

全市民対象・スポーツイベント



チャレンジデー

2016



狛江市観光大使
近藤春菜さんからの応援メッセージ

狛江市 vs 米沢市

みんなで参加しよう♪
参加は簡単!!

スポーツはもちろん、
通勤・買い物での徒歩
や自転車、自宅での掃
除や洗濯もOK♪



5月25日 水曜日 0時~21時

チャレンジデーとは……

5月の最終水曜日に全国一斉開催される「住民総参加型のスポーツイベント」です。
スポーツに親しむことで、健康づくりや地域の活性化につながることを目的に実施されます。
15分以上の運動やスポーツなどの身体活動を行った人の「参加率%」を他の参加自治体と競い合います。

参加方法は簡単

5月25日
0時~21時に
狛江市内で15分間の
身体活動

★徒歩・家事などでもOK

21時30分までに
集計センターに
報告!



※報告方法は裏面参照

参加完了!

5月25日 23時ごろ
笹川スポーツ財団
ホームページにて結果発表

前は
大阪府柏原市に大敗…
今年こそ勝利を!!

詳細は狛江市ホームページをご覧ください → <http://www.city.komae.tokyo.jp/>

チャレンジデー特別企画!

ロンドンオリンピック 女子バレーボール銅メダリスト

かのう まいこ

狩野舞子さん出演イベント開催!



主催：狛江市チャレンジデー実行委員会・狛江市・狛江市教育委員会