

件 名： チャレンジデー2016について

担当課： ふるさと創生部 スポーツ交流課 スポーツ交流担当
(電話：083-934-2874)

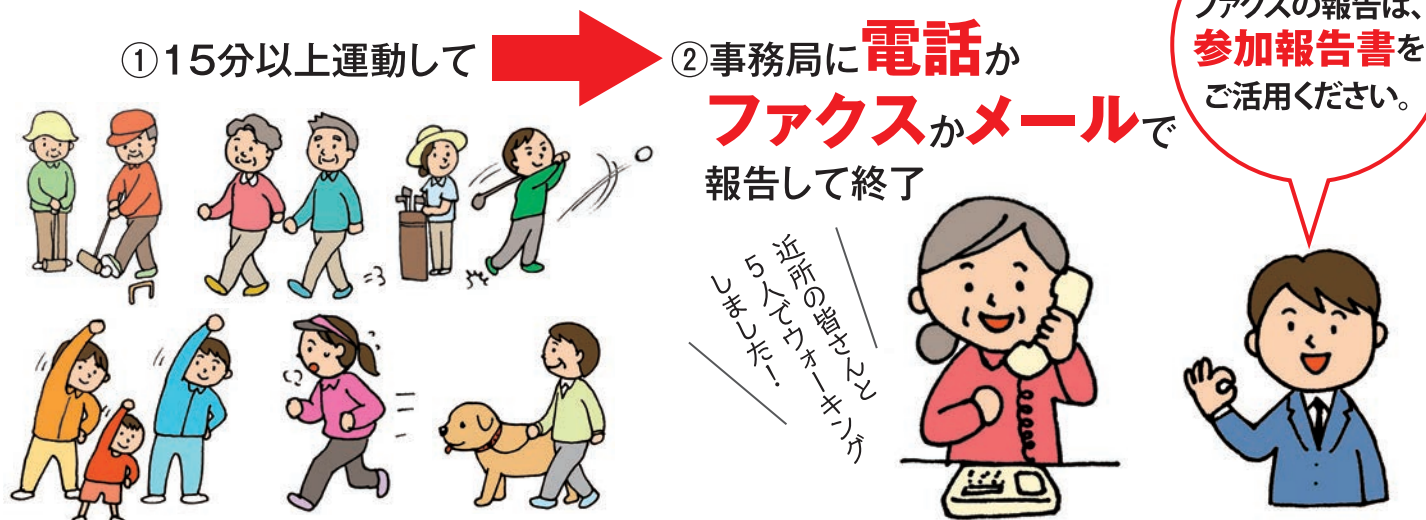
チャレンジデー2016の概要

1. 開催日
平成28年5月25日(水) 午前0時から午後9時まで
2. 対戦自治体
神奈川県座間市(人口約12万9千人) 2回目
※神奈川県 33市町村中 10市町参加
※参加自治体…全国130自治体(68市49町13村)
3. 目標
参加者10万人
4. 主なPR活動
 - ・レノファ山口FCホームゲームにおいてPR映像放送
 - ・座間市長とのエール交換(5月16日(月)16:00～)
 - ・大学・企業・団体への周知活動(大学・企業・団体訪問)
5. 当日のイベント(予定)
 - ・オープニングイベント(ラジオ体操等)
 - ・図書館で学ぶウォーキング
 - ・障がい者スポーツ教室
 - ・健康講座
 - ・市スポーツ施設の無料開放
 - ・各地域でのイベント

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。

チャレンジデーの流れ



山口市のこれまでの結果

2013年

参加率 **29.8%**
参加者 **58,313人**
VS 千葉県市原市
参加率 **45.5%**
参加者 **128,312人**

2014年

参加率 **35.9%**
参加者 **70,062人**
VS 山形県鶴岡市
参加率 **47.0%**
参加者 **63,197人**

2015年

参加率 **50.3%** **初勝利**
参加者 **97,988人**
VS 秋田県秋田市
参加率 **21.7%**
参加者 **69,237人**

目指せ参加者10万人

地域・職場・仲間同士の健康づくりにチャレンジデーをご活用ください。

報告は簡単! 当日の午後9時30分までに下記の方法で。

報告は、①氏名・事業所名・団体名・グループ名、②参加人数、③運動の種類 の3つのみ。下記の集計センターに報告してください。

電話	0800-200-2776 / 083-934-2912 (通話料無料: 当日のみ利用可)	メール	challengeday@city.yamaguchi.lg.jp	QRコードはこちら
FAX	083-934-2670 / 083-934-2665	インターネット	https://pro.form-mailer.jp/fms/bfd2284795124 (フォームに入力するだけ)	

◆受付時間 電話は、午前9時～午後9時30分。電話以外は、午前0時～午後9時30分(報告は1人1回)

チャレンジデー2016参加報告書

氏名・団体名	
運動の種類	
参加人数	人

○FAXで報告する場合はこのページを切り取って、このまま送付して下さい。「運動の種類」は、実施された内容を記入してください。
○ご報告いただいた個人情報や内容については、参加率集計の目的以外では使用いたしません。

見終わったら「雑がみ」として古紙分類の古紙収集に出しましょう

みんなで参加しよう!! 5月25日水はAY チャレンジデー



15分体を動かして報告を! 今年は神奈川県座間市と対戦

チャレンジデーとは

山口市(山口県) VS 座間市(神奈川県)

人口 197,426人 参加回数 4回目

「参加者10万人」を合言葉に、みんなで楽しく参加! でも、勝利にもこだわっていきます。

人口 128,568人 参加回数 2回目

ひまわり畑で生まれたという謎の妖精をもつ座間市。ぽっちゃり体型だからといって安心してはいけません!運動神経抜群な妖精らしい...チャレンジデーでは、大活躍されることが予想されます!



ざまりん

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。

主催
お問合せ

山口市チャレンジデー実行委員会事務局(山口市スポーツ交流課内)

TEL:083-934-2912 FAX:083-934-2670

E-mail: sports@city.yamaguchi.lg.jp

facebookも見てね!

山口市チャレンジデー実行委員会 検索

やまぐちリフレッシュパーク

スポーツ自由体験 【要申込】

- 時 間 午前9時～午後10時まで(最終受付午後8時)
- 内 容 アリーナ、テニスコートにて、ソフトバレー、バドミントン、ショートテニス、卓球、テニスを自由体験。
グラウンドにて、サッカー、ソフトボールなどを自由体験。
※運動に必要な用具は持参してください。

トレーニングルーム無料開放

- 時 間 午前9時～午後10時まで(最終受付午後8時30分)
- ※タオル・室内用シューズは持参ください。 ※中学生以下は保護者同伴
- ㊤やまぐちリフレッシュパーク(TEL:083-927-7211)
協力 株式会社多々良造園

山口市スポーツの森

スポーツ自由体験 【要申込】

- 時 間 午前9時～午後4時まで(最終受付午後3時30分まで)
- 内 容 多目的グラウンドにて、野球、ソフトボール、サッカーなど自由体験。
- ㊤山口市スポーツの森(TEL:083-928-1120)
協力 株式会社多々良造園

サンフレッシュ山口

元気健康体操自由体験 【要申込】

- 時 間 午後2時～午後4時
- 内 容 ストレッチ、体操、ダンスなどの組み合わせによる元気健康体操。
- ※運動しやすい服装、室内シューズ、飲み物、バスタオル等をご持参ください。
- ㊤サンフレッシュ山口(TEL:083-933-0001)
協力 株式会社さんびる

山口大学

キャンパスミニてくてくツアー

- 時 間 午後0時20分～午後0時55分 ※小雨決行
午後0時15分 山口大学会館前に集合!
- ㊤山口大学地域未来創生センター(TEL:083-933-5962)

河原谷公園パークゴルフ場

パークゴルフ体験

- 時 間 午前9時～午後5時(最終受付午後4時)
- ※雨天時も開場しています。1人2グラウンドまで 【道具貸出無料】
- ㊤河原谷公園事務所(TEL:083-989-6804)

実行委員会運営

オープニングイベント

- 時 間 午前7時30分～午前8時
- 場 所 山口市民会館中庭
※雨天時は市民会館大ホール
- 内 容 ラジオ体操等



ゆう太・ゆう子
マイナちゃん・マイキーくん
ちよるる・レナ・おこりん
参加予定

図書館で学ぶウォーキング 【要申込】

- 時 間 午前10時30分～午後0時30分
- 場 所 山口情報芸術センタースタジオC、中央公園
- 内 容 健康に効果的な歩き方についての講義と実技
- 定 員 50人 ※保険料50円が必要です。
- ㊤市保健センター(TEL:083-921-2666)

健康講座 【要申込】

- 時 間 午前10時～午後0時
- 場 所 維新百年記念公園スポーツ文化センター
- 内 容 ストレッチングと筋力トレ
- 講 師 青木邦男(山口県立大学名誉教授)
- ㊤市スポーツ交流課(TEL:083-934-2912)



小郡屋内プール

水泳教室等無料体験 【要申込】

- 【泳法教室】
- 時 間 午後0時45分～午後1時15分 ●定 員 20名
- 【水中ウォーキング教室】
- 時 間 午後1時30分～午後2時10分 ●定 員 20名
- 【マスターズ水泳合同練習会】
- 時 間 午後8時～午後8時45分 ●定 員 20名
- ※水着・水泳キャップをご持参ください。
- ㊤小郡屋内プール(TEL:083-972-5369)
協力 ナカムラ・タタラゾウエン・ピークルエッセ共同企業体

山口南総合センター

スポーツ自由体験 【要申込】

- 時 間 午前9時～午後9時まで(最終受付午後8時30分)
- 内 容 アリーナ、ソフトバレー、バドミントン、卓球を自由体験。
テニスコートにて、テニスを自由体験。
- ※体育館シューズ、テニス用シューズを持参ください。 ※1団体2時間まで
※予約受付は、電話・来館で当日のみ受付
【レンタサイクル無料貸出あり】

トレーニングルーム無料開放

- 時 間 午前8時30分～午後9時まで(最終受付午後8時30分)
- 午前10時～午前12時の間トレーナーが常駐します。
- ※利用時間は4時間以内 ※タオル・室内用シューズは持参ください。
※中学生は保護者同伴時のみ可、小学生以下は、利用不可。

ドクターストレッチ講座 【要申込】

- 時 間 午後2時～午後4時
- 講 師 青木邦男(山口県立大学名誉教授)
- ㊤山口南総合センター(TEL:083-972-8333)
協力 株式会社三宅商事

山口きらら博記念公園水泳プール

水泳・水中ウォーキング(ワンコイン)体験 大人500円

- 時 間 午前10時～午後9時(最終受付時間:午後8時30分)
- ※水着・水泳キャップを持参し、着用してください。
- ㊤山口きらら博記念公園管理事務所(TEL:0836-65-6905)
協力 山口きらら博記念公園管理事務所

お申込みやお問い合わせは、㊤マークの番号までお願いします。

その他、各地域交流センターでもイベントが開催されます。
詳しくは、各地域交流センターまで。

チャレンジデーをきっかけに 目ざろから 体力づくり 健康づくり を!

ウォーキング



海や山でのスポーツ



森林セラピー



子どもと外遊び



仲間とスポーツ

山口市の目標

週1回以上スポーツ活動を楽しむ
市民の割合

現 状 35.1%

目標値 50%以上
(平成29年度)

自分が健康だと思う
市民の割合

現 状 74.4%

目標値 80%以上
(平成29年度)

山口市では、市民の誰もが健康づくりに取り組めるまちをめざしています!
平成27年10月3日には「健康都市宣言」を行うなど、地域の魅力を活かした健康づくりを進めています。



やまぐちは 美しい自然がいっぱい
きれいな空気をたくさんすって からだを動かします



やまぐちは おいしい食べ物がいっぱい
きちんと食べて 元気なからだを育みます

やまぐちは 空にきらめく星がいっぱい
しっかり休養をとって 笑顔を輝かせます

やまぐちは 人と人とのふれあいがいっぱい
心をかよわせて 健康づくりの輪をひろげます



「山口市健康都市宣言」より

カテゴリー1（人口 4,999人以下）

北海道	愛別町	VS	沖縄県	東村
北海道	知内町	VS	沖縄県	伊江村
北海道	苫前町	VS	岡山県	新庄村
青森県	新郷村	VS	秋田県	藤里町
秋田県	大潟村	VS	宮崎県	諸塚村
秋田県	上小阿仁村	VS	愛知県	飛島村
秋田県	東成瀬村	VS	長野県	南相木村
長野県	小海町	VS	熊本県	山江村
岐阜県	七宗町	VS	沖縄県	大宜味村
島根県	海士町	VS	沖縄県	与那国町

カテゴリー2（人口 5,000～9,999人）

北海道	枝幸町	VS	秋田県	小坂町
北海道	標津町	VS	山梨県	南部町
北海道	新得町	VS	秋田県	八峰町
北海道	鷹栖町	VS	秋田県	八郎潟町
北海道	本別町	VS	長野県	喬木村
青森県	田子町	VS	佐賀県	玄海町
岩手県	軽米町	VS	秋田県	五城目町
岩手県	葛巻町	VS	神奈川県	真鶴町
秋田県	井川町	VS	鹿児島県	和泊町

カテゴリー3（人口 10,000～29,999人）

北海道	芦別市	VS	神奈川県	山北町			
北海道	東神楽町	VS	熊本県	あさぎり町			
北海道	美唄市	VS	神奈川県	湯河原町			
北海道	深川市	VS	神奈川県	開成町			
北海道	富良野市	VS	秋田県	にかほ市			
北海道	幕別町	VS	高知県	宿毛市			
北海道	芽室町	VS	大分県	豊後高田市			
青森県	藤崎町	VS	神奈川県	大井町			
岩手県	大槌町	VS	熊本県	山都町			
岩手県	陸前高田市	VS	福岡県	みやこ町			
宮城県	七ヶ浜町	VS	埼玉県	小鹿野町			
秋田県	羽後町	VS	神奈川県	松田町			
秋田県	男鹿市	VS	香川県	多度津町			
秋田県	仙北市	VS	和歌山県	上富田町			
秋田県	美郷町	VS	広島県	竹原市			
秋田県	三種町	VS	広島県	北広島町			
北海道	名寄市	VS	徳島県	三好市	VS	鹿児島県	阿久根市

カテゴリー4（人口 30,000～69,999人）

宮城県	東松島市	VS	大分県	杵築市			
秋田県	潟上市	VS	愛知県	扶桑町			
秋田県	鹿角市	VS	岡山県	赤磐市			
秋田県	能代市	VS	鹿児島県	奄美市			
秋田県	湯沢市	VS	佐賀県	神埼市			
福島県	伊達市	VS	福岡県	八女市			
茨城県	常陸太田市	VS	徳島県	鳴門市			
埼玉県	秩父市	VS	沖縄県	南城市			
神奈川県	寒川町	VS	奈良県	広陵町			
神奈川県	逗子市	VS	沖縄県	豊見城市			
富山県	魚津市	VS	鹿児島県	指宿市			
富山県	南砺市	VS	岐阜県	羽島市			
長野県	東御市	VS	大分県	豊後大野市			
広島県	三次市	VS	大分県	宇佐市			
秋田県	北秋田市	VS	島根県	雲南市	VS	鹿児島県	南さつま市

カテゴリー5（人口 70,000～249,999人）

岩手県	奥州市	VS	長崎県	大村市
岩手県	北上市	VS	沖縄県	石垣市
秋田県	大館市	VS	山梨県	甲斐市
秋田県	大仙市	VS	東京都	小金井市
秋田県	由利本荘市	VS	兵庫県	豊岡市
秋田県	横手市	VS	鹿児島県	霧島市
山形県	鶴岡市	VS	山口県	宇部市
山形県	米沢市	VS	東京都	狛江市
東京都	昭島市	VS	大阪府	柏原市
神奈川県	伊勢原市	VS	福岡県	大牟田市
神奈川県	座間市	VS	山口県	山口市
愛知県	碧南市	VS	香川県	丸亀市

カテゴリー6（人口 250,000人以上）

秋田県	秋田市	VS	山口県	下関市
-----	-----	----	-----	-----