

別紙

■主な取り組み

1. 大きな芝生の広場でヨガ！瞑想！ダンス！

滋賀県出身のヨガインストラクター岡田茉里乃さんによるヨガ・瞑想教室。大きな芝生の広場で 1000 人参加を目指します。

※芝生の上に敷くヨガマットもしくはタオルケットをご持参のうえ、運動しやすい軽装でお越しください。

< イベント概要 >

日 時: 2022 年 11 月 5 日 (土) 12:00~14:00 (11:30 開場)

場 所: クインスタジアム

出演者: 岡田茉里乃 ほか

事前申込はこちら: <https://awakeme1105.peatix.com>



岡田茉里乃氏

< 出演者プロフィール >

岡田茉里乃

1992 年 9 月 12 日滋賀県生まれ。18 歳でヨガに出逢い、ヨガ講師の道を歩む。Amazon prime 『バチエラー・ジャパン』シーズン 2 参加、ミス・ワールド・ジャパン 2019 ミス ヨガ賞を受賞。関西・東京を中心にヨガ・ピラティスのパーソナルレッスンやイベント出演、企業とのタイアップ、自身のオンラインレッスン等をはじめ、モデルとしても活躍。星空・海・琵琶湖など自然の中でもヨガやサップヨガ、ピラティスの魅力を伝えている。

2. お子さんの笑顔が集まる！あらゆる教室がここに！(各エリア)

食に関する企画や滋賀レイクスターズとコラボしたバスケットボール企画、パラスポーツのボッチャ体験会、かけっこ教室、ロボット展示、縁日など、子どもたちが楽しめるさまざまな体験企画をご用意しています。

< 例 >

・スケートボード体験会 (BKC スポーツ健康commons)

グッドスケート株式会社による初めてスケートボードに乗る方に向けた体験会。世界で活躍するプロスケーターの中村貴咲選手(食マネジメント学部 3 回生)を筆頭に、スケーターによる初心者に向けた体験教室。運動しやすい服装でご参加ください。

・元プロ選手が教えるバスケットボール体験教室 (BKC スポーツ健康commons)

昨シーズンまでプロ選手として活躍していた横江豊コーチによる無料のバスケットボール教室を実施。バスケットボールの基礎となる動きの習得を目指します。初心者の方でも楽しめる内容となっております。各回滋賀レイクスターズの選手も参加予定です。



スケートボード体験教室(イメージ)



バスケットボール体験教室(イメージ)

3. キッチンカーや滋賀・草津の物産がここに集結！

健幸・地産地消をテーマにしたキッチンカーが 10 台集結。草津ブランドや地元農家が集うマーケットや特産品の展示をはじめ、滋賀県や草津市の魅力を一度に堪能いただけます。

<例>

- ・「食マネジメント学部生×大阪産もちもち米粉麺」

米粉の普及を目的として、地域の持続可能性、well-being を向上させるプログラムの研究を進める食マネジメント学部吉積巳貴教授のゼミ所属生とナデシコ食堂が考案した、もちもち食感の米粉うどんを販売。来場者に投票いただき、米粉麺の料理コンテストも開催。

- ・キリン午後の紅茶プレゼント「紅茶の教室」(BKC スポーツ健康 commons)

「午後の紅茶エキスパート」資格を持つキリンビバレッジ株式会社社員が講師。紅茶の歴史や基礎知識、相性の良い食べ物、アレンジティーの作り方の講義(30分)、実習・試飲体験(20分)。

4. 健康を考える！知る！やってみる！

筋肉・体脂肪・骨、脳年齢や血管年齢などの健康測定会、子ども向けの体力測定会など、家族で健康を可視化し、運動習慣を考える機会を提供します。

<例>

- ・コーディネーション能力測定体験(BKC スポーツ健康 commons前)

コーディネーション(運動器官同士の調整)は特に7つの能力(バランス能力、定位能力、リズム化能力、分化能力、反応能力、結合能力、変換能力)で説明され、様々なスポーツの基礎となる能力。

- ・試歩会(BKC スポーツ健康 commons前)

大人向け。歩く姿勢、目的に応じた正しい歩き方をアシックスジャパン株式会社社員が伝授。

5. 地球や地域のために自分ができるところを実践！

廃棄野菜を活用したお野菜絵具の塗り絵ワークショップや、電子機器を製作・廃棄する過程で発生する廃材を使ったアクセサリー作りなど、SDGsを楽しみながら考える機会をご用意しています。



お野菜絵具の塗り絵ワークショップの様子



電子機器から出る廃材で制作したリング

6. 地域を守る、人気の乗り物が大集合！

パトカーやはしご車、地域を走るバスが会場に集結します。



7. パフォーマンス

学生団体によるパフォーマンスや弾き語りライブ、地域の方による親子コーラス、一緒にできるラジオ体操など会場全体を音楽とパフォーマンスで盛り上げます。

<出演団体(予定)>

- ・立命館大学バトントワリング部
- ・立命館大学アコースティックギターサークル
- ・認定 NPO 法人くさつ未来プロジェクト「ママとキッズのコーラス隊 COLORS」
- ・立命館大学学園祭実行委員会
- ・ラジオ体操インストラクター「ラジねえ。」

※企画により、開催時間や予約の有無、予約枠が異なります。最新情報は HP をご確認ください。

<https://kenko-festa.ritsumei.ac.jp/>