

鰻足らず、うだる暑さお見舞い申し上げます

梅雨明け十五日、猛暑が続き、熱中症患者もふえる一方。水分・塩分補給に、気分の転換も必要かと思えます。

なにはともあれ、早寝・早起き・朝ごはん↓睡眠・休養・栄養(えいよう)!といったところか。選挙の熱い戦いの後、ノーサイドの笛のもと、暑さを友にして、「嗚呼!寒」と感じる時もあり、頑張らず、いい加減に今年の夏をお過ごしください。

平成二十五年 盛夏

笑顔爆発

安心  安全

