

7月4日（日）

やってきました、寝苦しい夜が！ 蒸し暑くて、何度も寝返りをうち、そのたびに目が覚めるという最悪の夜でした。日中から蒸し暑くて、じっとしていても、じわっと体が汗ばんでネトネト状態。何度でもシャワーを浴びたい気分です。冷たいお茶を飲み過ぎて、腹たふたふ。これが汗になって出てくるのは、分かっちゃいるけどやめられない。（このフレーズが分かる人は随分古い） 本格的な夏が来る前の儀式みたいなものですが、寝苦しいのだけは勘弁してほしい。