

令和2年度「どさん子体力アップ強調月間」における体力向上の取組

No.	管内	市町村名	主 催	取組(事業)		実施日(期間)	会 場	参加対象者	Webページ
				名称	内容				
1	宗谷	稚内市	稚内市教育委員会	第4回歩こう会	JRを利用し、豊富温泉を目指してウォーキングを行う	10月11日(日)	稚内～豊富 豊富温泉、JR	市民	-
2	宗谷	稚内市	稚内市教育委員会	あなたの体力しらべ隊	身体測定、体力テスト(握力、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、20mシャトルランなど(年代別に種目設定))	10月17日(土)	稚内市緑体育館	小学生以上	-
3	宗谷	中頓別町	中頓別町走友会	体育の日記念 町民健康マラソン大会	1.5kmまたは、3.0kmの距離を走り、町民の健康づくりや体力づくりを図る	10月中旬	養護老人ホーム 長寿園前	小学生、中学生、大人	-