



ぐす

楽しむことが文化の要素の一つなら、それを地で行くラジオ体操の広がりもある。様々な「お国言葉」バージョンの登場だ。

きっかけの一つは、東日本大震災直後の2011年4月。外資系の医療広告会社に勤めていた西根英一さん(55)が、避難所でラジオ体操が行われていることを知り、東北弁のかけ声を使ったラジオ体操を提案した。石巻の新聞社やラジオ局などの協力を得て、「おらほのラジオ体操」として、同年夏に出来上がった。

動画投稿サイトなどを通じて大きな反響を呼び、今では各地で様々な方言を使ったラジオ体操が行われ、人々の笑顔を誘っている。

西根さんは、「方言で絆や心を温める効果も生まれた。だからこれだけ受け入れられたのでは」と分析する。青山理事長も言う。「ラジオ体操には、戦前の国民精神総動員に使われた時代もありました。でも皆が自由に楽しみ、身近に感じていただけに、それは文化なのだと思えます」

アレンジ版 全国各地に

方言版ラジオ体操は、個人が制作して動画サイトへ投稿したものから、自治体が作成したもの、レコード会社がCD化したものなど多岐にわたる。ラジオ体操は、1928年に旧通信省簡易保険局が制定した国民保健体操が起源。そのため、楽曲の著作権は「かんぼ生命」が持つ。同社に使用申請があった方言版だけでも24道府県に及んでいる。

「方言版」ラジオ体操の広がり

津軽弁(青森)

腕っこ めえ(前)から上さあげて、でっただぐ(大きく)、背伸びの運動がら～

甲州弁(山梨)

手足をうーんとやっこく(柔らかく)、コピッと(しっかり)、かかと曲げるだよ

三河弁(愛知)

横曲げの運動だぞん、左横に曲げりん、まあ1回、右に曲げりん

沖縄

ティーチ(1)、ターチ(2)、ミーチ(3)、ユーチ(4)、イチチ(5)、ムーチ(6)、デーヒサ(手足)の運動

都城弁(宮崎)

ひじを伸ばせっ、せっぺ(たくさん)ぐるーっと、ふっとか(大きい)円をかくこっじゃ



楽曲の著作権を持つ「かんぼ生命」に使用申請した24道府県

※同じお国言葉でもラジオ体操のバージョンは複数ある場合もあり、歌詞が異なることもある

かけ声 「お国言葉」で



やってみよう! オッキグ 背伸びッコ～

「メンテは、メガカラ 上サ アゲテ オッキグ 背伸びッコ スッペシ」。東北弁のかけ声に合わせてラジオ体操が始まった。宮城県石巻市のカフェ「IRORI石巻」では、平日のほぼ毎日、約20人が「おらほのラジオ体操」を行う「写真」。

誰でも参加できるラジオ体操の動きを、誰でも参加できるラジオ体操の動きを、方言で楽しむ。地域交流の手段として定着しており、障害者へのサービスを行うNPO法人理事長の高橋博美さん(67)も施設利用者を連れて参加する。高橋さんは「皆施設の外に出て、(外部の人と)楽しくやりたいたいと思っています」と、利用者たちの笑顔に目を細める。

(音源は「おらほのラジオ体操実行委員会」版)



読売新聞オンラインに動画

運動部・北野正樹、編集委員・結城和香子、太田朋男、デザイン部・大庭純子が担当しました。

広告



毎日ツヤツヤ 実年齢に驚き

そもそも亜鉛は、女性健康には必要不可欠な成分。また、美容面でも嬉しいパワーを期待し、意識し

独特の旨みがたまらなくおいしい「牡蠣(かき)」は、「海のミルク」と呼ばれるほど栄養も豊富。しかも、そのパワーは私たちの想像以上。そこで人気なのが、健康サポートセンター(福岡市)の濃縮牡蠣エキス「海乳EX」。牡蠣パワーが手軽に摂れるサプリメントだ。

男性に人気の牡蠣パワーだが、実は女性にもうれしい働きをしてくれる。その秘密が、「亜鉛」だ。



濃縮牡蠣エキス 女性 牡蠣