

第2群（活動報告）

親と子の体操セミナー  
—幼稚園及び保育所との連携—

○東部保健福祉事務所登米地域事務所(登米保健所) 技師 水谷ひとみ  
宮城裕美子, 小川美穂, 高橋恵

キーワード: 連携・協働, 子育て世代・健康づくり無関心層, 体験型

### I はじめに

登米市内の健康課題として、児童の肥満傾向児の割合、また、成人のメタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合も全国及び県平均と比較して高い状態にある。

肥満の要因として地域的に大人も子どもも同様に、日常生活での運動不足が考えられるため、幼稚園や保育所と連携し、楽しく運動できる体操教室を出前形式で実施することで、親と子に運動の機会を提供し、教諭及び保育士等が日常の保育にとりいれることのできる運動を習得することにより、日常の運動の実践につながることを目的として実施したもの。

### II 方法

登米管内にある幼稚園及び保育所38施設のうち、申込みのあった8施設（そのうち4施設が親と子を対象）を選定し、幼稚園及び保育所との連携により、保護者会や保育参観での出前体操教室を実施した。

#### 内容

- 1 運動実技（外部運動指導講師）
  - ・楽しい、親子でふれあえる
  - ・タオル等簡単な道具で自宅や狭い場所でもできる
  - ・子どもの運動能力向上に繋がるポイントの紹介
  - ・親の運動不足解消等
- 2 情報提供（保健所職員）
  - ・登米市児童の肥満の現状と予防のポイント

#### 連携・役割

- ・幼稚園及び保育所：保護者との調整、周知及び参集、会場準備及び道具の提供 等
- ・保健所：事業の企画運営、外部運動指導講師の調整 等

### III 活動内容

管内にある幼稚園及び保育所8施設において、延べ367人（幼児203人、保護者123人及び教諭・保育士41人）を対象に事業を実施した。

体験型・実践型によるメタボ予防の企画にしたことにより、講話中心型の出前講座を実施した昨年度と比較し、申込みが増加した。

参加した保護者は、20歳代及び30歳代がおおよそ8割をしめた。保育参観等で事業を実施したことにより、健康づくりへの関心の有無に関わらず、対象となるほぼ全員の出席が得られた。介入が難しいと言われている特定健診前の若い世代を対象とすることができ、「健康づくり無関心層」への動機づけの機会となった。

また、教諭及び保育士に対し、日常の保育にとりいれることのできる運動の実践研修の機会となった。

### IV 考察

幼児期において、遊びを中心とする身体活動を十分に行うことは、多様な動きを身に付けるだけでなく、生涯にわたって健康を維持したりするなど、豊かな人生を送るための基盤づくりとなる<sup>1)</sup>ため重要である。

また、幼児期からの健康づくりには、親の健康づくりに対する意識、親自身の健康づくりが欠かせないため、親と子の健康づくりを支援する環境づくりとして、幼稚園や保育所との連携は効果的であることがわかった。

しかし、本事業実施による保育所・幼稚園及び親の運動習慣の変化について把握等検証が必要である。

### V おわりに

幼児期からの健康づくりには、子やその親に関係する機関が協働し、継続性のある取り組みが必要と考える。

関係機関と協働体制をつくるため、今後、保育所・幼稚園、市及び県等情報共有する仕組みづくりをしたい。

### VI 引用文献

<sup>1)</sup> 文部科学省「幼児期運動指針」(2013)