

# 関平だより

平成22年7月号



発行 霧島市営 関平鉱泉水販売所

0120-235-524

定休日は第1及び第3火曜日

7月の定休日は6日(火)と20日(火)です。

## 霧島の歳時記

梅雨から夏にかけてのこの時期は、各地で様々な祭りや催しが増えて来る時期でもあります。なんとと言っても霧島で7月に行われる最大のイベントは、国立公園の豊かな自然の中で開かれる霧島国際音楽祭ではないでしょうか。今年も世界で活躍する50人余りの著名演奏家たちが、霧島に集い、受講生も交えて2週間にわたって45公演以上の音楽の祭典を繰り広げます。8月1日(日)はスペシャルゲストとして華道家の假屋崎省吾さんを迎えて、温泉・美食・クラシック三味の夏をナビゲート！期間中、霧島の街は音楽で溢れ、ホテルロビーでも本格的なクラシックの調べを堪能することができます。あなたもしっとりとした音色とともに霧島の夜を過ごしてみませんか。♪



「霧島国際音楽祭」

- ▲ 開催期間：2010.07.22(木)～08.08(日)
- お問い合わせ先：霧島国際音楽ホール(みやまコンセール) TEL：0995-78-8000

## この夏はマリンレジャーを満喫！！『国分キャンプ海水浴場』

海水浴シーズン本番を前に、毎年、約5万人が海水浴に訪れる「国分キャンプ海水浴場」で安全を祈願する神事、海開きが7月17日(土)行われます。桜島をバックに穏やかな海と700mの砂浜が目の前に広がり、海水浴をはじめマリンレジャーにはもってこいです。夏場(7・8月)はバンガローやレンタルテントが利用可能となり、快適に海のキャンプが楽しめます。

国分キャンプ海水浴場  
お問い合わせ：0995-45-1550



## ご 贈 答 に

### 日ごろの感謝を込めて贈る「夏のご挨拶」関平鉱泉水！！

お中元のシーズンです。お中元の品は、もうお決めになりましたでしょうか。

「お世話になったあの方に・・・いつまでも健康であっていただきたいあの方に・・・」あなたの感謝と願いを込めて、関平鉱泉水を！！

お中元用の「のし」もご用意しておりますので、お気軽にお申しつけください。

汗をかくことの多いこの季節、水分補給は霧島の大自然の恵み「関平鉱泉水」を、ぜひご利用下さい！！

お問い合わせ先：関平鉱泉所

フリーダイヤル 0120-235-524



▲ 20ℓ箱：1,000円 10ℓ箱：600円  
500mlボトル：110円 2ℓボトル：230円

## ご 報 告 1

### 鹿児島市で『関平温泉・鉱泉水』をPR！！

鹿児島市には全国でも少なくなった路面電車が走っています。大正元年に誕生。「市電」の愛称で親しまれ、年間1千万人以上が利用しています。鹿児島市の方にも、もっと関平を知っていただくこと、その路面電車の車内に、7月より関平温泉・鉱泉水の広告を掲示してPRを始める予定です。



▲ 鹿児島市交通局の路面電車 610系

霧島の大自然から生まれた  
関平鉱泉水を飲んで、暑い夏を元気に  
乗り切りましょう！！



▲ 市電の車内



広報きりしま6月号で関平鉱泉水読者プレゼントを実施！！

霧島市の特産品である関平鉱泉水をもっと市民の皆様知ってもらおうと霧島市の広報誌「広報きりしま6月号」で読者プレゼント用として500mlペットボトル12本入りを10ケース提供いたしました。広報きりしま7月号（7/6発行）でも関平鉱泉水が紹介される予定となっております。

PRESENTS

お便りをくださった方の中から  
霧島の大自然から生まれた温泉水  
天下の名泉「関平鉱泉」を  
プレゼントします。

日本最初の国立公園霧島山麓に湧出する大自然の恵み「関平鉱泉」。昔は急な坂道を下って飲んでいましたが、現在は霧島市直営の販売所やスーパーなどで手軽に購入できます。家庭に1箱、お出かけに1本。ぜひご愛飲ください。

20%入り1箱 1,000円 10%入り1箱 600円 2%入り1本 230円 500%入り1本 110円

◎問い合わせ先＝霧島市関平鉱泉水販売所 フリーダイヤル 0120-235-524

↑ 広報きりしま6月号

暑い夏の始まりですね。賢い水分補給で『夏バテ』を予防しましょう！

梅雨が明ければ暑い夏になります。暑いからと言って、一日中冷房の中で過ごしたり、冷たい物ばかり飲んだりしていると、夏バテの原因になります。体がだるい、気力がわかない、食欲がない、疲れやすいなどの症状が現れて、いわゆる「夏バテ」になる人が多くなります。生活のリズムを守り、食生活に気をつけ、暑い夏を元気に乗り切りましょう。

夏バテの3つの原因

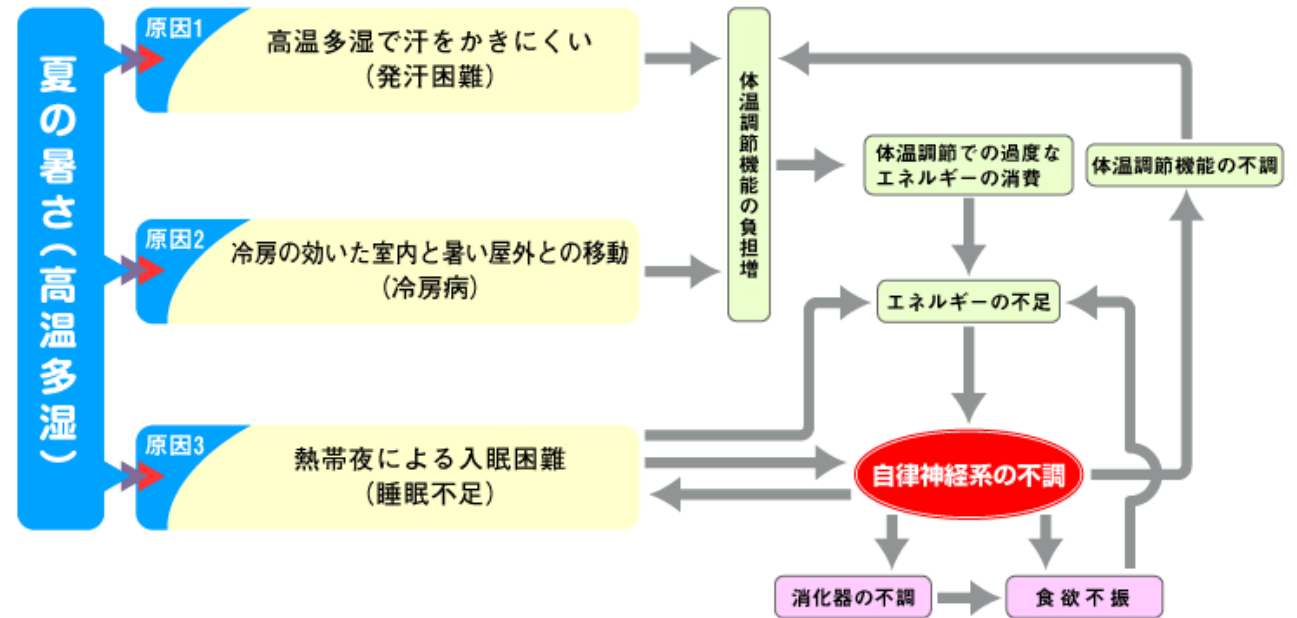
- (1) 体内の水分とミネラル不足
- (2) 暑さによる消化機能の低下、栄養不足
- (3) 暑さと冷房による冷えの繰り返し

夏バテ防止・解消の対策 4つの予防法

- (1) 水分を補給する
- (2) しっかりと食べる
- (3) 冷房の効きすぎに備える
- (4) しっかりと寝る



夏バテのメカニズム



夏バテ予防の水分補給について

水分が不足すると・・・

- ◇ 2%で のどが渇いた感じがする。
- ◇ 8%で めまいを感じる。判断力が鈍くなる。頭がボーッとする。
- ◇ 20%で 生命に危険が生じることがある。

水分の上手な摂り方・・・

- ◇ 一気にがぶ飲みせず、すこしづつ回数を多くして飲みましょう。
- ◇ 基本的には水かお茶。ミネラルウォーターなら、不足しがちなミネラルが補えるためおススメ。
- ◇ 喉が渇く前に補給するようにしましょう。8℃～13℃で少し冷たい程度が飲みやすく吸収も良いそうです。

★ 水分補給のタイミング



編集者のひとりごと

感染が表面化し、2カ月を経過した口蹄疫。えびの市においては6月4日に正常化が図られたものの、新たに移動制限地域外で感染が確認されるなど依然、感染拡大がおさまっていません。事態の長期化に伴い、畜産業のみならず、その関連産業、商工業、観光業など、地域経済全体に大きな影を落としています。感染拡大防止のために、宮崎県との県境の国道では消毒ポイントが設置されておりますが、一人一人が協力して1日も早い終息を願うばかりです。