

令和5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
				名称	内容			
1	檜山	厚沢部町	厚沢部町スポーツ協会	町内歩け歩け運動	町内約5kmのコースを歩く	10月21日(土)	緑町コミュニティセンター	町民(幼児から高齢者)
2	檜山	江差町	江差町教育委員会・上ノ国町教育委員会	北海道コンサドーレ札幌スポーツデーin上ノ国	全身運動・筋トレ・ストレッチなどの基礎トレーニングを行う	10月22日(日)	上ノ国町スポーツセンター	中学生以上
3	檜山	上ノ国町	町民スポーツフェスティバル実行委員会	町民スポーツフェスティバル	複数の競技の合計得点で順位付けを行う。	10月8日(日)	上ノ国町スポーツセンター	全町民 (幼児、小中学生、一般の部門で分かれる)
4	檜山	奥尻町	奥尻町教育委員会	ボール運動教室～ここバル～	ボール運動プログラムである「バルシューレ」を行う。	10月15日(日)	奥尻町町民センター	幼稚園生・小学生
5	檜山	奥尻町	奥尻町教育委員会	町民体力テスト	シャトルランなどの体力測定	10月23日(月)	奥尻町町民センター	20～79歳