リハビリ（弁護士 伊藤 朋生）

弁護士 伊藤 朋生

昨年６月６日に退院して以来，ジョキング，筋トレ，柔軟体操などのリハビリに励んでいます。

ジョギングは，近くの秋ヶ瀬緑道，桜通り公園，彩湖マラソンコースを日々の体調に合わせて走っています。このコースは自動車が通らないので，安心して走れます。調子の良い時は三時間位走ることもあります。

このコースの周辺には，時季折々の色々な花が咲いていて，心を癒やしてくれます。
夏の暑い時季には青や白，紫の朝顔が，暑さをやわらげてくれていました。
秋には彼岸花が。１昨年末に逝ってしまった母を偲び，手をあわせました。
そして，寒くなった冬には山茶花。最初，椿と間違ってしまいました。

山茶花全般の花言葉は，「困難に打ち克つ」「ひたむきさ」だそうです。一病息災。
入院前は，ジョキングもしませんでした。花を愛でて，写真に撮ることもしませんでした。
体重も減り，ウエストも細くなり，若い頃のズボンも履けるようになりました。一病息災。以前よりも，元気になって，ひたむきに困難に打ち克っていきたいです。