

み

さ

と

の

令和8年2月 編集 米谷修
隔月発行

第五十七巻

思

い

出

か

る

た

と



年明けの
一杯飲み干し
緩む頬

新年を迎え、恒例の『お茶会』で健康祈願！

皆様ご存じですか？抹茶に多く含まれているカテキンには、抗ウイルスの効果があり、風邪などのウイルス性疾患の予防が期待できるそうです。また、抗酸化物質も含む抹茶には美肌効果もあるとか…。

お



おみくじの
「小吉」手にし
安堵「あんど」する

今年は午年、しかも十干の丙と十二支の午が組み合わさった、60年に一度の丙午。丙午にまつわる迷信があるようですが、物事が一気に動き出し、新しい流れが生まれやすい転換の年とも言われています。そんな中の「小吉」、まずは…。

し



新春の
強風相手に
走り切れ

三年前から再び挑戦するようになった桜井新春マラソン。今年も無事に完走することができました。今大会は寒さもさることながら、風も強く、飛ばされそうなゼッケンを片手で押さえながらの走行となり、苦戦を強いられました。これも良い経験です。

三輪の里デイサービスセンター営業カレンダー

■：休業日（※日曜日は定休日）

桃色：祝祭日

3 月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



4 月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

