



マザーレイクゴールズを「からだ」で表現！

「MLGs体操プロジェクト」

de 愛ひろばラジオ体操会と

MLGs 体操がコラボ！

1～2月は草津川跡地公園で MLGs 体操を楽しもう！

マザーレイクゴールズ (MLGs) では、「マザーレイクゴールズ広報大使」の伊藤みき大使 (元フリースタイルスキー・モーグル日本代表) がプロデュースする「MLGs 体操プロジェクト」を展開しています。

今回、de 愛ひろばラジオ体操会とコラボし、2025年1月～2月の土日祝に草津川跡地公園 de 愛ひろばでラジオ体操と併せて MLGs 体操を実施しますので、御案内いたします。

開催概要

- 日時：令和7年(2025年)1月4日(土)～2月23日(日) 8:40～9:00
※期間中の土日祝において実施
- 場所：滋賀県 草津川跡地公園 de 愛ひろば 芝生広場 (草津市大路2丁目4-11)
- 主催：de 愛ひろばラジオ体操会
- 内容：ラジオ体操第1、ラジオ体操第2に続き、MLGs 体操を会場にお集まりの皆様と一緒にいきます。
ラジオ体操および MLGs 体操の体操指導は、NPO 法人全国ラジオ体操連盟公認1級ラジオ体操指導士の橋口涼氏に御協力いただきます。



【ラジオ体操指導士：橋口 涼さん】

- ラジオ体操指導士としては異色の25歳。
- de 愛ひろばラジオ体操会(土日祝8時40分から)、ならびに、ai 彩ひろばラジオ体操会(土日祝10時から不定期開催)を主催している。
- 2028年ラジオ体操100周年に向け、多くの人にラジオ体操の魅力を伝える活動を”ボランティア”で行っている。



- 取材および一般参加
 - ・イベントは公開ですので、どなたでも参加いただけます。
 - ・取材を希望される方は、12月27日（金）12時までに下記連絡先までお申し込みください。

会場周辺案内図

滋賀県 草津川跡地公園 de 愛ひろば 芝生広場（草津市大路2丁目4-11）



MLGs 体操について

- 「MLGs 体操」は、マザーレイクゴールズ（MLGs）を「からだ」で表現する体操です。
- コンセプトは「MLGs 体操で体温をあげて、暖房温度を下げよう！汗をかいて、冷房温度をあげよう！」。
- 参考 URL：
 - ・ MLGs WEB 「MLGs 体操プロジェクト」：<https://mlgs.shiga.jp/exercise>
 - ・ MLGs 体操振り付け動画：<https://www.youtube.com/watch?v=pHNSIGsTP6M>
 - ・ 伊藤みきさん（MLGs 広報大使）からのメッセージ：
<https://www.youtube.com/watch?v=YNsmRsedZA0>

本件についての問い合わせ先

滋賀県琵琶湖環境部琵琶湖保全再生課 水政策係 北川、曾我部
TEL:077-528-3460（内線 3460） E-mail:biwako-cr@pref.shiga.lg.jp