

## コロナ禍における子ども運動教室の必要性

稲富 惇一<sup>1)2)</sup> 桂 雅俊<sup>1)</sup> 畑田 早苗<sup>1)</sup> 片岡 聡子<sup>1)</sup> 甲藤 梨彩<sup>3)</sup>

1) 土佐リハビリテーションカレッジ 作業療法学科

2) 高知大学大学院総合人間自然科学研究科医学専攻 博士課程

3) オーテピア高知図書館

Key Word：地域活動，児童，連携

## 【はじめに】

子どもの心と体を発育する上で運動は重要である。しかし、covid-19の感染拡大による外出自粛の影響で子ども達の運動量は低下している(澤田, 2021)。また、関東圏在住の小中学生 2423 名を対象に行った調査では、現在約半数が運動不足で困っており、目や体が疲れやすい・集中できないといった症状が出ていると回答している(子どもの体と心連絡会議・日本体育大学体育研究所, 2020)。この結果は、四国圏でも同様の状況になっていることが想像できる。

そこで、私達は現状を改善するために、子ども運動教室をオーテピア高知図書館(高知県立図書館・高知市立市民図書館本館)と共催にて実施した。結果、参加者から高い満足度が得られ、次回以降も開催を望む声が多数聞かれた。また、アンケート結果から高知県内在住の子ども達においても、covid-19 感染拡大前と比べ運動不足になっていることが明らかになったため以下に報告する。なお、本事業は高知県・高知市から認定を得た上で行なわれ、アンケート結果の使用においては保護者より同意を得ている。

## 【目的】

発表目的：コロナ禍における子ども達を対象にした運動教室の重要性を示すこと。

事業目的：子ども達の健康増進の一助になること。

共催目的：実施後子ども達が運動で困った時に関連書籍の貸し出しが可能(事後のサポート体制)。

## 【方法】

運動教室の対象は、4～9歳までの子どもと保護者。二部制で行い、第一部幼児(4～6歳)・第二部小学生(7～9歳)とした。募集は、高知県内の図書館および高知市内の保育園・幼稚園と小学校を中心にチラシを配布し受付は事前申し込みとした。当日の参加者は合計 36 組で、感染対策を徹底した上で開催した。内容は共通して身体測定(バランス：Functional Reach Test, 筋力：垂直飛び、瞬発力：棒反応など)と運動体験、司書による読み聞かせや運動関連書籍の展示を行なった。事業後には、保護者にアンケート調査を実施し、「発育上外遊びが重要と思うか」「運動不足が気になるか」「コロナ前後の運動頻度はどう変わったか」「イベントは満足であったか」「今後も運動教室の開催を希望するか」といった項目を尋ねた。

## 【結果】

アンケートは、保護者 18 名(子ども年齢：6.8 ± 1.7, 性別：男児 9 名, 女児 9 名)から回答を得た(有効回答率 50.0%)。質問に対する回答の割合として「発育上外遊びが重要性である」(100%)、「運動不足が気になる」(83.4%)、「コロナ前後の運動頻度が減った」(50.0%)、「イベントは満足だった」(100%)、「今後の運動教室開催を希望する」(100%)であった。

## 【考察】

アンケート結果より、保護者が運動や外遊びの重要性を認識しながらも、子ども達の運動頻度が高知県内においても減少していることが伺えた。運動頻度の減少は、日常生活上の活動量が低下し脆弱化をもたらす(須賀, 2006)。実際に、covid-19 感染拡大前と比べ児童の転倒リスクは、1.89 倍に上昇している(Ito et al., 2021)。また、運動を通して人と関わることは心を育む上で重要である。そのため、外出自粛に伴い活動が制限されている時期だからこそ、体と心の専門家である作業療法士が運動教室を実施し、質の高い運動を子ども達に提供する必要があると考える。開催にあたっては運動教室終了後も相談しやすく、尚且つ運動に関する書籍を読み自身で知識を深められるため、図書館と連携して行うことが良いと思われる。

研究限界として、今回のアンケート回答者は先行研究と比べ数が少なく、県内情勢を完全に反映させるものとは言い難いため、引き続き調査を行なっていく必要がある。