

CHALLENGEDAY

チャレンジデー

メイン会場の取組み

【日時】5月29日(水)午前9時～

【会場】みよし運動公園

陸上競技場

- 【内容】
- 開会式
 - ストレッチ体操
 - ノルディックウォーキング講習会など

※どなたでも自由に参加していただけます。



150万人のスポーツイベント全国一斉開催!!

チャレンジデー2013

in 三次

日常生活の中で「15分以上運動する」という、だれもが気軽に参加できるこのイベントを通じて、「スポーツのまち三次」と「いきいき健康日本一」の実現をめざします。

日時 平成25年 **5月29日** 水

午前0時～午後9時(21時)

会場 市内全域 (家庭、地域、職場、学校など、どこでも参加できます。)



15分以上の運動を! 運動をしたら報告を!
そして運動の習慣化へ! 報告方法はチラシ裏面に!

チャレンジデーとは?

自治体ごとに「15分以上継続」した運動やスポーツを行った(参加した)人数を集計し、その参加率(参加人数÷人口で算出)で競うものです。人口規模等により対戦相手が設定されており、今年度、三次市は

「秋田県能代市」と対戦します。

●集計(報告)方法

当日の所定時間内で、15分以上継続した運動やスポーツをした人を集計するため、裏面の方法により報告して下さい。

●運動やスポーツの例(15分以上継続した場合)

- ・近所を散歩(ウォーキング)する。
- ・家事、子育て、農作業、草刈り等の合間に体操(腰を伸ばしたり、屈伸したり)する。
- ・通勤や買い物を、普段は自動車のところ、徒歩や自転車で行う。
- ・職場での休憩や朝礼時に体操を、また清掃作業を行う
- ・各地域・各種団体が主催するスポーツイベント等に参加する。

■主催 三次市チャレンジデー2013実行委員会(実行委員長:三次市長)

【問合せ】三次市チャレンジデー2013実行委員会事務局 三次市教育委員会 社会教育課内 ☎ 62-6191 FAX 64-0067

三次市チャレンジデー2013参加報告用紙

この報告用紙を使って、FAXしてください。
電話で報告していただく場合も、この用紙の内容を報告してください。

地区名	<input type="checkbox"/> 旧三次市 <input type="checkbox"/> 君田 <input type="checkbox"/> 布野 <input type="checkbox"/> 作木 <input type="checkbox"/> 吉舎 <input type="checkbox"/> 三良坂 <input type="checkbox"/> 三和 <input type="checkbox"/> 甲奴							
団体名(個人での報告は記入不要)				参加人数(代表者を含む人数)				人
代表者名(個人での報告は個人名)								
チャレンジ種目(□に✓を付けてください。)								
<input type="checkbox"/> 散歩・ウォーキング(ノルディックを含む)			<input type="checkbox"/> ランニング			<input type="checkbox"/> 体操(ラジオ体操・ストレッチ等)		
<input type="checkbox"/> ヨガ			<input type="checkbox"/> 草刈り・農林作業の合間に体操等			<input type="checkbox"/> 掃除・ゴミ拾い(しっかり体を動かして)		
<input type="checkbox"/> 徒歩・自転車(通勤・通学を含む)			<input type="checkbox"/> 陸上競技			<input type="checkbox"/> バレーボール		
<input type="checkbox"/> ソフト(ビーチボール)バレーボール			<input type="checkbox"/> バスケットボール			<input type="checkbox"/> テニス		
<input type="checkbox"/> 卓球			<input type="checkbox"/> 野球			<input type="checkbox"/> サッカー・フットサル		
<input type="checkbox"/> 水泳			<input type="checkbox"/> ゴルフ			<input type="checkbox"/> グラウンド(パーク)ゴルフ		
<input type="checkbox"/> ゲートボール			<input type="checkbox"/> その他()					

報告先

(1) 支所管内でのチャレンジデー参加 ⇒ それぞれの支所に報告してください。

支所名	電話番号	FAX番号
三次市君田支所	0824-53-2111	0824-53-2961
三次市布野支所	0824-54-2111	0824-54-2429
三次市作木支所	0824-55-2112	0824-55-3678
三次市吉舎支所	0824-43-3111	0824-43-3062
三次市三良坂支所	0824-44-3111	0824-44-3675
三次市三和支所 (みわスポーツクラブ)	0824-52-3010	0824-52-7121
三次市甲奴支所	0847-67-2121	0847-67-3126

(2) 「呼びかけ」に応じてチャレンジデーに参加した場合 ⇒ その「呼びかけ」団体等に報告してください。

【「呼びかけ」想定団体等】

各地区自治連、三次商工会議所、三次広域商工会、三次市老人クラブ連合会、三次市社会福祉協議会、三次市体育協会、三次市スポーツ少年団、三次市福祉保健部、三次市子育て支援部など

(3) 上記以外のチャレンジデー参加

個人的に、あるいは地域や友だち等と自発的に参加した場合 ⇒ 実行委員会事務局(教育委員会)へ連絡してください。

チャレンジデー2013実行委員会事務局	電話番号	FAX番号
三次市教育委員会 社会教育課	0824-62-6191	0824-64-0067 0824-62-6288

報告する時間 平成25年5月29日(水)午前9時～午後9時

※チャレンジデー自体はこの日の午前0時からスタートしますが、報告は午前9時以降をお願いします。