

リハッピーつうしん

号数 第 233号
 発行日 2026年08月01日
 責任者 高木 亮 輔
 連絡先 岡 厚 生 連
 中伊豆温泉病院
 通所リハ・リハッピー
 伊豆市下白岩75
 住 所 電話 0558-75-2395

夏を楽しむ

私の最高の思い出。
 四月、桜咲く季節から
 あっという間に移り変わ
 り気が付けば八月。この
 数か月の間で、最も心が
 躍りそして震えた瞬間
 がある。それは、西伊豆
 堂ヶ島、瀬浜海岸で出
 会った「トンボロ現象」だ。
 トンボロ現象とは、潮
 が引くにつれてそれまで
 海だった場所に少しずつ
 道が出来る現象で、海
 だった場所を渡りその
 先の島へ行くことが出
 来る人気の場所だ。
 「本当に渡れるんだ」と
 という興奮と共に、一步を
 踏み出すと、両脇に広
 がっていたのは言葉を失
 うほど美しいエメラルド
 グリーンの海だった。
 しかし、いざ歩きだす
 と足元には先ほどまで
 海の中にあった岩や丸
 石の群れ。歩きを進める
 度にグラリと揺れ、ツル
 ンと滑る。決して歩きや
 すい道ではないけれど、
 その不安定な足場を
 「おっと」とバランス
 をとりながら進むのが、
 まるでお宝探しをする
 冒険のようにワクワクす
 るのだ。

足元のスリリングな楽
 しさと、目の前に広がる
 圧倒的な自然の神秘と
 存在感。一日の内の限ら
 れた時間、この時間を共
 有できたことは私にとっ
 て最高のひとときだった。
 ただ、自然は時に残酷
 だ。次回は長靴を用意
 してこの場所に来よう。
 そう心に誓った私の身に
 何が起きたのかは、皆さ
 まのご想像にお任せし
 ます…。
 特に、足がね(笑)



きれいな海の色に癒されました！

リハッピー
も向日葵が
咲くよー！



自然のありがたさを感じました！



暑い夏が来る。いや、も
 う来ている。熱中症警戒
 アラートが静岡県で当た
 り前に連日発表されるこ
 とは数年前には無かった
 ように思います。これか
 ら八月です。体調崩さず、
 乗り越えましょうね。
 リハッピーでも少しでも
 涼しさを感じるように
 クーラー以外の工夫とし
 て、ゲームや作業活動に
 涼を取り入れていきます。
 中々完成しないものもあ
 りますが、是非とも楽し
 んでください。また、少し
 遅時期ですが、ヒマワリ
 の種も蒔きました。八月
 中には咲く予定です。暑
 さの合間に見に行けると
 いいですね。生育状況に
 ついては都度お伝えいた
 します。こちらも楽しみ
 にしてい下さい。

夏を楽しむ工夫



金魚を
拘え！



活きが良いね！