

# 読者のひろば



読者の皆様からいただいたお便りの中から、ご意見や情報などを紹介します。

## 最近、県プラのジムを利用するようになりました。

以前からジムがあることは知っていたのですが、体力測定を受けてからというハードルに足が向かずにいました。いざ受けてみると、運動不足を実感する結果でしたが、施設の方々がとても親切で楽しい時間でした。ジムにはいろいろな無料のプログラム、機械があり、運動不足解消と健康のためにもどんどん活用させていただきたいと思います。がんばるぞ!!  
(F・Rさん・女性)

県民健康プラザ健康増進センターは、県民の生涯を通じて健康づくりを総合的に支援する施設です。トレーニング設備だけでなく、プール・多目的温泉やフィットネススタジオ、健康づくり広場など、健康づくりに最適な設備が揃っています。運動不足解消に踏み出したF・Rさんのように市民の皆さんもぜひご利用ください。

## 道

路わきの除草作業は予算的にも大変なことだと思えます。そこで、道路わきに吹き溜まった土を取り除く部隊を作ってはいかがでしょうか。土があれば草が生えます。水(雨)の流れも悪くなります。(あずきさん・女性)

夏場は特に雑草の伸びが早く、道路の見通しが悪くなりますよね。市道の除草伐採や土砂の除去については、市街地の幹線道路や交通量の多い路線、通学路などから順次取り組んでおり、地域によっては、町内会等の自治活動や市民の皆さんのボランティア活動などの協力もいただきながら道路の維持管理に努めています。道路パトロールも行っていますが、市道において、雑草等により見通しの悪い箇所や穴ぼこ等の損傷を発見したときはご連絡ください。今後とも快適に利用できるよう、皆さんの協力をいただきながら、道路の維持管理に努めてまいります。

## 鹿

鹿屋へ引越して5年目、初めて孫たちと高須海水浴場へ行きました。とても遠浅の海でびっくり。鹿屋にこんないい海があることを知りませんでした。孫たちは楽しそうに遊び、監視の方もいらして安心できました。お湯の出るシャワーも設備されていて、すっきりして帰ることができました。来年も孫たちと行くこうと思っています。(Y・Sさん・女性)

鹿屋市の南西に位置する高須海岸は、南側の浜田海岸に続く、長大で遠浅の海水浴場であり、砂浜の北側には巨岩・奇岩が並び、沖には開聞岳も一望できる美しいロケーションが広がっています。更衣室、シャワー、コインロッカーも完備しており、お子様連れでも安心して泳ぐことができます。また、高須海岸周辺は全国でも有数のウミガメの産卵地でもあり、ウミガメ保護施設「カメのゆりかご」があります。ほかに、太平洋戦争末期にアメリカ軍の本土上陸に備えて作られた「高須トーチカ」や進駐軍アメリカ海兵隊が上陸した「金浜海岸」などの戦跡もあり、見どころの多いお出かけスポットとなっています。ぜひ来年の夏も、ご家族やご友人と鹿屋の「海」にお出かけください。

## 毎

回楽しく拝読しております。今回一つの提案として、数独を掲載するのはいかがでしょうか。今、高齢社会となり、高齢者の頭の体操の一環として、一人でも多くの方が取り組み、楽しみの一つとなればと思います。検討をお願いします。(O・Mさん・男性)

数独、楽しいですよ！数独は、3×3のブロックを縦横3つずつ並べ、9×9の正方形の枠に1から9までの数字を被らないように入れていくもので、世界中に愛好家がいるパズルです。数独に限らず、パズルは脳と手先を使うことから脳の活性化効果やストレス解消、リラクゼーション効果などがあるとされています。より多くの世代の皆さまに楽しんでもらえるよう、今後も企画内容の創意工夫を検討して参りますので、これからも広報のやをよろしくお願ひします。

## フォトネタ!



### 田崎町でそばの種まき

9月11日に田崎町内会で「そばの種まき」が行われました。今後は、11月中旬にそばの実を収穫、12月のそば打ち・試食会を目指します。