

第 46 回学会大会

特別講演

〔特別講演〕

子どものスポーツ・レクリエーション

根本 忠

〔片貝医院院長（医学博士）〕

子どもの体力低下や運動能力低下が叫ばれて久しい。スポーツ活動に打ち込む子どももいるが、しばしばひとつの種目に限定され、勝利至上主義の指導を受けていることが多い。加熱したこれらのスポーツ活動に懸念を示した自治体もあり、スポーツ少年団の活動時間や施設利用日数を制限した事例も現れた。「努力したものが勝つ。」というのは十分に理解できるし真の平等であると考えるが、十文字女子大学の杉原隆らは子どもの健全な人格形成のためには、勝利至上主義のスポーツ活動ではなく、「遊び型運動」やレクリエーションの要素を持った活動が重要であるとしている。また、脳神経系が発達する時期の子どもはひとつのスポーツ種目に限定せず、多彩なカラダの動きを経験させることが重要であることも広く知られている。

新潟県小千谷市片貝町は、世界一の「四尺玉花火のまち」のほかに「スポーツのまち」ともいわれ、子どもたちは地域のスポーツ活動に専念しているが、問題点も少なくはない。今回は、子どもの生活リズムの面や脳神経系の発達の面での問題点を提示し、スポーツ医学の見地から考察を加えてみたい。

また、臨床医として地域に強く根ざした医療に携わっていると、子ども時代に「カラダを動かすことの楽しさ」、「レクリエーションの要素を持った活動の楽しさ」を知ること、生活の質が高まり、健康で意欲的な人生を送れる傾向があることが見えてくる。子どものレジャー・レクリエーション活動の重要性を地域医療学の見地からも考察してみたい。

根本 忠（ねもと ただし） プロフィール

昭和 37 年岐阜県岐阜市にて出生。父親の 3 年毎の転勤に伴い、多感な幼少期を千葉県や長野県、岩手県ですごし、昆虫採集や貝殻収集に没頭する。同時に地域の人から山菜狩りやキノコ狩り、バーベキュー、キャンプなどのレジャー・レクリエーション活動を教わる。中学 3 年からは東京に在住し、昭和 56 年都立小石川高等学校卒業、昭和 62 年東京慈恵会医科大学卒業。内科臨床研修を経て、平成元年同大学附属青戸病院内科学教室助手。臨床血液学専攻。平成 10 年に「感性豊かな子どもを育てたい」と四季の移り変わりの美しい現在の新潟県小千谷市に移り住む。平成 12 年から片貝医院院長。日本内科学会認定総合内科専門医、認定血液専門医、プライマリケア学会指導医、医学博士。日本体育協会公認スポーツドクターとして体操競技国体選手の育成・強化、総合型地域スポーツクラブにおける子どもの運動遊びのプログラム監修にも携わる。