

「Subject: 健康で楽しく美しくスマートに！」

人生の第一ラウンドを終えて早四年、愛犬との散歩を日課として規則正しく自由に毎日を楽しんでいる。

歳を重ねて病との付き合いはしょうがなく、主治医の指導を受けて節制？し、晩酌

🏠😊🍶 は日本酒二合相当にとどめるようにしている。

身体運動として散歩とゴルフを適度に、頭脳運動として洋楽器（ヴィオリン）、和楽器（津軽三味線、尺八）演奏を楽しんでいる。

時の経つのが早く感じるのは人生慌てているのか充実しているのか？

他人との関り合いは相変わらずであるがこれからの人生、健康で楽しく美しくスマートに過ごしていきたい。

G組 林 壯太郎