

# 第3回 5月30日(土)は ちよこチャレ

## ～扶桑町ちよこっと運動チャレンジデー～

2026  
in 扶桑

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“ちよこっと”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。

### 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

## 当日は扶桑町総合体育館でメインイベントを行います。

～免疫ケアで健康習慣を～

(詳しくは裏面をご覧ください。)



(キリトリ)

### 第3回 ちよこチャレ 参加報告書 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)
	人	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

この事業はSSFアクティブチャレンジの助成を受けて実施します。

事前申込必要

5月17日(日)まで

# ちよこちゃんメインイベント

## 80名 ラジオ体操体験会

ラジオ体操は、子どもから高齢の方まで無理なく体を動かすことができ、全身の筋肉をバランスよく使う運動です。

当日はラジオ体操1級指導士の先生がラジオ体操第一を中心に楽しく紹介いたします。

午前9時～10時00分

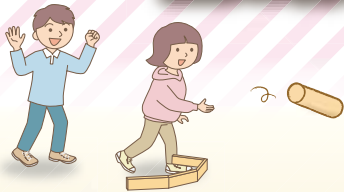
場所：扶桑町総合体育館

～免疫ケアで健康習慣を～



## 80名 モルック体験会

主催:JA愛知北女性部扶桑支部



午前10時30分～正午

場所：扶桑町総合体育館

～免疫ケアで健康習慣を～

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。

## 80名 みんなで運動会

「障害物競走」や「玉入れ」など運動会定番の競技から「スリッパ飛ばし」など誰もが気軽に参加できるようゆる～く変えた競技など、楽しい競技が盛りだくさんの運動会です。

午後1時30分～4時30分

場所：扶桑町総合体育館

～免疫ケアで健康習慣を～



【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1日(金)午前8時30分～5月17日(日)午後5時15分までに  
※定員になり次第締切ります

問合せ 扶桑町ちよ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