

ジャパンウォーキングデー2021

国際スポーツ・フォー・オール協議会（TAFISA）が毎年世界各地で開催している「ワールドウォーキングデー」新型コロナウイルスによるパンデミックの影響で、今年は10月3日（日）に、オンライン上で世界中から投稿された動画の中でバトンをつないでいく、24時間リレーとして行われます！

日本スポーツ・フォー・オール協議会（TAFISA-JAPAN）も動画を撮影して参加する予定です！

これを機会に、当日までに皆様も運動を実施されてみて、その様子をツイッターに投稿してみませんか？

ワールドウォーキングデーとは？

- ❑ 世界各地でウォーキングを楽しむ日
- ❑ 1991年開始 今年で30周年！
- ❑ 毎年10月の第一日曜日に開催
- ❑ これまでに160カ国以上から数百万人が参加
- ❑ 2020年はパンデミックの影響で史上初のオンライン開催
(65カ国から数万人が参加！)



ワールドウォーキングデー2020の様子



ジャパンウォーキングデー2021

皆様も10月3日までの間に運動してみませんか？

実施する運動はウォーキングだけではなく、ランニング・サイクリング・水泳・ヨガ・筋トレ etc. 何でも構いません！
時間や距離も、場所も屋内外を問いません！！

参加方法

1

TAFISA-JAPANの公式ツイッターアカウント（[@TAFISA_JAPAN](https://twitter.com/TAFISA_JAPAN)）をフォロー
・ 公式アカウントでは国内外の生涯スポーツ（Sport for All）に関する情報を随時発信して参ります！

2

少しでも運動したら自分を褒めてあげて、その結果をツイッターで報告

- ・ 必ずハッシュタグ [#japanwalkingday](https://twitter.com/hashtag/japanwalkingday) をつけてください
- ・ 投稿の内容は、運動内容の報告、感想、今後の目標等、なんでも大丈夫！
- ・ もしよければ、運動している際の画像や動画も一緒に投稿してください（もしかするとTAFISA-JAPANが作成する動画で活用されるかも？）

3

ハッシュタグ [#japanwalkingday](https://twitter.com/hashtag/japanwalkingday) で検索して、他の参加者も見よう！

- ・ お互いにコメントで励ましあえば、運動を続けるきっかけになるかも！

ジャパンウォーキングデー2021

注意事項

- 運動される際は、スポーツ庁が公開している「[安全に屋内・屋外で運動・スポーツをするポイントは？](#)」を参考にさせていただくなど、新型コロナウイルス感染症対策に十分ご注意ください。
- まだまだ暑い日が続きます。熱中症対策のために、絶対に無理はせず、日本スポーツ協会が公開している「[スポーツ活動再開時の新型コロナウイルス感染症対策と熱中症予防対策](#)」を参考にさせていただくなど、「涼しい時間を選んで運動する」、「こまめな水分補給を心掛ける」などしてください。
- ツイッター上で運動をしているときの画像・動画を投稿いただいた場合、TAFISA-JAPANがワールドウォーキングデー向けに作成する動画の中で活用させていただけないかを、事務局よりダイレクトメッセージ機能で打診させていただく可能性がございます。
※投稿いただいた全ての画像・動画が活用されるわけではございません。
- 投稿者様の許可を取らずに、勝手に画像や動画を活用させていただくことはございませんので、画像・動画を活用してほしくない場合はその旨をご返信いただくか、そのままご放念ください。
- 本件に関するお問い合わせは、下記までご連絡ください。
tafisa-japansns@japan-sports.or.jp