

前向きに言い換えればストレス解消、健康につながると注目
『ネガポ辞典』 埼玉県健康長寿プロジェクトの教材に採択
 平成25年7月より、健康長寿サポーター養成講座にて本格開始

いのち 百彩 彩の国



(左) 健康長寿埼玉プロジェクトの標語とシンボルマーク
 (右) ネガポ辞典 表紙

この度、株式会社主婦の友社（東京都千代田区、代表取締役社長 荻野善之）が昨年9月に発売した書籍『ネガポ辞典』が、埼玉県が推進する「健康長寿埼玉プロジェクト」の「健康長寿サポーター養成講座」で使用される教材の一つとして採用され、7月から講座での本格的な活用が開始されました。

「健康長寿埼玉プロジェクト」は、埼玉県が「健康長寿社会」を目指し平成24年度から推進する、県の3大プロジェクトの一つで、健康に役立つ情報を草の根レベルで広める「健康長寿サポーター」を養成しています。

「飽きっぽい」は「切り替えが早い」「行動力がある」など、『ネガポ辞典』のネガティブな言葉や事柄をポジティブに捉えるという発想は、ストレス解消や笑いにつながり、健康づくりに必要な「休養」を上手に取ることができるとして、「健康長寿サポーター養成講座」の教材に採用されました。今年2月、上田清司埼玉県知事が同県広報誌コラムの中で、『ネガポ辞典』を紹介。「読むと明るく元気になります。笑いは健康の源です。埼玉県が現在進めている健康長寿埼玉プロジェクトにおいても大いに参考にしていきたいと思っております」とコメントしたことがきっかけとなり、主婦の友社は参考図書として書籍を提供しております。

『ネガポ辞典』は現在までに、著者の嶋崎明香莉さんと荻野絢子さんが地元・札幌の中学校や高校、地域のコミュニティセンターで「ネガポ授業」「ネガポ講座」を実施したり、一般の方からオリジナルのネガポ変換例を募集するキャンペーンを実施するなど、書籍の枠を超えて様々な取り組みや広がりを見せています。今後も、『ネガポ辞典』で社会を明るくするような取り組みを推進していきます。

■ 健康長寿埼玉プロジェクト「健康長寿サポーター養成講座」

埼玉県や、県内の市町村が行う健康づくりのイベントや研修会の中で実施。講義で使用するパワーポイント教材の「休養」に関する項目で、参考図書として『ネガポ辞典』とその発想の取り入れ方を紹介しています。

- ◎ 埼玉県健康長寿課ホームページ
<http://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/h04/>
- ◎ 上田清司埼玉県知事のコラム「彩の国だより3月号」
<http://www.pref.saitama.lg.jp/site/sainokuni/sainokuni-kensei-2p2503.html>

■ 書籍版「ネガポ辞典」

著者：ネガポ辞典制作委員会
 定価：1050円（税込み） 発売：2012年9月
 サイズ：四六変型判 160ページ

札幌の女子高生が考案した、ネガティブな言葉をポジティブに変換してくれる辞典。スマートフォン用のアプリとして開発され人気を博す。アプリに収録された300語に新たに300語を加えて書籍化。「読むだけで前向きになれる」として現在までに11万部を発行する。



7月26日実施の埼玉県ブロック別市町村民生委員・児童協議会会長連絡会議における「健康長寿サポーター養成講座」の様子

本件に関するお問い合わせ先

株式会社主婦の友社 広報宣伝課 高階（たかはし）・長友 TEL 03-5280-7577（直通） FAX 03-5280-7578