

霧島市子ども館（すかいびあ）は、令和3年7月にオープンしました。小学生までを対象にした屋外遊具や、未就学児を対象にした屋内施設があります。



特集 Special edition

あそびの王国・霧島で生涯通して健康な生活へ

新型コロナウイルス感染症拡大防止の影響で、外出を控える方が増加し、運動不足やストレスから、心身に悪影響をきたす健康二次被害が問題になっていきます。

外出や運動は、体力低下を抑制するだけでなく、脳が活性化し、セロトニンという神経伝達物質が増えることで、気持ちの面でもリフレッシュさせ、前向きな気持ちを促すといわれています。

市議会では、子どもから大人まで、市民が安心して、健康づくりができるよう、さまざまな提言をしています。

これから寒くなる季節ですが、体力に合わせて外出したり、運動したりして、日常生活に必要な筋力、バランス力、柔軟性を身につけ、生涯を通じて健康な生活を目指しましょう。

親子で遊べる遊具から体力に合わせて使える健康遊具まで

霧島市内には、市民の皆さんが、気軽に適度な運動ができるよう、「健康遊具」が設置されている公園があります。年齢を問わず、「運動不足」「閉じこもりがち」などを感じている方は、健康遊具で身体を動かしてみませんか。公園ごとの遊具一覧や、雨の日でも遊べる施設は、ホームページでも紹介されています。ぜひ、皆様の健康づくりにお役立てください。



公園・遊具の情報



霧島市子ども館（すかいびあ）



都市公園ごとの所在地や遊具の一覧



子ども館以外の屋内の遊び場一覧

ウォーキングで歴史や景色を楽しむ

霧島市内では、各地域でウォーキングイベントが開催されています。地域によるおもてなしや交流を楽しみに出かけてみませんか。

坂本龍馬夫妻の日本初の新婚旅行を記念した「龍馬ハネムーンウォーク&ランin霧島」は、令和4年度から、スマートフォン

に専用のアプリをインストールすることで、期間中（1年間）いつでも好きなタイミングで参加できます。

このほか、霧島市内の散策マップもあります。地図を片手に、あなただけの霧島旅を楽しんでください。

霧島市の主なウォーキングイベント

龍馬ハネムーンウォーク&ランin霧島

通年 連絡先 0995-78-2115

山ヶ野ウォーキング大会（横川黄金の郷史跡めぐり）

春 連絡先 0995-72-0582

竹子ふるさとウォーク（竹子田園風景めぐり）

秋 連絡先 0995-59-2380

※詳細はお問合せください

霧島市散策マップ



隼人「平家物語ゆかりの史跡を歩く」福山「ぶら〜り酔っすり散策マップ」

ヨガなどのサークル活動も活発に行われています。（城山公園にて）