



「国民保健体操」(土山家文書635)

ととのえる ①

ラジオ体操

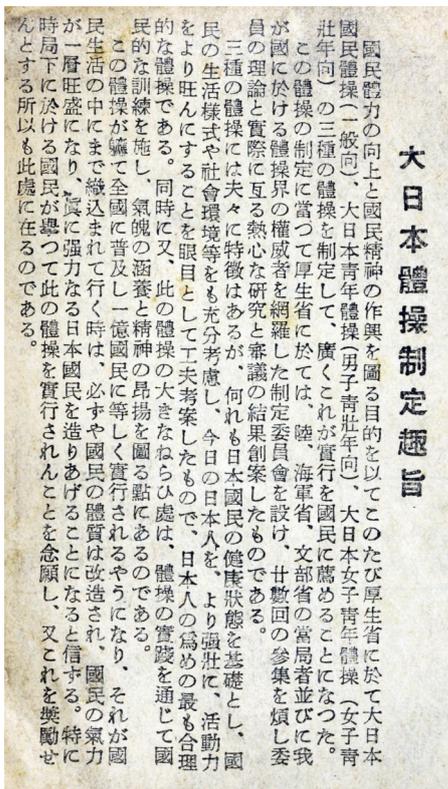
《初代ラジオ体操～ラジオ体操の誕生～》

ラジオ体操は、昭和4年（1929）、逓信省簡易保険局の提唱で、アメリカのメトロポリタン生命保険会社の健康体操の放送を手本に、国民の健康の保持増進のために始められました。

各家庭へのラジオの普及と相まって、ラジオ体操は国民の生活に急速にとけ込んで行き、特に、児童生徒の夏休みに合わせて行われた夏のラジオ体操の会は、その普及に大きく貢献しました。昭和7年には、第二体操も作られました。

《大日本国民体操～戦時下に制定されたラジオ体操第三～》

国民の健康増進のために始められたラジオ体操も、戦時色の深まりとともに、国民の体力増強と精神面の統制、更に愛国精神を湧き起こさせる効果が期待されるようになりました。昭和14年、厚生省は国民体力の向上と国民精神の作興を目的に、「大日本国民体操（一般向）」「大日本青年体操（男子青壮年向）」



「大日本国民体操制定趣旨」
(一般郷土史料B357)

「大日本女子青年体操（女子青壮年向）」の3種類の体操を発表し、その中の

「国民保健体操」
(土山家文書635)

陸軍戸山学校の元軍楽隊長だった江木理一アウンサーの「全国のご家庭のみな様、おはようございます…」から始まる明るいかけ声のもと、ラジオ体操は全国に届けられ、親しまれました。

「大日本国民体操」が「ラジオ体操第三」とされ、同年12月1日から放送されました。下の写真資料の表面には「大日本国民体操」が、裏面には「大日本青年体操」「大日本女子青年体操」の動作の一つ一つが、図解説明されています。

《2代目ラジオ体操～終戦直後のラジオ体操～》

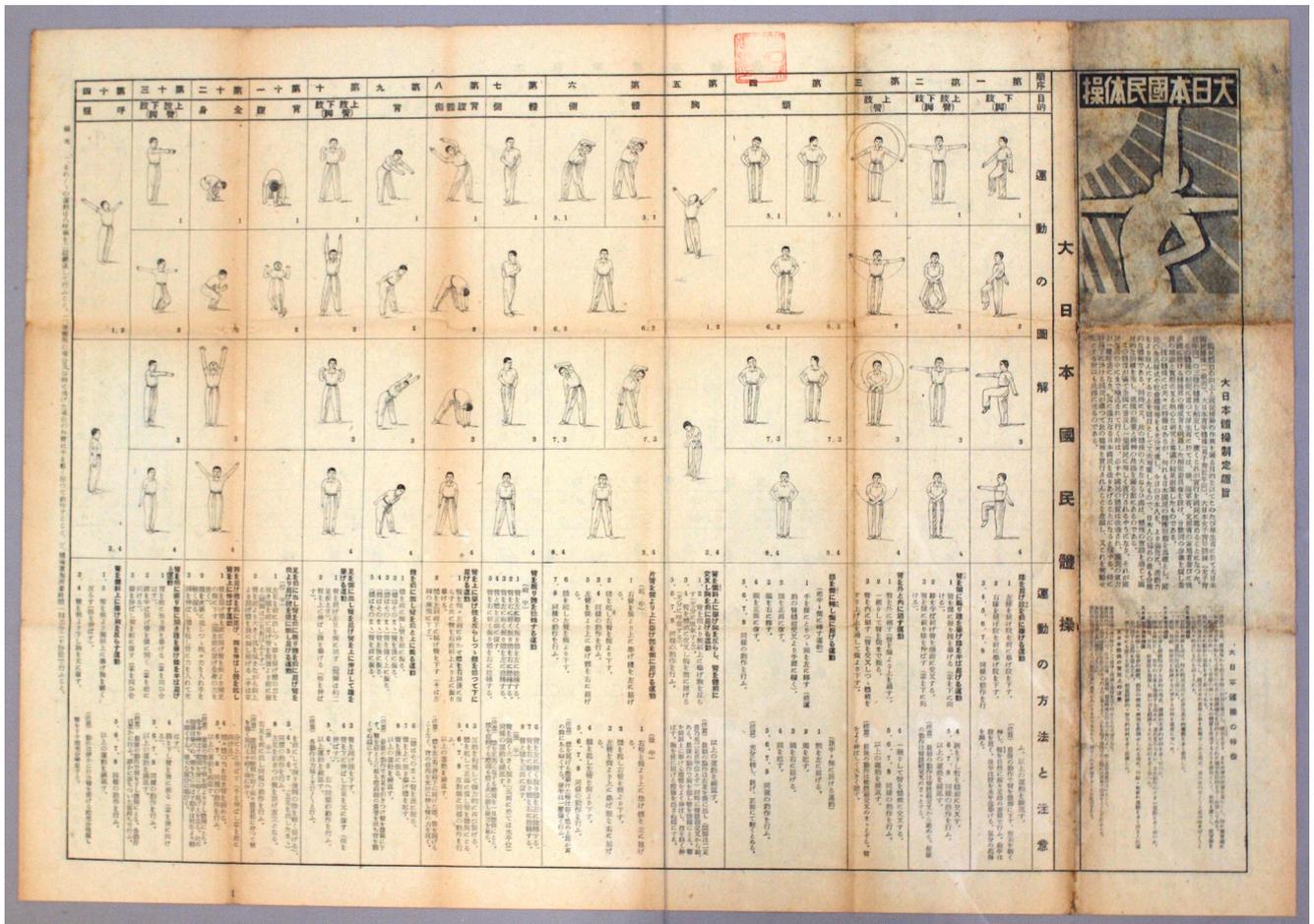
ラジオ体操は昭和20年（1945）8月15日の終戦から一週間ほど中断した後、8月23日に再開されました。しかし、昭和21年4月、GHQの指示により中止され、これに代わり、号令を廃したワルツ調の新しいラジオ体操（第

1～3）が制定されました。しかし、これは動きが複雑で難しかったため定着せず、翌年8月に中止されました。

《3代目ラジオ体操～現行のラジオ体操～》

昭和26年（1951）5月、新たにラジオ体操第1が制定され、さらに翌年6月ラジオ体操第2が制定されました。これが現在のラジオ体操です。

また、昭和31年には「♪新しい朝が来た…」で始まる、「ラジオ体操の歌」も発表され、現在まで親しまれています。



「大日本国民体操」（一般郷土史料 B 357）

裏面には、「大日本青年体操（男子青壮年向）」と「大日本女子青年体操（女子青壮年向）」が印刷されています。