

スポーツチャレンジデー その2【対戦相手：福岡県大任町】

いざ！出陣！5月29日（水）

チャレンジデーとは・・・

年齢、性別を問わず、日常的なスポーツの習慣化や住民の健康増進、地域の活性化に向けたきっかけづくりを目的とした住民総参加型のスポーツイベントです。

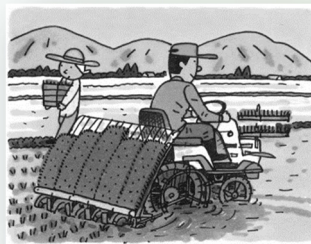
【基本ルール】

毎年5月の最終水曜日午前0時～午後9時までに1人1回15分以上の運動・スポーツを実施し、参加率を競うものです。

運動・スポーツの例です

あぜ道ウォーキング

農作業であぜ道を何回も行ったたり来たりしてしている作業は十分に運動です。



買い物ウォーキング

今日の買い物は歩いて行こうかな。



子ども送迎ウォーキング

子どもの送り迎えを歩いて行こうかな。たくさんのお話をしながら会話も楽しめます。



近所までウォーキング

近所までちょっと遠いけど、歩いて行こうかな。ちょっと休憩がてらお話を盛り上げてください。



【報告の仕方】

- | | | |
|---------|-----------------------------------|------------|
| 電話での報告 | 0165-26-9025 | 「運動したよ」でOK |
| FAXでの報告 | 0165-34-2530 | |
| メールでの報告 | shakyou@town.kembuchi.hokkaido.jp | |
| 口頭での報告 | 役場に来たついでに教育委員会へ寄って | 「運動したよ」でOK |
| 報告先 | 教育委員会教育課社会教育グループ | |

ミニバレーボール体験会
午後6時～9時 高校体育館



昨年のチャレンジデーの様子です。
今回の催しについては、昨年と同様に考
えておりますが、詳しくはチラシ等でご
確認ください。

ラジオ体操
午前6時30分 各公民館
お昼・夕方の無線放送



ふまねっと運動
午前10時 町民センター



各施設の方にもご協力いただき
ております！



小学校の児童も頑張っています！

