

# 魅力創生ニュース

NO. 4



さと  
里都まち♥なかい

発行：中井町企画課

〒259-0197 神奈川県足柄上郡中井町比奈窪56

電話 0465-81-1112 平成30年3月発行

## 里都まちキッチン



料理教室などが実施できる体験型の施設です。  
かまどと県内最大級のピザ釜を中井町商工振興会  
が整備します。  
普段は休憩スペースとして利用できます。

## 里都まちミニパーク 里都まちキッズガーデン

芝生  
エリア



3月から数か月かけて芝生が生えそろいます。  
芝生が生えそろいましたら自由に利用できます。  
芝生の上でヨガや健康体操なども実施できます。

## 里都まちガーデンができました！



一人ひとりが主役になれるまち  
～皆さんの活動を応援します！～

レストハウスの横にウッドデッキを設置しました。  
パークゴルフ大会の表彰式や体操教室のステージなどで  
利用できます。



舗装した駐車場やインターロッキングの通路でキッチン  
カーを使ったイベントが実施できます。



教育・文化・スポーツ・芸術など、皆さんが日々行っ  
ている活動の場として利用してみませんか？

皆さんが町の活動の主役となり盛り上げていくことで、  
中井町が魅力溢れるまちになります。

※ご利用方法については、町ホームページなどで改めてお知らせ  
します。

なかい里都まちC A F Eでは、夜間の施設貸出を開始し、映画上映会などが開催されました。また、小中学生の書道・絵画の作品を展示するなど、施設の活用の幅を広げ、新たな取組がさらに生まれています。





# ノルディックウォークが人気です！ 友人や家族を誘ってやってみませんか？

～「ウォーキング以上、ランニング未満」～



ポールを持って歩く。それがノルディックウォークです。今年度も実施したノルディックウォークイベントへの参加者は、昨年度に比べて大幅に増加しました。新しい運動として注目を集めています。

何がそんなにいいのか・・・

- 上半身を上手に使うことで足への負担が軽減されます。上り坂へのアシストになります。ポールにより転倒防止になり、体の歪みの矯正にも繋がるため姿勢がよくなります。
- 上半身の推進力が働き歩幅が広がることで、運動効率が上がります。

ウォーキングでは物足りないと感じているあなた！

運動不足だなと感じているあなた！

ウォームアップ  
クールダウンを  
忘れずに！

町の健康課でポールの貸出をしています。  
なかい里都まちCAFÉでも無料貸出を行っています。



自分の健康状態を知りたいという方は、ぜひ「**未病センター・なかい健康づくりステーション**（保健福祉センター 1階）」をご利用ください。無料で体力測定や体組成測定、脳年齢測定などができます。

【開設日時：平日の9時～17時】  
（年未年始を除く）



## キッズサイクルフェスティバル開催

ブレーキとペダルのない幼児用自転車「**ランニングバイク**」のレースを開催しました。県内だけではなく県外からもたくさんの子もたちが参加しました。

ランニングバイクは自転車に乗り換える際の一助にもなります。

「**湘南シクロクロス**」という自転車のレースも開催されています。中井中央公園を中心に新しい盛り上がりを見せています。



なかい里都まちCAFÉ  
「ロゴ」「ホームページ」ができました！



富士山が眺められること、里都まちを象徴するハートマークが重なり、カップ状になっていることがポイントです。

なかい里都まちCAFÉのホームページを開設しました。販売している特産品などの商品情報に加え、町のイベント情報なども掲載されています。フェイスブックでも最新情報を載せていますので、一緒にチェックしてください。

