

2022年12月30日 今年1年を振り返って

皆さま、今年1年ご支援いただきありがとうございます。感謝です

今年1年も寝込むこともなく、病気もせず元気に暮らせたことに感謝です。また弟がなくなったので、ホームページの更新を佐々木さんをお願いできたので佐々木さんに感謝です。

マイナス面

- 1 私の最大の理解者であった、弟を失った。15年来の私のサポーターで日本認知本人ワーキンググループのスタッフである鈴木英一さんを失った。
- 2 空間認知能力に欠如が目立ち、デイサービスで、決められて自分の席がわからなくなった。
- 3 時間感覚がまったくなくなり、午前なのか、午後なのか全くわからなくなった。Apple Watch で時刻を見ているので生活に支障は無い。外出届に記入ミスが増えた。名前を書き忘れたりするようになった。

プラス面

- 1 Iphone の最新機種 iPhone 14pro. Max を買い自由に使いこなしている。メールの確認、Facebook の投稿、iPad で行っていた作業などを iPhone 14 Pro max で行えるようになった。
- 2 スマートスピーカーアレクサを使い言葉で好きな曲を指定できるようになったので生活に潤いが出た。思ったことがすらすら iPad に入力できる。
- 3 アルツハイマー病が進まなくて入院することなく楽しく1年間で過ごせた。
- 4 健康で1日平均5000歩歩けて、1ヶ月で150,000歩1年で1,800,000歩歩くことができた
- 5 秋中の名月に佐野さんと新橋でスッポン料理を食べ、東京タワーに登ってこと。松延さんと親しくなり12月に箱根旅行に連れて行ってもらった。感謝です。
永田夫妻と3人で新宿今井屋本店(秋田.比内地鶏)で忘年会ができ、佐野さんと2人で、ふぐ料理店 玄品で忘年会ができたこと。
- 6 隣り住人と親しくなった。隣の人と世間話をするようになった
- 7 7年前に長谷川式スケールが13点だったのが27点に改善した。奇跡です。
- 8 興味がある本ならば今でも本を読むことができる。
- 9 英会話のオンラインプログラム Speak. Up60 日間無事終えた。毎日の課題60回無事終えた。
- 10 Apple Watch で次の予定を Apple Watch に表示させることになって Apple Watch を見れば次に何をするのかわかるのでスケジュール管理が楽になった。