

# 15分以上運動したら報告を! 北上市チャレンジデー2018

北上市  
チャレンジデー  
Facebook



チャレンジデーとは??

毎年5月の最終水曜日に  
世界中で行われる運動の日

15分以上運動やスポーツを行った住民の参加率を自治体同士で競い合います。チャレンジデーを機会にスポーツに親しみ、健康増進へつながることを願って行われる住民参加型のイベントです。

- ゴミ拾い、草刈り
- 犬の散歩
- ラジオ体操、ストレッチ
- 徒歩、自転車通勤通学
- デスクに座りながらの「かかとあげ体操」

どんな運動でもOK!



チャレンジデー2018では、午前6時30～市内一斉運動を推奨します。

家の近くの自治公民館や公園などに、地域の方々が集まって早朝運動の実施をお願いします。



## 広報きたかみ 連動企画

運動中の写真に、ハッシュタグ#kitacoingを付けて、SNSで投稿しよう! 多くの「いいね!」を集めた写真は、6月22日号広報きたかみの表紙になります!

## 報告方法

- ①電話
  - ②ファックス
  - ③Eメール
  - ④回収ボックスへ投函
  - ⑤北上市ホームページ
- のいずれかの方法でご報告ください。

- 職場や学校、自治会、サークル等で参加した場合は、代表者が参加人数をまとめてご報告ください。
- 市外の方も北上市内の運動であれば対象になります。• 運動やスポーツはいつでも参加できますが、報告は1人1回です。

報告先 北上市チャレンジデー実行委員会 (北上市まちづくり部スポーツ推進課)

- ①電話の場合 ▶ ☎0197-72-8270 (直通)
- ②FAXの場合 ▶ FAX 0197-63-3121 下記記入用紙をご利用ください。
- ③Eメールの場合 ▶ [sports@city.kitakami.iwate.jp](mailto:sports@city.kitakami.iwate.jp)
- ④回収ボックスへ投函の場合 ▶ 下記記入用紙に記入し、地区交流センターやスポーツ施設等に設置する回収ボックスへ投函してください。のぼり旗が目印です。
- ⑤北上市ホームページの場合 ▶

## 北上市チャレンジデー2018参加報告書

(FAXまたは回収ボックス投函用) ※該当する番号に○やご記入をお願いします。

区分	1. 団体 (団体名 ) 2. グループ 3. 個人	人数	人
種目	運動した内容をお書きください		
実施地区	1. 黒沢尻北 2. 黒沢尻東 3. 黒沢尻西 4. 立花 5. 飯豊 6. 二子 7. 更木 8. 黒岩 9. 口内 10. 稲瀬 11. 相去 12. 鬼柳 13. 江釣子 14. 和賀 15. 岩崎 16. 藤根		

# ニュージーランドとの国際交流で 2019ラグビー日本大会を盛り上げよう!



住民総参加型のスポーツイベント

# チャレンジデー 2018

2018年 5月30日(水) 午前0時～午後9時



ニュージーランド  
マタマタ・  
ピアコ地区

初の海外都市との対戦!! ラグビーワールド  
カップ前回大会優勝国のニュージーランド  
の都市と対戦します。

## 今年も2都市と対戦!

今年もみんなで  
65,000人以上! 参加率70%! を目指そう!

VS 北上市 VS 長崎県 大村市

日本さくらの名所100選の  
大村公園がある都市です。



SPECIAL GUEST

元ラグビー日本代表  
大畑大介さん



トークショー  
Talk Show

5月30日(水)

開場 18:00～

開演 18:30～

会場 さくらホール  
大ホール

北上市全域  
いつでも、どこでも、だれとでも!  
15分以上カラダを動かしたら  
「報告」お願いします

個人・グループ・団体など、  
誰でも参加できます。  
皆様からの報告をお待ちしております

報告の仕方は裏面を見てね!

お問合せ

北上市チャレンジデー実行委員会 (北上市スポーツ推進課)  
TEL.0197-72-8270 FAX.0197-63-3121  
E-mail [sports@city.kitakami.iwate.jp](mailto:sports@city.kitakami.iwate.jp)

協力: 北上市ラグビーフットボール協会 / 北上市ペタンク協会 / 北上都心開発(株)



# チャレンジデー 2018開催イベント

チャレンジデー当日はたくさんのイベントが開催されます！  
気軽に参加してみんなでカラダを動かしましょう！

## チャレンジデー2018 オープニングイベント

6:30 ~ 7:00

会場 北上陸上競技場

2019年開催のラグビー日本大会に向けて  
実際にラグビーを体験してみよう。

チャレンジデー開始宣言後、オープニングに集まった  
皆さんでタグラグビーを楽しみます。

タグラグビーは危険度の高いタックルを禁止し、  
腰につける『タグ』を取り合います。ルールを単純化  
しているので、年齢や性別、経験に関わらず誰でも  
楽しめるスポーツです。



※大畑大介さんは、オープニングイベントへの出演はありません。  
※雨天時は、北上陸上競技場の室内走路で、オープニングイベントを実施します。

オープニングイベント  
参加者プレゼント！

オープニングイベント参加者全員に、  
ラグビーワールドカップ2019™  
PRグッズをプレゼント！



## ニュージーランドの 人気スポーツ体験イベント

7:00 ~ 19:30

会場 北上総合運動公園

タグラグビー・ペタンク・ラクロス・クリケット  
ニュージーランド人気スポーツを体験してみよう

未経験者・経験者問わず、どなたでも参加できます。ニュージーランドのスポーツを体験  
しながら、「チーム大畑」と「チーム北上市長」に分かれて対戦し、最終的に4種目の合計点  
と参加人数の合計で勝敗が決まります。体験イベントは朝の7:00から夜19:30まで  
開催しています。都合の良い時間帯に、仲間を誘って参加しよう!!

このイベントには  
大畑大介さんが  
参加予定です！

スポーツ体験時間帯

- 7:00~12:00 タグラグビー(北上陸上競技場)
- 7:00~12:00 ペタンク(第3運動場)
- 9:00~19:30 クリケット(第1・3運動場)
- 13:00~17:30 ラクロス(北上陸上競技場)



ペタンク



ラクロス



クリケット

※雨天時は、中止の場合があります。

### 対戦相手紹介!



ニュージーランド  
マタマタ・ピアコ地区

人口 34,700人

酪農とサラブレッドの飼育がさかんな  
ニュージーランド北島ハミルトン・ワイ  
カト地方の都市。映画「ロードオブザリ  
ング」『ホビット』のロケ地としても有名。



北上市

人口 92,851人

今年は、65,000人以上の参加で、  
参加率70%を目指します。みんな  
で15分以上カラダを動かし勝  
利をめざしてがんばりましょう!!



長崎県  
大村市

人口 95,971人

長崎県の中央に位置し、長崎空港が  
ある市です。玖島城跡の大村公園  
の桜は、「日本さくらの名所百選」に  
選定されています。

## ストリートラグビー in さくら野

12:00 ~ 14:00

会場 さくら野百貨店前特設ラグビーコート

街なかでラグビー体験!!

さくら野百貨店前に人工芝を設置した特設ラグ  
ビーコートでのラグビーイベント。街なかで、ニュ  
ージーランドのメジャースポーツ「ラグビー」が気軽  
に体験できます。どなたでも参加できますので、お屋  
休み時間を利用してぜひご参加ください。

※雨天時は、中止の場合があります。

ストリートラグビーとは?  
タックルがないので安全!広い場所  
がなくてもできる3人対3人でプレー。  
タックルの代わりにタッチするだけ。  
安全で簡単なので女性や子供、未  
経験者でもプレーできるスポーツです。



SPECIAL  
GUEST

元ラグビー日本代表

大畑大介さん

Talk Show トークショー

開場 18:00 ~ 開演 18:30 ~

会場 さくらホール 大ホール

観覧無料・申込不要



大畑大介さんプロフィール

元ラグビー日本代表

神戸製鋼コベルコスティーラーズ  
アンバサダー

東京オリンピック・パラリンピック競技大会  
組織委員会アスリート委員会委員

ラグビーワールドカップ2019™アンバサダー

ラグビーワールドカップ2019™アンバサダーの大畑大介さん、桜庭吉彦さんと元新日鉄釜石V7戦士の千田美智仁さん(北上市出身)のラグビーワールド  
カップ出場経験者3人が平成31年9月から日本で開催する「ラグビー  
ワールドカップ2019™」の楽しみ方、ラグビーの魅力を語ります。スポーツ  
に対するメンタル面などトップアスリートならではの、いろいろなお話を  
聞けるチャンスです。どなたでも無料で観覧できますのでふるってご参加  
ください。トークショー中、観客の皆さんと運動をして、チャレンジデー  
参加人数にカウントします。