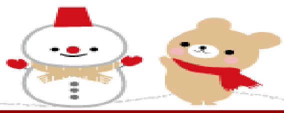
すぎな園だより

令和３年１２月１日発行　第１７５号

住 所：松山市北吉田町７７－９５
ＴＥＬ：９７４－８３１０
ＦＡＸ：９７４－８３４０
メールアドレス：suginaen.0704@song.ocn.ne.jp



名峰石鎚に登ってみた

１０月２３日（土）に石鎚山に行ってきました。本来なら夏ごろに行こうと思っていましたが、新型コロナウイルスによる緊急事態宣言の発令により自粛を行なっており、宣言が解除されたので土小屋ルートでの登山の計画を立てました。石鎚山への登山は小学生のころ以来３０年ぶりのことで体力的に不安がありましたが、思い立ったが吉日だと意を決して挑戦を決めました。

当日の天気は「晴れ」絶好の登山日和だと思っていましたが、石鎚山付近には帯状の雲が・・・。

出発してすぐにその思いは崩れ去りました。石鎚スカイラインに入った辺りから視界が悪くなってきており、石鎚山に近付くにつれ天候は悪化していきました。土小屋駐車場に着くと辺りは霧で真っ白。何と外気温は５℃を示していました。

登頂時間は正午を目標に午前１０時にアタックを開始。
歩き始めは順調に歩を進め、ぬかるみに苦戦しながらも登ること３０分でほぼ中間点の標示まで登ってきました。
「あと半分だ」と自分に言い聞かせながら登っていましたが、このあたりから膝に痛みを感じ始めました。
その後はひたすら痛みと寒さに耐え、休憩をとりながら登り進めました。

最終休憩所で息を整えていると、頂上から戻ってきている人の足元にはアイゼン（雪道でのすべり止め具）が装着されていました。話を聞くと頂上付近には雪が積もっており、登山道は凍ってしまっているので付けたほうが良いとのこと。一応すべり止め加工のされている靴を履いていましたが、もちろんすべり止め具を持って来ているわけもなくそのまま頂上を目指しました。すぐに息が切れてしまうことと滑落防止のため、１０歩くらいで一息入れるペースでゆっくりと５００メートルを３０分ほどかけて頂上まで登りました。

頂上からの景色は真っ白で１０メートル先も見えないほどでした。この時点で時刻は１２時３０分。帰宅時間も考えて頂上の神社を参拝するとすぐに下山を開始しました。下山を開始してすぐに膝が限界を迎えてしまいました。ちょっとした段差でも激痛が走り、半泣きになりながら駐車場まで戻ってきましたが、正直下山の記憶があまりありません。

紅葉もあまり色付いていなかったので残念でしたが、登りきることが出来たという達成感を少し感じました。
ちなみに翌日の日曜日も、膝の痛みにより家の中での移動が困難でした。

文責：若松　卓也

ハロウィン

去る10/28（木）、すぎな園で2回目のハロウィンを行ないました。

まずはゾンビやピエロのメイクをしたり仮面で仮装し写真撮影。みなさんお化けになりきってたくさん写真を撮りました。その後は全員参加のゲーム大会＆おやつタイム！ちなみに某職員手作りのそのお菓子は、ハロウィンにちなんだ『指クッキー』!!ピーナッツの爪といちごジャムの血を塗ったその指クッキーは、一瞬食べるのを躊躇うほどのリアルさでしたが、みんなビックリしながらも美味しそうに食べてくれました。最後は名残惜しそうにメイクしたまま帰る利用者さんもおられ、みなさん思い思いに楽しまれたようでした。

文責：宮岡　美涼

外出活動

1年ほど前に出展していた『かまぼこ板の絵』展覧会。コロナウイルスの影響で展示が遅れていましたが、この度『ギャラリーしろかわ』様よりご招待していただき、見学に行ってきました。すぎな園の作品をやっと見ることが出来て、みんなとても嬉しそうでした。往復に時間がかかり、すべての作品をゆっくり見ることが出来なかったことが心残りですが、久しぶりの外出を思いっきり楽しむことが出来ました。

文責：岩井　香織

12月

12月	3日（金）	外出活動（買い物）	12月	16日（火）	料理活動（ほし班）
12月	7日（火）	料理活動（ぞうさん班）	12月	17日（金）	外出活動（温泉）
12月	10日（金）	外出活動（ボウリング）	12月	21日（火）	料理活動（さくら班）
12月	14日（火）	料理活動（ミッキー班）			

年末年始休暇12月30日（木）～1月3日（月）までの5日間になります

文責：岩井　香織