



松竹芸能株式会社

街に、ルネッサンス



UR 都市機構

60年 まちと一緒にこれからも。

記者発表配布資料

平成 27 年 10 月 20 日

松竹芸能株式会社

独立行政法人都市再生機構

昨年引き続き「UR 都市機構×松竹芸能」健康増進プログラム ～全国 8 か所の UR 賃貸住宅で実施～

松竹芸能株式会社（大阪府中央区 代表取締役社長：井上 貴弘）と独立行政法人都市再生機構（横浜市中区 理事長：上西郁夫、以下UR都市機構）は、昨年度に続き、UR賃貸住宅で、健康増進プログラムを実施することになりましたので、お知らせします。昨年度は、東京都内の2か所で開催した本プログラムを、ご好評により本年度は全国8か所に増やし、新たなプログラムも加える予定です。



写真：昨年度の様子

<本件に関するお問合せ先>

松竹芸能株式会社「落語と体操」担当 大阪本社
東京支社

TEL 06-7898-9010
TEL 03-3545-1544

独立行政法人都市再生機構 経営企画部 企画チーム
独立行政法人都市再生機構 広報室 報道担当

TEL 045-650-0356
TEL 03-5323-2756



1. 目的

「笑い」は健康にもたらす効果が高いと考えています。高齢者に人気がある「落語」で外出機会を創出し、予防医療の観点から心身の健康状態向上に資する健康増進プログラムに取り組むことで、ロコモティブシンドローム(※1)のリスクを軽減することを目指します。

(※1)ロコモティブシンドロームとは、運動器の衰え・障害（加齢や生活習慣が原因といわれる）によって、要介護になるリスクが高まる状態のこと。「メタボ」や「認知症」と並び、「健康寿命の短縮」、「ねたきりや要介護状態」の3大因子の一つとなっている。

今年度は一般社団法人日本作業療法士協会の監修による「ケア落語」を実施します。「ケア落語」とは、落語の中で落語家が行う動作をまねることで、運動機能の低下を予防する新しい落語です。

2. プログラムの概要

居住高齢者に対して、「笑い＝ケア落語」と「エクササイズ＝ロコモ予防体操(※2)」を組合せたプログラムを提供します。

(※2)ロコモ予防体操とは、元世界陸上メダリストの為末大氏と陸上日本代表チームのチームトレーナーを務めた曾我武史氏が開発した、ロコモティブシンドローム予防のための“簡単に取り組むことができる体操”です。

3. プログラムの内容

ケア落語（20分）、ロコモ予防体操（20分）、茶話会（20分）で1回のプログラムになります。落語家を中心とした茶話会を行うことで参加者のコミュニケーションを図り、コミュニティの形成を促します。

4. 新たな取り組み

ミクストコミュニティ(※3)（地域医療福祉拠点）形成イベントの実施

UR 賃貸住宅に居住する多様な世代の交流と、コミュニティ形成を促進することを目指したイベントを実施します。

(※3) 若者から子育て世帯、高齢者世帯など多様な世帯が共生するコミュニティ



<各イベントと目的>

- ・ 収納王子コジマジックの収納セミナー：子育て世代や高齢者など多様な世代間の交流
- ・ 森脇健児のかけっこ教室：子どもたちが楽しく交流することで、コミュニケーションのきっかけづくりとコミュニティ形成
- ・ 森脇健児の大運動会：UR 賃貸住宅の居住者の活力を醸成

ロコモ予防体操の継続を促進するさまざまなツールの配布

- ・ 健康カレンダー：「落語と体操」で実施した体操のポイントや毎日の体操の目標等を記載した「健康カレンダー」の配布
- ・ プログラムDVD：健康カレンダーと併せ、ロコモ予防体操の啓発として配布
- ・ YouTube 配信：当プログラムの一般への認知度向上を目的として実施映像を配信予定



2015年 11月 平成27年

月	火	水	木	金	土	日
26 土	27 日	28 月	29 火	30 水	31 木	1 金
2 土	3 日 23.11.03	4 月	5 金	6 土	7 日	8 月
9 火	10 水	11 木	12 金	13 土	14 日	15 月
16 金	17 土	18 日	19 月	20 火	21 水	22 木
23 金 11月30日	24 土	25 日	26 月	27 火	28 水	29 木

松竹芸能 UR都市機構



5. 実施期間・スケジュール

平成 27 年 10 月 20 日～平成 28 年 2 月 26 日まで、以下のスケジュールで実施します。

【埼玉県 みさと団地】

▼「落語と体操」

1 回目：10 月 20 日（火） 15：15～16：30

2 回目：11 月 21 日（土） 14：30～15：40

3 回目： 2 月 5 日（金） 14：30～15：40

▼イベント

「森脇健児の大運動会」 11 月 21 日（土） 午前中

【神奈川県 左近山団地】

▼「落語と体操」

11 月 6 日（金）

午前 10：30～11：40

午後 14：30～15：40

【奈良県 中登美第三団地】

▼「落語と体操」

1 回目：11 月 27 日（金） 14：30～15：40

2 回目：1 月 15 日（金） 14：30～15：40

3 回目：2 月 12 日（金） 14：30～15：40

▼イベント

「森脇健児のかけっこ教室」 11 月 28 日（土） 10：00～11：00

「収納王子コジマジックの収納セミナー」 11 月 28 日（土） 13：00～14：00

【千葉県 高洲第一団地】

▼「落語と体操」

12 月 4 日（金） 14：30～15：40

【愛知県 豊明団地】

▼「落語と体操」

12 月 11 日（金） 14：30～15：40

【東京都 豊島五丁目団地】

▼「落語と体操」

1 月 22 日（金） 14：30～15：40



【東京都 大谷田一丁目団地】

▼「落語と体操」

2月19日（金）14：30～15：40

【福岡県 日の里団地】

▼「落語と体操」

2月26日（金）14：30～15：40

※上記スケジュールは予定であり変更する場合があります。

6. 実施体制

UR 都市機構

×

松竹芸能株式会社（プログラム全体のプロデュース）

<各パートのプロデュース>

お笑い

ロコモ予防体操

アドバイス

松竹芸能

為末大

(株)ミナケア

曾我武史



※1： 為末大氏の略歴

元プロ陸上選手

2001年エドモントン、2005年ヘルシンキ世界陸上銅メダリスト
シドニー、アテネ、北京3大会連続オリンピック出場

一般社団法人アスリートソサエティ代表理事



※2： TKC BODY DESIGN 院長 曾我武史氏の略歴

1994年日本体育大学卒業。2010年まで10年以上、陸上競技日本代表
チームの強化合宿や海外遠征に帯同。

アテネ、北京オリンピック陸上競技日本代表チームトレーナー

TKC BODY DESIGN 院長



※3： (株)ミナケア代表取締役社長 山本雄士氏の略歴

1999年東京大学医学部を卒業後、同付属病院、都立病院などで循環
器内科などに従事

2007年ハーバードビジネススクール修了（MBA）

株式会社ミナケア 代表取締役