

## 3月のお散歩会 報告レポート 春の陽気にカメもお散歩。桜の花見に行ってきました！

号外

平成23年3月30日(水) 参加者は患者さんとスタッフあわせて23人！

大濠公園のボート乗り場に集合して、桜を見に西公園へ。

この日は天気に恵まれぽかぽか陽気でしたが、連日の寒さの影響でしょうか、西公園の桜は三分咲きといった感じでした。満開の桜も良いですが、ちらほら咲いている桜も風情があっていいですね。



公園を一周する間に、歴史の(詳しい内容は・・・)勉強をしたり、神社で参拝して、ほんの少し日本文化に触れました。

展望台では博多湾を一望し、しばし休憩。休憩中はOさんのウクレレとTさんのオカリナ演奏に聞き入りました。休憩後はまた大濠公園を目指して再出発です。下り坂ということもあり足取りも軽くスタート地点へ戻ってきました。



お花見と同時に日頃の運動不足を解消することのできる1日となりました。(文責：受付 吉村)



<参加者の感想です>

- ・季節を感じられた。 ・満開もいいけれど、これくらいの桜を見るのもいい。
- ・詳しい方がいらっしゃって歴史の勉強ができた。 ・ピンクのきれいな桜が印象的でした。
- ・30年ぶりに西公園にきたが、懐かしかった。 ・ゆっくり歩いて気持ちよかった。
- ・歩く練習をしてきた。練習がいい運動になった。 ・人数が多くて楽しかった。
- ・病気(糖尿病)のおかげで仲間ができた。

☆今後の予告☆

5月のお散歩会は、博多の寺町散策です。

ゴールはリニューアルした博多駅！博多の新旧を堪能するお散歩コースです。

平成23年5月18日(水) 10:00 クリニック前 集合です。

※参加ご希望の方は申込みが必要です。スタッフまで！