

男鹿市チャレンジデー 2023

「広げよう健幸の輪！ 世代を超えてチャレンジ!!」

令和5年5月31日(水)開催!!

目標参加率
**60%
以上!!**

チャレンジデーってなに?

▶「15分以上継続して運動をした人の参加率」を競う、「住民総参加型」のスポーツイベントだよ!

どんなことをするの?

▶15分以上継続して運動をしたらなんでもいいよ!

例えば、ウォーキング、グラウンドゴルフ、ダンスとか色々あるよね!ただ運動をするだけでなく、友達を誘ったり、近所の人に呼びかけたりすると、絆が深くなるからいいかもね!



運動をしたらどうするの?

▶9時から21時までに、最寄りの公民館か体育館に報告してね!
詳しくは裏面を見てね!

こんなイベントを企画しているよ!

- なまはげ健康ウォーキング
会場：男鹿総合運動公園内
時間：10時～
- OGA 健幸チャレンジ教室
会場：男鹿市総合体育館
時間：11時～
- 買い物ウォーキング
会場：【船川】ドジャース男鹿店/道の駅おが
【脇本】マックスバリュ男鹿店
【船越】いとく男鹿ショッピングセンター
スーパーセンターアmano男鹿店
時間：10時～閉店まで
- コンディショニングトレーニング教室
会場：男鹿南中学校
時間：13時30分～
講師：ブラウブリッツ秋田より 前山 恭平氏 阿比留 朋氏



BLAUBLITZ
AKITA



連携
事業

- 男鹿総合運動公園内施設 無料開放
時間：9時～21時
ボッチャやモルックなどのニュースポーツ体験、
陸上競技場でのランニング等の普段
できない体験をしてみませんか?

★お問い合わせ先★

男鹿市チャレンジデー実行委員会事務局
男鹿市観光文化スポーツ部 文化スポーツ課 スポーツ振興班
TEL:0185-24-9102 FAX:0185-24-9200
E-Mail: sports@city.oga.akita.jp

下記の「LINE」公式
アカウントから参加報告が
可能となりました。



チャレンジデー、みんなが主役!

CHALLENGE DAY

対戦自治体
岩手県陸前高田市
 (りくぜんたかたし)
 っすどんなところ?

けんか七夕



奇跡の一本松



高田松原



復興祈念公園



★岩手県の東南端に位置し、三陸海岸の南の玄関口として知られます。復興の象徴である「奇跡の一本松」、また、WBCでの活躍も記憶に新しい佐々木朗希投手を輩出した観光・スポーツをはじめ多岐に渡る分野が盛んな都市です!

✂ キ リ ト リ セ ン ✂

報 告 用 紙

住所(地区)	な ま え	性別	どんな運動をしましたか?
例：真山	なまはげ 太郎	Ⓐ 男・女	なまはげ太鼓
		男・女	
		男・女	
		男・女	
		男・女	
		男・女	

◆報告先

【受付時間】 9:00～18:00(18:00時以降は男鹿市役所文化スポーツ課、男鹿市総合体育館まで報告してください)

名称	TEL	FAX	名称	TEL	FAX
船川港公民館	23-2552	23-2553	椿公民館	27-2111	27-2100
北浦公民館	33-2112	33-2200	戸賀公民館	37-2111	37-2100
脇本公民館	25-2112	25-4500	五里合公民館	34-2810	34-2100
船越公民館	35-2210	35-2100	若美コミュニティセンター	46-4109	46-2224
男鹿中公民館	33-2039	33-3200	若美総合体育館	46-3113	46-3114
船川北公民館	24-3140	24-3140	※船川北公民館のみ 受付時間 9:00～15:30		

【受付時間】 9:00～21:00

名称	TEL	FAX	名称	TEL	FAX
男鹿市観光文化スポーツ部 文化スポーツ課 (事務局)	24-9102	24-9200	男鹿市総合体育館	23-3040	23-2530

E-mail:sports@city.oga.akita.jp

※報告については当日のみとなります。

チャレンジデー、みんなが主役!