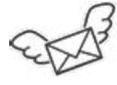


読者のひろば



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。

広

報かのや3月号の「延ばそう!!健康寿命」の特集は、まさに私たち夫婦世代のことで、もつと健康寿命を延ばさなければと思いましたが、二人とも今は仕事を持っていますが「衰え」てからでは遅いので、体操教室や散歩、日光浴、草取り・花いじりなどを行っています。口の機能の衰えや歯の健康の教室があるそうなので、今度参加してきます!(T・Iさん・女性)

3月号の「延ばそう!!健康寿命」のコーナーでは、「フレイル予防」についての取り組みを紹介しました。「フレイル」とは、加齢により心身が衰えて社会とのつながりが減少した状態のことを言い、フレイル予防を行うことで健康寿命を延ばすことにつながります。T・Iさんご夫婦も積極的に人と話をする機会を設けたり、口の体操や食べ物を良く噛むことを習慣づけるなどして、これからお元気でご夫婦仲良くお過ごしください。

新

年度も始まり、新型コロナウイルスの感染も少なくなってきましたので、マスクも個人の判断にしてもいいのではないかと、どこかでまた増加するんじゃないかなとも思ったりします。やはりカバンの中にはマスクを持参しておこうかなと考えます。スーパリーなど人が多く集まる場所や店ではマスクは必要だと思えます。マスクがなく、皆さんと気軽に楽しく会話できる生活に早く戻ってほしいです。(スーパリーおばちゃんさん・女性)

3月13日から、マスクの着用は個人の判断に委ねることを基本とする方針が国から示されました。新型コロナウイルスは、5月8日に季節性インフルエンザと同等の5類感染症へ移行しますが、感染リスクがゼロとなるわけではありません。マスクの着用は互いの意思を尊重し合いながら、ウィズコロナの生活を送っていきましょう。

先

日、主人と2人でお弁当を持って「吾平自然公園」に行ってみました。川のせせらぎや季節の花を見ながら、とても心地よいひとときを過ごせました。手作りのお弁当もより一層おいしく感じました。これからの時期、ピクニックや自然巡りも楽しみです。鹿屋のオスメスポーツの情報、毎月知りたいです。広報かのやを活用していろいろ行ってみたいです。(ほんぽんさん・女性)

自然の中で、心地よい風に吹かれながら時間を気にせずに寝そべったり、お弁当を食べたりしてのんびりと過ごす。贅沢で、素晴らしい休日の過ごし方ですよ。

吾平自然公園は、始良川の清流沿いに整備された公園で夏場は川遊びを楽しめるほか、園内には「ウオーターパール館」もあります。また近くには滝めぐりができるトレッキングコースや「神野」山の学校キャンプ場もあり、自然を満喫できるスポットとなっております。鹿屋には、花見は平和公園や吾平山上陵、四季折々の花々は霧島ヶ丘公園、星空は輝北天球館、登山は高隈山御岳などの有名どころのほか、自然を満喫できるスポットがたくさんあります。広報かのやでは、これからも鹿屋の魅力をお伝えすることなくフォローアップしていきます。

数

年前、霧島市から鹿屋市に引っ越してきました。今までしたことのない農家の仕事、子どもが学校や行事、慣れるまで時間がかかりました。ふと、広報かのやを見ていると、こんなイベントがあるのか、やっと少し自分の住むまちのことに目を向ける心の余裕が出てきました。これからも広報かのやを通じて、鹿屋のことをもっと知っていきたいと思います。(いぶきかえさん・女性)

知らない土地で新たに生活を始めるのは大変だったと思います。鹿屋市は風土だけでなく市民の人柄も温かく、また心躍るイベントや楽しい施設、取り組みもたくさんあり、慣れてしまえばこんなにいい街はありません。いぶきかえさんも、知れば知るほど鹿屋市をもっと好きになっっていくこと間違いなしです。

フォトネタ!



霧島ヶ丘公園のネモフィラ

4月中旬から5月中旬頃まで霧島ヶ丘公園では、ネモフィラを楽しめます。一面に薄青い花が広がり、美しい情景を見ることが出来ます。