



# 賀茂地域協議会



## ソフトボール大会開催間近！！

賀茂地区ソフトボール大会開催が迫ってきました！  
☆出場する方、応援する方、どちらも  
ケガのないよう楽しんで頑張ってください☆



開催日時

平成24年6月3日（日）

午前8時30分集合  
8時45分開会式  
9時プレイボール

会場 町営陸上競技場

## ★第8回泥んこバレー参加者募集★

開催日 平成24年7月1日（日）

受付11:00 開会式11:30

競技開始11:45

会場 三朝町鎌田地内 休耕田

参加資格 一応、健康であると思う者で  
構成されたチームとし、構成員  
は国籍・年齢・性別一切問わない。

参加費 1チーム 2,000円

チーム編成 1チーム6人を原則とし、特に  
選手登録は行いません。

（ただし、大会への参加は4～6人のチーム編成  
で参加することもできる。）

↓参加については下記までご連絡下さい↓

三朝町役場町民課 佐々木 43-3505

賀茂地域協議会事務局 石田 43-1875（午前中）



第7回泥んこバレー若宮大会



賀茂公民館の使用は、三朝町役場総務課地域づくり支援室(43-3500)あるいは賀茂地域協議会(43-1875)に電話等で必ず申し込んでください。鍵の受け渡しは当日、役場宿直室で行ってください。

鍵の返却は役場宿直室へ！

（事務局次長：西田寛司）

使用後は、きちんと片付け、ゴミの持ち帰りにもご協力ください。鍵の返却は役場宿直室へ。

E-Mail : kamo@town.misasa.tottori.jp

●鳥取県ケータイで健康づくりウォーキングシステム「とりっぽ（歩）」を使って毎日楽しくウォーキングを！

『鳥取県は、男性が47位で堂々の最下位、女性も45位と下位に低迷』

皆さん、これって、何の順位かご存知でしょうか？

実はこれ、平成24年1月に厚生労働省が公表した1日の歩数の全国比較による鳥取県の順位なのです。男性は、全国平均7225歩に対して、鳥取県5634歩、女性は、全国平均6287歩に対して、5285歩。鳥取県はマイカー通勤の方が多く、「そういえば、普段歩いていないな。」と心当たりのある方も多いとは思いますが、特にそのような方は、この数値を見て、「やっぱり歩いていなかったんだ。」と実感されるのではないかと思います。

健康づくりの基本は、適度な運動、適切な食生活、そして、禁煙です。このうち、運動に関して、運動習慣のバロメーターである1日の歩数がこれだけ少ないと、将来の鳥取県民の健康状態が非常に心配です。

そのような経緯もあり、鳥取県では、県民の皆さんが少しでも歩くことに興味を持ち、日常的に歩くきっかけづくりになればとの思いから、楽しみながらウォーキングに取り組んでいただけるシステム「とりっぽ(歩)」を開発し、4月28日から運用を開始しました。

このシステムは、あらかじめ設定されたコースやパソコン上で自らが設定したコースに携帯電話を持って出かけ、携帯電話やスマートフォンのパケット通信によりスタート、通過点、ゴールの位置情報を送ることで、歩行距離等が記録できるシステムです。一定距離に達した方等には記念品も贈呈することとしています。

また、利用者の中で、自分がどれくらい歩いているのかランキング表示もされますので、ウォーキング仲間を作って、競い合いながら、参加してみてください。意識しながら歩くと、いつしか日常の歩数も増え、心身ともに健全になっていることを実感されるのではないかと思います。

ぜひ、このシステムを使って楽しみながらウォーキングを行い、いつまでも健康で充実した日々を送ってください。

○「とりっぽ（歩）」

<http://www.torippo.jp/>

○「とりっぽ（歩）」の概要・利用方法等

<http://www.pref.tottori.lg.jp/torippo/>