

## コロナ禍の今...全国のシニア層に元気と健康を届けたい! 日本プロ野球名球会が老人クラブとタッグを組んで、オリジナル体操を発信するプロジェクトを立ち上げるクラウドファンディングを開始

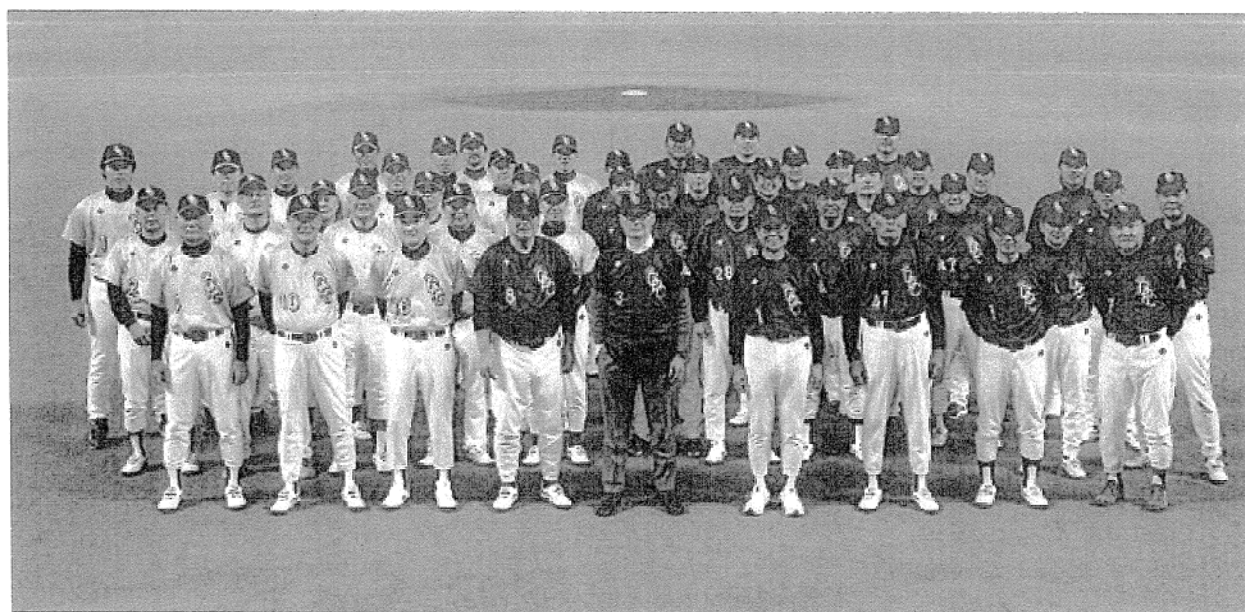
日本プロ野球名球会が制作総指揮でオリジナル体操を開発。全国のシニア層に元気と健康を届ける「名球会体操プロジェクト」を始動!2021年1月23日よりREDYFORにてクラウドファンディングを開始します。

一般社団法人 日本プロ野球名球会

2021年1月23日 10時00分



新型コロナの影響で高齢者の身体活動は3割減となり、健康被害はもちろん、そこから始まる精神的ストレスも含め、深刻な社会問題となっている中、一般社団法人 日本プロ野球名球会(本社:東京都中央区/理事長:山本浩二 以下、名球会)は、全国老人クラブ連合会(アクティブシニア層を中心に、約9.5万団体、約524万人の会員を擁する)の一部三県を中心に、さまざまなイベントやTV、エンターテインメントなどを通じて15年に渡り、応援し続けている老恋ジャー委員会(本社:東京都港区/運営:株式会社エグザクト/代表取締役社長:山本博司 以下、老恋ジャー)とタッグを組み、名球会が制作、老恋ジャーが監修・総指揮でオリジナル体操を開発し、全国のシニア層に元気と健康を届ける「名球会×老恋ジャー 体操プロジェクト」を始動! 2021年1月23日よりREDYFORにてクラウドファンディングを開始します。



新型コロナの影響で高齢者の身体活動は3割減となり、健康被害はもちろん、そこから始まる精神的ストレスも含め、深刻な社会問題となっています。

そこで、高齢者の健康維持をサポートする目的で「名球会×老恋ジャー 体操プロジェクト」を立ち上げ、“日本プロ野球名球会”の野球の知識、経験を生かした、シニア層向けのオリジナル体操を作成します。

“日本プロ野球名球会”とタッグを組むのは、“老恋ジャー委員会”。全国老人クラブ連合会(アクティブシニア層を中心に、約9.5万団体、約524万人の会員を擁する)の一部三県を中心に、さまざまなイベントやTV、エンターテインメントなどを通じて15年に渡り、応援し続けている団体。“日本プロ野球名球会”の野球で培った知識と経験と、15年に渡り、多くのシニア層と関わってきた“老恋ジャー委員会”のタッグだから可能となる、シニア層の

方々の健康維持に役立つ、誰でも手軽に出来る体操を提供していきたいと考えております。

#### ★「名球会×老恋ジャー体操」の考え方・特徴

- ① 生活能力の自立に向けた身体機能の維持・向上
- ② 運動習慣を身につける
- ③ 仲間と一緒に運動することで孤立感を解消する
- ④ 名球会の選手をイメージして楽しみながら実施

野球というスポーツは「伸びる」「ひねる」「走る」「飛ぶ」「止まる」「姿勢を整える」など「静」と「動」が共存したスポーツ。さらに、今回体操を考案いただく“日本プロ野球名球会”は、老恋ジャーに参加のシニア層の方々にとっては皆が共有できるトップアスリートで、多くの方々にとって思い出の中にいるヒーローだと思います。その思い出話をするだけでも、若い頃の熱い気持ちが残り、野球をしていなかった方、女性の方も、思い出話に盛り上げる男性陣のキラキラするその姿は、ともに共有できるものだと思います。今回制作の「名球会×老恋ジャー体操」は、運動に親しみのない高齢者が運動習慣を身につける良い機会。「身体能力の維持」や「廃用予防」や「介護予防」といった効果とともに、日々の生活の動作につながる動きを意識した、全身運動を提案。また、一人で実施しても、複数名で実施しても楽しめる体操として実施可能。老恋ジャーの皆様で実施することで「他者とのつながり」や「楽しみ」を育むきっかけにもなるのも大きな魅力です。さらに、誰でも知っている名球会の往年の名選手をイメージしながら実施することで「一人で実施する孤独感を削減、あの名球会の人をイメージしながら実施」が可能です。この体操をきっかけに「一人でのトレーニングは続かないけど仲間と楽しむ体操は参加したい」といったシニア層の意欲を引き出すことを目的とした体操となっています。わかりやすく、シンプルな構成の中に、野球の動きをベースにした全身運動を自然な形で促していきます。

#### ■名球会オフィシャルサイト

URL : <https://meikyukai.jp>

#### ■老恋ジャー委員会

URL : <https://www.kagayake.net/>

【本件に関する報道関係者からのお問合せ先】

「名球会×老恋ジャー体操」実行委員会 広報担当:菊地(未来サポート内)

電話:03-4400-7780 FAX:03-4586-9766

メールアドレス:kiku2020kiku@gmail.com