

こんにちは。

お元気ですか。

僕も元気です。

しかし、当然のことながら、50代になり、疲れやすくなってきた、無理のない範囲でやりたいものです。

昨年12月、アガペに入所し、10年半が経過して、時間はあっという間に過ぎていくナー———とっていて、改めてここまで支えていただいた皆さんに感謝しながら、今年も健康第一に考え、生活したいナー———と思います。

年とともに障害も進んで、椅子やベッドに体をあちこち縛らないといけなく、おむつをするようになって、若くないため、やむを得ないかな———と思います。

寝ている間にうごいてしまい、体が痛くなる

