

## モンゴルで広まるラジオ体操 東京都が協力隊員の普及活動を表彰



ラジオ体操をするモンゴル・オルホン県総合病院のスタッフら。

●東京都公式動画チャンネル「東京動画」  
受賞作品はこちらから



モンゴル北部のオルホン県 現地で人々の健康増進に地域診断医療センターと青年海外協力隊の中村秋子さんが、東京都のラジオ体操動画コンクールで優秀賞を受賞した。

東京都は2020年のオリンピック・パラリンピックの気運醸成と都民の健康増進を目指す「みんなでラジオ体操プロジェクト」を行っており、動画コンクールはその一環。ラジオ体操に取り組み、様子を収めた動画を募集し、東京都公式動画チャンネル「東京動画」で公開している。

2019年12月に行われた表彰式には、一時帰国した中村さんがモンゴルの民族衣装デールを着て出席。小池百合子・東京都知事が「海外でラジオ体操が広まるのはすばらしい」と活動を称えた。

2019年12月に行われた表彰式には、一時帰国した中村さんがモンゴルの民族衣装デールを着て出席。小池百合子・東京都知事が「海外でラジオ体操が広まるのはすばらしい」と活動を称えた。

現地で人々の健康増進に向けてラジオ体操の普及に取り組んでいる中村さんは、病院のスタッフらに呼びかけ、民族衣装をまとい、遊牧民の移动式住居ゲルなどで動画を撮影。日常的に体操に取り組んでいるスタッフたちが息の合った動きを見せた。

### ニュース深掘り! みんなで楽しく生活習慣病対策

モンゴルでは経済成長に伴う運動不足や食生活の多様化から、生活習慣病対策の必要性が高まっています。配属先の病院でも「運動療法を取り入れたい」という声があり、同じ配属先の隊員とともにラジオ体操を紹介することにしました。実際に体験してもらおうと「とても楽しい!」と評判がよく、毎朝取り組むようになりました。

みんなの意欲をより高めるために何かいい方法はないかと考えていたときにコンテラストのことを知り、競い合うことが好きなモンゴル人にぴったりだと思いました。応募を病院に提案すると快く受け入れてもらえ、民族衣装を着ることもゲルでの撮影など、張り切ってアイデアを出してくれました。

隊員としての活動は院内における看護ケアの質向上が中心ですが、このラジオ体操普及のための取り組みを通じて日本の海外協力隊の認知度が上がり、さまざまな人のコミュニケーションが生まれて活動がしやすくなりました。現地のニーズに対し柔軟に取り組んでみると、一見関係のないようなことでも、その後の活動のプラスになることを経験しました。

今後、患者、家族、地域をもっと巻き込んで、市民の健康維持・増進につながる活動をしていきたいです。

青年海外協力隊員

中村秋子さん

なかむらあきこ

愛知県名古屋市出身。1999年に看護師免許を取得。名古屋、大阪で勤務後の2018年10月、青年海外協力隊に参加しモンゴルへ派遣。オルホン県の総合病院で看護技術の向上等に取り組んでいる。



### JICA HEADLINE NEWS

1月17日 | ▶インドネシア 震災被災地にインフラ復興の円借款

災害に強い地域づくりへ。中部スラウェシのインフラの復興を後押し。

12月27日 | ▶カンボジア プルサット市の上水道整備に無償資金協力

安全かつ安定した給水サービスの提供により、住民の生活の質向上に貢献。

12月26日 | ▶長崎大学とJICAが包括連携協力協定を締結

熱帯医学やグローバルヘルスなどの分野で連携の強化を図る。



◀◀ JICAのニュース&トピックスをもっと読みたい方はアクセス!  
<https://www.jica.go.jp/information/index.html>