

令和6年度大学コンソーシアムとちぎ 学生活動支援事業 報告書

機 関 名	国際医療福祉大学
団 体 等 名	理学療法学分野 & 理学療法学科
学生代表者氏名 (所属・学年)	小笠原悠人(国際医療福祉大学大学院・博士課程3年)
責任教職員氏名	渡邊観世子(国際医療福祉大学 保健医療学部 理学療法学科 准教授)

1. 事業名	自分の身体のことを知ろう！子どものための運動計測会と保護者のための運動教室
2. 実施時期	令和6年7月1日～令和7年2月28日
3. 実施場所	国際医療福祉大学 アスリーナ
4. 事業の内容等	<p>4-1. 事業概要</p> <p>近年子どものロコモティブシンドローム（以下、子どもロコモ）が指摘され、運動能力低下が注目されている。小学校では、身体計測や新体力テストにて身体・運動機能を計測する機会はあるが、筋肉量や脂肪量等の詳細な身体組成や筋力、バランス等の身体機能の計測は不十分である。また、計測した内容に対するフィードバックが不十分であり、具体的にどのような運動を実施すると身体・運動機能が向上するかがわからないまま結果のみを受け取るだけとなっている。</p> <p>国際医療福祉大学理学療法学科では、解剖学や運動学、生理学をはじめとした身体・運動機能とリハビリテーションに関する知識を専門に学んでいる。しかし、学部生・院生の活動・実習現場は、高齢者を対象とした現場が多く、子どもとその保護者との関わり方を学ぶ機会が少ない。本事業において、学部生・院生のうちから子どもとその保護者との関わり方を学ぶことで、将来的に地域の子どもの理学療法を通じた関わりを円滑に進めることにつながる。また、参加者である子どもと保護者に対して身体・運動機能に関する専門知識を提供することで運動能力向上や子どもロコモの予防に寄与できると考えている。さらに筋肉量や脂肪量等を計測できる身体組成計や足部の状態を計測できるフットプリンター等専門的な機器を使用することで、普段の生活では知ることのできない詳細な身体・運動機能を計測することができる。</p> <p>今回の事業では運動計測会と、その後の運動教室にて計測した結果に対するフィードバックをすることで、具体的な自主トレーニングの方法を指導することが可能となり、子どもの身体・運動機能向上が期待できる。</p> <p>4-2. 事業目的</p> <p>国際医療福祉大学理学療法学科での学びを活かして、子どもの身体・運動機能向上と、保護者に対する運動の重要性を教授し、地域の子どもの健康意識ならびに運動能力の向上、さらに子どもロコモの予防に寄与する。</p>

4.3. 事業内容

運動計測会について

- ・基礎身体機能計測

身長、体重

身体組成 (In Body S10) : 筋肉量、脂肪量、栄養・細胞状態

足部計測 (フットプリント) : 足長、足幅、足底圧

- ・運動能力計測 (※下線は新体力テスト評価項目)

筋力評価 : 握力、立ち幅跳び、上体起こし、膝伸展筋力

柔軟性評価 : 長座体前屈

瞬敏性評価 : 反復横跳び

バランス機能評価 : 片脚立ち (開眼・閉眼)

Time up and go Test (TUG)

子どもロコモチェック (5項目) :

片脚立ち、しゃがみ込み、肩挙上、体前屈、上肢動的運動

運動教室について

「早く走るには?!」をテーマに運動のポイントを指導し実践する。

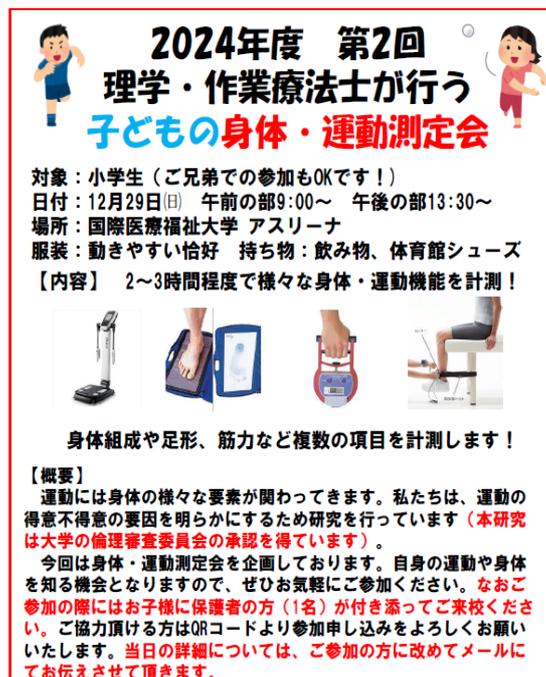
参加した子どもと学生スタッフでペアを作り、ペアで運動に取り組むことで子ども同士の競争にならないように配慮した。

5. 事業の成果と今後の課題

5-1. 事業成果

- ・参加者の募集に関して

国際医療福祉リハビリテーションセンター (大田原市) の利用児および栃木県大田原市内の小学生を対象として、事業のチラシの掲示と配布により参加者を募集した (図1)。参加希望者は計31名であり、当日の体調不良や急用等での不参加を除き最終的に24名が参加した。



2024年度 第2回
理学・作業療法士が行う
子どもの身体・運動測定会

対象 : 小学生 (ご兄弟での参加もOKです!)
日付 : 12月29日(日) 午前の部9:00~ 午後の部13:30~
場所 : 国際医療福祉大学 アスリーナ
服装 : 動きやすい恰好 持ち物 : 飲み物、体育館シューズ
【内容】 2~3時間程度で様々な身体・運動機能を計測!

身体組成や足形、筋力など複数の項目を計測します!

【概要】
運動には身体の様々な要素が関わってきます。私たちは、運動の得意不得意の要因を明らかにするため研究を行っています (本研究は大学の倫理審査委員会の承認を得ています)。
今回は身体・運動測定会を企画しております。自身の運動や身体を知る機会となりますので、ぜひお気軽にご参加ください。なおご参加の際にはお子様に保護者の方 (1名) が付き添ってご来校ください。ご協力頂ける方はQRコードより参加申し込みをよろしくお願いたします。当日の詳細については、ご参加の方に改めてメールにてお伝えさせていただきます。

図1. 参加者募集のチラシ

・事業に関して

日時：2024年12月29日 午前（9:30～）と午後（13:30～）の2部制
午前（9:30～）：

参加者13名，学生スタッフ10名，社会人スタッフおよび教員4名

午後（13:30～）：

参加者11名，学生スタッフ9名，社会人スタッフおよび教員3名

・実施内容に関して

運動計測会：

身長、体重に加え、普段計測することの少ない身体組成、フットプリンターを使用した足部計測、筋力やバランス等の運動能力を評価した。

参加児童および保護者に対しては、運動計測会の内容のフィードバックとして、計測結果をまとめた用紙を渡した。結果用紙に関しては、年齢および性別の基準値との比較ができるように編集を行った（図2）。

学生スタッフに対しては、計測の説明や実施を通して、児童とのコミュニケーションの方法を学ぶ機会を作ることができた（図3）。



図2. 身体組成および運動計測の結果用紙



図3. 運動計測会の様子

運動教室：

「早く走るには?!」をテーマとして、体幹や下肢の使い方を伝え、実

践していく中で学ぶことができるように企画した。参加児童と学生スタッフでのペアでの競争機会を作ったことで、参加児童の運動技能に関係なく楽しむことができていた。最後には、素早い切り替えし（足の使い方）の練習として、参加児童VS学生スタッフでしっぽとりを行い、両者全力で取り組み楽しむことができていた（図4）。



図4. 運動教室の様子

・参加者への事後アンケートに関して

参加者の保護者に対して、事業の満足度に関するアンケートに回答をして頂いた（Google Formsによるwebアンケート）。

「子どもが楽しみながら取り組めるように配慮されていてよかった」、「学校のスポーツテストでわからない身体の中の部分など普段計測できないような内容で面白かった」、「学生スタッフも全力で取り組んでくれたので子どもたちも楽しそうな様子だった」等の回答を頂いた。

アンケートに回答して頂いた14家族全員から「今後も同様の事業があれば参加したい」との回答も得ており、本事業の満足度が高かったことが示された。

・学生スタッフへの事後アンケートに関して

学生スタッフに対しても、事業に参加した感想を聴取した（Google Formsによるwebアンケート）。

「子どもとの接し方を学ぶような活動があまりないので、今回のような企画に参加し実際に関わる経験を持ててよかった」、「子どもの年齢が様々で言葉かけや接し方がすごく難しかった」、「子どもたちの体力に驚かされた」等の回答を頂いた。またアンケートに回答して頂いた14人全員か

ら「今後も同様の事業があれば参加したい」との回答を得ており、学生スタッフの満足度も高いことが分かった。

5-2. 今後の課題

実施時期および募集時期の検討

当初の予定では、2～3回ほどの企画を予定していたが、冬休み期間の1回のみとなってしまった。原因として、チラシの配布と掲示から参加者の募集を行うまでに時間がかかってしまったことが挙げられる。今後はスケジュールを見直したうえで事業を継続していきたい。

- (注) 1. 機関名・団体等名・学生代表者名・責任教職員氏名・事業名は、申請時と同様の内容を記入してください。
2. 記述が枠内に収まらない場合は、枠を拡大してください。
3. 事業内容がわかるような資料や写真などがあれば添付してください。
※団体関係者以外の写真を添付する場合は、個人が特定できないよう顔部分を隠す等の加工をしてください。
4. 報告書（添付書類を含まず）はA4判3枚以上5枚以内にまとめてください。
5. この報告書は、各関係機関等へ公表するとともに、大学コンソーシアムとちぎのホームページへの掲載を予定しており、次年度以降の学生生活動支援事業に役立てていきます。

