

レクリエーションの教育・保育・福祉での活用



【中野キャンパス】人文社会学部 教育学科 保育・幼稚園コース 准教授

鈴木 邦明 Suzuki Kuniaki

URL: [帝京平成大学 教員業績紹介ページ](#)



キーワード: レクリエーション・コミュニケーション・子どもが育つ環境・体力低下・健康

研究の概要

SDGs 目標 3: すべての人に健康と福祉を

SDGs 目標 4: 質の高い教育をみんなに

新型コロナウイルスにより社会はさまざまな影響を受けた。病気に関しては、さまざまな研究などがされたことにより一定の落ち着きを見せている。しかしながら、教育や保育の分野においては、病気とは違う面での影響が指摘されている。コロナ流行の初期には、人との関わりが制限され、コミュニケーションにおける影響が指摘された。学校においてタブレット/PCが常用されるようになり、その影響も小さくないであろう。人との関わりが制限されたことなどの影響は未知数である。子どもの自殺者数が過去最高であったことは、人との関わり方の変化が何らかの形で影響を与えていたことが伺われる。また、文科省の統計によると、小学校の低学年での不登校の子どもが増え、また低学年での暴力件数も増えている。これらは乳児期、幼児期にコロナの流行があったことと関連が窺われている。そういった状況において「レクリエーション」の活用により、子どもの育ちなどに良い影響を与えることが可能である。

WHO は健康の定義を、下図のように「physical: 体 (身体性)」「mental: 心 (精神性)」「social well-being: 仲間 (社会性)」の3つとしている。

現代社会において、単に身体的に問題が無いことが健康なのではなく、精神的にも、社会的にも問題無く暮らすことができていることが健康であることを意味している。様々なレクリエーションを教育・保育・福祉などの現場において取り組んでいくことは、良好な生活を作り上げていくことにつながっていく。

また、そういったレクリエーションの手法は地震などで被災した人の生活の質を向上させる可能性がある。レクリエーションは身体的だけでなく、精神的にも社会的にも良い形で働いていく可能性を秘めている。

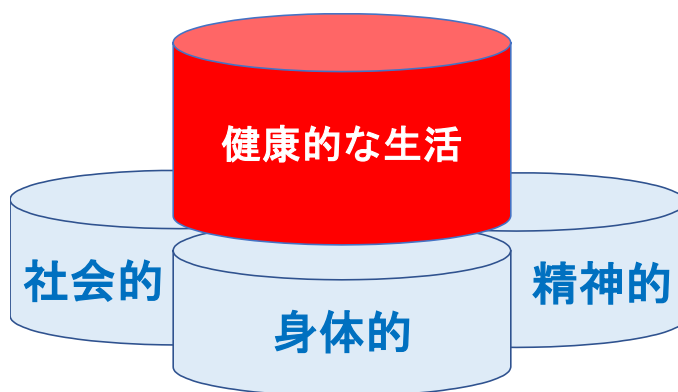


図: WHO 健康の定義

実学へのつながり・産業界や自治体へのアピールポイント・協力可能事項・協力希望事項

子ども時代にどのように身体を動かし、それをどのように感じたのかということは、その人のその後の生活に大きな影響を与えている。それらは、長期的な視点では、医療費や介護費などの社会保障費の問題と関連する重要な問題である。また、地震などの大規模な災害においては健康の維持が重要となる。状況に合わせて体を動かす活動は被災した人の生活の質を上げることと大きく関連し、震災関連死を減らすことにつながっていく。

知的財産・論文・学術発表など（詳細は右上 QR コードの教員紹介からご確認ください）

- ・「子どもの心と体のストレスを緩和する リラックス学級レク 75」
- ・「子ども時代の運動好意感がその後の運動習慣に与える影響」