

○2019年もっと元気な京都のスポーツ推進事業

健康一番 2019綾部市

いきいきわくわくチャレンジウィーク実施要項

●目的

チャレンジウィークの参加をとおして、運動・スポーツの定着を図るとともに、市民一人ひとりの健康づくり意識の高揚と「長寿と元気なまちづくり」「市民一人1スポーツ」の普及を目的とする。

●推進の柱

- ① 15分間以上継続して、運動やスポーツの企画し参加しよう。
- ② 自治会、女性の会、老人会、公民館、スポーツ団体、文化団体、企業・事業所等あらゆる団体・サークルが取り組み参加しよう。
- ③ 一家庭、一個人も暮らしの中で15分以上継続した運動を取り入れよう。
- ④ 地域、職場、家庭のふれあいづくり、健康づくりの場としよう。
- ⑤ 全ての人に参加を呼びかけ、運動・スポーツの大切さ、喜びを共に感じよう

●実施報告

5月22日（水）から28日（火）の一週間のあいだで取り組まれた運動（スポーツ）の内容を表記まで報告して下さい。※【2019綾部市いきいきわくわくチャレンジウィーク実施報告書】

●いきいきわくわく参加「奨励賞」

- ・実績報告書を提出された方を地域、団体、個人、スポーツの内容等を分類し、綾部市の参加率を公表いたします。
 - ・報告書を提出された全員の中から、厳正なる抽選をし、奨励賞の発表を致します。
- ※「参加率」および「奨励賞」の発表並びに公開抽選会は、6月13日「エフエムあやべ」エフエムいかる生放送でお知らせいたします。（抽選結果、奨励賞当選者は市民新聞で発表します）
- ※賞品のお渡しは、6月20日以降となります。

●運動施設の無料開放

いきいきわくわくチャレンジウィーク期間中「5月22日（水）」の1日のみ、綾部市の運動施設を無料開放(学校を除く)いたします。

きりとり

2019綾部市いきいきわくわくチャレンジウィーク 実施報告書

1	運動された日時と場所	日時
		場所
2	どんなスポーツを何人で	運動の内容/()
		参加数/ 大人() 子供() 合計()人
3	団体での取り組み	団体名: 代表者名:
	個人での取り組み	個人名: 年齢:
4	住所・電話番号	☎

第20回 いきいわくわくウォーキング

◇ 参加申込書 (締切り/5月24日)

私は、ウォーキング大会に参加したいので申し込みします

住 所(又は自治会名)

氏 名 (グループ参加は連記してください)

(ノルディックウォークで参加の方はスティックをご持参ください)

連絡先(電話)

※参加料は、当日受付でお支払いください。
尚、傷害保険加入のため住所・連絡先は必ずご記入ください。

第42回京都府民総合体育大会地域交流大会

第6回ソフトバレーボール・ビーチボールバレー交流会

◇ 参加申込書 (締切り/5月22日必着)

私は、ソフトバレー、ビーチバレーに参加したいので申し込みします。

チーム名	
代表者名	
連絡先	
選手名	※ソフトバレーは4名以上、ビーチは3名以上を連記
種 目	ソフトバレー(女性・トリムの部)・ビーチボールバレー