

すぎな園だより

れいわ ねん がつ にちはっこう だい ごう
令和7年5月1日発行 第216号
じゅうしょ まつやましきたよしだまち
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



リフレッシュと言えば・・・？



5月になり暑いぐらいの日も出てきましたが、お出かけ日和となりましたね♪5月病という言葉がありますが、環境が変わったり、季節の変わり目でなかなか体や気持ちがついてこないこともあるかと思いますが、みなさんは何でリフレッシュをされていますか？私のリフレッシュ方法はというと「登山」です。最近では鷺ヶ頭山や垣生山などに登ってきましたので紹介します。

鷺ヶ頭山は大三島の大山祇神社のすぐ近くにある山です。登山道は整備されており、歩きやすい道が続いています。私は安神山ワクワクパークから登っており、道中や山頂などにはひらけた場所もあり、登山しながら海や大三島の町並みが眺められます♪桜の時期には少し早かったですが、安神山山頂では早咲きの桜も楽しめました♪下山後には大山祇神社に参拝し、樹齢2600年ともなる大きな楠があり、その大きさに圧倒されて、なんだかパワーをもらえた気がしました。

そして、垣生山といえばすぎな園にも近いですし、活動で登られたことのある利用者さんもある山ですね。色々な所に登山道がありますが、今回は高岡町の住宅街にある登山口から登っています。登り始めてすぐの所にある陽光桜は早咲きなので私が登った4月初めには終わりかけでしたが、山頂の垣生山公園ではソメイヨシノが満開でした。低山なので下の道路を走っているバイクやトラックなどの音が聞こえてきて完全に非日常感とはいきませんが、垣生山公園から空港や海・市街地など眺められ、360°パノラマの景色が楽しめます。そしてその先を進むと、途中雑木林や竹林などを抜けながら、津田山・弁天山と続き、更にその先を進めば別府清水山公園へ降りられます。弁天山から先は道が分かりにくい所があったり、足元も滑りやすいのでお勧めしませんが・・・。

登山すると運動にもなるし景色も楽しめて、私にとっては凄くリフレッシュになっています。これから暑くなりますが、それぞれのリフレッシュをしながら今年も元気に乗り切っていきましょうね(*^_^*)



お花見



4月3日はウェルピア伊予で家族会総会・お花見会を開催しています。みんなで会食を楽しんだ後、クイズやカラオケをしたり、桜を見ながらのお散歩などを楽しんでいます。天気や桜の見頃にも恵まれ、よい交流の機会となりました。ご参加頂いた方々、まことにありがとうございました♪





ドライブ



4月は4班に分かれて公園外出に出掛けています。天気やメンバーなどを考慮して、丹原総合公園、ふたみ潮風ふれあい公園、ふたみシーサイド公園、鹿島公園とそれぞれ違う公園を目的地にしており、ゆっくりお弁当を食べたり遊具で遊んだりして楽しんでできました♪



公園のお仕事



4月から、空港フラワー公園の管理のお仕事を始めました。松山空港 東 第四公園テニスコート横の公園で、園内にはたくさんのお花壇があり、主に花壇のお手入れや灌水・公園内の掃除などを利用者さんと一緒に取り組んでいます。もし近くに寄られた際には、みなでお手入れしているお花を眺めてゆっくりしていただきたいと思います♪



新職員紹介



4月から新しく入りました大柳由香です。
1日でも早く皆さんと仲良く出来るよう頑張りたいと思います。
よろしくお願いします！



5月の予定

5日はGW(ゴールデンウィーク)の為お休みとなります。

9日・13日 外出活動(からい)

21日 外出活動(買い物)

15日 外出活動(とべ動物園)

22日 外出活動(とべ動物園)



文責：宮岡美涼