

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て、若くないため、無理のない範囲でやりたいものです。

前にも書いたように、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———と思っていて、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———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———思います。

寝ている間に動いてしまい、体が痛くなるた

め、固定しないといけなく、仕方ないナ———  
ーーと思います。

若いころは固定が少なかったですが、今は椅子にかつて多くの人が使用していた股間ベルトやさらしで縛らないといけなく、衰えたナ———と思います。

むかしは、固定に抵抗がありましたが、今はあちこち縛らないといけなく、若くないため、安全のためにも、抑制帯は必要だナ———  
ーーーーと思います。

とにかく健康第一に考え、ここまで支えていた  
ただいた皆さんに感謝しながら、生活したい  
ナ———と思います。

前にも書いたように、1/27にFM横浜のスタジオ見学があり、八景島シーパラダイスにも行くため、楽しみにしています。

また書きます。