

# まつくり院長通信

新リハビリ棟で『お昼の体操教室』を開催中！  
体をほぐし、姿勢を整える体操です！

## 今週の花・言・葉

✿ プリンセチア

思いやり

✿ クジャクヒバ (枝)

忍耐

✿ 姫りんご (実)

誘惑

✿ サンキライ (赤実)

元気



## 松田院長からあなたへ 耳より情報！！

### ◆手帳使ってますか？

年末や年度末に買う来年の手帳。まっさらなページを開いて、新しい一年に思いを馳せる。期待に胸を躍らせて少しピリッと身が引き締まる。毎年恒例の行事です。

### ●拡大する手帳市場規模

手帳市場は 10 年ほど前から縮小してきました。カレンダー、アドレス帳、メモなどの手帳の基本機能は全てスマートフォンに備わっているからです。しかし、2年前から売り上げは増加に転じ、昨年は344億円。デジタルからアナログ回帰している人が増えているそうです。

### ●ほぼ日（ほぼにち）手帳

アナログ回帰を牽引する売れ筋の筆頭が「ほぼ日手帳」。コピーライターの糸井重里氏が主催する「ほぼ日刊イトイ新聞」から生まれた手帳。自由度が高く、文庫本に納まる一ページが自由記入欄になっています。

### ★院長よりメッセージ

自分をありのままに映し未来の自分に気付きを与える手帳。みなさんも手帳を楽しみませんか？