

# オリンピック・パラリンピック・ムーブメント推進校 実施報告書

【都道府県】 宮城県

【学校名】 公立大学法人 宮城大学

【テーマ】 I II III IV V

- I オリンピズムの教育的価値
- II おもてなし精神とボランティア
- III パラリンピックと障害者スポーツ
- IV 日本文化と異文化・国際理解
- V スポーツを楽しむ心

## 【実践研究タイトル】

震災後の高齢者の生活不活発病予防・メンタルヘルスに対する健康増進啓発

## 【実施学年、部、講座等】

南三陸町地域住民 (男性 2 名, 女性 91 名)

宮城大学学生 (男性 0 名, 女性 44 名)

兵庫県立大学生他 (男性 12 名, 女性 14 名)

その他 (男性 15 名, 女性 9 名)

## 【目的・ねらい】

### (目的と内容)

宮城大学は平成 23 年 9 月より教職員と学生が一体となり被災地でのボランティア活動を展開している。その活動の一つである「スマイル健康塾」は震災後の不安定な生活を余儀なくされている被災者に対し、生活不活発病予防のための健康体操やレクリエーションを実施し心身のリフレッシュを図っている。

10 回目となる「スマイル健康塾」において、2020 年のオリンピック・パラリンピックの開催を契機に、よりスポーツや健康増進を高めるための講演会を実施するほか、健康管理についての啓発資料を配布し、地域全体での健康増進に対する関心を高める。

### (期待する効果)

健康増進や、オリンピック・パラリンピックに対する関心を高める。

## 【種類】(当てはまるものに○)

- ・各教科 ( )
- ・道徳
- ・外国語活動
- ・総合的な学習の時間
- ・特別活動
- ・教科以外での取組 (健康体操, オリンピックを題材にした地区対抗競技)

## 【実践内容等】

(実施内容) ※適宜、様子を示す写真、図表、記録を含めてください。

「スマイル健康塾」において、地域住民の方へオリンピック啓発・及びスポーツを楽しむ心を育む健康体操等を行った。

(オリンピックの啓発 事務部職員より以下のとおり趣旨を説明)

2020 年に東京でオリンピック・パラリンピックが開催されるが、関係機関一体となって、みんなで盛り立てていきたい。皆さん 2020 年のオリンピックを健康で元気な状態で応援しましょう。その

ためには毎日少しずつでも運動をして、足腰を鍛えましょう。また、今日のようないい笑顔で世界の方々を迎えてください。

(健康体操の実施 東北福祉大学 鈴木玲子特任准教授)

ロコモティブシンドローム(運動器症候群)予防を呼びかけるため、運動の方法を印刷したタオルを使用し、ロコモ体操を専門としている鈴木特任教授の指導により、体操の実演を行った。また毎日の運動が大切であることを伝えた。



宮城大学看護学部の学生が企画したオリンピックに関連する室内競技(聖火リレー, 玉入れ)を地区対抗で行い、体を動かす楽しみを実感してもらうと共に、オリンピックの競技をイメージした工夫を行い、機運を高めた。



(実践上の工夫点、留意点等)

ロコモ体操では、看護学部の学生が地域住民のそばに寄り添い安全面に注意をしながら、参加者が楽しめるように雰囲気盛り立てるように工夫した。

また宮城大学看護学部学生の企画は、オリンピックの気運を盛り立てることを意識し地区対抗競技を行った。実施種目は、「聖火リレー競争」と「玉入れゲーム」であり、ゲームに出た人も応援団となった人も、皆楽しんで体を動かしたりフレッシュできるように工夫した。

(成果) ※児童・生徒の学習効果、意識変容等の効果について、可能な範囲でアンケート結果等概要を記入してください。

学生は地域住民の方々に寄り添い、参加者の安全面に配慮しつつ共にスポーツを楽しむ雰囲気づくりを考えることにより、集団を対象とした時の看護の大切さを学ぶことができた。

地域の方々にとっては、自分自身の体力に合わせ日々の健康づくりを行うことの必要性を認識でき、また気軽に体を動かすことの楽しさを実感していた。

#### 【オリンピック・パラリンピック教育の実施に伴う課題点】

※オリンピック・パラリンピック教育の継続的な展開に向けて、実践を通して得られた課題点がございましたら、自由に記述してください。