

Kフレンズ様

こんにちは。

お元気ですか。

僕も元気です。

まもなく師走になり、時間の早さを実感していて、改めて支えていただいた皆さんに感謝しながら、一日一日を大切にしながら、マイペースで生活したいナー———と思います。あっという間に52になり、当然ながら、疲れやすくなってきた、それに椅子の抑制帯が増えて、あちこち縛らないといけなく、おそらく固定が増えていくだろうナー———と思いますが、仕方ないことで、とにかく健康第一に考え、無理のない範囲でやりたいものです。

来月、横浜外出やクリスマス行事もあり、大いにエンジョイしたいナー———と思います。

それにしても、季節の移り変わりが早くて、
からだを追いつかないな————と思いつつ
、チャレンジ精神もあり、若くないため、無理せずやりたいものです。

また書きます。

鈴木弘毅