



2026年、気持ちも新たに新年のスタートを迎えることができました。  
今年は「**丙午（ひのえうま）**」。勢いの年、火の力が重なる干支です。

火の力が重なることで、情熱や勢いが高まり、エネルギーが満ちあふれる年になるそうです。**大きな飛躍のチャンス**です。これまで少し迷っていたことにチャレンジしてみると、追い風が吹き、物事が良い方向に動くかもしれませんね。



## 新施設前に駐車場が完成しました

職員やみなさまの車を停めることはもちろんですが、広い敷地を使って、様々なイベントを催してみようかな、と考えています。

今年も職員一同、それぞれの個性を十分に発揮し、  
お子様たちのより良い将来に向けて、様々な支援方法を工夫し、心を合わせがんばります。

寒さが一番厳しい季節ですが、みなさまお身体にはくれぐれもご自愛ください。

**本年もとおりゃんせサードプレイスひかり・大空・大地・海をどうぞよろしくお願いいたします。**



## 笑う門には福来たる

「**いつもにこやかに笑って暮らしている家には、自然と幸せが舞い込んできてくる**」という意味です。

そして「笑う」ということは、健康にも良いといわれています。

### ● 血行（血のめぐり）が良くなる！

全身に酸素と栄養を運んでくれます。

### ● 免疫力が上がる！

免疫力が高まると病気にかかりにくくなります。

### ● ストレスがたまりにくくなる！

脳では、 $\alpha$ 波が発生し、リラックスできます。

### ● 病気などによる痛みが軽くなる！

笑ったあとは、痛みが改善し、病気を悪化させるような血液中の炎症反応が下がるそうです。

笑い方は「笑う」「大笑い」「ほほえむ」など、**どんな笑い方でもいい**みたい。

たくさん笑って、幸せをいっぱい呼び込みましょう！

