

参加率を競う、健康づくりイベント

チャレンジデー2009 開催!!

市内で11,131人がイベントに参加!

5月27日、「チャレンジデー2009」が市内全域で行われました。このイベントは、15分間以上継続して何らかの運動やスポーツをした住民の参加率を、他市町村と競い合う全国的なイベントです。

当日は、市内の屋内外施設でラジオ体操やウォーキング、ダンスなどを通じて運動を楽しむ方やクリーンアップで汗をかいいる姿が多く見られました。自治会や会社関係の方々にもチャレンジデーの呼びかけを行い、多くの方が参加してください、多くの方が参加してくださったことにより、昨年の参加率34・4%を上回ることができました(別表参照)。

残念ながら、対戦相手の神河町(兵庫県)には、負けてしましましたが、1年ずつ、チャレンジデーが市民に浸透してき

ることにより、着実に参加率が増えてきています。チャレンジデーは、参加率を競うだけではなく、日ごろの健康づくりへの第一歩としての目的も兼ねています。来年についても、ことし以上に多くの皆さんのが参加してくださいますようご協力をよろしくお願いします。

◆チャレンジデー2009結果◆

結果	にかほ市	神河町
参加者	11,131人	6,688人
人口(2/1現在)	28,799人	13,063人
参加率	38.7%	51.2%

※15分間以上継続して運動した方の参加率です。



みんなで仲良くウォーキング

会社員の方々も積極的に参加してくださいました

神社の境内クリーンアップ & 健康づくり

参加者へインタビュー



田脇葉子さん(室沢)

チャレンジデー当日の通勤を車から自転車にして、初めて参加者が少ないので、まだ運にもチャレンジクイズに当選することができました。にかほ市の参加者・正解数が11、13人(田脇さんは11、13人と予想)ですか。市民に浸透していないのかな。まだ参加が少ないように思います。昨年の9月から、毎週木曜、仁賀保体育館でバドミントンを楽しむ「あすなろスポーツクラブ」に入っています。テニスの経験があつたので、同じラケット競技としてすんなりとできています。目的が健康づくりです。自分もあんな風にずっと

スポーツを続けたいなと思つてます。体育館を使用できない日は蒸風苑でグラウンドゴルフをしたりもします。広い芝生の上で体を動かした後、「まがりや」でランチと仲間との会話を楽しむ。木曜日が待ち遠しいですね。冬場にも運動できるような施設が以前よりも増えていると聞きます。チャレンジデーをきっかけにして、体を動かす楽しさ、汗を流す清々しさを多くの皆さんに知つてもらいたいです。

当選者発表!!

(敬称略)

田脇葉子(室沢)	渡邊赳斗(室沢)	佐藤俊(平沢)
佐藤隆男(畠森)	佐藤俊(平沢)	佐藤隆男(畠森)
辻川益子(三森)	辻川益子(三森)	辻川益子(三森)
進藤陽介(武道島2区)	進藤陽介(武道島2区)	進藤陽介(武道島2区)
佐々木由紀子(はまなす)	佐々木由紀子(はまなす)	佐々木由紀子(はまなす)
村上和子(立石2区)	村上和子(立石2区)	村上和子(立石2区)
飯尾すみ(由利本荘市)	飯尾すみ(由利本荘市)	飯尾すみ(由利本荘市)
関谷まさか(松ヶ丘)	関谷まさか(松ヶ丘)	関谷まさか(松ヶ丘)
佐々木由紀子(はまなす)	佐々木由紀子(はまなす)	佐々木由紀子(はまなす)