

# 報告方法

15分以上の運動をしたら！  
次のいずれかの方法で報告してください

## ① 投函

「大井町チャレンジデー 2017 参加報告書」  
を記入して参加報告回収箱に投函!!



### エントリーボックス設置場所

保健福祉センター、総合体育館、生涯学習センター、ふれあい館、  
そうわ会館、役場庁舎、四季の里、山田総合グラウンド、各自治  
会館、いこいの村あしがら、ブルックス大井店、J A かながわ西  
湘大井支店・相和支店、さがみ信用金庫大井支店・上大井支店、  
大井金子郵便局、曾我郵便局、相模金子駅、上大井駅、ヤオマ  
サ大井町店、あしがらモール、食品館あおば

## ② FAXで送信!!

「大井町チャレンジデー 2017 参加報告書」に記  
入して FAX で送信!!

FAX 0465-82-3290 >>>



## ③ 電話で連絡!!

お気軽にご連絡ください!!

☎ 0465-83-5409

## ④ スマートフォン&パソコンで!!

大井町ホームページの「参加報告フォーム」に入力して送信し  
てください。

大井町ホームページのトップページの新着情  
報の「大井町チャレンジデー 2017 参加報告」  
から参加報告フォームに移動します。



## チャレンジデーが終わったら

普段の暮らしに運動を  
**3033**運動のすすめ

1日**30**分、週**3**回、**3**ヶ月間  
運動・スポーツを続けましょう

神奈川県では、県民の皆さんが一人でも  
多くスポーツに親しみ、健康で明るく豊  
かな生活を営んでいただくために、1日  
30分、週3回、3ヶ月間継続して運動  
やスポーツを行い、運動やスポーツをく  
らしの一部として習慣化する「3033(サ  
ンマルサンサン)運動」を推進しています。

**3033**運動で  
あなたのからだを



～スキマストレッチ～

日常生活のふとした時間を利用して気  
軽にできるストレッチを紹介していま  
す。詳しくはホームページをご覧ください。

[スキマストレッチ](#) 検索

問い合わせ先

大井町チャレンジデー実行委員会 事務局 教育委員会生涯学習課内 ☎ 0465-83-5409・FAX 0465-82-3290

切り取り線(投函の場合は切り取って箱に入れてください)

## 大井町チャレンジデー2017 参加報告書

団体の場合は、団体名を記入してください。 ※個人参加の場合は氏名の記載は不要です。	
運動した内容 (いずれかに○)	ウォーキング、体操、ストレッチ、自転車、犬の散歩、買い物、清掃、通勤、 通学、畑仕事、競技スポーツ、その他( )
参加人数	男性 人 女性 人 合計 人

○FAXで報告する場合は、チラシを半分に分けてそのまま送信してください。(FAX 0465-82-3290)

○複数回参加、実施いただいても参加報告は1人1回です。

○ご報告いただいた個人情報や内容については、参加率集計の目的以外には使用いたしません。