

家庭教育学級動画配信のお知らせとアンケートのお願い

いつも PTA 活動にご理解、ご協力をいただきありがとうございます。

例年対面開催としておりました家庭教育学級につきまして(昨年度は紙面開催)、新型コロナウイルスの影響もまだまだ落ち着かない状況が続いております為、今年度は新たな試みとして YouTube による期間限定の動画配信を行うこととしました。

校長先生にご尽力いただき、日本体育大学体操部部長 三宅 良輔先生と体操部 OG 今井菜津美さん(現体操部コーチ)と OB 新井庸太さん(現体操部コーチ)と共におうちでできる運動不足解消動画とラジオ体操動画を作成いたしました。

ぜひご視聴いただき、皆さんの健康づくりにお役立ていただければ幸いです。

★配信期間★令和 3 年 10 月 25 日(月)～令和 3 年 11 月 25 日(木)
インターネット経由(各 URL または右記 QR コード)でご視聴いただけます。

※目黒一中 PTA 会員限定での配信としております。SNS 等での拡散はご遠慮
くださいますようお願い申し上げます。ご家庭内でお楽しみください。



【動画 1】<https://>

コロナ禍でのおうちでできる運動不足解消体操!!

日本体育大学体操部部長 三宅 良輔先生考案のおうちでできる体操やストレッチを
ご紹介しています。

動画を見ながら一緒にできるようになっておりますので、ぜひ一緒にやってみてくださいね。

【動画 1】



【動画 2】<https://>

ラジオ体操

テレビ体操でご活躍中の今井菜津美さんと新井庸太さんによるラジオ体操です。

誰もが知っているラジオ体操ですが、ぴったりと息の合ったラジオ体操はとても美しく、
思わずうっとりしてしまうほどです。こちらもぜひ一緒に体を動かしてみてください。

【動画 2】



★ご視聴いただきましたらアンケートへのご協力をお願いいたします★

皆様からのご感想は、今後の文化教養委員会の活動資料とさせていただきます。

また、この様な状況下の中ご協力いただいた日本体育大学の三宅先生、今井さん、新井さんにもお送りする予定です。ぜひ、ご感想をお寄せくださいますようお願い申し上げます。

つきましては、最下段の URL または QR コードからインターネット経由でご回答ください。やむを得ない場合には本紙 2 枚目のアンケート用紙のみを担任の先生へご提出ください。(回答は匿名で集計 アンケート QR

アンケート URL <https://>

★アンケート回答締め切り日★ 令和 3 年 11 月 26 日(金)



日本体育大学体操部による

「コロナ禍でのおうちでできる運動不足解消体操!!」参加者アンケート

下記アンケート①～⑧にご回答ください。

- ① おうちでできる簡単ストレッチ動画は閲覧されましたか？あてはまる○に✓を付けてください。
○見た ○これから見る ○見なかった
○その他_____
- ② ①で「見なかった」と回答された方への質問です。見なかった理由を教えてください。
あてはまる○に✓を付けてください。
○動画の見方がわからなかった ○動画の視聴はしない
○見ようとしたが、再生できなかった ○対面での実施がよかった
○その他_____
- ③ [動画を閲覧してくださった方へ] 運動不足解消動画の内容はどのくらい満足されましたか。より近い方の数字に○を付けてください。
まったく満足しなかった (1 2 3 4 5) 非常に満足した
- ④ [動画を閲覧してくださった方へ] ラジオ体操動画の内容はどのくらい満足されましたか。より近い方の数字に○を付けてください。
まったく満足しなかった (1 2 3 4 5) 非常に満足した
- ⑤ [動画を閲覧してくださった方へ] みなさまの日常生活の中に、簡単な運動を取り入れられそうですか？
より近い方の数字に○を付けてください。
取り入れるのは難しい (1 2 3 4 5) 取り入れたい！
- ⑥ [動画を閲覧してくださった方へ] 体操を教えてください、日本体育大学の三宅先生、今井さん、新井さんにメッセージをお願いします。

- ⑦ 今後のイベント運営について、ご自由にご意見お聞かせください。

- ⑧ 氏名(省略可)_____

★アンケート提出締め切り日★ 令和3年11月26日(金)

こちらのアンケート用紙のみを担当の先生へご提出ください。(回答は匿名で集計されます)

ご協力ありがとうございました。