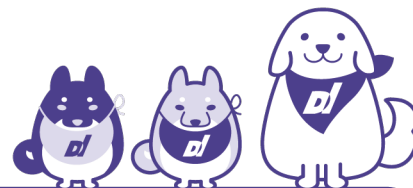




やまおか たかあき

山岡 敬明

担当 賃貸管理部 お客様係



皆様こんにちは。今年は何と言ってもコロナウィルスの影響で行動が制限され、自由に何でもできるということがなくなりました。来年以降もコロナウィルスの影響で今年以上の制限が加わるかもしれません。ストレスがたまる可能性がありますので注意していきます。

このご時世なので私の健康法はまず、人ごみに出ないことです。大多数の人がいるところではコロナウィルスにかかる可能性が高いからです。また、マスクは欠かさずつけています。最後に一番の健康法は睡眠を取ることです。1日の疲れを癒すのは睡眠だと思っています。この先もコロナウィルスと共存していくことになりそうです。ストレスを溜めないように生活していければと思います。