

地区だより みやの

5月15日臨時号

宮野地域交流センター活動推進委員会
〒753-0011 山口市宮野下3054(住吉)
山口市宮野地域交流センター内
TEL 928-0250
FAX 928-0302 《臨時号》



5/25
水

チャレンジデー2016



『ウォーキング教室』開催

『5月25日(水)』はチャレンジデーです！宮野地区では「山口市スポーツの森」にて、ウォーキング教室を開催します。

このたびは、健康運動指導士の恵美須さんによる講習の後、スポーツの森周回コースを各自のペースでウォーキングします。

自分にあった効果的な運動を理解できれば、ウォーキングの効果を今まで以上に高めることができるはずですよ。

スポーツの森周回コースの気持ちいい新緑の木々の中を、一緒にウォーキングしませんか。個人はもちろんグループでのご参加お待ちしております！

【対象】 山口市民で興味がある方なら誰でもOKです
(性別・年齢は問いません)

【コース】 山口市スポーツの森周回コース(約3km)

【集合】 山口市スポーツの森、西京スタジアム正面入口

【時間】 10:00～(受付 9:30開始)

※雨天の場合も実施します

90分程度

【参加費】 無料

【持参物】 タオル・飲み物・運動ができる服装

※ただし、スポーツドリンクを1本準備いたします。

【申込み】 宮野地域交流センター(928-0250)

【主催】 宮野地域交流センター

【共催】 タタラスポーツ邑(山口市スポーツの森指定管理者)



集合場所

目指せ
参加者10万人!



チャレンジデー

運動を習慣づけることを目的とし、毎年5月の最終水曜日に世界中で行われるスポーツイベントです。人口規模がほぼ同じ自治体同士でスポーツや運動を行った住民の「参加率(%)」を競い合います。【山口市対戦自治体：神奈川県 座間市】



CHALLENGEDAY

めざせ参加者10万人!



参加は簡単!

体を動かしたら、当日の午後9時30分までに報告!

チャレンジデー当日の午前0時～午後9時の間に、スポーツ施設、自宅、学校、職場、広場、道など場所はもちろん、競技スポーツ、散歩、自転車で買い物など、15分以上継続して体を動かしていただければ、どこでも・いつでも・なんでもOKです!体を動かしたら、午後9時30分までに集計センターに報告をお忘れなく!

報告は簡単! 電話・FAX・インターネットで!

下記の集計センターに、

①氏名・事業所名・団体名・グループ名、②参加人数、③運動の種類 の3点を **当日の午後9時30分までに**報告してください。

- 電話
- FAX
- メール
- インターネット

0800-200-2776 / 083-934-2912

(通話料無料: 当日のみ利用可)

083-934-2670 / 083-934-2665

challengeday@city.yamaguchi.lg.jp

https://pro.form-mailer.jp/fms/bfd2284795124

QRコードは
↓こちら!



◆受付時間 電話は、午前9時～午後9時30分 電話以外は、午前0時～午後9時30分

『アユの放流』開催4月23日(土)



「第22回清流にアユの放流」が開催されました。
良く晴れた青空の下、参加した子ども達は、アユが無事元気に育ってくれることを願い、宮野地区内の榎野川各所で稚魚を放流しました。
当日、お手伝いいただきました関係者の皆様、ご協力ありがとうございました。

宮野の川をきれいにする会 事務局