

# 親と子の体操セミナー —幼稚園及び保育所との連携—

登米保健所 成人・高齢班

技術次長(班長) 宮城 裕美子

技術主幹 小川 美穂

技 師 水谷 ひとみ

技 師 高橋 恵

# 登米地域の健康課題（成人）

健康寿命

健康寿命が短い！

男性

(歳)

女性

(歳)

70

75

80

85

90

70

75

80

85

90

大河原町

81.06

松島町

86.16

宮城県

78.42

宮城県

83.58

登米市

76.56

登米市

82.34

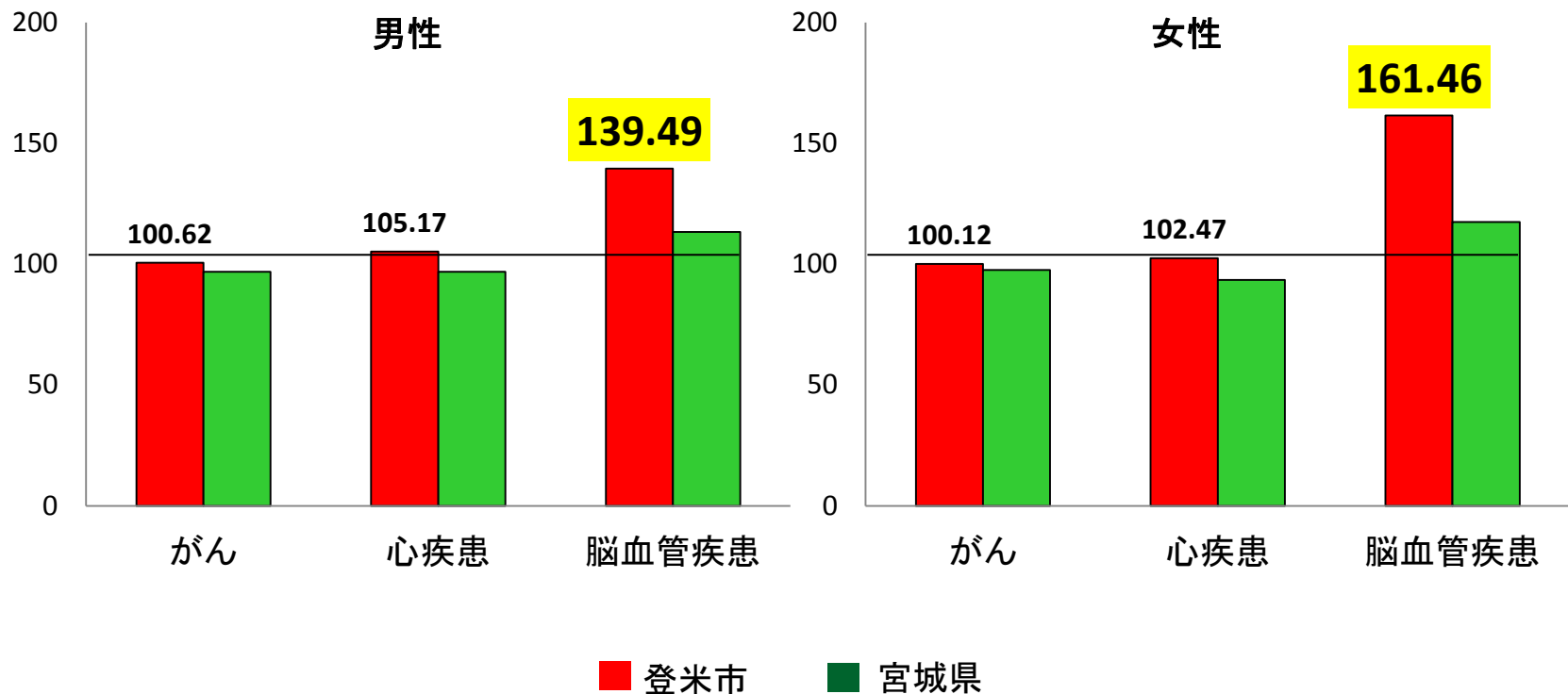
(ワースト2位)

(ワースト3位)

# 登米地域の健康課題（成人）

SMR(標準化死亡比)

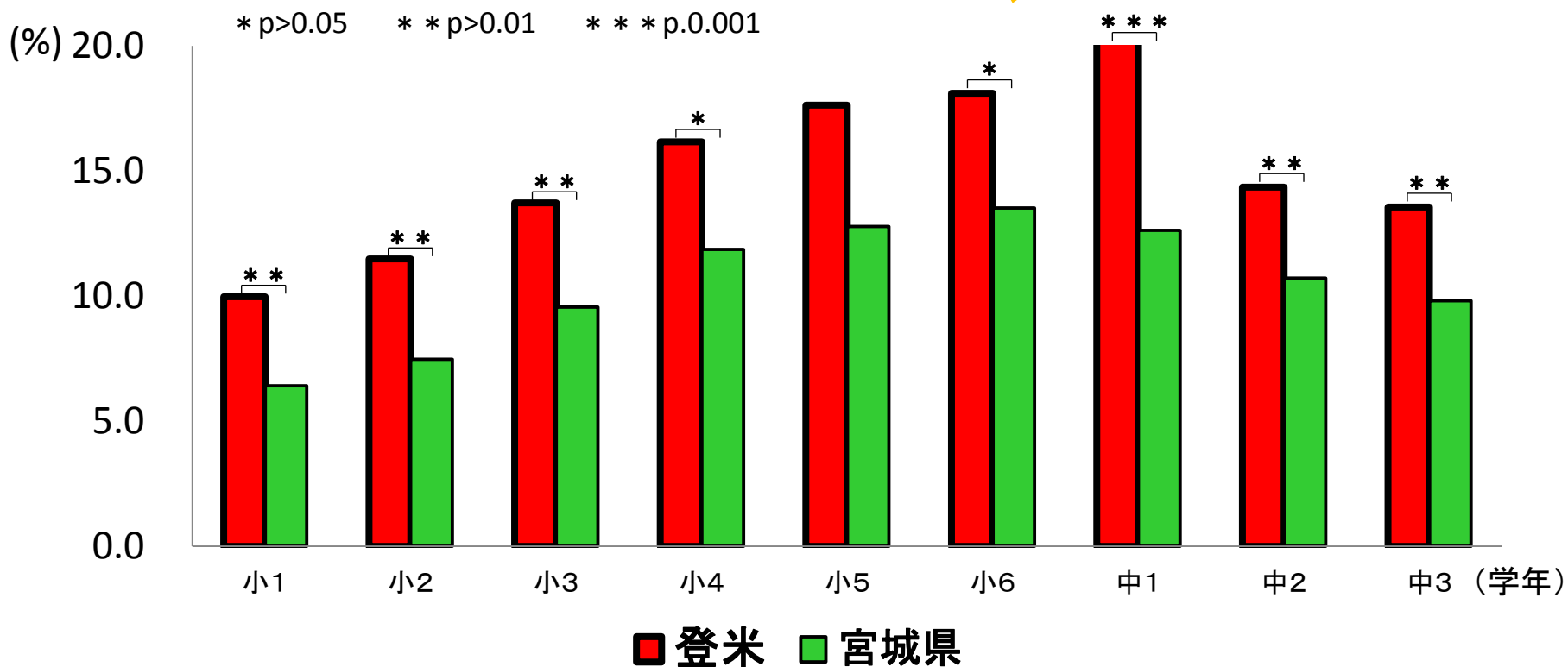
脳血管疾患による死亡が多い！



# 登米地域の健康課題（子ども）

年齢別 肥満傾向児の出現率

子どもの肥満が多い！



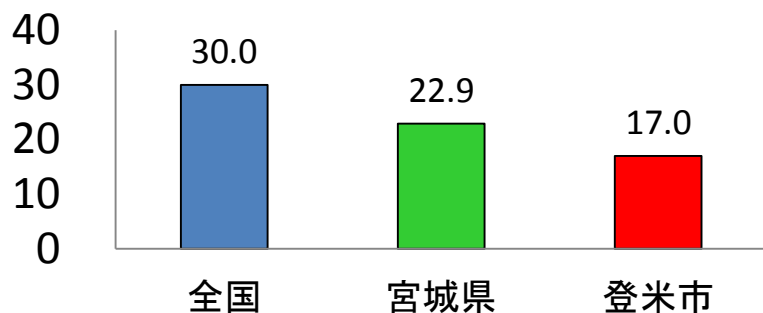
# 背景

## (登米地域住民の特徴)

### 運動習慣の状況

運動習慣がない！

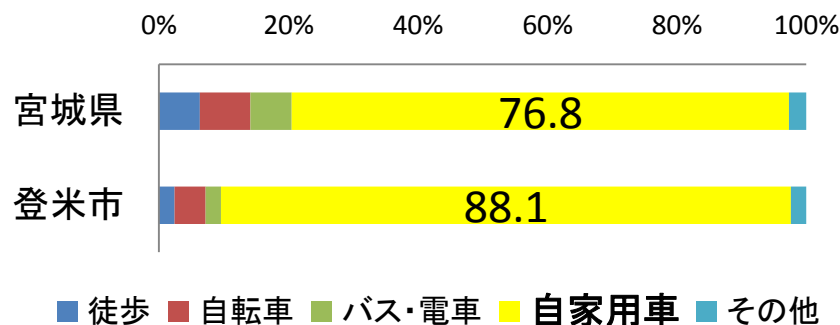
(%) 運動習慣「有り」の状況



### 移動手段の状況

車移動が多い！

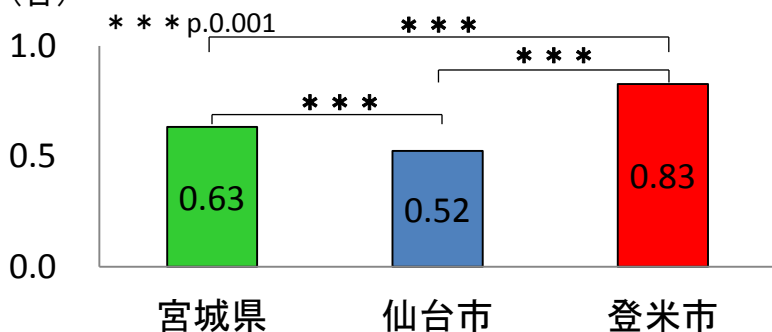
外出時の移動手段



### 乗用車保有状況

県内23市郡中7位！

(台) 住民一人あたり乗用車(軽含む)保有数



運動不足は、  
地域の取り組むべき課題

平成26年宮城県県民健康調査報告書  
宮城県市町村別保有車両数【乗用、軽自動車】(H28.3.31現在)  
(東北運輸局)  
市町村別人口増減の推移(H28.3.1現在)(統計局)

# 背景

(これまでの保健活動から)

昨年度の事業において

幼稚園

市立幼稚園長  
会議

保育所

児童福祉関係  
施設長会議

保健所から

県事業「親子運動イベント」  
周知

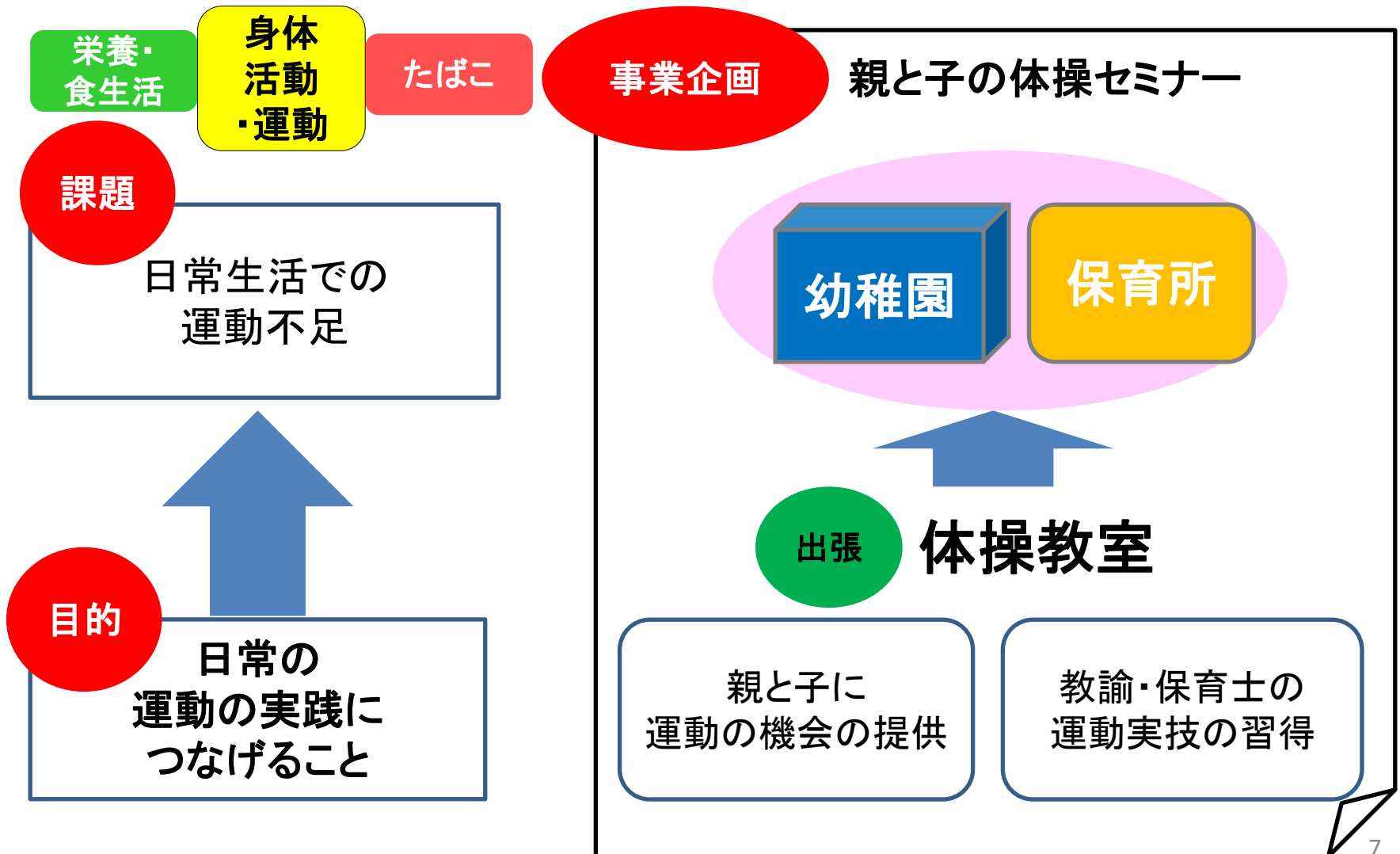
登米市の健康課題、  
肥満に関する情報共有

市母子保健事業の体制

幼児(未就学児)の肥満対策  
健診の実施以外は  
9総合支所ごとの対応

総合支所により  
対応に違いがみられた

# 事業の方向性



# 対象等

- 管内幼稚園・保育所(38施設)中,  
8施設(4施設が親と子を対象)
- 幼稚園・保育所との連携
- 保護者会や保育参観での  
出前体操教室



# 内容 ①

## 運動実技 (外部運動指導講師)

- 簡単な道具で, 幼稚園・保育所, 自宅でもできる
- 親の運動不足解消
- 子どもの運動能力向上のポイントの紹介



親子で  
ふれあい

楽しい!



# 内容 ②

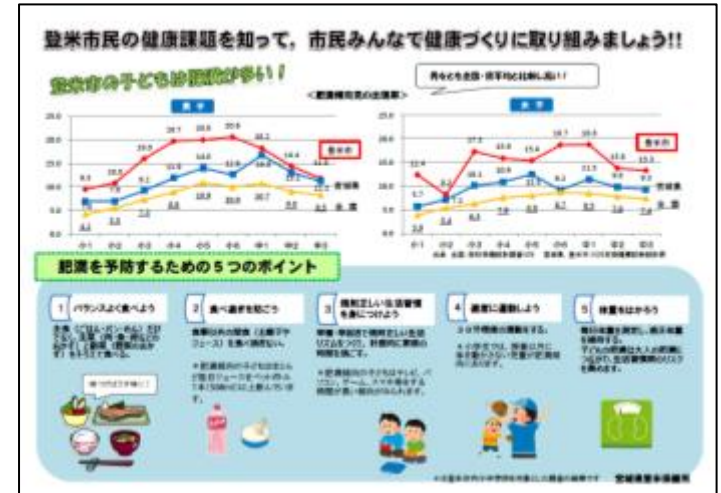
## 情報提供（保健所職員）

### ●親と子対象時

登米市児童の肥満の現状と予防のポイント

### ●子どものみ対象時

食事や生活リズムのお話（紙芝居）



# 連携 ・ 役割

## 幼稚園・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
- 多職種での参画



## 保健所

- 事業の企画運営
- 外部運動指導講師の調整



# 実績 事業全体

## 参加者数

管内にある幼稚園・保育所**8施設**

**延べ367人**

(幼児203人, 保護者123人, 教諭・保育士41人)

## 関心度

事業への申込み増加

平成27年度  
講話中心型企画  
申込み**1**施設

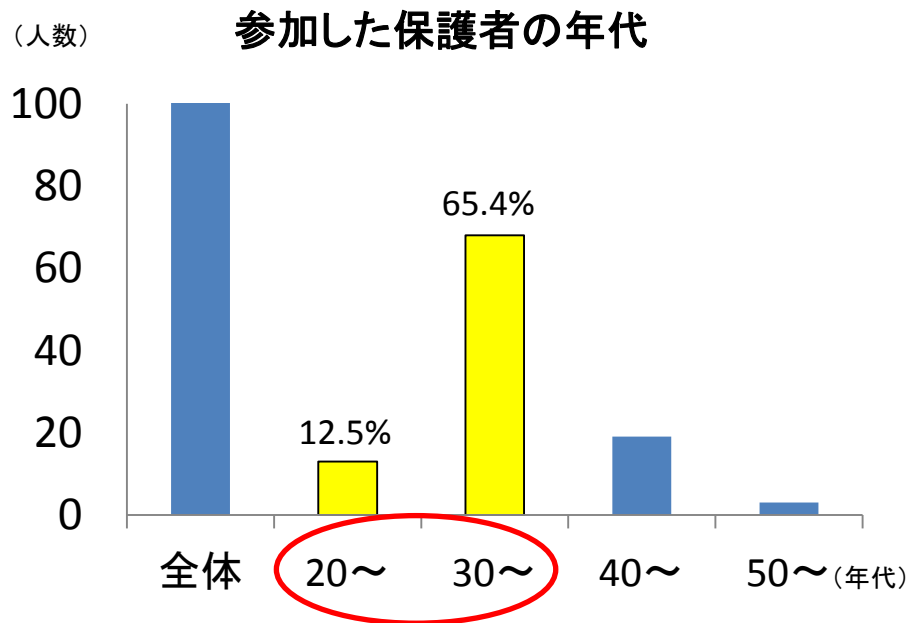


平成28年度  
体験型企画  
申込み**8**施設

# 気づき 保護者①

## 参加した保護者

健康づくりへの関心の有無に関わらず，ほぼ全員が出席



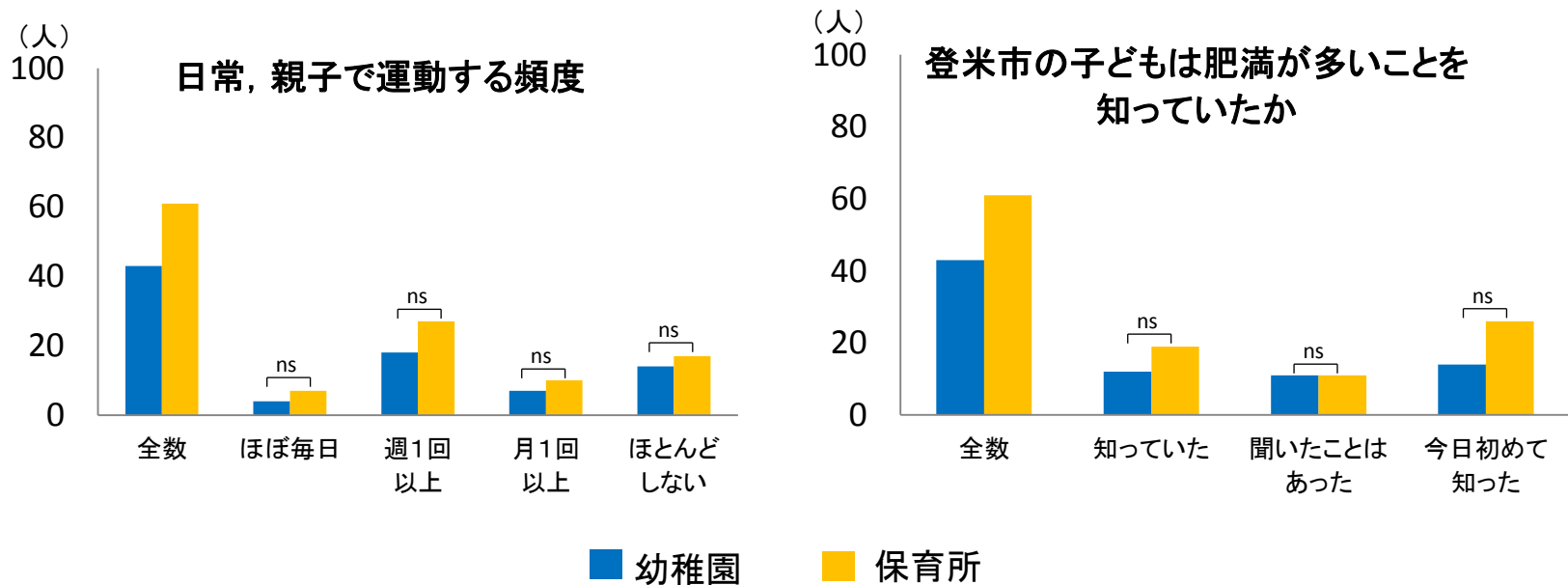
20～30歳代がおよそ8割



「健康づくり無関心層」への  
動機づけの機会

# 気づき 保護者②

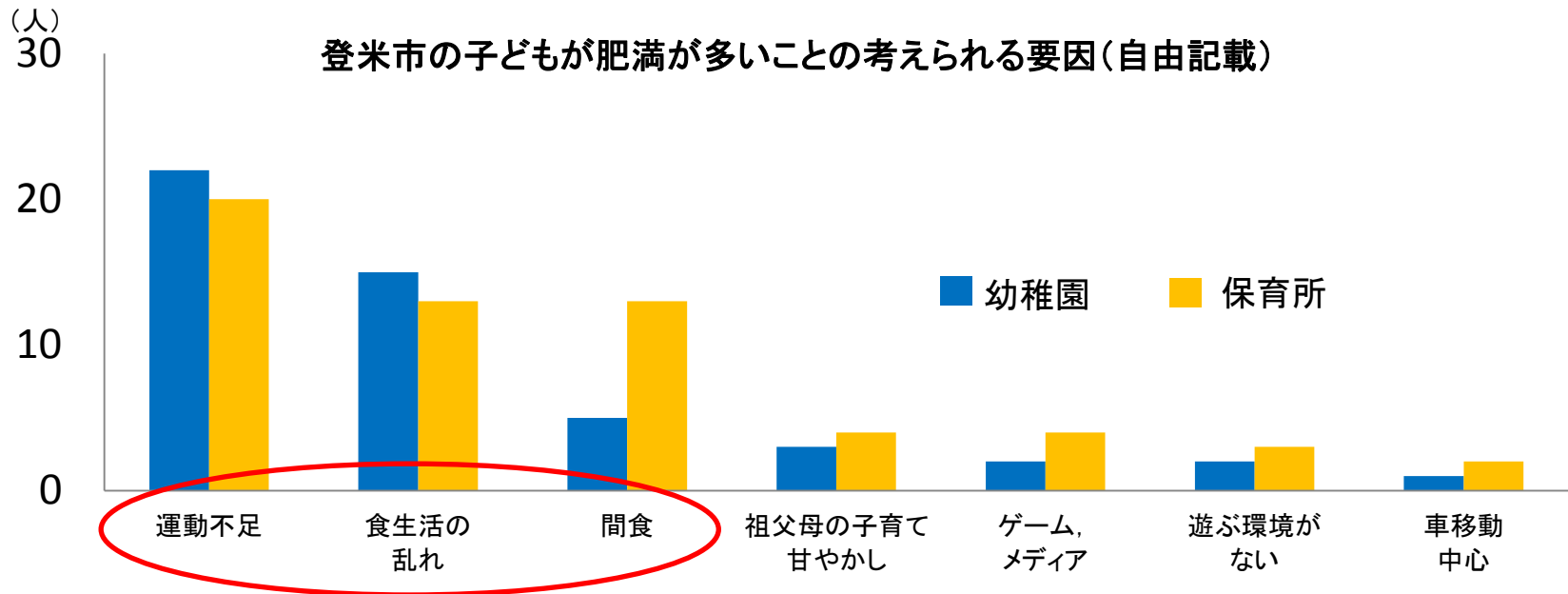
## 保護者アンケート結果(一部)



幼稚園と保育所の保護者の意識に  
有意差はみられなかった

# 気づき 保護者③

## 保護者アンケート結果(一部)



問かければこたえてくれる

→ 生活習慣を振り返る機会

# 気づき 保護者④

## 保護者アンケート結果(一部)

### 感想(自由記載)



日頃の運動不足を痛感した

タオルひとつで子どもと簡単に体を動かすことを知って、すぐに実践できそうと思った。

子どもの笑顔がみれて、楽しそうで嬉しかった。

休日の過ごし方を変えようと思った。買い物→公園へ

**好評,「楽しかった」  
→「楽しくできる運動」の提案ができた**



# 実績 教諭・保育士・栄養士

## 教諭・保育士に対し、運動の実践研修

教諭・保育士アンケートの感想(自由記載)



様々な動き、道具の使い方がわかり、参考にしたい。

幼児期に色々な運動を経験することが大切と知り、改めて重要な時期を子ども達と過ごしていることを感じた。

限られた空間でもできる、保育に活かせる実技だった。

期待

日常、保育での実践  
自主企画の実施

# 気づき 教諭・保育士・栄養士

## 多職種での連携の有効性

保育所栄養士による保護者向けの啓発



保護者アンケートの感想(自由記載)

ジュースに糖分が多くて、びっくりして印象に残った。

「動いているから食べてもいい」と思っているけど、運動の必要量には足りていないとわかった。

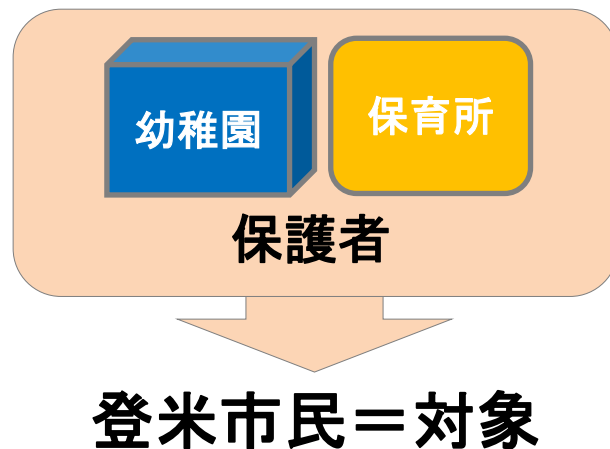


幼児・保護者の生活実態にあわせた普及啓発  
生活の「気づき」から「見直し」へ

# 気づき 登米市との連携

## 登米市との連携の有効性

1施設で、市総合支所の栄養士が、「食事のポイント」を説明



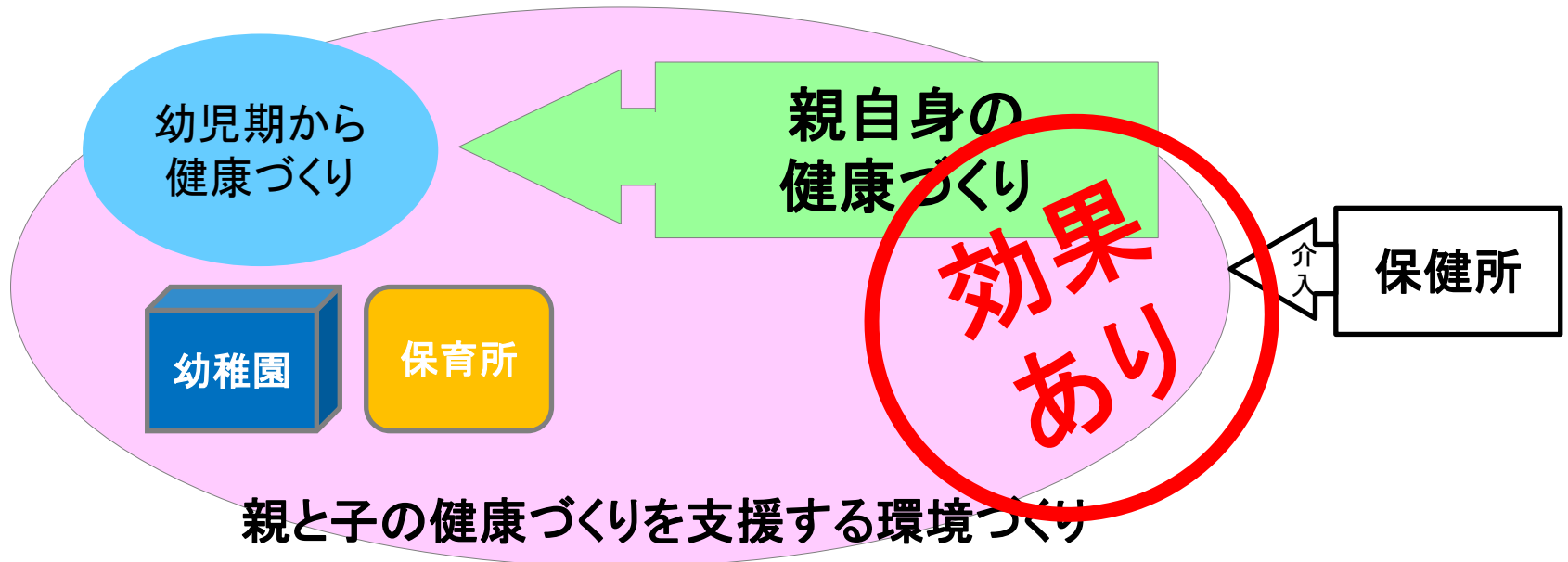
乳幼児健診時  
指導の  
ブラッシュ  
アップ



保健所と市との、連携実施の試行

# 考察 ①

## ライフステージ



# 考察 ②

事業  
結果

親と子の体操セミナー

教諭・保育士

日常の保育で実践？  
自主企画の実施？

幼児

運動習慣の変化？  
肥満傾向児減少？

保護者

運動習慣の変化？  
生活改善？

未把握



目的

日常の運動の  
実践につなげること

継続した  
取組みが  
必要

課題

日常生活での  
運動不足

課題解決には、継続した  
取組みと検証が必要

# 今後に向けて

連携  
→ 協働

