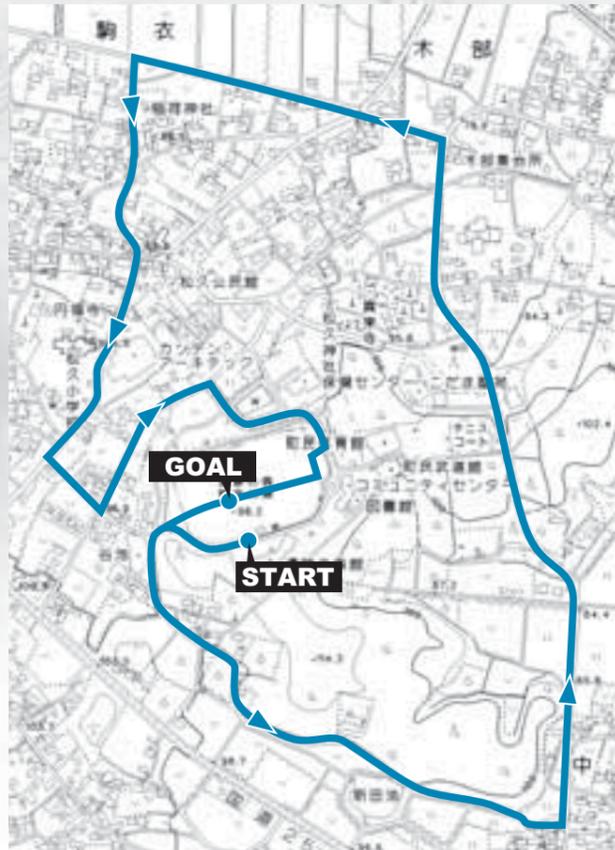




第25回 平成30年2月4日開催 参加チームを募集します！ 美里町万葉の里ハーフ駅伝大会

来年2月4日(日)、「第25回美里町万葉の里ハーフ駅伝大会」を開催します。
1周約4.2kmのコースで走ってみませんか。たくさんのチームのご参加お待ちしております。



- コース
1周約4.2kmの周回コース(5区間)
- 募集部門(4部門)
一般参加対抗の部(行政区を含む)
高校生対抗の部
中学生対抗の部
女性対抗の部
※行政区での申込みは、2行政区まで混合可
- 参加費(1チーム)
一般参加対抗の部(行政区を含む) 7,000円
高校生対抗の部、女性対抗の部 5,000円
中学生対抗の部 3,000円
- チーム編成
中学生以上の選手5名、補欠選手2名まで
- 申込方法
所定の申込み用紙に必要事項を記入のうえ、参加費を添えてコミュニティセンター窓口または、現金書留にて申込み
(開催要項・申込用紙は、左記問合せ先および町ホームページに用意しています。)
- 申込期間
10月23日(月)~12月4日(月)

問合せ=教育委員会事務局 社会教育係
☎76-3431(コミュニティセンター内)

町長コラム 105
健康ポイント④ まだまだ参加受付中
健康ポイント事業参加者が千人を超えました。この事業は、毎日の歩数、各種健診(検診)、いきいき事業参加などでポイントが貯まり、貯まったポイントは町内で使える商工会みさと元気チケットと交換ができます。今年度は9月から12月の4か月間ですが、来年度からは1年を通じて行う予定です。歩数計での参加は40歳以上、スマートフォンは30歳以上のかたが参加できます。随時参加できますので保健センターか保険年金係にご相談ください。
さて、がん・脳卒中・心臓病などの成人病や認知症は、適度な運動で発症リスクが低減できるとされています。また、転倒は高齢者にとって寝たきりのきっかけになるため、筋力を維持向上することが重要です。
そこでおすすめするのがウォーキング。一度に5千歩は大変でも、2回に分ければ1回が25分程度。早歩きを入れればもっと短時間になります。ごはんはおいしくなり、ウエストも引き締まり、防犯やコミュニティの向上にもなります。何より医療や介護費用の軽減につながると期待しています。
歩数計のデータを読み取る機械(リーダーライター)は、役場やコミュニティセンター、保健センターのほか、いきいき事業への出張、お店にも置いていただく予定です。
また、スマートフォンでの参加なら、毎日、自動的にデータを送信してくれますので、読み取る機械にかさず必要がありません。申し込みもインターネットでできます。詳しくは、役場のホームページをご確認ください。

第34回 美里町民祭

町の各団体が一堂に集まる文化の祭典「美里町民祭」が行われます。
当日は楽しいイベントが目白押し! ぜひ来場ください。

会場=遺跡の森総合公園(10月28日・29日)
J A埼玉ひびきの美里支店(11月3日)
時間=午前9時~午後4時
(イベント会場により終了時間は異なります)

10月28日土・29日日
11月3日金・祝

- 10月28日・29日
 - ◆文化祭: 28日・29日 (町民体育館)
 - ◆公民館まつり: 29日 ※詳細は14ページ (町民体育館、コミュニティセンター駐車場)
 - ◆町民芸能まつり: 28日・29日 (遺跡の森館)
 - ◆ダンスパーティー: 29日夜 (町民体育館)
 - ◆歴史と文化のコーナー: 28日 (遺跡の森館)
 - ◆健康まつり: 29日 (保健センター)
 - ◆第18回コミュニティまつり: 29日 (町民体育館前)

- 11月3日
会場=J A埼玉ひびきの美里支店
◆農業祭 ◆商工祭 ◆くらしのコーナー

※詳しくは、町の各施設に置いてあるチラシか、毎戸に配布されるチラシをご覧ください。



コミュニティまつり

問合せ=総務税務課 総務係 ☎76-1115

健康まつりの恒例イベント

はいはい・よちよち・親子ペンギンレース!!

みんな集まれ☆

- 日時=10月29日(日)
受付時間: 午後0時15分
レース開始: 午後0時30分
- 会場=保健センター「ホール」
- 対象児=はいはいレース: 1歳まで
よちよちレース: 1歳8か月まで
親子ペンギンレース: 2歳までのお子さんとその保護者
- 申込み=10月23日(月)までに電話で申し込み
- 問合せ=保健センター ☎76-2855

健康まつりで、乳幼児とその保護者を対象とした「はいはい・よちよち・親子ペンギンレース」を開催します。
ふるってご参加ください。



はいはいレース