

チャレンジデー 2014 in なんと

発行元・問い合わせ
南砺市チャレンジデー
実行委員会
〒932-0292
南砺市井波520
TEL 0763-23-2013
FAX 0763-82-5101

2014年(平成26年)
5月28日
水曜日
全国一斉開催

当日の天気



たとえ雨でも実施します!

ユーストリーム
南砺市 Live



なんとチャレンジ
ウォークイベント
会場とファイナル
メイン会場から
生中継を行います。

チャレンジデー開催迫る

5月28日(水) 午前0時～午後9時

いよいよ今年もチャレンジデーの開催が迫ってきました。昨年は悪天候だった影響もあり、参加率が低下しましたが、10回目の参加で節目を迎える今回は、内容を充実して盛り上げることが必至!多くの市民が運動で笑顔になることが期待されます。

チャレンジデーは5月の最終水曜日に開催される全国的なスポーツイベントで、200万人以上が参加します。15分以上運動した人の参加率を自治体同士で競い合うというユニークなルールで行われますが、本来は運動・スポーツをきっかけに健康に対する意識を高めてもらい、更に仲間や地域の連帯感を高めることを目的としています。

健康づくりはスポーツではじまる!



南砺市としては10回目の参加です。昨年は全国的に参加率が下がった中、健闘はしたものの、残念ながら連続金メダルを逃す結果となりました。南砺市合併10周年を迎える今回、更に気合を入れて、参加率50%を超えた自治体に主催の笹川スポーツ財団から授与される金メダルの奪還を目指します。

市内統一イベント

- ① 早朝ラジオ体操
地域の恒例行事といえはコレ。早起きは三文の得。ご近所お誘い合わせの上どうぞ。
- ② なんとチャレンジウォーク
新設された井口屋内グラウンドへ歩いて行こう。健康への第一歩はまず歩くこと。(詳しくは裏面へ)
- ③ なんとチャレンジタワー!
空き缶を積み上げて数と点数を競え!自指せ南砺市ナンバーワン。
- ④ ほっとあつとなんと体操(ファイナルイベント)
チャレンジデーのラストを飾るファイナルイベントでは各地域楽しい企画が満載。一度カウントした人もファイナルイベント会場にはぜひ集まって下さい。「ほっとあつとなんと体操」を覚えてね。
- ⑤ 新環境美化にチャレンジ!
ごみゼロ運動をしながらウォーキングしちゃおう(詳しくは裏面へ)

今回の対戦相手は赤磐市(岡山県)



赤磐市は、岡山平野の北東部に位置し、県内三天河川の一つ吉井川が市の北東部を流れるなど豊かな自然や文化遺産に恵まれています。人口は4万5千人余り、面積は209平方キロ。今年で5回目の参加となるチャレンジデー。過去は2勝して、昨年は参加率50.2%で金メダルを獲得しています。金メダル奪還を目指す南砺市にとって良い目標となります。

チャレンジデーリンク集

- 岡山県赤磐市
<http://www.city.akaiwa.lg.jp/>
- facebook 南砺市チャレンジデー実行委員会
<http://www.facebook.com/nantocitychallengeday>
- 笹川スポーツ財団
<http://www.ssf.or.jp/practice/challenge/index.html>

ほっとあつとなんと体操の動画はユーチューブにてご覧いただけます。さあ練習!

ほっとあつとなんと体操

検索



スポーツ施設の利用率が無料に

この日、南砺市内のほとんどのスポーツ施設で個人利用料が無料となります。各地域スポーツクラブが管理する施設の他に、城端温水プール、井波ラフォーレ、福野ア・ミュージアムスポーツクラブ、福光屋内グラウンド、福光プールが対象となります。この機会にご利用してみてください。

報告の仕方

- ・各地区や町内会で「ラジオ体操」や「ウォーキング」
- ・15分以上の徒歩や自転車での買い物
- ・所属の団体で「ゲートボール」や「ペタンク」「軽体操」
- ・学校や職場単位で「軽体操」や「サークル(部)活動」
- ・市内スポーツ施設で教室やイベントに参加
- ・個人や家族で15分間程度の運動・スポーツ 等

運動・スポーツを15分以上実施

自身や代表・責任者の方が、参加人数を地域の集計所に電話やFAX等で報告します。(区長、自治会長、町内会長、各種団体長、学校・職場担当者、スポーツクラブ、地域体協 等)

各地域の報告先 (報告用紙は裏面)

城端地域 城端行政センター TEL 62-1212 FAX 62-3500 	平地地域 平行政センター TEL 66-2131 FAX 66-2130	上平地地域 上平行政センター TEL 67-3211 FAX 67-3030	利賀地域 アーパス TEL 68-2016 FAX 68-2875
井波地域 井波社会体育館 TEL 82-5026 FAX 82-5042 	井口地域 井口行政センター TEL 64-2211 FAX 64-8077	福野地域 福野体育館 TEL 22-1131 FAX 22-1132 	福光地域 福光行政センター TEL 52-1111 FAX 52-3232

過去の成績表

年	メダル	参加率	対戦自治体	勝敗
2005	金	66.8%	播磨市	●
2006	金	61.8%	四條畷市	○
			筑後市	○
2007	金	60.1%	田川市	●
2008	金	60.3%	南城市	○
2009	金	57.3%	阿波市	●
2010	金	56.6%	雲南市	○
2011	銀	49.4%	-	-
2012	金	52.7%	奄美市	○
			逗子市	○
2013	銀	47.2%	加茂アニ市	○

Main event schedule table with columns for location (城端, 平, 上平, 利賀, 井波, 井口, 福野, 福光) and time slots (0, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8).

カ ウ ン ト ダ ウ ン !
9 勝敗の確定は午後11時00分頃を予定。市ホームページなどをご覧ください 9

Table with 3 columns: 地域 (Region), 出発地 (Departure location), 出発時間 (Departure time). Includes '南砺市営バス' (Nanto City Bus) schedule.

「なんとチャレンジウォーク」
毎年好評の「なんとチャレンジウォーク」は、ゴール地点が新設された「井口屋内グラウンド」になります。

トピックス
城端
今年のファイナルイベントは、爽快エアロとほっとあっとなんと体操！この機会に正しい姿勢で引き締めアップを目指しましょう！

個人や家庭からは携帯電話・インターネットを通じての報告も可能です。
QRコード

チャレンジデー 2014 in なんと 運動・スポーツ報告用紙 (午後9時15分まで)
個人・世帯主・グループ代表
実施場所 (地域名)
実施時間
実施した運動・スポーツ
参加人数
初めて報告する人の数 (ダブルカウント防止用)