

天本新聞

今年のキーワードも『健康第一』

無理をせず身も心も充実できる一年に！

令和四年は二ヶ月ほどゆつくりさせてほしかった。元気で自由な時間を使えるのなら良いのだけれど、私の不注意による事故で、緊急入院退院、自宅療養とめまぐるしく時間だけが過ぎた。慣れた自宅ですら不自由な生活をしぱらく送

る事故で、緊急入院した。他の家族は退院、自宅療養とめまぐるしく時間だけが過ぎた。慣れている自宅ですら不自由な生活をしばらく送った。次女「音羽」が音とは全く無縁の大へ十二月初めに早合格した。四月からは花の女子大生と

込む事無く過ごせている。今年も元気で長生き！ 妻「みどり」は昨年も相変わらず全国をピアノコンクールの審査員な

## 今年の一

A group of five people are posed for a photograph indoors. On the left, a young woman with brown hair, wearing a black jacket, is smiling and making a peace sign with her right hand. Behind her stands another young woman with long black hair, wearing a grey turtleneck. To the right of the first woman is an older man with white hair and glasses, wearing a purple jacket over a patterned scarf. In the foreground, a young woman with black hair, wearing a white cardigan, is looking towards the camera. On the far right is an older man with dark hair, wearing a black jacket. They are all standing behind a table that has some glasses and plates on it. The background is a plain, light-colored wall.

令和4年12月4日合格・退院祝いの会で

てキャンセルライフを謳歌するようだ。長女「佳音」はピアノ教室を開き、生徒さんも増えて自分の道を地道に進んでいる。YouTubeに演奏をアップしたりHome Page作ったりと活動領域を広げている。今年も好きなことで頑張っていくのだとか。父「惇」は糖との戦いが終わって毎日ゴルフやウォーキングをしながら元気に過ごしている。基礎体力があるから寝て、その成長に驚いていた。今年は次女の手がかわらなくなるので、アップデートすることは間違いないから、さそう。そして私、「博哉」ですが事故の後遺症も無く生かされていた事を改めて実感している。新年は体と相談しながらゆっくりスタートし、一年かけて体を元に戻して体力をつけた。「元気があれば何でもできる！」皆さん今年もよろしくお願いいたします。

蘇と行動範囲を広げていった。次に写真写手前の夏に購入したたき山道兼街乗り用の多用途クロスバイクスタンドも付いていいチョイ乗りには最適な一台で、近場のライドを楽しんだ。

暖かい春にはバイクを車に積んで車中泊ツーリングしてみたという夢が広がる。春が待ち遠しいなあ。

手伝いを見せていた。新たな生活様式になったも、演奏に磨きがかかったのが分かる。たぶん毎日が音楽のためである生活と上手に想いのだろと勝手に想像する。▼昨年は音楽にきちんと向き合う時間が少なかったと反省する。今年には私にとつて再スタートの年。体と同様に音楽の筋力もつけられるよう、音楽に向き合いながら生きていこうと誓った。

筋肉増強機購入！  
なぜ二台買ってしまったのか？  
念願のトレックのパ  
イクを手した。ま

「何で2台？」家族みんなが…



**一番音楽** 昨年も変わらな  
コロナ禍で過ご  
した。私はそれ  
に怪我で入院も  
した。ベッドで  
完全な寝たきり状態  
が約一週間続き筋肉  
がびっしょり落ちた。  
体は使わなければ  
どんどん退化してい  
くのだ。▼昨年も村  
松健氏のライブのお

音樂一番



NIPPON

日本郵便




郵便はがき

--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



森林を守り育てることに  
役立つ紙を使用しています。

 インクジェット紙

抽せん日1月15日／お年玉のお渡し期間1月16日～7月18日／くじ番号を切り取らずに郵便局にお持ちください。

