

## 第8回 乳がんサポートコミュニティ「あかりて」2024年12月21日 活動報告書

参加者：12名

スタッフ8名

今回の「あかりて」は、初のおでかけ編。バスをチャーターし遠足に行ってきました。行先は伊豆西浦地区へ。農事組合法人「丸榮」さんでみかん狩りをして、「めんたいパーク伊豆」と「伊豆ゲートウェイ函南」で見学とお買い物を楽しみました。

当日は12時に沼津駅北口からバスで出発。車内でのアイスブレイクは、今年一番うれしかった事と今日食べたいみかんは何個？参加者の皆さんからは、「我が家のネコが12歳になった」「孫が生まれた」「ランチビュッフェを胃もたれせずに食べられた」「子供たちが無事に進学した」「仲間に会えている」「退院後の復帰を職場仲間が待っていてくれた」「コンサートに行ってきた」「お買物券が当たった」「たくさん旅行へ行った」「運動と減量をしてリンパ浮腫が治ってきた」「普通でいられる」など聞かれました。みかんは3個、5個、10個、いっぱいなど皆さん食べる気満々。

13時頃にみかん園到着後、果樹園へ移動。移動中から降り始めた小雨が止み、山の上からは駿河湾が見渡せました。お天気の良い日は富士山も綺麗に見える場所です。丸榮代表の井上さんから、果樹園の説明とみかんの取り方等の説明を受けました。そして、みかん狩りスタート。みかんは食べ放題、取り放題。甘味がギュッと濃く詰まった美味しいみかんを口に入れると、思わず笑顔になりますね。写真も撮りつつ60分程楽しませていただきました。皆さんカゴ一杯にみかんを取り14時頃下山。丸榮さんのLineお友達登録等の事業紹介後、じゃんけん大会もして、2名の参加者さんへみかんジュースのプレゼントもありました。

14時過ぎに再び小雨が降り始めましたが、そのころにはみかん園を出発。30分程で「めんたいパーク伊豆」と「伊豆ゲートウェイ函南」に到着。30分間、お買い物と見学を楽しみました。16時頃に沼津駅北口に到着し解散。事故なく無事に帰って来られました。

次回 第9回乳がんサポートコミュニティ「あかりて」について

- ・1月25日(土)に、ウエルビア長泉で「ヨガ」を予定しています。

活動報告担当：森