

Town Development

甲佐町まちづくり協議会

オープンに向けて準備が大詰めを迎えた 井戸江峡交流拠点施設

■井戸江峡交流拠点施設
は7月末オープン

グランピングとは、「グラ
ラマラス」と「キャンピン
グ」を合わせた造語で、ぜ
いたくにキャンプを楽しむ
新しいアウトドア・スタイ
ルです。

この春、完成したグラン
ピング体験施設「COMMON
ON IDOE」（旧井戸江
峡キャンプ場）では、7月
末のオープンに向けて指定



▲ペットを備えた大型テントが並び予定のテラスの奥には宿泊者以外も利用可能なレストランやショップが併設されている

管理者である（一社）パ
レットによる準備が大詰め
を迎えています。

■レストランやショップ併設
で手軽にアウトドアを満喫

お2人でもゆつくり過ご
していただける小型テント
サイト（4カ所）と、ベッ
ドも備えた大型テントサイ
ト（4カ所）で快適なキャ
ンプを楽しんでいただけま
す。どちらも必要な道具は
すべて備わっているため、
宿泊者は手ぶら
で来場いただけ
ます。

夕食は、地元
の新鮮な野菜や
お肉をつかった
バーベキューな
どが楽しめます。
また、併設さ
れたレストラン
やショップは宿
泊者以外も利用
可能です。自然
の中で楽しむ
コーヒーを味わ
いに、是非お越
しく下さい。

キャンプ初心者でも楽しめる施設です

（一社）パレットでは、
現在、アウトドアを楽し
める井戸江峡交流拠点施
設のオープンに向けた準
備を進めています。キャ
ンプ初心者でも手軽に自
然を楽しめる施設の詳細
は、「COMMON ID
OE」ウェブサイトにて近
日掲載予定です。



（一社）パレット
大滝 祐輔さん

●お問い合わせ先

- ・町地域振興課
☎096-234-1154（内線232）
- ・井戸江峡交流拠点施設「COMMON IDOE」ウェブサイト
🌐 <http://idoe.camp>

Fitness

甲佐町フィットネスセンター

雨の日でも自宅で運動をして からだを引き締めましょう

皆様いかがお過ごしでしょうか。
梅雨に入り季節も夏に向かい気温が
高い日が多くなってきましたね。自
宅での運動がおっくうになったり、
雨が降ったりと、運動しづらい季節
になって来た
と思います。

今月の講師



那須 賢志さん
（健康運動指導士）

そこで今回は、
自宅でも
仰向けになっ
て行える①
ヒップリフト
と②レッグ
レイズの2つの

運動を紹介します。

①ヒップリフトは、両脚を床につ
け膝を90度に曲げた状態からお尻
を上へあげ、お腹と膝が直線になっ
たら一度停止して、ゆっくりおろす
動作です。大殿筋や脊柱起立筋を鍛
えることが可能です。②レッグレイ
ズは、脚をまっすぐ伸ばした状態か
ら、腰を床につけるよう意識しなが
ら両脚を床から垂直まで浮かす動作
です。動作中、お腹に力を入れるこ
と・脚は伸ばしたまま行おうのがポ
イントで、お腹の引き締めにも効果
的です。

ヒップリフト



▲お腹と膝が直線になるようお尻をしっかりとあげましょう。

●お問い合わせ先

- 甲佐町フィットネスセンター
（町総合保健福祉センター内）
☎096-235-8712

Events Calender

甲佐町イベントカレンダー【7月】

日	月	火	水	木	金	土
6/28 【日曜当番医】 荒瀬病院	6/29	6/30	1	2 消費生活相談 (老人いこいの家)	3	4
5 【日曜当番医】 谷田病院	6	7	8	9 消費生活相談 (老人いこいの家)	10	11
12 マイナンバーカード 交付等休日窓口 (町住民生活課) 【日曜当番医】 桃崎整形外科	13 法律相談 (町総合保健福祉センター)	14 1歳6か月児健診 3歳児健診 (町総合保健福祉センター)	15	16 4か月児健診 7か月児健診 (町総合保健福祉センター) 消費生活相談 (老人いこいの家)	17	18
19 【日曜当番医】 荒瀬病院	20 心配ごと相談 (町総合保健福祉センター)	21 マイナンバーカード 交付等夜間窓口 (町住民生活課)	22	23 消費生活相談 (老人いこいの家)	24	25
26 【日曜当番医】 谷田病院	27	28 口座振替日 (町税務課)	29	30 消費生活相談 (老人いこいの家)	31 納税期限 夜間窓口 (町税務課) マイナンバーカード 交付等夜間窓口 (町住民生活課)	8/1

※やむを得ず中止・延期になる場合があります。詳細については、町公式ウェブサイトや防災行政無線などをご確認ください。