

# ナイスケアだより

第136号

令和5年9月発行

9月3日に会社のメンバーや友人と富士登山に行ってきました。富士山は標高3776mと日本一高い山で自然や美しさも兼ね備え世界遺産にも選ばれています。私自身、富士登山は4回行き山頂まで辿り着いた経験はありますが、毎回高山病に悩まされ絶景を楽しめたことがありません。今回こそゆっくりペースで酸素も携帯し、準備万端で登る計画でした。

ルートは富士宮、御殿場、須走、吉田と4つあり、今回は一般的な吉田ルートで登ることになりました。車で5合目まで移動し、ゆっくりペースで景色を楽しみながら7合目まで到達しました。順調な滑り出しでメンバーも笑顔や会話が多く出ていました。そこからが本番で岩場が多くなり会話が少なくなり段々と呼吸も苦しくなりました。8合目、9合目は我慢の連続で皆の表情は陰しく、メンバーで励まし合い何とか山頂まで到達できました。



最後の白い鳥居をくぐった時は日本一高い山に登った達成感がありました。山頂から見る景色は何とも言えない満足感がありました。下山も我慢の連続で、砂、岩の急斜面を長時間下り何度も転倒しそうになりながら5合目まで戻ってきました。下山後集合写真を撮り、メンバー全員満足感のある笑顔が見られました。私自身としては今回も高山病になりましたが山頂まで辿り着き雲を見下ろす景色を楽しむことができ思い出となる良い休日となりました。



有限会社ナイスケア 代表取締役 塩川 隆史

## ～コスモス～

秋の花は、キク、バラ、コキア、金木犀など沢山ありますが、『コスモス』を紹介したいと思います。

『コスモス』はキク科コスモス属の総称で形が桜に似ていることから『秋桜』とも呼ばれています。原産地はメキシコの高原。その後スペインに渡りマドリッド王立植物園で『コスモス』と名付けられました。語源の『コスモ』は、ギリシャ語の『宇宙』『秩序』。明治時代、1876年頃にイタリアの芸術家が日本に持ち込んだのが最初との説があり、雨風に倒されても茎の途中から根を出した立ち上がり花をつけるほどたくましく、繁殖力も強いことから日本全国で見られるようになったそうです。

花言葉は、白は『乙女の純潔・優美』『乙女の愛情・調和』、黄色は『野生美・自然美・幼い恋心』、濃い赤は『恋の終わり・恋の思い出・移り変わらぬ気持』です。開花時期は、夏咲きは7～8月、早咲きは9月、秋咲きは10月～11月です。

まだまだ残暑が厳しい日が続いております。熱中症にもお気をつけて水分補給をお忘れなくお過ごしください。

萩原 宏美