

オクトーバーランウォーク

募集期間	令和5年10月1日～ 令和5年10月31日
コース	自由
参加費	無料
参加方法	【ウォーキングの部】 「スポーツタウン WALKER」 をダウンロード 【ランニングの部】 「TATTA」をダウンロード

INFORMATION お問い合わせ

コミュニティ振興課
TEL 391-1160 FAX 328-5995

2022年 菰野町が全国一位

2022年の全国市町村対抗ランキングで300以上の自治体が参加する中、ウォーキングの部で菰野町は全国1位を獲得しています。今年もみんなで歩いて走りましょう！

まずはアプリをダウンロードして準備！

オクトーバーラン
アンドウォーク HP



EVENT OVERVIEW

スマートフォンのアプリで1か月間の歩いた歩数や走った距離を計測して競い合います。結果は個人や自治体ごとにランキングで発表され、普段のウォーキングやジョギングの追加要素として臨むことができます。



オクトーバーランウォーク

10月1日...10月31日

イベント1

今年の秋は体を動かして参加するイベントを多数開催します。イベントの参加をきっかけにして皆さんも体を動かしてみませんか。

秋来る——スポーツの秋、健康のために参加する体を動かせる秋のイベント

特選 Well Being
健康で幸せになろう

秋のウォーキング大会

募集期間	令和5年10月1日～ 令和5年10月25日
持ち物	飲み物・タオル・雨具・帽子・おしらせ版10月前半号折り込みチラシ
集合場所	役場本庁西玄関
参加費	無料
参加方法	①元気アップこものスポーツクラブへ電話申し込み ②折り込みチラシに記入して当日持参

INFORMATION お問い合わせ

元気アップこものスポーツクラブ
TEL FAX 394-5018

こもの歩きパスポート 配布中

秋のウォーキング大会で歩くコースも含め、花や景色とともに楽しめる町内のウォーキングコースを掲載した「こもの歩きパスポート」。パスポートを片手に町内を歩いてみてはいかがでしょう？



全34コース
掲載

配布場所

- ▶ 役場本庁1階 健康福祉課
- ▶ 各地区コミュニティセンター
- ▶ 元気アップこものスポーツクラブ

EVENT OVERVIEW

半年に1度、100名以上が参加するウォーキング大会です。役場本庁を出発点として南部公民館までのショート約5km、池底区までのロング約10kmの自分に合ったコースを選んで完歩を目指します。



秋のウォーキング大会

イベント2

今年、秋の訪れとともに町内で開催されるイベントも盛りだくさんとなっています。特に10月中は歩いたり走ったりすることを目的として開催されるイベントも盛りだくさんとなっています。特に10月中は歩いたり走ったりすることを目的として開催されるイベントも盛りだくさんとなっています。

イベントへの参加で健康に

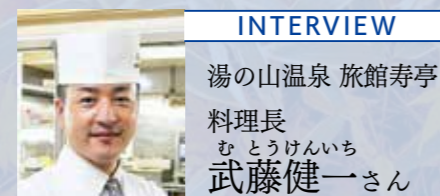
的とするイベントが3つ予定されており、スポーツの秋に体を動かすきっかけとしては絶好の機会となっています。それぞれのイベントは事前申し込みや手続きが必要になります。参加を検討される方は、お申し込みをお忘れなく、ご参加ください。

第4回 ONSEN・ガストロノミーウォーキング in 湯の山温泉

募集期間	令和5年9月28日～ 令和5年11月12日
募集人数	300名
参加費	大人(中学生以上) 3,500円 小人(小学生) 2,000円 ※小学生未満参加不可
参加方法	公式HPで事前に参加申し込み

INFORMATION お問い合わせ

(一社)菰野町観光協会
TEL 394-0050 FAX 394-0779



INTERVIEW

湯の山温泉 旅館寿亭
料理長
むとうけんいち
武藤健一さん

寒い時期の開催なので温かい料理を提供したいと現在考えています。施設ごとに工夫した料理を提供するので、コースをめぐるだけでさまざまな味を楽しめます。地元食材を生かしつつ、新しい味わいを創意工夫して作っているので、皆さんに参加して体感してもらいたいです。



EVENT OVERVIEW

食を味わい、歴史や文化を歩いて学び、温泉を楽しむ体験型イベント。コースは湯の山温泉街を巡る約8kmで、途中には菰野町の食や地酒等でおもてなしを受けられるガストロポイントなどが設置されています。



ONSEN・ガストロノミーウォーキング

11月23日 祝・木

イベント3

