

たけとよ スマイル体操 History

企画は職員提案から

武豊町の有志職員で集まり、記念事業を盛り上げるための事業を考案しました。記念年だけでなく、武豊町の将来に渡り継続的な健康づくりにつながる点が評価されて事業採択。当初は(仮称)たけとよ健康体操として進めていました。

制作は実行委員会で



様々な人の意見を取り入れるため、実行委員会を結成。計7回の会議を重ね、「たけとよスマイル体操」が完成しました。

☆実行委員会メンバー

- ・武豊町体育協会 体操クラブ
- ・愛知県健康づくりリーダー
- ・武豊町社会福祉協議会
- ・日本福祉大学スポーツ科学部
- ・武豊町(保育士・保健師・行政)

楽曲制作



作詞・作曲
やとみ またはち
演劇、映画、CM等幅広く作曲するほか、CM「ドラゴンズ朝市」の歌唱も行う。武豊町民劇団TTYの舞台演出も担当。

たけとよスマイル体操は、元気な愛知の市町村づくり補助金を活用し、制作されました。

4/1(月)～



【町内の事業所や団体向け】
スマイル体操のDVDを貸出します。



町制65周年記念プレ事業

たけとよ
スマイル
体操

ここが
ポイント

日本福祉大学 スポーツ科学部監修

たけとよスマイル体操は、軽快な楽曲にノッて踊るリズム体操に近い体操です。動きは少し早いところもありますが、関節や筋を伸ばし、体のひねりや脳トレの動き等を取り入れているため、継続して取り組むことで次のような効果が期待できます。座位も用意していますので、体の不自由な人も気軽に楽しめます！

- ・ロコモ予防*
- ・認知症予防
- ・体力向上
- ・肥満解消

※ロコモティブシンドローム
「立つ」「歩く」といった機能が低下している状態のこと



さかぐち けいこ
坂口 結子 実行委員長
(日本福祉大学 助教)



スマイル体操の動画を
ご覧いただけます



QRコードか下のアドレスを入力してください

<https://www.youtube.com/watch?v=3-m8AS03iS8>

CONCEPT ～テーマ～

軽快なリズムにノッて、関節や筋を伸ばし、体のひねり等を重点的に、リズム感や体幹を養います。歌詞には、「夢列車に乗って、健康で笑顔あふれる未来の武豊町へ向かおう！」という願いが込められています。

武豊町の5年後、10年後の未来へ向けて、町民のみなさんの健康づくりや体力向上につながるためのオリジナル体操が完成しました。小さな子どもからお年寄りまで、いろいろな年齢の人に楽しく覚えていただけるように、立位と座位の2つのバージョンを用意しています。いつまでも健康で元気に過ごすため、今日からスマイル体操を始めましょう！

これからのいろいろな場面でスマイル体操が実施され、武豊町にしっかり根付いていくことを期待しています。

小さな子どもからお年寄りまで



▶ 問合せ 役場企画政策課

65th
ANNIVERSARY
TAKETOYO

笑顔あふれる輝く未来へ
たけとよスマイル体操で健康づくり