



完成♪ 旭区オリジナル体操「あさひくんとア・ソ・ボ！」

～お子さんと一緒に楽しく体を動かして健康づくり～



お子さんがご家族と楽しく体を動かせる体操として、「あさひくん体操“あさひくんとア・ソ・ボ！”」を制作しました。どなたでも体操をご覧いただけるよう、あさひくんと区内公立保育園の保育士が、旭区の名所や公園で撮影した手作り動画をYouTubeで配信します。

ご自宅でも親子で楽しく体を動かして、健康づくりにお役立てください。

1 主旨

コロナ禍で体を思いきり動かす機会が少なくなっている中でも、お子さんと一緒に体を動かし、体力や筋力をつけて健康づくりに役立てていただくため、旭区民に愛されている「あさひくん」をテーマに、新たに楽曲と体操を制作しました。

コロナ禍に限らず長く愛され親しまれ、区民の健康づくりにご活用いただけることを目指します。

2 「あさひくん体操“あさひくんとア・ソ・ボ！”」の概要

作詞・作編曲：濱田理恵さん（※1）

歌：濱田理恵さんと旭区の子どもたち

体操：あさひくん体操プロジェクトチーム

（旭区公立保育園保育士）

制作：旭区こども家庭支援課

協力：旭区地域振興課、環境創造局

【ここがオリジナル！】

- (1) 楽曲データ作成には、区内の子どもたちもかけ声や歌声で参加。
 - (2) 体操は、区内の公立保育園の保育士が制作。“この指とまれ！”など、遊びの中の動きやポーズも入れて親しみやすく。
 - (3) 動画は、お子さんにも人気のある区内の名所で撮影。見たまま真似して体操できるよう、左右を反転。
 - (4) 体操振付シートには、写真入りで体操の振付ポイントを掲載。
- ☆ モデルとなる体操を制作しましたが、お子さんやご自身のお体の状態に合わせて、自由に体を動かしてお楽しみください。

3 体操動画の視聴方法

体操動画及び体操振付シート（写真入り）は、旭区ホームページの「あさひ子育て保育園ひろば（※2）」のページで、3月10日からご覧いただけます。

また、区内の保育施設や幼稚園には、CD、歌詞カード、体操振付シート及び楽譜を3月中に配布する予定です。



こども自然公園



里山ガーデン



よこはま動物園ズーラシア



鎧の渡し緑道



あさひ子育て保育園ひろば

【裏面あり】

※1 作詞、作・編曲者 濱田理恵さん

シンガーソングライター。武蔵野美術大学卒。

子ども向けテレビ番組や演劇作品への楽曲提供、コンテンポラリーアート作品におけるパフォーマンス、アーツ表現セラピストとのコラボレーションなど、ボーダーレスな活動を展開している。

※2 「あさひ子育て保育園ひろば」について

毎年、親子が楽しく遊べる子育て応援イベントを旭公会堂で開催しています。保護者の子育ての悩みに寄り添い、子育ての活力になるため、旭区内の保育・教育施設が連携して行ってきました。今年度は、コロナ禍のためイベントの開催は見送り、遊び方や子育て施設や公園の紹介など、子育てのヒントになる様々な動画を制作し旭区ホームページに掲載しています。

【URL】 https://www.city.yokohama.lg.jp/asahi/kurashi/kosodate_kyoiku/hoiku/hiroba2021.html

お問合せ先	
旭区 こども家庭支援課 学校連携・こども担当課長	菅井亜紀子 Tel 045-954-6093
旭区 こども家庭支援課 担当課長 (左近山保育園長)	村田はるみ Tel 045-351-1907