

会 見 年 月 日	令和3年4月21日（水曜日）
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 70 周年記念イベント「市民スポーツ健康推進事業」



体力測定会等の実施について

1. 趣 旨

自分の体力の実態を知ることを通じて、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、“市民体力人間ドック”（体力測定会）イベントを開催します。

また、ニュースポーツ、健康教室、スラックラインの体験会を合わせて開催し、市制 70 周年記念イベント「市民スポーツ健康推進事業」として実施します。

広報のほど、よろしくお願いたします。

2. 内 容

主催：赤穂市・赤穂市教育委員会

協力：コナミスポーツ（株）、明治安田生命保険（相）、赤穂市スポーツ推進委員会

協賛：アース製薬（株）

(1) 日 時 令和3年5月16日（日）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

市民総合体育館で開講している健康教室「ボディバランス教室」を体験できます。

「ボディバランス」は、ヨガや太極拳の動きを用いたプログラムで、リズムに合わせてたり、振付を覚えたりする必要がなく、初心者にもおすすめの運動です。

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）のトッププレイヤー、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 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パイオニア。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。

3. その他

①参加料は無料です。参加者にはアース製菓（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。

赤穂市制70周年記念イベント事業「市民スポーツ健康推進事業」



測ってみよう！ 体力と健康レベル & 体験会

日にち
場所

令和3年5月16日(日)
赤穂市民総合体育館

参加費
無料!

※必ず、マスクをご持参ください

“市民体力人間ドック”

※要事前予約 (市民総合体育館 ☎45-2091)

会場:サブアリーナ 対象者:20歳以上の赤穂市民(在勤・在学を含む)
時間:10:00~12:00、13:00~15:00

- 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)

参加賞も
あります!



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

◎ボディバランス教室

「ボディバランス」は、ヨガや太極拳の動きを用いたプログラムです。

ゆったりと動き、リラックスだけでなく、じわじわと汗も出るので引き締め効果もあります。初心者の方も参加しやすいプログラムです。 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)のトッププレイヤー、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



主催:赤穂市・赤穂市教育委員会
協力:コナミスポーツ(株)、明治安田生命保険(相)、赤穂市スポーツ推進委員会

協賛:アース製薬株式会社

お問い合わせ:赤穂市教育委員会スポーツ推進課

☎43-6869 fax 43-6895

※“市民体力人間ドック”のご予約は、総合体育館にお願いします。

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止または内容を変更することがあります。