

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	上川	占冠村	占冠村教育委員会	60秒なわとびチャレンジ	60秒間で前回し跳びの回数を競う	10月1日(木)	占冠中学校	中学生	-
2	上川	美深町	美深町教育委員会	第46回美深町民健康マラソン大会	マラソンを通じて町民が健康で明るい生活を営むため、スポーツによる健康づくりをねらいとして開催する	10月4日(日)	美深町文化会館 com100～美深川堤防	全町民	-
3	上川	東神楽町	第5回ひがしかぐら BBQ マラソン実行委員会	ひがしかぐらBBQマラソン	中学生以上:8Kmのマラソン 小学生と一般成人のペア:3kmのマラソン	10月4日(日)	ひがしかぐら森林公園忠別川河川敷沿いサイクリングロード	小学生以上	東神楽町(Town of Higasigagura) FB(フェイスブック)
4	上川	下川町	下川町教育委員会 下川町公民館	朝活!早朝ランニング!!	体力回復に向けたランニングなど軽運動を習慣化させ健康向上を図る	10月5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)	町内	町民(小学生以上)	-
5	上川	下川町	下川町公民館	もりさんぽ	町有林内の散歩を通して、血圧降下や自律神経を整え健康増進を図る取組	10月10日(土)	町有林	制限なし	-
6	上川	名寄市	Nスポーツコミッション	2020NSC街なか運動会	幼児30m走 買い物競走 746m×3人リレー	10月11日(日)	名寄駅前商店街	名寄市民または名寄市に通学・通勤している方	https://nayorosports.com/
7	上川	占冠村	占冠村立トマム学校	ダブルタッチにチャレンジ	跳び方を工夫しながら楽しくダブルタッチを行う	10月16日(金)、23日(金)、30日(金)、11月6日(金)	トマム学校体育館	小学生・中学生	-
8	上川	愛別町	愛別町公民館	チャレンジ元氣塾 (ニュースポーツ体験)	パークゴルフ	10月17日(土)	きのこの里パークゴルフ場	小学生	-
9	上川	占冠村	占冠中央小学校	どさん子元氣アップチャレンジ短縄跳び全道大会	90秒間に、1回跳び(両足跳び1回旋1跳躍)を跳んだ回数を競う	10月～1月	占冠中央小学校	全校児童	-
10	上川	上川町	上川町教育委員会	レッツウォーキング (町民歩こう会)	自然と触れ合いながらウォーキングを楽しむイベントの実施	10月初旬	上川町流星の滝周辺	全町民	-
11	上川	上川町	上川町教育委員会	基礎体力養成教室	少年期に様々な運動を経験することにより、基礎体力に寄与する	11月1日～11月30日(予定)	上川町総合体育館	小学1～6年生	-
12	上川	愛別町	愛別町公民館	チャレンジ元氣塾 (チャレンジランニング大会)	ぞうきんがけ20m走	11月7日(土)	B&G海洋センター	小学生	-