

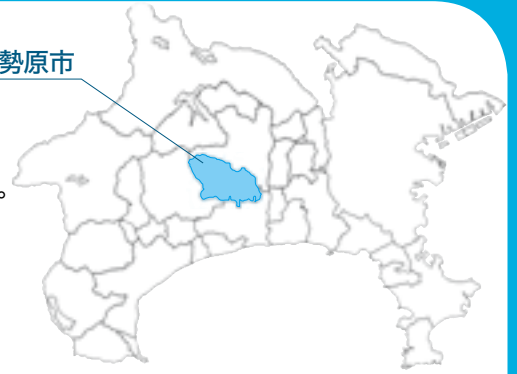
# 今年の対戦相手は…

## 神奈川県 伊勢原市

人口：100,913人  
(平成27年2月1日現在)

神奈川県ほぼ中央に位置する伊勢原市。総面積55.52km<sup>2</sup>のうち山林原野が約3分の1を占め、その恵まれた自然環境と温暖な気候から、県内はもとより広く関東一円の人々の憩いの地となっています。丹沢大山国立公園の一角に位置するシンボル「大山」を頂点として、東部には豊かな平野部が広がり、鈴川、善波川、日向川、歌川といった清流が大地を潤しています。

神奈川県伊勢原市



- ・ チャレンジデーには2回目の参加
- ・ 昨年の結果は参加率39.0%でした

### 鶴岡市のこれまでの戦績

2013年 対戦相手/千葉県木更津市  
鶴岡市：参加率20.7% 木更津市：参加率55.9%  
2014年 対戦相手/山口県山口市  
鶴岡市：参加率47.0% 山口市：参加率35.9%

### 当日の関連イベント

#### ■体操&ウォーキング

ラジオ体操やストレッチ体操、ウォーキング等を行います。

- ◎日時 5月27日(水) 午前6時～6時45分
- ◎会場 鶴岡地域…小真木原総合体育館周辺  
藤島地域…藤島体育館周辺  
羽黒地域…羽黒体育館周辺  
櫛引地域…櫛引スポーツセンター周辺  
朝日地域…朝日スポーツセンター周辺  
温海地域…温海庁舎前広場

# 加率50%!

# 日(水)は

# ハンジデー



#### ■チャレンジ大なわとび

チームで大なわとびを実施して、「跳んだ回数×跳んだ人数=ポイント」を事務局へ報告してください。各チームの結果をランキングにして市HP等で発表します。また、優勝・準優勝・第3位チームを表彰し、副賞として加茂水族館無料入館券やチャレンジデーオリジナルTシャツ等を贈呈します。



### ■スポーツ体験教室 - 当日は無料で体験できます

問合せ	内容	場所	時間	
鶴岡市民健康スポーツクラブ ☎25-8131	ヨガ	朝陽武道館	10:00~11:30	
	昔遊び・レクリエーション			
	ポールウォーキング			
	エアロビクス	陸上競技場前集合		
	昔遊び・レクリエーション	小真木原総合体育館		19:00~20:30
	ヨガ			
エアロビクス				
たかだてスポーツクラブ ☎33-3214	ロコモ予防体操	大山コミュニティセンター	10:00~11:00 13:30~14:30	
ふじしまスポーツクラブ ☎64-2143	ウォーキング	藤島体育館	午前	
	ラージボール卓球			
	エアロビクス			

問合せ	内容	場所	時間
藤島文化スポーツ事業団 ☎64-2143	ストレッチ筋トレ	藤島体育館	10:00~11:00
			14:00~15:00
はぐろスポーツクラブ ☎62-4789	バドミントン 軽スポーツ	羽黒体育館	19:00~20:30
くしびきスポーツクラブ ☎57-4311	カローリング	櫛引スポーツセンター	13:30~15:30
			19:00~20:30
あさひスポーツクラブ ☎53-2111	ストレッチ筋トレ エアロビクス	あさひスポーツセンター	14:00~15:00
			19:00~20:00
あつみスポーツクラブネクサス ☎43-4411	トレーニングルーム開放	温海温泉林業センター	13:30~15:30 18:00~21:00
	ラージボール卓球		19:00~21:00
	エアロビクス ストレッチ		19:30~21:00

# チャレンジデーって何？

住民総参加型の  
スポーツイベント



## 5月の最終水曜日に全国一斉開催

人口規模がほぼ同じ自治体同士で、午前0時～午後9時に15分以上続けて体を動かした住民の参加率を競い合います。敗れた自治体が対戦相手の市旗を1週間掲揚するというユニークなルールで行われます。最近では、勝敗に関係なく健闘を称え合い、お互いの市旗を掲揚することが多いようです。

## いつでも、どこでも、誰でも参加できるのが特徴

チャレンジデーは、一部の限られた人たちがスポーツをするのではなく、開催日に鶴岡市内にいる人であれば、自宅・学校・職場など、どこでも、どんなスポーツでもよく、年齢・性別問わず誰でも気軽に参加できる点が大きな特徴です。スポーツに限らず、チャレンジデーへの参加を意識して体を動かせば、散歩や掃除なども対象となります。

参加方法は  
「運動する」→「報告する」  
それだけです！

### 【報告の方法は次の3つです】

チャレンジデー当日（5月27日㊦）の午前0時～午後9時30分に、グループ名または個人名、電話番号、参加人数、実施内容及び実施場所をお知らせください（電話での報告は午前7時から）。

電話 0800 - 800 - 1884 (通話料無料)

080 - 8223 - 4140

FAX 0120 - 707 - 733

0235 - 25 - 8134

Eメール sports@city.tsuruoka.lg.jp

——— 下記の施設でも報告を受け付けます ———

藤島体育館	☎64 - 2143	FAX64 - 5239
羽黒体育館	☎62 - 4789	FAX62 - 4799
櫛引スポーツセンター	☎57 - 4311	FAX57 - 4317
朝日スポーツセンター	☎53 - 3302	FAX53 - 3302
温海ふれあいセンター	☎43 - 4411	FAX43 - 4427



# 目指せ！参 5月27 チャレンジ

### 【問合せ】

スポーツ課内「鶴岡市チャレンジデー  
実行委員会」事務局 ☎25 - 8131  
※詳しくは市HPをご覧ください。

Let's Try  
15min

## 参加記念品を差し上げます

チャレンジデーに参加・報告した方で希望する方全員へ、市内入浴施設の割引券を差し上げます（団体等でチャレンジデーへの参加を企画する場合は事前にお渡しできます）。また、抽せんでチャレンジデーオリジナルTシャツや加茂水族館無料入館券、市内入浴施設無料入浴券等が当たります。

各記念品は、小真木原総合体育館、藤島体育館、羽黒体育館、櫛引スポーツセンター、朝日スポーツセンター、温海ふれあいセンターでお渡しします（郵送等はできませんのでご了承ください）。

