

# 健康の森公園だより 3月号

No.16 2012年3月1日発行

## 今月のナイスショット!!



撮影：別府 勝美（健康の森公園 職員）

健康の森公園には、シャッターチャンスがいっぱいあります。中でもおすすめは、カナル(水路)から撮る桜島！  
壮大な桜島が広がっていて感動します。

こちらの写真は、2月初旬朝7時20分くらいの朝日がちょうど昇ってきたとき一枚。

園内には、季節ごとに楽しめる植物や風景が広がっています。また、新たなイベントとして、5月には園内に咲くボタンの花をテーマにした「ボタン撮影教室」も計画しています。みなさんも健康の森公園で、自分だけのお気に入りの場所を見つけてみませんか？

## ☆ 3月～5月の講座・イベント情報 参加者募集のお知らせ ☆

### 第6回花と新緑のウォーキング

- ◇ 日時 3月25日(日)  
10時～12時(小雨決行)  
(受付は9時30分～)
- ◇ 内容 健康運動指導士による体ほぐし体操とウォーキングのワンポイントアドバイス。  
全周1.5kmコースと2.5kmコースのフリーウォーキング形式
- ◇ 対象 どなたでも
- ◇ 参加料 無料
- ◇ 申込み 当日、多目的広場会場にて受付

一緒に爽やかな新緑の香りを感じましょう。



先着200名の方に  
花苗(2ポット入り)をプレゼント!

### 第8回太極拳教室

- ◇ 日時 4月22日(日)  
10時～11時30分  
(雨天時は体育館を使用)
- ◇ 対象 どなたでも
- ◇ 参加料 無料
- ◇ 定員 30人(先着順)
- ◇ 申し込み 4月10日(火)から電話で申込み  
099-238-4650(健康の森公園管理事務所)



### ボタン撮影教室(初心者向け)

- ◇ 日時 5月6日(日)  
9時30分～12時
- ◇ 対象 初心者の方で、  
デジタル一眼レフカメラをお持ちの方
- ◇ 定員 20人(超えたら抽選)
- ◇ 参加料 無料
- ◇ 申し込み 4月10日(火)～4月17日(火)  
往復ハガキに教室名・住所・氏名・年齢・  
電話番号を記入して4月17日(火)必着

チーム名

フライデー



今回取材したのは、笑顔が印象的なミニバレーのチーム「フライデー」のみなさんです。

50代を中心に30代～70代の方々が所属しています。健康の森公園は、2か月に1回くらいの割合でご利用になるそうです。

和気あいあいとしてみなさん楽しそう！

そこで、若さの秘訣は？とお伺いしてみると…

健康と親睦のためにミニバレーをされていて、ストレスをため込まない、楽しむ！とのお答え。笑顔が絶えないフライデーのみなさんでした。



### 健康の森公園 花だより



2駐車場に車をとめて、右手にある“こもれびの散歩道”を抜けると、そこには自然の宝庫「自然観察園」が広がっています。春の訪れを告げるつくしやおたまじゃくしの姿を多数見ることができました。(2月24日現在)

#### つくし(土筆)

今年は1月20日くらいから確認できました。



#### ツバキ

たくさんの蕾が見られ、開花までもう少し！



#### 梅

2月中旬から咲き始めました。見頃を迎えています。



#### ふきのとう

春の息吹を感じさせるふきのとうも顔を出しました！



#### かごしま健康の森公園

所在地 〒891-1205 鹿児島市犬迫町825番地

電話番号 099-238-5588(予約専用)

099-238-4650(管理事務所)

F A X 099-238-4548

ホームページ <http://www.kago-kenmori.jp>

<発行> 指定管理者 (財)鹿児島市都市施設管理公社

