

# チャレンジデー

～湯沢市チャレンジデーに参加しました～

今年、湯沢市が  
対戦する自治体は  
**茨城県  
行方市**

チャレンジデーに参加・報告をすると  
抽選で行方市の特産品が当たる！

全国に元気を  
発信！

## 2018 YUZAWA チャレンジデー

**5月30日 水**  
午前0時 ↔ 午後9時

みんなで参加して、15分以上体を動かそう！  
運動後は裏面用紙で報告！

**Let's Try  
15min**

**CHALLENGEDAY**

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され、人口規模が同じ自治体同士が15分以上継続して何らかの運動をした住民の「参加率」を競い合います。スポーツを通じて健康意識の向上と地域力の強化を目指します。自分に合った時間、自分に合った場所で誰でも気軽に参加できます。健康を意識して体を動かすのであれば、「自転車での買い物」「次の散歩」「赤ちゃんのハイハイ」「園作業」でもカウントとなります。サア！みんなで体を動かそう！！

**湯沢地域**

**オープニングセレモニー**  
会場／湯沢市役所駐車場 時間／8:00～  
内容／湯沢地域アソビ体操

**イベント**  
会場／青少年センター2F  
14:00～フットダンス、19:30～エアロビクスダンス

**湯沢市長のメッセージ**  
時間／10:00～10:30(5分市市民用紙で交付)

**稲川地域**

**オープニングセレモニー**  
会場／稲川農村福祉改善センター 時間／9:00～  
内容／健康ストレッチ体操

**イベント**  
太極拳交流会、空き部屋み上げ、8人制バレーボール大会 など

**雄勝地域**

**オープニングセレモニー**  
会場／雄勝文化会館 時間／9:00～  
内容／気分爽快ストレッチ体操

**イベント**  
ステップステップ運動、空8日積み上げ など

**釜淵地域**

**オープニングセレモニー**  
会場／釜淵体育館 時間／10:00～ 内容／園食式・健康体操

**イベント**  
宮城地域一斉ラジオ体操、グラウンドゴルフ・チャレンジ大会 など

他にも各地域でさまざまなイベントが行われます。  
イベント情報等はHPでも随時お知らせします。

チャレンジデーをご存知ですか？

健康づくりのきっかけとして、毎年5月の最終水曜日に行われる住民参加型のスポーツイベントです。

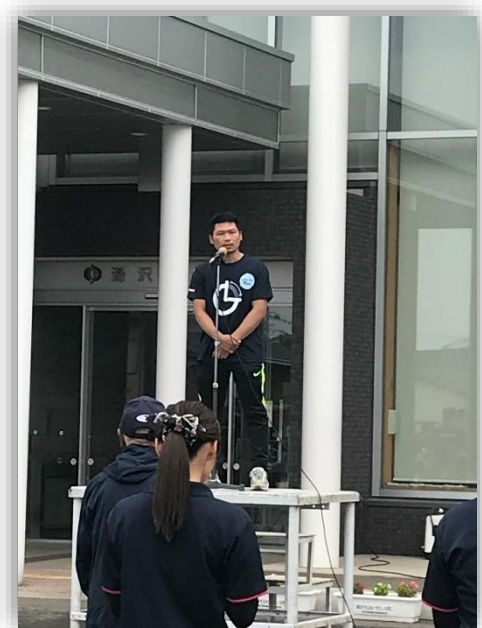
全国の自治体から対戦相手を選出され、15分以上継続して何らかのスポーツを行った人の参加率（%）を競います。

今年の特戦相手は茨城県行方市。毎年金メダル（参加率55%以上）を叩き出す強豪です。

ローカルでんきスタッフも、早起きして湯沢市役所本庁舎駐車場で行われた『湯沢地域ラジオ体操』に参加してきました！

オープニングセレモニーは湯沢市長、鈴木敏夫さんのご挨拶と…





元 WBC 世界スーパーフェザー級チャンピオンの三浦隆司さんが登場！！

日ごろの運動不足を解消すべく、様々な事業者様と一緒にラジオ体操を行いました。

結果は、銀メダル獲得！  
対戦市には力及ばず敗れてしまいました…。



湯沢市 参加者 22,740 人(46,226 人中) 参加率 49.2%  
行方市 参加者 23,088 人(35,649 人中) 参加率 64.8%

因みに、対戦相手に敗れた自治体は、罰ゲームとして、『対戦相手の市町村旗を一週間、庁舎のメインポールに掲げ、敬意を払う』そうです。

久々に運動したローカルでんきスタッフ。  
爽やかな初夏の空の下ラジオ体操は侮れず、見事に筋肉痛になりました。

スポーツに親しみ地域の皆様と交流し、健康を増進する。チャレンジデー、素晴らしいイベントですね！

2018.5.30