

Town Development

甲佐町まちづくり協議会

井戸江峡で映画を楽しむ 「こうさてんシネマ」開催

■にぎわいのあるまちを
目指して

(COMMON IDOE)

で野外シアター「こうさてんシネマ」を開催しました。

(二社)パレットでは、2018年4月の設立以来、町や商工会などとともに甲佐町まちづくり協議会の一員として、交流人口増加による地域経済の循環を通じた持続可能なまちづくりに取り組んでいます。

■井戸江峡を楽しむ一日

この日は、朝から町内産のお米を使ったおにぎりや豚汁が来場者に振る舞われ、町農業研修センターろくじ館の採れたて野菜が並ぶ「甲佐朝の市」と、町内外の飲食店やアンティークショップなど約20店舗が出店した「こうさてんマルシェ」も開催。普段、物静かな山間のキャンプ場が、多くのにぎやかな声に包まれた一日となりました。



▲緑川のせせらぎが聞こえるキャンプ場に設置された仮設スクリーンで映画を楽しむ来場者

この日は、朝から町内産のお米を使ったおにぎりや豚汁が来場者に振る舞われ、町農業研修センターろくじ館の採れたて野菜が並ぶ「甲佐朝の市」と、町内外の飲食店やアンティークショップなど約20店舗が出店した「こうさてんマルシェ」も開催。普段、物静かな山間のキャンプ場が、多くのにぎやかな声に包まれた一日となりました。

コロナ禍でのにぎわい作り

(一社)パレットでは、コロナ禍でも楽しめるイベントの開催を通して、地域ににぎわいが戻るための取り組みを進めています。

映画館とは一味違う野外シアター「こうさてんシネマ」の次回開催に、ぜひご期待ください！



(一社)パレット
米原 雄二さん

●お問い合わせ先

- ・町地域振興課
☎096-234-1154 (内線232)
- ・(一社)パレット
✉palette.kosa@gmail.com
- ・こうさてんシネマ公式サイト
🌐https://kosa-cinema.jp/

Fitness

甲佐町フィットネスセンター

体幹トレーニング「プランク」で 引き締まったお腹周りを目指しましょう

皆様、体幹という言葉をご存知でしょうか。一般的にはお腹周りという認識をされている方が多いのですが、背中や腰周りまで含めた胴体全体の事を体幹といいます。

今月の講師



下江 知子さん
(看護師)

今回は、体幹を鍛えるトレーニング「プランク」を紹介いたします。
①足を伸ばした状態でうつ伏せに

なり、腕を肩幅程度に開いて上半身を起こしましょう。

②つま先をたてるようにして、下半身を持ち上げましょう。

ポイントは、頭から足のかかとまで一直線になるように意識することです。

「プランク」を行うことでお腹周りを引き締め、疲れにくい体になるという効果があります。

あなたに合ったペースで運動できる甲佐町フィットネスセンターのご利用をスタッフ一同、お待ちしております。

体幹トレーニング「プランク」



▲腕とつま先で体を支え、肩から足全体を一直線になるよう意識しましょう

●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【4月】

日	月	火	水	木	金	土
3/28 【日曜当番医】 桃崎整形外科	3/29 口座振替日 (町税務課)	3/30	3/31 納期限 夜間窓口 (町税務課) マイナンバーカード 予約者優先夜間窓口 (町住民生活課)	1 消費生活相談 (老人いこいの家)	2	3
4 【日曜当番医】 荒瀬病院	5 法律相談 (老人いこいの家)	6 人権・行政相談 (老人いこいの家) ※電話相談のみ対応 マイナンバーカード 予約者優先夜間窓口 (町住民生活課)	7	8 消費生活相談 (老人いこいの家)	9 入学式 (町内小中学校) ピカピカ1歳教室 (町総合保健福祉センター)	10
11 【日曜当番医】 谷田病院 マイナンバーカード 予約者優先休日窓口 (町住民生活課)	12	13 1歳6か月児健診 3歳児健診 (町総合保健福祉センター)	14	15 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)	16 すくすく2歳児 子育て相談 (町総合保健福祉センター)	17
18 【日曜当番医】 小屋迫医院	19	20	21 認知症についての 相談会と家族のつどい (町福祉課)	22 消費生活相談 (老人いこいの家)	23	24 マイナンバーカード 予約者優先休日窓口 (町住民生活課)
25 【日曜当番医】 荒瀬病院 緑川スポーツフェスタ (町地域振興課) (町社会教育課)	26	27	28 口座振替日 (町税務課)	29	30 納期限 夜間窓口 (町税務課) マイナンバーカード 予約者優先夜間窓口 (町住民生活課)	5/1

※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。