

「人生100年時代 ニッポンには“今”この体操が必要だ！」

進行：鈴木大輔（NHK テレビ・ラジオ体操）

人生100年時代と言われ、社会全体の健康意識が高まる中、超少子高齢化の我が国において“健康”をキーワードにした様々な商品やサービスが提供されています。また、SNSの普及により、多くの運動専門家から様々な運動プログラムや健康情報の発信も活発に行われています。一方で、情報を受け取るユーザの立場から考えれば、溢れる情報の中で何を選択すれば良いかに頭を悩ませている現状も見受けられます。

そこで、今回は多くの体操専門家が集う日本体操学会において、今の時代に求められる体操について検討していきたいと考えています。

具体的には参加者同士でワークショップを行いながらオリジナル体操を創作し、学会大会で創作した体操を「NHK テレビ体操 令和5年2・3月分火曜日午後のテレビ体操」内で放送します。

体操に関する様々な知見や情熱を有する先生方と議論しながら、“今”必要な体操を社会に提案していく企画です。是非ご参加下さい。

<全体スケジュール>

- ・11月 学会大会 ワークショップ・体操の素案作成
- ・12月 ワークショップを元に創作した体操（案）の最終調整
- ・1月 収録
- ・2月 火曜日 総合テレビ13時55分～ 令和5年2・3月（2か月間放送）



<オリジナル体操>



<夜のテレビ体操>