



発行:(株)山研ビルサービス 発行日:2022年4月25日

272-0143 市川市相之川 1-18-20 Tel:047-358-4023 Fax:047-357-3738

HP: http://www.yamaken-bs.com E-mail: office@yamaken-bs.com

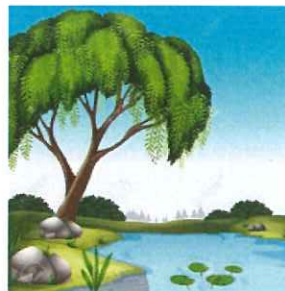
『ピエドラ川のほとりで私は泣いた』 パウロ・コエーリョ著より

あなた方は危険を冒さなければなりません。予期せぬことが起こるのを許した時、私達は初めて、人生の奇蹟を十分に理解するでしょう。もし、人々が本当に日々の生活に注意を向けるならば、その魔法の一瞬を発見できるものなのです。それは、何か日常的なことをやっている時に訪れるかもしれません。例えば、昼食後の静かな時間の中に隠れているのかもしれません。しかし、その瞬間は確実に存在します。星の全ての力が私達の一部となり、私達に奇蹟を行わせようとする一瞬があるのです。

喜びは時には天から与えられもしますが、多くの場合は、自らが進んで獲得するものです。魔法の時間は私達を変え、自分の夢を探す旅へと私達を送り出してくれます。そう、私達は苦しみに出会うでしょう。困難な時もあるでしょう。そして多くの失望も味わうでしょう。でも、すべては過度的な出来事にすぎません。そしていつの日か、私達は今まで辿ってきた旅を誇りと信念をもって振り返ることでしょう。

哀れむべきは、危険を冒すことを恐れている者です。おそらくこうした人々は、失望することも、幻滅することも、決してないでしょう。夢を持っている人々が味わうような苦しみにも出会わないでしょう。しかし、彼が自分の人生を振り返った時、『神があなたに植えつけた奇蹟を、一体どうしてしまったの?』と自分の心が言っていることに気がつくでしょう。そして心はさらに、次のように言うのです。『神があなたに与えて下さった才能を失うのが怖くて、洞穴の中に自分を埋めてしまったのです。それがあなたがやってきたことです。あなたは自分の人生を無駄にしてしまったのです』。哀れむべきは、その事に気づかざるを得ない人々です。なぜなら、やっと奇蹟を信じることができるようになった時、彼は人生の魔法の瞬間を、すでに取り逃がしてしまっているからです。

私達はどうしても世間の目や常識にとらわれて本当の自分の心の思い、ワクワクを我慢して安全な方へと行きがちです。自分の心を信じ、静かにし、気づきを大切にすることです。人生の目的はここに! 自分の胸の中にある。 **【山下 久人】**



『息子の成長』

【代表取締役社長】山下 信之

子供の成長は早いもので、私の息子も4月12日から幼稚園に通うことになり、入園式に行ってきました。親二人は少し緊張や不安がありましたが、当の本人はいつも通り、何の不安もなさそうに朝から元気いっぱい。楽しそうにしています。コロナの影響で、入園式は保護者1名と子供と2名までしか入れず、私は園庭で待っていたのですが、息子が終始落ち着きがなく席を立ったりしていたと式の終了後に聞きました。何で落ち着きがなかったんだろう?これから大丈夫かな?と考えていました。

その日の夕方、妻が実家の母親に電話して、今日の息子の様子を報告していました。式で落ち着きがなかったことにふれて母からは「それは親の不安や緊張は子供に伝わるんだよ」と言われたことで、そうか!と思いました。

倫理でも子は親の心を実演するという教えがあり、このことなんだと倫理を学んでいるのに実践できていないことに反省し、翌日は息子に「楽しみだね〜」「楽しんでね」と不安を伝えないようにしました。まだ4才の息子から気づきをもらい、感謝を言葉にして伝えました。



お知らせ

☆☆☆ 令和4年度 永年勤続表彰者の皆様です ☆☆☆
“おめでとうございます!”



- 勤続 25年(1名) ・吉岡 誠 (工事部)
- 勤続 15年(1名) ・武藤 道江 (日常清掃)
- 勤続 10年(2名) ・石井 千鶴子 (日常清掃) ・歌田 成人 (市民センター警備)
- 勤続 5年(14名) ・中館 操 (日常清掃) ・大関 栄二 (未来事業二課)
- ・杉山 智則 (未来事業一課) ・畠山 和則 (未来事業二課)
- ・大橋 洋子 (日常清掃) ・河盛 幸二 (日常清掃)
- ・フクオン ティン (特別清掃課) ・レー タイン (特別清掃課)
- ・宮澤 俊司 (日常清掃) ・高瀬 啓太 (日常管理)
- ・小原 京子 (日常清掃) ・巻口 ソラ (日常清掃)
- ・高橋 勇 (日常清掃) ・布施 茂子 (日常清掃)

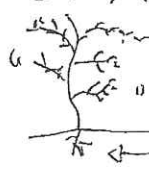


※ 5月になりましたら、賞状と記念品をお届けさせていただきます。




南の島のLove Letter

みなさま お元気ですか？ 南の島は、すでに初夏の
ような天気の日も多くなりました。パイナップルが
とれて、モズクのとれる季節です！
(余談ですが、島の行事でクジャクをたべました！
びっくりしました！)

この向、モズクを海でとって、海水で洗って
海で食べました！最高においしかった♡
そしてとても楽しかったです。モズクって、石から、3ゆぶり
と、海の中で生えているんですよ♡

アオサもとれますが、アオサは岩場などに
生えています。
← 岩場が、あります！

昔よりも、色々なことが厳しくて今は、漁業権がなくなり
とってはいけないうのですが、30分くらいで半年分のモズクが
ある。という向にとれます♡とれたてのモズクは、さっ
とお湯におすと、美しい緑色です。とてもきれいで、生命
いっぱいです。海の水も、少し冷たさが少なくなって、

それから、海を温泉のように楽しむ季節です。真夏には、
それもいきませんが、春の海は、あたたかくて、広大な
温泉のようです...  遠浅のビーチで、ぼーんとする日々を
ゆるゆると  ためたいて  います。
みなさまも、たのしい時間を過ごして、お元気でいてください♡
まじえ
あまがまやう



☆平和への祈りを込めて 「イマジ」

作詞：ジョン・レノン(和訳：オノ・ヨーコ)

想像してごらん天国なんてないんだと 僕達の頭上にあるのは空だけなんだと
想像してごらん国家なんてないんだと 国境なんて人間が勝手に決めたものなんだ
君は僕が夢想家だと思うかも知れない だがこの夢は僕だけのものじゃないんだ
いつかは君が参加してくれて 世界が一つになることを僕は願っている



5月のなぞなぞ (答えは下段にあります)

- Q1. 「め」も「は」も「はな」もあるのに、かおがない…。
これってな～んだ？
- Q2. 1年に1回しか姿を現さない、海にも川にもいない
魚ってな～んだ？ 風がふくと生き生き泳ぎます。
- Q3. 学校でカエルがなき始めるのはいつ？

健康だより★腰痛予防ストレッチ

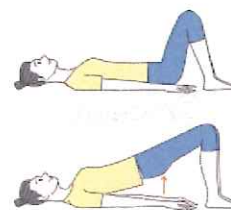
コロナで活動量が減っていませんか？
「運動」＝「運を動かす」そうです。
まずは寝る前に簡単なストレッチをして
みましょう！



☆1分間ストレッチ☆できる範囲で大丈夫です！ 目安の回数：10～20回



①両膝を立てて腰ひねり
息を吸って吐きながら
ゆっくり両膝を左に倒します。
戻して右に倒しましょう。



②両膝を立ててお尻上げ
息を吸いながらゆっくり
お尻を上げてキープした
まま10数える。
吐きながら下ろしましょう。

◎簡単♡揚げない「きなこ揚げパン」

【材料】

- ・コッペパン…2本
- ・サラダ油 …大1/2
- A(きな粉・砂糖を各大1)



【作り方】

- ①コッペパンにサラダ油を塗る。
- ②①のコッペパンをトースターで3～5分加熱する。
- ③Aをまぶして完成。

【編集後記】

街の景色は、かわいい桜色の季節から爽やかな白・青・緑の新緑の季節へと移り変わり、もうすぐ待望のゴールデンウィークです。皆さんはどのように過ごされますか？コロナの影響もあつたりするので、意外と家でゆっくりするという方も少なくないのではないのでしょうか？5月は子供の日や母の日など家族のイベントが多い月、普段なかなか会えない子供や孫が遊びに来たりと楽しみもありますね。観光地など人の多い場所にお出かけする方は、密にならないように感染対策をして楽しんで下さいね。また、日頃お仕事でお疲れの方は、のんびり自然や動物とふれあい癒されるのもいいかもしれません。

季節的にも暑さ寒さのちょうど良い時期ですので、楽しい事を見つけて快適に過ごしましょう。(戸佐)

【なぞなぞの答え】 ①花 …花には「芽」も「葉」も「花」もあるけど顔はありません。②こいのぼり …1年に1回、5月のお節句にしか登場しない魚です。風の中を泳ぎます。③下校 …「ゲコーと」なきます。