



## 新年 謹賀

2024年 辰年 新年明けましておめでとうございます  
また新しい年の始まりです  
まだまっさらな2024年 今年はどんな年になるのでしょうか？  
わくわく ときどき 楽しみな一年が始まります  
本年もご迷惑 ご負担をおかけするかと思いますが  
どうぞ よろしくお願ひいたします



辰年とは 西暦年を12で割って8が余る年の事で 2024年は甲辰（きのえたつ）と呼ばれるそうです  
辰年は出世や権力の年とされ 多くの人々が成功や成就を目指す1年だとのこと  
うかうかしてられませんね 飛躍 躍進を目指して 今年もがんばっていきましょう！

## クツスマス



## 今年の抱負



- 元気にすごします
- 健康一番！
- 旅行に行きたいです
- みんなと仲良く楽しく過ごしたい
- 自分で歩けるように頑張ります
- デイサービスに頑張る
- 毎日よく食べよく寝てよくしゃべる
- 毎日感謝！感謝！の気持ちで過ごしたいです
- お花見に行きたいなあ



今年もカクさんは  
元気いっぱい！！  
みなさんに  
たくさんの笑顔とプレゼントを  
届けに来てくれました  
メリークリスマス！！



## ～今月のつばやき～

2024年（令和6年）1月  
新しい年 皆様 お元気に迎えられましたで  
しょうか

先日「禅の言葉」という本に出会い その中の  
「一（いち）」という言葉に惹かれました  
ナバ-ワツではなく オリ-ワツの生き方について  
書かれていました  
ともすれば 人はみなナバ-ワツになりたいところ  
です がしかし  
誰にも真似できない自分ならではの生き方を確立  
することが大切 他人と比べるよりも 自分だけの  
オリ-ワツの生き方の方が楽に生きられる  
そういうことについてのお話でした

ナバ-ワツにならなくてもいい ♪  
もともと特別なオリ-ワツ ♪

歌にもありますね

今年はおリ-ワツを目指します



## お誕生日おめでとうございます！

今月も美味しく  
いただきました  
ごちそうさまでした😊

