

住民総参加型スポーツイベント

チャレンジデー

2019

15分以上運動して報告しよう!

秋田県

広島県

幕別町vsにかほ市vs北広島町

5月29日(水)

15分以上体を動かそう!

チャレンジデーとは、15分以上継続して運動・スポーツなどをした方の参加率を競うイベントです。午前0時から午後9時までの間に、15分以上運動やスポーツをしましょう。幕別町内であれば、どこでも誰でも参加できます。健康づくりのきっかけとして、家族や友人、職場の仲間と参加しましょう。

運動したら報告しよう!

皆さんからの報告で、参加率を集計します。

電話で報告▶0155-54-5566 (受付6:00~21:10)

FAXで報告▶0155-54-4714 (受付6:00~21:10)

回収BOXで報告▶幕別トレセン、札内スポセン、

札内支所、忠類体育館、糠内出張所

Eメールで報告▶shakaitaiikukakari@town.makubetsu.lg.jp

対象となる運動

野球やサッカーなどのスポーツに限らず、体を動かすことならどんなことでも構いません。

- ・散歩、ウォーキング
- ・ストレッチ
- ・バレエ、ダンス、踊り
- ・ラジオ体操
- ・パークゴルフ
- ・徒歩や自転車で通勤、通学 など



問い合わせ先:幕別町チャレンジデー実行委員会事務局
(幕別町教育委員会生涯学習課社会体育係)

TEL:0155-54-2006/FAX:0155-54-4714

対戦状況・結果は、幕別町ホームページでお知らせします。<http://www.town.makubetsu.lg.jp/>

✂キリトリ

幕別町チャレンジデー2019報告用紙

氏名・団体名	参加人数	人
運動の種類		
感想・意見		

FAXで報告する場合は、切らずにそのまま送信してください。