

おおむなかた新聞

第10号

企画・発行
大牟田市中心市街地
活性化協議会

まるとまちなか
@おおむなか

まちなか
最新情報
発信中!



**Pick Up
OWNER**

まちなか店主 vol.10

まちなかではたく
魅力的な人、お店を
ご紹介します。

写真左は、大坪志保子さんの夫ウェイロンさん(カナダ出身・ヨガ講師歴20年)



自然素材が心地よい、安心安全な環境づくりにこだわった
居心地の良いスタジオ。

2019年11月、銀座通商店街の中、大牟田神社横にオープンしたヨガスクール「LOTUS PAD」。ヨガ初心者から、本格的にヨガを学びたい人のための「ヨガ講師養成コース」など、年齢や身体能力に関わらず、自分のレベルに合ったクラスで安心して学ぶことができる、完全予約制のヨガスクールです。

オーナーの大坪志保子さんは、自身の体調不良をきっかけに、20代後半でヨガと出会い、ヨガの世界に魅了され海外へ移住。ヨガインストラクターとして家族と共に世界中を巡り、ヨガを学び教える続けてきました。「ヨガは呼吸が一番大事。お腹から深く呼吸をすることで、心が落ちつき、自分を深く見つめることができます。生きづらさを感じたり、ストレスを抱える人が安心して呼吸ができる(11胸を開ける)場所を提供したいんです。気軽にスクールに立ち寄って、ちょっと深呼吸。スッキリできる、落ち着きを取り戻す瞬間。高速道路でいう、サービスエリアのような場所になれたらいいなと思います。」そう語る大坪さんは、笑顔も生き方も素敵な女性でした。

「蓮の花」を中心に広がり連なる「葉」のように、大牟田から世界へ広がる癒しの場所になってほしいですね。昨年よりスタートしたオンラインクラスも好評なのだそうですよ。

DATA

まちなか店主 vol.10

大坪 志保子さん
(おおつぼ しほこ)

- 得意技
どこでも生きていける
- 最近のマイブーム
16時間ファスティングと白湯を飲むこと
- 大牟田の好きなお店
『KIMMY'S COFFEE』のカフェモカ大好きです。



LOTUS PAD
zuddha lotus yoga school

福岡県大牟田市中心市街地
1-2-10 2F
10:00~20:30

レッスンの詳細
ご予約はコチラ→



Machinaka Information



まちなかARスタンプラリー

3月12日(金)まで開催中!

【ARスタンプをすべて集めてプレゼントをもらおう♪】



ARスタンプスポット ※ジャー坊マンホールが目印です



- ① 大牟田市役所正面玄関前
- ② 大牟田駅ロータリー北側
- ③ 大牟田駅ロータリー南側
- ④ 文化会館入口前(国道側)
- ⑤ 大牟田駅西口前
- ⑥ 大正町4丁目交差点北東側
- ⑦ 銀座通り東側
- ⑧ 銀座通り西側



ARスタンプスポットを
目指して楽しく歩こう♪



大牟田市では、日常生活のなかで歩行量を増やし、継続して歩くことを支援する「+Walking事業」を実施しています。スマホのアプリを使って、気軽にウォーキングを楽しめる、大牟田市公式ウォーキングアプリ「おおむた+Walking」!このAR(拡張現実)機能を利用したスタンプラリーは、屋外で、好きな時間に、個人で参加できるためWithコロナ時代にうってつけの新感覚スタンプラリーです。

期間中に8か所のARスタンプをすべて集めると、アプリの「500ポイント」と「オリジナル缶バッジー」をプレゼント。さらに、あと100ポイント貯めて600ポイント以上になると、「Amazonギフト券500円分」プレゼントキャンペーンにも応募できます。

生活の維持に必要な運動や散歩などは自粛の対象ではありません。少しずつARスタンプを集めてみませんか?

詳しくは
こちら



お問い合わせ先 大牟田市福祉課 健康対策担当 ☎0944-41-2668

編集部員も歩いてみた! ARスタンプ①→⑦→⑧スポット

空気の澄んだ晴れた午後。マスク・手袋を着用し、携帯用消毒液をポケットに忍ばせウォーキング実践!街並みを眺めながら、スタンプラリー①→⑦→⑧スポットへ。30代後半男性の足で、片道約10分。歩数は約1,000歩。1日の目標歩数9,200歩に近づけるために、帰りは栄町エリアへまわり道ウォーキング。

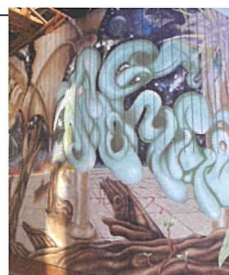
歩きながら、まちなかの風景に目を向けると、レトロが薫る景色。改めて見えてくるこの街の快適さを感じながら、現代の流行「インスタ映えスポット」を発見!ストレス解消にもなる有意義なウォーキングを体感しました。



栄町の壁の画



「イイね」が
押しよせてくる
スポット
(栄町エリア)



編集後記

2020年大流行した「鬼滅の刃」。私はアニメも映画も見ましたが、大坪さんの話を聞きながら「全集中の呼吸はヨガからの発想なのでは?」そう思えるほど「呼吸」の大切さ、「呼吸」でパフォーマンスを高める、「呼吸」こそ極意!を感じてしまう楽しい取材でした。

LOTUS PADは年齢や身体能力に関わらないクラスもあれば、指導者育成クラスもあり、希望に合うクラスにきつと出会えます。「呼吸」で自分と向き合ってみましょう。運は泥より出でて泥に染まらず。(充)