



発行／三田市役所 〒669-1595 兵庫県三田市三輪 2-1-1 ☎079-563-1111(代表)
編集／秘書広報課 ☎079-559-5040 FAX079-563-1366

参加者募集!



さんだノルディック・ウォーキング フェスタ 2018 in 有馬富士

3月4日

有馬富士公園
荒天中止

有馬富士の自然や景観を楽しんで歩く！
気軽に取り組める健康づくり、仲間づくり！
全身運動でトレーニングやダイエット！



★ノルディック・ウォーキングは、北欧が発祥。両手に持ったポールの使い方
で運動強度を調整できます。初めての人も気軽にご参加ください!

コース=健脚(4.7km)・・・10時45分スタート、初心者(2.3km)・・・12時スタート

定員・対象=先着500人、完歩可能な人(小学生以下は保護者同伴)

参加料=500円(保険料含む)※希望者にはポールの無料貸し出しあり

持ち物=動きやすい服装、水筒、必要な人はおにぎりなど

申し込み=1月15日～2月15日必着、所定の申込書に必要事項を記入し、ファクス、eメール、郵送、窓口のいずれかで下記。申し込み後、郵便振替用紙をお送り
しますので、期日までにご入金ください。申込書はさんだノルディック・ウォー
キングフェスタ公式ホームページ(<http://sandanordic.org/>)に掲載しているほか、文
化スポーツ課(市役所本庁舎4階)、各市民センターなどに設置しています。

問い合わせ=〒669-1595 三輪 2-1-1 市役所本庁舎4階文化スポーツ課内さんだノ
ルディック・ウォーキングフェスタ実行委員会事務局(559-5022 FAX 563-7776
eメール bunkasports@city.sanda.lg.jp)

※駐車場には限りがありますので、参加者同士乗り合わせて来場するか公共交通機
関をご利用ください。新三田駅⇨有馬富士公園前の無料シャトルバスもあります。

参加者には記念品を
プレゼント!
ぜんざいのふるまいも
あるよ!



市長の「ほっとトーク」

森のひと言

新成人に伝えたいこと



三田市長 森 哲男

今から45年前(昭和48年)に
新成人になったM君は、45年後
の未来のM君に三つの質問をし
ました。「あなたの45年間にわ
たる社会生活経験から、(1)人生
において幸せを感じたのはどん
なときでしたか?(2)社会生活
において最も大事なものはな
んだと思いますか?(3)人生
において成功とは何ですか?」
未来のM君は答えました。

「(1)人生で幸せだと感じたのは、
家族の愛情を感じたときや、友
人・上司部下との間で信頼関係
を感じたときだよ。(2)社会生活
で最も大事なものは、小さなこと
でも、自分のためではなく、他
の人のために、社会のために勇
気を持って行うことを積み重
ねていくことかな。(3)人生の成
功は、金持ちになることや高い
社会的地位に就くことではな
いよ。『自分の物語』を家族や
友人に語れるような生き方が
できたら、成功した人生ではな
いだろうか」
答えはそれぞれあると思
います。

今年(2018年)の三田市の新成人は
1396人。変化の激しい時代
が続きませんが、「進取の精神」と
「共生の心」を持ってこれからの
人生を精一杯生き抜いてくださ
い。応援しています。

人口と世帯の動き

人口 113,443人 男 55,140人 女 58,303人 世帯数 45,796世帯
前月比(13人増) (12人減) (25人増) (12世帯増) -1月1日現在-
()内は前月比

17 秘 8-008 他



再生紙を使用しています