

スポーツの力で日本を元気に!

チャレンジデー

2014



テーマ●15分のチャレンジがあなたと美郷町を「元気にする!」「健康にする!」

目標●住民参加率 65%(13,810人) ※平成26年2月1日現在の美郷町住民基本台帳登録者数(21,246人)

5/28(水) 全国一斉開催

チャレンジデーとは…

- ・5月の最終水曜日に全国一斉に開催される「住民総参加型のスポーツイベント」です。
- ・人口が同じ規模の自治体間で、午前0時から午後9時までの間で15分以上の運動をした住民の「参加率(%)」を競います。
- ・従来のスポーツイベントのように一部の限られた人たちが一つの会場に集まってスポーツをするのではなく、地域の中にいる人であればどこでも(自宅・学校・職場等)、どんなスポーツや運動でも対象となり、地域、年齢を問わず誰でも気軽に参加できます。
- ・参加率を競い合って敗れた場合は、対戦相手の自治体の町旗を庁舎のメインポールに1週間掲揚しなければなりません。



昨年度の対戦結果

美郷町がチャレンジデーに初めて参戦した昨年度は、大分県豊後高田市と対戦しました。町内各地でもさまざまな運動が行われ、美郷町の人口の44.2%の方が参加しましたが、大分県豊後高田市の71.3%には及ばず、敗戦しています。

参加内容

開催日●5月28日(水)

参加対象●開催日時に美郷町内にいる方
(通勤、通学、観光客等を含む)

実施場所●美郷町内(町内であればどこでも可)

活動対象●15分以上継続して行った運動やスポーツ
※運動やスポーツの種類は問いません。
※「田んぼの水管理」や「散歩」、「清掃」など、体を15分以上動かしていれば何でも対象となります。

対戦相手●福岡県みやこ町

集計方法●後日、参加票を配布しますので、実施した運動時間などを記入の上、町内スポーツ施設等に設置している回収箱に提出してください。詳しくは、参加票に同封されたチラシをご覧ください。

チャレンジデー当日の主なイベント

- 朝のラジオ体操(千畑地区・六郷地区・仙南地区)
- ウォーキング教室
- ニュースポーツ教室
- 買い物ウォーキング

さらに…

**チャレンジデー開催日の5月28日は
町内スポーツ施設を無料開放します!**

■町内スポーツ施設

美郷総合体育館リリオス、美郷町北体育館、美郷町中央体育館、美郷町南体育館、美郷町野球場、武道館、雁の里山本公園、大台野広場、カントリーパーク、サン・スポーツランド千畑 など

5月28日は美郷町のみんながチャレンジデー2014の参加者です。普段体を動かす機会が少ない方も、チャレンジデーを機会に運動やスポーツに取り組んでみませんか。みんなで元気に楽しく運動して、美郷町旗を福岡県みやこ町に掲げましょう。

問●美郷町チャレンジデー実行委員会事務局(町教育委員会生涯学習課スポーツ振興班内) ☎0187(84)4916

スポーツで地域に活力を!

美郷町総合型スポーツクラブ

総合型スポーツクラブとは、年齢や性別に関係なく、さまざまな興味・技術レベルの人が一緒にスポーツを楽しめるクラブです。従来のスポーツ教室のように競技志向ではないため、自分のレベルに合わせて種目を選んで参加できることが一番の魅力です。

町内外を問わず、子どもからお年寄りまで幅広い年代に利用されていることもあり、「健康づくりの場」だけでなく、「仲間づくりの場」としても利用されています。皆さんもお気軽にご参加ください。

■クラブ会員を募集しています

会費 ● 個人 年間2,000円
 家族（1世帯につき）年間5,000円

特典 ● 各スポーツ教室を会員料金で利用できます。クラブ主催の行事、イベント等に優先的に参加できます。

入会方法 ● 美郷町総合型スポーツクラブ事務局まで電話でお問い合わせください。

スポーツ教室一覧

一般の方もご利用いただけます

ストレッチ教室

体を柔軟にして、筋力アップを目指します。



【昼の部】

日時 ● 毎週火・金曜日 9:30~11:30
 場所 ● 火曜日 / 中央ふれあい館
 金曜日 / 中央体育館

【夜の部】

日時 ● 毎週火・金曜日 19:00~21:00
 場所 ● 中央ふれあい館
 料金 ● 一般400円、会員300円

夏季水泳教室

「より長い距離を泳げるようになりたい」など、個人のレベルに応じて専門の先生が指導します。



期間 ● 夏休み期間中の4日間
 場所 ● サン・スポーツランド千畑
 対象 ● 小学校3~6年

屋内ウォーキング教室

バランスウォーキングを主体として、姿勢を正して歩く基本を学びます。



日時 ● 毎週木曜日 9:30~11:30
 場所 ● 美郷総合体育館リリオス
 料金 ● 一般400円、会員300円

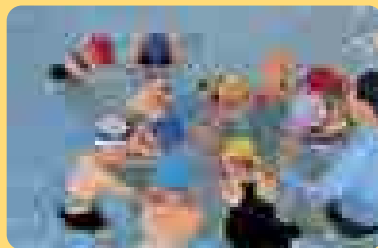
水辺めぐりウォーキング

自然の景色を眺めながら、参加者同士で和気あいあいとした雰囲気です。町内だけでなく、町外での屋外ウォーキング教室も開催しています。



キッズ水泳

水泳の楽しさと基本を学びます。



日時 ● 毎週月・水曜日 17:30~18:30
 場所 ● サン・スポーツランド千畑
 対象 ● 幼稚園・保育園年長、
 小学校1~3年

ニュースポーツ教室

ユニカールやミニテニスなどのニュースポーツのほか、卓球、バドミントンなど種目を用意しています。



日時 ● 毎週水曜日 9:30~11:30
 場所 ● 中央体育館
 料金 ● 一般400円、会員300円

■詳しい日程は、広報美郷お知らせ版に掲載していますので、ご覧ください。
 ※各料金には保険料も含まれています。

問 ● 美郷町総合型スポーツクラブ事務局 ☎080(2811)7622