

15分以上の運動で町内どこでも！ 住民総参加型スポーツイベント

参加報告お待ちしています！

大磯町 チャレンジデー 2018

5月30日 水 午前0:00～午後9:00

実施場所 町内どこでもOK!
参加方法詳細は裏面をご覧ください



6月記者発表資料3
チャレンジデーは笹川スポーツ財団が主催する住民総参加型のイベントです。毎年5月の最終水曜日に人口規模がほぼ同じ自治体間0時から午後9時までの間に、15分以上継続して運動を行った住居率(%)を競い合います。対戦相手は沖縄県石垣市です。

CHALLENGEDAY
チャレンジジデーとは

お問い合わせ 大磯町チャレンジデー実行委員会事務局(大磯町役場スポーツ健康課) TEL 0463-61-4100 内線324

気軽に参加しよう!

15分以上の運動なら、何でもOK!

スポーツ活動、散歩、通勤・通学(徒歩、自転車)、職場での運動、掃除、買い物、料理・洗濯等の家事一般でもOK
★町民以外の通勤者・通学者・観光客も対象となります。
★複数回参加、実施していただいても参加報告は1人1回です。



報告方法
15分の運動をしたら
次のいずれかの方法で報告してください。

電話
問い合わせ先へお気軽にご連絡ください
「大磯町チャレンジデー 2018 参加報告書」
を記入して問い合わせ先に FAX 送信
FAX 0463-61-6002

メール
「大磯町チャレンジデー 2018 参加報告書」の
記載事項をメール本文に記入の上、問い合わせ
先にメール送信
E-mail challengeday@town.oiso.kanagawa.jp

電子申請届出システム
大磯町チャレンジデー ホームページから手続き
http://www.town.oiso.kanagawa.jp/event/1522732059408.html



お問い合わせ
大磯町チャレンジデー実行委員会事務局(大磯町役場スポーツ健康課)
TEL 0463-61-4100 内線324 FAX 0463-61-6002
E-mail challengeday@town.oiso.kanagawa.jp

大磯町チャレンジデー 2018 参加報告書

| | | | | | |
|--|---|---|----|---|----|
| 団体の場合は、団体名を記入してください。 ※個人参加の場合は氏名の記載は不要です。 | | | | | |
| 運動した内容(いずれかに○) | ウォーキング、体操、ストレッチ、自転車、犬の散歩、買い物、清掃、通勤学、畑仕事、競技スポーツ、その他() | | | | |
| 参加人数 | 男性 | 人 | 女性 | 人 | 合計 |
| | | 人 | | 人 | 人 |

大磯町チャレンジデー 2018 5月30日(水) 午前0:00~午後9:00

イベントプログラム

大磯町の対戦相手は「沖縄県石垣市」当日市内で15分間運動した方の参加率を競います

予約制を除く
イベントプログラムへの参加申込みは不要です。
直接集合場所にお集まりください。
予約制プログラムの詳細については、
町ホームページをご確認ください。

| No | プログラム名 | 時間 | 集合場所 | プログラム紹介 |
|----|--------------------------|-------------|------------------------------|---|
| 1 | オープニングセレモニー(骨太体操・こゆるぎ体操) | 8:10~ 8:30 | 大磯町役場駐車場 | 骨粗しょう症予防やストレス解消のために町で作成したオリジナル体操からプログラムがスタートです! |
| 2 | ボルダリング体験会 | 9:00~10:00 | 大磯運動公園(多目的広場) | シンプルだけど奥が深いボルダリング(突起物)に手足をかける登るスポーツ体験です♪ |
| 3 | 野球場無料開放 | 9:00~21:00 | 大磯運動公園(野球場) | 1日野球場を無料開放!自由に仲良くお使いください! ※16:00~17:00はXジャイロ体験会で使用します♪ |
| 4 | 運動ひろば | 9:15~11:15 | 保健センター(2階研修室) | マット、パラソル、フラフープなどの運動器具を使って自主的に運動できる場を開放します♪ |
| 5 | リズムダンス教室 | 10:00~11:00 | 大磯運動公園(多目的広場) | 軽快な音楽に合わせてダンスを踊り、心身を解放しましょう♪ |
| 6 | ユニカール教室 | 13:00~15:00 | 世代交流センターさざんか荘 岩田孝八記念室内競技場 | 室内の床上で行うカーリングに似たニュースポーツです! |
| 7 | エアロビクス教室 | 10:00~11:30 | 武道館 | 初心者にも安心なエアロビクス教室に参加してみませんか? |
| 8 | フラダンス教室 | 11:30~13:00 | 武道館 | 初心者にも安心なフラダンス教室に参加してみませんか? |
| 9 | ウォーキング&ランニング教室(1回目) | 11:00~12:00 | 大磯運動公園(多目的広場) | 専門家から正しいウォーキング&ランニング方法を学びます! |
| 10 | ウォーキング&ランニング教室(2回目) | 13:30~14:30 | 大磯運動公園(多目的広場) | 大空の下で開放的に太極拳を体験♪ |
| 11 | 青空太極拳 | 14:00~15:00 | 武道館 | 高齢者の転倒予防や認知症予防に効果あり! 「脳とカラダを活性化」させる新しいエクササイズです♪ |
| 12 | スクエアステップ | 14:00~16:00 | 武道館 | 飛行遊具Xジャイロ。うまく投げれば、180m以上もフライング! |
| 13 | Xジャイロ体験会 | 16:00~17:00 | 大磯運動公園(野球場) | J1湘南ベルマーレ主催のサッカー教室に参加しよう! |
| 14 | ちびっ子サッカー教室 予約制 | 16:30~18:00 | 大磯小学校(体育館) | 突き打ち蹴り空手教室に参加してみませんか? |
| 15 | 空手体験会 | 18:00~21:00 | 武道館 | 初心者にも安心なソフトテニスを体験してみませんか? |
| 16 | ソフトテニス体験会 | 18:30~21:00 | 大磯中学校(テニスコート) | 元女子バスケットボール日本代表(アトランタオリンピック7位入賞)の岩屋睦子さんに教わります! |
| 17 | 小学生ミニバスケットボール教室 予約制 | 18:30~20:00 | 大磯小学校(体育館) | チームの連勝が命!バレーボールを体験してみませんか? |
| 18 | バレーボール体験会 | 18:30~21:00 | 国府小学校(体育館) | 打球の初速は400km/hを超える!? |
| 19 | バドミントン体験会 | 19:00~21:00 | 国府中学校(体育館) | バドミントンを体験してみませんか? |

※予約制プログラムの詳細については、町ホームページをご確認ください。

チャレンジデーでは、人口規模がほぼ同じ自治体と、その参加率を競い合います。取れた自治体は、対戦自治体の健闘をたたえ、対戦自治体旗を1週間庁舎に掲揚するというユニークなルールが決められています!

チャレンジデー

大磯町初の対戦自治体は 沖縄県石垣市

に決定しました!



石垣市は今年で4回目の参加となる
強豪ですが力を合わせて頑張りましょう!!

石垣市は日本列島の最西南端に位置する市で、11の有人島からなる八重山諸島の拠点都市です。県内最高峰の於茂登岳を中央に八重に重なる雄大な山々と、エメラルドグリーンに輝く景勝地・川平湾は国指定名勝に指定されるなど、温暖な気候の中、色とりどりのサンゴ礁と透明度の高い海に囲まれた美しい島です。人口は約4万7千人。

