



## H24. 10 月お散歩会 報告レポート ～のこのしま・コスモスに囲まれて 第 4 回 のこのこボール大会～

平成 24 年 10 月 22 日(月) 参加者は患者さん 6 名とスタッフ 2 名の計 8 名。10 月コスモスが咲く季節といえば毎年恒例となった、能古島のこのこボール大会!



秋が訪れ、涼しくなったと思ったら、この日の天気は皆さんのこのこボールにける熱き情熱が影響したのでしょう。週間天気予報の雨なんぞ軽く吹き飛ばし、秋晴れとなりました。朝の寒さは嘘のように日中の気温はぐんぐん上がり、汗が出るほどに。のこの島初体験の方、ひそかに優勝カップを狙ってイメージトレーニングを重ねた方も皆で賑やかに 9 ホール巡りました。コスモス満開の中でのスポーツはとても気持ち良かったです。その後例年ならお決まりの「のこうどん」のお店に入りますが、今回は島到着後まっさきに「能古産天然あさり弁当 or おにぎり」を買ったので、芝生に腰かけて遠足気分美味しく頂きました。よく見ると優勝カップを手にした N さん、次に焼き鳥を買って、水筒ケースには今買ったばかりのお茶? それともお茶色だけど泡の飲み物? ひそかな祝杯ですね。私たちが焼きたてのヨモギ饅頭を はふはふ言いながらほおぼったり、ソフトクリームを食ったり・おっとそんな証拠写真は伏せておきましょう。でも食べたらちゃあんとその分以上は歩くのです! アイランドパーク内を隅々歩き、うさぎにヤギにウコッケイ、色とりどりの草花を見て回りました。パークをでた後も船着場まで歩き 40 分程で到着しました。

日頃歩きなれた皆さんの足取りのまあ軽やかなこと! 口ばかりで運動不足のスタッフ 2 名は後ろからせえせえ言いながらついて行きましたよ。しっかり食欲の秋も運動の秋も行楽の秋も全部満喫できた 1 日でした。(管理栄養士: 泉田)

この日、雨と予想されていましたが見事に晴れて、このこボールも無事開催! みなさん張り切って、パー狙いでボールを打ちます。私も初めてのこの島へ行きみなさんと一緒にこのこボールや、この島の自然を満喫しました。今の時期はコスモスが綺麗に咲いていて、平日にもかかわらず観光客の方もたくさん来られていました。自然の中に作られたブランコがあり、前を見ると海があり、花もありとても贅沢な時間を過ごせました。今度は子供を連れて家族で行ってみたいなあと思いました。

皆さんも福岡市内から 15 分で行ける自然がたくさんある能古島に是非行かれてみてはいかがでしょうか? (受付: 米本)



次回のお散歩会は **福岡オーブントップバス** に乗ります。

平成 24 年 11 月 14 日(水) 集合: 10:40 クリニック前

※クリニックから徒歩で市役所へ。(11:30 発のバスに乗る予定)

福岡タワーや海を見わたせる「ももちコース」。バスの所要時間は約 1 時間。

バス代 1 人 1500 円、交通費など実費分は自己負担です。詳しくはスタッフまで。

予約制ですので、参加ご希望の方は必ず受付にお申し込みください。

