



今回の対戦相手は

へきなん
愛知県碧南市

ひたちおおた
茨城県常陸太田市です！



チャレンジデー

2022 in おおだて

開催日時 5月25日(水) 0時～21時

チャレンジデーに参加して
皆さんで運動をしましょう！

チャレンジデーとは

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プログラムで、15分以上継続して運動をした住民の参加率(%)を、他の自治体と競うスポーツイベントです。

参加方法

とても簡単！手順は2ステップ！！

①市内で15分以上継続して運動する
散歩、徒歩での通勤通学、買い物など
も運動です！



②報告する
チャレンジデー集計センターへ報告
※報告方法は裏面をご覧ください

大館市チャレンジデー実行委員会事務局(スポーツ振興課内)

電話：43-7148 / FAX：59-8021 / Eメール：s.kouryu@city.odate.lg.jp

受付時間：9時～17時(土日祝日を除く)

報告方法

【受付時間】

5月25日(水) 9時～21時30分

次のいずれかの方法で、チャレンジデー集計センターへ「参加報告用紙」の内容を報告してください。
(タクミアリーナ内)



電話：48-6401



FAX：48-6401



MAIL：s.kouryu@city.odate.lg.jp



投函：市役所本庁舎、比内・田代総合支所、各公民館に設置する回収ボックスに参加報告用紙を投函(設置は17時まで)



当日開催するスポーツイベントなど

【ニプロハチ公ドーム】

チャレンジデー開始式
ポッチャ体験
スロージョギング体験
ヨガ de ストレッチ
木育あそびの広場

【タクミアリーナ】

8人制バレーボール大会
office deポッチャ
ヨガ de ストレッチ

【比内体育館】

卓球であそぼう！

【田代体育館】

ミニテニス交流会

【大町商店街】

おおだて再発見！
まちあるきスタンプラリー

【市内体育施設】

無料開放

各プログラムはどなたでも参加できます！
詳しくは市ホームページをご覧ください。



チャレンジデーは大館市健康ポイント対象事業です。

キリトリ

チャレンジデー2022 in おおだて 参加報告用紙

わたしは5月25日(水)に15分以上継続して運動をしました。

氏名・団体名	
運動した内容・種目	ウォーキング / ジョギング / 体操 / ストレッチ運動 / 犬の散歩 / 地域のスポーツ交流会 / 徒歩、自転車での通勤通学 / 競技スポーツ / 軽スポーツ(なわとびなど) / 農作業 / 買い物(行き帰りや店内を回る際に15分以上歩いた場合) / 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チャレンジデーTシャツを5人に、常陸太田市と碧南市の特産品をそれぞれ5人にプレゼントします(当選の発表は、発送をもってかえさせていただきます)。