



みんなで
参加しよう!

夏期巡回ラジオ体操 みんなの体操会

開催日 / 8月16日(木)
会場 / 頼原町民グラウンド
(頼原小・中学校横)
※雨天時: 頼原中学校体育館
(当日4時30分までに会場を決定します)

日程

- ・受付 / 5時30分～5時50分
- ・参加者整列 / 5時50分
- ・開会行事 / 6時～6時10分
- ・体操講師・ピアノ演奏者紹介、講師・演奏者による実技・歌の指導 / 6時10分～6時30分
- ・ラジオ体操(NHKラジオで生放送) / 6時30分～6時40分
- ・閉会行事 / 6時45分(参加記念品をお配りします)



今年で90周年 ラジオ体操の歴史

- 1928年(昭和3年)**
旧ラジオ体操第一を制定、放送開始
- 1929年(昭和4年)**
ラジオ体操全国放送開始
- 1931年(昭和6年)**
「ラジオ体操の歌」(小川孝敏作詞、堀内敬三作曲)発表
- 1932年(昭和7年)**
旧ラジオ体操第二を制定、放送開始
- 1939年(昭和14年)**
旧ラジオ体操第三を制定、放送開始
- 1946年(昭和21年)**
新ラジオ体操(第1～3)を制定、放送開始
- 1947年(昭和22年)**
新ラジオ体操、体操が難しかったためあまり普及せず中止
- 1951年(昭和26年)**
現在のラジオ体操第1を制定、放送開始。「ラジオ体操の歌」(脇太一作詞、大中恩作曲)発表
- 1952年(昭和27年)**
現在のラジオ体操第2を制定、放送開始
- 1953年(昭和28年)**
夏期巡回ラジオ体操会開始
- 1956年(昭和31年)**
現在の「ラジオ体操の歌」(藤浦光作詞、藤山一郎作曲)発表



**意外と知らない
ラジオ体操**

Q 何種類の運動があるの?
第1、第2とも13種類です。

Q ラジオ体操は何分?
わずか3分です。

Q ラジオ体操第1と第2の違いは?
第1は、老若男女が「いつでも」「どこでも」できることにポイントを置いてあります。運動強度はそれほど強くありません。
第2は、職場向けに青・壮年層を対象に作られ、運動強度は第1より高くなっています。体を鍛えて、筋力を強化することにポイントを置いてあります。

Q ラジオ体操の効果は?
健康な人なら、体への負荷も少なく、誰でも手軽にできます。毎日続ければ、加齢や生活の偏りなどが主な原因となる体のきしみを取り除き、人間が本来持っている機能を元の状態に戻し、維持する効果があります。

FMでもラジオ第1放送
平成27年12月に、ラジオ第1放送をFM波でお届けする中継局が、町内の3地区に開局しています。
ラジオ体操をはじめ、ニュースや生活情報などを中心に、ラジオ第1放送の番組をFMの周波数でお届けしています。

①赤名地区
FM周波数 / 87.5 MHz

②頼原地区
FM周波数 / 88.0 MHz

③来島地区
FM周波数 / 89.2 MHz

※地形の影響などで、聞こえにくい場所もあります。

ラジオ体操が 飯南町にやってくる。

ラジオ体操は
今年で90周年



運動会のはじまりはラジオ体操

朝、6時20分。夏の朝日を待っていましたとばかりに「ジー」と鳴く蝉たち。広場には「おはよう」と眠い目をこすりながら、子どもたちが集まってきます。6時30分ピアノの伴奏で始まるのは「ラジオ体操」。

ラジオ体操といえば、夏休み、地域の広場や神社の境内などに集まって体操をして、カードに判子を押してもらって帰った思い出のある人も多いのではないのでしょうか。体操の後は、友達とそのまま遊んだり、境内の草取りをしたりして帰ったという人もいられるかもしれません。

さて、夏休み期間中のラジオ体操は、ご存知のとおりNHKラジオ第1放送を通して全国各地からの生放送。この「夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会」は、毎年7月20日から8月31日までの43日間、全国43の会場で開催されています。

その全国に生放送されるラジオ体操が、今年8月16日、本町で開催されます。帰省中の人も、ご家族みんなで飯南町の元気を全国に届けませんか?



問題です。
[ラジオ体操のどの運動でしょうか?]
※解答は左ページの下側にあります。

AR
動画

