

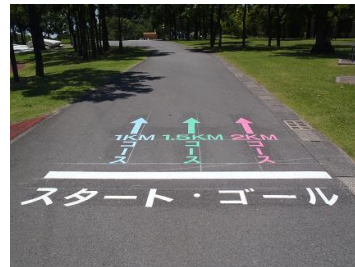
# 健康の森公園だより 9月号

No.12 2011年9月1日発行

## ☆ 健康の森公園からのお知らせ ☆

### ウォーキングコースを設置しました！

園内にウォーキングコース「1km・1.5km  
・2km」の3コースを設けました。通路に  
各コース表示してあります。各コースの案  
内用紙は管理事務所にて差し上げております。



## ☆ 9月・10月の講座・イベント情報 ☆ 参加者募集のお知らせ

### 「第3回健康の森公園十五夜親子綱引き・ちびっ子相撲」

- ◇ 日 時 9月10日(土)13時～16時(受付13時から)  
※雨天の際は中止
- ◇ 内 容 親子綱引き、ちびっ子相撲  
**全員に参加賞、ちゃんこ鍋があります！**
- ◇ 場 所 ファミリー広場・相撲場
- ◇ 申し込み 当日受付(受付場所:ファミリー広場)  
※最寄りの駐車場は第2駐車場です。
- ◇ 対 象 親子綱引き(小学生と同保護者)  
ちびっ子相撲(小学生のみ、男女を問わない)
- ◇ 服 装 相撲や綱引きが出来る運動できる服装



### 「第5回健康の森公園キッズサッカー大会」

- ◇ 内 容 鹿児島市内のサッカースポーツ少年団等の  
小学4年生以下の交流試合
- ◇ 日 時 9月25日(日)9時～15時(少雨決行)
- ◇ 場 所 健康の森公園(運動広場・多目的広場)



### 「初心者ガーデニング教室」

- ◇ 日 時 10月19日(水)13時～16時30分
- ◇ 内 容 季節を感じる花壇作り
- ◇ 対 象 どなたでも
- ◇ 定 員 20名
- ◇ 参加費 無料
- ◇ 準備する物 ガーデニング作業ができる服装・軍手他
- ◇ 申し込み 10月10日(月)から電話にて先着順



裏面もご覧ください



### 「秋探し工作教室」

- ◇ 日 時 10月23日(日)13時00分～16時00分
- ◇ 内 容 園内のドングリ、落ち葉、木の枝などを集めて、  
貼り絵、ドングリ遊びなどの工作
- ◇ 対 象 幼児・小学生とその保護者
- ◇ 定 員 50組(先着順)
- ◇ 参加料 無料
- ◇ 申し込み 10月10日(月)から電話にて先着順



### 「ウォーキング教室」

- ◇ 日 時 10月30日(日)10時～12時
- ◇ 内 容 安全で効果的なウォーキング方法の講義と実技
- ◇ 対 象 どなたでも
- ◇ 定 員 50人(先着順)
- ◇ 参加料 無料
- ◇ 申し込み 10月10日(月)から電話で申し込み
- ◇ 服 装 ウォーキング(運動)ができる服装



## ☆ 利用者紹介 ☆

### 種 目 卓球

今回は卓球で毎週利用されている女性お二人を紹介します。

2000年5月から週1回健康の森体育館で卓球を楽しんでいます。卓球は趣味の一つですが、他にも登山にウォーキング、ヨガ、読書など多彩な趣味をお持ちの活動的で大変お元気なお二人です。

元気の秘訣は好きなことを楽しく、コツコツと長く続けること！だそうです。

健康の森公園での卓球のあとは、素敵な喫茶店でティータイム！お二人で様々なジャンルの情報交換をされているそうです。

気の合う素敵な友人を持つことも、元気の源につながっていると感じました！



## 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