



編集後記

長いお休みも終わりましたね。皆さんいかがお過ごしでしたか？ 遠くへお出かけされた方や近場でゆつくりお休みを満喫された方。また、普段会えない家族や友人と楽しい時間をお過ごされた方、様々な大型連休をお過ごしだったのかと思います。そして、平成も幕を閉じ令和が始まりました。新しい年の始まりに、皆さんも心新たに何か始めてみませんか？ 私は……。先日友人のバスケットボールの試合を応援に行ってきました！ 十年前とは違ってから三倍スロー再生だと思って見て！と言われました。確かに……（笑）とは言え、下は10代・上は60代の選手がブレイをしています！ 走れるってすごい！ 私もう少し体力づくりのに励みたいと思います！ まずはウォーキング……かな。みなさんもぜひ令和元年に新たに何か始めてみませんか？