



**レンタカーでの単身移動、心身健康最優先を実感。特に、足腰、歩きが大切。
早朝の取材活動、無意識に、運動量が増加。断酒、等々、生活改善
思い切って、人生の転換点、取捨選択の試み。
健康を、取り戻し、今日の原点になったのではないか。
未知の領域への挑戦。試練はつづく・・・**

山はみどり 野に花 人には心

