や無人の野菜販売、春には桜が満開に見えるとてもどかな所です。

今年は東日本大震災があつたりと慌ただしい一年になりましたが、無事一年を過ごせました。



デイの談話室と浴室



新事務所:ビフォー・アフター



皆様にも感謝です。今年一年ありがとうございました。新年にはまた皆様とお会い出来ますことを楽しみにしております。よいお年をお過ごしください。

住所：〒241-0025 旭区四季美台 28-1

事務所：☎ 360-0131 / fax 369-0622

Day あさひ：☎・fax 392-1040

ゆず湯に入って健康になろう

ゆず湯の作り方：ゆずの皮につまようじなどで穴を開けます。

これを5～6個お風呂に浮かべます。ゆず湯の完成！！

ゆず湯の効能：心身の様々な面に良い効果があります。気持ちを落ち着かせ、リラックスさせてくれます。

ひび・あかぎれといった肌荒れにも効果あり。肩こり・筋肉痛にも効きます。

ビタミンCをたっぷり含むゆずは食べても体にとっても良い効果をもたらします。

12月22日「冬至の日」は、かぼちゃを食べてゆず湯に入りましょう。



12月の句

ベートーベンの第九を聴きて年惜しむ

サダ子

十二月も半ばを過ぎると、残り少なくなった余白の日々を思い、忙しい日常の中でもふと感傷にひたることがある。過ぎてみると短かかったと思える一年も、振り返ってみると小さな

思い出の積み重なりである。丹精に育てた花が庭を彩ってくれたこと、親しい友人たちとおしゃべり、俳句が出来ないと四苦八苦したことも過ぎればなつかしい。そして今年には三月に東日本大震災も。激しい揺れに驚き、計画停電もあった。原発事故による不安は今も大きく、なにより被災地のことを考えると今も胸が痛い。

恒例となった年末のベートーベン交響曲第九の合唱。聴こえてくる音楽に、作者は無事にこの一年を過ごせたことへの感謝の思いを深くしたのであろう。

(榎本 選)

