

## 7月の末と言うのに、寒いそして不安な思いをしている仙台方面の人たち、山背(やませ)仕業なのです。

7月の末と言うのに、寒いそして不安な思いをしている仙台方面の人たち、山背(やませ)仕業なのです。しかし、山形地区は奥羽山脈のお陰で、そう問題になるような天候でも無いようです。

其の気持ち良く感じる月半ばの連休に、知人の病氣見舞いを兼ねて、首都圏までの長距離ドライブをしました。走りの虫が動き出したようで、いつもの“大あくび”や“眠いね”を繰り返す事も全く無く、初日の400Km余りをクリアしました。助手席で半分位は寝ていたはずの奥方は、宿に着いた途端に、『体が痛い』の連発でした。高齢ドライバーであること等からの心配で、可なり緊張していたのでしょうね。



参議院選挙真っ只中で、地方区も全国区も苦戦している情報が流れてきており、個人的にも首都圏に住んでいる兄弟に電話攻勢を掛けたりしました。原稿作成時は開票前ですので、ずれた結果になってしまうかもしれませんが、いずれにしても済み易い安心安全な社会が構築される事が一番であると思われま

す。奥方が無農薬栽培と自慢する畑からの農作物が、小生の毎度の食卓や離れたところに住んでいる方たちへのおすそわけになっているようです。主食のご飯の前に、青虫と同じように葉っぱだけを口に運ぶと、苦味や甘さや様々な口当たりが感じられます。ドレッシング等を使わずに食べる事が多いです。小さな容量になった胃にも良い食習慣に成りつつあるようで、快適な毎日の生活にかんしゃ・感謝です。朝の運動後に畑に直行し、ミニトマトやきゅうりを頬張ったりするのも、水分補給の上からも実に好ましいことになってますよ。また、まもなくのジャガイモの掘り起こしも楽しみです。



高温の季節到来で、少しの屋外活動でも脱水等の現象が起き易くなります。朝・夕の涼しい時にする作業がお勧めとなりますかね？もう少しの辛抱です。暑い夏のあとには、収穫の秋が控えているようですぞ。

楽しみにして、来月お会いしましょう。お元気に！！

令和元年8月7日 院長 清治 邦夫