

はじめに

東日本大震災（平成23年3月11日）から、6年経ちましたが被災地における子供たちの運動不足は今も大きな問題です。

宮城県では、肥満傾向児の出現率が高いという結果が続いており、この課題に対応する必要性を強く感じています。

文部科学省が毎年実施している「学校保健統計調査」の2016年度「学校保健統計調査速報」によりますと、宮城県内の児童生徒の肥満度20%以上の肥満傾向児の割合は、高等学校1年生の男子を除く全学年の男女で全国平均を上回り、体重は、男女とも全学年で全国を超え、幼稚園男児、小学校6年生男子、中学校1年生女子は、全国1位でした。肥満傾向児の割合は、中学校2年生女子が全国2位でした。

全国的に見ますと、体重の平均値の推移は、平成10年～平成18年度あたりをピークに、その後減少傾向であり、肥満傾向児の出現率の推移は、年齢層によりばらつきはありますが、平成18年度以降概ね減少傾向となっています。

このことから、宮城県の子供たちは、肥満傾向児が多いという現実が読み取れます。

花山青少年自然の家では、肥満傾向にある子供を対象に、食事（eat）や運動（exercise）、早寝（early to bed）・早起き（early to rise）など基本的な生活習慣を見直し改善を図るキャンプを長期間体験する事業を実施することで、家庭においても規則正しく、健康で楽しい生活をしようとする態度を育てることをねらいとして、平成23年度から本事業を実践しています。

管理栄養士、健康運動指導士の指導・助言のもと、普段の生活に結びつく体験や子供たち自身が学ぶ機会を提供する長期キャンププログラムを実施してきました。

このたび、3年間にわたる本事業を報告書としてまとめました。まだまだ、改善すべき点は沢山ありますが、悩みを抱える子ども達（肥満傾向児）を対象とする事業の企画・立案の参考となる事を願っています。

なお、本報告書の作成及び調査にあたり、ご協力いただきました東北学院大学・岡崎勘造准教授はじめ、講師として本事業に関わっていただきました皆様に厚くお礼申し上げます。

平成29年3月

国立花山青少年自然の家 所長 松村 純子