

健康・長寿、日本一を目指して!

# チャレンジデー2022

5月25日(水)

Start<00:00~21:00>last

南部町 VS 北海道東神楽町



※新型コロナウイルス感染症対策を講じて実施いたします

【全体】

- ・マスクを着用して実施してください。(苦しい場合は、休憩を多めにとるか、運動強度を下げる)
- ・体調のすぐれない場合は無理をしないでください。

【施設等利用者】

- ・手指消毒及び使用後の施設と使用器具、機器の消毒をお願いします。
- ・制限人数を守って使用してください。
- ・換気を徹底してください。
- ・運動後、帰宅してからは手洗いうがいを徹底してください。
- ・その他、施設のガイドラインを遵守してください。

 **スマイルなんば**   
~健康・長寿、日本一を目指して~  
毎月15日がスマイルなんばの日!

## チャレンジデーってなに？

住民の健康づくりやコミュニティなど、スポーツを通じた「明るいまちづくり」のきっかけとなることを期待し、5月の最終水曜日に全国一斉に開催する、住民総参加型のスポーツプログラムです。

## 対戦相手は？

北海道東神楽町（ひがしかぐらちょう）  
人口：10,110人（R4.2時点）  
11回目の参加 前回参加59.4%  
特産品：グリーンアスパラ、ほうれん草、みつ葉 等

## 誰が参加できるの？

チャレンジデー当日に町内にいるすべての人が参加可能です。  
（町民以外でも、町内で働く人、学生、観光客等も含まれます）

## どこでやるの？

町内であれば、自宅、職場、近所の広場など、どこでもOKです。イベントスケジュールは下記のとおりです。（各団体で、イベントを開催してもOKです。）

イベント内容	時 間	場 所
オープニング ラジオ体操	8:20～ 8:40	役場本庁舎前及び FM告知で放送
健康・体力チェック	9:30～20:00	アルカディア体育館 ※一時利用できない時間 帯があります
スマイルなんぶ健康相談コーナー		
全国共通イベント トランポリン体験ブース！		
ファイナル ラジオ体操	夜の定時放送終了後	FM告知で放送

## 運動したらどうするの？

15分以上運動をしたら、以下のいずれかの方法で、報告をお願いします。

★電話：0556-66-1160 ★FAX：0556-66-1161 ★QRコードから報告

※電話の受付は7:00からとなります。

★集計シートへシールの貼付（設置場所は、以下の18か所です）

中野分館 本郷分館 成島分館 柳島分館 南部分館  
大塩分館 内船上組分館 井出分館 十島分館 楮根公民館  
平多目的集会センター 矢島地域集会施設  
向田多目的集会センター 御堂地域集会施設  
竹の沢多目的集会センター 万沢公民館  
越渡公民館 上代地域集会施設



## 【お問合せ先】

南部町チャレンジデー実行委員会事務局 教育委員会生涯学習課 64-4841