

健康の森公園 だより

9

№.35
2013年9月1日発行



9月23日(祝月)は恒例の
十五夜親子綱引き・ちびっ子相撲です!

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。

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

けんもりクイズ

朝晩涼しくなり秋を感じる季節となりました。

今回のけんもりクイズは十五夜にちなんだ問題です。

Q1. 十五夜はいつでしょうか。

1. 旧暦8月25日 2. 旧暦8月15日 3. 旧暦9月15日

Q2. 十五夜に見られる月はどれでしょうか。

1. 半月 2. 新月 3. 満月

Q3. 十五夜は別名なんと呼ばれるでしょうか。

1. 芋名月 2. 栗名月 3. 豆名月



※答えは後ろのページにあります。

10月のイベント

第2回親子ふれあい体操教室

10月11日(金) 10時30分～11時30分(雨天の場合は体育館)

健康の森公園の自然の中で、親子のスキンシップを通してコミュニケーションを図りましょう♪

対 象 未就園児と保護者(2・3歳児が対象) 参加料 無料

場 所 多目的広場 定 員 15組(往復はがきに1家族一枚)

講 師 吉留 早木子氏(健康運動指導士)

申込み 往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて10月1日(火)必着

第5回健康の森公園・わくわくウォーク&宝探し

10月13日(日) 10時～12時(雨天の場合は中止)

ウォーキングをしながら、宝探しを楽しみましょう♪

対 象 どなたでも(但し、小学2年生以下は保護者同伴となります。)

場 所 多目的広場及びその周辺

申込み 不要。当日受付。直接多目的広場へお越しください。

第9回ウォーキング教室

10月26日(土) 10時～12時(雨天の場合は体育館)

健康運動指導士の講師に安全で効果的なウォーキング方法を教わりましょう♪

対 象 どなたでも 参加料 無料

場 所 健康の森公園 多目的広場及びジョギングコース

申込み 往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて10月16日(水)必着



おねがい



○ゴミは各自お持ち帰りください。

○犬、猫などのペットを放すのはやめましょう。

(フンは飼い主が始末してください。)

○自転車・バイクの乗り入れはできません。

○ボール蹴りは他の人に迷惑をかけない場所・方法で行ってください。

○バットなど危険なものは決められた場所以外では使用禁止です。

○園内は喫煙場所以外は全面禁煙です。

○多目的広場内は犬などペット類を連れての入場はできません。(平成25年4月～)



テニスで汗を流しましょう♪

毎日多くの方にご利用いただいています！



テニスコート7面
砂入り人工芝コート

利用時間

午前8時30分～午後9時

※休業日は年末年始（12月30日～1月2日）

使用料

テニスコート (1コート1時間)	一般	児童	照明使用料
	300円	150円	300円



スポーツの秋！



＜利用申し込み方法＞

- 受付カウンターで使用料をお支払いください。（前払い制）
 - 空きがある場合は当日申し込みも出来ます。
 - 予約は電話（238-5588）または受付カウンターへ直接か、インターネット（キュートピア・ネット）でも予約できます。
- ※キュートピア・ネットを利用する場合はあらかじめ利用者登録が必要です。

＜おねがい＞

- テニスシューズ以外でのプレーは出来ません。
- テニス道具の貸出しはございませんので、各自お持ちください。

練習用カベ打ちコートについて

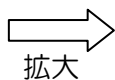


テニスコート横に練習用のカベ打ちコートが設置されています。カベ打ちコートはどなたでも自由に利用できます。譲り合ってご利用いただけますようご協力お願いいたします。

健康遊具で体力づくりしましょう♪

公園の緑と太陽のもとで楽しく体力づくり始めませんか？
健康の森公園には6種類の健康遊具があります。日常生活動作を維持させるためのフィットネスとして健康遊具をぜひご活用ください。

健康遊具の使用方法を分かりやすく表示した看板がありますので
ご覧のうえご利用ください。（平成25年6月看板設置）



拡大



豊かな健康ライフへ向けて



四季の山野草めぐり



ハギの花

マメ科ハギ属の落葉低木 秋の七草

場所：健康の森公園こもれびの散歩道

＜花言葉＞「柔軟な精神」「思案」

「前向きな恋」「想い」「内気」

「物思い」など

けんもりクイズのこたえ

Q1. 十五夜はいつでしょうか。

1. 旧暦8月25日

Q2. 十五夜に見られる月はどれでしょうか。

3. 満月

Q3. 十五夜は別名なんと呼ばれるでしょうか。

1. 芋名月

十五夜は里芋などの芋類の収穫を祝う行事でもあるため里芋やさつまいもなどお供えて月見をする習慣があることから別名「芋名月」と呼ばれるそうです。

健康の森公園の十五夜月見飾り

十五夜の月見飾り展示を行います。

期日 9月19日（木）・20日（金）

場所 草スキー場前（遊具近く）

※雨天の場合はアクアジム前

ススキの穂や月見団子をお供えて美しい月を愛でましょう。

