

vol.14

2021年11月発行

かんぽ生命がお届けする健康づくり応援情報誌

# ラジオ体操®

## かんぽ生命とラジオ体操について

かんぽ生命とラジオ体操の歴史

## 皆さまの健康増進をサポート

1000万人ラジオ体操・みんなの体操祭  
巡回ラジオ体操・みんなの体操会

## 子どもたちの体力づくりをサポート

全国小学校ラジオ体操コンクール  
小学校での出張授業  
ラジオ体操出席カード

ラジオ体操 公式YouTubeチャンネル  
自治体とのリレーションシップ  
企業向けラジオ体操ワンポイントレッスン

## サステナブルな世界へ

気候変動・環境保全に取り組み、カーボンニュートラルの実現へ  
ESG投資を推進し、企業価値の向上と社会の発展にチャレンジ  
車いすテニスへの支援を通して、ダイバーシティ社会の形成に貢献

# かんぽ生命とラジオ体操について

ラジオ体操は、かんぽ生命の前身である  
逓信省簡易保険局によって1928年に制定されました。

制定時に掲げられた「ラジオ体操によって国民が健康になり、寿命が伸び、幸福な生活を営むことができるように」という想いはかんぽ生命が受け継ぎ、サステナビリティ(持続可能性)を巡る社会課題の解決に貢献すべくさまざまな取組みを行っています。

## かんぽ生命とラジオ体操の歴史

1928年(昭和3年)、逓信省簡易保険局(現在のかんぽ生命)が  
初代ラジオ体操を制定(当時は、国民保健体操という名称でした。)



# 皆さまの健康増進をサポート

一人ひとりが心豊かに生き生きと過ごせる社会の実現へ

健康寿命(自立した生活を営むことができる期間)の延伸やWell-being※向上への関心が高まっている今、かんぽ生命は皆さまが心身ともに健康で質の高い生活を送ることができる社会の実現およびSDGsの達成に貢献していきます。



※Well-being: 肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあること。

## 1000万人ラジオ体操・みんなの体操祭

国内最大級のラジオ体操イベント!

広大な会場で、全国各地から参加された方々が一斉にラジオ体操を行う年に一度の国内最大級のラジオ体操イベントです。青空の下、ラジオ体操で心地よい汗を流す様子はNHKテレビ放送で国内外に発信されます。



## 巡回ラジオ体操・みんなの体操会

全国各地で開催!  
地域のコミュニティを育むラジオ体操イベント!

お子さまからご年配の方まで、幅広い世代の方々に気軽に参加いただけるラジオ体操イベントです。毎年、全国各地で開催され、ラジオ体操を通じて地域の方々がつながるコミュニティの場となっています。



# 子どもたちの体力づくりをサポート

## ラジオ体操を通して、子どもたちの体力づくりを応援したい！

そんな思いから、かんぼ生命は小学生を対象にしたラジオ体操イベントを毎年行っています。これからもラジオ体操を通して、全国の子どもたちに体を動かすことの喜びや学びの場を広めていきます。

### 全国小学校ラジオ体操コンクール

#### 小学校の仲間たちと、同じ目標に向かって元気にラジオ体操！

元気良く、正しくラジオ体操を行う様子などを撮影した動画をご応募いただき、全国の小学生を対象としたラジオ体操のコンクールです。

伸び伸びと元気に体操する子どもたちの様子や学年を越えてラジオ体操の動きを教え合う模様など、毎年全国各地の小学校からご応募いただいています。



### 小学校での出張授業

#### 特別プログラムの楽しいラジオ体操授業！

NHKテレビ・ラジオ体操でおなじみの体操講師やアシスタントが全国の小学校にお伺いし、かんぼ生命オリジナルのプログラムによる特別授業をご提供しています。

授業では、ラジオ体操の正しい動きや呼吸の仕方などを分かりやすく解説することで、子どもたちに体を動かすことの楽しさや心地よさを体感してもらうことができます。



### ラジオ体操出席カード

#### 毎日の規則正しい習慣づくり「ラジオ体操出席カード」

かんぼ生命は、子どもたちが夏休みの期間中も、早起きで規則正しい生活を送って欲しいという想いで1952年から毎年魅力的な「ラジオ体操出席カード」を作成し、全国の子供たちにお配りしています。

©2021 Pokémon. ©1995-2021 Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc.  
ポケットモンスター・ポケモン・Pokémonは任天堂・クリエーターズ・ゲームフリークの登録商標です。



### ラジオ体操 公式YouTubeチャンネル



#### ラジオ体操をサクッと解説！自宅で気軽に健康づくりの習慣を！

かんぼ生命のラジオ体操公式YouTubeチャンネルでは、立位と座位の動きを紹介するお手本動画をはじめ、カラダのお悩み別のラジオ体操活用法を紹介した「サクッと！ラジオ体操」など、さまざまなコンテンツを配信しています。



### 自治体とのリレーションシップ

#### ラジオ体操で、地域を元気に！

かんぼ生命は、全国各地の魅力を発信し、ラジオ体操で地域の方々が触れ合うことができるコミュニティの場をご提供しています。

2020年は全国各地の自治体にご協力いただき、地域の皆さまによるラジオ体操と自治体の魅力を発信する動画をYouTubeで配信し、再生回数に応じた金額を日本赤十字社へ寄付いたしました。



### 企業向けラジオ体操ワンポイントレッスン

#### 職場での健康づくり、健康経営を応援！

健康経営への関心が高まっている今、かんぼ生命では従業員の健康増進に積極的に取り組む企業を対象に、ラジオ体操の各動作の目的や効果的な動きなどを解説する「ラジオ体操ワンポイントレッスン」を全国各地で実施しています。



## ラジオ体操出席カードの歴史

1952 ▶ 2021





# サステナブルな世界へ ～かんぽくんの取組み～



## 気候変動・環境保全に取り組み、カーボンニュートラルの実現へ

2050年までに温室効果ガスの排出を全体としてゼロにする、カーボンニュートラル(脱炭素社会)の実現に向け、温室効果ガス排出量(CO<sub>2</sub>排出量)を削減していきます。

2019年度には、2013年度比で32%のCO<sub>2</sub>排出量削減を達成。今後は2030年度までに対2019年度比で46%減を達成するべく、施設の省エネ化および効率化による電気使用量の削減などに取り組んでまいります。また、緑を増やし、森を元気にする緑化推進などの環境保全活動の支援にも積極的に取り組んでいます。近年は、公益社団法人 国土緑化推進機構が実施する「緑の募金」に寄付を行い、植樹や間伐などの市民団体が実施する森づくり活動に貢献しています。



## ESG投資を推進し、企業価値の向上と社会の発展にチャレンジ



©欧州復興開発銀行

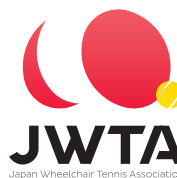
かんぽ生命は、中長期的に資産を運用する機関投資家として、全ての運用資産を対象に環境(Environment)・社会(Social)・ガバナンス(Governance)の諸要素を考慮した運用を実施しています。ESG投資においては、①Well-being向上、②地域と社会の発展、③環境保護への貢献の3つのテーマを重視し、かんぽ生命らしい“あたたかさ”の感じられる投融資を推進しています。

これまで、新型コロナウイルス感染症対策を目的とした債券、学校教育、職業訓練およびジェンダー平等を支援する債券、太陽光発電、バイオマス発電などの再生エネルギー事業などへの投融資を行ってまいりました。

今後も、上記のようなテーマに加え、健康増進に資する施設や企業への支援、子どもや高齢者、障がい者などが安心・安全に暮らせる環境づくりのための支援など、広くSDGsの目標達成や社会課題の解決に貢献できる投融資を実施してまいります。

## 車いすテニスへの支援を通して、ダイバーシティ社会の形成に貢献

かんぽ生命では、女性の活躍推進や育児・介護などと仕事の両立支援などさまざまな施策を通してダイバーシティ社会の形成貢献に努めています。また、2018年4月以降は、一般社団法人 日本車いすテニス協会のトップパートナーとして車いすテニスをサポート。全国各地で開催される車いすテニス大会や、次世代育成に向けた強化合宿やオンライン講習会などの協賛を行っています。2019年度には、車いすテニスプレイヤーの大谷桃子選手を所属選手として応援。翌2020年には正社員として迎え、サポート体制を強化。大谷選手は四大大会などで国内外の競合選手を相手に勝利を重ね世界を舞台に活躍しています。



一般社団法人 日本車いすテニス協会

### 大谷桃子選手

戦績：  
2020年全仏オープンシングルス準優勝  
東京2020パラリンピックダブルス銅メダル

## ラジオ体操® vol.14 (2021年11月発行)

発行：株式会社かんぽ生命保険 広報部 サステナビリティ推進室

〒100-8794 東京都千代田区大手町2-3-1 大手町プレスイエストタワー  
TEL:03-3477-0111(日本郵政グループ代表番号)

※当社は、法令等で定める場合を除き、あらかじめご本人の同意を得ることなく、個人情報を第三者へ提供することはありません。 ※本誌の記事・写真の著作権、管理権、その他の権利は株式会社かんぽ生命保険に帰属します。

かんぽ生命 ラジオ体操・みんなの体操

<https://www.jp-life.japanpost.jp/radio/>

かんぽ生命 ラジオ体操

検索