

## 燦々便り 59

## コロナの役割

皆さん、元気にはってますか？

こんなに長くなるとは 思いませんでしたね。  
私はよく、やらねばならないことや、こうしたい、  
など、思っただけでもぜんぜんできない。

そんな時、追い詰められないと出来ない、ダメ人間だ。なんて、思っていました、私だけでなく、世の中も変えなくてははいけない！ってなったのかな～

風評に惑わされないよう、自分を見失わないようしてください。

収束したあと、どのようになるのだろう。社会のしくみも変わらざるを得ないけど、よくなるのだろうか！恐怖が強すぎるといけない方向にいくだろうし、強制もよくない・・・

悲観的になってしまいそうな事も起こったりして、世の雰囲気にもまれそうになる時もあります。

こんな時、私達は経験をいかして、試合の時、どのように危機を脱したか、思い出しながら、楽しみませんか、もし、今危機なら、動くべきか、じっと耐えるべきか、メディアや、専門家という人達が様々な意見を述べています。意見として聞いても振り回されないで！

皆さんもきっといい時、悪い時を経験してきたと思います。今は、出来る事、出来ないことを見極め、なにをすればいいかを探し、準備する時と考えませんか？準備していれば、動く時が必ずわかるはず、うっかり見過ごさないよう、見張っていきましょう。それぞれが違っているのはあたりまえ。早くても遅くても、それは自分に合った時間だと思ふことにしています。必ずいい方向にむかうための貴重な時間と思ふことにしています。

歴史においても疫病のあと、世の中が変わったと伝えていきます。良い方向に変わるよう、準備しながら、油断しないでみていきませんか

## お知らせ

練習会 4月10日

開催できた唯一の会でした

このあと、すぐにコート閉鎖になりました

試合の合間を見ながら練習会もしたいですね

## 燦々カップ

6月19日(金)

出来ればいいのですが！

予定表を埋めれる日が早くきますように！

## おうちトレーニング

どんなストレッチをしていますか？

いくらでもあります。

ユーチューブ等で、今は見放題です。

見ているだけで楽しくて、やることを忘れそう！

## 見つけてください

他には？

片付け

ガーデニング

料理

まだまだいっぱいありますね。

私が興味を持ったのは

レンチン料理です

凝ったものではなく、料理の出来ない私でも何とかかなりそうだったから

凄いですね

今更ながら驚きです

知らない事ばかりでした

