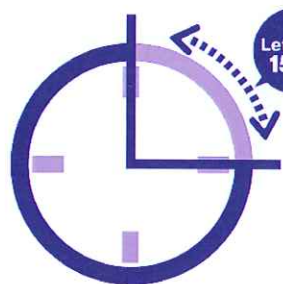




スポーツのチカラで日本を元気に!

Let's Try 15min

# チャレンジデー 2014



Let's Try 15min

CHALLENGEDAY

## 平成26年5月28日(水)

午前0時 ↔ 午後9時

# 全国一斉開催!

対戦する  
自治体は...

へき なん し  
**愛知県碧南市**

「チャレンジデー」は、地域住民の健康づくり・まちづくりを目的としたスポーツイベントです。  
大仙市は今年も市民のみなさんと共に「チャレンジデー」に参加します!

### チャレンジデーってどんなことをするの?



チャレンジデーの魅力は気軽に参加出来ること。

この日は人口規模がほぼ同じ自治体同士が、午前0時から午後9時までの間に、15分以上継続して何らかの運動やスポーツをした住民の『参加率(%)』を競い合います。

大仙市内のスポーツ施設はもちろん、職場や学校、広場、自宅など、どこでもどんなスポーツでも、15分以上続ければOKです。運動のあとはチャレンジデー事務局に報告してください。皆さんの報告により「参加率」が算出され、勝敗が決定されます。

### 15分間以上なら、どんなスポーツでもOK!

チャレンジデー当日は、市内各地域・地区でさまざまなイベントを開催します。

ですが、チャレンジデーは決められたイベントに参加しなくても、日常の運動やご家庭内での運動、徒歩で通勤通学に要した時間もカウントとなります。

また、チャレンジデー当日は大仙市民以外の方でも「大仙市内で体を動かした人」全てが参加対象となります。 **さあ! みんなで参加しよう! 「チャレンジデー2014 in 大仙」**

【主催】大仙市チャレンジデー実行委員会・笹川スポーツ財団 【共催】大仙市・大仙市教育委員会

【問い合わせ先】大仙市教育委員会生涯学習部スポーツ振興課 Tel 0187-63-1111(343)