

Town Development

甲佐町まちづくり協議会



▲安津橋下の総合運動公園駐車場に持参した椅子やレジャーシートを広げてくつろぐ家族連れ

来場者は、緑川が運ぶ涼風にあたりながら売店で販売された甲佐グルメを楽しんだ一夜となりました。

上映がスタート。「怪盗グルーのミニオン大脱走」に先立ち、(一社)パレットと交流のある小山薫堂氏からのビデオメッセージが上映されました。

■にぎわいのあるまちを
目指して

(一社)パレット(大滝祐輔代表)では、2018年4月の設立以来、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した持続可能なまちづくりに取り組んでいます。東京オリンピック2020が開幕した翌日の7月24日(土)、有安の熊本甲佐総合運動公園

で野外シアター「第2回こうさてんシネマ」を開催しました。

受付での体温測定や手指消毒などの感染対策を徹底しながら行われた、緑川のほとりで楽しむ映画鑑賞会もあり町内外から多くの家族連れでにぎわいました。

■緑川の夕暮れとともに
甲佐のグルメを味わう

会場では、夕暮れと共に

緑川のほとりで楽しむ野外シアター 第2回「こうさてんシネマ」が開演

●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/

甲佐の夏の楽しみを次の世代に届ける

私たちが子どもの頃に
は姿を消していた甲佐
の映画館。それでも、
夏休みになると中央公
民館などで映画を楽し
んだのを覚えています。
今後、企業協賛なども
お願いしながら、甲佐
の野外シアターを届け
ていきます。



(一社)パレット
米原 賢一さん

Fitness

甲佐町フィットネスセンター

壁腕立て伏せで身体を 引き締めましょう

残暑厳しい日々が続いていますが、いかがお過ごしですか。

今回は自宅でも簡単に行える「壁腕立て伏せ」を紹介します。熱中症にならないように注意しながら行いましょう。

今月の講師



丸尾 賢亮さん
(健康運動実践指導者)

■トレーニングの手順
① 壁の前に立ち、足を肩幅に開いて、腕を伸ばした状態で手を壁に

つきます。足の位置・手を置く位置で、強度や効果がある箇所が変わりますよ。

② 息を吸って吐きながらゆっくりと肘を曲げ、吸いながら戻しましょう。

■トレーニングのポイント

肘を曲げて体を前に倒す時に、かかたが床から離れないように意識しましょう。この運動は、二の腕の引き締めと肩こり解消が期待できます。足の位置を壁から少し遠ざけることでお腹の引き締めにも繋がり、ぽっこりお腹の解消も期待できますよ。

筋力トレーニング「壁腕立て伏せ」



▲壁と両足の距離に応じてトレーニングの強度を調整しましょう。

●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【9月】

日	月	火	水	木	金	土
8/29 【日曜当番医】 荒瀬病院	8/30 口座振替日 (町税務課)	8/31 納期限 夜間窓口 (町税務課)	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 法律相談 (老人いこいの家) ※電話相談のみ対応	7 1歳6か月児健診 3歳児健診 (町総合保健福祉センター) 人権・行政相談 (老人いこいの家) ※電話相談のみ対応	8	9 消費生活相談 (老人いこいの家)	10	11
12 【日曜当番医】 甲佐眼科クリニック マイナンバーカード 予約者優先休日窓口 (町住民生活課)	13	14	15 認知症についての 相談会と家族のつどい (町福祉課)	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	21	22	23	24	25
26 【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)	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) 消費生活相談 (老人いこいの家)	10/1	10/2

※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。