

道

2022・4・27

通信 No 1680



ツツジ

《本日の練習》 小坂先生 二宮先生 6時～8時30分

・二つの岸 ・キエフの鳥の歌 ・森はざわめく

《次週 5月4日》 清水先生 小坂先生 6時～8時30分

吉野町市民プラザホール

・群青 ・森へ行きましょう（大地讃頌 アメージング・グレースも持参下さい）

《ロシアが2月24日ウクライナに侵攻して2か月が経つ。停戦の兆しが全く見えない。》

「朝日の歌壇蘭」に見つけた歌です （岡田さん 4月12日 朝日新聞より）

憂いつつ祈る如くに歌い上ぐ 原発被災者ナターシャグジーは （千葉市）愛川 博文

「イマジン」が戦禍の街で歌われる 人の上には空が広がる （出雲市）塩田 直也

ハーモニー 無人のホール響かせる （東京都）五十畑 優希

《コロナ陽性者も高止まり傾向・そしてまさかの陽性反応・経験した10日間の隔離生活》

4月13日（水）何となく倦怠感ある為検温すると37.5の発熱。嫌な予感。お医者さんへ行くしかないかと思い開業医を2件受診したが2件ともかかりつけでないという理由で断られる。途方に暮れていったん帰宅し、新型コロナウイルス感染症コールセンターに電話し2件の機関を紹介され電話をかけた。

1件目はかかりつけではないので今日は受け付けない。明日の8時30分に再度電話するよとの事
2件目は「只今使われていません」の案内が入る。そうこうしているうちに倦怠感も消失、元気で食欲が出てきて解熱。結局受診せずじまい。医療にかかれぬ壁の高さを身にしみて感じた。

4月14日（木）心配なので、無料PCR検査センターに行き検査してもらった。

4月16日（土）スマホに陽性の通知が届いた。この日はもうすっかり元気が出ていた。

4月17日（日）保健師さんから病状確認の連絡後、「パルスオキシメーター」が届き、この日から毎日検温と酸素濃度測定した。予約している鍼灸院にキャンセルの電話を入れたら「こんな時だからこそ鍼治療をして免疫力をつける事が大切です。ぜひ受療して下さい」と激励され受診。とてもありがたかったです。外出自粛の10日間は、本人は絵を描いたり、濃厚接触者の私は外出も極力控えるよう指示を受けていたので日頃できない家事に勤しみました。古タオルで雑巾を縫ったり押入れの片づけなどと意外に有意義な時間でした。県からは8日分の配食サービスとして段ボールが1箱届き、レトルト食品を食べる経験も貴重でした。

自宅隔離中は朝風呂に入り、冷え予防の「温活」。これも効果的！

血圧は1日4回測定。血圧値は1日の変動が激しいという事がわかりました。先ず自分の身体を知る事の大切さも感じました。

今日から復帰します！ どんな国の歌でも自由に歌える事が出来る世の中であってほしいと心から願っています （朝倉きみ子）



《運営委員会》	5月4日（水）	2時00分～3時30分	県民サポートセンター705号
《懇談会（テノール）》	5月4日（水）	3時30分～5時00分	同上
《企画選曲委員会》	5月18日（水）	3時00分～5時00分	県民サポートセンター708号