



学生のための
政策立案コンテスト
2018 Sチーム政策案

小学校の健康プラットフォーム化

GEIL

現状分析と理想状態



現状

「国民健康・栄養調査」（厚労省）によると、平成27年度の糖尿病患者（予備群を含む）は**約2000万人**と推計される。

年代別に見ると、予備群も含めた糖尿病患者数は**40代**を境として、急速に増加している。

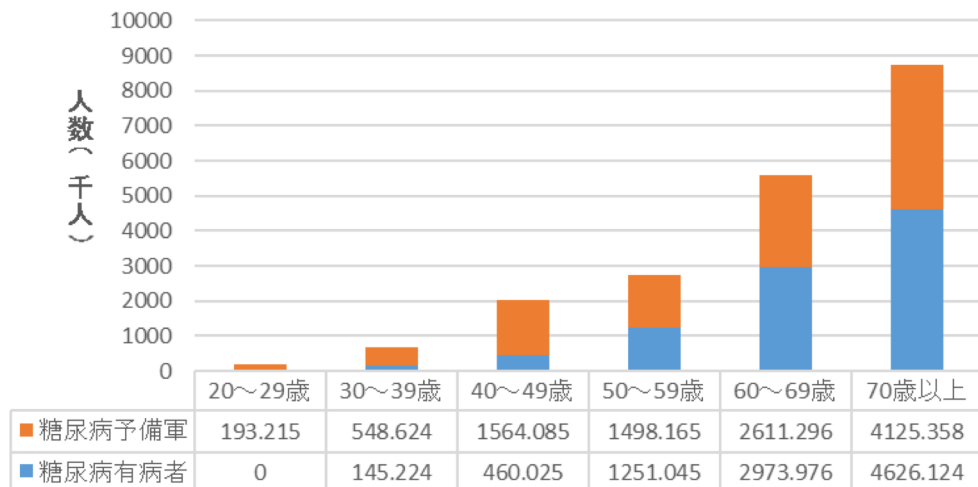
発症後の完治の可能性が低いこと、日頃の生活習慣が要因であることなどからも、如何にして**正しい生活習慣**を身に付けられる環境を整備できるかが課題となる。

理想状態

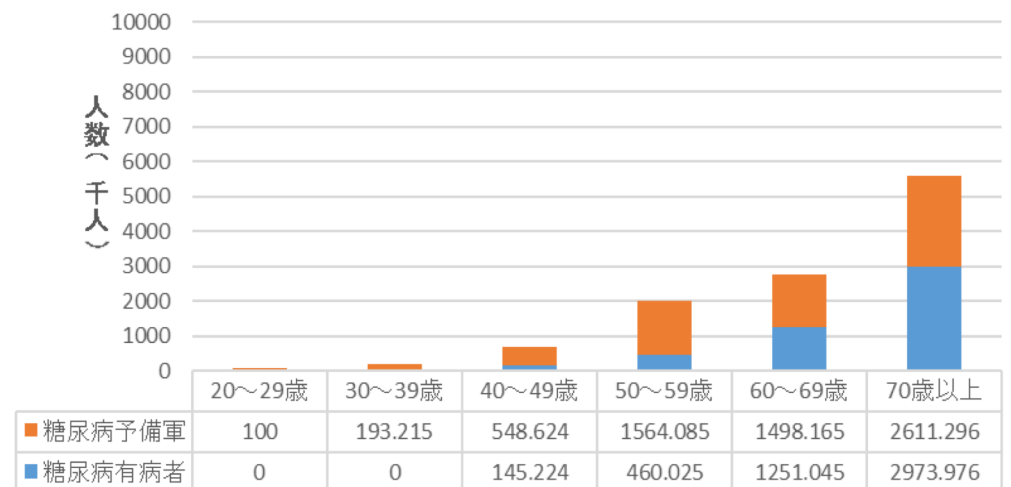
短期的な視点では、40代の糖尿病患者数の水準を30年の間に**30代の水準**まで引き下げる。

長期的な視点では、全ての年代において患者数の水準を**10年分**引き下げる。

糖尿病有病者・予備群(年代別)



理想状態





1

習慣づけ

2

食日記による親子の食育

3

小学校の健康プラットフォーム化

習慣づけ



姿勢

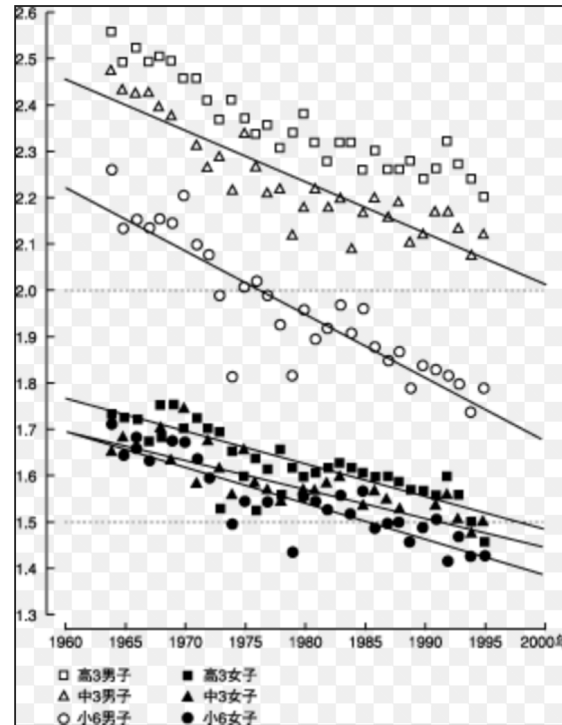
・第二次世界大戦後まで学校教育において

「姿勢教育」が存在した。

・姿勢はどんな社会的環境要因にも左右されない

健康的な体を支える基盤となるもの。

・右図は1960年から2000年にかけての背筋力の低下を示している。



子どものからだと心白書

・鉢巻などを足の指を使ってつかむゲーム(足指強化)

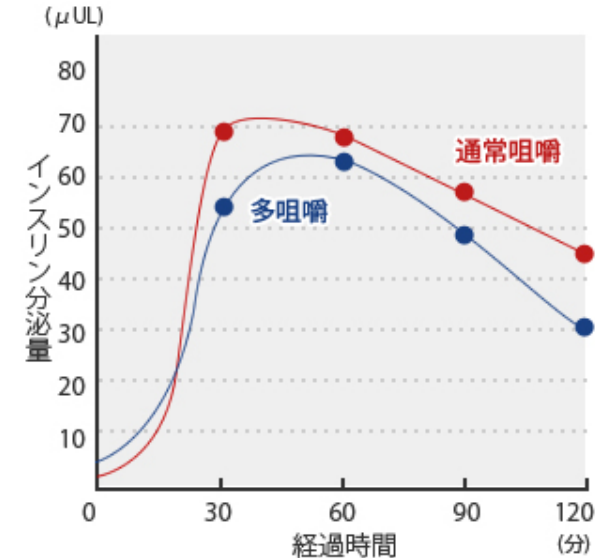


ゲーム感覚でよい姿勢を身につけられるような工夫

多咀嚼

・噛ミング30運動(厚生労働省)

・よく噛んで食べることで早食い、食べ過ぎを防ぐ。



日本歯科衛生学会 武井典子会長の実験

・給食の具材を厚切り、薄味等にする。



自然とよく噛むことを身につけられるような環境づくり

食日記による親子の食育



食日記

連絡帳のように、学校と家庭間の連絡交換に用いられている既存のシステムの中に、新たに「家庭での食事内容（朝食・夕食で何を食べたのか）」を記入する項目を設け、児童自身に記入させる。記入の内容について、栄養教諭が負担にならない程度で定期的にフィードバックを行い、子供を通して親への働きかけを行う。また、学校が家庭に向けて定期的に発信しているお便りに栄養に配慮した食事のレシピなどを記載することで、食生活の改善を同時に促す。

親

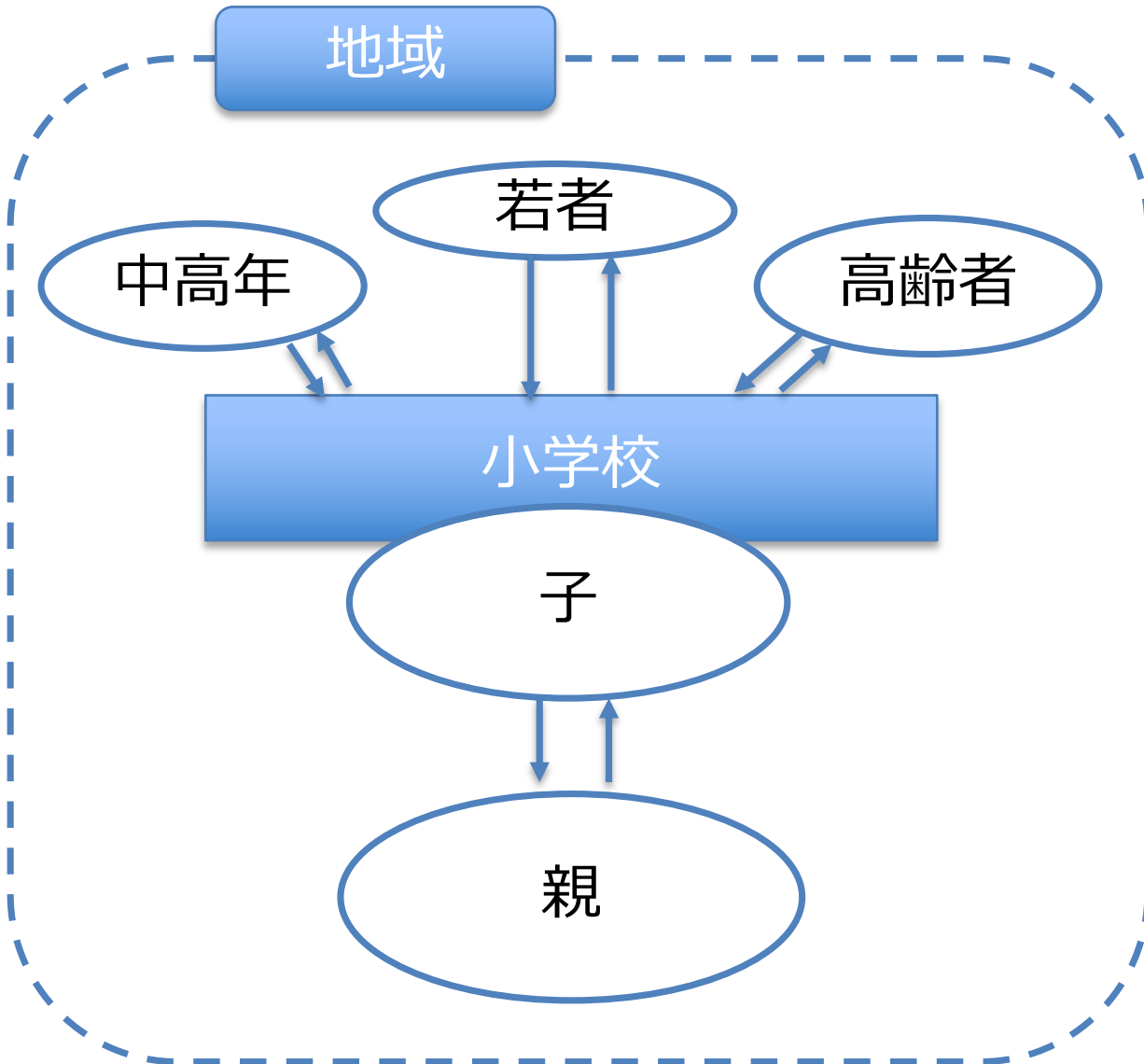
食・栄養に関する知識
子どもと食事について話し合う機会
食事内容改善の動機づけ

子ども

食生活の見直しの習慣化
自分が食べているものへの興味
実生活内での食知識の活用

日頃の食生活を見直し、改善するきっかけ

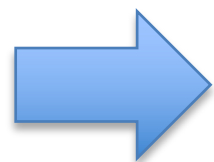
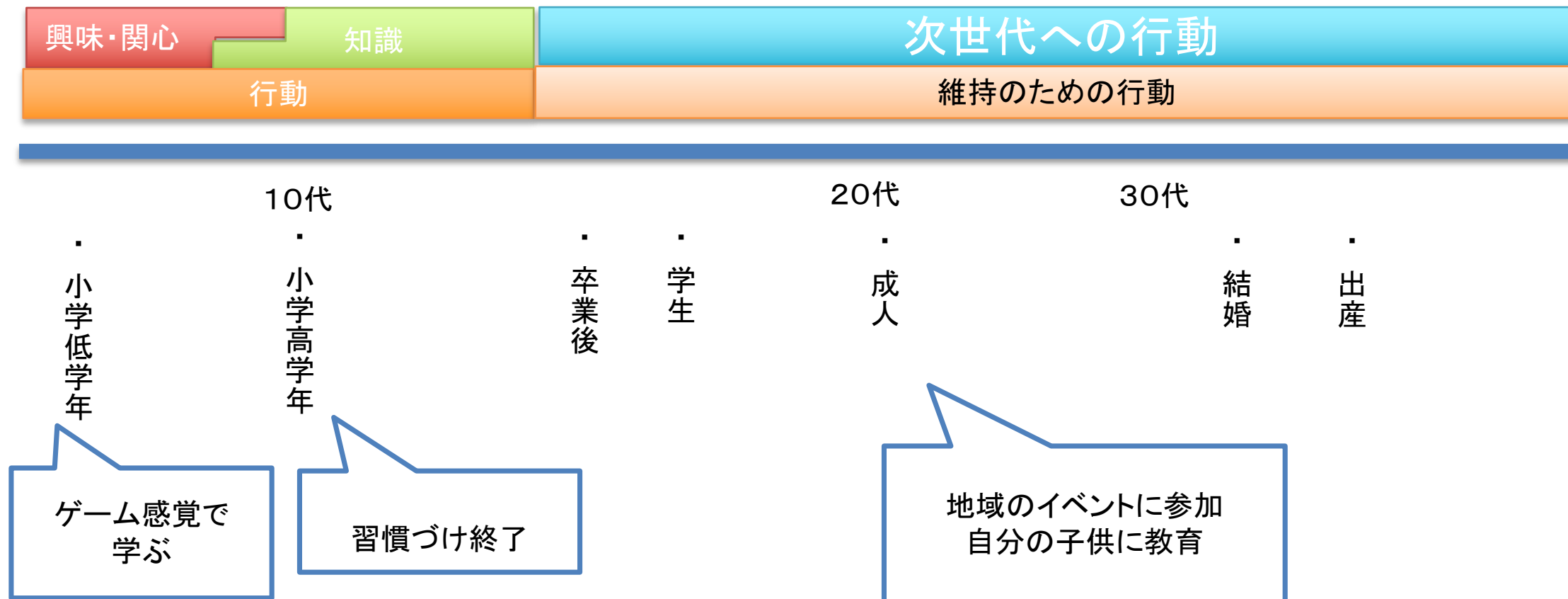
プラットフォーム



いくら小学校で教育されたからといって、その後も行動が続くことが重要
➢地域を巻き込んだイベントで、子供以外が主体となる内容のものも開催するし、意識の再認識を図る。

- 中高年
特典をもうける ex.)商品券
行事への積極的に参加
- 若者
小中学校の連携 ex.)職業体験
草むしり
- 高齢者
子供見守り隊
健康づくりで触れ合える場
知恵を教える

生涯を通じた健康



幼少期に身につけた習慣や知識を継続しつつ、次世代の子供たちにそれを伝えていく



イベントの基準

○小学校を卒業して間もない中高生を主たる対象としたイベント

(例)小中連携による職場体験、調理実習、健康的な食事作り(カミカミ給食など)

○20代を中心とした若者を主たる対象としたイベント

(例)地域行事への積極的な参加←夏祭りの学校での開催、運動フェア(ウォーキングプロジェクトなど)、イクメンプロジェクト(家庭を持つ若い男性に料理・家事をさせる機会を与える)

○中高年の社会人を主たる対象としたイベント

(例)地域行事への積極的な参加、健康づくりのための運動づくり(ラジオ体操など)、健康的な食事作り

○地域の高齢者を主たる対象としたイベント

(例)おじいちゃん、おばあちゃんの知恵←伝統・地域特有の食材を用いた料理作り、総合学習での地域教育について、子供と高齢者の交流(ふれあい活動)