

2022年6月15日
損害保険ジャパン株式会社

「SOMPOダンスプロジェクト」第三弾 ～「脳が活性化するダンス」動画公開～

損害保険ジャパン株式会社（代表取締役社長：白川 儀一、以下「損保ジャパン」）は「SOMPOダンスプロジェクト」の第三弾として「脳が活性化するダンス」を株式会社ルネサンス（代表取締役社長執行役員：岡本 利治、以下「ルネサンス」）と共同制作し、2022年6月に公開しました。

1. 目的・背景

損保ジャパンは、一人でも多くの子どもたちがダンスに熱くなり、楽しく体を動かすことで、心身ともに健康でいられるよう、2019年4月から「SOMPOダンスプロジェクト」を開始し、子どもたち向けにプロの講師を学校に派遣する特別授業や教員向け研修などに取り組んでいます。

また、SOMPOグループでは、「安心・安全・健康のテーマパーク」により、あらゆる人が自分らしい人生を健康で豊かに楽しむことのできる社会を実現することを「SOMPOのパーパス」として掲げています。このたび、「SOMPOのパーパス」の実現に向けて、老若男女を問わず楽しめる「脳が活性化するダンス」を制作し、2022年6月に公開しました。

超高齢化社会を迎えている日本にとって、健康寿命の延伸は重要な社会課題となっています。全国でスポーツクラブや介護リハビリ施設などを展開しているルネサンスの運動ノウハウを活用し、楽しく体を動かしながら、認知機能を高めることができるダンスを通して、あらゆる人々の健やかな人生を支援していきます。

2. 「脳が活性化するダンス」の概要

「脳が活性化するダンス」は、注意力が高まり、判断力が早くなる等の脳機能の改善が実証されているシナプソロジー※¹と、「手先を動かす」「左右で違う動きをする」などのアクションによって脳の活性化が期待できるタットダンス※²を組み合わせたオリジナルのダンスです。タットダンスの振付は、フィンガータット世界チャンピオンであり、シナプソロジーインストラクターでもある源元（GENGEN）氏が担当しました。

「脳が活性化するダンス」は、どなたでも気軽に楽しく取り組めるよう、立位でも座位でも踊ることができる振付になっています。また、難易度が異なる「入門編」と「チャレンジ編」の2パターンの動画を作成しており、ダンス初心者の方でも簡単に取り組んでいただけます。

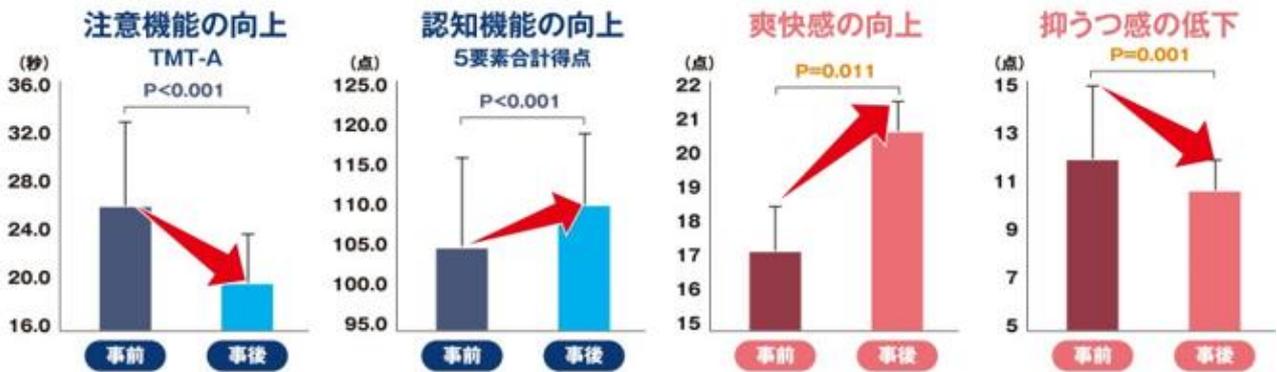
【脳が活性化するダンスのイメージ】



「脳が活性化するダンス」のお手本動画や解説入りのレクチャー動画は以下の当社公式ウェブサイトからご覧いただけます。

URL : <https://www.sompo-japan.co.jp/company/dancept/senior/>

※1 シナプソロジーは、脳の働きを考えて組み立てられたメソッドです。「認知機能をつかさどる脳」や「運動に関連した脳」を活性化させると同時に、楽しさや爽快感から「情動に関連した脳」にも刺激を与えて活性化させます。その結果、注意力が高まり、判断力が早くなる等、脳機能を高めるとともに、疲労感や抑うつ感が低下する等、心理面における効果も立証されています。



シナプソロジー、シナプソロジーロゴ、SYNAPSOLOGY は、ルネサンスの登録商標です。
シナプソロジー研究所ホームページ：
<https://synapsology.com/>

※2 タットダンスとは、エジプトの象形文字を模倣し、腕、手、指を小刻みに多用する動きが元になっているダンスのことを言います。なかでも指や手首をメインで動かし表現するものは「フィンガータット」と呼ばれています。

3. 今後について

全国各地で働く損保ジャパンの社員自身が、「脳が活性化するダンス」のファシリテーター役を担えるよう、社内での教育活動を実施していきます。

あわせて、損保ジャパンはルネサンスと連携し、高齢者の方々の健康寿命延伸を支える取組みに共感していただける自治体や企業に対して、「脳が活性化するダンス」の体験プログラムをご案内していきます。

【ご参考情報】

◇「SOMPOダンスプロジェクト」(第一弾・第二弾)について

損保ジャパンは、2019年3月から公益社団法人日本ストリートダンススタジオ協会(代表理事：吉田 健一)と提携し、小学生がダンス授業に積極的かつ楽しんで取り組み、運動能力向上につながるよう、ダンス指導教材である「足が速くなるダンス」を提供しています。

また、2021年6月からは、大阪ガスネットワーク株式会社(代表取締役：中村 剛)に所属する北京オリンピック4×100mリレーの銀メダリストである朝原 宣治氏らが監修した「足が速くなるダンス with NOBY」を公開し、主に関西圏の小学校への特別ダンス授業を展開しています。

◇ルネサンスについて

ルネサンスは、「『生きがい創造企業』としてお客さまに健康で快適なライフスタイルを提案します」という企業理念のもと、1979年に創業し、全国でスポーツクラブや介護リハビリ施設など計180か所以上の施設を運営しています。また、企業や健康保険組合の健康づくり支援や全国の自治体の介護予防事業の受託、オンライン事業、海外市場へ向けた取組みなど、「人生100年時代を豊かにする健康のソリューションカンパニー」として、健康分野におけるサービスを多岐にわたって展開しています。

以上