



南部町総合型地域スポーツクラブ  
**スポ.net**  
 なんぶ  
 supo net nanbu

# ポネットちゃんだより

スポーツでつなく とびきりの笑顔の輪  
 コウキンヲ ユサブレ

2019年8・9月号



## 第32回南部町緑水湖健康マラソン大会 申込受付中

開催日 2019年10月20日(日)

受付8:30~ 開会式9:45~ 雨天決行

会場 緑水湖周辺

申込締切 9月11日(水)

申込方法 ①下記窓口でお申込み

②郵便局でのお振込み

払込用紙は窓口にあります。

③インターネットでのお申込み

アドレス <http://runnet.jp/>

### ◆1部

(コース) 5km・10km

(参加資格) 5km…中学生以上

10km…満16歳以上

※年齢・性別によりクラスが異なります

(参加料) 大人1,500円 18歳以下1,000円

### ◆2部

(コース) 1.5km・3.3km・ウォーキング

(参加資格) どなたでも参加できます

(参加料) 大人1,000円 18歳以下300円

計測は行っていません。大時計を設置しますのでタイムは各自でご確認ください。

【窓口・お問い合わせ】 南部町法勝寺331-1 南部町総合福祉センターしあわせ内

南部町緑水湖健康マラソン大会事務局 スポネットなんぶ 電話 0859-66-5400

## コツチャレなんぶ 申込受付中

「減量」「歩数の記録」のどちらかを目標に3か月間継続して運動や食生活の改善に取り組み、普段の生活習慣を振り返って健康づくりに取り組みませんか。

(対象者) 南部町在住または町内企業勤務者  
 で20歳~74歳の希望者

(実施期間) 9月17日(火)~12月16日(月)

(カテゴリー) 個人の部、グループの部(3~5人)

(コース)

- ①健康づくりコース 毎日の歩数記録
- ②ダイエットコース 1日1回の体重の記録
- ③スペシャルコース ②の内容+レッスン付  
 3kgの減量を目指します

- 20歳~60歳までの方 ●BMIが24以上の方
- おへそ周りが 男性85cm、女性90cm以上

(ルール) 毎日記録をつけます。③コースはレッスン参加も必須

(エントリー料) 500円 (締切) 8月31日(土)

★詳しくは各家庭に配布のチラシをご覧ください

## 活動紹介 ジュニアチーム 会見スポーツ少年団野球部

### チーム紹介

現在、6年生9名、5年生1名、4年生2名、3年生1名の計13名で活動しています。少人数ながら近年では、全国大会出場や中国大会優勝の成績を残しています。

「挨拶、返事、感謝の心、元気に楽しく全カプレー」をモットーに技術の向上、精神面の育成、地域貢献を目指して日々頑張っています。

### 主な成績(今年度)

5月 全日本学童軟式野球西伯郡予選 優勝

6月 ろうきん杯西伯郡予選 準優勝



7月

JAむてきカップ 3位

スポ少県大会 準優勝