

# 5月25日(水)【5月最終水曜日】は

## 『バンビィデー』

バンビィデーのテーマ：自分のために自ら身体を動かすことにチャレンジ！

バンビィデーは1日だけのイベントではなく、その後に町民が日常的にスポーツや健康づくりに取り組むための『きっかけ』づくり



### バンビィデー当日の取り組み方

今後は、チャレンジデーからステップアップして、自分の健康と向き合い日頃から運動に親しみ、継続して運動することを目的に『バンビィデー』として取り組んでいきます！この日をきっかけに継続した運動をしていきましょう！

- 行政区型バンビィデー：クリーンウォーキング・ラジオ体操  
自治会・行政区の連帯感の醸成・地域コミュニティの再生
- 企業・団体型バンビィデー：クリーンウォーキング・エアロビクス（講師派遣）  
団体などの健康づくりや福利厚生事業も支援
- クラブ種目型バンビィデー：太極拳・スポーツ民踊・ボクササイズ  
いつでも・どこでも・だれでも、継続的にスポーツに取り組むためのきっかけづくり
- 個人参加型バンビィデー：ニュースポーツ体験  
スポーツの必要性を実感し、健康づくりへの興味・関心を高める
- チャレンジ型バンビィデー：玉入れ（3人以上30個のタイムレース）  
勝負としてのみんなでチャレンジ ※依頼があれば道具をもってご対応

H28年度目標値  
参加率 40%

### 参加報告

- ①地区で取り組む場合・・・区長、自治会長さんに人数等を取りまとめていただき、中央公民館まで報告
- ②体育施設で取り組む場合・・・施設ごとに報告用紙に必要事項を記入して回収BOXに入れる
- ③学校・企業・団体・個人・・・報告用紙に必要事項を記入し、中央公民館  
取り組む場合  
まで報告（FAX等）

※なお、報告用紙は各地区コミュニティーセンターにもあります。※

### バンビィデー参加報告書【中央公民館 FAX 83-4498】

参加区分	参加人数	参加種目
1 団体 団体名：  報告者名：	人	1 ラジオ体操やウォーキング 2 クリーンアップウォーキング 3 その他 （
2 個人名	人	）