



山口市

# 報道資料

平成29年5月29日

1 件 名 チャレンジデー2017にかかるオープニングイベント  
～「運動」と「食」をあわせた取り組み～

## 2 内 容

本市は、運動やスポーツを通じた元気な山口市を目指し「ひとづくり」「地域づくり・まちづくり」また「健康づくり」を推進する一環として、チャレンジデーに参加しております。本イベントを通じて市民の皆様が運動するきっかけとなり、そのことで「健康」にも繋がっていくものと考えております。

「健康」は、健康づくりの3要素である「運動」・「食」・「休養」が絡み合うことで形成されると言われております。

よって、「運動」と「食」をあわせた健康づくりへの取り組みを促進するとともに、市内産農産物の素晴らしさを発信し、皆様には選ばれる農産物の普及促進（地産地消）を図るため、この度のチャレンジデーオープニングイベントに参加されました方に対し、本市の新鮮な農産物を参加賞として配布し、食していただきたいと考えております。

### チャレンジデーオープニングイベント

- 日時：平成29年5月31日（水）7時30分～8時
- 場所：山口市民会館中庭 ※雨天の場合 山口市民会館大ホール
- 参加賞：先着300名様 ※お一人様1品となります
  - （徳地産）自然薯…古来より滋養強壮に効果があると言われております。
  - （名田島産）ミニトマト…がん予防や老化防止に効果があるリコピンを豊富に含んでいます。
  - （秋穂二島産）春キャベツ…胃粘膜を保護し、胃腸障害に効果があるビタミンUを含んでいます。
  - （秋穂二島産）サニーレタス…高血圧の予防や改善に効果的なカリウムを含み、生のまま食べると栄養の損失が少ないです。
  - （秋穂二島産）たまねぎ…動脈硬化を予防し、血液循環をよくする辛味成分の硫化アリルを含みます。

### **チャレンジデー** とは・・・

毎年5月の最終水曜日に人口規模がほぼ同じ自治体で、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住民の「参加率（％）」を競い合い、敗れた自治体は、対戦相手の自治体の旗を1週間掲揚するというルールで行われる住民総参加型のスポーツイベントです。

## 3 問い合わせ

山口市チャレンジデー実行委員会事務局  
TEL 083-934-2912