

# 体操絵本「のび〜！」プロジェクトのご紹介

esd-j 投稿日:2022/04/11



2021年10月31日に開催されたESDカフェTokyo「身土不二」の講師にお招きした鈴木大輔さんが、40歳になる節目の年に、日体大体操部の同期と体操絵本を作りました。Shiziu Gimnasticsが送る体操絵本「のび〜！」です。

今回の絵本、3つのねらいがあります。

## 一つ目は、子ども達に向けて

絵本を通して、体を動かす楽しさを感じてもらいたい。

絵本に出てくるお友達になりきって、楽しく体を動かしてもらえたらと思っています。

絵本と同じ動きでもよし、違ってよし！その子らしく、のびのびと動いてくれる事が一番です。

## 二つ目、大人に向けて 「親子、保育者、そして、高齢者の方」

親子、保育現場などで絵本を通して「子ども達と一緒に体操を楽しんでもらいたい！」という想いをカタチにしました。

また、絵本の読み聞かせが高齢者の方の認知機能を維持させるという研究報告があります。

高齢者の方々との体操絵本を通じて世代間交流が生まれ、地域全体がイキイキ健康になったら最高です。

## 三つ目は、社会に向けて 「“体操”の力で社会の問題点を解決する！」

今回の絵本イラストは、医療的ケア児を支援するNPO法人mamacareのyuppyさんに依頼しました。

ささやかではありますが、イラストの制作費、絵本の収益金全額をNPO法人さんの活動資金に充てさせていただきます。

体操には“体をしなやかにする”効果は勿論のこと、“社会全体をしなやかにする力”があると考えています。

制度と制度の狭間で、苦しい思いをしている子ども達や家族の方々に、少しでもお力になればと思っています。

「からだをうごかし、社会をうごかそう！」今回の重要なテーマです。是非ご賛同頂けたら嬉しいです。

絵本は下記のサイトからのみ購入が出来ます（一般の書店で販売はありません）。

ご賛同頂けたら幸いです。よろしくお願いたします。

<https://www.kopas.co.jp/nobii/>

・のび〜！体操動画

<https://youtu.be/QoAIzVJacSs>

★絵本プロジェクト★

印刷・販売：小宮山印刷工業株式会社

編集：まとう kodomoto 工房

体操担当：小林よしひさ（主将・元 NHK おかあさんといっしょ体操のお兄さん）

館山しゅんすけ 梅田りえ、鈴木だいすけ、（主務・NHK テレビ・ラジオ体操）

イラスト：NPO 法人 mamacare

音楽担当：しかのてつや

医療担当：吉岡としたか（つむぎこどもクリニック）

体操動画：吉江はるな（NHK テレビ体操）、今井なつみ（NHK テレビ体操）、新井ようた（NHK テレビ体操）

