



永明地区

地域づくり推進事業ニュース

編集発行
永明地区地域づくり協議会

事務局：前橋市永明公民館内
〒379-2121 前橋市小屋原町1857-3

電話 266-5775

FAX 266-9312

12/2日

永明の歴史を知る健康ウォーキング大会 参加者募集



- 日時 平成24年12月2日(日) 集合8時30分(少雨決行・荒天中止)
- コース概略(約6.5km、2時間30分)

永明市民サービスセンター(公民館)スタート ⇒ JR前橋大島駅(トイレ休憩) ⇒ 愛宕神社・松並木見学・天川大島町本町公民館 ⇒ 八幡山古墳見学(トイレ休憩) ⇒ 広瀬川遊歩道 ⇒ 来迎寺(関口長左衛門 梨昌翁の石碑見学) ⇒ 下大島町公民館(トイレ休憩) ⇒ 永明市民サービスセンター(公民館)ゴール

- 参加対象 永明地区の住民
※グループ等で申し込まれる場合、メンバーの中に永明地区の住民がいれば参加できます。
- 募集人員 150名(先着順)
- 参加料 無料

申し込み 11月22日(木)までに申込書を記入して、前橋市永明市民サービスセンター(公民館)へ提出または、ファックスしてください。
※電話での応募可。(必要事項をお伝えください)
電話266-5775 FAX266-9312



昨年度の様子



関口梨昌翁の石碑

【連絡事項】

- ◆ 当日は、動きやすい服装・履きなれた靴・帽子・タオル・飲み物・雨具等をご用意し、参加してください。
- ◆ 昼食として、おにぎりとお味噌汁を用意します。
さわやかな汗をかいた後は、みんなで和気あいあいと昼食を堪能ください。
- ◆ 希望者には、スタート前、ゴール後、昼食後の3回、血圧と血糖値を測定します。(検査費用200円)
- ◆ 駐車場は、永明市民サービスセンター(公民館)隣りの木瀬中学校グラウンド駐車場をご利用ください。

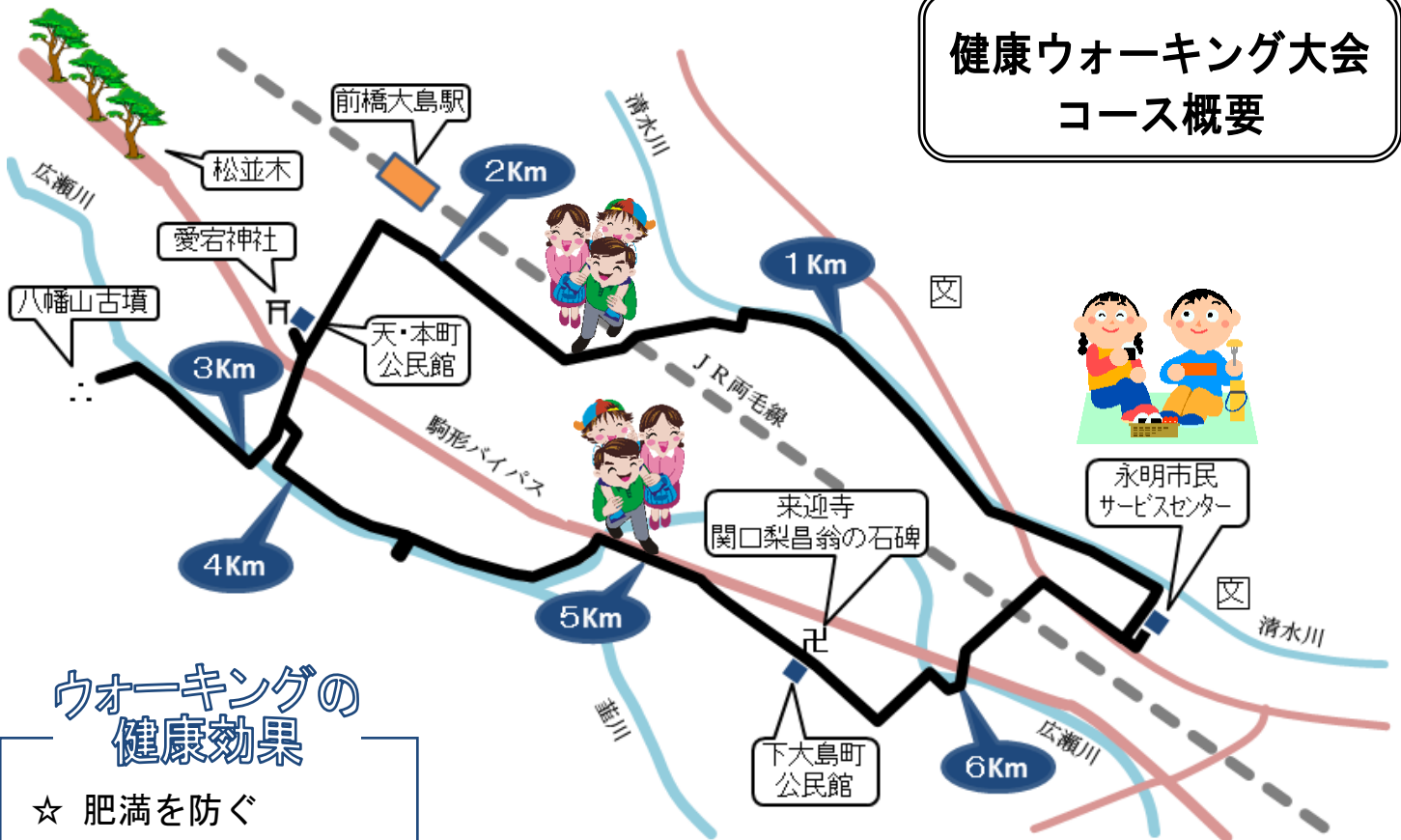
きりとり線

健康ウォーキング大会 申込書

| ふりがな 氏名 | 年齢 | 性別 | 住所 | 電話番号 |
|------------|----|-----|-----|------|
| | | 男・女 | 前橋市 | |
| | | 男・女 | 前橋市 | |
| | | 男・女 | 前橋市 | |
| | | 男・女 | 前橋市 | |

収集した個人情報は、永明の歴史を知る健康ウォーキング大会以外には使用しません。

健康ウォーキング大会 コース概要



ウォーキングの 健康効果

- ☆ 肥満を防ぐ
- ☆ 生活習慣病を防ぐ
- ☆ 骨粗しょう症を防ぐ
- ☆ 高血圧を抑える
- ☆ 心肺機能の向上
- ☆ ストレス解消

関口長左衛門 梨昌翁の石碑
前橋産の梨は「大島梨」として知られています。その大島梨栽培の先駆者が、下大島町の関口長左衛門（一八〇八〜七二〇）です。号は梨昌（りしょう）。

梨昌翁の梨栽培の成功により、急速に近隣へ栽培技術が普及し、やがて「大島梨」はこの地方の名産となっていきました。

その名前は前橋藩主松平侯の知る所となり「大島梨」を献上したといえます。また、伊勢や備中など他領へも梨栽培を指導し、梨の普及に尽力しました。

こうした功績を称え、大正14年、来迎寺境内に頌徳碑が建立されました。

愛宕神社

総本社がある京都府では、北東の比叡山と共に、北西の愛宕さんとして古くから信仰を集め親しまれています。火伏せの神として庶民の火難、災難、魔除けの守護を司っています。特に、総本社は、三歳までに参拝すると一生火事に遭わないと言われています。

天川大島の松並木

木瀬村誌に「松並木は酒井雅楽頭が播州から木を取り寄せて植えたものが始まりといわれている。また、今ある松は黒松であるが、その頃の松は赤松だったのでないか」と記載があります。

いつの時代に植栽されたのか詳細は不明ですが、徳川将軍時代に参勤交代の道しるべとして、全国各地に植えられた一つのようなのです。

八幡山古墳

国指定史跡。全長130m、全幅72m、全高8mの東国、最大の前方後方墳として注目されている。

歩くことは、いつでも・どこでも・一人でもできる最も身近な運動です！

ウォーキング効果を
実感してみませんか

今回の健康ウォーキング大会では、健康料理教室の協力で、スタート前、ゴール後、昼食後の3回、血圧と血糖値の測定を行います。

ウォーキング効果を、なんとなく気持ちいい！から、こんなに効果があるんだ！と実感してみませんか。体が運動と食事でどうかかわるかわかり、今後の健康管理に役立てましょう。

対象 健康ウォーキング大会参加者、先着50人
費用 2000円
申し込み 当日会場直接

