

ふれスポ かわら版

鹿児島ふれあいスポーツランド 広報誌 Vol. 7

令和2年
3月

第7号

ふれスポ・さくら情報！

● ふれスポの桜リストです、お花見の参考にしてください！

	品種名	本数	花色	開花時期	写真
1	カワズザクラ (河津桜)	3	淡紅色	1月下旬～ 2月中旬	
2	カンヒザクラ (寒緋桜)	7	濃紅紫色	2月上旬～ 2月下旬	
3	ダンリュウザクラ (暖流桜)	13	白 色	2月上旬～ 3月上旬	
4	オオシマザクラ (大島桜)	4	白 色	3月上旬～ 3月下旬	
5	ヤマザクラ (山桜)	46	白色～ 淡紅色	3月上旬～ 3月下旬	
6	ヨウコウザクラ (陽光桜)	5	濃紅紫色	3月中旬～ 3月下旬	
7	ソメイヨシノ (染井吉野)	147	白色～ 淡紅色	3月下旬～ 4月上旬	
8	シダレザクラ (枝垂桜)	4	淡紅白色	3月下旬～ 4月中旬	
9	ウコンザクラ (鬱金桜)	1	淡黄緑色	4月上旬～ 4月中旬	
10	サトザクラ (里桜)	14	淡 紅 色	4月中旬～ 4月下旬	
11	イチヨウ (一葉)	2	淡 紅 色	4月中旬～ 4月下旬	
12	シュウガツザクラ (十月桜)	1	白色～ 淡紅色	10月～ 4月上旬	

●HPでは【ふれスポさくら情報】発信中、是非、ご覧ください。

鹿児島県
ふれあいスポーツランド
～発行～
-指定管理者-
南国殖産株式会社
指定管理グループ(管理事務所内)
〒891-0105
鹿児島市中山町591-1
TEL 099-275-7107
FAX 099-275-7118
<https://www.furesupo.jp>



利用時間

午前8時30分～午後9時
(但しプールは午後8時まで)
(屋内運動場は午前9時から)

プール・ジム休業日
(原則、毎週水曜日)

【染井吉野の開花時期】

桜は前年の夏に花芽を形成し、葉が青々と茂る夏～秋にかけて休眠に入ります。そして秋～冬に落葉し、冬に一定期間低温にさらされると、花芽は眠りから覚めて開花の準備を始めます。これを、休眠打破といいます。そして春に気温が上昇すると花芽が一気に成長し、ついに開花に至るのです。休眠打破に必要な条件は8℃以下の低温が800時間以上は必要です。

今年は暖冬だったので、鹿児島市の開花はいつ頃になるか、気になりますね。日本気象協会、3月12日の予想では、開花が3月30日・満開は4月7日となっています。ふれスポの桜も、4月上旬頃が見頃になりそうです。

各種お問い合わせは、《鹿児島ふれあいスポーツランド管理事務所》まで。☎099-275-7107 (8:30～21:00)

【ランニング教室】開催しました！

- 1月26日に鹿児島マラソンなどに参加される方を対象にランニング教室を開催しました。男性17名、女性16名、33名の方が参加されました。



- 準備運動とストレッチの方法を体験中



- ランニングフォームやトレーニングの方法を体験中



- ランニング後のケアの方法を指導してもらいました。

【早春ウォーキング教室】開催！

- 2月29日に第1回 早春ウォーキング教室を開催しました。雨天で屋内での開催となりましたが、事前に予約された、男性10名・女性16名・計26名の方に参加いただきました。



- 講師の石野先生から「ウォーキングの正しい方法」を学び、準備運動からコンディショニングの方法など実技を交えて、楽しく講演して頂きました。



新型コロナウイルス感染症対策

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、手洗い・マスクの着用を含む咳エチケットです。

！ 感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

1. 手洗い **正しい手の洗い方**

- 流水でよく手をぬがした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのびるようにこすります。
- 指先・爪の間をき入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをしっかりと洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で洗い、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

2. 咳エチケット **3つの咳エチケット** 電車や職場、学校など人が集まるところでやる

咳やくしゃみをする時は、マスクを着用する（口・鼻を覆う）

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

手で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用

- 鼻と口の両方を確実に覆う
- ゴムひもを耳にかける
- 隙間がないよう鼻まで覆う

鹿児島県 衛生労働部

QRコード

ふれスポ・感染症予防対策状況



低濃度オゾンとマイナスイオンで、ウイルスや化学物質を分解して、空気の除菌・消臭をする【オゾン発生器】を館内トイレ4箇所とトレーニング室内と更衣室2箇所の合計7台設置。