

スポーツ健康都市宣言記念事業

「第8回おおたスポーツ健康フェスタ」のオンラインによる実施について

1 目的

本事業は、スポーツ健康都市として、幅広い世代の区民にスポーツについての関心と理解を深め、その意欲を高めるようなスポーツ体験の機会を提供することで、区民のスポーツ実施率の向上を図ってきた。令和3年度は、新型コロナウイルス感染拡大の状況を踏まえ、オンラインによる実施とすることで、「With コロナ」に対応し、「After コロナ」を見据えた継続したスポーツ推進を図り、区民の健康の維持増進につなげる。

2 概要

(1) 日時・実施方法

ア 令和3年8月21日（土） 午前10時30分から午後1時30分まで

YouTubeの機能を使い、フェスタ当日、ライブで動画配信する。

Webexの機能を使い、オンラインレッスンを行う（事前申込制）。

イ 令和3年7月21日（水）～

YouTubeの機能を使い、イベント1か月前からスポーツに関する動画を配信する。

(2) 広報 区報（8月11日号）、区ホームページ、チラシで周知する。

特設ホームページ、インスタグラム等も作成し、周知を図る。

3 内容

本年も昨年に引き続き、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、YouTubeの機能等を使い、自宅で気軽にスポーツを体験していただく。

(1) 多世代が楽しめるプログラム

親子で参加できる「親子フィットネス」、多世代で楽しめるストレッチやヨガ。

(2) スポーツや健康への関心を高めるプログラム

日頃スポーツへの取り組みが少ない方でも自宅で気軽にできる美容や健康に役立つ動画の配信を行う。また、身体美容家の「優木まおみ」をゲストに招き、「音楽に合わせて行うピラティス」などを紹介し、区民の関心を高め、健康の維持増進につなげる。



優木まおみ

(プロフィール)

バラエティー番組や報道番組のコメンテーター、女性誌のモデルなど幅広く出演するタレント。

またピラティスの資格も取得しインストラクターとしても活動を広げている。