

令和2年2月吉日

各位

公益社団法人マナーキッズ®プロジェクト

理事長 田中日出男



「0歳からの立腰・体幹遊び®」講師養成講習会ご案内

怪我をしやすい子供、正しく座れない子供、落ち着きがない子供が増えております。その理由は、姿勢が悪く、「体幹」が育っていないから。「0歳からの立腰・体幹遊び®」で、子供の心も体も健康に！人間形成の礎石となる「三つ子の魂」を育むことが必須！

拝啓 時下益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。

子供・若者の状況がおかしいと、多くの人が感じるようになって、ずいぶん時間がたちます。人間としての基本的なマナーやルールに欠ける。私的空間と公的空間のけじめ感覚を持ち合わせない。傷つくのが怖いから他人と深く交わろうとしない。学びを含めて何事にも意欲がわからない。その上、体力や運動能力の面でもひ弱になった。そんな子供が増えつつあることを様々なデータは示しております。

公益社団法人マナーキッズプロジェクトは、日本のこのような子供・若者状況の是正に向けて、その一助になることを設立の趣旨に据えております。具体的には、スポーツ・文化活動に親しみながら、日本の伝統的な礼法を体験します。そして、マナーやルールを守り、物を大切にする気持ちを養います。保護者に対しても、家庭におけるマナーのしつけ方などを講習することによって、挨拶や礼儀作法などを習得して「体」「徳」「知」のバランスの取れた人材育成に寄与したいと考えております。

今までに、47都道府県及び台湾、マレーシアにおいて、58万人を超える幼稚園・保育園園児、小学校児童が参加しております。また、マレーシア政府が多大の関心を示し、第一段として、マナーキッズプロジェクトがマレーシア政府関係者35名に対し、「立腰・体幹遊び」講師養成講習会を開催し、受講された政府関係者がマレーシア国内全幼稚園において「立腰・体幹遊び教室」を展開すべく予算化を検討中です。

マレーシア政府が注目しているように、人間形成の礎石となる「三つ子の魂」を育むことが必須です。マナーキッズプロジェクトは、令和元年9月に富山房インターナショナルより「0歳からの体幹遊び」を発売（別紙参照）しましたが、これを契機に、一般社団法人実践人の家及びNPO法人の土台づくりのご協力を得て、森信三氏（教育哲学者）の立腰（腰骨を立てる）と連携することになりました。

0歳児から就学前（乳幼児期）までに立腰・体幹遊びにより、美しい姿勢を身に付ける、小学校に入っても、立腰・体幹遊び教室を繰り返し、人間としての土台を確立する必要があります。

つきましては、別紙のように、令和2年3月29日（日）早稲田大学早稲田キャンパスにおいて、「0歳からの立腰・体幹遊び」講師養成講習会を開催しますので、奮ってご参画頂ければ幸甚です。

なお、当日の「0歳からの立腰・体幹遊び」講師養成講習会開催趣旨及びマナーキッズプロジェクト概要を同封致します。

また、マナーキッズ体幹遊び教室他マナーキッズ教室を貴園、貴小学校他で開催しますので、開催ご希望の方々はご一報賜れば幸甚です。（マナーキッズプロジェクトホームページ、「マナーキッズ」で検索、「開催したい」に記載）

何卒よろしくご高配の程お願い申し上げます。

敬具

お問い合わせ先

公益社団法人マナーキッズ®プロジェクト 理事長 田中日出男

166-002 東京都杉並区高円寺北 3-22-3 デルコホームズ 4階

電話：03-3339-6535 080-5470-6951 FAX：03-6426-1580 Email: office365@mannerkids.or.jp

URL: <http://www.mannerkids.or.jp/>

「0歳からの立腰・体幹遊び®」講師養成講習会開催趣旨

怪我をしやすい子供、正しく座れない子供、落ち着きがない子供が増えております。その理由は、姿勢が悪く、「体幹」が育っていないから。

「0歳からの立腰・体幹遊び®」で、子供の心も体も健康に！！
人間掲載の礎石となる「三つ子の魂」を育むことが必須！！

体幹を鍛えることの大切は、スポーツ界では常識になっています。しかし、幼稚園・保育園、小学校では、十分に行われていません。

教室では、自分の身体を支えられず、姿勢が崩れている子供が見られます。授業中、身体がぐにゃっと曲がっていて、正しい姿勢ができないため、目と鉛筆が極めて近い状態になっています。そういう子供は、どこか落ち着きもありません。姿勢が悪く、体幹が育っていないのです。

子供に体幹が育っていないため、次のようなことも起きています。
校庭で遊んでいる子供が、転んだ時にサッと手がでないため、地面に顔から突っ込んでしまい、顔面やあごを擦りむくという大きなケガが増えています。体幹が弱く、正しい姿勢を取れないということは、身体の一部に負担がかかりやすいということです。その状態が続くと、疲れが取れないためケガをしやすくなったり、集中力が低下して学力の低下する可能性があります。

礼儀にもつながる正しい姿勢を保つには、体幹が大きな役割を担っています。また、正しい姿勢は、「知能の発育」や「内臓の機能」も良くします。子供の体幹を鍛えるためには、遊びを通して楽しく無理なく取り組ませることが大切です。

令和元年9月、「0歳からの体幹遊び®」が株式会社富山房インターナショナルより、刊行されました。本書は、公益社団法人マナーキッズ®プロジェクトが発行しておりました「マナーキッズ体幹遊び手引き」（提言者：川淵三郎公益社団法人マナーキッズプロジェクト最高顧問、別紙参照）は、幼稚園・保育園年少組から小学校6年生児童を対象にしておりましたが、山梨県甲斐市あおぞら保育園より、3歳からでは遅い、0歳から実施する必要があるとのご指摘を受け、「0歳からの体幹遊び®」として、集大成したものです。

また、一般社団法人「実践人の家」及びNPO法人「人の土台づくり」より、森信三氏（教育哲学者）の立腰（腰骨を立てる）の重要性のお話をお聞きし、かつ、森信三氏直伝の福岡市仁愛保育園、清水保育園の現場を視察させて頂き、そのご指導方針に深く感銘し、「0歳からの立腰・体幹遊び」講師養成講習会に繋がりました。

今回の「0歳からの立腰・体幹遊び」講師養成講習会においては、幼稚園・保育園園児（乳幼児を含む）、小学校児童を対象にした立腰・体幹遊び、日本の伝統的な美しい姿勢、お辞儀・挨拶、「マナーキッズ」調べ、及び身体づくりのベースとなる「食と健康」（一般財団法人食と健康財団）を体験して頂きます。

「0歳からの立腰・体幹遊び」講師養成講習会

0歳から人間としての軌道に乗せるための基盤(土台)づくりが必須です。

公益社団法人マナーキッズプロジェクトは、一般社団法人実践人の家及びNPO法人の土台づくりのご協力を得て、森信三氏(教育哲学者)提言の立腰(腰骨を立てる)とマナーキッズプロジェクト(0歳からの体幹遊び、「マナーキッズ」調べ、日本の伝統的な美しい姿勢・挨拶、食と健康)が連携し「0歳からの立腰・体幹遊び教室」講師養成講習会を下記の通り、開催しますので、奮ってご参加下さい。

マレーシア政府
予算化検討中

1. 開催日時 令和2年3月29日(日)10時~16時45分(9時30分受付開始)

2. 開催場所 早稲田大学 早稲田キャンパス 11号館 710教室
住所: 〒169-8050 東京都新宿区戸塚町 1-104
地下鉄東西線「早稲田」駅3A出口から徒歩7分 JR山手線「高田馬場」駅から早大正門行きバス早大正門下車

3. 講師 江寄尚子(福岡県福岡市清水保育園園長 立腰)
根本正雄(根本わくわく体操教室代表、体幹遊び)
鈴木万亀子(小笠原流礼法総師範、日本の伝統的な姿勢・挨拶)
道見重信(一般財団法人食と健康財団理事長、食と健康)
田中日出男(公益社団法人マナーキッズプロジェクト理事長、「マナーキッズ」調べ 他)

4. 時間割 内容
10:00~10:20 開会挨拶、開催趣旨説明(田中日出男)
10:20~12:00 0歳からの立腰教室(江寄尚子)
12:00~13:00 昼食
13:00~13:40 日本の伝統的な美しい姿勢・挨拶、家庭内の躰(鈴木万亀子)
13:40~14:40 0歳からの体幹遊び(根本正雄)
14:40~14:50 休憩
14:50~15:30 「マナーキッズ」調べ、マナーキッズ教室司会進行要領(田中日出男)
15:30~16:30 食と健康(道見重信)
16:30~16:45 修了証授与、閉会挨拶



5. 参加費 10,000円(教材費2,000円含む)

6. 旅費 参加者負担

7. 修了証 受講者には「0歳からの立腰・体幹遊び教室」修了証(マナーキッズ講師Ⅱ修了証)を交付します。

8. 募集人員 50名以内(先着順)

9. 対象 小学校・幼稚園教諭、保育士、校長、元教諭、元保育士、元校長、各スポーツ指導者、シニア、保護者、学生、その他マナーキッズの普及活動に関心のある方々

10. 服装 運動ができる服装。運動靴。

11. 申込先 下記にご記入の上、公益社団法人マナーキッズプロジェクト宛FAX(03-6426-1580)か、office365@mannerkids.or.jp宛メールでお申込み下さい。
定員に達しご参加できない場合は、3月21日(土)までにご連絡します。

フリガナ 名前	フリガナ 住所	所 属	年 齢	性 別	男 女 ○を付けてください
〒 -			電話番号		
			メールアドレス		
受講の動機・ご質問他					



公益社団法人
マナーキッズ® プロジェクト

〒166-0002 東京都杉並区高円寺北3-22-3 デルコホームズ4階
TEL: 03-3339-6535 FAX: 03-6426-1580
E-mail: office365@mannerkids.or.jp
URL: http://www.mannerkids.or.jp/

マナーキッズ

検索

「マナーキッズ体幹遊び」の発案者／提言インタビュー

公益社団法人マナーキッズプロジェクト最高顧問

川淵三郎

「子供の体幹を鍛える、国民運動を広げたい！」

「マナーキッズ体幹遊び」の発案者である川淵三郎さん。このほどマナーキッズプロジェクトの最高顧問に就任しました。「子供の体幹を鍛える」重要性を語っていただきました。

テレビゲームやエアコンなどの普及で、今の子供は室内で遊ぶ時間が増え、外遊びが減っています。た

だ、子供の体は木登り、川遊び、鬼ごっこなど全力で遊ばないと鍛えられませ



子供の運動不足の影響

は深刻です。転んだ時に

サツと手が出ないため「顔

面制動」(転んで地面に

顔から突っ込むこと)を起

こし、ケガをする子供が

増えているのです。理由は、

「体幹」が鍛えられてい

ないから。体幹がしっかり

していないと、手足もう

まく動かせない。

歩くことでも体幹は鍛

えられます。20年ほど

前、宇都宮の幼稚園が万

歩計で園児の一日の歩数を調べています。結果は、1万6000歩。それが最近の調査では9000歩までに減少。ともに幼稚園内では8000歩です

から、家庭では今、1000歩しか歩いていないこと

になります。子供の運動能力は1985年がピーク

で、今の子供はその6割、女子によつては2、3割し

かありません。

「起立、気をつけ、礼習慣が消えた小学校

礼儀にも繋がる正しい姿勢を保つには、体幹が大

きな役割を担っています。

ところが今の小学校では「起立、気をつけ、礼

着席」の習慣がありません。それを授業の初めと

終わりに習慣化するだけで1日5時間として6年

間で1万8000回。体

幹が鍛えられないわけがありません。子を持つ親は、こうしたことをあまり知らないのです。

私は危機感があり、こ

うしたことを東京都教育

委員会の委員だったとき

に提言しています。協力

をお願いした早稲田大学

の間野義之教授によると、

教室に先生が入ってきたら

自然に生徒が立ち、小笠

原流礼法の角度で礼をし、

着席するのが正しい姿勢の

完成形だと。正しい姿勢

は、知能の発育や内臓の

機能も良くします。

マナーキッズプロジェクト

も参加するレガシー共創

協議会は、地域活性交流

事業の二環として「ヘルス

& マナーコミュニティ」の活

動を進めています。これ

を国民運動に広げたいで

すね。