

第2回

5月31日(土)は

2025
in 扶桑

ちょこチャレ

～ちょこっと運動チャレンジデー～

15分程度
運動しよう！

運動習慣のきっかけづくりのイベントで、5月の最終土曜日に15分程度運動することで、だれでも参加できます。気軽に楽しく“ちょこっと”体を動かして、日頃の運動不足の解消や健康づくりに“チャレンジ”してみませんか。



体育館に参加報告
用紙を持参された方へ
免疫ドリンク1本プレゼント！
先着500名

扶桑町内で15分程度運動した方は…

当日の午前9時～午後5時までに、以下の方法でご連絡をお願いします。

- ① 電話で報告する。(☎93-2441)
- ② 下段の参加報告書に記入し、回収箱へ投函する。
- ③ 下段の参加報告書に記入し、FAXで報告する。(📠93-2183)
- ④ ✉メールで報告する。(taiku_sc@town.fuso.lg.jp)
- ⑤ 📱QRコードで報告する。➡➡➡➡➡➡



参加報告
QRコード

回収箱設置場所

- 総合体育館
- 役場
- 文化会館
- 中央公民館
- 図書館
- 各学習等供用施設

当日は総合体育館でメインイベントを行います。

(詳しくは裏面をご参照ください。)

〈キリトリ〉

第2回 ちょこチャレ 参加報告用紙 お近くの回収箱へ！FAXは93-2183

氏名・団体名・会社名

参加人数

参加種目 (いずれかの番号を○で囲む)

- | | | |
|--------------|-------------|------------|
| 1. 散歩・ウォーキング | 2. 体操・ストレッチ | 3. 競技スポーツ |
| 4. 買い物 | 5. 通勤・通学 | 6. 清掃・ゴミ拾い |
| 7. 草取り・畑仕事 | 8. その他 | |

ちょこチャレ メインイベント

事前申込必要

5月18日(日)まで

80名 NOSS体験会

主催: JA愛知北女性部

午前9時～10時30分

NOSS とは、「にほん・おどり・スポーツ・サイエンス」の略で、日本舞踊が持つ「和」の動きをもとにスポーツ科学を取り入れて創案された動きで魅せる新しいエクササイズのことです。ゆったりと舞い踊る、日本舞踊がもとになっているため、年齢を問わず、どなたでも楽しく続けることができるのが特徴です。

講師: 西川 千雅

(日本舞踊西川流四世家元)

場所: 扶桑町総合体育館



電車deウォーク 100名

協力: JA愛知北

午前11時～正午

行きは、扶桑駅から木津用水駅までの約 1.7km を歩きながら沿線の景色を楽しみ、帰りは電車に乗って扶桑駅を目指します。

電車好きの子どもたち集まれ～!!

対象: 子ども(小学生以下)とその保護者

場所: 扶桑町役場駐車場
(スタート・ゴール)



80名 モルック体験会

午後1時～2時30分

流行中のモルックをスポーツ推進委員が楽しく分かりやすく指導します。本来は屋外の競技ですが、屋内で行います。

場所: 扶桑町総合体育館



ゆるい運動会 80名

午後3時～5時

「パン食い競走」や「スリッパ飛ばし」などを誰もが気軽に参加できるようゆる～く変えてみました。他にも楽しい競技が盛りだくさんの運動会です。

場所: 扶桑町総合体育館



【注意事項】・イベント中の不慮の疾病・事故につきましては、応急処置は行いますが、その後の責任は負いません。
・当日の様子を撮影した写真や動画は、広報ふそう等に掲載される場合がありますので、ご了承ください。

申込みはこちらの QR コードからか、
総合体育館窓口へお越しください。



イベント申込QRコード

参加費 無料 (お気軽にお申込みください。)

参加申込 5月2日(金)午前8時30分～5月18日(日)午後5時15分までに

問合せ 扶桑町ちょこっと運動チャレンジデー実行委員会 (総合体育館内)
TEL 0587-93-2441 FAX 0587-93-2183
Mail: taiku_sc@town.fuso.lg.jp