

スポーツで関川村を元気に！！

チャレンジデー

2017. 5. 31 (水) 開催

参加方法は簡単！！

- ①村内で15分以上の運動をする ⇒ ②報告をする ⇒ ③終了
(ウォーキングや体操なんでもOK!) (1人複数回参加しても報告は1人1回です)

みなさんのチャレンジよろしくお願いします。

◆チャレンジデーとは

毎年5月の最終水曜日午前0時から午後9時までの時間内に運動やスポーツを15分以上実施した人数を参加市町村ごとにその実施率で競い、運動の日常化(健康づくり)と市町村の活性化を図るものです。

実施率が61%以上の場合は金メダル・40%~60%は銀メダル・40%以下は銅メダルが授与されます。

また、全国から参加した市町村の中から人口規模が同じような市町村と対戦し実施率を競います。

◆村としての目標 「金メダルを狙います！！」

金メダルを獲得するためには、村民の3,592人以上の参加が必要です。

◆対戦相手は「北海道枝幸町(えさしちょう)です」

枝幸町は2回目の参加、関川村の元気・やる気・団結力で絶対勝ちましょう！！

◆参加方法(次の三つのうちどれかに参加しましょう)

- ①実行委員会が計画した事業に参加する。(右のプログラム) →
②集落や職場が計画した事業に参加する。
③個々に運動やスポーツを実施する。(ラジオ体操やウォーキングに取り組む)

※村内に住所がない方でも、職場や地域で運動やスポーツを実施した場合、人数にカウントされますので村外の方も大勢誘ってください！！

関川村チャレンジデー2017に参加しました！！

集落名「」(連絡代表者氏名)

実施種目「」

男性()人 女性()人 合計()人

切り取って集計ボックスに入れてください。

関川村チャレンジデー実行委員会事務局 教育課 ☎64-2134

チャレンジデー記念講演会

日時 5月31日(水) 午後7時～

会場 村民会館・アリーナ

入場無料

元関脇 寺尾

鍛山 矩幸

(しころやま つねゆき)

鍛山部屋若手力士による

あび
阿炎 政虎 力士

おうき
王輝 嘉助 力士

相撲体操の実演



【プロフィール】

本名 福菌 好文 (ふくぞの よしふみ)
出身地 東京都 (番付上は鹿児島県)
所属 (財)日本相撲協会 審判部

幕内通算成績

626勝753敗16休

得意技

突っ張り

最高位

東関脇

三賞

殊勲賞3回 敢闘賞3回 技能賞
1回

金星 7個

現在は鍛山部屋を立ち上げ青狼関部を筆頭に25名の力士・床山・呼び出しをかかえる。

親方として後進の指導を精力的に行い、相撲の素晴らしさを伝えるため、情報番組へ出演、講演活動を行っている。

お詫び

学校や団体等に配布しました文章の中で、オリンピック金メダルリストの瀧本誠講師の講演会及び実技講習会の開催を記載した文章を配布しました。

その後、オリンピック協会の都合、瀧本誠講師が急遽参加できなくなりましたと連絡があり、その代わりに同じ柔道でオリンピックに出場した選手を派遣してくれるそうです。

詳細が決まりしだい、お知らせいたしますが、日程等につきましては、変更ございません。楽しみにしていた方、たいへん申し訳ございませんが、引き続きが参加のほどよろしく願います。

参加者の報告方法

No	参加報告方法	受付時間
①	電話 64-2134・1491 村民会館	8:30~21:00
②	FAX 64-3019	8:30~21:00
③	ホームページ 関川村専用フォーム	8:30~21:00
④	集計ボックス 54集落の各集落施設（入口付近に設置）	0:00~20:00
	集計ボックス 役場・村民会館・ふれあいどーむ	8:30~21:00
	集計ボックス 村内の信用金庫・第四銀行・農協・郵便局	9:00~17:00

※4種類の報告方法があります。運動やスポーツを実施した方は必ず報告をお願いします。
個人で実施した方も必ず報告してください。

関川村チャレンジデー2017プログラム

NO	プログラム名	時間	場所	備考
①	鍛山親方講演会 と相撲体操	19:00~	村民会館 アリーナ	入場無料 15分程度の相撲体操を実施
②	おはようウォーキング	6:00~ 随時	各集落施設~	各集落施設をスタート地点とし、距離表示を掲示します。 15分歩くと約1kmです。
③	ラジオ体操プラス	6:15~ 15:00~	地域・家庭・職場・施設等	早朝と午後3時にラジオ体操と手軽にできる筋トレ（裏面）を流します。
④	太極拳にチャレンジ	10:00~ 11:15	村民会館 大ホール	若い人から高齢者までどなたでも参加できます。
⑤	村民健康ウォーキング (要申込み)	10:30~ 14:00~ (2回)	ふれあいどーむ	運動をした後には、食推さんから豚汁のサービスがあります。
⑥	効果的なマシントレーニングについて (要申込み)	14:00~ 19:00~	ふれあいどーむ トレーニングルーム	専門の指導者からマシントレーニングの指導を受けられます。
⑦	ズンバにチャレンジ	15:00~	村民会館 大ホール	リズムに合わせて楽しく体を動かしましょう。
⑧	バドミントン・スポレックにチャレンジ	18:00~ 20:30	関川中・体育館	高校生のみなさん、息抜きにいかがですか。
⑨	笑いヨガにチャレンジ (職場・施設に講師を派遣します) (要申込み)	9:00~17:00	各施設・職場	職場や施設で笑いヨガを体験してみませんか。ストレスの解消に最適です。 1回30分くらいです。

ここに記載されているイベントは実行委員会イベントです。この他にも地域や学校、職場や施設でも計画していますので大勢のみなさんご参加ください。

(要申込み)が記載されているイベントについては村民会館へお申込みください。☎64-2134

申込みは5月25日(木)までです。

申込みが必要がないものは自由参加です。記入されている時間にお集まりください。