

座長／東京大学名誉教授／中嶋寛之  
／東芝病院／増島 篤

2013年第24回日本臨床スポーツ医学会学術集会(水田博志会長)において「子供の未来を支えるスポーツ医学」が学術集会のテーマとして掲げられた。中嶋は特別講演の中で、「現在の子供達がやがて超高齢社会の一員となる時今のままのスポーツ環境でよいのかどうか」という問題提起を行った。将来の医療・介護において大きな課題となるメタボ・ロコモ対策は子供の時からのスポーツを中心とした生活習慣が大きな要素を占めている。とくに骨や筋の育成には小・中・高のジュニア時代の運動刺激が欠かせない。このような状況で緊急に我々が対応できる作業は何かという事で企画したのが今回のシンポジウムである。

はじめに、今井一博先生(東京大学大学院総合文化研究科)より高齢者運動器疾患対策に関する報告があり、現状のメタボ・ロコモ対策に加え子供から中壮年、高齢者まで続く、運動・栄養・体・健康に関する教育・啓発の重要性が示された。次に、岩本潤先生(慶應義塾大学スポーツ医学総合センター)から日本臨床スポーツ医学会学術委員会整形外科部会からの提言とその科学的根拠が示された。特に骨粗鬆症の予防対策として初経前のハイインパクト・エクササイズの重要性和「子供目線」の体育指導が強調された。

友添秀則先生(早稲田大学スポーツ科学学術院)からは、文部科学省の定めた学習指導要領の歴史的変遷とその中の学校体育における体力の位置づけが詳細に報告された。また、高田彬成先生(スポーツ庁政策課)は学習指導要領次期改訂の現場担当の立場から体育科・保健体育科の改訂目標、方向性が示された。最後に、指定発言として、鳥居俊先生(早稲田大学スポーツ科学学術院)から神奈川県、埼玉県での小学生を対象とした体力調査の結果と現状、今後への課題が述べられた。討論では、運動する子供と運動しない子供の二極化対策、部活動への介入、小学校での体育指導のあり方等、フロアからさまざまな意見とともに、現場担当者への要望も寄せられた。

競技スポーツなど「スポーツをしすぎる女子」の間では、過度の減量や運動負荷による「女性アスリートの三主徴」やそれに関連する疲労骨折といった医学的問題も生じているが、本シンポジウムでは「運動やスポーツが嫌いな子供、運動やスポーツをしない子供」を対象として健康スポーツ医学の立場から問題提起を行った。今回の議論を踏まえ、我が国でも、小・中学生を対象とした運動指導の効果を明らかにする長期的な検証実験が求められよう。

平成30年には学習指導要領が改訂予定であり、学校体育の現場に体育指導の科学的根拠を提示し、子供達が体育への理解を深めることによって、率先して身体を動かしてくれるような「子供目線」の体育指導が行われることを切に願うものである。同時に本シンポジウムが今後のスポーツ医学の方向性を示す一助となることを期待している。