



日本九州豪斯登堡旅遊記

文：宋英雄

這是我第三次參加桃園縣腎友會舉辦的活動了！每一次我都期待腎友會的活動，甚至平日相關腎臟疾病講座幾乎沒有缺席，其實腎友會的成立給了我莫大助益！腎友會的成立，是做為腎友與醫護的橋樑，我因為參加了講座，知道社會上原來有這麼多腎友也在透過洗腎維持身體的正常運作，從怎麼吃？怎麼生活？建立了自我更生的能力！參加國內旅遊才感受到，原來洗腎患者透過休閒活動，更能建立自信心！

前年更在家人鼓勵之下，開始了第一次海外旅遊！跟著腎友會旅遊我好放心，有專業醫師護理師陪同，除了安排當地醫療機構進行洗腎之外，在旅遊過程中也隨時能處理腎友們突發狀況，在此衷心感謝桃園腎友會安排了這樣豐富的旅遊活動！

這一次身體狀況不太好，容易疲累，內人鼓勵我在生活飲食上稍加控制，一樣可以參加腎友會海外之旅，這次女兒工作請假陪同，我才放心報名參加活動！其實腎友會每一次辦的活動都很豐富，我若體力上允許一定參加！內人說海外旅遊對腎友來說機會難得，大都因『洗腎』而放棄，腎友會有安排活動，團體出遊患者和家人也較放心！

出發前一天女兒為我準備行李，清晨出發到機場，很意外的是搭上了 Hello Kitty 的專機，我不懂那是什麼？倒是女兒開心的不得了，說這是難得機會！一到日本下了飛機，我終於又來到了日本了！其實日本我並不陌生，以前到日本是經營業務績優，榮獲公司招待！機會難得，不過真的也是因為太拼而累出病，不管了！只要現在還能來，那種感動真的無法形容……。

第一天--真珠公園賞珍珠，海豚表演樂趣多

首先欣賞了一場精彩的海豚表演，後來參觀奇特的西海真珠公園，我們了解真珠養殖生態，女兒觀賞了透亮真珠養殖經驗。晚餐大家大口品嚐日本道地拉麵，Q彈爽口，大家閒聊家常事，真快活！

第二天--飽覽如詩如畫的美麗城市豪斯登堡

早餐後，踏入一座像荷蘭風情的城市豪斯登堡，古典的建築據說是模仿荷蘭所建立的，道路潔淨不在話下，轉角或道路兩旁都有種植花卉，繽紛亮麗，彷彿置身歐洲城市般的美麗！隨後搭乘日本著名卡通「海賊王」影片中的海盜船。我隨處走走欣賞美景，但是豪斯登堡環境很大，我走了沒多久真的步伐很重，好疲累，女兒貼心的買了一根長傘幫助我行走不會太疲累，好多商店陳列精緻美麗的布偶或糖果，這次出門女兒和兒子都給了我零用錢，這次我剛好在這裡有特別的巧克力片當紀念品帶回，送給小孩和孫子們！

第三天--長崎平和公園祈求和平、遊蝴蝶夫人故居【洗腎】

來到長崎這一座著名的花園叫做『平和公園』，在昭和 20 年（西元 1945 年）美國在日本長崎投下第二顆原子彈，瞬間奪去 7 萬 5 千人生命，而原子彈落下處正是這裡！我順著小坡道走到山上，眼前一尊席地而坐的雕像吸引了我注視著，這著名的平和祈念男神銅像，高 9.8M 重 30 公噸。右手指天，表示原爆的威脅，左手手掌向下水平，表示祈求和平，雙目緊閉，表示為犧牲者做長期的哀悼！是一個很令人感傷的公園。下午來到蝴蝶夫人故居參觀，這有一段異國婚姻的故事，一位美國商人哥拉巴氏與日本蝴蝶夫人相戀一生的故事，後來被寫成歌劇一直流傳著。參觀格局優雅的木造白色藍頂的別墅建築，走了一趟精心格局的洄游式庭園，想想能在如此環境下生活，真是人生退休後一大享受！

腳程太久，提不起步伐，女兒又買了根拐杖，讓我走路更有支撐力！後來訪日本著名糕餅店「長崎蛋糕」！老闆親切招呼我們，我品了香濃可口的長崎蛋糕，還和老闆合影留念～～

晚上安排洗腎行程，這兒的洗腎室乾淨舒適，醫護人員熱情又貼心的服務，雖然我略懂語言，她們始終保持一貫的微笑，讓我們不再對這裡感到陌生。後來結束治療大家愉快合影，感謝她們的專業服務讓我們能繼續接下來的行程。

第四天--遊覽熊本城、天滿宮，搭纜車登高望雲海心曠神怡

我們遊覽日本古城，來到日本一定要欣賞的就是古城，從戰亂至今遺留下來，並且妥善維護保存，讓我們看到日本的文化其實日本名城很多，但是熊本城的宏偉、巨大高聳的石牆，當時被認為是最令軍隊想放棄進攻的城，因為它地勢的優勢所以易守難攻，光看外牆就已讓我見識到它的威風氣勢！

續前往「阿蘇火山」了！我們一行人，欲搭乘空中纜車至中岳火山口觀賞火山壯觀景象，因火山口持續出煙只好作罷，但是女兒覺得可惜，拉著我拍大頭貼，我第一次接觸這新科技，成果還不錯，有阿蘇火山作為背景，不會太失望。途經寬闊美麗的草千里牧場，遠遠看過去，形狀像個淺淺的大盤子，草原中大湖，牛群馬群在濃綠的草原上悠然的吃草，令人心曠神怡。

最後到天滿宮參觀文化遺產，晚餐前到了免稅店，我和女兒買了好多牛奶糖、巧克力、兒童手錶…。出來旅遊雖然疲累，但是心情真的很好，因為家人鼓勵所以這次能成行，我一定要將這些伴手禮好好帶回去分享給我的家人！

第五天---雅虎巨蛋球場參觀，準備搭機結束快樂之旅

最後參觀巨蛋球場，外型如一艘大船的巨蛋球場，特殊的設計讓我忍不住拍了許多照片留念！

這一次旅行，行程之中偶有不適感或行動不便，同團的朋友都會彼此互相照顧，感覺出來大家就像一家人，很溫馨！女兒替我拍了許多照片和 V8 拍下旅遊有趣難忘的畫面，不知不覺 5 天的旅遊將劃上尾聲！其實旅遊是我們腎友努力的原動力，有了好的身體，才能到處去玩！享受人生！！

感謝桃園腎友協會精心策劃這次的日本之旅！