

## 第13回スポーツ少年団指導者全国研究大会 分科会概要報告

### 【E分科会】

テーマ：「今日の子どものライフスタイルとスポーツ」

座長兼パネリスト：中村 和彦

パネリスト：神山 潤・瀧井 宏臣

#### <概要>

E分科会では「今日の子どものライフスタイルとスポーツ」というテーマで中村和彦氏を座長に瀧井宏臣氏、神山潤氏から話を伺った。

瀧井氏はルポライターで、スポーツが専門ではないが、食、農業あるいは経済に関することなど様々なことをルポしている著名なライターである。瀧井氏からは子ども達のライフハザードについて、特に子どもの育ちあるいは食の問題を中心に話をいただいた。ライフハザードという言葉は瀧井氏の造語だが、子ども達の生活が崩れているという意味である。

神山氏は小児科医で、睡眠の研究では日本の第一人者である。東京北社会保険病院の副院長として臨床を行いながら、子ども達の睡眠の問題と向き合っている。神山氏からは現在のライフスタイルで狂った睡眠を含めた生体のリズムを、生活のライフスタイルを変えることで正常に戻していくことが大事だという話をいただいた。

中村氏からは「子どものスポーツが危ない」というテーマの下、上記パネリスト2人のように、体育・スポーツとは異なる分野の人から、私たちが体育・スポーツについて、どのように考えたら良いかを学ぶ、知るということは非常に大事なことだという話をいただいた。また、参加者に対して、「地域に戻られてから、地域のスポーツとは直接関係ない方、例えば塾の先生等が子どもの育ちにどのくらい熱い思いを抱いているかを伺ってください。多分共有する部分がたくさんあると思います。」と投げかけがあり、「そこで伺ったことを全く無視して活動を進めるのではなく、お互いに子どもの将来を考えながら、地域の中で子育てをしていく、地域の活性化をしていくことが大事である。」と結ばれた。

最後に3人から参加者に次のメッセージが送られた。「皆さんが子ども時代に経験された、いっぱい運動して、心地よく体を動かして、そしておいしく御飯をいっぱい食べて、そしてぐっすり寝て、そしてまた朝起きたら爽やかな朝を迎えて、またおいしい御飯を食べて、学校に行って、運動ができてがんばれた。この自然な運動と食と睡眠というものを、ぜひ今の子どもにも伝えていってください。」