

グッド・ウッド・ニュース

令和6年能登半島地震により犠牲となられた方々のご冥福をお祈りするとともに、被災された皆さま、そのご家族の方々に心よりお見舞い申し上げます。

寒さ厳しい今日この頃ですが皆さんいかがお過ごしでしょうか、元気でいらっしゃいますか。早いもので今年ももう2月になってしまいました、時間が過ぎるのは早いものです。それにしても今年元旦より大地震が発生し、また2日には飛行機事故と、年明けから災難が続きました。私も石川県に隣接した富山県氷見市に友達がいるので心配で連絡をしましたが、本人は大丈夫だと。また建物も大丈夫そうだが、家の中は飛散して大変な状態で手が付けられないと言っていました。被災地ではこれから復興に向けてライフラインや道路などの復旧、また仮設住宅の建設などが急がれる所ですが、一日でも早く安心した平穏な生活に戻る事を心より願っております。

今年の正月休みですが、オヤジはほとんど何もせずに過ごしておりました。テレビを見たり、また映画を見たりぐらいで買い物にも行かずに本当にゴロゴロとしておりました。おかげで体重は増えるし、調子も良くないという感じでした。やはり何かしていないとダメなもので、**暇でゴロゴロ**ばかりは良くありませんし、逆に疲れてしまいます。新年早々バイクに乗っている方もおられたのでオヤジも乗ればよかったかなと思いましたが、寒さには弱く根性無いのでやっぱりダメです。しかし休みも使い次第でとても退屈になってしまうので、もっと有効に使いたいと思いました。ということで、今後の休みは何をするかよく計画をしようと思っております。

さてまだまだ寒い2月なので、また雪も降りますのでバイクでは出かけられませんが、来るツーリングシーズンに向けて準備をしようと思っております。**去年の事**も踏まえて、もう幾つか必要な用品は選んでありますので、この時期に購入しておきます。また気持ちの面でも余裕をもって行きます。つついオヤジ、林道へ行くと**本気スイッチ**が入って飛ばしてしましますが、そこは我慢してマイペースで行きます。また林道走行だけではなく日本各地見るとことは多いので色々観光もしながら行こうと思っております。あとは体力不足ですが、**運動が嫌いなオヤジ**ですので何とかしなくてはと思いますが、それでも多少筋力は付けたいと思います。今のところ体を動かすのは**犬の散歩**だけなので、せめて腹筋・腕立て伏せ・柔軟ぐらいはしようかな？と思っております。ただいつまで続くかは我ながらわかりません。あとはシーズンインしたら**朝からバイクに乗ろう！**と思っております。だいたい休みの朝は**オヤジ一人だけ**早く起床しているので、家族が起きるまではボーっとテレビを見ながらコーヒー飲んでます。そのボーっとした**時間が勿体無い**ので有効利用しようと思っております。まあ早起きはオヤジの特権？みたいなものですから。朝バイクに乗って来た後でも、家族のお出かけに付き合うのには十分間に合うだろうと、オヤジは考えております。今年は去年の分も、沢山バイクに乗れそうです。

最近オヤジ**物忘れが酷く**なってきたような気がします。いつも会っている人の名前をふと忘れてしまったり、曜日も忘れてしまいます。電話番号などはスマホに入っているので覚えませんが、漢字も出てきません。先程覚えたはずの寸法も3歩歩けば忘れてしまいますし、スマホで登録！などは上手くいかず止めてしまう事もあります。これは**一体どうした事か！**と思っておりますが、やはり歳のせいなのでしょう。まだまだ自分は若いと思っておりますのでショックでもあります。皆さんはそう感じた事は有りませんか？そんな時はこのグッド・ウッド・ニュースの**間違いさがしゲーム**で頭の体操をして下さい。楽しみながら出来るうえにボケ防止にもなります。これを楽しみにしている方もいらっしゃると思います。

そういうオヤジライダーも頭の体操・ボケ防止をしております。何と言ってもバイクは両手足・指・体を使って運転します。クラッチを切りギアを入れ、ブレーキは手足を使い、アクセルも操作します。手足指先を使う事で**脳に刺激**が加わるのです。

ということでバイクに乗ればボケ防止になります。間違い探しと一緒に効果は倍になります。特に林道を走れば刺激が沢山あるので効果が倍増です。ので、**バイクを止めておとなしくしろ！**などと言わないで、今年も優しくこのオヤジライダーを見守っていただきたいな~と思っております、**奥さん宜しく**お願い致します。

ボケない予定のお気楽オヤジライダーでした。

頭の体操 **間違いさがしゲーム** 

上下のイラストで違うところが5箇所あります。
さあ！チャレンジしてみよう！




答えは裏面をみてね！