

子どもの健康に関する一考察
Consideration about health of children
1K03A056-3 金沢 明生
主査 中村好男 先生 副査 鳥居俊 先生

1、緒言

現代の子どもは、身長・体重は向上しているものの、体力・運動能力については逆に低下する傾向が続いており、健康面に関しての対応を無視できない状況にあると言わざるを得ない。また、体力・運動能力の低下に加え、ライフスタイルの乱れが要因となり、成人病と呼ばれていた疾病が生活習慣病という名称になり子ども達にも大きな問題となっている。

これらの現状を踏まえ、子どもの生活習慣病の実態や国・学校での対策、またこういった現状になった要因や今後の課題について考察をしていきたい。

2、肥満について

文部省学校保健統計調査報告書によれば、わが国における肥満度+20%以上の肥満傾向児は、この20～30年間で約3倍に増えており、最近の10歳代前半における肥満傾向児の頻度はおおむね10%に及んでいる。現在肥満である場合、今後肥満を継続する可能性が強いことが示されており、将来の生活習慣病の危険因子をもつ肥満児では小学生、場合によっては幼児期からの対応が重要となると考えられる。

つまり、肥満は子どもの生活習慣病において主要な危険因子といえる。

3、国・学校レベルでの対策

生活習慣病は子どもにとっても身近な脅威となりつつある。そのような中で、国・学校での生活習慣病に対する対策は必要不可欠なことであるといえる。

だが、国の対策は課題も多く十分な予防策であるとはいえない。なにより、ターゲットが不明確な時点で子どもを対象とした対策というのは期待できない。

学校保健では生活習慣病予防の対策がいろいろ考えられているように思われる。だが、内臓脂肪量の推測に関連し、肥満の重症度の判定に有用である腹囲測定が、現在は学校健康診断の測定項目になっていない等、まだまだ課題が残されているのは確かである。

4、子どものライフスタイルの現状

国・学校での対策も重要だが、子ども自身が健康的なラ

イフスタイルを身につけているかどうかの方がより直接的な問題であると考えられる。

現代の子どものライフスタイルは、夜型のライフスタイルや食習慣の乱れ、身体活動の低下が顕著にみられ、健康を害する要因といえる。

こういった背景には、現代の社会の風潮や大人たちの管理のなさといった外的要因が存在するが、内的要因である子ども自身の健康意識のなさがうかがえる。

5、健康に関する教育・学習

現代の子ども達は健康意識を持っているとはいいがたい。では、そのような意識を改革するにはどうすればよいのか。

保健体育審議会答申では、子どもに対しての健康への意識付けの重要性を説き教育の題材としている。子どもの生活習慣病及び肥満について、健康政策として国が特別に取り上げられているとは言えず十分とは思えない。だが、健康教育の観点から、文部科学省を通じ国・学校が連携する形で子どもの生活習慣病の対策を行い、健康意識の改革も促している。

6、考察

家庭・地域社会・学校において、子どもの健康を取り巻く社会状況は決してよいとは言えず、子どもの健康の危険因子の一つであるとも考えられる。

今後は、もちろん身の回りの大人たちが子どもの健康を管理していくのは当然だが、子どもたち自身が「健康についての教養」を身につけていかななくてはならない。子ども自身が健康について考えられるための「健康についての教養」が、今日の複雑で困難の多い世の中において、語学や数学、科学的な教養と同様に重要なものとなる。このことが、子どもが健康に生活していくためには必要となってくるであろう。

子どもが健康な生活に生涯にわたって責任を持つような、「健康についての教養のある人」になることを支援する健康教育と、学校全体の健康向上計画、また家族や地域社会の大人たちのサポートの必要性を、本研究を通して提言したい。