

福岡市南区平和1-4-6
 発行：南昌江内科クリニック
 歩の会事務局
 TEL 092-534-1000

号外



歩の会会報

油山で自然を観察しながら『おしゃべりお散歩会』。

こんにちは。福岡のラジオでもしゃべっています、おかはち(岡部はち郎)です。



南先生のクリニックに通い始めてはや1年半。
 みなさんと、もっともっと健康へ向かう集まりはないかなーと思ったら『歩の会』を発見！
 さっそく入り、いまはお世話役もさせていただいています。
 その『歩の会』で、楽しくおしゃべりをしながら散歩や軽いハイキングをする『おしゃべりお散歩会』を6月からはじめました。
 今後の予定日も決まりました。

みなさん、気楽に南昌江クリニックの受付のほうへお申し出ください。

『歩の会』の会員じゃなくても大丈夫ですよ。参加、おまちしてまーす。



<6月の油山で自然観察お散歩会>のご報告

6月4日。ちよっぴり曇り空。朝10時に、南昌江クリニック前に集合。参加は4人。リーダー岡部(副会長)、大久保さん(男性会員)、松尾さん(女性会員)、井上さん(初参加)。車で福岡市南区の油山自然観察の森へ。

福岡支部会員なので、レンジャーのウシダさんにまずはセンター周辺の



概要と、いま飛んでいる野鳥、ヤマガラ、シジュウカラ、オオルリ、キビタキの鳴き声や姿をおしえてもらい、ふむふむ。でもただ歩くだけでは退屈でしょうからと、自然ゲームができるビンゴカードをもらいました(写真参照)。

「トゲのある葉っぱをさがして！」とか「薄むらさきの花を見つけましょう！」とか、「トンボやいもむしにあいましたか！」なんて質問もあつ

て、懐かしいあの時代、こども時代に返った気分でみんなでわいわい。

いい汗をかきながら90分ゆっくりと歩きました。いっぱいおしゃべりして、いっぱい笑いました。なんだかストレスも飛んでいったみたいで、体も心も軽くなって次回の『おしゃべりお散歩会』の約束をして解散した楽しい1日でした。(報告 岡部)

次の「おしゃべりお散歩会」の予定です。

参加費はわずか。自由にご参加ください(雨天の場合は中止です。)

*** 7月30日(水曜日) 朝9時クリニック前に集合。**

鴻巣山の散策1時間程度の予定です。

8月以降は、毎月第3水曜日の予定です。(場所等が決まり次第、院内に掲示します。)

8月20日(水曜日)・ 9月17日(水曜日)・ 10月15日(水曜日)

11月19日(水曜日)・ 12月17日(水曜日)

