



良かったこと



お盆休みに久しぶりに兄も帰ってきて家族が揃ったので、家族全員で何年かぶりに庭でBBQをしました。みんなお酒も入ってワイワイ楽しくBBQが出来てとてもいい夏の思い出ができました！また、BBQが嫌いであとに「楽しかったでまたBBQやりたいね～(^▽^)」と言ってくれたのでとても良かったです。

悲しかったこと



先月友達と富士急ハイランドへ行ってきました。富士急ハイランドはすごく久しぶりだったのですごく楽しみでジェットコースターいっぱい乗るぞ～!!と言う意気込みで最初に「ええじゃないか」に挑みました。2時間半ならび、待ちに待って乗ったのですが…思っていたよりすごく激しく、スピードもすごく速くてビックリしていたら心臓もかなりビックリしたみたいで急に発作になりそうになり「苦しい…」と思っていたら終わってしまいました(;△;)発作を抑えるのに必死で結局「ええじゃないか」がどういうものだったか記憶にないまま終わり、それ以降もジェットコースターは心臓に悪いと言うことで1つも乗らずに帰りました…とても残念でした(T T)

マイランキング☆

1位:車での旅行
休日はETCだと高速道路が¥1000なので毎月車でいろいろな所へ旅行へ行っています。今月は和歌山へ行く予定なのでものすごく楽しみです☆



2位:ダイエット
もうすぐ親戚の結婚式があり、私もドレスを着る予定なのでダイエットを始めました。食欲の秋ですが負けずに頑張りたいと思います！目指せマイナス4キロ♪



3位:貯金
来年には新しい車を買いたいので頑張っています。車が大好きでほしい車がいっぱいあるので夢は大きく持っていていい車を買えるように貯金も頑張ります!!!!



最近食べた うまいもの



福井県の水晶浜へ海水浴へ行った後に越前の方までドライブに行きました。こじんまりとした定食屋を見つけたのでそこで昼食をとることになり刺身定食を注文しました☆やはりスーパーで買う刺身とは違って身がぷりぷりしていてめちゃくちゃおいしかったです！感動しました!!!!

患者さんへ メッセージ

また最近、新型インフルエンザが流行しているみたいなので毎日手洗いうがいに心がけて体調管理には気をつけてくださいね！

