

週刊イマドキ学生新聞
FOCUS
あなたの世界が、ちょっと広がる。

vol.260

幻のラジオ体操 第3

医学博士
龍谷大学社会学部教授
安西 将也
〈体操指導〉
龍谷大学社会学部教授
井上 辰樹

幻の

ラジオ体操

第3



メディアで話題!
各種自治体でも採用!

ラジオ体操は、第1、第2、みんなの体操だけではなかった!

終戦後1年半だけ放送された「ラジオ体操第3」を復刻!

角川書店



1日の始めにやると
元気が出ます
(70代女性Yさん)

安西将也：著「DVD 付き 幻のラジオ体操第3」（角川書店）より

約70年前にラジオで放送されていたラジオ体操第3（以下、「第3」）を、龍谷大社会学部の安西将也教授（公衆衛生学）らが復元し、話題となった。5月からDVD付き解説本が販売中で、今月22日にはCDが発売される。健康づくりの方法として第3の普及に努めてきた安西教授の取り組みとこれからの目論見を取り上げる。

足踏み運動から始まり、両手をグルグルしたり、後半には大ジャンプしたり……。戦後すぐの時期に約1年半ラジオで放送され、その後復活することなく眠り続けていた「幻」の第3。安西教授は2年前、YouTubeにアップされていたCD音源を娘にピアノで再現してもらい、古い文献資料に記載された動作解説図を使ってよみがえらせた。復元には同学部の井上辰樹教授（運動生理学）も協力。同年、自前で制作した普及用DVDでは、娘のピアノと井

上教授の号令に合わせて同学部の学生3人が第3を実演している。複雑な動作と速めのリズムが特徴だ。そもそもこのきっかけは東近江市（滋賀県）から、市民の健康増進のため、うつ病予防を含めた「1こころとからだの健康づくり事業」への協力を依頼されたことだった。それまで第3の存在は知っていたが、どんなものかは知らなかったという。健康づくりの重要性が増すとされる40歳以上の市民の健康調査結果にもとづき「運動強度が高

安西先生…!! 体操がしたいです……

い第3の定着」と「理想的な生活の普及」を事業内容に決定した。当初はDVDを無料で市民に配布していたが、後に市が有料販売するようになり、それでも購入者数は増え続けた。最も忙しかったのは1年前。全国からのDVD・CDの希望や講演・表演の依頼、テレビ・新聞などメディアの取材が殺到し、研究活動の危機を感じたこともあったそうだ。

龍谷大では「幻のラジオ体操第3」という名のサークルが、4月から活動している。大学サイト内には活動内容として「ラジオ体操第3の普及活動」との記載が。市町村、団体、企業などのリクエストを受けているいるな場所に出向き第3の実演や指導を行っている。安西教授ら教員と学生らがメンバーだ。

安西教授には今後に向けた目標がある。一つは、複数人がタイミングを合わせて難易度の高い第3を競演するコンテストの開催だ。「仲間とやれば楽しいし続けられ

る。目標もなくやるよりコンテストという目標を持った方がよい。講演会では「開催したい」と繰り返している」と話す。もう一つは、子どもをターゲットにした普及活動。第3は「子どもにもウケる」と確信を持っている安西教授。家族ぐるみで巻き込んでいきたいと意欲を語った。

「先生、大学生向けの普及活動は？」と記者が質問すると、「身近な所を考えていなかった（笑）」。しかし教授の知らないうちに、どこかの大学生がラジオ体操に目覚める日もきっと近いに違いない。

(聞き手＝田中弘二)



7月22日発売予定のCDのサンプル（日本コロムビア）

UNN 関西学生報道連盟

配信・発行 (C) UNN 関西学生報道連盟 (公式HP) <http://www.unn-news.com/>
■共同編集室 〒532-0011 大阪市淀川区西中島4-2-24 ダイニホンビル4F
(TEL) 06-6307-1315 (FAX) 06-6829-6353 (MAIL) info@unn-news.com

FOCUSは
神戸大学ニュースネット委員会
同志社大学 PRESS 編集部
NEWS 立命通信社
関学新月通信社
阪大 POST 通信社

関西大学タイムス編集部
神戸女学院大学 K.C.Press 編集部
京都女子大学藤花通信編集部
京都大学 CLOCK 編集部

の共同編集による週刊フリーペーパーです