

『〇〇〇さん、大変ですよ！！』

『〇〇〇さん、大変ですよ！！』が、真に迫ってくるような此の冬の降雪量の少なさは、この先どのような結果をもたらすのでしょうか？12月と1月のはじめと中旬の3回だけの雪処理。全て温暖化の結果なのでしょうか？大きな不安がつのります。多くの住民の方々には助かる状況ですが、国が除排雪に携わる事業者が低利の助成金を用意する事態に至って来ると、雪に関しては降っても、降らなくともお金がかかるという構図になるのだということが理解できました。負担としては、少ないほうがやはり良いようですけど・・・。



先日後期高齢者の認知機能検査を受けてきました。

その中に16枚の絵を見て、何が描かれていたかを書き出す記憶力のテストがありました。

何個を答えられたかがはっきり示されると、愕然とするものです。

今回はパス出来ましたが、3年後の対策を早速練らなければならないようです。

季節はずれの庄内での赤痢患者の発生や、中国武漢市でのコロナウィルスによる新型肺炎の発生等、不気味な状況が報道されております。予防には体力の維持つまり過労や睡眠不足などの無いような状態にいる事が大切です。もちろん基本的にはインフルエンザ対策と同じように手洗いやうがい等は第一の対策です。近づかない事も予防の一つですよ。



節分と恵方巻きと、季節の行事や食べ物のおススメが大きくなっております。おいしい物が食べられる事は、生きる喜びでもあります。その為には、常日頃健康の面でも上々な状態を保っている事が重要です。楽しく毎日を過ごすのが“ときめき”存在の基ですから、是非実行してください。

一番寒い季節に入ります。風邪などを、召されませんように。来月にまたお会いしましょう。

令和2年2月10日

院長 清治 邦夫