

大湊水と森公園通信 vol.5



イベント情報

2/8(土) 健康づくり教室

晴れたら園内をウォーキング、天候の悪い場合は室内でストレッチやレクリエーションを行います！

講師：体力づくり支援士 室岡美穂子先生

時間：10:00～11:30

会場：休憩施設

定員：15名

参加費：無料

準備：動きやすい服装、飲み物、中履き



色紙などをハート型やクローバー型の小さな型抜きで切り取ってオリジナルのカードを送りましょう♪

時間：13:30～
会場：公園事務所
定員：10名
参加費：無料



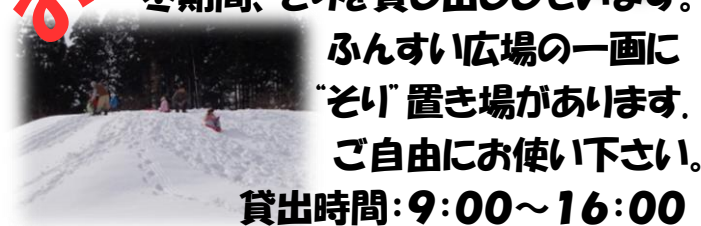
木の実に顔を描いてミニひな人形を作りましょう！

時間：13:30～
会場：公園事務所
定員：10名
参加費：無料

イベント参加の際は公園事務所までお電話にてお申込みください♪
TEL: 025-534-6190



そいの貸し出しおこなっています♪
冬期間、そいを貸し出ししています。ふんすい広場の一面に“そい”置き場があります。ご自由にお使い下さい。
貸出時間：9:00～16:00



湯来さんぽのご案内

季節ごとに変化する公園の風景、植物や生き物などを散策しながら楽しめます。事前申し込み不要、当日直接会場へお越しください♪

開催日程 1月8日(水)、26日(日)
2月12日(水)、23日(日)

午前10時30分より1時間程度

集合場所 ふんすい広場

※小雨実施、荒天の場合中止

1月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------------------|------------|----|------------|----|----|---------------|
| | | | 1 元日 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 湯来さんぽ | 9 | 10 | 11 健康づくり教室 |
| 12 | 13 成人の日 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 湯来さんぽ マンツウづくり | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |

2月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|----|--------------|-------------|----|----|--------------|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 健康づくり教室 |
| 9 | 10 | 11 建国記念の日 | 12 湯来さんぽ | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 湯来さんぽ | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | |

○ …のしるしが付いている日には、園内でイベント開催予定です♪



イベント 開催報告



12月14日(土)
健康づくり教室
開催しました



講師：体力づくり支援士
室岡 美穂子さん



まずは準備運動として室内運動(0・ω・0)とエアロビのステップなども取り入れました♪
冷えがちな手先足先もしっかりほぐしていきます。前日に雪が降り、園内にも数センチの積雪が！しかし晴れ間をみてウォーキングに出発♪途中でウサギの足跡を見つけたり、サギが真上を飛んでいたり、たくさんの発見がありました！休憩施設に戻ってから、もも上げや股関節をほぐすステップなどをおこないました。レクリエーションなども交えながら楽しく過ごせました！



12月14日(土)

松ぼっくりツリーづくり
開催しました



園内で集められた松ぼっくりに色をつけたり、ビーズなどで飾り付けたりして、小さなツリーをつくっていきます。緑、赤、ゴールド、シルバーなどお好みの色をつけていきますよ♪そして色や形をよーく選んで、ビーズをつけていきます！小さなビーズはピンセットを使って



慎重に…集中して作業をしているとあっという間に時間が過ぎていきますね！



とってもかわいいツリーの完成です(0・ω・0)

冬芽のはなし

冬は花が咲かないどころか葉も落ちてしまふし、植物の観察には向かない時期…と思いがちですが、よくみると新しい発見や、冬にしか見せてくれない表情があります。特に「冬芽」を観察するととても面白いですよ。植物は冬の寒い時期も「冬芽」



ヤマボウシの冬芽
2つの芽鱗に
おおわれています

の中で、春に葉を広げ、花を咲かすために少しずつ準備を始めているのです。私たちには成長が止まっているようにしか見えませんよね。「冬芽」は花や葉と同じように植物を見分けるための大切な材料です。つまりそれぞれの植物でひとつひとつ構造や付き方が違ってくるのです。硬い芽鱗(葉が変形したもの)におおわれたものや、むき出しの状態で見えるもの、枝の先に付くものや、中に埋め込まれたように付くものもあります。

寒さから身を守ったり、鳥などに食べられるのを防いだり、生き延びていくための工夫がなされています。小さな冬芽、ぜひ見つけてみてくださいね。



アジサイの冬芽
むき出しの状態
で葉脈が見えています

寒い時期も「冬芽」の中で、春に葉を広げ、花を咲かすために少しずつ準備を始めているのです。私たちには成長が止まっているようにしか見えませんよね。「冬芽」は花や葉と同じように植物を見分けるための大切な材料です。つまりそれぞれの植物でひとつひとつ構造や付き方が違ってくるのです。硬い芽鱗(葉が変形したもの)におおわれたものや、むき出しの状態で見えるもの、枝の先に付くものや、中に埋め込まれたように付くものもあります。



問い合わせ・申し込み
大瀧水と森公園事務所
025-534-6190
HPでもご覧ください♪

大瀧水と森公園

検索