

チャレンジデー



CHALLENGE DAY

2021

スポーツで元気なまちづくり!

チャレンジデーとは

毎年5月の最終水曜日に行われる日本最大規模の住民総参加型のスポーツイベントです。人口規模のほぼ同じ自治体同士で、15分間以上継続して運動やスポーツなど、身体を動かした住民の参加率(%)を競い合います。今回は新型コロナウイルス感染症拡大の状況を鑑みて10月最終水曜日の実施となります。

10/27 水 0:00 - 21:00

名寄市の過去の成績

年	結果	対戦相手	名寄市参加率
2017年	●負	秋田県美郷町	64.5%
2018年	○勝	大分県杵築市	65.9%
2019年	○勝	佐賀県神埼市	65.2%
2020年	新型コロナウイルス感染症の影響により中止		

通算成績 13勝13敗

2019年は4.2%差で勝利!(神埼市参加率61.0%)

北秋田市は秋田県の北部中央に位置し、東は大館市・鹿角市、南は上小阿仁村に隣接、西は能代市に近接するなど県内主要都市に近く、鷹巣盆地を中心に、阿仁川の流域に農地が形成され、稲作を中心とした農業や衣服・木材、電子部品などの製造業、医療・福祉が主で、産業別就業人口では第三次産業が約60%を占めています。

【人口】30,864人

【過去成績】2017年(勝) (参加率 60.0%)

2018年(負) (63.0%) 2019年(負) (62.6%)

今年の対戦は...



名寄市 VS 北秋田市

チャレンジデーに参加して

北秋田市に勝利しよう!

きたあきた



CHALLENGEDAY 実施内容 CHALLENGEDAY

※チャレンジデー2021では、3密となる可能性がある種目(ラジオ体操会や綱引き大会など)については実施を控えます。

全国共通メニュー

・実施種目

- ① 散歩・ウォーキング
- ② ランニング・ジョギング
- ③ ヨガ・体操 (軽い体操・ラジオ体操を含む)
- ④ 筋力トレーニング
- ⑤ サイクリング
- ⑥ その他

・参加報告

15分以上身体を動かしたら、個人および家族単位で「SSFチャレンジデーLINE公式アカウント」より報告してください。
※右のコードを読み取り「SSFチャレンジデーLINE公式アカウント」を友だちに追加してください。
※LINEでの参加報告は、1人あたり1回限りです。



▲21時30分までに報告を!

市独自メニュー

・実施種目

- ① 市内体育施設無料開放(臨時休館の場合は中止)
- ② 職場でチャレンジデー(職場単位でラジオ体操などを実施)
- ③ Let's楽トレ!(YouTube動画配信を見ながら身体を動かす)
- ④ その他(対象となる個人や団体などに別途連絡します)

・参加報告

15分以上身体を動かしたら、個人や家族、職場などの単位で**チャレンジデー集計本部** ☎01654③2111まで報告ください。
※報告は当日の21時30分まで受け付け。
※LINEで報告した方でも参加報告できます。



▲Let's楽トレ!(YouTube)の視聴はこちらのコードから!