# 健康の森公園だより 1月

緑豊かな自然の中で楽しみながら健康運動ができる公園です。

令和5年1月~NO.147~

### 新年あけましておめでとうございます

謹んで新年のお祝いを申し上げます。

健康の森公園は、本年も市民の皆様に親しまれ る公園を目指して、より一層の努力をしてまい ります。

皆さまのお越しを心よりお待ちしておりますの で本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

> 指定管理者 公益財団法人 鹿児島市公園公社 健康の森公園 職員一同

#### 発行 指定管理者 公益財団法人 鹿児島市公園公社

#### かごしま健康の森公園

〒891-1205 鹿児島市犬迫町 825 番地 TEL 099-238-5588 (予約専用) 099-238-4650 (管理事務所)

FAX 099-238-4548

#### かごしま健康の森公園パークゴルフ場

TEL 099-238-7300 (管理棟)

FAX 099-238-7301

http://k-kouenkousya.jp/kenkou/



# 晩秋を楽しむウォーキングを開催しました



今回はスポーツインストラクターの伊集院尚子先生をお招きし、ウォーキング前のストレッチや腕の振り方、 歩く時の呼吸法などを教わりました。

約70名の皆さんが2Kmと2.5Kmのコースに分かれて園内をウォーキングしました。

当公園スタッフの先導で、自然観察園、こもれびの散歩道、展望台を案内し、紅葉や展望台からの景色を楽しみ ました。看護師さんによる血圧測定や健康チェックも好評でした。

次回は3月26日(日)に「春を迎えるウォーキング」を開催する予定です。 健康づくりに園内を歩いてみてはいかがでしょうか?







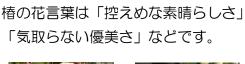




# つばき園の椿が咲き始めます!

年初めから多くの市民の皆様にご利用いただいております。 パークゴルフ初心者講習会」や「わくわく親子教室」は大変 F評いただきパークゴルフに興味を持たれる方が増えていま<sup>-</sup> 月19日(日)は初心者講習会を予定しています。





つばき園には約50本の椿の木があ

ります。1月から3月頃まで、赤・白・

ピンク・マーブルの椿が色鮮やかに咲



き続けます。

「太郎冠者」

「白薩摩」



# 1月~2月のイベント・教室募集情報



#### 申込方法

**往復はがきかメールで教室名、住所、氏名、年齢、電話番号をご記載のうえお申込みください。** ◎健康の森公園管理事務所(〒891-1205 鹿児島市犬迫町825番地)

◎イベント・教室申込み専用アドレス kenmori-event@k-kouenkousya.jp

※コロナの状況次第ではイベント・教室等が中止になる場合があります。



#### 健康の森公園新春たこ揚げ大会

- ●日 時 1月15日(日) 9時30分~12時(雨天中止)
- ●対象 どなたでも (小学2年生以下は保護者同伴)
- ●場 所 健康の森公園 多目的広場
- ◆申し込み不要です。当日直接会場へお越し ください。
- ◆ご自宅で制作した凧をお持ちの場合は ご持参ください。
- ◆ 凧をお持ちでない方は、先着順に「手作りのたこ」 をプレゼントします。

(無くなり次第終了)





手作りの凧を空に揚げて楽しもう!

# デジタル一眼レフカメラの基本講座

- 開催日 2月19日(日)
- ●時 間 10時~16時(うち休憩1時間)
- ■対 象 初心者でデジタルー眼レフカメラを 持参できる方
- ●定 員 12名(超えた場合は抽選)
- ●申込み 往復はがきかメール(1通1名)に
  - 教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を
  - 記載のうえ、1月23日(月)必着

カメラ講座、本年度最後の教室です



#### お正月飾り展示中!

門松としめ縄を設置中です。 通常よりもずっと大きな正月飾りは 1月10日(火)頃までの展示になり ます。お立ち寄りの際は是非ご覧く

### 1月のプール定休日

以下の日は定休日となります。

1(日) • 2(月)年始休業 3(火) •10(火)

1/4 (水) ~15日(日) までの営業となります。

### プール臨時休業のお知らせ

プール施設は以下のとおりプール外壁等工事のため 休館します。ご迷惑をおかけしますが皆様のご理解 とご協力をよろしくお願いいたします。

【期間】1月16日(月)~2月28日(火)まで

# 四季の山野草

ださい♪



# カンザクラ

バラ科サクラ属の落葉広葉樹 場 所 多目的広場周辺

花言葉 「気まぐれ」「あなたに微笑む」など



くお問い合わせ>

かごしま健康の森公園管理事務所 ☎ 099-238-4650 FAX 099-238-4548 アクアジム受付(予約専用)

パークゴルフ場(管理棟)

**2** 099-238-5588(8:30~21:00)

 $2099-238-7300(8:30\sim17:00)$ 

FAX 099-238-7301

