

令和元年度 第5回愛知県健康づくりリーダー再教育研修会における報告

令和2年1月18日(土)に令和元年度 第5回愛知県健康づくりリーダー再教育研修会を開催しました。研修会には、各地域から健康づくりリーダーと行政関係者を含め106名の参加がありました。地区別の参加状況は下記のとおりです。

【地区別参加状況】

リーダー連絡協議会支部別			地域詳細		出席者数
			区及び市町村名		
①	名古屋	1	東・西	昭和・名東・千種・中・中川・中村	1
		2	南	瑞穂・港・南・緑・天白・熱田	6
		3	北	北・守山・東・西	3
②	尾張北部	1	瀬戸	瀬戸・尾張旭・長久手・春日井	3
		2	豊明	豊明・日進・東郷	9
		3	江南	江南・犬山・岩倉・大口・扶桑・小牧	3
		4	清須	北名古屋(師勝・西春)・清須(西枇杷島・清洲・新川・春日)・豊山	6
③	尾張西部	1	一宮	一宮(尾西・木曾川)	4
		2	津島	弥富(弥富・十四山)・津島・あま(七宝・美和・基目寺) 大治・蟹江・飛鳥・愛西(佐屋・立田・八開・佐織)	4
		3	稲沢	稲沢(祖父江・平和)	3
④	知多	1	美浜	阿久比・東浦・武豊・美浜・南知多	7
		2	半田	半田	5
		3	知多	知多・常滑	8
		4	東海	東海・大府	3
⑤	西三河南部	1	岡崎	岡崎(額田)	6
		2	刈谷	刈谷・碧南・高浜	5
		3	安城	安城・知立	6
		4	西尾	西尾(一色・吉良・幡豆)・幸田	5
⑥	西三河北部	1	豊田	豊田(足助・下山・旭・藤岡・小原・稲武)・みよし	5
⑦	東三河	1	豊橋		3
		2	豊川	豊川(一宮・音羽・御津・小坂井)	2
		3	蒲郡	蒲郡	0
		4	新城	新城(鳳来・作手)・設楽(津具)・東栄・豊根(富山)	1
		5	田原	田原(渥美)	4
小 計					102
連絡協議会に属さないリーダー					3
行政関係					1
そ の 他					0
合 計					106

【カリキュラム】

内 容	講 師
子どもの生活習慣病対策	国立病院機構三重病院 医師 貝沼 圭吾
子どもの生活習慣病予防のための運動	アドバンスリーダー たぶち 優子

【研修会の様子】



前半の講義では、貝沼先生より、子どもの肥満・糖尿病の状況や生活習慣病の特徴について、成長曲線を用いた判定の仕方や、小児肥満の子どもたちをサポートする際のポイントをお話しいただきました。また、先生の現場でのご経験から、病院での教育入院においては、栄養指導の実習をはじめ、悩みや目標をみんなで話し合う場が提供されている等の紹介がありました。さらに、家庭背景や個人特性を考慮し、時間をかけてサポートすることが大切であるとお話しいただきました。

アンケートでは 92.8%の方から「新しいことを知ることができた」との回答があり、「糖尿病発生のメカニズムが分かった」、「子どもを対象とした活動を行う際に参考にしたい」という声がありました。

後半の実技では、たぶちアドバンスリーダーより、子どもを対象とした運動指導のポイントについて、実践方法を交え、楽しく実施しました。飽きさせない工夫をはじめ、教室終了後は、参加した子どもに対して、達成感や満足感を感じられるような声掛けをすることや、付き添いの保護者に対して、子どもたちが頑張った様子を伝えることで、次回も参加したいという気持ちを引き出すことにつながるとの話がありました。

アンケートでは 69.6%の方から「新しいことを知ることができた」との回答があり、「指導の際の言葉掛けには学ぶものがあり、参加して良かった」、「子どもの特性を知った上で、楽しく教室を行いたい」という声がありました。

●研修会終了後に担当講師とアドバンスリーダーによる意見交換会を行いました。



研修会終了後に、講師とアドバンスリーダー14名との意見交換会を行いました。健康づくりリーダーの指導的役割を担うことから、講義での不明点を明らかにするだけではなく、今後の地域活動普及に向けた課題解決や現状報告をすることで、情報の共有をしています。

まず、たぶち講師から、「高齢者を対象とした教室を担当している方が多いため、子どもに関する活動の情報はあまり入ってこないが、今後も勉強しながら一緒に皆さんとやっていきたいと思います」とのメッセージがありました。

「引込み思案な子どもの対応で工夫していることは何か」という質問に対しては、講師から「過剰に声をかけず、見守るようにしている。また、普段から子どもたちをよく観察し、友達同士でグループを組ませるような配慮をすることもある」という回答がありました。他にも、「何か役割を与えてみると、積極的に参加できるようになることもある」という意見もありました。「教室中にふざける子がいる」、「伝えたいことが伝わらないことがある」という悩みについては、「まずはその場に来て、みんなで教室に参加してもらうことが大切だととらえるようにしている」との意見がありました。

短い時間でしたが、意見の絶えない有意義な時間になりました。

次回 第6回愛知県健康づくりリーダー再教育研修会のご案内

日時：令和2年 3月4日(土) 13:30～

場所：岡崎市体育館

内容：「見直そう！ウォーキング・ストレッチ」

「道具を使わないレクリエーション」

※皆様のご参加を、スタッフ一同お待ちしております。

