

## ～潮風の中で～ 城ヶ島レクリエーション

10月15日 パステル

緊急事態宣言も解かれ、いよいよ待ちに待ったレクリエーション！！ 皆でどこに行こうか？（ワクワク）！！ 海？ 浅草？？ 鎌倉？？と沢山の目的地が候補にあがりました。

「海に行こう！！」ということになり、候補地には「江の島」、「江ノ電から見る海景色」、「三崎にマグロを食べに行く」、「城ヶ島」があがり、その中から多数決で決まったのは、「城ヶ島」でした。そして城ヶ島では「マグロを食べよう」ということになりました。



久しぶりに赤い電車に乗って三崎口へ、そこから青いバスに乗り換え向かった城ヶ島は、大きな青い空に、広がる光る海。全てが新鮮で、岩場でカニやどかりを見つけたり、海を触ろうと靴ごと水に浸かってしまったり、、 海ではマスクも外し、皆さんの笑顔が何より一番輝いていました。今まで当たり前前に楽しめていた時間が、こんなにも貴重な時間だったのだと皆で再確認しました。



てんこ盛りの  
生シラスとまぐろ丼



海でハイキングを楽しんだ後は、もう一つのお楽しみのランチ。「朝採れ生しらすにマグロてんこ盛り丼」、あまりの美味しさにしばし至福の時間を過ごしました。

最後にもう一度マスクを外し、思い切り潮風を吸い込んで帰途につきました。電車では、早くも「次はどこに行こうか！」と疲れも吹っ飛んだ様子でとても和やかでした。

## ～緑に囲まれて～

瀬上の森ウォーキング

10月15日 かるがもの家

最近、急に寒くなってきて、季節の移り変わりの早さを感じています。新型コロナウイルスの感染拡大が収まりつつある中、久しぶりにみんなで瀬上の森へウォーキングに行ってきました。爽やかな空気を吸いながら、気持ちのよい散策となりました。

参加された方の声を聞いてみました。



コロナ禍で、運動不足になっているから、ウォーキングは体にこたえます。坂や階段で険しい道のりを、みんなと一緒に歩きました。

登って、帰りは下るので、下り終わると、こちよい疲れを感じたレクリエーションでした。みんなと一緒に登って下り、初志貫徹できたことが、今後の力になると思います。楽しかったです。(K.Ko)



しばらく動く機会がなかったため、ひさしぶりに歩くとすぐに疲れてしまい、少し大変でした。しかし、今回歩いた場所は、自然の中を歩いている感じがして、疲れとは別に歩いていて気持ちが良かったです。(K.Ka)



気温も高めでボカボカのお日様が照る中をみんなで「あったかいね～気持ちいい♡」などとはしゃぎながら瀬上の森へ向かいました。

森の中は緑がいっぱいで、空気が爽やかで、心まで洗われるような素敵な森林浴に癒されました。尾根までの登りは少し大変だったけど、登頂した時は「頑張った！」という達成感と満足感を覚えました。帰り道は「楽しかったね！また来たい！」と口々に興奮さめやらぬ思いで帰って来ました。また次回のお出かけが楽しみです。(I.H)



初めてのウォーキングでしたが、天気も良くて山登りも楽しかったです。みんなと記念写真を撮ったので良い思い出になりました。山にリズがいて自然を感じました。(K.M)

