

ミンツだより

北本スクエアダンスクラブ Mints
 総務部 太田(邦)
 第147号 2022年 3月 26日(土)発行

巧子終息祈願

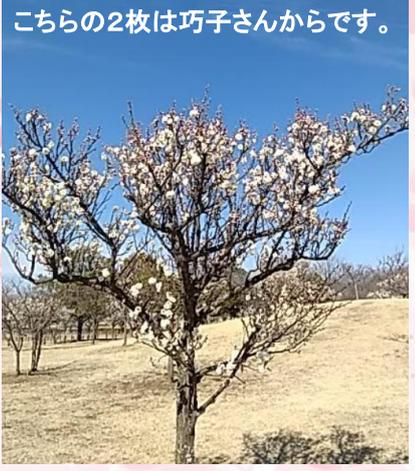
今月21日に蔓延(まんえん)防止等重点措置が全面解除されましたが、岸田総理が言った通り今回の解禁は「今後しばらくは平時への移行期間、すなわち最大限の警戒をしつつ、安全安心を確保しながら可能な限り日常生活を取り戻す期間」であります。ステルスオミクロンBA.2はBA.1に比較して感染力が18~26%高いと発表されています。巷では飲食店でマスクを外して大騒ぎをしている風景が見られるようになってきましたが、ミンツ会員の皆様は周りの風潮に踊らされず、冷静に、今まで通りマスク、手洗い、ワンチップ毎の消毒など、正しい感染対策を行いましょ。



さて、もう1ヶ月近く前になりますが、藤原巧子さんから会長宛てに古代蓮の里(行田市)の写真をいただきました。青い空のもと、蠟梅と梅がきれいに咲いています。外に出て散歩をしながら、可能であればマスクを外して深呼吸すると、足腰の運動に良いだけでなく、心身共にリフレッシュ出来ますのでお勧めです。



太田家の梅です。

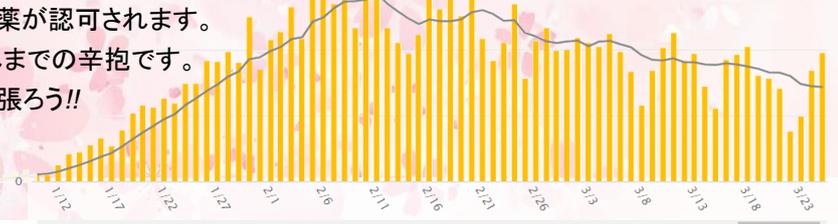


こちらの2枚は巧子さんからです。

ちなみに古代蓮の里は「ソメイヨシノ」が開花して、もうすぐ満開になるとのことです。

今の新型コロナウイルス感染はほとんどが家庭内感染です。

昨日(3月25日)埼玉県の感染者数は4,145人です。「わあ！ だいぶ少なくなったわね。もう安心かしら。」などと安心していませんか。今までのオミクロン株が来る前の埼玉県の感染最高記録は2021年5月の289人でした。と言うことは、1日あたりの感染者数が、未だ過去最大時の14.3倍もあるんです。「病床使用率が下がって非常事態では無くなりました」といっても、死者数はあまり変わりありません。政府の対策有識者会議では本年5月頃に第7波が発生すると予想されており、第4回目のワクチンの準備も始まりました。いまは家庭内に感染が一番問題になっています。家庭内に感染者が出た場合には左ポスターの1, 5, 6番に注意して感染拡大を防いでください。もう少しで治療薬が認可されます。それまでの辛抱です。頑張ろう!!




みなさん、運動に気を遣っていますか？ 体重は増えていませんか？ かくいう私(太田(邦))も人の事は言っていられない状況ですが、なんとか明日のために、頑張りましょう。ダンスにとって重要なのはスクワットです。回数よりも正しい姿勢で腰を曲げずに行くと、血流が上がり、健康になるようです。以前のスラックスが履けるようになりましょう。



ミンツのHPは <https://ミンツ.club/> です。「ミンツ」は全角・カタカナです。

※NHKまどめ