

DESCENTE Voice CSR NEWS

株式会社デサント
CSRニュース Voice
発行：デサントCSR推進室
〒543-8921
大阪市天王寺区堂ヶ芝1-11-3
TEL. (06) 6774-0327



Volume 2 / August 2013



東北 元気アップ教室 2013

体を動かせば、
前向きになれる。



CSR Topics

選択的CSR

社会貢献活動

「体を動かす楽しさ」を被災者の方々と分かち合う 健康増進支援「東北元気アップ教室2013」を開催



2013福島元気アップ教室会場

2012年から継続して開催

デサントでは東日本大震災の被災者への支援活動として、「東北元気アップ教室2013」を2013年5月25～26日および6月22～23日の4日間、福島県双葉郡の楢葉町と広野町で開催しました。これは、被災者の方々に「体を動かす楽しさ」を提供する目的で、2012年9～10月に宮城県石巻市・名取市で開催した「東北元気アップ教室2012」に続くものです。デサントヘルスマネジメント研究所が主催し、両自治体および地元の「みんぷく」（3.11被災者を支援するいわき連絡協議会）の協力を得て実施した「健康増進教室」には、合計120名の住民の方々に参加いただきました。

多彩なプログラムで楽しく運動

長期化する避難生活でストレスを感じている被災者の方々に、体を動かして生き生きとした生活を送ってもらい健康の維持・向上を図るため、4日間にわたり多彩なプログラムを実施しました。

体の動きやバランスを測定する「カラダバランス測定」と、歩行状態を計測して正しい歩き方をアドバイスする「セーフティウォークナビ測定」は、共にデサントヘルスマネジメント研究所の開発によるシステムを使用したメニューで、3次元センサを装着して簡単・正確に体の歪みや無理な歩き方がわかるため、非常に好評でした。

「笑う体操」では、講師の己抄呼（みさこ）さんを囲んで笑顔の大切さを実感できる健康体操を全員で楽しみ、栄養セミナー「元気まるごといきいき食事講座」では、一日に摂る食事の栄養バランスに関する指導を行いました。このほか、「筋肉トレーニング&ストレッチ」「歩行寿命を延ばすウォーキング」など、いつでも簡単に行える健康増進プログラムも実施しました。

【場所・日程】

- 福島県いわき市：楢葉町サポートセンター
“空の家”（福島県いわき市内仮設集会場）：5月25日、6月22日
- 福島県双葉郡広野町：広野町保健センター：5月26日、6月23日

【参加者】

- 楢葉町：1日目：32名（男性6名・女性26名）、2日目：37名（男性8名・女性29名）
- 広野町：1日目：28名（男性3名・女性25名）、2日目：23名（男性3名・女性20名）

Organizer



004 デサントヘルスマネジメント研究所 所長 八木 基之

「スポーツを通じて、元気で活力ある地域づくりを応援していきます」

NPO法人エッジのご紹介により、地元福島の復興センター・NPOと協議し、開催が決定しました。開催が実現したのは、「被災地に出向き、被災者の方々と直接に接して、健康増進に貢献する」という主旨がご理解いただけたからだと思っています。参加者からは「震災から2年が過ぎ、日々、生きることによって精一杯だったが、少しは自分の体を気遣うことができるようになった。その機会をいただいたことに感謝している」「地域の仲間とふれあう機会ができて嬉しい」などの反響がありました。また、スタッフも全員「被災者の方々とふれあうことで、逆に元気をもらった」と言っています。今は小さな活動ですが、支援を継続させ、将来的には現地のNPO主催でも運営できるノウハウを提供して、新たな雇用の創出も視野に入れています。

「東北元気アップ教室2013」の主なメニュー



栄養セミナー「元気まるごと!いきいき食事講座」



己抄呼(みさこ)先生による「笑う体操」



「筋肉トレーニング&ストレッチング」



歩行状態を計測して正しい歩き方をアドバイスする「セーフティウォーク・ナビ測定」

Participant



005

参加者

広野町 保健センター
主任主査 佐藤 尚文 氏

「楽しく運動できたので、
次の開催も期待しています」

震災後、運動不足もありメタボ気味となったため、この機会に体づくりの勉強をしようと思い、参加を決めました。講師の方々のお話が笑いを交えたもので、最後まで飽きずに、とても楽しく運動でき、参加して正解でした。あまり運動用品に興味がないのでデサントさんのことは知りませんでしたが、今度からは注意して見るようにします。参加者の多くが楽しく運動できたと思いますので、また次を期待しています。

Voice

教室に参加頂いた方の声 (抜粋)

- 皆さんで体を動かすことができ、一緒に笑えた。
- いろいろな場に参加してきましたが、こんなに楽しく笑いのある研修はありませんでした。
- 体に良いことを無理せず長く続けていきたい。
- 運動をし、笑いながらバランスの良い食事を取りたいと思います。
- 一緒に参加した友人などを思い出しながら実践したい。
- ストレッチ・ウォーキングで自分をいたわりながら、大事な人もいたわる。
- いつの間にか心と体がほぐれていた。
- 参加してよかった。日頃運動はしているが、それが正しい方法なのかという疑問が解決したように思います。
- 心身ともにすっきりした。友達に逢えてよかった。
- 皆さんと気持ちよく運動できたことがうれしい。

Supporters

006



みんなが復興の主役! みんなが
3.11被災者を支援するいわき連絡協議会
理事・事務局長 赤池 孝行 氏

「デサントという企業の特長を活かした運動支援が魅力です」

以前より運動をベースにした高齢者の健康支援を考えていたところに、デサントさんからの提案があり、現場の要望に合致し、継続的な支援が見込めるので開催することになりました。企業の特長を活かした運動支援が魅力であり、以前より健康支援活動の要望があった自治体の保健師の方々と連携し、スムーズに進行できました。今後も自治体と受入側コミュニティが協調した良い事例として拡張していったほしいと思います。

広野町保健センター
所長 渡邊 龍子 氏

「健康面での継続的なご支援をお願いします」

震災以来、デサントさんをはじめ多くの企業や全国の方々から、物心両面にわたる多くのご支援をいただき、今日に至りました。住民の方々もハード面ではほぼ要望を満たされながらも、精神・体力など健康面では日を追うごとにパワーが低下しています。住民の方々が、元気に町に戻って従前の生活ができるよう私たちも努力していきますが、デサントさんをはじめとする関係者の皆さんにも、変わらぬご支援をいただければ幸いに存じます。

007



楢葉町 いわき出張所
保健師 橋本 光子 氏
(公益社団法人福島県看護協会)

「“楽しむ運動”を積極的にアピールしていきます」

メニューもカラフルでスタッフも多く、「楽しかった」という声が多く聞かれました。今までは女性が多かったのですが男性の参加者も増え、男性を取り込むプログラムとしても期待が持てます。震災の体験談はたくさん語れますが、このような楽しいスポーツイベントは、なかなか経験できません。もっと運動を楽しんでいい、ということ積極的にアピールして、開催の機会を増やしていきたいと思っています。

008



Our Products

今回、福島県双葉郡の楢葉町・広野町で開催された「東北元気アップ教室2013」では、各会場で2日間の教室に参加された方々に『Shiseist』骨盤ベルトを、参加賞として最終日にお渡ししました。

シセイスト 『Shiseist』骨盤ベルト

トップアスリートをサポートするスポーツトレーナーの鴻江寿治(こうの え ひさお)氏が考案した『Shiseist』骨盤ベルトは、人体の要である骨盤をサポートして正しい姿勢を保持し、本来のパフォーマンスを引き出します。「東北元気アップ教室2013」に参加された方々が、同教室のメニューで習った「筋肉トレーニング&ストレッチ」「セーフティウォークナビ測定」「笑う体操」などを正しい姿勢で行えるよう、骨盤ベルトの装着方法や特長などをご説明しました。



shiseist

「東北元気アップ教室2013」秋季開催予定



日程: 2013年 9月28日(土)~29日(日)
10月12日(土)~13日(日)

場所: ・(郡山市) 富岡町生活復興支援センター『おだがいさまセンター』
・(いわき市) 富岡町高齢者等サポートセンター『笑顔』

対象: 富岡町(一部、川内村、双葉町含む)住民の方で、
郡山市といわき市に避難されている方が対象です。

※一般社団法人 ふくしま連携復興センター、富岡町生活復興支援センター『おだがいさまセンター』、みんなが復興の主役! みんなが 3.11被災者を支援するいわき連絡協議会と連携しながら進めていきます。