

目次

全国一斉「あそびの日」キャンペーンの概要	2
実施プログラム数、および参加者数	3
キャンペーン広報	4
全国推奨プログラム	7
全国各地の様子	8

全国一斉「あそびの日」キャンペーンの概要

名 称 全国一斉「あそびの日」キャンペーン 2025

サブタイトル たのしみチャージ！！

開 催 期 間 2025年9月13日（土）～11月16日（日）

主 催 公益財団法人 日本レクリエーション協会

共 催 スポーツ庁
都道府県レクリエーション協会
一般財団法人 日本ユースホステル協会
一般財団法人 休暇村協会
一般財団法人 公園財団
独立行政法人 国立青少年教育振興機構

全 国 後 援 総務省、こども家庭庁、全国市長会、全国町村会、
社会福祉法人 全国社会福祉協議会、
公益財団法人 日本パラスポーツ協会

◎本事業は、「公益財団法人スポーツ安全協会 スポーツ活動等普及奨励助成事業」の助成金を受けて実施しています。

プログラムの内容

「あそびの日」とは、あそびやスポーツ、野外活動などのさまざまな活動を通じて、年齢や障がいの有無にかかわらず、人と人とのつながりと笑顔を広める取り組みです。このキャンペーンも22年を迎え、毎年多くの地域レクリエーション協会、公認指導者のグループをはじめ、共催団体や関連団体が活動しています。

22回目を迎える今年のテーマは、「たのしみチャージ！！」。“楽しみ”を持つことは、自己効力感や幸福感につながります。そして楽しみが増えることで、“楽しむ力”が身につき、日々のワクワク感や前向きな気持ちが高まり、心の元気がチャージされていきます。

今年はこの「楽しみ」をテーマに、世代や障がいの枠を越えた交流を楽しみ、相互理解を深め、つながりを築き、みんなで笑顔になる。そんな共生社会を創ることを目指して、全国一斉「あそびの日」キャンペーン 2025 を開催しました。

なお、本キャンペーンに参加するプログラムは、以下の4項目を満たしていることを条件としました。

- ① 事業の安全性に配慮していること
- ② 社会的規範からの逸脱がないこと
- ③ 傷害保険などへ加入すること
- ④ 収益を目的としていないこと（参加費は、保険料や材料費などの実費程度）

実施プログラム数、および参加者数

レクリエーション協会関係をはじめ、共催団体を合わせると、全国各地で4,436のプログラム／事業が展開され、合計183,182名の参加がありました。

各団体関係のプログラム数、参加者数は以下のとおりです。

	会場数	プログラム数	参加者数
公益財団法人 日本レクリエーション協会 都道府県レクリエーション協会	243	243	79,319
一般財団法人 日本ユースホステル協会	112	254	27,245
一般財団法人 休暇村協会	34	3,662	42,747
一般財団法人 公園財団	6	183	13,503
独立行政法人 国立青少年教育振興機構	27	94	20,368
合計	422	4,436	183,182

キャンペーン広報

■ポスターおよびのぼり旗の作成

全国一斉「あそびの日」キャンペーン2025の開催に先立ち、広報ツールとしてポスターとのぼり旗を作成。都道府県レクリエーション協会等、共催団体、日本レクリエーション協会に加盟する種目団体、課程認定校等関係各所の約1,000か所に配布しました。同様にキャンペーン参画団体へは支援ツールとして配布し、全国の各会場ではキャンペーンの広報に役立てられました。



■月刊 Recrew に記事を掲載

日本レクリエーション協会が発行する月刊 Recrew（5月号・8月号）にて、キャンペーンの概要をはじめ、参画団体の募集を掲載いたしました。



■全国一斉「あそびの日」キャンペーン 2025 普及ガイドを作成

レクリエーション関係団体が実施する全国各地の会場にて、参加者に配布いたしました。



■日本レクリエーション協会 公式 X (旧 twitter)、Facebook、Instagramにてお知らせを投稿



■スポーツ庁 HP・Sport in Life HP お知らせを掲載



検索 文字サイズ変更 標準

ホーム スポーツ庁について お知らせ 政策 法令

トップ > 政策 > 国民のスポーツライフ > 全国一斉「あそびの日」キャンペーン

全国一斉「あそびの日」キャンペーン

スポーツ庁ではスポーツを実施するための機運醸成を図るため、関係団体等と連携・協働してできるイベントを開催し、楽しみながら体を動かす魅力を伝えていきます。

2010年度から後援及び支援していましたが、レクリエーションの重要性を鑑み、2019年度より公益財団法人日本レクリエーション協会が主催する「全国一斉『あそびの日』キャンペーン」において共催者として、この取り組みをさらに推進することになりました。

今年度はキャンペーン参画イベント内において、全国推奨プログラムとして、「紙風船エクササイズ」を展開しております。今年22回目を迎える全国一斉「あそびの日」キャンペーン2025により多くの方々に参加されることを期待致します。

2025年度「全国一斉「あそびの日」キャンペーン」ポスター



▶ 詳細はこちら（公益財団法人日本レクリエーション協会ホームページが開きます）

お問合せ先

スポーツ庁健康スポーツ課



TOP > お知らせ > 【SIL加盟企業様へ】地域に笑顔と健康を!全国一斉「あそびの日」キャンペーン2025のご案内

お知らせ

公益財団法人日本レクリエーション協会

【SIL加盟企業様へ】地域に笑顔と健康を!全国一斉「あそびの日」キャンペーン2025のご案内

2025.06.30

公益財団法人日本レクリエーション協会では、2025年9月13日(土)～11月16日(日)の期間にわたり、「全国一斉「あそびの日」キャンペーン2025」を開催いたします。

本キャンペーンは、世代や障がいの有無を問わず、誰もが楽しめる「あそび」をテーマとした全国規模のレクリエーション推進事業で、共催団体とともに、全国約5,000プログラム、約200,000人の参加を見込んでいます。また、本キャンペーンの共催であるスポーツ庁の「Sport in Life」の理念にも賛同し、地域に笑顔と健康を広げることを目的としています。

【紙風船エクササイズの導入決定!】

本年度は、全国のレクリエーション関係団体が実施するプログラムにおいて、共催であるスポーツ庁が推薦する「紙風船エクササイズ」を導入いたします。

おひとりでも、ペアやグループでも楽しめる紙風船エクササイズは、コミュニケーションやチームワークの促進、そして健康づくりに効果的です。

職場内でのレクリエーション活動や健康増進の一環として、ぜひ一緒に取り組みませんか?

「あそびの日」では、紙風船を用いたレクリエーションプログラムも併せて実施いたします。

このアクティビティは、誰もが無理なく取り組むことができ、心身の健康づくりを支えながら、世代や障がいの有無を超えた交流のきっかけとなることを期待されます。

現在、全国一斉「あそびの日」キャンペーンと一緒に盛り上げてくださる企業様を募集しております。詳細につきましては、以下のページをご参照ください。

https://asobi.recreation.jp/campaign_2025/

全国推奨プログラム

レクリエーション関係団体主催プログラム内において、全国推奨プログラムとして以下のプログラムを実施いたしました。

紙風船を使った簡単なゲームや交流活動などをお楽しみいただきながら、「紙風船エクササイズ」、「とばせ！みんなのあそび玉！！」を通じて、みんなの想いがひとつになり、キャンペーンがさらに盛り上がりました。

■スポーツ庁推奨「紙風船エクササイズ」

室伏広治氏がアスリート時代に考案し、実践していたエクササイズの一つで、小さなお子さまからご高齢の方まで、どなたでも気軽に取り組むことができ、関節に負担をかけず、低い負荷で身体の使い方を効果的に学べる運動です。

力を入れつつも、紙風船を潰さないように意識しながら、色々な動きを行います。



■日本レク協会 紙風船プログラム「とばせ！みんなのあそび玉！！」

実施方法

1. 膨らませた紙風船を両手でやさしく挟みます
2. 紙風船をつぶさないようにしながら、紙風船をつぶすイメージで力を入れて 5 秒間キープします（紙風船エクササイズの動き）

※5 秒間に「イベントの楽しかった事」や、「今後楽しみにしている事」を思い浮かべてみましょう

3. 「セーノ！」の合図で、「ハー！」と声を出しながら、紙風船を前や上に飛ばします



全国一斉「あそびの日」キャンペーン 2025 全国各地の様子













あそびの日®

公益財団法人 日本レクリエーション協会
 〒110-0016 東京都台東区台東 1-1-14
 D'sVARIE 秋葉原ビル 7階
 電話：03-3834-1093
 FAX：03-3834-1095
 e-mail：asobi@recreation.or.jp