

論壇

子供の運動不足に対策

東日本大震災の被災地を訪問する機会が増えている。現地でいろいろな事例を見聞きすると、そこで起きていたことは日本全体が抱える問題と共通している面が多いことを痛感する。

以前にこの欄で紹介したが、福島県では放射能への不安から、子供たちを家の外に出すことに不安を持っている親が多い。6歳ぐらいまでの子供は、外へ出られないというところとフラストレーションを募らせる。そこで、親はそれをなだめるため、ごうしてもお菓子などを多めに与える。あるいはテレビ

を見る時間が長くなる。福島県では肥満や発達不良の子供が顕著に増えている。

こうした事態に危機感をもった地元の小児科医などが中心になって、子供たちが思い切り体を動かせるような屋内施設の設置に動いた。また、ただ場所を提供するだけでなく、そこで子供たちと一緒に

遊ぶプレイリーターになる人をボランティアで集めた。私は郡山市にあるベップキッズ郡山という施設を見たが、そこでは多くの子供が目を輝かせて体を動かしていた。

機構教授 伊藤 元重
大東・研究・理事 伊藤 元重
大東・研究・理事 伊藤 元重

被災地の試み 全国に生かす

に遊ぶプレイリーターになる人をボランティアで集めた。私は郡山市にあるベップキッズ郡山という施設を見たが、そこでは多くの子供が目を輝かせて体を動かしていた。

はいけなという危機感を持っている人は少ない。ただ、10年という期間で見ると、日本の子供たちの運動不足は深刻である。それが発達への障害になると危惧する専門家も多い。福島で行われている試みを、全国に広げていく必要がある。問題の深刻さが顕著な福島

でいろいろな対応策を実行すれば、その経験が他の地域にも役立つはずである。

訪問医療を進める石巻

ところで、最近、宮城県石巻市で行われている訪問医療や訪問介護の動きを見てきた。この地域はもと医師不足で、高齢化も進行している。それが津波によって深刻な状況になってしまった。こうした事態を見て、東京から高名な医師がやってきて、訪問医療や訪問介護の仕組みの立ち上げに動いた。多くの高齢者を抱える地域で、限られた医師や看護師や介護士では、施設型の医療や介護よりも訪問型の方が優れている面が多い。

高齢者にとっても、在宅でサービスを受けられる方が好ましい面もある。病院までの移動手段を確保することも簡単ではない。高齢者の多くは急性期の疾病にかかっているわけではないので、日頃の巡回は介護士や看護師だけで十分だ。問題があれば、医師が出て行けばよい。

石巻のような被災地でかつ高齢化が進んでいる地域では、こうした仕組みで一刻も早く成果を挙げなくてはいけない。そのために、政府もそうした仕組みを積極的に支援している。

現在の石巻の姿は、近い将来の全国のどこでも見られる光景となっている。高齢化が進行し、医師は不足している。石巻で行われていることが成果を挙げれば、それは将来の日本全体に大きな意義のある一歩となるのだ。

*この記事は静岡新聞社編集局調査部の許諾を得て転載しています。