

■ 肉体労働

久しぶりの肉体労働でした。

と言っても、そんなには激しくはありません。

昨日の続きのフローリング化を手伝いました。

電動ドライバーを使って、床に木工用のネジを打ち込みました。

たぶん、全部で 300 本くらいのネジを打ち込んだと思います。

本当なら、電動ドライバーなので力はいらないのだろうけど、性格的に力が入ってしまいます。

状況はこちらから。

午前中、2 時間弱、午後も 2 時間弱。

昼は家に帰って食べたので、伊那 - 駒ヶ根を 2 往復しました。

と言っても車の移動なので、全然大変ではありませんが。。

良い汗をかいたにも係わらず、夜、風呂に入る前に体重を計ったら 65.9 キロでした。

なんと帰国後の最高記録を樹立。

日々、上昇傾向にあります。

夜は、甥に機関車トーマスを見せました。

あと、トトロも。

まだ、あまりなついていません。

やはり、母親が良いみたいです。