



## “なわとび”を使ったレクリエーションプログラム「なわトレ」 「なわトレマイページ」をリリース

こくみん共済 coop 〈全労済〉（全国労働者共済生活協同組合連合会 代表理事 理事長：廣田政巳）は、8月31日（水）に「なわトレマイページ」をリリースしました。

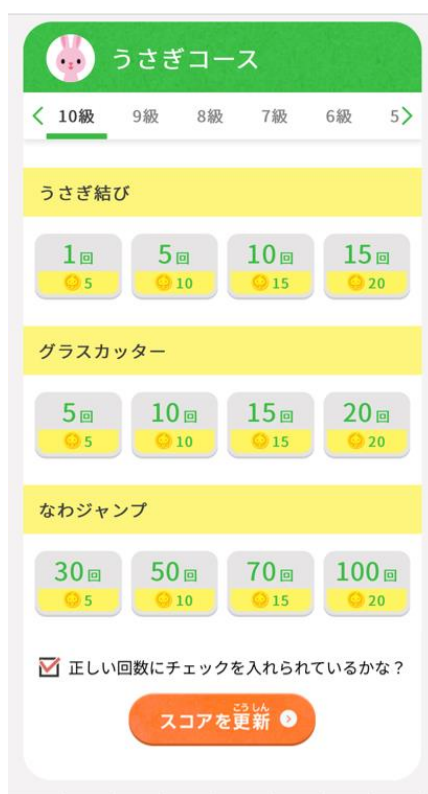
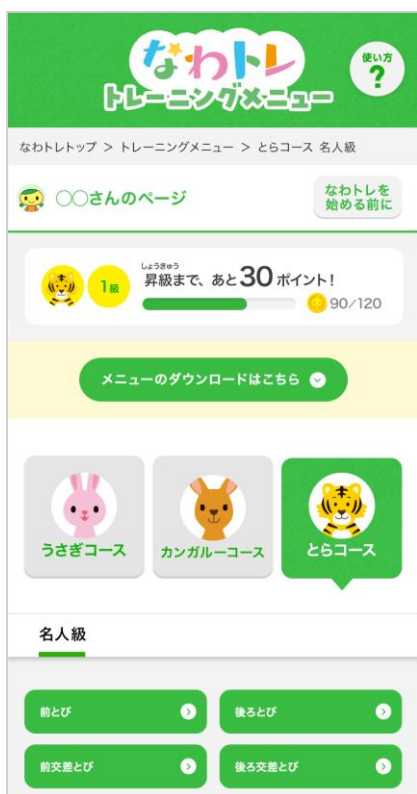
「なわトレ」は、子どもたちがなわとびを使い、ゲーム感覚で楽しみながら体力向上を図ることができるレクリエーションプログラムです。ウェブサイトになicknameなどを登録いただくことで、トレーニングの記録をつけることができる「なわトレマイページ」により、子どもたちが達成感を得ながら取り組むことができます。

今後も、未来を担う子どもたちが心身ともにすこやかに成長できる社会を願い、取り組んでまいります。

※なわトレ公式サイト <https://www.zenrosai.coop/anshin/kenko/nawatore/index.html>

### くなわトレのポイント①「なわトレマイページ」で楽しみながらトレーニング

難易度別に「うさぎコース」「カンガルーコース」「とらコース」の3種類のコースを用意しており、自分のできる跳び方に応じてコースを選択することができます。技の種類ごとに今まで跳んだ回数の累計を記録することができ、跳んだ回数に応じてポイント獲得・昇級するため、子どもたちが達成感を得ながら取り組むことができます。一度に既定の回数に到達しなくても、何度かチャレンジした合計の回数を登録することができるので、コツコツ回数を積み上げていけば必ず昇級できるのが特長です。



## ＜なわトレのポイント②各界のプロ監修のトレーニングメニュー＞

「なわトレ」のプログラム開発では、パートナーシップを締結している児童健全育成推進財団（一般財団法人児童健全育成推進財団 理事長：鈴木一光）の協力を経て、子どもたちにとって最適なプログラムの検証（わざの難易度や跳べる回数）を実施しました。

また、子どもたちにとって、より良いプログラムを目指し、子どもの体力・運動能力向上の研究に取り組まれている、立教大学の松尾教授に監修をお願いするとともに、より多くの子どもたちに楽しんでもらいたいという想いから、東京都障害者スポーツ協会の高山先生にもメニュー開発にご協力いただいています。



松尾 哲矢

立教大学コミュニティ福祉学部スポーツウエルネス学科教授。  
専攻はスポーツ社会学、スポーツプロモーション論。1961年福岡県生まれ。  
九州大学大学院博士課程人間環境学府単位取得退学、博士（教育学）。  
東京都スポーツ振興審議会会長、（公財）日本レクリエーション協会理事、（公財）日本スポーツ協会指導者育成委員会副委員長、日本スポーツ社会学会理事長、日本レジャー・レクリエーション学会理事、日本スポーツ産業学会理事など。  
社会現象としてのスポーツに対して社会学的にアプローチし、戦後日本のスポーツ界における《場》の構造変動と文化的再生産の研究を主要な研究テーマとして

いる。また、こうした研究テーマから日本のスポーツ政策の動向、しょうがい者・子どものスポーツとコミュニティ、地域スポーツクラブとコミュニティ形成、生涯スポーツシステムの動向などを研究課題としている。著書に『子どもの体力・運動能力がアップする体づくり運動&トレ・ゲーム集』（単著、2016年、ナツメ社）、『パラスポーツ・ボランティア入門』（共編著、2019年、旬報社）等がある。



高山 浩久

（公社）東京都障害者スポーツ協会 東京都障害者総合スポーツセンター副所長  
1963年東京都生まれ。東海大学体育学部社会体育学科卒業。

（公財）日本パラスポーツ協会理事・技術委員会委員長、全国障害者スポーツ大会大会委員会委員長、（公財）日本スポーツ施設協会パラスポーツ支援部会アドバイザー、東京都障害者スポーツ指導者協議会相談役など。

障害のある人が、日常生活の一部としてスポーツ活動が享受できる（スポーツの生活化）環境づくりに向けて、日々活動している。

主な著書は、『障害者スポーツ指導書シリーズ② 障害のある人へのスポーツ支援』（日本障害者スポーツ指導者協議会、2008年）、『新版障がい者スポーツ指導教本』（（公財）日本障がい者スポーツ協会、2016年）、『障害者のスポーツ施設利用促進マニュアル』（東京都、（公社）東京都障害者スポーツ協会、2016年）等がある。

## ＜なわトレのポイント③跳び方は「わざのおてほん動画」で確認！＞

子どもたちにとって難しいわざでも挑戦しやすいよう、「わざのおてほん動画」を制作しました。動画内ではプロなわとびプレイヤーである生山ヒジキさんにご協力いただき、わざの跳び方や上手に跳ぶコツを紹介しています。



プロなわとびプレイヤー  
生山ヒジキ 氏



わざのおてほん動画 「後ろスーパーサイドクロス」

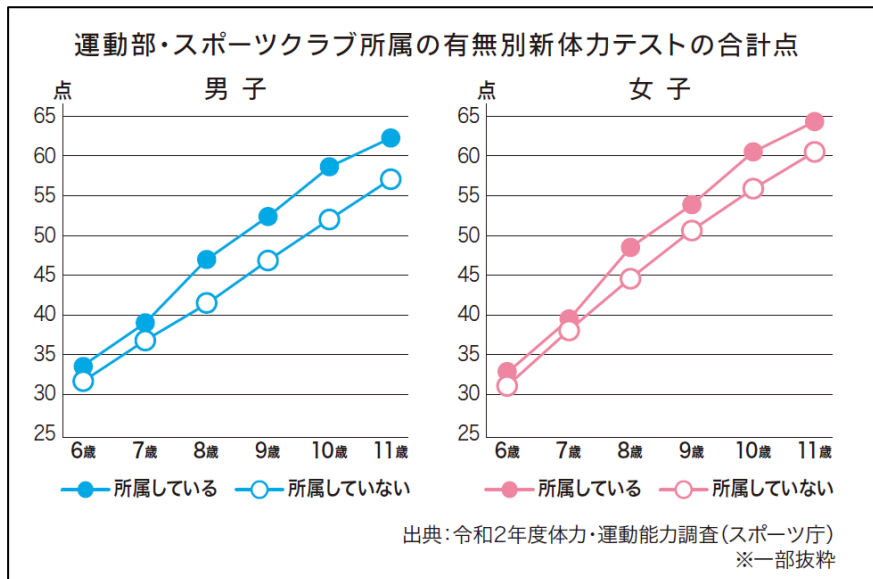
## ■こどもの成長応援プロジェクトについて

子どもたちのすこやかな成長を応援し、たすけあいの気持ちを未来へとつなぐため、当会が2020年より展開している取り組みです。

現在、子どもたちの成長に関する社会課題の一つに、「子どもたちの体力の二極化」があります。スポーツクラブや、家族と遊ぶことで日常的に運動をしている子どもがいる一方で、1週間の運動時間が1時間に満たない子どももいるなど、運動をしている子／していない子の体力差が広がっていることが指摘されています。また、近年の子どもたちの運動機会は減少傾向にあり、新型コロナウイルスの影響によりその傾向がさらに加速しています。

当会では、「子どもの体力低下」に着目し、子どもたちの心身の健康を育むために、「こくみん共済こども保障タイプ」の加入1件につき1本のなわとび・長なわを全国の児童館などに寄贈しています。これまでに累計80,408本のなわとび・長なわを寄贈することができました。

※こどもの成長応援プロジェクト公式サイト：<https://www.zenrosai.coop/anshin/kenko>



## <こくみん共済 coop>

正式名称：全国労働者共済生活協同組合連合会。

たすけあいの生協として1957年9月に誕生。「共済」とは「みんなでたすけあうことで、誰かの万一に備える」という仕組みです。少子高齢社会や大規模災害の発生など、私たちを取り巻く環境が大きく変化しているなか、こくみん共済 coop は、「たすけあい」の考え方や仕組みを通じて「みんなでたすけあい、豊かで安心できる社会づくり」にむけ、皆さまと共に歩み続けます。

◆こくみん共済 coop たすけあいの輪のあゆみ：<https://www.zenrosai.coop/web/ayumi/>



たすけあいの輪をむすぶ

<リリースに関する問い合わせ先> こくみん共済 coop ブランド戦略部

〒151-8571 東京都渋谷区代々木2-12-10 電話：03-3299-4232 / Email: koho@zenrosai.coop

<ご掲載・ご取材に関するお問い合わせ先>

株式会社ユース・プランニング センター 担当：藤井、河名、川上

Tel: 03-6821-8699 / Fax: 03-6821-8869

藤井: 090-7900-7866 / s-fujii@ypcpr.com

河名: 090-7900-2756 / k-kawana@ypcpr.com