



《10月バスハイク in 北九州》



10月21日(水)に毎年恒例のバスハイクで今年は北九州方面へ行ってきました。

今回は患者さん26名、薬局さん3名、南先生、二村先生とスタッフ10名の計41名の参加でした。

この日はお天気も良く、絶好のバスハイク日和でした。クリニックに到着するとなんとスタッフの集合時間より先に、3名の患者さんがクリニック前でバスが到着するのを待っていました。みなさん気合が入っていますね！8時半に全員集合し、まず最初に向かったのは今九州で一番人気の“むなかた道の駅”です。先日テレビでも取り上げられていて、今回みなさんが一番楽しみにされていた場所だと思います。道の駅には宗像で採れた新鮮なお魚や野菜がたくさん売られていました。あと自己紹介でスタッフが美味し

いお酒があるという情報を耳にし、お酒コーナーに立ち寄られている方もいました。

他には道の駅の隣に米粉を使ったパン屋さんもあり、たくさんの種類の美味しそうなパンが販売されていました。みなさん道の駅では「野菜が安いわね〜」「今夜はこの野菜でお鍋ね！」など両手いっぱい袋を下げてお買い物を楽しんでいました。

次に向かったのは、昼食会場となる“ぶどうの樹”です。初めに栄養士によるお料理の説明があり、今回は会席料理ということで色とりどりのお野菜や種類なお豆腐、お肉からお魚、甘味まで全11種類ものお料理に舌を包みました。男性陣は美味しいお料理と一緒にお酒を少々楽しまれたようです。そして今回のレクレーション企画として、血糖測定予測クイズを行いました。食事の量や内容を見て食後1時間半〜2時間後の血糖値を予測してもらいます。その予測値と実際値の誤差を競うというものです。

食事を召し上がったあと、次の見学先となっている“シャボン玉石鹸工場”に到着後、看護師による血糖測定が始まります。測定が始まると実際の血糖値を耳にしてショックを受けている方や、意外に上がっていなかった方など予測値よりも差がひらいてしまった方もいました。シャボン玉石鹸工場では、まず無添加石鹸の説明があり、そのあと工場見学に向かいました。石鹸の作られる工程を見て、職人さんは目で見て、味見をして石鹸の出来具合を確かめているようです。見学が終わりみなさんすっかりシャボン玉石鹸の魅力にハマってしまい、ここでもハンドソープやシャンプー、洗濯洗剤などたくさんのお買いものを楽しんでいました。

バスに乗り込みクリニックへの帰路につきます。車内で先ほどの血糖値予測クイズの結果発表です！1位の方は予測値の実際値の誤差なんと1！！素晴らしい読みです。そのあとも続々と順位を発表し、車内では「おー！」と歓声や拍手がおこっていました。

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。みなさんのアンケートからも「楽しい一日だった」「いつも楽しい企画をありがとうございます」「スタッフの皆様ご苦労様でした」など労いの言葉がたくさん書かれてあり、私たちも頑張っって企画して本当に良かったなあと感じます。また来年に向けて色々な企画を計画していきたいと思っておりますので、またみなさん是非参加していただきたいと思っております。

(文責:米本)



《クリニックのお花》

当院では毎週木曜に2種類のお花が飾られます。毎月のお花をポストカードにもしていますので、ご希望の方はお気軽に受付までお声かけください。



ホいちご・ケイトウ

グラジオラス

ミリオンバンブー
ダイヤモンドリリィ

ガーベラ

千日紅

スカビオサリリ

マムリディオ

ピンクッション

《お散歩会 今後の予定》

- ☆11月11日(水) 動植物園
10:00 クリニック前
- ☆12月9日(水) 忘年会
ニューオータニ博多
- ※会員さん限定です！
- ※参加には申込みが必要です！

《糖尿病教室のご案内》

- 日時: 11月14日(土)
- 場所: 南昌江内科クリニック 2F
- 時間: 14時~15時半
- 第6回糖尿病教室
- 「やってみよう！カーボカウント」
- ※要予約(スタッフにお声かけください)

《1型糖尿病セミナーのご案内》

- 日時: 11月21日(土) 14:00~17:30
- 場所: JR博多シティ会議室
- 講演: 大村詠一先生「僕はまだがんばれる
~1型糖尿病とともに夢に向かって」
- 「グループディスカッション」
- ※申込: FAX連絡表を当院まで。10/30必着。