

おはよう!

キュンとするまち。藤沢

ラジオ体操 2025

～めざそう健康寿命日本～

参加者全員に
記念品有ります



詳細は財団
HPをご確認
ください↓



<https://x.gd/FWBxV>

みらい橋
スゲンブラー
2025

公益財団法人
藤沢市みらい創造財団

笑顔あふれるみらいを
応援します

7月27日(日) 6:30～7:30

会場 秋葉台公園球技場

※雨天時 体育館で実施

同時開催 藤沢駅サンパール広場

※雨天時 北口地下広場で実施

秋葉台会場講師



ふじもと なおみ
藤元 直美さん

元 NHK テレビ・ラジオ体操アシスタント

NPO 法人全国ラジオ体操連盟 指導委員

タイムテーブル

※秋葉台会場入場

6:30 開会式 開始は6:00から
6:40 講師によるワンポイント
アドバイス
7:00 ラジオ体操本番
7:30 終了



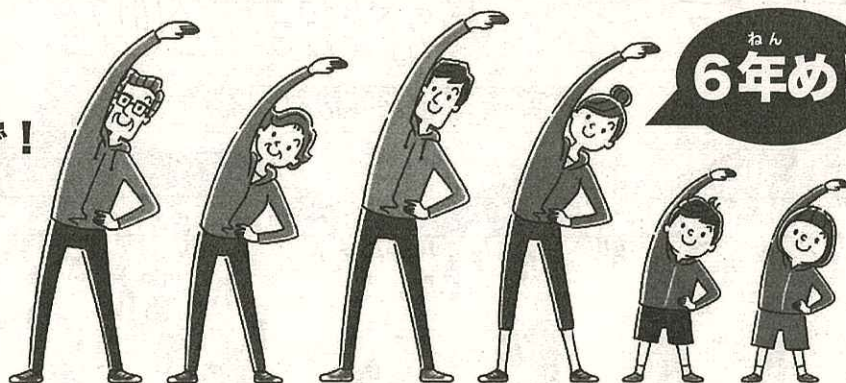
- ・事前申し込み等は不要です。参加費は無料です。
- ・児童のみ(小学生以下)でのご参加はできません。
- ・秋葉台公園は雨天時体育館で行います。室内履きをお持ちください。
- ・事業の詳細や雨天時の会場変更等については、藤沢市みらい創造財団 HP でお知らせします。
- ・写真等がメディアに掲載される場合がございますことをあらかじめご了承ください。

主催：藤沢市、(公財) 藤沢市みらい創造財団

協力：藤沢市スポーツ推進委員協議会、株式会社かんぽ生命保険 藤沢支店、株式会社大塚製薬工場、公益財団法人藤沢市保健医療財団、株式会社ジェイコム湘南・神奈川 湘南・鎌倉局、大塚製薬株式会社、朝日生命保険相互会社湘南支社藤沢営業所 湘南台営業所、住友生命保険相互会社湘南支社、第一生命保険株式会社湘南支社藤沢ブロック、明治安田大船支社湘南営業所 辻堂営業所 藤沢営業所

慶應オンラインラジオ体操 2025 夏

朝から人も街も元気に！
夏の風物詩をオンラインで！



6年め！

2025 年 8 月 1 日 (金) ～ 8 月 5 日 (火)

毎朝 6:30～6:50 ごろ (20 分程度)

参加方法は「ZOOM」または「YouTube」

無料

(通信費は参加者負担)

夏休み中の運動不足解消と生活リズム維持を目指しましょう。

ラジオ体操とオリジナル体操でからだを動かしつつ、
多様なゲストや専門家を招き、親子で楽しみながら学べます。

さらに、毎回発表するカタカナを集めると、
抽選でプレゼントが当たる「カタカナラリー」も実施します。
オンラインなので、子どもたちから保護者、ご年配の方々まで

だれでも、どこからでも、参加できます！

～ 申込み方法 ～

【PC・スマホから簡単に申込みできます】

ZOOM 参加は先着 400 名
申込開始：7 月 16 日 (水)
詳しくは Web サイトまで

慶應スポーツ SDGs 検索



みんなで一緒にからだを動かそう！

～ 前回参加者の感想 ～

オンラインで
手軽に参加しやすい

ラジオ体操を
覚えた

早寝早起きの
きっかけになった！

家から家族一緒に参加できた！

カタカナを集めたくて
毎日続けたい

家族の会話が
増えた！

爽やかな 1 日の
スタートになった！

日替わりプログラムが
楽しかった！



～ お手本動画 ～

【ラジオ体操 第一・第二を学ぼう！】

ラジオ体操の正しい動作を
学んで、効果的にからだを
動かしましょう。

慶應 ラジオ体操 検索



- 主 催 : KEIO SPORTS SDGs
慶應義塾大学 スポーツ医学研究センター
大学院健康マネジメント研究科
大学院 SDM 研究科センシングデザインラボ
- 協 力 : 藤沢市・公益社団法人藤沢市みらい創造財団
横浜市港北区・慶應義塾体育会
- 運営協力: 慶應キッズパフォーマンスアカデミー

あなたが動く、そのすべてがスポーツだ。

**PU Play Us.
Play Universal.**



KEIO SPORTS SDGs
私たちは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。