

ごとう通信

第 241 号

令和 3 年 1 月 1 日

明けましておめでとございます。本年もよろしくお願いいたします。昨年はあんな一年でしたが、今年は収束していくことでしょう。新しい年に大いに期待しましょう。

皆さんも体感されていると思いますが、昨年から生活様式などいろいろな変化が生まれています。もちろん僕たちの周りでも大きな変化がありました。中でもオンラインのミーティング、セミナーが主流になり、実際に対面で会う機会は減ってしまいました。寂しいと思う反面、便利だなあと思います。

このような変化というのは絶えずあるものです。時代が少し早回りし



たということ。去年オンラインのシステムができたわけではなく、十年以上前からシステムはありました。ただ、必要に駆られて社会で普及したということ。この変化にしっかりとついていけるようにしたいですね。

さあ、ウイルスに対してワクチンが開発され、海外ではすでに摂取が始まっており、大きな期待をします。そのワクチンもそうですが、要は人体の中にウイルスに抵抗できるような態勢を作ることです。結局ウイルスとの戦いはウイルスに負けない体になるということです。

ちまたで言われている通り、高齢の方や持病がある人が危ないというのは、この抵抗力が弱いということ

です。感染予防で室内にこもりがちですが、そこで体力が落ちて、体が弱くなるのでは意味がありません。今の生活の中で自分自身の体力をしっかり維持、向上させて免疫力(自分の体を守るシステム)を高めていくようにしましょう。

東京オリンピックは…個人的には危ないと思っていますが…何か楽しい、大きなイベントは欲しいですね。本年もよろしくお願いいたします。

好きな食べ物

昨年に続き、2年連続して帰省をしない年末年始となりました。昨年は春に広島への出張を控えていたのですが、その時実家に戻ればいいかと思っていたのですが、結局学会も中止