

有賀 暁子さん

Akiko Aruga

体操インストラクター

1982年、長野県生まれ。伊那西高から文学部国文学科。在学中からNHKテレビ・ラジオ体操のアシスタントを務め、現在は全国各地の企業などで指導を行う

私にしかできないことで人を幸せに

ラジオ体操を世界へ



昨年秋にスリランカで行った体操指導で。現地の人々に好評だった

高校時代、国語の授業で宮沢賢治の世界に魅力を感じ、賢治の研究をされている栗原敦先生がいらつしやる実践女子大学に入学しました。体を動かすことが好きな私は、中学まで新体操をしており、大学ではトータルフィットネス同好会に入り、創作ダンスの全国大会出場を目指していました。

大学2年の時、思わぬ転機が訪れます。当時、同好会顧問だった春山文子先生の勧めでNHKテレビ・ラジオの体操アシスタントのオーディションに応募。最終選考に残り、翌年から番組に出演するようになりました。

大学卒業後は、出身校で国語を教えながら

NHKの出演も続けました。しかし、「他の人にはできないことで人を幸せにしたい」と、2年後に今の仕事で頑張ることにしました。

現在は体操番組のプロアディレクターをしながら、企業や地域の体操教室で指導をしています。体操は気軽にできますが、正しい動きで行わないと効果が上がりません。それだけに、「つまらないけがが減った」という声を聞くと、やりがいを感じます。

昨年秋、スリランカで体操指導をしました。ラジオ体操は日本が世界に誇る文化。これまでのさまざまなご縁を大切に、この習慣を世界中に広めていけたらと思っています。



男女共同参画推進担当理事
人間社会学部長
広井多鶴子教授

実践女子大というと、「良妻賢母」の大学と思っている方がいるかもしれません。いえいえ、卒業生はさまざまな分野で活躍しています。そんな「実践女子」をシリーズで紹介いたします。まずはラジオ体操を世界に広める活動している有賀さん。有賀さんは学生時代、太平洋のパラオ共和国に招かれ、体操を教えた経験があるとか。それが「ラジオ体操で人々を幸せに」という信念につながっています。