

第1回 幼・保・小合同研修会だより

日時 令和5年5月25日(木) 午後3時～午後4時40分

場所 ニコニコこども館3階 会議室 (オンライン研修)

教育講演「子どもの健康と運動能力について」

～心もからだもまるごと育てる～

講師：

医療法人仁寿会

菊池記念こども保健医学研究所所長 菊池医院 院長

認定 NPO 法人郡山ペップ子育てネットワーク 理事長

菊池 信太郎 先生



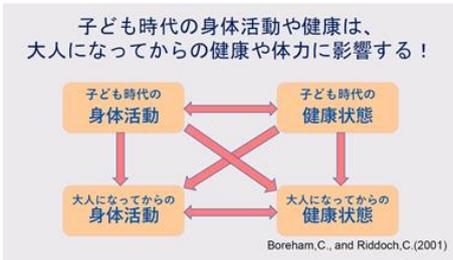
講師の菊池先生は、小児科医で菊池医院の院長、認定 NPO 法人郡山ペップ子育てネットワークの理事長として、子どもに深く関わる活動をされています。

東日本大震災以降、子どもたちが健康的に心と体を育む環境を整えるために、郡山ペップ子育てネットワークを設立、以来「福島の子どもたちを日本一元気に」をモットーに、様々な取り組みをしており、今回は、菊池先生が、子どもの運動、生活状況、食育環境に関連した大規模な調査をもとに、子どもの育ちや体力、肥満の現状と対応について講演をいただきました。

※参加者→幼稚園・保育所(園)・認定こども園・小学校関係者等 77名(内オンライン研修 55名)

【講演の主な内容】

- 健康維持における肥満の重要性を理解する。
- 福島(郡山)の肥満の現状を知る。
- 肥満(子どもの健康)は大人まで続く。
- 肥満対応のヒントを得る。
- 健康情報の連携の重要性を知る。



肥満(子どもの健康)は大人まで続く

- ・東日本大震災以降、肥満傾向の児童生徒は減少傾向にあるものの依然として高い。
- ・小6の高度肥満の半数以上は、小2ですでに中等度以上であり、就学前からの取り組みが重要。
- ・小6以降は改善する例も多く、運動することとの関連から運動部などへ加入することで効果が期待できる。
- ・運動の日常化には、体育の授業だけでなく、学校内で「子どもが思わず体を動かしたくなる仕掛け」が必要。

【アンケートから～参加者の声～】

- 子どもの健康は生活環境が大きく影響していることを知り、保育園に通い長い時間過ごしている子どもたちにとって、園での生活習慣や運動、食事などが大切で、私達にも大きな責任があると感じました。保護者と連携を図りながら子どもたちが健やかに成長していけるように、今回の学びを参考にさせていただきます。
- 児童の体力低下を非常に危惧しています。改めて、児童はもとより、日本の将来につながる大きな課題だと思います。貴重な資料を提示いただきありがとうございました。