

南風通信<11月号>



発行元
南昌江内科クリニック
院長 南昌江
副院長 二村育実
TEL 092-534-1000
FAX 092-534-1001
www.minami-cl.jp

《バスハイク特別号》

平成 26 年 10 月 1 日(水) 年に1度のバスハイク！参加者は患者さん 33 名、薬局 3 名、南先生とスタッフ 8 名で呼子に行ってきました。



当日の朝はすっきりとした青空の下、クリニック前に到着した大型の西鉄バスに次々と乗り込みました。たくさんの参加者にお集まりいただきバスはほぼ満席の状態でお出立しました。まずは呼子朝市へ、たくさんのお魚や干物、野菜などが並ぶ通りを歩きます。皆さん買い物袋をたくさん下げてバスに戻ってこられました。お楽しみの昼食は「海舟」へ。いかの活き造りやイカしゅうまい、お造りや小鉢の並ぶテーブルで食事を楽しみました。ちょうど10年前のバスハイクも呼子でしたが、なんと昼食会場は同じところだったと、当時も参加された Y さんと南先生に知らされびっくりしました。奇遇ですね～。おなかがいっぱいになったところで、お次は波戸岬へ。潮風の強い中、食後の運動ということで、「じゃんけん列車」というレクリエーションをしました。じゃんけんをして負けた人が勝った人の後ろにつき、1列になるまでじゃんけんを繰り返します。最後まで勝ち続け先頭になった I さん！無欲の勝利とはいえすごいです。後日、I さん

には賞品として当院のレシピ本「アイデアいっぱい糖尿病ごはん」が授与されました。最後は唐津のうまかもん市場に向かいます。着くまでの間、バスの中ではビンゴ大会をしました！皆さん景品はもらえましたか？！帰路に着くころ、少し曇り空になりましたが、何とか雨に降られることなく帰ってくることができました。毎年参加され、晴れ女だった南先生のお母様が天国から見守ってくれたのでしょうか。今年も無事に楽しくバスハイクを開催することができました。ご協力ありがとうございました。ぜひ次回もご参加ください。(文責:運動指導士 守田)

今回のバスハイクでは、私は初めて呼子の「朝市」に行くことができました。元気ハツラツのおばちゃんたちの誘惑と、美味しそうな魚たちの誘惑と・・・目移りする時間でした。せっかくだからと思い、干物などをGetしたものの、他にどうしても気になるものを発見。それは『ぎょろっけ』という品物で、その名前は知っていても食べた事がなく、とても興味津々でした。「どうしても食べたい」という気持ちがおさまらず、もう一人のスタッフも巻き浴いにし、こっそりと購入。もちろん買ったからにはその場で食べたい・・・と、周りの目を盗んで二人で分け合い実食。美味しそうな予想を裏切ることなく、「うまい！」の一言で、「来て良かった～」と思える、満足な出来事でした。今回のメインの“呼子のイカ”や、波戸岬で意外と盛り上がったレクリエーション。

みんなで楽しい時間を過ごすことができ、良いバスハイクになり良かったです。(文責:看護師 今島)



《お知らせ》 www.minami-cl.jp ぜひご覧ください！

11/1 よりホームページがリニューアルします！

クリニックのお花を紹介します 当院では毎週 2 種類のお花を飾っています。



《お散歩会 今後の予定》
☆11月5日(水)
10:00 姪浜渡船場
この島アイランドパーク
☆H27年1月14(水)
10:00 クリニック前
三社詣り
☆2月4日(水)
10:00 地下鉄藤崎駅
高取焼見学
※申込が必要です。

《歩の会 忘年会のお知らせ》
ボーリング大会&食事会
年の終りに美味しいお食事とお話で
1年を締めくくりませんか？
日時: 12月3日(水)
ボーリング大会 ラウンドワン天神
集合 10:00 岩田屋正面
食事会 博多廊
集合 12:15 天神アップル前
※食事会のみ参加も大歓迎です。
※申込が必要です。詳しくはスタッフまで。

《クリスマス会のお知らせ》
※1型糖尿病の子供そのご家族対象
子供たちは新しいお友達やヘルパーと
遊びましょう。親御さんたちは日ごろの
思いや悩みについてお話ししましょう。
日時 12月6日(土) 14:00~16:30
会場 あいれふ2F
※申込: 11月29日までに TEL または FAX
ホームページもご覧ください
www.minami-cl.jp

※南風通信をご希望の方にはお渡しできます。お気軽にスタッフまで！