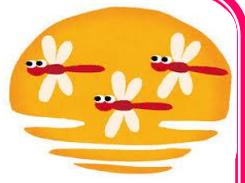


すぎな園

だより

令和4年11月1日発行 第186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



淡路ヶ峠にのぼってみた

秋ですね。食欲の秋、芸術の秋、スポーツの秋…ということで、以前他の職員が掲載していた『登ってみた』記事に便乗して、運動がてら淡路ヶ峠に登ってきました。ところで、みなさんは淡路ヶ峠って知っていますか？まずは淡路ヶ峠の紹介からいきたいと思います。

松山市の東部（畑寺）にそびえるのが淡路ヶ峠です。「峠」は「とうげ」ではなく、「とう」と読みます。松山に住んでいれば必ず目にするお山ですが、地図上では無名峰です。故に、知名度はかなり低く、身近でありながらマイナーなお山です。多数の登山道があることや山頂に展望台があることも知られていませんが、実は絶景が広がるハイキングの名所とのことです！

平成9年、ハイキングコースとして登山道が一部整備されました。その時、山頂に立派な展望台と東屋が設置されました。展望台からは松山平野が一望のもとに見下ろすことができます。松山市街はもちろんのこと、砥部・松前・伊予市・海岸線沿いに佐田岬へと連なる山並み。対岸の山口県の屋代島など、驚くほどのパノラマが広がっています。登山コースは、繁多寺からのルートや、青い空坊ちゃんコース・ゆったりマドンナコース・ガンバル赤シャツコースなどがあります。『登山あるある』で、頑張って山頂まで登っても残念ながら眺望がよくないこともあります。淡路ヶ峠では大パノラマの景色が楽しめるのがいいですね。どこに何があるかも、おおまかに看板に記してくれているので、目の前の景色を堪能しながら会話も弾みます♪

また、淡路ヶ峠は20分もあればすぐ頂上に着くので、あまり荷物の準備も必要がなく、気軽にハイキングが楽しめます！私は知らずにバッチリ登山靴やストックも持って行って行ったので気合入りすぎ～みたいな感じでした！（笑）動きやすい服装や靴・水分があれば大丈夫です。知っている人は気軽に行かれていますので、他の方にすれ違ったり、コースによっては歩いていて途中で中学生の部活の声も聞こえてきたり、迷うことや動物に出会う心配もほとんどないので安心です。逆に歩き足りない方は繁多寺コースの途中で宝ヶ峯という山に行ける分かれ道もあるので、そちらへ向かったりと、色々なコースを探検してみるのもいいかもしれません。ただ、登り口まで行けば所々に案内板があるので迷うことはないと思いますが、登山口までのルートや駐車スペース、お手洗い等の問題が生じるケースもあるので、気をつけてください。市のHPや地域の方々がガイドを掲載してくれているので、前もって調べておくのもオススメです☆

今年の夏はかなり暑くて出かけるのもおっくうになることもありましたが、やっと涼しくなって出かけやすくなってきましたし、気分転換もしたいところですね！淡路ヶ峠に行けば私に会うこともあるかもしれないので、是非ともこの記事を参考にして頂いて、楽しい秋を過ごしてくださいね～(^^)／

※インターネットでの情報を参考にさせていただきます。

文責：宮岡 美涼





10月25日、恒例と化したハロウィンパーティーを行いました。自分の
 したい衣装を聞いてメイクをしたり、お面などの小道具を使って変身し、ゾ
 ンビやピエロ・キョンシーなどになりきったり、みんなで写真撮影をして楽し
 んでいます。午後のお茶タイムには、ハロウィンにちなんで手作りの『スイ
 ートかぼちゃ』を食べました。みんな美味しそうに食べてくれました♪誰が
 一番怖くなったか、ご意見聞かせて下さいね🐻



課長のお郷から新米を頂きました。お米の美味しさを味わうならコレ♪
 ということで・・題して“おにぎり🍙作りましょう&食べましようの日”を
 開催しました。今年度は初となる料理活動で、自分で具を選んで握りました。
 個性的なおにぎりがたくさん(笑)とーっても美味しかったです♪♪
 家族さんにもお手伝いをして頂き、楽しいひとときを過ごせました。
 みなさまありがとうございました。



医務からのお知らせ

11月22日(火)、29日(火)の2回に分けてインフルエンザ予防接種を行ないます。

詳細は後日改めてお知らせいたします。

※予防接種はあくまで重症化を防ぐためのものです。引き続き手洗い・うがいをしっかり行ない、かからないよう
 に気を付けて生活をしましょうね!



文責：岩井 香織