

第3回 みずの郷 奥津湖 元気ウォーク2018

平成28年度に「苦田ダム・奥津湖畔道路」が岡山県下最初のノルディック・ウォーク公認コースに認定されました。

今年度も健康寿命の延伸を目指す「ウォーク立町かがみの」をスローガンとして、豊かな心身の健康づくりと地域連携の高まりを期待することを目的としてウォークを行います。

●日 時：11月11日(日) 午前9時～正午

●集合場所：みずの郷奥津湖(鏡野町河内)中国自動車道院庄ICより国道179号北(倉吉方面)へ約10km

●実施場所：「奥津湖畔道路」
ノルディックウォーク公認コース

●コース：Aコース8km Bコース5km

●ウォークスタイル：この大会はフリーウォークとします。

●参加料：一般(高校生以上)500円 小中学生200円
幼児 無料

●申込期限：11月5日(月)

●その他：小学生以下は保護者同伴とします。
事前に申し込みのない人で、当日参加者は「参加賞等」がお渡しできない場合があります。

申込み・お問い合わせ先

参加申込み FAX(0868)56-0022 香南公民館(堀)まで
お問い合わせ先 電話090-8717-8284(会長 小林)
電話090-7773-4815(事務局 小田)

第13回かがみの ハーフマラソン&健康マラソン 大会の開催について

「第13回かがみのハーフマラソン&健康マラソン大会」が平成30年11月18日(日)に開催されます。鏡野町内外から約1,000人の選手にエントリーをいただきました。

大会当日は周辺道路を利用する方々には大変ご迷惑をおかけいたしますが、出場される選手のみなさんにあたたかいご声援をいただきますようお願いいたします。



大会日時

平成30年11月18日(日)

午前9時00分～開会式(文化スポーツセンター)

午前9時45分～競技開始

午後0時45分～閉会式(文化スポーツセンター)
(時間は予定)

お問い合わせ先

かがみのマラソン大会実行委員会事務局
鏡野町教育委員会生涯学習課(中央公民館内)
電話(0868)54-0573 FAX(0868)54-0656

ノルディック・ウォーク体験会

ノルディック・ウォークの2本のポールは、私たちが自力で歩き続けるための大切な「友だち」です。転倒予防や歩行補助の杖代わりになるだけでなく、心身に様々な効果をもたらします。健康づくりの手段として興味をお持ちの方、なかなか運動する機会のない方、是非、ノルディック・ウォークを体験してみませんか。

●日 時：11月26日(月) 午前9時～正午

●集合場所：鏡野町円宗寺「大野公民館」

●内 容：健康講座・自身体力診断・ウォーキング

●定 員：30名

●参加費：無料

●用 具：ノルディック・ウォークのポールは主催者が用意します。

●持参品：ウォーキングができる服装、手袋、運動靴、カップ(小雨での歩行のため)

●指導者：全日本ノルディックウォーク連盟公認インストラクター

●申込期限：11月20日(火)

●その他：参加者全員に水分補給のペットボトルドリンクをお配りします。

参加申込み・お問い合わせ先

鏡野町保健福祉課
電話(0868)54-2986 FAX(0868)54-2891



消費税軽減税率制度説明会の開催案内

消費税軽減税率制度説明会を開催します。

平成31年10月の消費税引き上げに伴って実施される「消費税軽減税率制度」に関する説明会を開催します。

事前予約制ですので、出席を希望される方は下記お問い合わせ先まで連絡してください。

日 時 11月20日(火)

午前10時～午前11時30分

場 所 鏡野町中央公民館 大集会室

(鏡野町竹田660)定員40名

内 容 消費税軽減税率制度及び事業者支援措置について

(インボイス制度を含む)

予約締切

11月19日(月) 午後4時

お問い合わせ先(事前予約先)

津山税務署 法人課税部門

電話(0868)22-3109

