

報道関係者各位

# press release

## ノボ ノルディスク ファーマ株式会社

2020年7月17日

PRESS-20-28

### ノボ ノルディスク ファーマ、糖尿病患者さんに向けたエクササイズ動画を配信 ～1型糖尿病の元エアロビック世界チャンピオン 大村詠一さんが考案した自宅でできるエクササイズで、糖尿病患者さんの健康維持に貢献～

ノボ ノルディスク ファーマ株式会社(代表取締役社長:オーレ ムルスコウ ベック、本社:東京都千代田区)は、新型コロナウイルス(COVID-19)感染拡大に伴い外出と運動の機会が減少している状況を鑑み、糖尿病患者さんの健康維持を目的とした自宅で簡単にできるエクササイズ動画を制作したことをお知らせします。

糖尿病患者さん向けエクササイズ動画は、公益社団法人日本糖尿病協会(理事長:清野 裕、事務局:東京都千代田区)の監修のもと、ご自身も1型糖尿病で元エアロビック世界チャンピオンの大村詠一さんがエクササイズ内容を考案し、自らパフォーマーとして実演いただいています。動画の種類は、糖尿病を持つ「子供向け」、「初級編」を各3編、「中級編」4編と、誰でもできる「準備運動/ストレッチ編」3編を加えた計13本です。各動画は3～4分と短く、毎日無理なく続けやすいエクササイズ内容になっています。

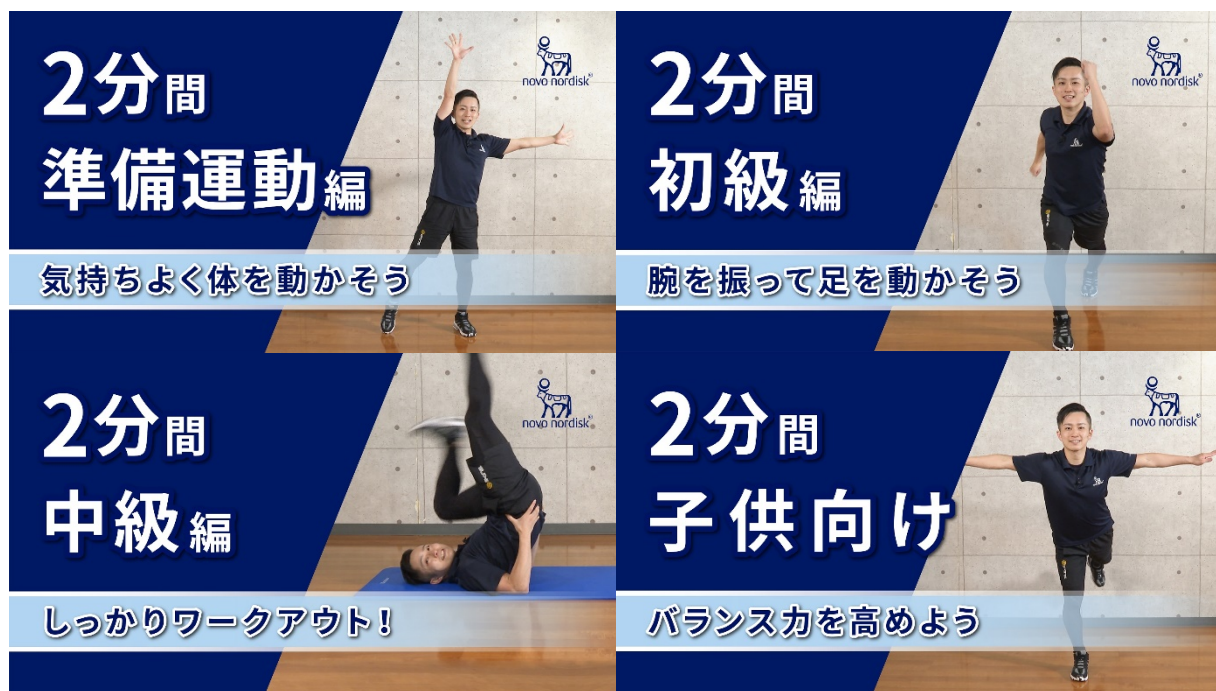
日本糖尿病協会が動画の監修を担当した田中永昭先生(関西電力病院 糖尿病・内分泌代謝センター 部長)は、「糖尿病患者さんにとりまして、毎日の運動は健康を維持するうえで重要です。新型コロナウイルスの感染拡大により、外出や運動に制限を受け、血糖値が上がっている患者さんが見受けられ懸念しています。子供から高齢者まで幅広い年齢層の患者さんが、この動画を見ながら、自宅でも無理なく運動をして、ご自身の血糖値の管理にお役立っていただければ幸いです。これからの季節、家の中でも熱中症には注意してトライしてみてください」と語っています。

本動画は、本日7月17日より、日本糖尿病協会ウェブサイト、ノボ ノルディスク ファーマの糖尿病サイト、ならびに同日に開設したノボ ノルディスク ファーマの公式YouTubeチャンネルにて、順次公開していきます。

#### 糖尿病患者さん向けエクササイズ動画の概要

1. 監修  
公益社団法人日本糖尿病協会
2. エクササイズ考案およびパフォーマー  
大村 詠一さん(8歳の時に1型糖尿病を発症、2002年、2003年にエアロビック競技のジュニア世界チャンピオン。2002年には日本糖尿病協会より「ガリクソン賞」を受賞。現在は、教育機関で体づくり運動の指導の他、講演や各種イベント出演を行っている)
3. 動画内容
  - 種類:「準備運動/ストレッチ編」3編、「初級編」3編、「中級編」4編、「子供向け」3編、計13本

- 長さ: 1 編 3~4 分
  - エクササイズ内容特徴:
    - ① 「準備運動/ストレッチ編」 気持ちよく体を伸ばす、肩・首回りをほぐす運動、等
    - ② 「初級編」 高齢者の方ができるように座位を中心にしたエクササイズ、等
    - ③ 「中級編」 テレワーク疲れを解消する椅子と机を用いたエクササイズ、美しい姿勢を保つためのエクササイズ、等
    - ④ 「子供向け」 ジャンプカやバランス力を高めるエクササイズや頭の体操にもなる運動、等
4. 動画掲載サイト
- 日本糖尿病協会ウェブサイト: <https://www.nittokyo.or.jp/>
  - ノボ ノル ディスク ファーマ 糖尿病 サイト : [https://www.club-dm.jp/exercise\\_video\\_for\\_patient.html](https://www.club-dm.jp/exercise_video_for_patient.html)
  - ノボ ノル ディスク ファーマ 公式 YouTube チャンネル : <https://www.youtube.com/channel/UCwrns6qLjLnDq3tvMkbbqFg>
5. 動画公開スケジュール
- 7 月 17 日(金): 「準備運動/ストレッチ編」3 編
  - 7 月 27 日(月)頃: 「初級編」、「中級編」、「子供向け」各 1 編
  - 7 月 31 日(金)頃: 「初級編」、「中級編」、「子供向け」各 1 編
  - 8 月 7 日(金)頃: 「初級編」、「子供向け」各 1 編、「中級編」2 編



#### ノボ ノルディスクについて

ノボ ノルディスクは、1923 年創立のデンマークを本拠とする世界有数のヘルスケア企業です。私たちのパーパスは、変革を推進し、糖尿病および肥満症、血液系希少疾患、内分泌系希少疾患などのその他の深刻な慢性疾患を克服することです。その目的達成に向け、科学的革新を見出し、医薬品へのアクセスを拡大するとともに、病気の予防ならびに最終的には根治を目指して取り組んでいます。ノボ ノルディスクは現在 80 カ国に約 4 万 3,100 人の社員を擁し、製品は約 170 カ国で販売されています。日本法人は 1980 年に設立されました。詳細はウェブサイトをご覧ください。  
([www.novonordisk.co.jp](http://www.novonordisk.co.jp))