

会 見 年 月 日	令和3年8月27日（金曜日）
担 当 課	教育委員会スポーツ推進課
問い合わせ先	電話番号：0791-43-6869 FAX 番号：0791-43-6895 (担当者名： 笠原)



〔赤穂市制施行 70 周年記念事業〕

「あこう スポーツ&健康フェスティバル」の実施について

1. 趣 旨

赤穂市制施行 70 周年を迎えることを機に、市民が自らの体力づくりと健康の維持について関心を高め、日常生活の中で自分に適した運動、スポーツを正しく実践するきっかけとするため、体力測定会や、様々な運動・スポーツ教室の体験会を行います。

イベント名は『あこう スポーツ&健康フェスティバル』とし、「市民体力人間ドック・スポーツ体験会」、「ラジオ体操教室」、「ランニングクリニック&チャレンジ記録会」を、10月9日（土）に市民総合体育館や城南緑地陸上競技場にて開催しますので、多くの方にご参加いただけるよう、広報方よろしくをお願いいたします。

主催：赤穂市・赤穂市教育委員会

共催：赤穂市体育協会・赤穂市スポーツ推進委員会

協賛：アース製薬（株）

協力：コナミスポーツ（株）、明治安田生命保険（相）、（一財）簡易保険加入者協会

※新型コロナウイルス感染症の状況により、イベントの中止又は内容の変更を行うことがあります。

2. 内 容

1 市民体力人間ドック（体力・健康度測定）・スポーツ体験会

1) 日 時 令和3年10月9日（土）10：00～15：00

2) 場 所 赤穂市民総合体育館

3) 対象者 赤穂市民（在勤・在学を含む）

4) 内 容

(1) 市民体力人間ドック（要事前予約、定員 100 名程度）※20 歳以上対象

会場：サブアリーナ 時間：10：00～12：00、13：00～15：00

自らの体力・体内の健康レベルを把握し、体力づくりと健康の維持についての関心を高めます。

①体力測定（握力・脚力・柔軟性・平衡性・筋持久力テスト）【協力：コナミスポーツ(株)】

②体組成計による体内測定・生活アドバイス【協力：コナミスポーツ(株)】

③健康測定器による血管年齢測定・ベジチェック（野菜摂取量測定）【協力：明治安田生命保険（相）】

(2) 健康教室体験会（予約不要、先着約 50 名）【協力：コナミスポーツ㈱】

会場：メインアリーナ 時間：11：00～11：45

「ヨガ教室」を体験できます。

肩こり、腰痛、頭痛などでお悩みの方に、自宅やオフィスで簡単にできるヨガプログラムを紹介いたします。

(3) ニュースポーツ体験会（予約不要、人数制限あり）【協力：赤穂市スポーツ推進委員会】

会場：メインアリーナ 時間：10：00～12：00、13：00～15：00

市内スポーツクラブ 21 などで行われている、子どもから高齢者まで誰もが気軽に楽しめる

「ニュースポーツ」を体験できます。

・囲碁ボール ・おじゃビンゴ

(4) スラックライン体験会（予約不要、先着約 50 名）

【協力：コナミスポーツ㈱】

会場：メインアリーナ 時間：13：30～15：00

「スラックライン」（ベルト状のラインの上を歩いたり、飛び跳ねたりする綱渡りスポーツ）のトッププレーヤー、大杉 徹（おおすぎとおる）さんを講師に招き、デモンストレーションと体験会を行います。

大杉 徹 氏 経歴

Gappai（ガッパイ）のニックネームで世界中のスラックライナーに親しまれているスラックライン界のバイオニア。スラックライントリックの 6 割はアンディー・ルイスと大杉徹によって創られており、世界のスラックラインシーンをリードしてきた一人。

2009 年にスラックラインを始めた当初から世界に照準を合わせ、2013 にアメリカで行われたスラックラインワールドカップで念願の優勝を果たし、日本人で初めての王者に輝く。

現在は、次世代の育成にも力を入れ日々尽力している。

5) その他

①参加料は無料です。参加者にはアース製薬（株）協賛品を参加賞として進呈します。

②会場の密集を避けるため、「市民体力人間ドック」は事前予約制とし、予約時に来場時間を指定します。（1 時間単位で 25 名程度まで受付。合計 100 名程度）

予約先・・・赤穂市民総合体育館 Tel. 0791-45-2091

③「健康教室体験会」、「ニュースポーツ体験会」、「スラックライン体験会」については、予約不要で自由に参加できますが、会場の密集度合いにより人数制限を行うことがあります。（先着順）

④上履きをご持参ください。

2 ラジオ体操教室（要事前申込）

- 1) 日 時 令和3年10月9日（土）9：00～10：00 [受付8：30～]
- 2) 場 所 赤穂城南緑地陸上競技場
- 3) 対 象 者 赤穂市民（在勤・在学を含む）
- 4) 参 加 料 無料
- 5) 内 容 講師によるラジオ体操講習会（ラジオ体操の基本動作について）
- 6) 講 師 ・多胡^{たご}肇^{はじめ}氏（NHKテレビ・ラジオ体操指導者）
・戸塚 寛子 氏（NHKテレビ・ラジオ体操アシスタント）
- 7) 申込方法 電話・FAX・e-mail で、教育委員会スポーツ推進課に申し込んでください。（氏名・年齢・住所・連絡先）
- 8) 申込期限 9月30日（木）
- 9) 定 員 100名程度（先着順）
- 10) 協 力 一般財団法人簡易保険加入者協会
- 11) そ の 他 雨天中止

3 ランニングクリニック&チャレンジ記録会（要事前申込）

- 1) 日 時 令和3年10月9日（土）10：30～12：30 [受付10：00～]
- 2) 場 所 赤穂城南緑地陸上競技場
- 3) 対 象 者 次の①又は②に該当する方
①赤穂市民（在勤・在学を含む）又は備前市、上郡町在住の方
②「第11回赤穂シティマラソンオンライン大会」エントリー者
- 4) 参 加 料 500円（当日徴収）
*小学生以下は無料
*「第11回赤穂シティマラソンオンライン大会」エントリー者は無料
- 5) 内 容 (1)ゲストコーチによるランニングクリニック（基本動作、トレーニング方法等）
(2)チャレンジ記録会（3km・5km・10kmのタイムトライアル）※チップ計測
- 6) ゲ ス ト 小林 祐梨子 氏（赤穂シティマラソン大会アンバサダー）
- 7) 申込方法 参加申込書を教育委員会スポーツ推進課に提出し、申し込んでください。（FAX 不可）
*参加申込書は、市HPからダウンロードできます。
(<http://www.city.ako.lg.jp/edu/sports/clinic03.html>)
- 8) 申込期限 9月30日（木）
- 9) 定 員 100名程度（先着順）
- 10) そ の 他 ・雨天中止
・チャレンジ記録会参加者にはWEB記録証を発行します。

【お問い合わせ・お申込み先】

赤穂市教育委員会スポーツ推進課

☎ 0791-43-6869 Fax 0791-43-6895

e-mail sports@city.ako.lg.jp

あこう **スポーツ & 健康** フェスティバル

令和3年 **10月9日(土)**

スポーツ
の秋

場 所 赤穂市民総合体育館・赤穂城南緑地公園

1. 市民体力人間ドック（体力・健康度測定）

※要事前予約（総合体育館 ☎45-2091）

会場：サブアリーナ 対象者：20歳以上の赤穂市民

時間：10:00～12:00 ・ 13:00～15:00

参加無料！



- ①握力・脚力・柔軟性・平衡性・筋持久力テスト<協力：コナミスポーツ>
- ②体組成計による体内測定・生活アドバイス<協力：コナミスポーツ>
- ③健康測定器による血管年齢測定・ベジチェック<協力：明治安田生命保険>

ニュースポーツ体験会



※予約不要(人数制限あり)

会場：メインアリーナ

時間：10:00～12:00、13:00～15:00

◎囲碁ボール ◎おじゃビンゴ

協力：赤穂市スポーツ推進委員会

健康教室体験会



※予約不要(先着約50名)

会場：メインアリーナ

時間：11:00～11:45

◎ヨガで肩こり・腰痛改善教室

肩こりでストレスが溜まってしまってお困りの方注目！
腰痛や頭痛に悩んでいる方や、姿勢改善をしたい方も、
自宅やオフィスで簡単にできるヨガ解消法をご紹介します。

協力：コナミスポーツ

スラックライン体験会



※予約不要(先着約50名)

会場：メインアリーナ 時間：13:30～15:00

「スラックライン」(ベルト状のラインの上で、歩いたり飛び跳ねたりする綱渡りスポーツ)のトッププレーヤー、大杉徹さんによるデモンストレーションと体験会です。

協力：コナミスポーツ



裏面も
見てね！

主催：赤穂市・赤穂市教育委員会

共催：赤穂市体育協会・赤穂市スポーツ推進委員会

協賛：アース製薬(株)

協力：コナミスポーツ(株)・明治安田生命保険(相)・一般財団法人簡易保険加入者協会

お問い合わせ：赤穂市教育委員会スポーツ推進課 ☎0791-43-6869 Fax 0791-43-6895

2. ラジオ体操教室

雨天中止

講師

※一般財団法人簡易保険加入者協会支援事業による派遣

多胡 肇 氏 NHKテレビ・ラジオ体操指導者

戸塚 寛子 氏 NHKテレビ・ラジオ体操アシスタント

- ◇会場 城南緑地陸上競技場
- ◇時間 9:00~10:00 【受付:8:30~9:00】
- ◇内容 ラジオ体操講習会(ラジオ体操の基本動作について)
- ◇参加費 無料
- ◇申込方法
電話・FAX・メールにて教育委員会スポーツ推進課まで
お申込みください。(氏名・年齢・住所・連絡先が必要です)
- ◇申込期限 9月30日(木)
- ◇申込先 赤穂市教育委員会スポーツ推進課 ☎ 43-6869 Fax 43-6895
e-mail sports@city.ako.lg.jp



3. ランニングクリニック&チャレンジ記録会

雨天中止

「第11回赤穂シティマラソンオンライン大会」(令和3年11月13日~11月28日開催)の関連イベントとして、ミニランニングイベントを開催します! ゲストランナーによるランニングクリニックを行った後に、会場内特設周回コースでタイムトライアルを行います。(チップ計測)

- ◇会場 城南緑地陸上競技場
- ◇時間 10:30~12:30 【受付:10:00~10:30】
- ◇内容 ①ランニングクリニック
②チャレンジ記録会 (3km・5km・10kmのタイムトライアル)※チップ計測
- ◇ゲスト 小林 祐梨子 氏 (赤穂シティマラソン大会アンバサダー)
- ◇参加費 500円(当日受付で徴収)
*「第11回赤穂シティマラソンオンライン大会」エントリー者は無料
*小学生以下は無料
- ◇申込方法 市ホームページから参加申込書をダウンロードし、教育委員会スポーツ推進課に提出(持参、郵送、e-mail)してください。※電話・FAX不可
{ <http://www.city.ako.lg.jp/edu/sports/clinic03.html> }
- ◇申込期限 9月30日(木) ◇参加定員 100名(先着順)
- ◇申込資格 次の①又は②に該当する方
①赤穂市内在住・在学・在勤又は上郡町若しくは備前市に在住の方。
②「第11回赤穂シティマラソンオンライン大会」にエントリーした方。



参加上のご注意

1. 新型コロナウイルス感染症のまん延状況により、急遽イベントを中止、又は内容の変更を行うことがあります。
2. イベント参加の2週間前から体温・体調を観察し、異常を感じた場合は参加を見合わせてください。
3. 動きやすい服装を着用し、屋内では上履きをご持参ください。
4. 運動中以外はマスクを着用し、人と人との間隔を十分にとるなど、感染拡大防止に努めてください。
5. 水分を持参し、こまめに水分補給を行い、熱中症防止に努めてください。