



目次

- がん検診などのお知らせ(2面)
- みんなの健康(3面)
- チャレンジデーZAMA2018 当日開催イベント(4面)
- 健康文化都市大学(5面)
- ざまインフォメーション(6・7面)
- 市職員募集(8面)



5月30日(水)
開催

チャレンジデーZAMA 2018

市では、地域ぐるみでの健康増進を目的に、市内で15分以上運動した人の参加率を競う住民総参加型スポーツイベント「チャレンジデー」に参加します。今年の実戦相手は山口県宇部市です。詳しくは担当へお問い合わせください。

担当

スポーツ課 ☎046(252)8177 FAX046(255)3550



昨年のチャレンジデーイベントの様子

チャレンジデーの詳細、当日に開催するイベントは本紙4面をご覧ください。

お気軽にご参加を

参加報告

5月30日(水)午前0時～午後9時に市内で行った運動が対象です。15分以上の運動であれば、本格的な運動やスポーツだけでなく、散歩、買い物や掃除などの家事、通勤・通学も対象です。

ページ下部の参加報告シートでの報告
必要事項を記入しページ下部に記載の回収ボックスへ
市内スーパーマーケット協力店での報告
店舗で配布する専用用紙に必要事項を記入し回収ボックスへ(ページ下部の参加報告シートは使用不可)
上記以外の場合
5月30日(水)午前9時～午後9時30分に電話、ファクスまたは電子メールで報告(市ホームページから電子申請可)
電話・ファクス・電子メールでの報告先
▽電話報告=市役所☎046(255)1111 ▽ファクス報告=市役所FAX046(255)3550 ▽電子メール報告=sport@city.zama.kanagawa.jp



スポーツ



自転車



体操



通勤・通学



チャレンジデーZAMA2018ツイッター @challengezama

左記のアカウントでチャレンジデーZAMAについてのツイートをしています。(右記二次元バーコードからアクセス可)お気軽にフォローしてください。



チャレンジデーZAMA 2018 参加報告シート

※同シートは市内スーパーマーケット協力店では使用できません。

| | | | |
|----------------------------------|---|------|---|
| 運動種目(○をつける) | ウォーキング ・ 体操 ・ 買い物 ・ 犬の散歩 ・ 各種スポーツ ・ その他(★へ) | | |
| 個人名または団体名 | ※匿名可。 | 参加人数 | 人 |
| ★実施した企画をご紹介ください(パフォーマンス大賞エントリー)。 | アイデア企画や盛り上がったイベントなどから「座間市パフォーマンス大賞」を決定します。個人名・団体名・連絡先・実施内容をご記入ください。 | | |

参加報告回収ボックスの設置場所 ①市役所②サニープレイス座間、市健康センター、スカイアリーナ座間、市公民館、北・東地区文化センター、各コミュニティセンター、青少年センター③市内スーパーマーケット協力店 ※受け付けは①午前8時30分～午後9時30分②午前9時～午後8時30分③開店～午後8時。