

ちびっ子には“おうち”すべり台  
大きな子にはアスレチック遊具

中予には  
おもしろい公園が  
いっぱい!

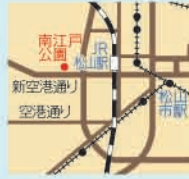


秋冬編 **まだまだ遊べる!!**  
体力づくりができる  
中予公園情報

**南江戸公園**

松山市南江戸4-1

松山中央下水処理場の上にある公園。大きなアスレチック遊具のほか、テーブルやイスもある小さな“おうち”すべり台がちびっ子に大人気!



大きな遊具が  
おもしろいね!



アウトドアで体力づくり!



**レインボー  
ハイランド**  
(松山市野外活動センター)

松山市菅沢町乙280

愛称「レインボーハイランド」。キャンプゾーンの設備が充実していて、風呂・トイレ付きのロッジも! アスレチック広場などもあり、小さい子がいてもアウトドアを楽しめます。



コンビネーション遊具が人気!



**しおさい公園**

伊予市森甲91-1

伊予市にある総合公園。わくわく子ども王国にある遊具は幅広い年齢の子が遊べる複合型。ちびっ子カートコース(1回100円)がある広場や、芝生広場もあります。



**文化の森公園**  
(河野別府公園)

松山市河野別府995

ふるさと館、グラウンド、遊具など設備が充実! メインは船型の遊具で、奥にはアスレチックコースもあります。



大きな船形遊具で大冒険!  
ボール遊びもできる広い広場や  
アスレチック遊具もいっぱい!

揺らめく橋が  
難し〜い!

いろいろな遊具を  
完全制覇しよう!

東温市総合公園  
**ハロウィンの森**

東温市  
西岡

DATA ☎ 089-964-4412  
(東温市まちづくり課)

- 東温市西岡1284-1
- 9時~22時(メイン駐車場は17時30分まで/グラウンドなど施設利用は22時まで)
- 年末年始 300台
- 無料

アクセス

- 車の場合: 松山中心部より車で約30分
- バスの場合: 伊予鉄バス川内方面行き 西の岡下車 徒歩7分



広くて  
楽しい!

**パパCheck!!**

5000㎡の芝生広場では、ボール遊びができるから、休みの日に子どもと思いつき遊べます。

ゲーム感覚で  
体力づくり

今回は3つの公園を紹介しました。近くの公園でもチャレンジしてみようね!



みんなでチャレンジ!  
**パンプキントリム**

8つあるアスレチックに点数がついていて、全部できれば100点満点!

ほっちゃんの  
水辺のスポットコラム

石手川ダムへ  
行ってみよう!



おなか回りの筋肉を使う

大きなカーブがある65mのローラーコースターでは、姿勢を維持するためにおなか回りの筋肉を使います。下半身の柔軟性も養えますよ。ママと一緒に楽しんでシェイプアップを!



バランス感覚を養う

中央遊具から続くロープの橋は、バランスをとるために足腰の筋肉を使います。さらに足の指の力や足裏の感覚も大切で、足指を使えば、へん平足の防止にもなりますよ。



松山市の水源のひとつでもある石手川ダムでは、季節ごとにいろいろなイベントを開催しているよ。「ダム見学会」や「自然観察会」など、水と自然のことに楽しみながら勉強できるいい機会。詳しくはホームページを見てみてね。

国土交通省 四国地方整備局  
松山河川国道事務所  
石手川ダム管理支所

☎ 089-977-0021

石手川ダム 検索