

# チャレンジデー2021 in おおだて



今年は **10月27日(水)**

午前0時～午後9時までの間  
15分以上の運動をして参加しましょう！

## 『チャレンジデー』って？

スポーツを通じて住民の健康づくりやコミュニティづくりなどを目的として、毎年5月の最終水曜日に全国一斉に開催する住民参加型のスポーツイベントですが、チャレンジデー2021は新型コロナウイルス感染症拡大の状況を鑑みて10月最終水曜日の実施となります。

人口規模がほぼ同じ自治体同士が、15分以上継続して運動やスポーツをした人の「参加率(%)」を競い合うというルールで、対戦に敗れた自治体は翌日から1週間庁舎のメインホールに相手自治体の旗を掲揚して健闘をたたえます。

## 今年の特対戦組み合わせ

**碧南市(愛知県)**

11回目/人口 72,800人

**VS 鳴門市(徳島県)**

12回目/人口 56,226人

**VS 大館市**

9回目/人口 69,833人

チャレンジデーを通じて日常的な運動の習慣化に向けたきっかけづくりや、スポーツによる健康づくり・体力づくりを目的として、大館市は今年もチャレンジデーに参加します！

## チャレンジデーの参加方法は...

大館市内で15分以上継続して運動をします。大館市民はもちろん市民以外のかたでも大歓迎。自分に合った時間で、自分に合った運動をした後、裏面を参考に報告していただくだけでOKカンタン♪



**全国の自治体の参加率は、チャレンジデー当日午後11時頃に笹川スポーツ財団のウェブサイトで発表されます。**

## 【チャレンジデー集計センター】

受付時間：10月27日(水) 9時～21時30分

電話 ☎ 43-7148 FAX ☎ 59-8021

MAIL: s.kouryu@city.odate.lg.jp

## 【お問い合わせ先】

大館市観光交流スポーツ部 スポーツ振興課 スポーツ交流推進係  
〒017-8555 大館市字中城20番地 大館市役所3階

TEL: 43-7148 FAX: 59-8021

MAIL: s.kouryu@city.odate.lg.jp

QRコード

**一つ目は〈LINE(ライン)報告〉です。**

こちらは個人の報告です。

まずはLINEアプリから「SSFチャレンジデー」公式アカウントと友だちになります。

①～③のいずれかの方法でSSFチャレンジデーの公式アカウントを検索してください。

- ①右記QRコードを読み込む
- ②「公式アカウント」の検索で「SSFチャレンジデー」と入力
- ③LINE ID「@ssf-cd」で検索



友だち追加したらトークの「SSFチャレンジデー」から参加報告してください。

**二つ目は〈自治体報告〉です。**

こちらは自治体のプログラムに参加した団体・個人が自治体へ報告する方法です。自治体が集計を行い、報告します。プログラムは下記のとおりです。

- ① 学校から発信！運動プログラム（学校で実施した運動）
- ② 職場から発信！運動プログラム（職場等で実施した運動）
- ③ おうちから発信！Myプログラム（自宅や屋内・屋外で実施した運動）

運動が終わったら(1)～(4)いずれかの方法で集計センターに報告してください。

- (1) 電話 報告用紙の内容を報告する。
- (2) FAX 報告用紙に記入したらそのまま送信する。
- (3) Eメール 報告用紙の内容を送信する。(s.kouryu@city.odate.lg.jp)
- (4)回収ボックスへ投函～市役所 市民ホール、各総合支所、各公民館に17時まで設置します。  
※ 赤い「のぼり旗」が目印です。

**「チャレンジデー2021 in おおだて」参加報告用紙**

わたしは 10月27日(水)に下記の内容で 15分以上の運動をしました。

①学校から発信！運動プログラム ②職場から発信！運動プログラム ③おうちから発信！運動プログラム

※ ①は学校で実施した運動、②は職場等で実施した運動、③は自宅や屋内・屋外で実施した運動です。  
①～③のいずれかの番号に○をつけてください。

氏名・団体名	
運動した内容・種目	ウォーキング・体操・ストレッチ・買い物・田んぼの見回り・農作業 草取り・地域のスポーツ交流会・犬の散歩・ジョギング・スポーツ大会 徒歩、自転車での通勤通学・競技スポーツ・なわとび その他（ ） ※ あてはまるものに○をしてください。
参加人数	
住所・電話番号	住所
	電話

参加報告をいただいた方の中から抽選で、各プログラムからそれぞれ5名にチャレンジデーTシャツをプレゼントいたします。当選の発表は、発送をもってかえさせていただきます。