

研究課題: 海外の学校における児童生徒の防衛体力に関する研究

研究代表: 鈴木一宏

アジア人は欧米人と比べ肥満に対する閾値が低く小児糖尿病の危険性も高い。したがって、近年に問題とされる運動不足や栄養過多による子どもの肥満についてはアジア人にとって緊急の課題である。特に、台湾に暮らす子どもは進学主義に伴う生活習慣の乱れと運動不足が深刻であることから、体力と健康との関係について運動習慣や生活習慣から明らかにすることは重要な課題である。また、このことは海外の日本人学校に通う児童・生徒にも当てはまる。日本人学校に通う児童・生徒はスクールバスや車で学校まで通学することが多く、通学で歩くことが少ない。特に、中国における日本人学校の子どもの近年問題となっている PM2.5 による大気汚染により、学校や自宅でも屋外で活動することができないため、日本で暮らす子どもよりも明らかに運動量が少ないと考えられる。そこで本研究では、まず「研究 1」として北京日本人学校小学部の校長および養護教諭に、日本人学校における健康管理に関する取り組み、さらに子どもの健康問題についてインタビュー調査を行い、健康活動の実践について報告する。さらに「研究 2」では、台湾における現地生徒の生活習慣および運動習慣に関するアンケート調査および防衛体力の調査を行い、台湾の中高生における生活習慣が健康に及ぼす影響について明らかにすることを目的とする。

「研究 1」として北京日本人学校小学部の校長および養護教諭にインタビューを行った結果、北京日本人学校では、アメリカ大使館が 1 時間おきに発表する PM2.5 の大気汚染指数を活用し、平成 24 年度の 3 学期からこの値が $300 \mu\text{g}/\text{m}^3$ を超えた場合には体育の時間も含め屋外活動禁止という対応策をとっていた。また、気象協会が公開している「PM2.5 分布予測」を子どもたちでも分かり易い表示にして校内に掲示し、子どもたちに一目でその日の大気汚染の様子が分かるような工夫を行っていた。また、PM2.5 の値が高い日には屋内避難やマスク着用をするなど有効な対策をとり、屋内では空気清浄器を用いるなど身体への影響について配慮されていた。次に「研究 2」として行った台湾の中高における調査結果から、主観的に疲労を感じている中高生は、睡眠時間が短く心理的ストレスが高いことが明らかとなった。また、睡眠時間が十分にとれている生徒や、午前中の体調が良い生徒ではヘモグロビン値が高いことが明らかとなった。