



# アトリエ虹便り



## H23年4, 5月の主な足跡

### <畑 作業>

4月8日(金) じゃがいもの苗植え



【じゃがいも植え】  
はやく大きくな～れ!!



【雑草取り】  
成長の早い雑草との闘  
いが始まりました!

4月12日(火) ネギの植え替え



【ネギの植え替え】  
いつもの顔ぶれ&  
久しぶりのHさんです～

4月26日(火)ネギ植え



【ネギ植え】  
猫の手ぐらいには  
なれたかな?



❀❀❀ <お花見> ここ数年、タイミングを外しているお花見ですが、今年もやっぱり。。。  
でも、この時期には珍しく暖かな一日で、春の一時のんびり楽しむことができました。

4月25日(月) 中野:谷巖寺～常楽寺



谷巖寺(こくごんじ)



常楽寺

#### 谷巖寺

桜はまだ固いつぼみ。  
でも、梅の花が満開でした。  
梅の花でもいいんじゃない?

#### 常楽寺

有名なしだれ桜はちょうど見頃でした。

## “私”をしっかり歩いて行く(4)

### 笑うから愉快になる ?

愉快だから笑うのではない。笑うから愉快になるのだ、と言っている人達があります。確かに大きな声で挨拶すると沈んだ気持ちも上向いてきます。 皆さんはどうですか?

朝、家を出る前に鏡に向かってニコツとしてくる人もいます。表情に微笑みをたたえていると、知らず知らずのうちに穏やかなやさしい気持ちになって、幸せが訪れてくれます。

可笑しくもないのに笑えない、笑いたくもない、という人もいますが、明るい声や表情を演出することによって自分も他人も気分が良くなるというのですから、意識して微笑みを習慣づけようではありませんか。

### 口癖

普段、何気なくつぶやいているあなたの口癖があなたを言い聞かせ、口癖どおりのあなたをつくっています。たかが口癖とあなどることなかれ。

ブラウザ右上の ×ボタンで閉じる