

スマホから離れてスポーツに！

[現状]

①子供の遊びがゲームやスマホになっている！

今では小学生全体で52%、小学5～6年生の68%がスマホ等を持っている(図-1)。また、図-2より、小学校低学年生は外で遊ぶ人が多いが、高学年になるにつれて、ゲームやスマホなど室内で遊ぶ人が多くなっていることが分かる。

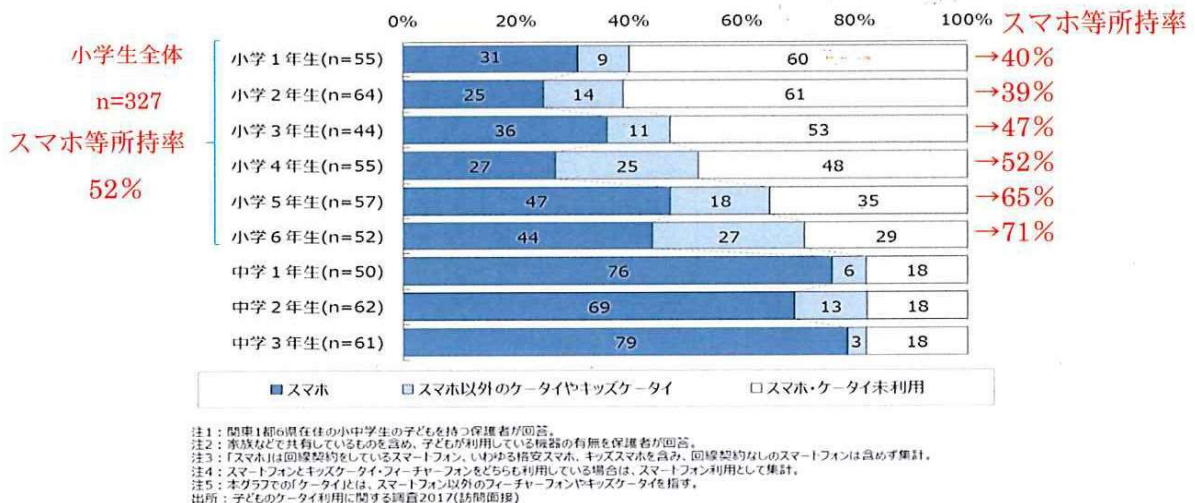


図-1 小・中学生のスマホ所持

出典：NTTドコモモバイル社会研究所

| 小学1～2年生 TOP5 | | | 小学3～4年生 TOP5 | | | 小学5～6年生 TOP5 | | |
|--------------|----------------------------|-------|--------------|----------------------------|--------|--------------|----------------------------|--------|
| 1位 | おもちゃで遊ぶ(ごっこ遊び・ままごと含む) | 63.5% | 1位 | 遊具遊びや鬼ごっこ・かくれんぼ | 53.5% | 1位 | ゲーム(家庭用) | 43.5% |
| 2位 | 遊具遊びや鬼ごっこ・かくれんぼ | 61.0% | 2位 | ゲーム(家庭用) | 49.0% | 2位 | ゲーム(携帯用) | |
| 3位 | お買い物 | 41.5% | 3位 | ゲーム(携帯用) | 45.0% | 3位 | スマートフォン・携帯電話・タブレット端末・パソコン | 各45.0% |
| 4位 | ゲーム(家庭用) | 37.0% | 4位 | おもちゃで遊ぶ(ごっこ遊び・ままごと含む) | | 4位 | 球技(サッカー、バスケットボール、ドッジボールなど) | 42.0% |
| 5位 | 球技(サッカー、バスケットボール、ドッジボールなど) | 35.5% | 5位 | 球技(サッカー、バスケットボール、ドッジボールなど) | 各43.0% | 5位 | お買い物 | 41.0% |

図-2 小・中学生の遊びの内容

出典：バンダイこどもアンケート

②子供の運動する環境が少ない！

文部科学省スポーツ庁によると、現在スポーツクラブや部活動などの指導員が足りていないことが発表されている。これに伴い、何かスポーツをしたい子供たちが、指導員がないという理由で、スポーツをできていないかもしれない。この指導員不足を見直すことで子供たちが運動できる環境が良くなるかも

しれない。

平成 15 年度の公認スポーツ指導者は、約 9 万 4 千人となっており、指導者の必要最低数 6 7 万人には遠く及ばない状況となっている。

参照：文部科学省スポーツ庁

・福岡市にはスポーツ施設が多くあるが…

福岡市にはスポーツをする場所が多くある。福岡市と同じ人口規模の政令指定都市である神戸市や京都市、川崎市を比べてみる（表-1）。この表から分かるように、福岡市は他市に比べてスポーツ施設が多い。

福岡市は*キャプテンシステムを導入しており、定期的・定時的な施設利用が困難である。そのうえ、施設利用希望者が多い。そのため、福岡市には施設が多くあるが、予約することが難しい。その結果、施設を利用したくても利用できない人が出てくるため、運動から離れる人もいるのかもしれない。

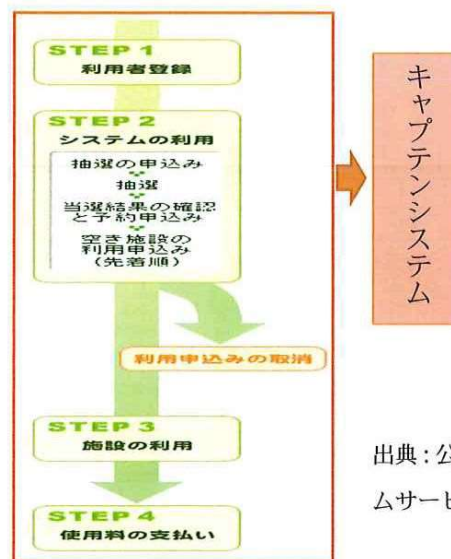
*キャプテンシステム→だれでも平等に施設を利用できるように抽選によって利用者を決める方法。

表-1 スポーツ施設数

| | 野球場 | テニスコート | 運動公園・体育館 | 計 |
|-----|-----|--------|----------|-----|
| 福岡市 | 29 | 27 | 83 | 139 |
| 神戸市 | 19 | 36 | 74 | 129 |
| 京都市 | 15 | 26 | 83 | 124 |
| 川崎市 | 34 | 13 | 85 | 132 |

参照：各市ホームページ

図-3 施設利用までの流れ



出典：公共施設案内・予約システムサービスセンター

[問題・課題]

③健康への悪影響

年々、小・中学生の裸眼視力 1.0 未満の割合が増えている (図-4)。これはスマホの影響ではないだろうか。子供たちの近視は将来的に強度近視や病的近視、さらには失明に発展する可能性もある。出来るだけゲームなどをしないことによって視力低下を阻止できるかもしれない。

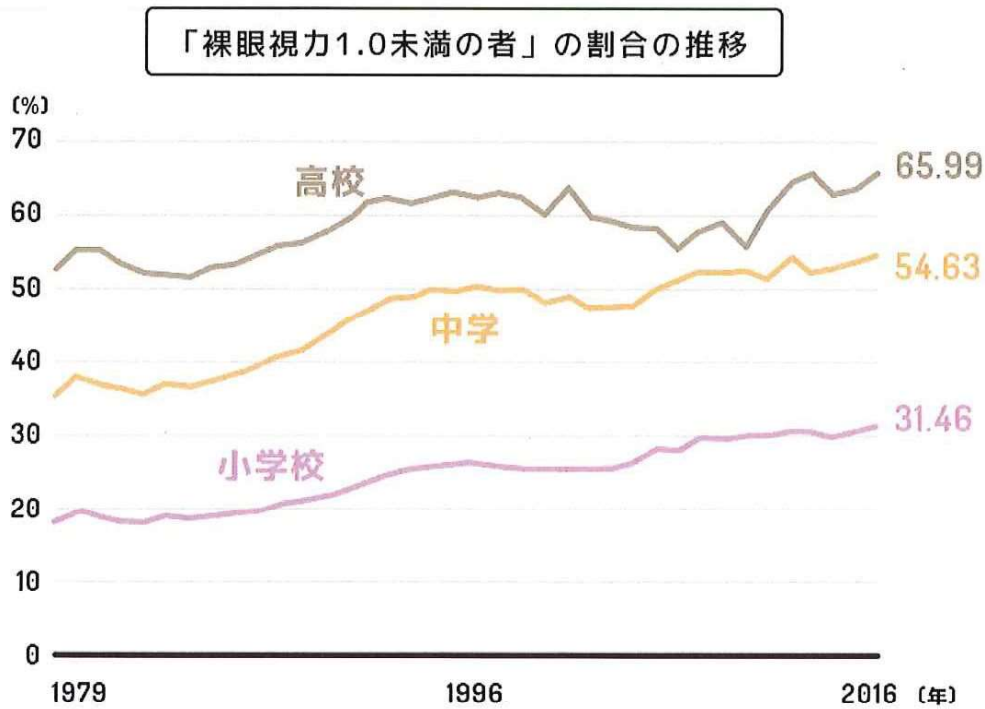


図-4 「裸眼視力 1.0 未満の者」の割合の推移

出典：医新会「近視の進行予防と治療」

④子供の体力・運動能力の低下

図-5 は小学 4 年生男子の体力・運動能力の推移を表しているのだが、見て分かるように運動能力は年々低下している。もしこの原因が運動時間の減少ならば、日ごろから積極的に運動することによって結果も変わってくると思う。

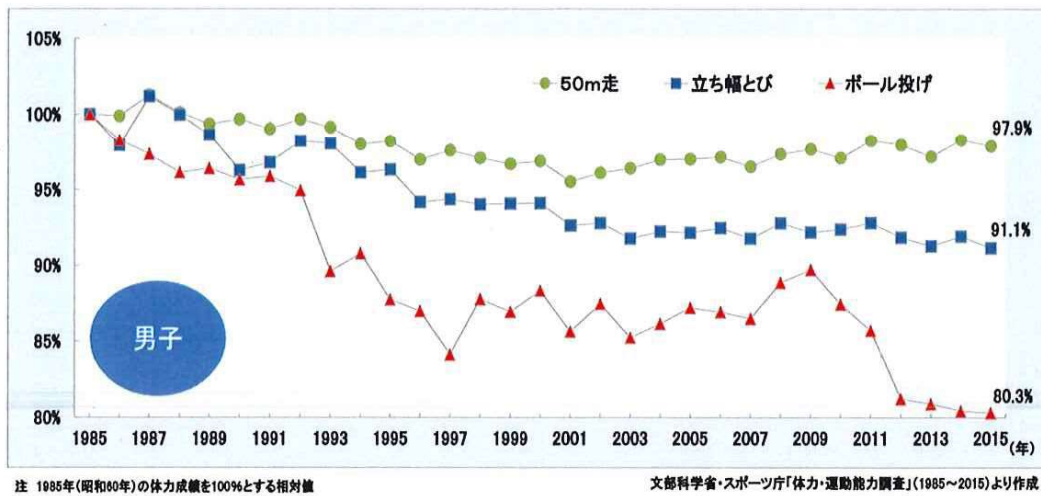
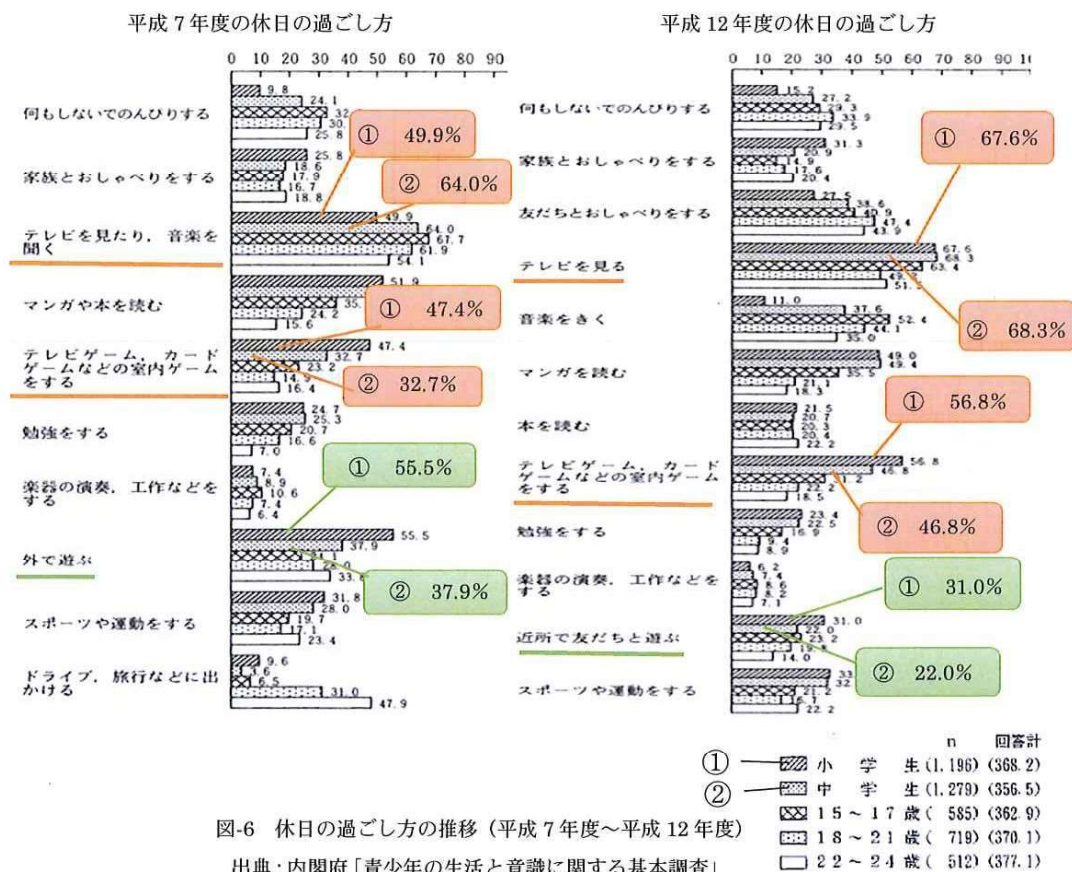


図-5 小学4年生男子の体力・運動能力の推移

出典：文部科学省スポーツ庁

⑤スポーツや外遊びの時間の減少

内閣府の「青少年の生活と意識に関する基本調査」によれば、平成7年度から平成12年度の5年間で、小・中学生の休日の過ごし方を比較すると、「テレビを見たり、テレビゲームをする」など、室内で過ごすことが増加しており、外遊びは減少している。このように、外遊びなど体を動かす時間が減少し、学校外の学習活動や室内遊びの時間にとって代わられていると考えられる。



このような問題があることから、今後は「運動をして健康改善」、「運動をして体力・運動能力の向上」、「休日の遊び方改善」などの課題を解決していかないといけない。

そこで提案です！私は子供たちに言いたい！

- ・スマホから離れて体を動かそう！
- ・みんなで楽しく運動しよう！
- ・スポーツに興味を持とう！
- ・みんなで健康づくりをしよう！

そのために！

★子供たちと大学サークルと一緒にスポーツをして体を動かす

[現状]で述べた通り、現在、子供たちの遊びは外遊びよりもゲームやスマホになっている。その結果、体力や運動能力の低下、健康への悪影響につながっている。その改善策として、休日などに定期的に大学サークルとスポーツをして体を動かしてみてもどうか。健康づくりにつながり、体力・運動能力低下の防止になるはずだ。

・サークルである必要性

ここで大学サークルを選んだ理由はいくつかあるが、まず部活動と比べてサークルの数は多い。例として福岡大学をあげると、運動系の部活動が48あるのに対して、運動系のサークルは60以上ある。部活動には無くてサークルにはあるスポーツもある。よって、様々なスポーツに対応でき、一緒にスポーツを楽しめるはずだ。この小学生と大学サークルでスポーツをする活動は定期的に行いたいので、それだけ多くのスポーツに触れ合えるかもしれない。

また、部活動だと結果や成果が求められるが、サークルは「遊び」の延長であるものがほとんどである。そのため運動が苦手な子供でも、体を動かすという目的で気軽に参加できるのではないかな。

・施設の確保

大学サークルが関わることにより、大学の施設を使えるかもしれないことがあげられる。[現状]で述べたように、福岡市にはスポーツ施設が数多くあるが、予約をすることが難しい。また、毎回違う場所で開催するよりも、数か所で固定された場所で開催したほうが小学生も来やすいと思う。そのためには、大学と協力する必要がある。大学と協力して行うことによって、施設の確保もでき、費用も安く抑えられるかもしれない。

・小学生と大学生のふれあい

大学生が子供たちと触れ合い、スポーツをすることによって、将来指導者になりたいという人が出てくる可能性がある。大学生にとっても子供たちと触れ合う時間は貴重であり、貴重な体験である。そのような人が少しでも出てくると、指導者不足の解消につながるかもしれない。

・サークルの連携

この活動を行うにあたって、サークルの連携が必要である。サークルを連携させることによって、多くのサークルでの活動が可能となる。少数のサークルでは定期的な開催が困難かもしれないが、参加するサークルが多いほど各サークルが色々な役回りが可能であり、定期的に活動できるようになる。

また、他サークルとの交流も増え、規模が大きくなると他大学のサークルとの交流も可能である。これは大学間の交流となり、大学間連携につながるかもしれない。

[具体的な方法]

- ① まず福岡市の大学で参加するサークルを募る。
- ② 次に参加するサークルの幹事が集まって、担当を決める。
- ③ 小学校にチラシなどを配って宣伝する。
- ④ 今月は〇〇小学校と××小学校のような形で行い、担当のサークルと小学校で連絡をとる。
- ⑤ 小学生は自由参加とし、参加者には事前にやりたいスポーツのアンケートをとる。(いくつかスポーツを決めておいて、やりたいスポーツに○をしてもらう。)
- ⑥ 行うスポーツごとに場所を決める。

福岡市全体で小学校は 145 校あり、いきなり市全体の小学校でこの活動を始めるのは難しい。そのため、一番小学校の少ない区である城南区 (11 校) から始めてみる。そこから少しずつ区域を広げられるようにし、いずれは市全体でこの活動が行えるようにしたい。

- ・サークル同士の連携をはかるために、参加するサークルの幹事をまとめる組織づくりが必要となる。
- ・できるだけ多くの子供たちに参加してもらいたいため、可能であればプロの選手なども呼べたらいい。
- ・宣伝にかかる費用や場所代などは、市の自治会に協力してもらうなどの工夫をする。
- ・小学校や教育委員会にも協力してもらうための話し合いが必要。
- ・子供たちが怪我をする可能性もあるため、保険に入る必要がある。(公益財団法人スポーツ安全協会によると、年間掛け金は中学生以下1人あたり800円、64歳以下1人あたり1850円、65歳以上1人あたり1200円)

[メリット]

小学生のメリットとしては、スポーツをすることで健康づくり、運動不足解消となることがあげられる。また、スポーツに興味を持つチャンスでもあり、この活動を通して好きなスポーツができたり、日ごろから運動するきっかけにもなるかもしれない。

サークルとしても、地域の小学生と触れ合うことは貴重な時間であり、貴重な経験となる。また、違うスポーツのサークルや、他大学のサークルと関わる場でもあるため、この活動を通して交友関係の広がる可能性もある。