

11月23日

今日は昼ごはんは納豆卵かけご飯を食べて以降は1日ゴロゴロしていた日だった。夜になってやっと起き上がって散歩とついでに食品などを買い物に行った。箱入りの天然水を割引時に買うのが習慣なので今日も買ったけど、久しぶりだったので重くてつらかった。