



報道関係者各位

2016年11月2日

ネスレ日本株式会社

一般社団法人ニュートリション運動推進会議子どもの健康づくり委員会

**「ネスレ ヘルシーキッズ プログラム」  
幅広い世代で人気の「卓球」を取り入れた新しい運動プログラム  
「ヘルシーキッズ健康卓球」 2016年11月より展開開始**

一般社団法人ニュートリション運動推進会議子どもの健康づくり委員会(代表理事:古畑 公)とネスレ日本株式会社(本社:神戸市、代表取締役社長兼 CEO 高岡 浩三)は、協働で取り組む「ネスレ ヘルシーキッズ プログラム」において、一般社団法人卓球で日本を元気にする会とともに開発した新しい運動プログラム「ヘルシーキッズ健康卓球」を、2016年11月より展開します。

ネスレが2009年から世界中で導入を進めている「ネスレ ヘルシーキッズ プログラム」は、栄養と運動の両面から健康なからだをつくることを学ぶプログラムです。

日本では、心身の成長の基盤である「食べること」や「からだを動かすこと」に対する子どもたちの関心が低く、さらに自分に自信をもって積極的に行動できない子どもが多いことが指摘されています。このような課題から、2011年より、「自分のからだは自分でつくる」意識を育むことを目指してプログラムを開始し、これまでに全国のべ6,000を超える小学校、のべ120万人の児童に教材が提供されました(2015年末時点)。

子どもの健康づくりには、学校、地域、家庭の連携が必要であると考えています。このたび、「ネスレ ヘルシーキッズ プログラム」の地域への展開を加速させるために、大人の健康づくりにも子どもたちと同じく「栄養」と「運動」が重要であること、また地域におけるコミュニケーションの希薄化や異世代交流の減少といった課題を考慮し、国内の競技人口が1,000万人以上といわれ、子どもから高齢者まで幅広い世代に人気の「卓球」を取り入れた新しい運動プログラム「ヘルシーキッズ健康卓球」を開発しました。

2016年11月より、今年度の「ネスレ ヘルシーキッズ プログラム」申し込み校への教材配布を開始するほか、「ネスレ ヘルシーキッズ プログラム」ホームページ([www.ugoku-taberu.com](http://www.ugoku-taberu.com))で教材を公開します。そして、学校での展開のみならず、地域コミュニティの活性化を推進する地方自治体や団体との取り組みを目指します。

**「ヘルシーキッズ健康卓球」の特徴**

- ・ 年齢、性別、体力、卓球経験の有無にかかわらず誰もが簡単に楽しめる
- ・ 比較的入手/利用しやすいツールで楽しめる
- ・ 栄養バランスの基本となる3つのグループとそのはたらきなど栄養の知識を学ぶことができる
- ・ 栄養の知識を使いながら卓球をするというデュアルタスク
- ・ 世代を超えたコミュニケーションの機会をつくる



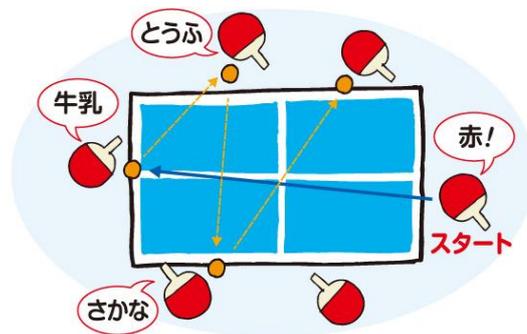
※ヘルシーキッズはネスレグループの登録商標です。

## 「ヘルシーキッズ健康卓球」概要

### ・ コロコロ3色ラリー

卓球台を囲む全員が1チームとなり、チーム内でボールを転がしてラリーを続けるゲーム。

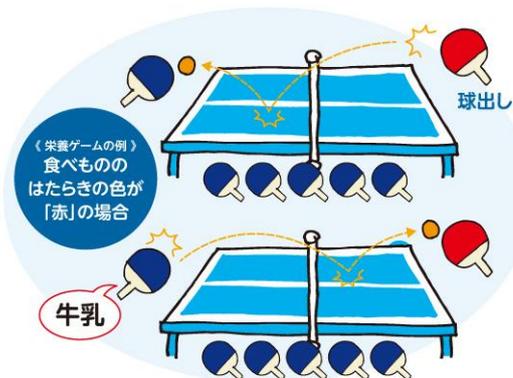
ラリーを始める前に、食べもののはたらきの3色(赤・黄・緑)のうち1色を選び、指定した色のはたらきの食べものの名前を言い、次の人にパスを出します。



### ・ みんなで3色ラリー

参加者全員が1チームとなり、1人が球出しを行い、参加者が順番に1球ずつ返球し、ラリーを続けるゲーム。

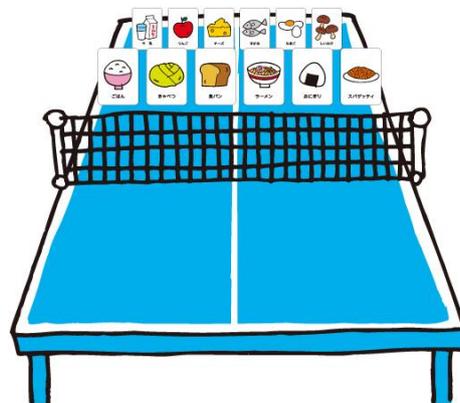
ラリーを始める前に、食べもののはたらきの3色(赤・黄・緑)のうち1色を選びます。参加者は、指定した色のはたらきの食べものの名前を答えてから、返球します。



### ・ まとめてピンポン

卓球台に並べた「食べものカード」をねらう、まとめてゲーム。

「赤・黄・緑」の3色をそろえるバランス得点や高得点のカルシウムを豊富に含む食べものでハイスコアを目指します。



## 【ネスレについて】

ネスレは、世界で「Good Food, Good Life」のスローガンのもと、栄養・健康・ウェルネスのリーダー企業を目指しています。スイスでの1866年の創業以来、ネスレはよりおいしく健康的な製品を提供することで、お客さまの健康的なライフスタイルを支援し、クオリティ オブ ライフの向上に努めています。

企業が長期にわたって成功し株主に価値を創造するためには、同時に社会にとっての価値をも創造しなければならないという「共通価値の創造 (Creating Shared Value)」は、ネスレが事業全体でとっているアプローチです。「栄養・健康・ウェルネス」「農村開発」「水」の3つを注力分野としています。「ネスレ ヘルシーキッズ プログラム」は「栄養・健康・ウェルネス」の取り組みのひとつです。

## 【一般社団法人ニュートリション運動推進会議 子どもの健康づくり委員会について】

ニュートリション (NUTRITION) とは、栄養のこと。健康、食事や栄養のことを考え、何をどれだけ食べるのか、自分で選べる力を養い、楽しく食べることの大切さや食文化への興味などを促進、そのためのサポートをする専門家などの組織づくりを目的に、ニュートリション運動推進会議は2003年に設立されました。毎年、食に関するテーマを設定し啓発活動を行っています。2010年、日本はもとより世界的に問題となっている子どもの健康に着目し、医療や栄養、運動関係者を中心に、“子どもの健康づくり委員会”を立ち上げました。現代の子どもにふさわしい新たな健康教育のプログラムを考案するなど子どもの健康教育に取り組んでいます。

## 【一般社団法人卓球で日本を元気にする会について】

「卓球でカラダ、ココロ、地域・生活を元気に！」というコンセプトで、【健康卓球】の普及を推進。卓球を通して健康増進、ひいては健康寿命の延伸に取り組むことで、超高齢社会を乗り越える1つのモデルを世界に広げていくことを目的に、イベントや卓球教室を開催しています。医療・高齢者施設にとどまらず、学校などの教育施設、地域に密着した施設でも実施しています。2015年3月発足。

【健康卓球】とは、一般社団法人卓球で日本を元気にする会が提案する新たな卓球の楽しみ方です。一般社団法人卓球で日本を元気にする会では、医療や卓球の各専門家と協働し、高齢者や身体に障がいのある人、またフレイルの予防にも有効な、世代を超えて楽しめる卓球のプレー方法を提案していきます。

以上

### 【このリリースに関するメディアお問い合わせ先】

ネスレ ヘルシーキッズ プログラム「ヘルシーキッズ健康卓球」PR 事務局 (ブレインズ・カンパニー内)

担当: 福田・村山

TEL: 03-3568-3844

FAX: 03-3568-3838

E-mail: [fukuda@pjbc.co.jp](mailto:fukuda@pjbc.co.jp)

ネスレ日本 メディアリレーションズ室 神戸市中央区御幸通7-1-15 ネスレハウス 担当: 細川、嘉納

TEL: 078-230-7050

FAX: 078-230-7108

E-mail: [Media.Relations@jp.nestle.com](mailto:Media.Relations@jp.nestle.com)

### 【掲載される場合の読者お問い合わせ先】

一般社団法人ニュートリション運動推進会議 子どもの健康づくり委員会 事務局

TEL: 03-3541-6362 (土日祝日を除く 10~17 時) FAX: 03-5565-4914 E-mail: [info@ugoku-taberu.com](mailto:info@ugoku-taberu.com)

Homepage: [www.ugoku-taberu.com](http://www.ugoku-taberu.com)

## 参考資料

2016年11月2日

ネスレ日本株式会社

一般社団法人ニュートリション運動推進会議子どもの健康づくり委員会

### 【ネスレ ヘルシーキッズ プログラムとは】

ネスレは、生活において栄養が果たす役割や、適切な栄養摂取と活動的な生活習慣とのバランスのとり方に関する子どもたちの理解の促進を目指しています。「ネスレ ヘルシーキッズ プログラム」では栄養教育と運動に重点を置き、バランスのとれた食事についての情報、食べものに前向きに向き合うこと、そして食習慣の改善に関する実践的なアドバイスを提供しています。世界各国それぞれの子どもの健康課題に合わせ、ネスレの現地法人がそれぞれの国の専門家と連携し取り組んでおり、これまでに世界84カ国で800万人以上の子どもたちを対象にプログラムを実施しています。

日本では、心身の成長の基盤である「食べること」や「からだを動かすこと」に対する子どもたちの関心が低く、さらに自分に自信をもって積極的に行動できない子どもが多いことが指摘されています。このような課題から、2011年より、「自分のからだは自分でつくる」意識を育むことを目指してプログラムを開始し、これまでに全国のべ6,000を超える小学校、のべ120万人の児童に教材が提供されました(2015年末時点)。

日本でのプログラムでは、学校・地域・家庭が一体となった取り組みを推進し、以下の3点を目指しています。

- ① 「自分のからだは自分でつくる」という、前向きな子どもを育てる。
- ② 《栄養(食べること)》プログラムで、からだと食べものの関係を学び、《運動(からだを動かすこと)》プログラムで、からだを動かす楽しさを体験しながら、「からだづくり」に取り組む。
- ③ 「社会性」や「対人関係能力」、「他者への思いやり」を育てる。

基本的な生活習慣と運動機能の習得時期に適した小学校 1年生～6年生を主な対象とし、小学校でご活用いただける無料の授業教材を提供しています。

### ● 栄養プログラム

**① 『げんきのもと』**  
対象学年：1年生・2年生



楽しいイラストで食べることの意味や必要性を学びます。

**② 『からだのもと』**  
対象学年：3年生・4年生



食べ物のはたらきや栄養バランスをシールを使って、楽しく学びます。

**③ 『自分のからだは自分でつくる』**  
対象学年：4年生・5年生・6年生



丈夫な骨のつくり方と成長期の骨づくりの大切さを学びます。

● **運動プログラム**

- ・ ヘルシーキッズ鬼ごっこ: 鬼ごっこに、食べもののはたらきの知識を取り入れ、遊びながら気軽にたくさんからだを動かすことができるプログラム
  
- ・ ヘルシーキッズ BRT プログラム: ゴールデンエイジといわれる小学生の運動神経を発達させるために重要な、バランス(B)、リズム(R)、タイミング(T)の能力を高めることを目指した、ひとりでも、室内の狭いスペースでもできるプログラム
  
- ・ ヘルシーキッズ健康卓球: 卓球に、食べもののはたらきの知識を取り入れ、年齢、性別、体力、卓球経験にかかわらず、誰でも手軽に楽しめるプログラム

以上