

今月の特集 「調査研究事業」

今回はNPO法人事業のひとつ「調査研究事業」から郡山市から委託されている「郡山の子どもたちの心と体の発育見守り事業」をご紹介します。

本事業の背景と目的

郡山市子どもの心のケアプロジェクトが2013年に行った調査で以下のことが明らかになりました。

- ①**体力・運動能力が低下している子ども、肥満・やせ児の増加**
- ②**心の問題を抱えている子どもの増加**

特に①に関しては以前から問題視されていたものの、この結果が震災を原因とするものかどうかは不十分です。

本調査は今後有効な対策を講ずるための基礎的な情報の収集と、教育現場等へのフィードバックを目的とし、毎年度行っております。

26年度の調査の報告会が今年8月に開催しました。結果の一部をご紹介します。

【対象】郡山市内の4～15歳 約30,000人

【期間】平成26年11月～12月

【方法】アンケートを教育機関に配布、データベース化

食事

●朝食

ほとんどが必ず毎日取るが中学生では欠食率が増加。

●夕食

90%弱の子どもは20時前に食事。約10%は子どものみの食事。

●間食

幼児で間食を取る割合が多い。

年齢が低いほど食生活に配慮している。

小学生以上で食事の食べ過ぎが20%いる一方、食欲がないという子どももいる。

睡眠

小学生と中学生の主な就寝時間は以下の通り。

●小学生

午後9～10時

●中学生

午後11～12時

中学生の3分の1の就寝時間は12時以降であることが分かった。

遊び

●運動時間

一週間の中で運動時間0分は男子15%、女子24%。室内遊びが中心となっている。

●運動意欲

運動能力・体力に苦手意識を持つ子どもが多いものの、「もっとしたい」と積極的な意見が多かった。運動意欲は低年齢ほど高い結果であった。

●ゲーム等

ゲームをする時間は男子平均が昨年より15分増加して73.3分に。

インターネット・メール使用時間は高学年(男子30.7分・女子28.1分)から中学生(男子54.1分・女子73.7分)にかけて急激に増加。

従来、健康と生活習慣は切っても切れない関係であることが指摘されてきました。震災以降、福島の子どもの生活習慣が激変してしまいましたが、同様の傾向は既に全国でも2,30年前から始まっていました。

この結果が示している子どもたちの現状を、まずは家庭で考えて頂き、そして学校など教育保育の現場も含め、今後子どもたちの健康をどのように創っていくかを地域全体で考えるきっかけにして頂きたいと切に願います。



理事長
菊池 信太郎