

広報 おうめ



青梅市の人口

8月1日現在（前月との比較）	
世帯数	63,755世帯（43世帯増）
人口	132,360人（68人減）
（男）	66,475人（30人減）
（女）	65,885人（38人減）

オクトーバー・ラン&ウォーク2020 普通の毎日を「スポーツ」の毎日にしよう！



写真提供 アールビーズスポーツ財団

スポーツの秋！でも、いきなりスポーツを始める熱意はないという方はいませんか？そのような方は、毎日の通勤や通学、買い物や散歩をスポーツにしてみましょう。

ランニングやウォーキングは、コロナ禍においても個々で取り組むことができ、楽しめるスポーツです。

スマホを持って、まずは10月の1か月間、心と体の健康、そして景品を目指して続けてみませんか？

オクトーバー・ラン&ウォーク2020とは？

10月の1か月間のみ開催されるランニング・ウォーキングイベントです。無料のスマホアプリを使用し、ランニング部門ではGPS計測により走行コース、距離、時間を、ウォーキング部門では通勤や散歩など、毎日のウォーキング情報を自動で記録します。

記録された走行・歩行距離によりアプリ内のキャラクターが成長することや、クーポン券が提供されることも励みになります。

また、全国、地域、年代別のランキングが確認できるので、身近な人や遠くのライバルと競い合って楽しむこともできます。

市は今年度、アールビーズスポーツ財団が主催するオクトーバー・ラン&ウォーク2020に参加します。市ホームページ内の「オクトーバー・ラン&ウォーク2020」のページでは、市内のおすすめウォーキングコースを紹介しています。（記事ID…24089）

まずは1か月、ランニングやウォーキングを楽しみましょう！



開催期間 10月1日（木）～31日（土）

申し込み期間 9月1日（火）～10月31日（土）まで

申し込み

▷ランニング部門…アプリ「TATTA」をダウンロードし、申し込み

▷ウォーキング部門…アプリ「スポーツタウンWALKER」をダウンロードし、申し込み

※参加には、アプリを使用できる端末が必要となります。

参加してみたい方、アプリ内のプレゼントや市オリジナルの景品の内容が気になる方は、市役所、各市民センター、住友金属鉾山アリーナ青梅（総合体育館）で配布するチラシまたは、市ホームページ内の「オクトーバー・ラン&ウォーク2020」のページをご覧ください。

※詳細は、大会公式ホームページ <https://octoberun.jp/> 参照

問い合わせ スポーツ推進課

TATTA



Android版



iPhone版

スポーツタウンWALKER



Android版



iPhone版



ゆめうめちゃんも参加するよ！

ゆめうめちゃんの参加状況を市ホームページに公開します。ゆめうめちゃんと一緒に頑張りましょう。

また、市内在住の方には、順位等に応じてゆめうめちゃんグッズ等の市オリジナルの景品を用意します。

景品をゲットしよう！

