

### 被災地の子どもたちの運動不足を解消する

震災により公園や空き地などの遊び場がなくなったり、放射線の影響で体育の授業や屋外での遊びができなくなったりと、子どもたちの運動不足が危惧される。運動不足からくる体力の低下や肥満などの健康被害などを防ぎ、子どもの健全な成長を促す遊びの環境を確保することが重要である。また同時に、大人、特に母親の子育ての不安・ストレスを軽減・解消する取組が必要である。

#### ｜運動不足や食習慣の変化

文部科学省の学校保健統計調査により、被災地域での肥満傾向児の割合が上昇したことが分かった。これは、震災や放射線の影響により、屋外で遊ぶ機会が少なくなった子どもたちの運動量が不足したり、避難生活など環境の変化に伴い食習慣に乱れが生じたことなどが原因とされている。

さらには、子どもへの影響に加え、子育てをする母親の不安やストレスなども問題になってきた。

#### ｜健全な成長を促す遊びの環境の確保

ある子育て支援事業を行う団体は、遊び場がなくなった被災地の子どもたちに「室内遊び場」を提供した。体育館や福祉センターなど公共施設を利用し、子どもたちの年代に合わせた遊具を持ち込み、遊びの環境を整えた。

また、親や祖父母などの高齢者を含む、子どもたちを取り巻く大人向けに食育や子育て、健康管理セミナーを開催し、子育ての不安やストレスを軽減する活動も行った。

#### ｜活動のポイント！

- 利用者アンケートを行うことで、課題や活動の見通しを明確にした。
- 親子が安心して遊べるよう、遊具の提供だけでなく、ファシリテーターやサポーターが介在した。
- 子どもたちが遊びの経験を通して、感性や好奇心を育み、心のケアにつながるように図った。
- 遊びを通して、子ども同士の交流だけでなく、異世代交流を図った。
- 子どもの年齢に合わせた食育セミナーなどで、その場だけでなく、家庭での実践指導も行った。
- 固定した会場ではなく、各地で遊び場やセミナーを提供した。

#### ｜参考事例、関連事業

- [復興庁『男女共同参画の視点からの復興～参考事例集～ No.55』](#)
- [平成 25 年度 復興庁「新しい東北」先導モデル事業](#)
- [福島県「自分手帳」](#)