



ウォーターランド南条

☎ 47・3711 (月曜日休館)

無料法律相談

専門の相談員が相談をお受けいたします。秘密は厳守いたしますので、お気軽にご相談ください。

■日時 8月9日(火) 午後1時～午後4時

■場所 南条保健福祉センター

■相談員 前波裕司 弁護士

■申し込み・問い合わせ先 南越前町社会福祉協議会南条本所 ☎47-37667



インストラクター
高橋有希子 です



スロームーブ and フットリトメント教室

毎週火曜日
タイム 19:30～20:20
料金 3,000円(月額)

Q どんなことをしていますか

東洋医学を取り入れた足操術と簡単なヨガ、ピラティスをじっくり行います。

Q 効果は

足首の硬直をとり、自律神経系を整え、内臓の異常、全身の血行、足腰の冷えを改善し、快眠効果もあります。また、

ふくらはぎや身体全体の姿勢を整えます。

皆さんに一言

ストレス社会の今。呼吸を整え、自分の身体と向き合い、心と身体のメンテナンスの時間としてゆったりとお過ごし下さい。心の元気は身体の元気 ^_^ ! お待ちしております。

生徒でえ～す



別府直子 さん
(湯尾)

日頃、運動不足の私ですが、この教室で毎週いい汗をかいてます。ゆっくりとした動きでジワジワと身体に効いてくる感じ

です。また、オイルを使つての足つぼマッサージもあり、とても気持ち良くリラックスでき、時間が過ぎるのを忘れてしまいます。

明るくてやさしい先生の指導のもとで、頑張つて続けて行こうと思います。そして、姿勢改善、体質改善を目指します。

和の風 町長随想

増澤善和

水辺に涼を求めて

梅雨もあけて夏本番。町内の涼しい水辺を紹介しよう。

に満水実験も完了、徐々に放水して九月には湖底を見せる。

河野地区

①三つの海水浴場

北から糠・甲楽城・河野とハシゴ海水浴が楽しめる。特に今年は砂浜と公園が一体的に整備中で、生まれ変わった河野海水浴場に期待したい。

熊本城にも劣らぬ建造物として昨年文化庁より国の有形文化財の指定を受けた。赤谷川のせせらぎを聞きながら先人達の力と技の結晶を散策するのも夏の風物詩であろう。

②河野夏まつり水上花火大会

八月六日夜、甲楽城海水浴場の海上に組まれた台船の上から五千発の花火が打ち上げられる。最大の「二尺玉」(直径60cm・トラックのタイヤ程・空に上がるのが不思議)という巨大花火に注目したい。ちなみに、南条夏祭りの花火は大きくて「3寸玉」(ソフトボール程)である。

南条地区

①花はす公園

早朝は涼しいだけでなくハスの花が美しい。ハスの別名を「水たえ草」(水湛え草が変化)といい、水辺の最高の花である。八月末まで観賞。

②ウォーターランド南条

室内プールだけでなく、外にある池も子供の水遊び場。

この他、磯づり・体験漁業・アユ釣り・不動ヶ滝・武周ヶ池雨乞い竜神祭(八月二十一日)など、新町の山里には楽しい納涼地がとても多い。

今庄地区

①二つの人造湖と夜叉ヶ池

広野ダム經由で、日野川の原点である夜叉ヶ池を探索すれば大自然の涼しさが待つ。榎谷ダムも完成し今年の三月

町外の人にもPRしたい。