

# ウォーキング教室開催のお知らせ

～秋涼の御代田町を歩きませんか～

- 日 時** 10月15日(土)
- 集 合** エコールみよた あつもりホール 9時(受付開始)
- 主 催** 御代田町・ナカセスポーツ
- 参 加 料** 無 料
- コ ー ス** 「当日までのお楽しみコース」約3キロ  
\*短い1キロ程度のコースも用意しています。
- 申 し 込 み** 保健福祉課健康推進係 (32) 2554 平日のみ  
ナカセスポーツ (32) 5335 休日也可
- 注 意 事 項** \*ポールの貸し出し有  
\*飲み物持参のこと  
\*熱中症などの対策のため、帽子・タオル持参のこと  
\*膝や腰が痛い方に、NPO法人佐久総合リハビリセンターのスタッフによる個別相談や保健師による健康相談を実施します。

募集

## マンローウォークの会

設立趣旨

町民一人ひとりが生涯健康を維持することは、個人の幸せを保障するとともに町全体の活性化にもつながります。私たちは、ポールを使った「健康ウォーキング」を通じて自らの体調を管理するとともに、仲間の輪を広げて健康な町づくりを進めるために「マンローウォークの会」を設立します。

発 起 人

笹沢 武、櫻井 雄一、中瀬 義敏、中尾 弘喜、小山 岳夫

発 足

平成23年10月15日(土) 9:00～

集 合 場 所

エコールみよた エントランスロビー

問い合わせ先

ナカセスポーツ(事務局) (32) 5335  
※入会希望の方、お電話ください



# 北東北インターハイ 陸上競技

## 山本 瑞さん

(小諸高校3年 馬瀬口)

女子800m **優勝**  
女子400m **4位入賞**



8月3日～7日に岩手県北上総合運動公園北上陸上競技場で行われた、北東北インターハイに山本さんが出場し、快挙を果たしました。  
大会4日目の女子800mで山本さんは、自己ベストを3秒以上上回る2分6秒07で見事優勝し、また、女子400mでも4位入賞と素晴らしい結果を残しました。



女子	HR	2:04.00
800m 決勝	GR	2:04.00
1 591 山本 瑞 3		2:06.07
2 727 竹内 麻里子 3		2:06.21
3 460 福里 秋帆 2		2:06.86
4 885 中田 美保 2		2:07.07
5 1235 福嶋 美和子 3		2:07.19
6 1243 由水 沙季 1		2:09.08

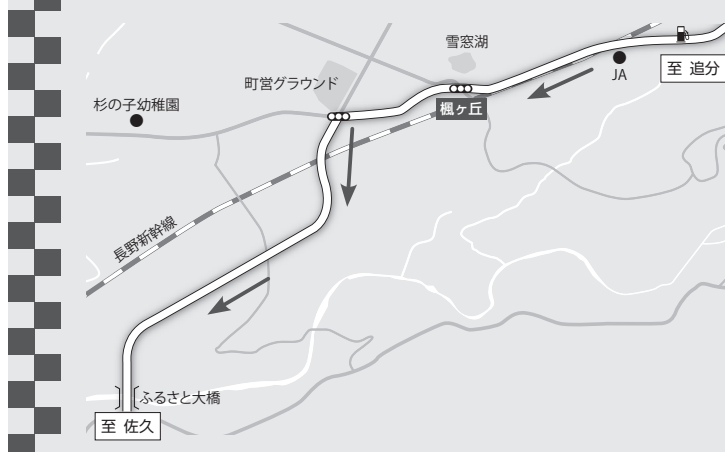


問い合わせ先  
産業経済課商工観光係  
(内線31)

有名芸能人も  
参加します!!

期日 10月10日(月・祝)  
午前7時20分ごろ  
8時30分ごろまで

80台のクラシックカーが  
町内を走ります!!



国際クラシックカー連盟公認の  
アジア最大の国際大会です。  
今大会から、関東・甲信越を拠点  
に、東北地方復興チャリティーイ  
ベントとして開催されます。  
町内は、図に示したルートを通  
過します。