

みんなで参加しよう!!

住民 **総** 参加型スポーツイベント

ほとよく  
絶妙  
とりで

# チャレンジデー

2018



5月30日 **水** 曜 0:00~21:00



15分以上運動した人の  
参加率を競います!

茨城県取手市 人口 107,963人

山形県米沢市 人口 81,766人

2月1日現在の住民基本台帳人口

## 1 15分以上運動する

- ◆ 自宅でラジオ体操
- ◆ 当日イベント (詳細は裏面)
- ◆ 徒歩通勤・徒歩通学
- ◆ ウォーキングなど...

15分以上の運動なら



いつでも  
OK

どこでも  
OK

なんでも  
OK



取手市健康づくりキャラクター  
「とりかめくん」

## 2 午後9時30分までに報告

右のいずれかの方法で  
報告をしてください

電話

Web

回収  
BOX

FAX

詳細は裏面を  
ご覧ください

### チャレンジデーとは?!

人口規模がほぼ同じ自治体間で、午前0時から午後9時までの間に、15分以上継続して運動やスポーツを行った人の数 (参加率%) を競います。



市ホームページ  
<https://goo.gl/d4SxKf>

お問合せ先: 取手市チャレンジデー実行委員会 (取手市健康づくり推進課 内) TEL 0297-74-2141 (代表)

5月30日のお問合せ先及び報告先: TEL 0297-77-1315