

今年も友人から誘い受けて公開講座を聴くことができた。地元甲斐であり幾人かの知人の顔もあった。東日本大震災の被災地へ救援危機管理の専門家が体験を話された。放射線の研究もされていると原発事故放射能と山梨の地での危険性についての講演もあった。

昨年秋からマイ健康レコード登録をさせてもらっている私、この市による健康診断もややメタボ傾向のみとのこと。だが油断はせず数年間の診断データなどを自分のパソコンで管理して今後の健康生活