

かんぽ 生命 つなごう ラジオ体操


2021年11月1日から
応募開始!


みんなでラジオ体操動画をつくろう!


おうち時間が増えて、運動不足になっていませんか?
そんなときこそ自宅でも手軽にできるラジオ体操。


みんなが投稿した動画を組み合わせると1本のラジオ体操動画を作ります!
どんな動画になるかは楽しみに!!

応募方法

- 
動画を撮影しよう!

動画の長さは4分以内（ラジオ体操 第一を通して行くと3分10秒程度要します）、容量は1GB以内の動画を撮影してください。
- 
応募フォームに情報を入力しよう!

応募フォームの必要項目に情報を入力して、「入力内容を確認して動画をアップロードする」ボタンを押してください。
- 
動画アップロード画面で撮影した動画をアップロードしよう!

フォームで入力した内容に間違いがなければ、動画アップロード画面から撮影した動画をアップロードしてください。
※動画のアップロードには時間がかかることがあります。
- 
応募完了メールが届いたら応募完了!

応募が完了しましたら、応募完了メールが届きます

応募期間

2021年11月1日(月)～12月1日(水)

応募の詳細・お問い合わせ

つなごうラジオ体操

🔍 検索

<https://tsunagou.radi-con.jp>



かんぽ生命 つなごうラジオ体操

開催概要

- 名称** かんぽ生命 つなごうラジオ体操 **主催** 株式会社かんぽ生命保険 **応募料** 無料
- 応募期間** 2021年11月1日(月)～12月1日(水) **対象** どなたでも応募可能
- 動画規定** 動画の長さは4分以内(ラジオ体操 第一を通して行うと3分10秒程度要します)、容量は1GB以内

※動画投稿や応募時のインターネット回線費用は応募者負担となります。

応募要項

- 方法** ・スマートフォン等で「ラジオ体操第一」をしている動画(通し)を撮影して、応募フォームから応募してください。
・複数人でラジオ体操を実施する場合は、感染防止対策を行ってください。
- 対象** ・個人・団体(会社)からも応募が可能です。日頃、行っているラジオ体操の様子を撮影して応募してください。
・お子さまがラジオ体操をしている動画も応募可能ですが、その際はお子さまのみではなく、保護者の方も一緒にラジオ体操をしている動画を応募してください。
- 賞品** ・応募いただいた方の中から抽選で素敵な賞品が当たります。
※当選の発表は発送をもって代えさせていただきます。 ※日本郵便およびかんぽ生命の社員は当選の対象とはなりません。
- 禁止事項** 応募者は、本施策の応募に関して、次の事項を行わないものとします。万一、応募者またはその関係者により次の事項が行われた場合、理由の如何を問わず、本施策への応募は取り消されるものとします。
- (1)他人の名義、その他会社等の組織名を名乗ること等による、なりすまし行為
 - (2)本施策上で提供するサービスを不正の目的をもって利用する行為
 - (3)第三者の著作権、肖像権、その他知的財産権を侵害する行為
 - (4)他の応募者または第三者を差別、誹謗中傷、脅迫する、あるいはプライバシー、人権などを侵害する行為
 - (5)政治活動、選挙活動、宗教活動
 - (6)本施策の名誉・信用を傷付け、信頼を毀損する行為
 - (7)本施策の運営を妨げる行為
 - (8)法律、法令、公序良俗に反する行為、またはそのおそれのある行為
 - (9)その他主催者が不適当・不適切と判断した行為
 - (10)虚偽、または誤認する情報などにより意図しない動画再生を誘発する行為
 - (11)自社商品の宣伝等営利目的の内容の行為
- 免責事項** ・主催者は、本施策のサイトで提供する情報、プログラム、各種サービス、その他の関連事項について、その完全性、正確性、有用性等についていかなる保証もいたしません。また、主催者は、本施策のサイトのご利用に起因するソフトウェア・ハードウェア上の事故、応募者間または応募者と第三者との間において生じたトラブル、その他の事故等によるすべての損害について、いかなる責任も負わないものといたします。
・応募者は第三者の権利を侵害していない動画であることを保証するものとし、主催者は何ら責任を負わないものとします。(動画の被写体の肖像権、撮影場所における撮影許可や動画を応募するにあたり必要な権利処理は応募者自身で行ってください。)

ご存じでしたか??ラジオ体操とかんぽ生命

ラジオ体操は、1928年にかんぽ生命の前身である逓信省簡易保険局によって制定された歴史ある体操です。
かんぽ生命はこれからもラジオ体操の普及・促進を通じて皆さまの健康づくりを応援し、SDGsの達成を目指して参ります。

コロナ禍の運動不足にお悩みの皆さん、 ご自宅で「サクッと!ラジオ体操」しませんか?

おうち時間が増えて運動不足になったり、PCやスマホの見過ぎで背中が丸くなっていませんか?そのような方におすすめなのが、誰もが手軽に行うことができるラジオ体操です!「ラジオ体操」と言っても、正しい動作を意識して行っている方は少ないのではないのでしょうか?この正しい動作を意識しているか、していないかによって、効果は大きく異なります。

7月30日にかんぽ生命公式YouTubeチャンネルに、ラジオ体操の各動作のポイントを解説した動画を公開しました。約2分の短い動画で「サクッと!」正しい動作のポイントを紹介しています。今日一日を爽やかにスタートしたいとき、気分転換したいときにも最適です。ぜひご視聴いただき、正しいラジオ体操で心も体も元気にしましょう!



さっそく
やってみよう!

YouTubeは
こちらから



新型コロナウイルス感染症に関する注意事項

新型コロナウイルス感染症の感染・拡大防止に配慮の上、みなさまの安全・健康が確保できる状況で本施策に応募いただきますようお願いいたします。

■厚生労働省「新型コロナウイルス感染症について」など国から発信される情報を参考にしてください。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

その他の情報・お問い合わせは
特設サイトをご覧ください



つなごうラジオ体操

検索

<https://tsunagou.radi-con.jp>

