

みんなで参加しよう！

# チャレンジデー2015 in おおだて

## 5月27日(水)0時~21時 VS 長崎県大村市

お問い合わせ

チャレンジデー2015

in おおだて 実行委員会事務局

☎ 43-7148

**15分以上の運動なら何でもOK!**

本格的なスポーツだけでなく、買い物やウォーキング、サークル活動など、15分以上の運動で参加できます！



**【職場で】**

- 始業前のラジオ体操
- 休憩中のストレッチ体操
- ノーマイカーデー(徒歩・自転車通勤)

**【学校で】**

- 学校までの通学(徒歩・自転車)
- 長縄跳び大会、スポーツ大会
- 休み時間中の運動

**【自宅で】**

- 徒歩での田んぼ見回り
- ウォーキング、犬の散歩
- 買い物

**【その他】**

- 体育施設での運動やスポーツ活動
- 公民館などでのサークル活動
- 地域での早朝ラジオ体操
- 朝起き野球やグラウンドゴルフ大会など



昨年引き続き、今年もチャレンジデーを実施します。市内で、15分以上であれば何をしてもOK！  
ご近所さん、友達、サークル仲間、会社の同僚など、皆さん誘い合ってぜひご参加ください！



### チャレンジデーって？

毎年5月の最終水曜日に世界中で実施されている住民参加型のスポーツイベントです。

人口がほぼ同じ自治体同士が、0時から21時までの間に『15分以上継続して運動やスポーツをした住民の参加率』を競い合います。

対戦に敗れた場合、相手自治体の旗を1週間掲揚し、相手の健闘をたたえるというユニークなルールが特徴です。

**対戦相手は 長崎県大村市**

大村市は、長崎県の中央に位置し、東に多良岳県立公園、西は大村湾を望む自然豊かなまちです。長崎空港があることから、長崎県の玄関口にもなっています。

歴史も古く、キリスト教が盛んであったこともあり、現在も遺跡が多く残されています。また、備前の村藩の城下町で多くの武家屋敷が今なお保存されています。

春には「おおむら花まつり」が行われ、桜やツツジ、ハナショウブなどが咲き誇り、花の街としてとても有名です。

また、果物や落花生等の農産物など、農林水産業も盛んです。真珠の養殖も行われているため、真珠工芸品などにも力を入れています。

