



2026年7月2日

報道関係者各位

慶應義塾大学

KEIO SPORTS SDGs

「慶應オンラインラジオ体操 2026 夏」を開催します
—夏の風物詩をオンラインで！朝から人も街も元気に！—

慶應義塾大学グローバルリサーチインスティテュート KEIO SPORTS SDGs (慶應スポーツ SDGs センター) は、「慶應オンラインラジオ体操 2026 夏」を開催します。

8月1日(土)から5日(水)の5日間、オンラインを活用した20分程度の早朝運動プログラムを実施し、夏休み中の運動不足解消と生活リズム維持を目指します。毎回多様なゲストや専門家を招き、SDGs やスポーツに関するミニ講座も行います。さらに、毎回発表されるアルファベットを集めてプレゼントに応募できる「アルファベットラリー」も実施予定です。また、8月2日(日)は、慶應義塾大学日吉キャンパス記念館でのリアル体操・イベントを同時開催します。

今年で7年目の開催となります。子供たち、保護者、ご年配の方々まで、幅広い世代の方々が楽しみながら、だれでも、どこからでも参加できる運動機会を提供し、地域の身体活動促進を継続して進めていきます。

1 開催日時

【オンラインラジオ体操】

2026年8月1日(土)から5日(水)までの5日間

各日 午前6:30から6:50まで

【リアルラジオ体操@日吉キャンパス記念館】

2026年8月2日(日)

午前6:30から7:15まで(6:10受付開始、6:20集合)

2 イベントサイト

【URL】 <https://www.kpa.sdm.keio.ac.jp/online-radio-2026/> (※7月1日より公開予定)

3 参加要項

【オンラインラジオ体操】

参加者：どなたでも参加可能です

参加方法：ZoomもしくはYouTube

① Zoomで参加：先着400名(要申込) ※定員に達し次第、申込終了

② YouTubeで参加：人数制限なし(申込不要)

【リアルラジオ体操@日吉キャンパス記念館】

参加者：小学生親子 ※保護者1名につき小学生2名まで。未就学児の同伴不可。

参加方法：先着75組(要申込) ※定員に達し次第、申込終了

4 プログラム

ゲスト紹介 (※)、ラジオ体操第一・第二、スポーツ SDGs ミニ講座・オリジナル体操等
(※) NPO 法人全国ラジオ体操連盟、川崎フロンターレ、一般社団法人 parkrun Japan 他

5 参加費

無料 (通信にかかる費用は参加者負担となります)

6 主催: 慶應義塾大学グローバルリサーチインスティテュート KEIO SPORTS SDGs、慶應義塾大学 (スポーツ医学研究センター、大学院健康マネジメント研究科、大学院システムデザイン・マネジメント研究科センシングデザインラボ)

協力: 横浜市、横浜市港北区、藤沢市、公益財団法人藤沢市みらい創造財団、川崎市、川崎フロンターレ、慶應義塾体育会、NPO 法人全国ラジオ体操連盟、一般社団法人 parkrun Japan

運営協力: 慶應キッズパフォーマンスアカデミー

※ご取材の際には、事前に下記までご一報くださいますようお願い申し上げます。

※本リリースは文部科学記者会、各社社会部等に送信させていただいております。

・イベントお問い合わせ先

慶應義塾大学スポーツ医学研究センター

電話 : 045-566-1090 FAX : 045-566-1067

Email : keiosportssdgs@gmail.com

・本リリースの配信元

慶應義塾広報室 (寺西)

TEL : 03-5427-1541 FAX : 03-5441-7640

Email : m-pr@adst.keio.ac.jp <https://www.keio.ac.jp/>

～ KEIO SPORTS SDGs プロジェクト ～

慶應オンラインラジオ体操 2026 夏

朝から人も街も元気に！
夏の風物詩をオンラインで！



7年め！

2026年

8月1日(土) ～ 8月5日(水)

毎朝 6:30～6:50 ごろ (20分程度)

参加方法は「ZOOM」または「YouTube」

無料

(主催費は参加者負担)

夏休み中の運動不足解消と生活リズム維持を目指しましょう。
ラジオ体操とオリジナル体操でからだを動かしつつ、
多様なゲストや専門家を招き、親子で楽しみながら学べます。
さらに、毎回発表するカタカナを集めると、
抽選でプレゼントが当たる「アルファベットラリー」も実施します。
オンラインなので、子どもたちから保護者、ご年配の方々まで
だれでも、どこからでも、参加できます！

～ 申込み方法 ～

【PC・スマホから簡単に申込みできます】
ZOOM 参加は先着 400 名
申込開始：7月1日(水)
詳しくは Web サイトまで



慶應スポーツ SDGs 検索

みんなで一緒にからだを動かそう！

～ 前回参加者の感想 ～

オンラインで
手軽に参加しやすい

ラジオ体操を
覚えた

早寝早起きの
きっかけになった！

家から家族一緒に参加できた！

アルファベットを集めたくて
毎日続けたい



家族の会話が
増えた！

爽やかな 1 日の
スタートになった！

日替わりプログラムが
楽しかった！

～ お手本動画 ～

【ラジオ体操 第一・第二を学ぼう！】

ラジオ体操の正しい動作を
学んで、効果的にからだを
動かしましょう。



慶應 ラジオ体操 検索

- 主催：慶應義塾大学グローバルリサーチインスティテュート KEIO SPORTS SDGs
慶應義塾大学 スポーツ医学研究センター
大学院健康マネジメント研究科
大学院 SDM 研究科センシングデザインラボ
- 協力：藤沢市・公益財団法人藤沢市みらい創造財団
横浜市・横浜市港北区・川崎市・川崎フロンタール・慶應義塾体育会
NPO 法人全国ラジオ体操連盟・一般社団法人 parkrun Japan
- 運営協力：慶應キッズパフォーマンスアカデミー

あなたが動く、そのすべてがスポーツだ。



KEIO SPORTS SDGs

私たちは持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。