

渡部 琢也ゼミ



📌健康づくり

小学生・中学生・高校生・高齢者に向けて実際に体組成測定を行い、結果を見ながら、体組成測定の意義や利点を、講和を通して理解を深めてもらうという取り組みをしています。また、介護・フレイル予防に関連して高齢者向きの運動指導を行い、運動の習慣化と参加者のコミュニケーション形成などを行っています。

～体組成測定とは～

体組成測定を行うと、筋肉量や脂肪量、体水分量が分かります。さらには体幹部や左右腕、左右脚それぞれの筋肉量や脂肪量を測定することができます。これらが分かることによって自分に必要な筋肉量やタンパク質の量などを知ることができ、今後どのような運動をするのがよいのか知ることができます。右の写真は6月13日に民友新聞で取り取り上げられたもので、喜多市にある屋内子ども遊び場「めぐぷらざ」を利用している子どもを対象に行った体組成測定の様子です。

子ども遊び場で体組成測定

喜多市は10日、同市のアイデミきたかた屋内子ども遊び場「めぐぷらざ」を利用する小学生を対象に体組成を測定した=写真。

会津大短期大学部幼児教育学科講師の渡部琢也さんのゼミと共同で実施。昨年



に続いて2年目の事業で子どもの体組成を継続的に測定することで健康管理や体

力づくりに役立てる。秋と冬にも実施する。

子どもたちは、体組成計で筋肉量や体脂肪率を測定。ゼミの学生が協力し、測定結果を保護者らに手渡した。

24日と25日にも行う。時間はともに午前11時～午後3時。問い合わせはアイデミきたかた（電話0241・24・5295）へ。

📌耕作活動

畑の土づくりから始め、畝を作り、種や苗を植えます。野菜の種類によっては失敗することもあります。できた野菜を収穫して自分たちで調理をして食べたり、自宅に持って帰ったりしています。保育においても食育教育の重要性が高まっていることから貴重な経験をすることができます。また、母子生活支援施設で生活している子どもたちと一緒に耕作活動を行います。一種に野菜を育て、調理する経験を通して、生命の大切さを学び、食べ物を大事にしようという気持ちが芽生えることなどを考えた関わりや取り組みを行っています。

📌復興支援

復興支援特別演習の講義で被災された方や避難時に支援していた方々の実体験の話を聞き、震災や復興にさらに興味を持ち、実際に被災地を訪れ、現状を理解したり現地の人に話を聞いたりします。自分たちにできることは震災について知り、伝え続けていくことであると考え、活動に取り組んでいます。さらに被災地域において、子どもの成長にどのような影響があるのかについて福島県内の地域や宮城県沿岸部と協力して調査・研究を行っています。

