

在宅運動支援動画制作事業（案）

1. 事業趣旨 第2期関市スポーツ推進計画で定めた成果目標である「成人の週1回以上の運動・スポーツ実施率 70.0%（令和13年）」を達成させるため、令和2年度に行った調査において、その数値が他年代に比べて極めて低かった 20歳代（35.3%）、30歳代（42.2%）の実施率向上を狙い、運動やスポーツ活動のために外出することが困難な方でも、いつでも自由な時間に自宅で手軽に運動が行える動画の制作を行う。

2. 制作内容 主なターゲットである20歳代と30歳代の方を中心とした、全年代の方に興味を持って継続的に運動していただける内容の動画を制作し、定期的に市ホームページに掲載をする。
 - ①動画内容 ヘルスアップ、シェイプアップ、体幹・筋力アップ、脂肪燃焼などのエクササイズ系、または健康やヒーリングを目的としたヨガ、ストレッチなどの軽い体操や運動。
 - ②掲載頻度 1～2動画程度を月に一度、掲載する。
 - ③掲載方法 スマートフォンやタブレット、パソコンなどで閲覧可能な形式の動画を制作し、市ホームページに掲載する。
 - ④制作者 市を中心として、エクササイズや運動、体操などに専門的な知識のある関係機関とともに自主制作、もしくは専門知識を有する業者への委託での制作とする。
 - ⑤制作の開始時期 制作するにあたり経費が必要となることから、今年度、令和5年度当初予算への要求を行い、令和5年度から制作を開始する
 - ⑥その他 現在、Youtubeの関市公式チャンネルにアップロードされている関市民健康体操やほもみん体操、ロコトレ体操の動画が、既に市ホームページに掲載されていることから、制作する動画をこれらの動画と同ページに集約して掲載するなど、市民の方が全ての動画を一目で把握することができ、簡単に視聴できる方法の工夫が必要となる。