



1日15分間の運動をしよう!

開成チャレンジデー2015

5月27日(水) 0時~21時

チャレンジデーは、世界中で実施される健康づくりのイベントです。あなたや家族の健康づくりのきっかけとして、ぜひ最初の1歩を踏み出しましょう。

自治活動応援課 ☎84-0315

住民参加率を競う
今年の対戦相手は、
青森県藤崎町!

参加方法は簡単!

開成町内で、15分以上、運動などで身体を動かします。例えば、ウォーキングや縄跳び、家の大掃除など何でもOK! 自分がやりたい運動をしましょう。

その運動した記録をエントリーシートに記入して、公共施設に設置されたエントリーボックスに投票をするだけです。エントリーシートは、エントリーボックスと一緒に置いてあります。

※注意! 投票は、1人1票です。15分以上の運動を何種目何回やっても、投票するのは1回のみとなります。

実施日時 5月27日(水) 0時~21時

エントリーボックスの設置場所

開成町役場、福祉会館、開成水辺スポーツ公園、自治会館(全13か所)、開成駅

- 開設時間
- 開成町役場、福祉会館、開成駅/9時~20時30分
 - 開成水辺スポーツ公園、自治会館/9時~17時
- ※パレットガーデンは共用棟



歩こう会ウォーキング
(9時30分~)では、
この道を歩くよ!

町ではこんなメニューを用意します!

町民センター・保健センター

3階大会議室 未就園児親子対象運動会 (10時~11時30分)

1階保健センター

- ・歩こう会ウォーキング (9時30分~11時15分)
- ・0歳児向け親子体操 (9時30分~11時)
- ・食品衛生講座「ごきぶり駆除団子づくり」、健口体操、ストレッチ、ゆる体操 (10時~12時)

文命中学校

- ・ソフトボール投げNo.1決定戦 (19時~20時30分)
- ・卓球交流会 (19時30分~21時)
- ・ファミリーバドミントン体験会 (19時~21時)

開成南小学校

- ・マラソンサッカー (18時~20時30分)
- ・バドミントン交流会 (19時~21時)

開成水辺スポーツ公園

- ・ゲートボール交流大会 (10時30分~15時30分)
- ・幼児対象サッカー教室 (10時~11時30分)
- ・パークゴルフ場の無料開放 (15時~17時)

福祉会館

- ・ラジオ体操講習会 (10時~12時)
- ・みんなで踊ろう 阿波踊り (20時~21時)