

ありがとうございます。7月を迎える事が出来ました。梅雨は短いように感じますが、アジサイとシトシト降る雨に妙に心が落ち着く気がいたします。6月はゆっくりお話しする時間もないくらい毎日バタバタさせていただき、皆様忘れずいて下さる事が心から嬉しく思いました。リバース便りも丁寧に読んでくださる方がある事に気が付きました♥。先月のアマリリスの写真を見て、送り主からお電話頂いて、「そうやったね！」配達に行ってもらってきたんだった。「枯れてなくて嬉しい(w)」8年ぶりの出来事。自分の記憶というのはええ加減、とおもいました。Wakiyoさんは今、療養中で、時間ができたのでと、お店のイベントに参加くださっています。まるまるした野菜の写真を見せていただいてあまりに愛らしくて投稿をお願いいたしました。

Wakiyoさんの野菜日記



昨年病気をし、3月の退職を機に夏野菜の苗を買って来て植えてみました。レタス、絹さや、ブロッコリー、カリフラワーキャベツ、きゅうりと少しずつですが順調に収穫。毎朝起きたら畑を見に行くのが日課になりました。採れたて野菜のサラダはみんなに好評です。



3か月前は、写真を撮る事も考えていなかったのに自然の成長には感動いたします。(´▽`)愛情はもっぱら母が注いでいますが。作物と一諸に私も回復して来ようと思います。



Zoomでお勉強！！

健康生活講座も藤原さんとネットで繋いで。パソコンのカメラでビデオ電話ができるんですね。笑い声もため息もみんな拾えるから、凄い！！

お互いの距離は遠く、心は近く。最近の合言葉ですね。

男女美塗り絵コンテスト(関西大会)

6月の末締め切り。期日に合わせて郵送していただいたり、雨の中届けに来ていただいたりと、感激！です。皆様絵がお好きなのか仕上がりがとても上手！驚き!!! 豪華景品は誰の手に?! 11日の発表です。(´▽`*)

心と身体の健康の為に生活を整える

コロナで都市封鎖が始まるころ、医療関係の方からのメールが転送されてきました。『体調が悪くなったら、ひたすら寝る事。72時間でウイルスの抗体ができるからです。ひたすら何もしないで寝る。テレビを見るだけでも、人が持つ一日の使用エネルギー使用免疫量を減らしてしまいます。ひたすら全力を免疫作りに向ける事が必要で、免疫ができる時に熱が出るのは当然で、それを下げてはいけません。7.5度以下にしていけません。外に出ないでください！人に会わないでください！』私の身体は私が修復する、その機能が免疫、人体は病気になるように作られていません。いつも免疫が働いています、それを応援するのも私自身。 整体師 H