

1. 新型コロナウイルス（2）

兵庫県の緊急事態宣言は5月21日に解除となりましたが、もう大丈夫という意味ではありません。感染蔓延を防ぐためにこれまでみなさんが気を付けられていたことは、引き続き必要です。なぜなら、最終目標は、新たな感染者ゼロではなく、治療法の確立（ワクチンや治療薬）だからです。

それでも、自粛によって新たな感染者数が減らせるということが分かり、またこの間に感染者への対応が改善してきたことは、明るいニュースです。

運動していますか、みなさん？自粛は家に「じっと」閉じこもることではありません。ご自宅でもできる軽い運動や、3密を避けながらにはなりますが散歩がてらのウォーキングを、ぼつぼつなさってくださいね。

前回は、頻回の手洗いによる手荒れ対策のハンドケアをお勧めしましたが、いかがでしたでしょうか？入浴時に、保湿効果のある入浴剤でリラックス、もお試しになってくださいね。きっとほっとしますよ。

2. はなみずきの会

1) 前回ご連絡しましたように、5月30日の定例会（ガーデン散歩）は中止のままとします。急に再開、とすると混乱すると思いますので。ご心配なことがあれば、下記メールアドレスにお寄せ下さい。nishiwakinyugan@yahoo.co.jpです。

2) 7月の定例会（7月25日）は予定とおり開催します。病院フェスタが中止となったので、いつもどおり、講堂で開催予定です。

3. その他

新型コロナウイルス蔓延より、学会等が軒並み中止もしくは延期となり、週末は病院近辺を歩き回っています。3時間ほど歩いていてもほぼどなたにも出会いません（たまにウォーキング中の方々とすれ違うくらいです。みなさん、ソーシャルディスタンスを守られています）。いつのまにか春は過ぎ、もう初夏。クスノキの花が満開で芳しい香りがしています。ハナミズキの花もまだまだきれいに咲いていますね。木の芽の鮮やかな緑も美しい。

