

海外におけるラジオ体操等の普及状況に
関する調査研究
報 告 書

平成27年3月

一般財団法人 簡易保険加入者協会

ごあいさつ

昭和 35 年 8 月に郵政大臣の許可を得て民法上の公益法人である財団として設立され、簡易生命保険加入者共同の利益と福祉の増進を図ってきました。それから半世紀余を経た平成 25 年 4 月 1 日に一般財団へ移行するとともに、災害見舞事業を認可特定保険業として承継し、新たにスタートを切ることになりました。

これまでも、当協会は公益目的に資する事業の一環として、ラジオ体操・みんなの体操の普及推進のほかラジオ体操に関する調査研究を行っておりますが、平成 26 年度は、株式会社日本総合研究所に委託して、「海外におけるラジオ体操等の普及状況に関する調査研究」に取り組んでまいりました。

ラジオ体操関係の有識者に対するヒアリング調査、国際協力機構（JICA）のご協力を得て、青年海外協力隊等の方に対するウェブアンケート調査等を行いました。その間、本調査研究に対し国際協力機構（JICA）青年海外協力隊事務局渡部鎌二技術顧問からも多大なお力添えいただき、このたび、報告書を取りまとめることができました。

本調査研究にあたっては、NPO 法人全国ラジオ体操連盟青山敏彦副理事長、ブラジル・ペルーのラジオ体操事情は入野藤子様、ハワイのラジオ体操事情は佐川幸司様、国際協力機構（JICA）青年海外協力隊等の皆様方から多大なご支援、ご協力を頂きました。ここに関係の皆様方には、心から御礼申し上げます。

本報告書がラジオ体操・みんなの体操の普及をはじめ我が国の社会の発展にお役に立つことができれば幸いです。

これからも当協会は、安心社会の実現に向けて、微力ではありますが積極的に取り組んでまいりますので、引き続き、皆さま方のご支援、ご協力をお願い申し上げます。

平成 27 年 4 月 1 日

一般財団法人簡易保険加入者協会
理事長 下和田 功

目次

ごあいさつ

第1章 本調査の目的と内容	1
1節 調査目的.....	1
2節 調査内容.....	1
3節 調査方法.....	1
第2章 海外日本人社会におけるラジオ体操普及推進状況の現状と課題.....	2
1節 調査結果のまとめ.....	2
2節 インタビューのまとめ	3
第3章 海外進出企業におけるラジオ体操普及推進状況の現状と課題.....	8
1節 調査結果のまとめ	8
第4章 JICA ボランティアによるラジオ体操普及推進状況の現状と課題.....	9
1節 JICA ボランティアへのアンケート調査.....	9
2節 JICA ボランティアへの詳細調査.....	14
3節 調査結果のまとめ	19
第5章 総括.....	20

[図表目次]

図表 1：ブラジルにおけるラジオ体操の様子.....	4
図表 2：2010年6月ペルーラジオ体操会20周年.....	5
図表 3：ハワイでのラジオ体操の様子.....	7
図表 4：ウェブアンケート調査回答数.....	9
図表 5：自身の健康維持のためにラジオ体操を行っている人の割合	10
図表 6：自身の健康維持のためにラジオ体操を行っている人の割合（地域別）.....	10
図表 7：当該派遣国の健康面・社会面の課題.....	11
図表 8：当該派遣国の健康面・社会面の課題（地域別）	11
図表 9：派遣国での活動中、ラジオ体操を活用した割合	12
図表 10：派遣国での活動中、ラジオ体操を活用した割合（地域別）	12
図表 11：派遣国でラジオ体操に類似した体操が行われていると答えた人の割合	13

第1章 本調査の目的と内容

1節 調査目的

本調査は、ラジオ体操が普及する可能性のある海外地域を特定するための前段調査である。具体的な普及可能性を検討するには現地での調査が欠かせないが、本年度中の調査という時間的な制約もあり、文献調査および国内ヒアリングを中心として海外におけるラジオ体操の普及状況調査を行う。この調査を通じて次年度の現地ヒアリング・可能性調査に資することが本調査の目的である。

2節 調査内容

本調査では、下記の3つの分野を調査する。

(1) 海外日本人社会におけるラジオ体操普及推進状況の現状と課題

これまでも移民等を通じ長きにわたり多くの邦人が生活し、規模の大きい日本人社会を形成しているハワイ、ブラジル、ペルー等にはラジオ体操の愛好家も多く、ラジオ体操に馴染みがあると思われるところ、当該地域におけるラジオ体操の普及状況や課題等を調査する。

(2) 海外進出企業におけるラジオ体操普及推進状況の現状と課題

直接投資等を通じ海外進出した日本企業において、現地労働者を雇用し、生産活動を行うなど経済活動を通じて結びつきが強い中国、東南アジア、欧州等に進出した本邦企業が、その運営のために在留邦人のほか、現地工場等で雇用されている労働者等の企業に対し、ラジオ体操の普及状況や課題等を調査する。

(3) JICA ボランティアによるラジオ体操普及推進状況の現状と課題

バングラデシュ、タンザニア、ドミニカ等のアジア、アフリカ、中南米の開発途上国において JICA ボランティアを通じ、我が国の若い世代のボランティア 69カ国 1,997名(男 861名、女 1,136名) が技術協力等に従事している。一方、ブータン等では青少年層の肥満の増加が顕著で、その対応のため健康への関心が高まってきている。そうした地域では国民の健康保持・向上策としてのラジオ体操の普及する可能性があるところ、青年海外協力隊員自身のラジオ体操の取組みはもとより、ラジオ体操の普及に向けた取り組みや、当該国でのラジオ等の媒体を活用した健康体操等の取組みを調査する。

3節 調査方法

上記に係る文献調査、インターネット調査のほか、公益財団法人海外日系人協会、国際協力機構 (JICA)、海外青年協力隊派遣者、海外でのラジオ体操の普及活動経験者、当該分野の有識者等へのアンケート・ヒアリング調査を実施する。

第2章 海外日本人社会におけるラジオ体操普及推進状況の現状と課題

本調査では、海外で大規模な日本人社会を形成している国・地域におけるラジオ体操の普及状況ならびにラジオ体操普及における課題について調査・検討する。調査対象は在留邦人数や日系人の数などから総合的に判断し、ブラジル、ペルー、ハワイ（アメリカ合衆国）を対象とすることとした。

1節 調査結果のまとめ

調査の結果から、大きな日系社会が形成されているブラジル、ペルー、ハワイにおいて、特に今後ラジオ体操の普及が見込めるのはブラジルとハワイである。

ブラジルには伝統的なラジオ体操普及組織があり、ポルトガル語のラジオ体操 CD など、ラジオ体操普及のためのインフラが整っている。ブラジルでは治安面での問題が懸念されるが、ブラジルのラジオ体操普及に携わってきた有識者である入野氏によれば、日系人が住む場所の多くは治安のよい場所であり、地下鉄前広場、公園、マンションの片隅でも気軽にラジオ体操ができる場所は存在するということがあった（次節に詳細を記載）。ただし、日本語のわかる日系人の高齢化などにより、一時期に比べればラジオ体操を行う人数は減少傾向にあり、今後は現地の日本人学校を中心にラジオ体操の普及啓発を進め、子供とともに周りの大人もラジオ体操に参加するような雰囲気づくりがブラジルにおける普及の鍵となるであろう。

ペルーにも伝統的なラジオ体操普及組織は存在するが、ペルーのラジオ体操普及も、ブラジルに引っ張られる形で行われてきており、ブラジルで普及が進めばペルーにもその効果が波及していく流れである。従って南米地域におけるラジオ体操の普及啓発は、まずはブラジルに注力することが妥当だろう。

ハワイには伝統的なラジオ体操普及組織は存在しないが、有識者の佐川氏を中心にラジオ体操の普及が進められつつある。地元ラジオというメディアを通じてラジオ体操が毎朝流されているというのは他国に例を見ない非常に恵まれた状況である。現地に住む日系人の他、観光客も巻き込んだラジオ体操普及活動は、そのまま観光客が日本に帰国した後もラジオ体操を行うきっかけづくりにもなり、ラジオ体操の普及という観点では非常に効果的である。また、ハワイでは日系人の糖尿病など生活習慣病の罹患率が高く、日系人の健康に資する意味でもラジオ体操は極めて重要なツールとなり得る。日本人学校や日本語学校だけではなく、現地の小・中学校、高等学校からもラジオ体操指導依頼があることから考えても、ラジオ体操に対するニーズはかなり高いものと推察される。ハワイは気候も治安もよく、親日的でもあることから、日本と同様もしくはそれ以上にラジオ体操が普及する可能性があるだろう。

2節 インタビューのまとめ

今回の対象国である、ブラジル・ペルー・ハワイのラジオ体操の普及状況を把握するため、現地でラジオ体操普及活動を行っている有識者へアンケート・インタビュー調査を行った。ブラジル・ペルーに関しては入戸野藤子氏、ハワイに関しては佐川幸司氏に対して実施した。

I. 入戸野藤子氏へのインタビュー

1. ブラジルにおけるラジオ体操について

(1) ブラジルでラジオ体操が普及したきっかけ

ラジオ体操の普及が本格的な組織として始まったのは、リベルターデ広場で行われていたラジオ体操のことを知った宮内先生の助言による。1978年に発足したブラジルラジオ体操会は、1983年12月日本人ブラジル移民75周年に柳川先生と宮内先生を招き、現地の日本人学校教師に対しラジオ体操の指導を行い、柳川先生が19人の指導者を認定したことから、本格的な普及活動が始まった。

10年後の1987年、国際交流基金の助成で、入戸野氏もブラジルでのラジオ体操指導を行うことになった。

(2) ブラジルでラジオ体操が広まった理由

ラジオ体操の歴史が示すように、ラジオ体操は「健康な体づくり」が基本であり、ブラジルもその例外ではない。ブラジルへ移民した人々はコーヒー畑の開拓などで大変苦勞したが、その際に多くの方が風土病に悩まされた。ラジオ体操を戦前から戦後にいたるまで積極的に受容してきた背景には、風土病等に悩まされていた日系移民の「健康になりたい」という強い願望があるものと推測される。

ブラジルラジオ体操会が非常に熱心であり、行政を動かしていることも普及のポイントである。行政は協力的であり、サンパウロ市は6月18日を「ラジオ体操の日」とし州で定めるほど理解がある。

日本語が通じることも普及のポイントである。通訳を交えると2倍の時間がかかってしまい、指導員にとっても指導を受ける側にとっても負荷が高い。ただし、最近は日本語を知らない日系人も増えてきており、言語の壁が課題になりつつある。

ラジオ体操講習会がしっかりと整備されていることもポイントである。講習会は一般講習会と指導者講習会に分かれて実施し、指導者講習会では週1回2ヶ月間にわたる研修の後、指導者としての技術や人間性が試される審査が行われる。ブラジルでのラジオ体操指導者育成への情熱は高く充実している。

毎年「ラジオ体操1万人大会」も普及の大きなポイントである。毎年サンパウロ市だけではなく、ブラジル各支部から愛好者達が集まってラジオ体操を行っている。参加者は毎年、800名から900名である。ブラジルはサンバの国で、個人が楽しくダンスを行う国柄だが、ラジオ体操を行う時はみな一列に整列し、息を合わせたラジオ体操を行っている。

(3) ブラジルにおけるラジオ体操普及の課題

言語の壁は大きいですが、最近では英語やポルトガル語のラジオ体操 CD などもある。ただし、日本人の指導者が現地語でラジオ体操を指導することはやはり難しいことをサンパウロ大学での講習会で実感。ラジオ体操指導者の連携が進むと指導も向上していくと考えられる。各支部が広範囲に跨るため指導者同士の横の連携が取りにくく、希薄になることは改善すべき課題である。

ブラジル在住の指導者だけでラジオ体操を行っている、長い間には「正しいラジオ体操」から外れてしまう。ブラジルのラジオ体操のクオリティ向上の意味でも、日本とブラジルのラジオ体操を介した国際交流は欠かせない。

なお、治安の面は問題にならない。日系人が住む場所の多くは治安のよい場所であり、地下鉄前広場、公園、マンションの片隅でも気軽にラジオ体操を行える場所は存在する。

(4) ブラジルにおける現在のラジオ体操の普及状況について

現在の加入者数は約 3,000 名であり、未加入だがラジオ体操を行っている人達は約 1,500 名ほどである。

会員数は会員の高齢化もあって減少傾向ではあるが、日本人学校の多くではラジオ体操が行われており、多くの日系人がラジオ体操について認知をしている。実際、ラジオ体操は日本人学校の低学年の体育の必修科目になった。



図表 1：ブラジルにおけるラジオ体操の様子

2. ペルーにおけるラジオ体操について

(1) ラジオ体操が普及したきっかけ

1979年8月のペルー日本人移民80周年に宮内氏がペルーを往訪し、ラ・ウニオン運動場にて学生500名にラジオ体操講習会を実施したことがきっかけである。交流会では小林貞治郎氏（当時全国ラジオ体操連盟理事長）のメッセージも宮内氏によって代読された。

その後、1983年、85年、87年にも講師が訪問し、講習会を開催。1988年のブラジル日系移民80年祭にはペルーからも30名が参加し、ブラジル聖広場においてラジオ体操が行われた。ブラジル、ペルー、日本の三国交流等があり、1989年日本人ペルー移民90周年にペルーラジオ体操会が発足した。

(2) ペルーでラジオ体操が広まった理由

ペルーでは隣国のブラジルにおけるラジオ体操との交流に伴って活動が推進されてきた。日本、ブラジル、ペルーの三国におけるラジオ体操を通じた国際交流がその原点であり、ブラジルや日本からの講師がペルーを訪れるといったことが普及を促した。1989年9月の日本人ペルー移住90周年祭においては、ブラジルラジオ体操連盟とペルーラジオ体操会の姉妹提携が結ばれた。

ペルーの日系人は「正しいラジオ体操」の習得に熱心であり、講習会終了後、ペルー各地にて「正しいラジオ体操」の普及が進められている。現会員は200名で、その後も入戸野氏を中心に講師の訪問は続いており、2010年にはペルーラジオ体操会20周年を迎えた。



図表 2：2010年6月ペルーラジオ体操会20周年
日本・ブラジル・ペルー三国交流風景（於いて）ラ・ウニオン運動場

3. ラジオ体操普及のポイント

ラジオ体操は何においてもまずは「健康の維持向上」がきっかけとなる。運動生理学上もラジオ体操の効用は認められている。ラジオ体操指導者はラジオ体操の技術の習得と、「なぜラジオ体操が健康にいいのか」ということについて、運動生理学に基づき、説明できることが求められる。

ただし、ラジオ体操指導者は単に技術を習得し、知識を得ただけでは不十分である。ラジオ体操を実際に行う人は「集う楽しみ」つまりコミュニティを求めている。特にブラジルの日系人はこのコミュニティに非常に高い価値を感じている。飛行機に乗ってわざわざサンパウロで開催されるラジオ体操大会に参加するのは、友達をつくり、コミュニティの輪を広げたいと思う人が多いからである。その意味で、ラジオ体操指導者にはコミュニティを上手にコーディネートする技術が求められる。更に、指導者の資質としてバイタリティ（活力）とスペシャリティ（専門性）に加え、オーガナイザー（組織力）等も備えたい（V.S.O.P）。ラジオ体操講習会でもこうした研修プログラムを検討されるとよい。**普及のポイントは指導者の「V.S.O.P」が鍵である。**また行政への協力も重要である。上部団体や友好団体との交流は普及に欠かせない。

Ⅱ. 佐川幸司氏へのアンケート

1. ハワイにおけるラジオ体操について

(1) ハワイでラジオ体操が普及した契機

平成 10 年より、冬季期間ハワイに滞在するようになった佐川氏は、毎朝ラジオ体操を行っていたところ、徐々に参加者が増えるようになってきた。観光地ということもあり、地元の人々ばかりではなく、観光客もラジオ体操を行っていたが、平成 21 年に地元のラジオ局に出演依頼があり、日本の伝統文化を伝える健康に良いラジオ体操という触れ込みで、ラジオ体操の歴史から一つ一つの動きを、放送を通じて指導するようになったことがハワイでラジオ体操が普及したきっかけである。

(2) ハワイでラジオ体操が広まった理由

毎朝 6 時 25 分と 9 時 25 分前後にラジオ体操が放送されるほか、毎週水曜日は公園でのラジオ体操の指導も行われており、ラジオ体操を普及するにあたってのインフラが整っていることが、ラジオ体操が広まった理由の一つである。

また佐川氏に対する幼稚園や小・中学校、高等学校からもラジオ体操の指導依頼も多く寄せられており、若年層のラジオ体操の普及啓発も進められている。

(3) ハワイにおけるラジオ体操普及の課題

ハワイは治安が良く、親日的であり、地域における普及における障害は特にない。

(4) ハワイにおける現在のラジオ体操の普及状況について

現在はワイキキ周辺で少数の人々がラジオ体操を実践するに留まっているが、上記で示した通り学校組織を通じた普及啓発も行われており、またラジオ体操普及のためのインフラも十分に備わっていることから、ラジオ体操普及の可能性は十分にあると考えられる。



図表 3：ハワイでのラジオ体操の様子

第3章 海外進出企業におけるラジオ体操普及推進状況の現状と課題

本調査では、海外に進出している日本企業によるラジオ体操の普及状況ならびにラジオ体操普及における課題について調査・検討する。国別にみた現地法人数、とりわけ製造業の現地法人数、および現地法人の従業員数・日本からの派遣者数を総合的に勘案し、調査の対象は中国、東南アジアではタイ、欧州ではイギリスを対象とすることとした。

1節 調査結果のまとめ

今回の調査で明らかになったのは、日系企業の海外進出先でラジオ体操の普及を行うには困難である、ということである。各国によって状況は様々であるが、東アジアは対日感情を考慮する必要があり、特に中国では自国のラジオ体操を既に有していることもあり、普及は極めて困難であるといえる。東アジアでの普及可能性があるのは親日的な台湾が候補といえるだろう。

東南アジアではタイなどが候補として挙げられるが、タイにもタイ式ヨガなどが根付いており、ラジオ体操を一から普及させるのは難しい。欧州地域は、体操と言えばストレッチが中心であり、また全員で同じ動作を行うということに抵抗を示す地域でもあるため、やはり普及は難しいだろう。

上記以外にも、「屋外で皆が集まってラジオ体操を行う」という行動には、海外ではリスクを伴うという指摘もあった。例えば「ラジオ体操の振り付けが、場合によっては「宗教を侮辱している」など、あらぬ誤解を招く恐れもある」といった懸念である。

これらのことを考慮するならば、日系企業の進出の多い海外地域では、屋外ではなく屋内でのラジオ体操普及に、まずは注力するべきであろう。調査の結果から、多くの駐在員はNHKの海外放送を受信しており、ラジオ体操（テレビ体操）を視聴している人も多いようである。海外でNHKを受信している邦人に対して、例えば日本祭りなどのイベントを通じてラジオ体操を促すアプローチをとっていくことが必要になるだろう。また、現地の日本人学校などにも普及を促すことも必要である。子どもがラジオ体操を覚えることで、その親も一緒にラジオ体操を行うきっかけができる可能性がある。

日系企業が多い海外地域においては、NHK受信者と日本人学校の子供たちをターゲットに、ラジオ体操の効果をわかりやすく解説、説明した資料を日本語・英語それぞれ準備しつつ、ラジオ体操の普及を進めていくべきであろう。

第4章 JICA ボランティアによるラジオ体操普及推進状況の現状と課題

本調査では、海外での我が国のラジオ体操の取り組み状況を把握する観点から、開発途上国の経済・社会の発展、友好親善・相互理解等を目的に世界で活躍されている JICA ボランティアに参加している青年海外協力隊、シニア海外ボランティア、日系社会青年ボランティア、日系社会シニア・ボランティアの方々を対象にラジオ体操の普及・取り組み状況に関する調査を行った。

1 節 JICA ボランティアへのアンケート調査

I. 調査概要

JICA 青年海外協力隊事務局の協力の下、JICA ボランティアに参加している青年海外協力隊、シニア海外ボランティア、日系社会青年ボランティア、日系社会シニア・ボランティアの方々約 3,000 名を対象にラジオ体操の普及・取り組み状況に関するアンケート調査を行った。調査の概要は下記のとおりである。

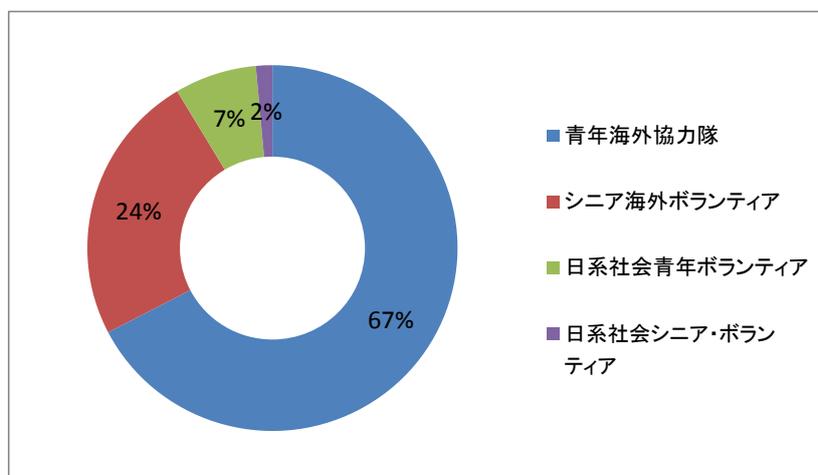
期 間 2月1日～2月15日

対 象 青年海外協力隊、シニア海外ボランティア、日系社会青年ボランティア、
日系社会シニア・ボランティア

方 法 ウェブアンケート調査

回答数 280 サンプル（回収率は約 10%）

- 青年海外協力隊・・・189名（67.5%）
- シニア海外ボランティア・・・67名（23.9%）
- 日系社会青年ボランティア・・・20名（7.1%）
- 日系社会シニア・ボランティア・・・4名（1.4%）

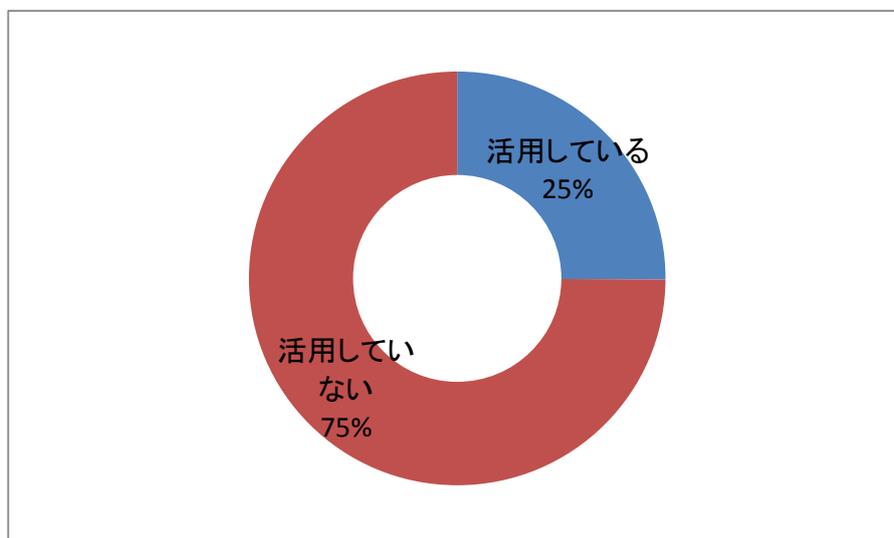


図表 4：ウェブアンケート調査回答数

II. 調査結果

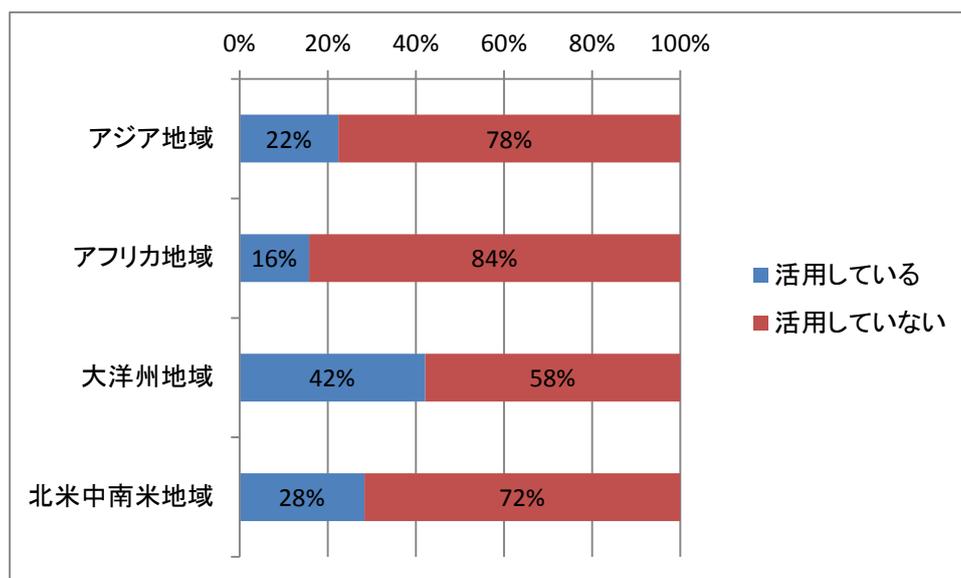
1. 自身の健康維持のためにラジオ体操を行っている人の割合

今回のアンケート調査に回答した人のうち、自身の健康のためにラジオ体操を行っている人の割合は25%であった。



図表 5：自身の健康維持のためにラジオ体操を行っている人の割合

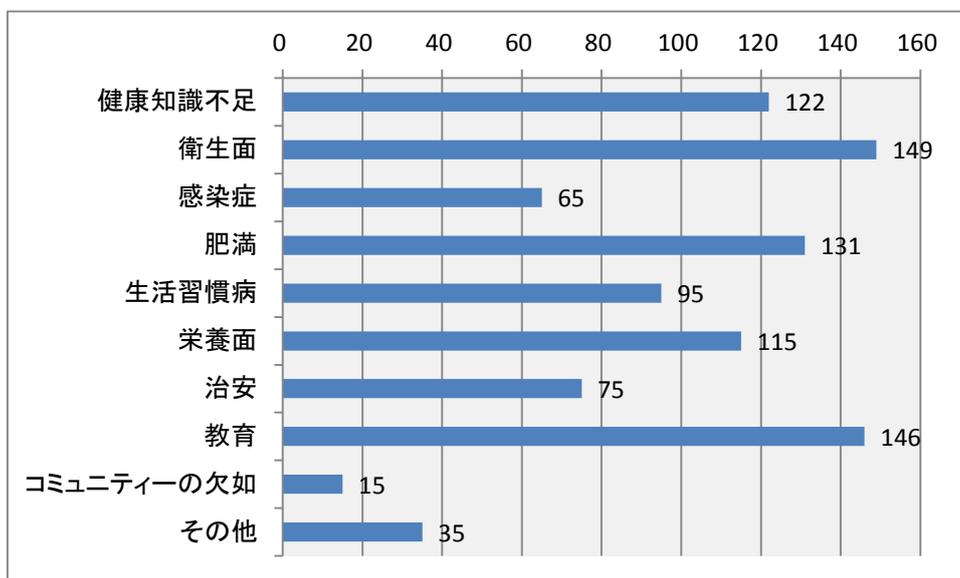
なお、地域別に比べると、アジア地域では22%、アフリカ地域では16%、大洋州地域では42%、北米中南米地域では28%の人が自身の健康のためにラジオ体操を行っていることが明らかになった。



図表 6：自身の健康維持のためにラジオ体操を行っている人の割合(地域別)

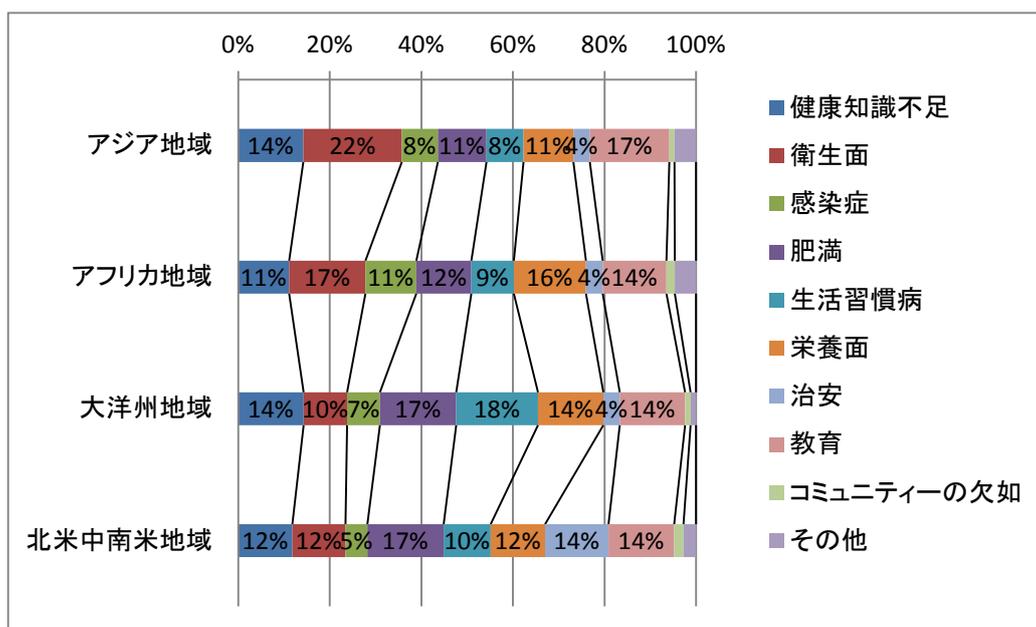
2. 当該派遣国の健康面・社会面の課題（複数回答）

今回のアンケート調査に回答した人の派遣国における健康面・社会面の課題のうち、最も多かったのが衛生面、ついで教育、3番目が肥満であった。健康知識不足は4番目である。



図表 7：当該派遣国の健康面・社会面の課題

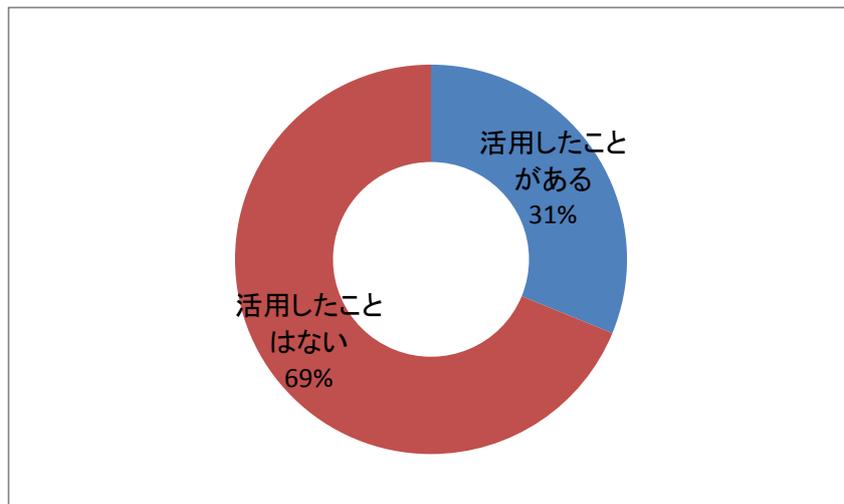
なお地域別にみると、最も課題となっているものはアジア地域・アフリカ地域では衛生面、大洋州地域と北米中南米地域では肥満が挙げられた。



図表 8：当該派遣国の健康面・社会面の課題（地域別）

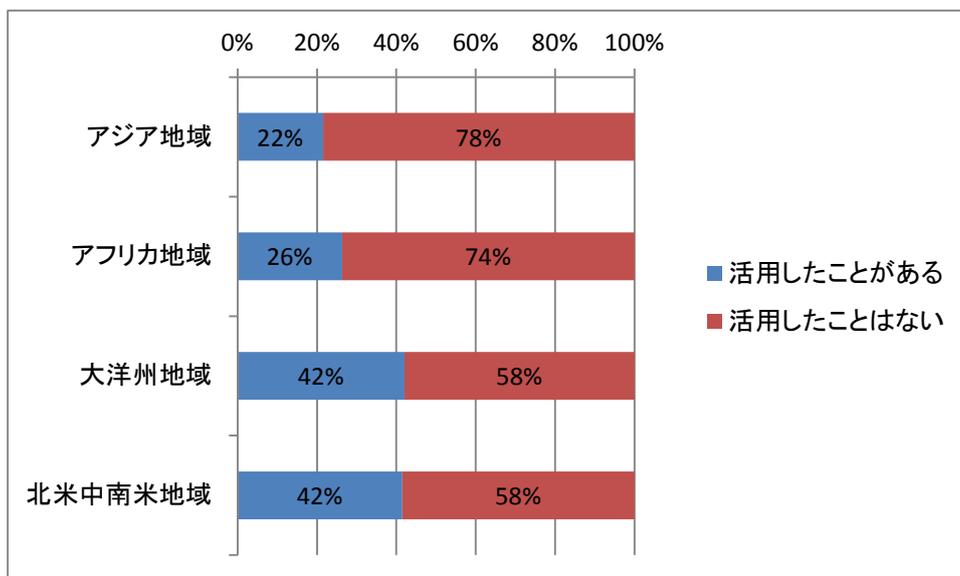
3. 派遣国での活動中、ラジオ体操を活用した割合

今回のアンケート調査に回答した人のうち、ラジオ体操を活用したことがある人の割合は31%であった。



図表 9：派遣国での活動中、ラジオ体操を活用した割合

なお地域別に比べると、ラジオ体操を活用したことがある人の割合は、アジア地域では22%、アフリカ地域では26%、大洋州地域では42%、北米中南米地域では42%であった。



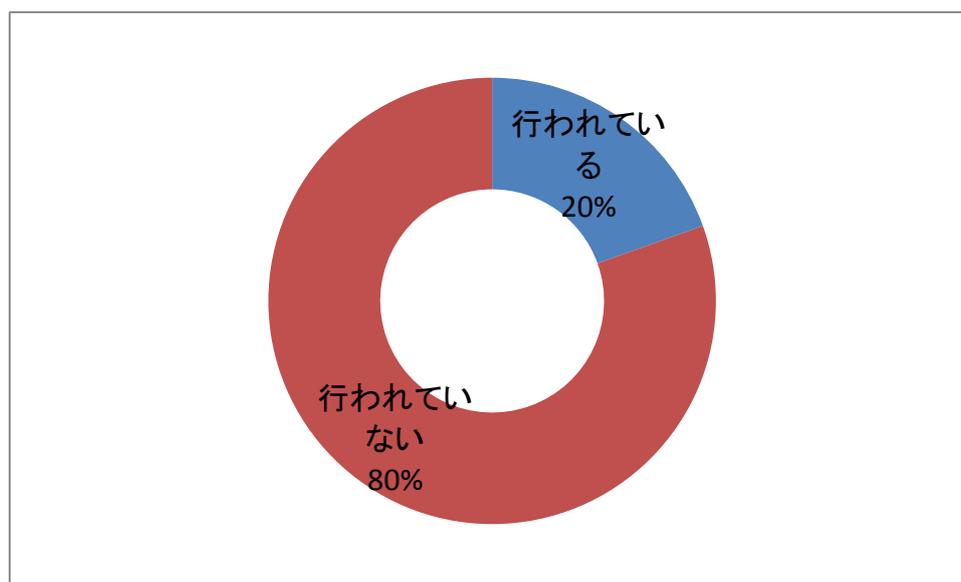
図表 10：派遣国での活動中、ラジオ体操を活用した割合（地域別）

4. ラジオ体操を行った人数

派遣国でラジオ体操を行った人のうち、一緒にラジオ体操を行った人の数（延べ人数）は、平均で90名、最大で800名であった。

5. 派遣国でラジオ体操に類似した体操が行われていると答えた人の割合

派遣国でラジオ体操を行った人のうち、派遣国でラジオ体操に類似した体操が行われていると答えた人の割合は20%だった。



図表 11：派遣国でラジオ体操に類似した体操が行われていると答えた人の割合

なお、類似した体操のうち、主なものは肥満の解消を目的としたエアロビクス、あるいは準備運動としてのストレッチ体操であった。固有名称があるものは下記の通りである。

- ズンバ
サモアで行われているエアロビクス体操。ラテン音楽のステップを取り入れている。
- ボテージャ
ペルーで行われている体操。ペットボトルを用いるのが特徴。
- バイロセラピア
エクアドルで行われているエアロビクス体操。ダンス療法としても用いられている。

2節 JICA ボランティアへの詳細調査

上記アンケート調査から、ラジオ体操普及を積極的に推進している青年海外協力隊、シニア海外ボランティア、日系社会青年ボランティア、日系社会シニア・ボランティアを対象に詳細調査を行った。なお隊員のプライバシーを考慮し、氏名については匿名とする。

I. 南米の子供向けラジオ体操普及に関する事例

1. アンケート回答者の情報

氏名	A氏
派遣国	エクアドル（北米中南米地域）
ボランティアの種類	青年海外協力隊
活動分野	人的資源

2. ラジオ体操に関する取り組みの概要

配属先の小学校で各クラス週に一回体育の授業を受け持っているが、必ずラジオ体操で授業を始めている。配属されて間もない頃は腕を伸ばしたりひざを曲げたり、一つ一つの動きを細かくそして厳しく教えていた。もうすぐ活動も一年を迎えるが、今では高学年は音楽を聞くと生徒たちだけでも体操できるようになった。一つ難しいのは音楽に合わせて体操をすることである。一つ一つの動きはある程度覚えられるがリズムがなかなかとれないため、後になるにつれてどんどん音楽とズレてしまうのが課題である。

3. ラジオ体操を行った効果

音楽と一緒に体操するということが子供たちにとっては魅力的であり、実際子供たちの体が少し柔らかくなったようである。

Ⅱ. アジアの企業におけるラジオ体操普及に関する事例

1. アンケート回答者の情報

氏名	B氏
派遣国	ブータン（アジア地域）
ボランティアの種類	シニア海外ボランティア
活動分野	人的資源

2. ラジオ体操に関する取り組みの概要

この事業所には、総数約 100 名の職員・研修員がおり、平成 10 月～11 月期間中に約 10 回程度往訪し、ラジオ体操第一・第二の指導をした。また平成 27 年においても、職員の方々の「今年も是非来ていただきたい」という要望があったので、時間を見つけては往訪しようと考えている。

時間帯は、職員・研修生の都合の良い時間に合わせて指導しており、朝 9 時ぐらいから約 10～15 分程度、指導を行っている。職員の仕事内容を考えると、ラジオ体操第一・第二にプラスして柔軟体操等を行う必要もあるのではないかと考えている。職員の方々の体操の定着度、自主的な取り組み姿勢も、少しずつ見られるようになってきている。

担当の方より、「JICA ボランティアが指導するようになってから、「参加者が以前より少し増えて来た」「音楽のリズムに乗って、体操が出来る人が増えた」「細かな動きが、その目的を達成する動きとなって、少しずつ統一されてきた」等の意見がある。

3. ラジオ体操を行った効果

ラジオ体操の結果、「体が重いという感じが薄らいだ様に感じる」、「特に腕・肩・足の筋肉がスムーズに動かせるようになったと感じる」との意見がある。また、「毎朝、少しの時間だが皆が体操会場に集まるので、挨拶が出来たり少し会話が出来たりして、コミュニケーションがスムーズに取れ、仕事への効果も感じている」といった意見もある。

Ⅲ. 南米企業におけるラジオ体操普及に関する事例

1. アンケート回答者の情報

氏名	C氏
派遣国	チリ（北米中南米地域）
ボランティアの種類	シニア海外ボランティア
活動分野	商業・観光

2. ラジオ体操に関する取り組みの概要

約1年半（200回以上）赴任先の社員と勤務の前にラジオ体操第一（スペイン語）と第二（日本語）を行っている。ユー・チューブからラジオ体操のスペイン語版の音楽をダウンロードし、実演しているところをビデオ撮影し、スペイン語版のラジオ体操指導ビデオを編集した。次にインターネットからラジオ体操に関する情報を収集し、ラジオ体操の特徴などを紹介するパワーポイント資料を作成した。その後、コンピューター用スピーカーを購入し、毎朝ラジオ体操を実施できる体制を作った。更に日本からラジオ体操の本（ビデオ付）を送ってもらい、JICAボランティアが行うラジオ体操（スペイン語）と正しいラジオ体操（日本語）のビデオを流し、比較しつつ教育した。企業改善活動の一環として、企業4社、1大学にそれらのビデオを使って紹介した。最初の驚きと関心は非常に高かったが、導入には人と時間が必要と考え、躊躇してしまっているのが現状だ。

3. ラジオ体操を行った効果

会社でのラジオ体操の実施については、チリ人の朝の出勤時間への認識が明確になり、会社生活にメリハリができた。仲間意識が強くなった。健康にも効果があると感じてもらえたと考えている。

ラジオ体操を講義で行うことで講義の本気度が伝わり、その後日本の安全文化について非常に興味を持って聞いてくれるようになったことも効果の一つである。

IV. 日系社会におけるラジオ体操普及に関する事例

1. アンケート回答者の情報

氏名	D氏
派遣国	ブラジル（北米中南米地域）
ボランティアの種類	日系社会シニア・ボランティア
活動分野	人的資源

2. ラジオ体操に関する取り組みの概要

日本語学校では児童クラスの授業日には必ずラジオ体操をしている。体育関連の行事がある際は成人もラジオ体操を行っている。ボリビアから高齢者介護の JICA 日系社会シニア・ボランティアを招いた際は、「みんなの体操」も行った。

モデル校である関係で、年に2回日本語教師対象の研修会（1泊2日）を行っているが、2日目の朝は必ずラジオ体操をすることになっている。「宿泊する研修会朝は必ずラジオ体操をする」というのが共通認識のようである。また州内の他日伯団体も、運動会では必ずラジオ体操をしている。どうしてラジオ体操をするのか、他の教師たちに尋ねたところ、各々「日本文化だから」「朝は体操から始めるのが、日本人の習慣だから」という回答を得た。

3. ラジオ体操を行った効果

ブラジルの学校では体育の時間が少ない。（あっても一部の私立校のみ、しかも短時間）なのでラジオ体操は子供にとってよい運動になる。

また、他人に合わせるという行動を促す意味でも重要である。ブラジルでは、体育・音楽の授業が少ないので、当地の子供たちは他人に合わせて一緒に体を動かす（体操）、一緒に歌う（合唱）、一緒に演奏する（合奏）等ということがなかなかできない。団体行動の訓練・練習は良くも悪くも日本の学校教育の特徴だが、日系人がそれを「日本文化」「日本の習慣」ととらえているのは事実である。反対に、ブラジルの子供たちは団体行動が苦手であるが、個人技は目を見張るものがある。この辺りはサッカーにも通じるものがある。

大人たちにとってラジオ体操は子供にお手本を示せるよい機会であり、また自身にとってもよい運動となっているようである。

日系人が多くない当地で、「日本祭り」「和太鼓」といった日本文化が注目されているのは特筆に値するのではないかと思う。20数年前、運動会前に一斉にラジオ体操をする私たちの姿を見て、現地の子供たちは指さしながらゲラゲラ笑っていたが、今は非日系の子供も真剣な眼差しで一緒に体操をしている。

V. 他国の国民体操作成に関する事例

1. アンケート回答者の情報

氏名	E氏
派遣国	バングラデシュ（アジア地域）
ボランティアの種類	青年海外協力隊
活動分野	人的資源

2. ラジオ体操に関する取り組みの概要

日本のラジオ体操を紹介し、バングラデシュでも国民的体操をつくり始めることになった。国民的体操作りは音楽決めから始まった。バングラデシュには有名な詩人が2人おり、1人は国歌を作りノーベル賞も受賞した詩人ロビンドロナート・タゴール、もう1人はノズルール・イスラムである。国民的体操ということでノズルール・イスラムの曲を使うことになった。

体操の普及については、小学校、県や郡の行政オフィス、スポーツ学院の全国支部、また全国にいる JICA ボランティアに協力を依頼して行う計画だ。全国で体操する様子をビデオに録り、それをテレビで放映して広めるというプランを現在描いている。

なお国民的体操作りにあたって、政府青年スポーツ省の許可を取ろうとレターを送っているが、現在政情不安定のため中断している。

3. ラジオ体操を行った効果

バングラデシュの国民的体操づくりに先立ち、国立スポーツ学院のコーチたちに日本のラジオ体操を紹介。その際一緒にラジオ体操を体験してもらったが、「動きがシンプルで覚えやすい」「短い時間で様々な動きをできる」との意見があり、非常に好評であった。

3節 調査結果のまとめ

ラジオ体操が普及するにあたってのキーワードは健康増進とコミュニティの形成である。ウェブアンケート調査の結果、派遣国における社会的課題としては、衛生面、健康知識不足、教育が上位を占める一方、最も低位はコミュニティの欠如の課題であり、途上国ではコミュニティの欠如は課題となっていないことが判明した。また、社会的課題の第4位に肥満が挙げられており、これは健康知識不足から派生する課題と言えるが、大洋州と中南米では肥満の問題が最も多く取り上げられている。実際、大洋州と中南米ではラジオ体操を活用する隊員が多かった。以上の結果から、ラジオ体操を普及するにあたっては、肥満の解消といった健康増進効果が訴求ポイントとなるだろう。

上記ウェブアンケートを受けて、特にラジオ体操の普及に熱心な人を選定し、詳細アンケートを行った結果、ラジオ体操普及のきっかけは主として、派遣前にラジオ体操の講義を受けていたことがきっかけで健康づくりのツールとしてラジオ体操を思いつく、あるいは気づかされ始めるということが多かった。実際ラジオ体操を活用して活動している人の割合は3割を超えており、自分自身のために行っている人の割合よりも多かった。

派遣国における健康課題としてはやはり肥満を挙げる人が多かった。肥満の理由は食生活が影響していることもさることながら、運動の習慣がないといった声も挙げられた。日本人、あるいは日系人はスリムな人が多いことから、日本の健康習慣に対する派遣先国の人の関心は強く、ラジオ体操を行っている地域では、ラジオ体操は日本の健康習慣の一つであると認知されているようだ。

ラジオ体操の普及上の課題については、現地語のラジオ体操のCDやビデオがないといったインフラ面における課題のほか、体操の習慣がそもそもない、規則正しい生活をするという習慣がないといった文化面における課題を挙げている人も多かった。

派遣国における普及にあたって簡保協会に求めることについて、共通しているのが現地語でのラジオ体操のCDやビデオの作成であり、これは前述のインフラ面の課題の裏返しである。その一方でラジオ体操の普及団体としての簡保協会の認知度は低く、「簡保協会の存在を知っていればもっと普及をうまく進められた」といった声も聞かれた。今後は海外でラジオ体操普及を担う人々のニーズに応えながら、簡保協会の認知度を向上させることも必要となるだろう。

第5章 総括

本調査の結果を踏まえ、今後の海外におけるラジオ体操普及に関する詳細調査のための候補地を検討することで、本調査の総括とする。

まず、ブラジルはラジオ体操普及組織が確立されており、また日本語学校などでも積極的にラジオ体操が取り入れられていることから、ブラジルでのラジオ体操普及可能性は十分にあるといえる。現在、ブラジルにおけるラジオ体操参加者は減少傾向にあるが、ラジオ体操の健康に対する効果をしっかりと訴え、また日系人コミュニティ再生の一つのツールとしてラジオ体操を絡めていけば、ラジオ体操は普及していくと考えられる。

ハワイには伝統的なラジオ体操普及組織は存在しないが、地元ラジオというメディアを通じてラジオ体操が毎朝流されているというのは他国に例を見ない非常に恵まれた状況である。現地に住む日系人の他、観光客も巻き込んでのラジオ体操普及活動は、そのまま観光客が日本に帰国した後もラジオ体操を行うきっかけづくりにもなり、また現地の小中学校からもラジオ体操に対するニーズが存在するなど、しっかりとしたラジオ体操普及活動を行えばハワイにおける普及の可能性は極めて高いといえる。

一方、海外進出企業の多い地域で、特にラジオ体操普及の可能性が高い地域を特定するのは難しいということが今回の調査から明らかになった。個別の企業や工場などでラジオ体操を行っている事例は存在するが、普及組織が確立されているわけではなく、規模も非常に小さい。また、文化的な違いもあり、屋外で集団が同じ行動をとることを奇異に捉えられたり、ラジオ体操の振り付けがあらぬ誤解を招いたりする可能性もある。従って、海外進出企業の多い地域でラジオ体操を普及させるというよりは、NHKの海外放送を受信している在留邦人に向けた屋内で行うラジオ体操の普及啓発を行っていくことが現実的だ。

JICA ボランティア調査の結果からは、大洋州および中南米地域が肥満解消を目的にラジオ体操が普及する可能性を見出すことができた。日本人はスリムな人が多く、日本の健康習慣に対する派遣国の人の関心は強いようであり、ラジオ体操は日本の健康習慣の一つであると認知されている場合もあるようだ。ただし JICA ボランティアの派遣国では、現地語の CD やビデオなどラジオ体操を普及するためのインフラが整っていないこともあり、普及には腰を据えた取り組みが必要になると考えられる。

以上から、ラジオ体操の普及可能性が高く、今後の海外におけるラジオ体操普及に関する詳細調査を行うに適した地域は、ブラジル、ハワイが妥当であると考えられる。

以上