

チャレンジデー2021

in おおだて



0時～21時までの間に
15分以上の運動をして参加しよう！

今年の開催日は **10月27日(水)**

『チャレンジデー』とは

スポーツを通じた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、全国一斉に開催される住民参加型のスポーツイベントです。

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(%)」を競い合い、対戦に敗れた自治体は翌日から1週間、庁舎のメインポ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

チャレンジデーの参加方法

市内で15分以上継続して運動するだけで参加できます。都合のつく時間に、自分のペースで運動しましょう。取り組み後は[裏面](#)を参考に報告してください。



15分以上の
継続した運動



報告



全国の自治体の参加率は当日の23時ごろに笹川スポーツ財団のウェブサイトで発表されます。

問い合わせ先

スポーツ振興課スポーツ交流推進係

☎43-7148 FAX59-8021

✉ s.kouryu@city.odate.lg.jp

チャレンジデーの
情報はここから
(市ホームページ)



報告の方法は2パターン

報告の締切は 21 時 30 分です！

●個人で参加報告する ⇒ LINE (ライン) で報告

「SSF チャレンジデー」の公式アカウントと友達になり、トークから参加報告をしましょう

<SSF チャレンジデーの公式アカウントの検索方法>

LINE の友だち追加画面から

- ・ 右の QR コードを読み込む
- ・ 「公式アカウント」から「SSF チャレンジデー」を検索する
- ・ 「友だち検索」から「@ssf-cd」を検索する



●市を通じて参加報告する

プログラムに参加した団体・個人の参加報告を市が集約して報告します。運動後、集計センターへどのプログラムに参加したか報告してください。

- 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！運動プログラム（**自宅や屋内・屋外**で実施した運動）

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

☎43-7148 FAX59-8021

✉s.kouryu@city.odate.lg.jp

<報告の方法は4通り！>

○ファクス ⇒ 参加報告用紙に記入して送信

○電話・メール ⇒ 参加報告用紙の内容を報告

○回収ボックスへ投函

⇒市役所本庁舎(総合案内)、各総合支所、各公民館
に17時まで設置します(赤いのぼりが目印！)。

※参加報告用紙は回収ボックス設置場所にも備え付けています。

「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

参加報告者の中から抽選で、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！
※当選の発表は、発送をもってかえさせていただきます。