



Press Release

報道関係者各位

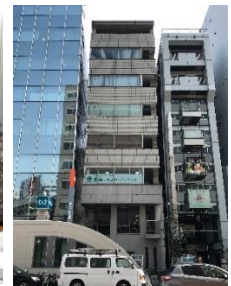
2018年8月2日

日東製薬株式会社

下町人情今も健在 1階喫茶店ママが世話人となりコミュニティーに 貸し会議室で体と頭を使った認知症予防教室を開催 1人暮らしや出歩く事が少ない地元住民対象に、孤立防止にも一役

栄養食品等の製造販売を行う日東製薬株式会社(本社:東京都台東区、代表:谷川正記)は、自社貸し会議室「ことぶきNS会議室」にて、毎週月曜日の15:00~16:30の間、運動と頭を使う「生き生き脳活倶楽部浅草教室」を行っています。この教室は同ビル1階の喫茶店「寿花(ことぶき)」のママ村奈壽(むらなか)正子さんが地元住民に呼びかけ、孤立防止にも一役買っています。

当社は腸内環境を整える健康食品を扱っており、運動でも腸内環境改善が期待できることから、NPO 法人生き生き元気塾の本多慶吉氏による本教室を2017年1月から開催しています。教室の特長はデュアルタスクという、身体と頭を使い2つの課題を同時に行う運動を取り入れています。この一連の動きが脳の委縮を抑え、記憶力を改善し軽度認知症の予防・改善にもなると今注目されています。



(左)生き生き脳活倶楽部浅草教室の様子 (右)7階にことぶきNS会議室があるMS田原町ビル

90分間のうち小さなバランスボールを使い、おなか周りの体幹を鍛え、また人間は内股から筋肉が衰えていくことから、足の筋肉を動かさず運動を行います。一連の運動で体がほぐれた後、左右違う動きを行います。ステップを踏みながら昨日食べたものを報告したり、一人じゃんけんを行ったり、この運動が脳を刺激し認知症予防にも役立ちます。会員は70代~80代で最高年齢は83歳の女性です。会員の皆さんは「普段出歩くことが少なく、この教室に参加すると頭と体がスッキリする。また他の人たちと話をするので、月曜日が待ち遠しくなる」など好評です。また、当日参加しない会員がいると本多氏が直接連絡をするなどし、孤立化にも一役買っています。

今後、当社の貸し会議室では9月に顔の筋肉を使って表情筋を鍛える「顔ヨガ」教室の開催を新たに予定しています。

■世話人は1階の喫茶店「寿花(ことぶき)」のママ

この喫茶店は昭和36年創業で、以来ずっとこの場所で営業しています。私は昭和47年に嫁いでから店を切り盛りしています。お客さんには浅草らしく芸人や囃家などもいらっしゃいます。以前この辺りには昭和を感じる店が沢山ありましたが、最近は客層も訪日外国人や、それをターゲットとした大手小売店や飲食チェーン店、商業施設の出店など浅草らしさが急速になくなってきました。常連さんも一



寿花(ことぶき)のママ村奈壽(むらなか)正子さん

人暮らしが多くなり、この貸し会議室の教室を是非使って欲しいと感じ、人集めをしていたら一つのコミュニティのようになってきました。街並みは変わっても世話焼き人情は失いたくないと思っています。

■今後の展開

当社のミッションは「健康で潤いのある生活の創造」です。当社は今後も貸し会議室事業を通じて、お客様に「健康で潤いのある生活」を提供してまいります。

【概要】

- 名称： 生き活き脳活倶楽部浅草教室
日程： 毎週月曜日 15:00～16:30
場所： 日東製薬株式会社内貸し会議室「ことぶき NS 会議室」
会費： 月会費 3,000 円
内容： 身体と頭を使い 2 つの課題を同時に行うデュアルタスクを取り入れた運動
メリット：
・同時に 2 つの違う運動をすることで脳を活性化し、認知症予防・改善に役立つ。
・会員たちは高齢者が多く普段出歩くことが少ないため、頭と体がすっきりする。
・他の会員と顔を合わせ交流の場にもなっており、1つのコミュニティになっている。
・当日参加しない会員には、本多氏が本人に連絡をし孤立化も防いでいる。

貸し会議室「ことぶき NS 会議室」問い合わせ先：

TEL. 03-5830-3165

【会社概要】

- 会社名： 日東製薬株式会社
代表： 代表取締役 谷川 正記
本社： 東京都台東区寿 2-10-11 (MS 田原町ビル 7 階)
TEL. 03-5828-2453
ホームページ： <http://www.nittou-group.co.jp/>
設立： 1963 年 2 月 16 日
資本金： 1,000 万円
事業内容：
■栄養食品、衛生雑貨、化粧品及び医療器具等の販売ならびに製造
■飲食物、及び雑貨の販売
■飲食業ならびに喫茶業
■飲食物及び雑貨関係機械器具の販売、修理
■医薬品、試薬その他工業薬品の製造ならびに販売

＜本件に関するお問い合わせ先＞
日東製薬広報事務局 担当：新保(しんぼ)
TEL: 03-5411-0066 FAX: 03-3401-7788
携帯: 080-9874-4858 メール: pr@netamoto.co.jp