

立神峡だより

問 立神峡公園管理棟 ☎0965-62-1543 (火曜定休)

今年もYWCAの企画で福島県の子供達を招待し、立神峡公園にて自然を満喫

今年も福島県から子供たちが立神峡に来てくれました。4泊5日の日程で招待したのは、NPO法人熊本YWCAの団体で、東日本大震災被災者支援や留学生支援などを行う女性中心のNGO。

熊本県の学生やリーダーがバイトなどをして集めた資金を基に子供達を熊本に招待。

特に、福島の子供達は森の中に入ることが出来ないために、思う存分、森を散歩し、タケノコ堀体験や火打石探し・キャンプファイヤー(薪集め)などを通じ、自然との触れ合いを育みました。思い切り遊んでもらうためには、自然環境豊かな立神峡が最適との事で、今回も満開の桜の下で思い出に残る毎日を過ごしていました。



東京から春休みを利用して九州一周のサイクリング

春休み期間中を利用して、サイクリングで九州一周を果たした学生が、立神峡に宿泊してくれました。

聞けば、五名一組でグループを作り、全部で6グループの合計30名がそれぞれの九州各地を回り最後に熊本市内で合流するとの事。

その内の2グループが宿泊。そのグループとは東京大学のサイクリング部との事でビックリしました。

将来の日本を背負う若者たちの未来に希望を託したいと思いエールを送りました。

冒険心溢れる若者たちに大いに期待したいものです。



満開の桜を見学に外国人留学生が訪れました

今年の桜の開花は例年通りで、立神峡周辺は東陽と合わせると数百本の桜で、まるで桃源郷そのもので、例年よりも花が長く咲き乱れていました。

この期間中は、何処も多くの花見客でごった返しますが、立神峡公園はゆったりとした時間が流れて、花見客には隠れたスポットです。

そんな中、外国人には人気があり、SNS上では立神峡の桜が投稿され拡散し、それを見た外国人がまた訪れるという好循環が続いています。



けんこうだより

やめたのに なぜか手が行く ポケットへ

5月31日は世界禁煙デー

厚生労働省では、毎年5月31日から6月6日を「禁煙週間」と定めています。

禁煙は、がんや心疾患、脳血管疾患、慢性閉塞性疾患(COPD)、肺気腫など数多くの疾患に深く関係しています。

また、他の人が吸っているタバコから出る煙を吸い込んでしまう「受動喫煙」は、がんや心疾患、脳血管疾患などの他にも、妊婦や子どもの健康に悪影響を及ぼします。

町民の喫煙率は約15%
6~7人に1人の割合です。



禁煙すると起こること

- ・毎日がちよっとラクになる
- ・咳やたんが減る
- ・階段や坂道がラクになる

生活の質アップ

- ・食べ物がおいしく感じる
- ・口の中がスツキリ

お金にゆとり

- ・1日1箱(約500円の場合)年間約18万円の節約

家族にも良いこと

- ・受動喫煙を防げる
- ・子どもの健康を守れる

禁煙は、自身だけでなく、家族の健康を守る一歩です。大切な人のために優しい選択を。



健康相談のお知らせ

色々なお悩みを保健師や管理栄養士がお聞きします

- ・健康センターで
- ・電話で
- ・オンラインで

まずはお気軽にご予約を

問 健康センター

☎0965-52-7154