



横須賀市
Yokosuka City

×



一般財団法人 シティサポートよこすか

横須賀市オリジナル曲・体操
「 GENKI-SKA☆よこすか 」発表
～人生100年時代、いつまでも自分らしく健康に～

令和8年10月28日(水)
横須賀市長定例記者会見



変化を力に進むまち。横須賀市

1. なぜ今、「GENKI-SKA☆よこすか」なのか？

- **健康** 健康寿命の延伸と介護予防
- **動機** 楽しく続けられる「運動の習慣化」
- **絆** 孤立を防ぐ「地域コミュニティの活性化」
- **愛** 横須賀らしさ「郷土愛の醸成」

2. 横須賀の才能と情熱が結集



横須賀市
Yokosuka City



一般財団法人 シティサポートよこすか

【楽曲】

内田祥子(曲)
横須賀市在住
作編曲家・ピアニスト
×



hina(歌)
横須賀市在住
ミュージカル出演を目指す市民
×

横須賀市職員(詞)



【体操】

三浦としる(振付)
横須賀市在住
振付士・保健師・看護師
×



神奈川歯科大学系属
緑ヶ丘女子高等学校
新体操部(モデル)



【監修】

神奈川県立保健福祉大学リハビリテーション学科(医学的根拠)



変化を力に進むまち。横須賀市

3. 科学的な効果×横須賀らしい楽しさ

「 GENKI-SKA☆よこすか 」

SMILE



【曲のコンセプト】

- ・キャッチーで前向き
- ・横須賀の魅力を凝縮

KENKOU

【効果】

- ・体力向上・フレイル予防
- ・心身ともにリフレッシュ



ACTIVE



【体操のコンセプト】

- ・覚えやすい動き
- ・動きたくなる楽しさ



変化を力に進むまち。横須賀市

4. 健康施策のシンボルマークとして

『これを見てみんなで元気になりたい』

明るく前向きなデザインを目指しました。

横須賀の海と太陽のような輝きを表現しています。



- ◆ ベースカラー: ホワイト
- ◆ ロゴの配置: 左胸と背面
- ◆ ロゴの色: レインボーカラー



変化を力に進むまち。横須賀市

5. 街中に広がる「 GENKI-SKA☆よこすか 」の輪

【ウェブ・動画による情報発信】

- ・ 市ホームページでの公開
- ・ 幅広く利用可能な形での展開(調整中)
- ・ 解説動画の配信

【介護予防・健康づくりへの活用】

- ・ 介護予防教室やイベントで実施
- ・ 介護予防サポーターからの普及
- ・ 地域で活動するグループで実施

GENKI-SKA☆よこすか

【多世代交流のツールとして活用】

- ・ 多世代交流の促進
- ・ 人が集まるきっかけづくり



↑ 体操動画はコチラから

(<https://www.youtube.com/watch?v=9Or-8Etys-c>)



変化を力に進むまち。横須賀市