

令和5年度「どさん子体カアップ強調月間」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
				名称	内容			
1	後志	小樽市	小樽市教育委員会	市民歩こう運動	歩くことで体力の維持、向上を目指す	10月1日(日)	小樽市長橋地区	小樽市民
2	後志	小樽市	小樽市教育委員会	小学生水泳教室	初心者小学生に水に慣れてもらい泳力の向上を目的とする	10月14日(土)～ 2月29日(木) (各コース35回)	フィットネスクラブ ソプラティコ小樽	小学1、2年生コース 小学3年生以上コース
3	後志	小樽市	小樽市教育委員会	遊びだヨ！全員集合！！	ボールを使った運動	10月7日(土)	小樽市総合体育館	小学生(低学年)
4	後志	小樽市	小樽市教育委員会	フットサル教室	フットサル教室	11月4日(土)～25日 (土)(全4回)	小樽市総合体育館	小学生
5	後志	小樽市	小樽市教育委員会	市民スポーツ・ レクリエーションの日	・各体育施設の無料開放 ・市民体カテスト会の開催	10月9日(月・祝)	小樽市総合体育館 市内社会体育施設	無制限 (体カテストは20歳以上)
6	後志	仁木町	仁木町教育委員会	秋のハイキング大会	往復8kmの行程をハイキングする	10月9日(月・祝)	仁木町山村開発センター	小学生・中学生
7	後志	赤井川村	赤井川村教育委員会	羽球教室	バドミントンの基本的な技術の習得とルール の理解を図る	10月2日(月)、5(木) 12日(木)	村体育館	小学3年～一般
8	後志	赤井川村	赤井川村教育委員会	軽スポーツ(ペタンク)の集い	日頃の運動不足やストレス解消を目的に年齢 を問わず誰でも取り組める軽スポーツを実施 する	10月14日(土)	カルデラ公園	小学3年～一般
9	後志	赤井川村	赤井川村教育委員会	村内ソフトバレーボール大会	ソフトバレーボールを通して村民のスポーツ 活動の推進や健康増進を図る	11月21日(火)	村体育館	高校生以上
10	後志	神恵内村	神恵内村村民運動 会実行委員会	神恵内村村民運動会	室内運動会	10月22日(日)	神恵内村総合体育館	神恵内村民
11	後志	留寿都村	留寿都村教育委員会	ファミリースポーツ事業 登山	チセヌプリの登山	10月15日(日)	チセヌプリ	村民
12	後志	真狩村	真狩村教育委員会	真狩村「体カテスト」	村民の体力の現状把握を行うため、体カテ ストを実施する。	予定(11月)	真狩高校体育館	6歳～79歳の真狩村民
13	後志	蘭越町	蘭越町体育協会	蘭越町ロードレース大会	マラソン大会、駅伝大会	10月7日(土)	蘭越町総合体育館周辺	幼児と保護者 小・中・高校生及び一般男女
14	後志	島牧村	島牧村教育委員会	島牧村ポッチャ大会	誰でも気軽に楽しめるニュースポーツ(ポッ チャ)を通して地域住民の健康に対する意識 高揚を図るとともに、住民同士の交流を促 す。	予定(11月)	若者総合スポーツセンター	小学生以上の全村民