

町長日記



十分な睡眠を

9月にはいりました。今年の夏は暑すぎましたね、地球温暖化と言われて久しいですが年々気温が上昇してきています。半世紀前は、今日は暑いなくと言っても30度まではいってなかったように思います。私が子どもの頃はクーラーというものがなく、かやで窓は開けっぱなしで、母親にうちわであおいでもらって寝ていました。母親は嫌な顔ひとつせず兄弟姉妹四人が寝付くまで、うちわであおいでくれました。今では懐かしい思い出です。

現在は、昔と違い気温が4度を越すところも出てきました。人の体温以上になってきていますから、熱中症になる人も多くなっていきます。皆さんも気を付けてくださいね、家の中においても熱中症になることがありますので、のどが渴いていなくてもこまめに水分を取りましょう。(塩分も忘れずに)それと、十分な睡眠をとることに心がけましょう。

残暑がまだまだ厳しいですが、暑さも寒さも彼岸まで、といいますが、もうすぐ彼岸ですね、もう少しの辛抱です。体調管理を怠らないようにしてこの残暑を乗り越えましょう。では、御機嫌よう。

由良町長 山名 実