

＼仕事や子育てに忙しいあなたに！／
家族でスポーツ体験 & 測定「ファミスポ広場」
広島県立図書館で開催！

1. 趣旨

広島県では、「第3期広島県スポーツ推進計画（R6.3）」において、施策目標として「誰もがスポーツを楽しむことができている社会の実現」を掲げており、スポーツ実施率の低い30代～50代の働く世代や子育て世代に対し、運動・スポーツを楽しむ機会を創出することで、運動習慣化のきっかけを作り、スポーツ実施率の向上を図るため、次のとおり事業を実施します。

2. 事業概要

手軽に行うことができるエクササイズや子供と一緒にできる運動遊びなど、隙間時間でできる継続しやすい運動を提案します。

また、行動科学の専門家である同志社大学商学部 瓜生原葉子教授監修の下、対象となる働く世代や子育て世代の運動習慣化阻害要因を考慮した行動変容を促し、効果検証することで、運動習慣化を促す仕組みを構築します。

【広島県立図書館イベント】

項目	内容
日程・場所	1回目：8月24日（土） 2回目：9月28日（土）@広島県情報プラザ 1階コンベンションプラザ ※同日、施設内の広島県立図書館において、読み聞かせイベント開催
ターゲット	30～50代の親と子
イベントの内容	<p>親子：シセイカルテ（体の歪みや将来のリスクを見える化） 親子でストレッチ（親子で家庭でも実施できるストレッチを提案） 子から親を運動遊びに誘う「運動継続カレンダー」を配布</p>   

報道機関の皆様へ

次回、広島・福山地域の商業施設でも同様のイベントを開催予定です

【 広島地域：9月29日（日）、福山地域：9月7日（土）】

詳細は改めて資料提供いたしますので

是非、取材をお願いします！

広島県立図書館 協力イベント

みんなで 気軽に 楽しく

家族でスポーツ体験&測定

ファミスポ広場

Famispo Hiroba

参加
無料

子育て中のパパもママも遊び盛りのワタシもボクもみんなで
楽しく運動チャレンジ!

開催日

シセイカルテで
結果を確認しましょう!

第1回

2024年 8月24日±

時間/10:00~17:00

第2回

2024年 9月28日±

時間/10:00~17:00

開催場所(両日とも) <広島県情報プラザ1階> 広島県広島市中区千田町3丁目7-47

1回目、2回目とご来場いただき、会場にてアンケート回答にご協力いただいた方には素敵な景品をプレゼントいたします。

AIがあなたの姿勢をその場で診断&最適なエクササイズを提案



未来の姿勢を
シミュレーション

体験時間 5分 シセイカルテ

AIがあなたの姿勢を分析し、あなただけの改善エクササイズを提案します!

専門家による親子で楽しめる運動遊びを体験!



体験時間(1日6回開催) 30分 親子ふれあいストレッチ

パパやママとペアになって楽しくストレッチ。家族みんなの健康にむけて体験しましょう!

県立図書館では14:00~「けんりつ・おはなし会」が開催されます。こちらにもぜひご参加ください。

主催:広島県 共催:ひろしま健康づくり県民運動推進会議、(公財)広島県教育事業団

事前申し込みはこちらから▶

協力:広島県立図書館、NPO法人トップス広島、ミスノ(株)

※本チラシは、令和6年度スポーツ庁補助事業を活用しております。※この体験会の様子を主催者が写真撮影します。ホームページ等への写真の掲載については、予めご了承ください。

※この事業で主催者及び運営委託者が取得した個人情報、適切に管理し、運動継続に向けた検証材料として使用させていただきます。また、本事業及び関連事業の周知や連絡などにも使用させていただきます。

