

おわりに

健康生活学科 健康マネジメント専攻 教授 太田 あや子

「歩育」のハンドブック「てくてくわくわく歩育ブック」ができました。ウォーキングイベント「日本スリーデーマーチ」を中心とした開学以来の本学の活動や、まつやま保育園とたかさか保育園での運動遊び指導「げんきっ子育成事業」への教員と学生の参画がこのような形の冊子の作成につながり、大変光栄でうれしく感じています。

この冊子は幼児期の「歩く」ことを中心に、からだの発育や機能の発達、歩くことを支える「足」の発育発達と「靴」選び、歩く遊びや野外活動、水分補給とおやつ、まち歩きで学ぶ社会のマナーで構成されています。本学の教員が、幼児運動指導員やアスレティックトレーナー、野外活動指導員、管理栄養士などの資格や専門性をいかしてまとめました。たくさんのイラストと写真で分かりやすく説明することに努めました。「歩く」をキーワードにした保育園や幼稚園、家庭での幼児期の運動遊びの時間にお役に立てれば幸いです。

武蔵丘短期大学は栄養と運動から健康生活を研究し、その成果をいかして、栄養士や健康づくり指導者などの社会に役立つ人材へと学生の育成に力を注いできました。また、平成3年（1991年）の開学以来、東松山市の多くの事業に市の関係者の皆様と共に取り組んできました。特に平成24年に東松山市と武蔵丘短期大学との間で連携協定を締結した後は、加速度的に連携事業が増えました。先の「げんきっ子育成事業」に加えて、「まちなかりノベーションプロジェクト」など近年は学生が主体となった事業が増えています。その他、毎年リピーターも多い日本スリーデーマーチの健康体力測定ブースの運営、きらめき市民大学の講師、小学校夏休み水泳教室指導、東松山市農業祭など老若男女幅広い市民の方と教員や学生がご一緒する機会が多くなりました。このような地域活動は、教員の専門性を高めたり、学生が学んだ知識を地域住民の方へ伝えて各自の学びの重要性を確認したりするととても良い機会になっています。ボランティアとして事業に参画した学生は、子どもたちの「できた」の笑顔から運動指導の意味やそのための勉強の大切さを学び、高齢者の方からの健康測定後の「ありがとう」の言葉から健康づくりの重要性を学んでいます。

東松山市は自然環境に恵まれた「歩く」ことに適した子育てにピッタリな素晴らしい地域です。子どもたちは、園で家庭で「歩く」ことをきっかけに様々な経験を積んでいくことでしょう。武蔵丘短期大学は、今後も様々なところで地域の皆様の健康づくりのお手伝いをさせていただきたいと考えています。その第一歩としてこの冊子をお手元にお届けします。ご覧いただき、皆様の健康生活にお役立てください。