

キッズ健幸アンバサダー養成プロジェクトの概要

カリキュラム（約120分）

- ①挨拶（5分）
- ②スポーツと健康の重要性
キッズ健幸アンバサダー
の使命と役割とは（20分）
⇒スポーツ・健康づくりの重要性
⇒インフルエンサーの役割理解
- ③オリンピックによる実技指導
（35分）
⇒スポーツの凄さ、楽しさ
- ④パラリンピアンによる実技指導
（35分）
⇒障害を持つことと他人を思いやる
気持ち
- ⑤相手に伝わる話し方（15分）
⇒これから活動して欲しいこと
- ⑥認定証授与（10分）



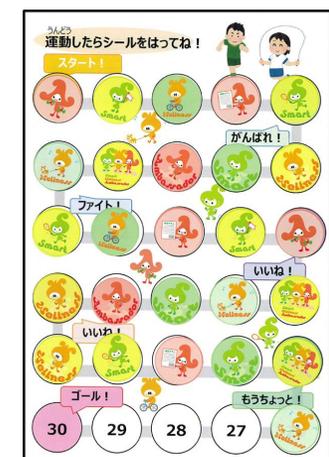
授業の一環として、オリンピック・パラリンピアン等が講師となり、スポーツの重要性と楽しさを理解・体感するキッズ健幸アンバサダー就任講座を実施

一過性のイベントではなく、日々の生活の中で、学習した内容を両親・祖父母・地域の高齢者等に伝え、一緒に運動・スポーツに取り組む

子どもからの情報伝達

健康チラシを家族に配布

活動記録を日記に記入



父母・祖父母・曾祖父母

ひ孫・孫・子ども達からの声がけに耳を傾け
一緒に運動・スポーツを実施

日々のスポーツ実施に繋げるための仕掛け

【健康情報チラシ】

- ・運動の必要性を子どもが理解し、父母・祖父母に提示



【KA※日記／シール】

- ・児童自身のスポーツ実施状況の把握
- ・祖父母、高齢者世代に対する情報伝達および行動の把握



【KA認定証】

- ・認定証をもって、両親・高齢者と筋トレを一緒に実施



※KA・・・キッズ健幸アンバサダー

戸田市 KA養成講座の概要

	学校名	学年	人数	オリンピック	パラリンピアン	有識者・ ファシリテーター
9月12日	芦原小学校	5年生	112	水鳥 寿思 〔体操競技〕 メダリスト	芦田 創 〔陸上競技〕 メダリスト	久野譜也
9月25日	美谷本小学校	4年生	57	安藤梢 〔サッカー〕 メダリスト	三阪洋行 (車いすラグビー)	久野譜也
11月8日	戸田東小学校	4年生	199	有森裕子 〔マラソン〕 メダリスト 長谷川大悟 (陸上競技)	庄子 健 〔車いすラグビー〕 メダリスト 三阪洋行 (車いすラグビー)	久野譜也 塚尾晶子
11月10日	戸田第二小学校	4年生	170	荻田大樹 (陸上競技) 長谷川大悟 (陸上競技)		花木怜子
11月15日	笹目小学校	4年生	48	水鳥寿思 〔体操競技〕 メダリスト	佐藤圭太 〔陸上競技〕 メダリスト	花木怜子

戸田市 KA養成講座の様子



オリンピック陸上競技



オリンピック体操競技



車いすラグビー



パラリンピアン陸上競技



講義様子



認定証授与



集合写真

1. 【概要】今年度の事業評価

理解度

1. 講座受講した児童のうち、98.8%が「おもしろかった」「少しおもしろかった」の回答となった。
2. 講座による効果として、97.1%が体育の時間以外で運動をしようと思う「思う」「少し思う」と回答した。
3. 講座による効果として、96.5%が学んだことを誰かに伝えようと思う「思う」「少し思う」と回答した。
4. 講座の理解度については、4講座全てにおいて「わかった」「少しわかった」と回答した割合の合計が95%以上であった。
特にオリンピック、パラリンピックの講義は理解した人の割合が高かった（どちらも99%以上）。

→学校別に集計した場合でも、すべての学校においてどの講座も9割以上が理解したと回答しており、カリキュラム・講師ともに問題ないことが確認できた。

KAからの情報伝達

1. 運動の大切さを1人以上に伝えた児童の割合は93.4%であった。
2. 運動の大切さを伝えた相手は、お母さん（88.3%）、お父さん（66.7%）、きょうだい（42.5%）、おばあちゃん（23.8%）、友達（17.5%）、おじいちゃん（16.3%）の順に多かった（複数回答）。
3. 運動の大切さを伝えた相手の中で実際に始めてくれた人の割合は50.5%となった。

→児童から、家族を中心とした身近な人たちへの情報伝達があり、情報を受けた人の行動変容が見られたことが確認された。

児童の変化

1. 講座前後で、運動することや体育の時間が好きな児童、運動することを楽しいと感じている児童の割合にはほとんど変化はなかった。

→講座実施前から運動を好き・楽しいと感じている児童の割合が90%以上と高かったためであると考えられる。

2. 休憩時間や、放課後、休日に運動遊びを「ほとんど毎日している」と回答した児童の割合は、統計的な有意差は出ていないものの増加（それぞれ+2.0%、+2.7%、+3.6%）

3. 美谷本小において、休憩時間に運動遊びを「ほとんど毎日している」と回答した児童の割合は有意に増加（講義前37.5%→講義3か月後62.5%）。

→本事業は子どもおよびその父母・祖父母がスポーツ実施をすることを目的としており、日記への記録も事業の一環としている。日記は戸田東小のみ確認ができたため、今後は事業の効果をより高めるために全ての学校で回収できるよう周知し、今後の取組みにつなげることでより効果を高めることが期待できる。

KAから情報提供を受けた人の変化

1. KAからの情報提供による波及効果として、KAの話聞いて運動を始めるきっかけになったかという質問に「そう思う」「少しそう思う」と回答した割合は、保護者において66.6%、高齢者において58.1%であった。また、KAから情報を受けた人のうち、「今後も運動やスポーツを定期的に行いたいと思う」と回答した割合は、保護者において78.7%、高齢者において84.1%であった。

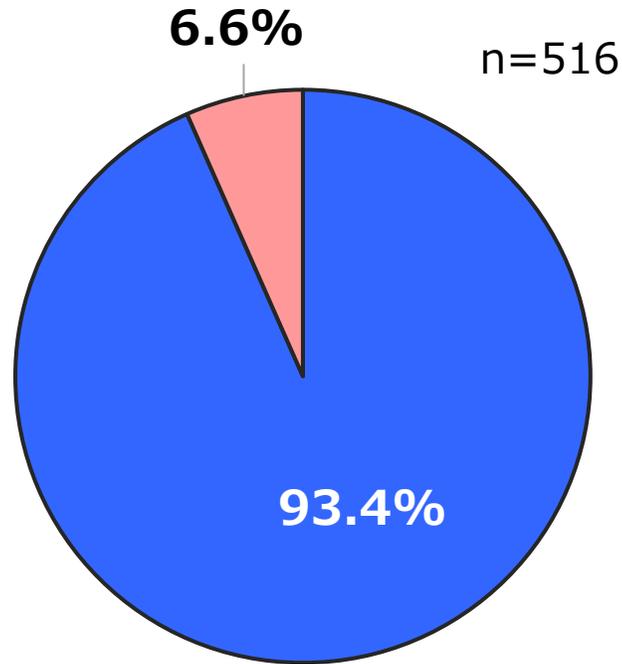
2. 運動やスポーツは健康や体力づくりに有効であると思うかという質問に「はっきりそう思う」「ややそう思う」と回答した人の割合は有意に増加（講義前81.9%→講義3か月後90.4%）。

3. 自己効力感の平均スコアは、保護者、高齢者ともに講義の前後で統計的有意に増加していた（保護者：8.7点→10.0点、高齢者：11.9点→12.5点）。
- 情報提供を受けた人は運動への意識に変化があり、児童の情報提供による波及効果が確認できた。継続的な情報提供を行い、スポーツ実施率の向上・スポーツ実施の習慣化につなげていく必要がある。

I .児童アンケート（全体）

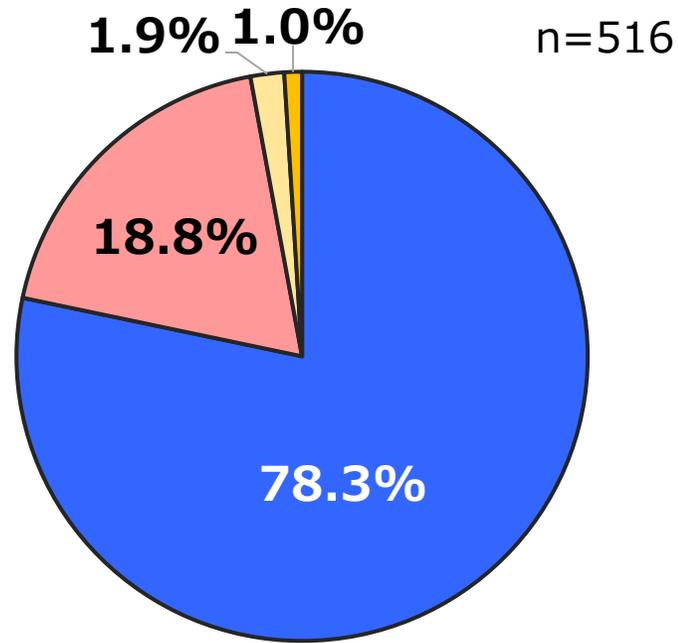
キッズ健幸アンバサダー養成講座による効果

運動は健康になるため
大切だと思いましたか？



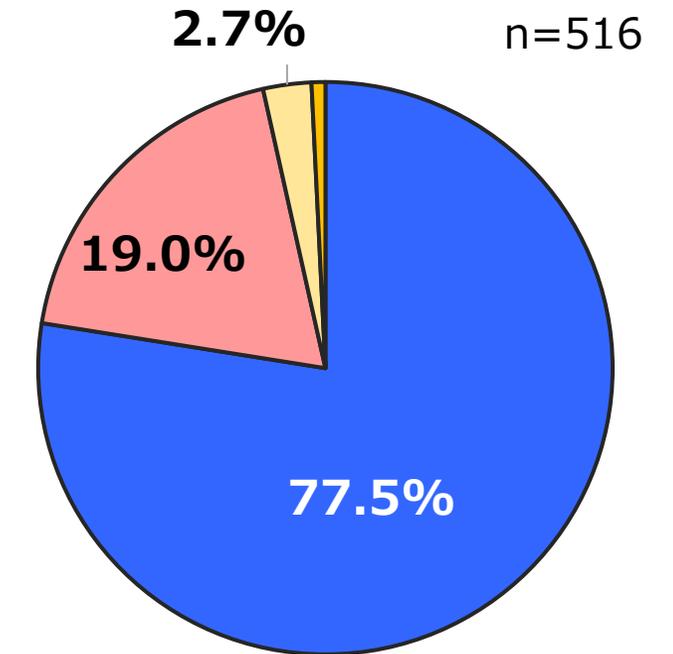
■ 思った ■ 少し思った
■ あまり思わない ■ 思わない

学校の体育の時間以外に
運動しようと思いますか？



■ 思う ■ 少し思う
■ あまり思わない ■ 思わない

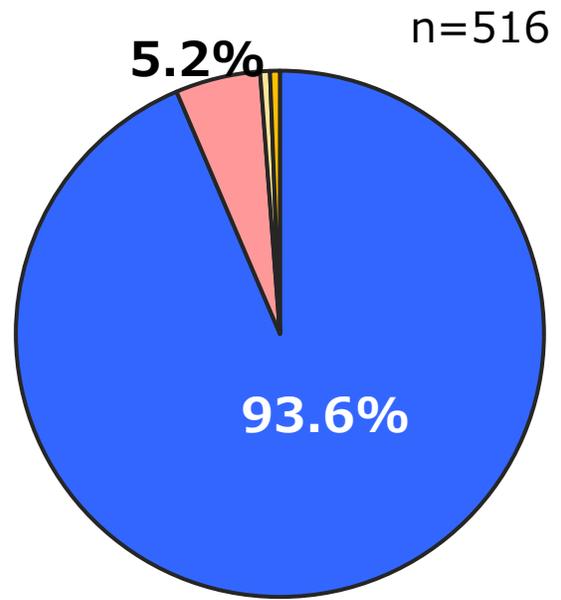
今日学んだことを誰かに
伝えようと思いますか？



■ 思う ■ 少し思う
■ あまり思わない ■ 思わない

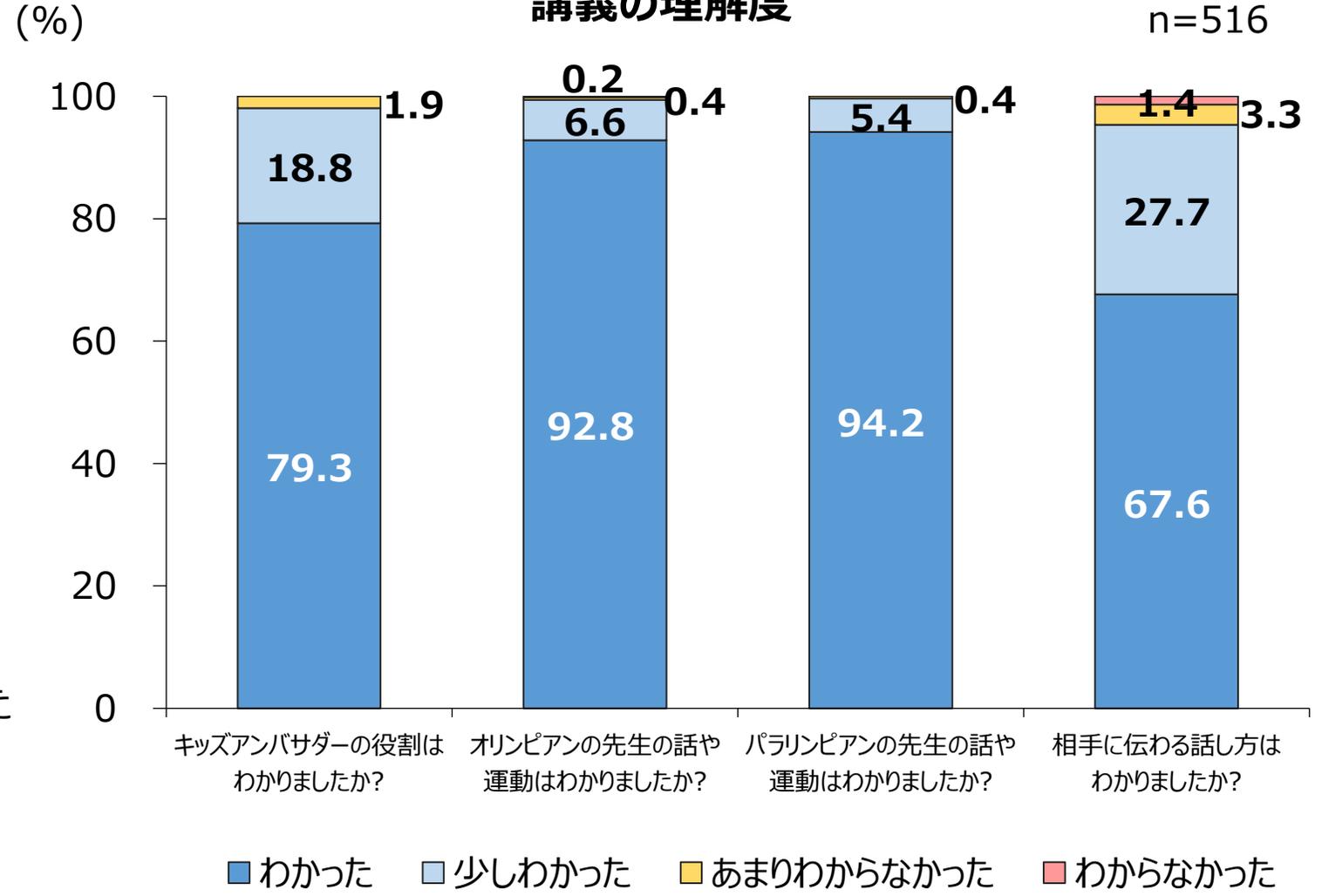
キッズ健幸アンバサダー養成講座の理解度

講座は面白かったですか？



- おもしろかった
- 少しおもしろかった
- あまりおもしろくなかった
- おもしろくなかった

講義の理解度

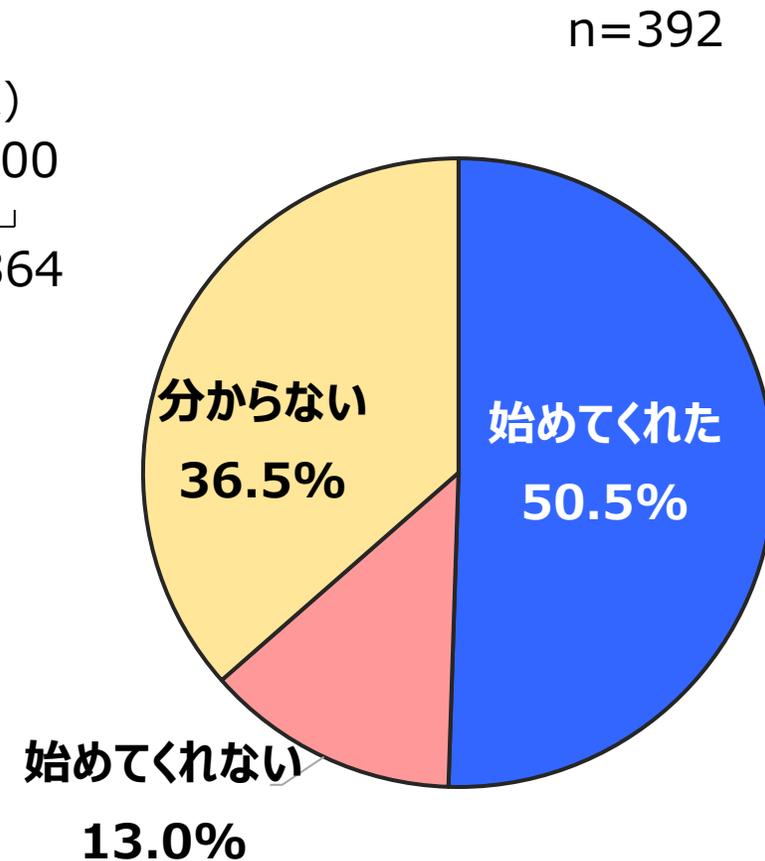
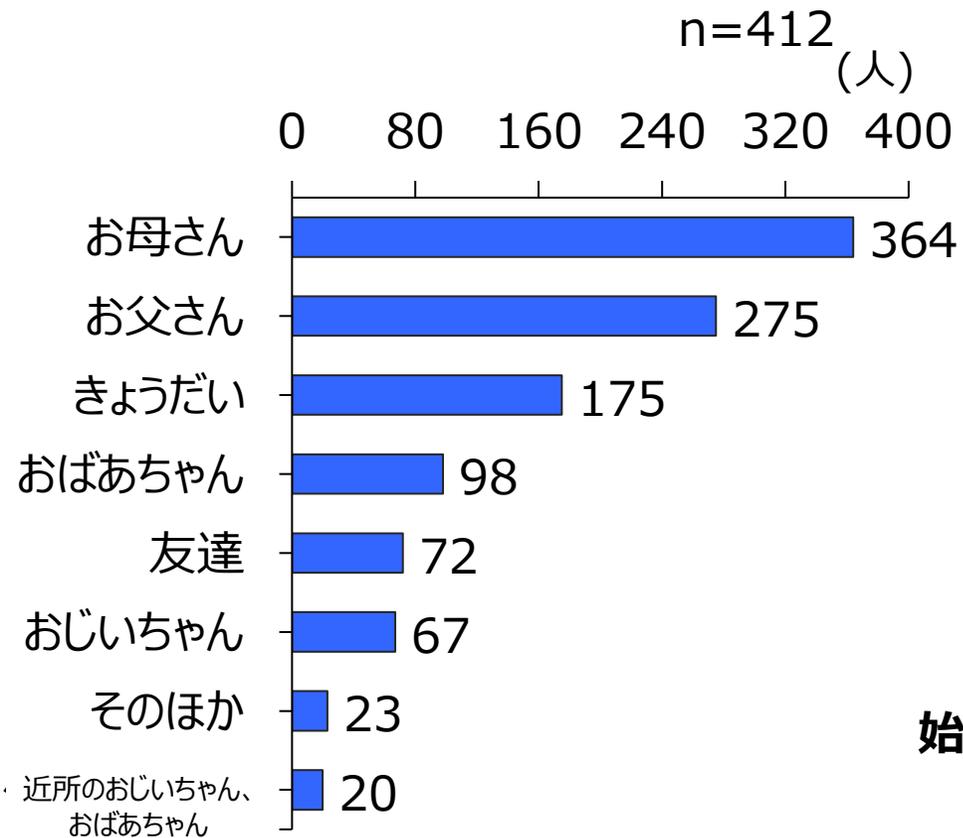
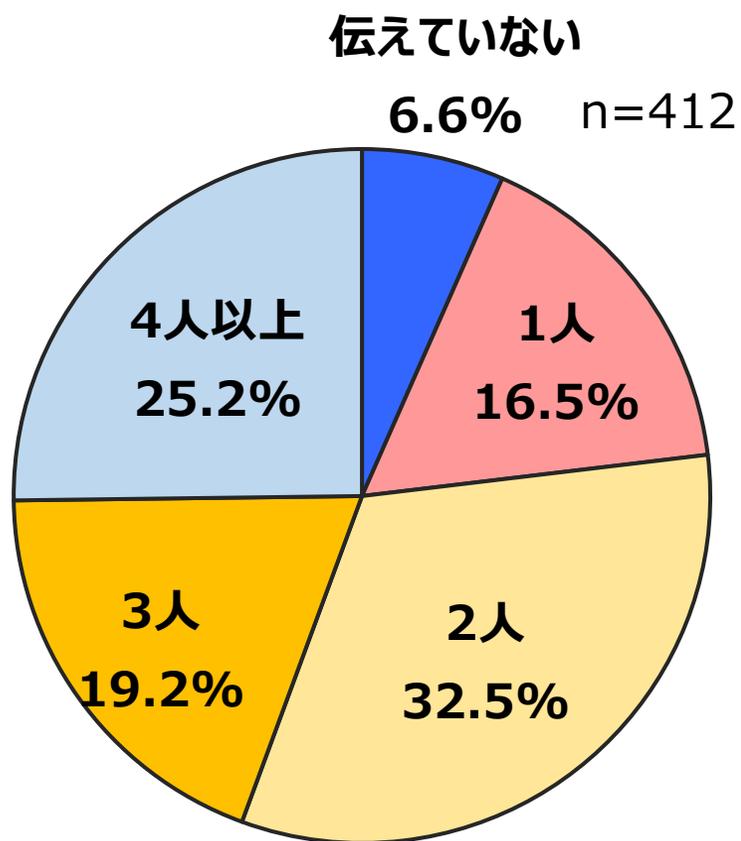


【全体】運動の大切さの伝達

運動の大切さを何人に伝えられたか

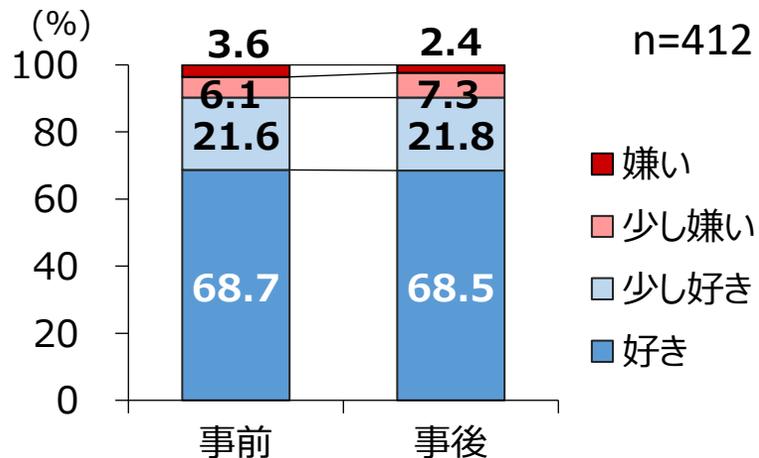
運動の大切さをだれに伝えたか（複数回答）

運動を伝えた相手は
運動を始めてくれたか

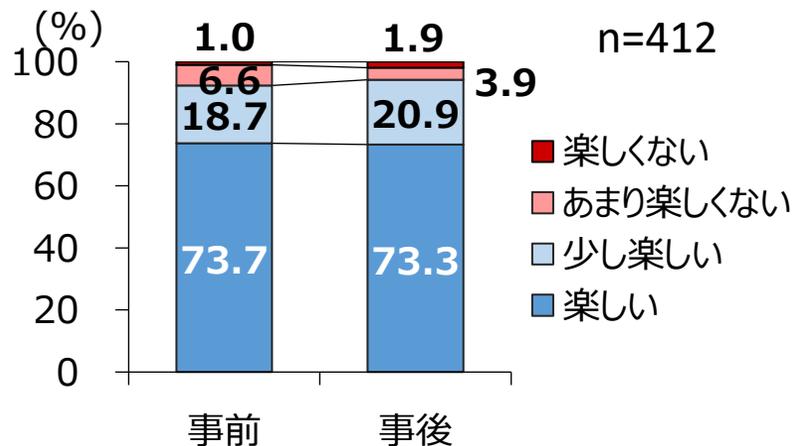


【全体】児童のKA養成講座による変化（3か月後）

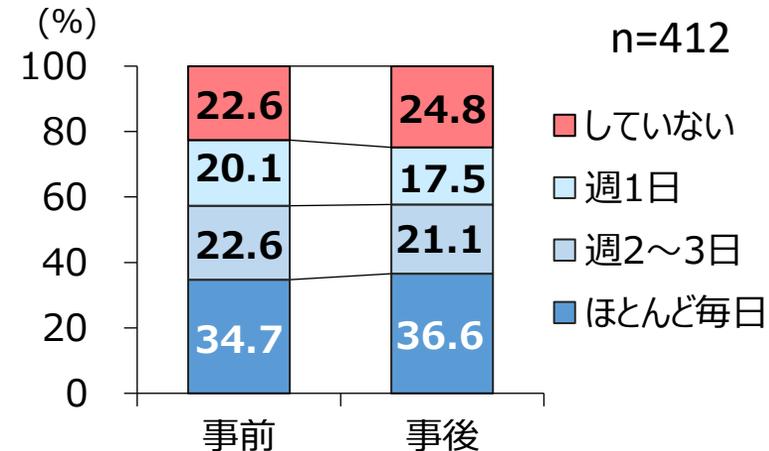
運動することや学校の体育の時間は好きか



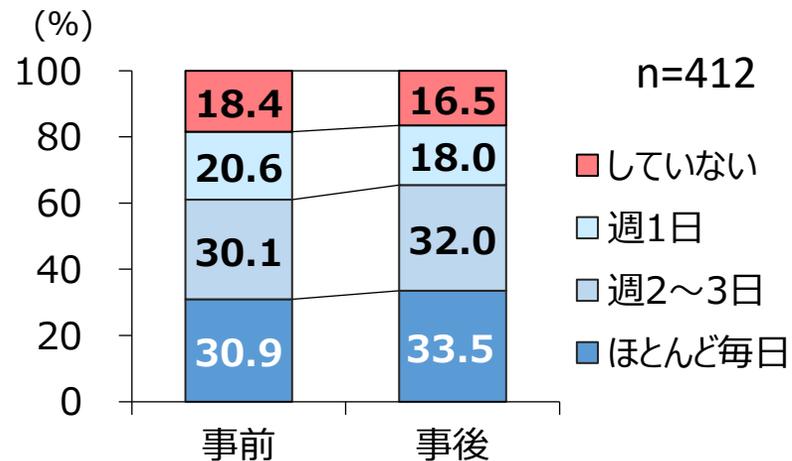
運動することは楽しいか



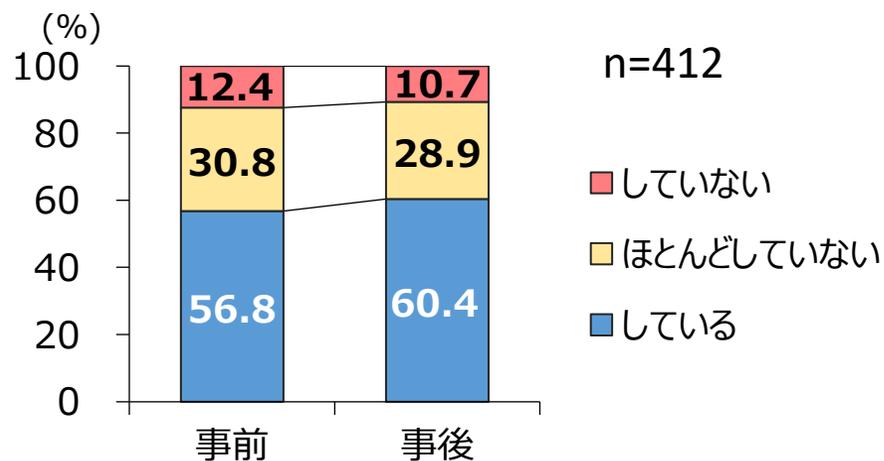
休憩時間に運動遊びをしているか



学校から家に帰って、運動遊びをしているか



学校が休みの日に運動遊びをしているか



McNemar-Bowker 検定と残差分析

運動に取り組んだ感想

運動をしていて楽しいし、健康になれるから運動がて良いなと思いました。
キッズ「健幸アンバサダー」で運動をすると健康になれると分かったので大人になっても運動をして、もっと他の人にも伝えて運動をしていきたいと思っています。

運動をするとスッキリしたり気持ちがおちついたりして毎日が楽しくなったのでこれからもよりよい毎日をすごせるようにいっぱい運動したいです。

運動を勧めるときつい、イヤジシかなかたけれどけんこうアンバサダーをやると運動はきつなくて、楽しくてけんこうにいい物だと思いました。

運動をちゃんと取り入れてから、はきり起きたり、食べたりできたりして色々メリットがあって運動は大切だと実感できてうれしかったです。健康アンバサダーがかわたあとでも、4人の選手をわれずじにたくさんそれかとも運動たくさんしてみんなで健康で長生きできる人になっていきたいです。あと、これから運動にたのしみを入れていきます。

そして、今はまだたくさん運動にもたくさんチャレンジをして成長たくさんしたいです！

うんどうをして楽しかったです。
しかも、うんどうをした日は、すいねむりにおちこぐすりねむれました。なので、これからもうんどうをつづけたいです。

いつも運動をしていたのであまりおだんの生活と変わりませんでした。でも朝など「うんどう」などはおだんくはないのでこれからやってみようと思います。
運動が好きなのは変わらないけど、もっと好きになりました。しかもおだんだけめざめが始める前よりもよくなったと私は思いました。お母さんやお姉さんなどに伝えた人には伝えてほしいと思います。

けんこうアンバサダーをする前は、ぜんぜんうんどうをしなかったけれど、今は、前よりうんどうをするようになりました。友達と外に行ったり、一人でうんどうをしたら、やっぱり、友達との方が楽しかったです。習い事のバリエーションを「運動だ!」と思って、もっとしんけんにできるようになりました。

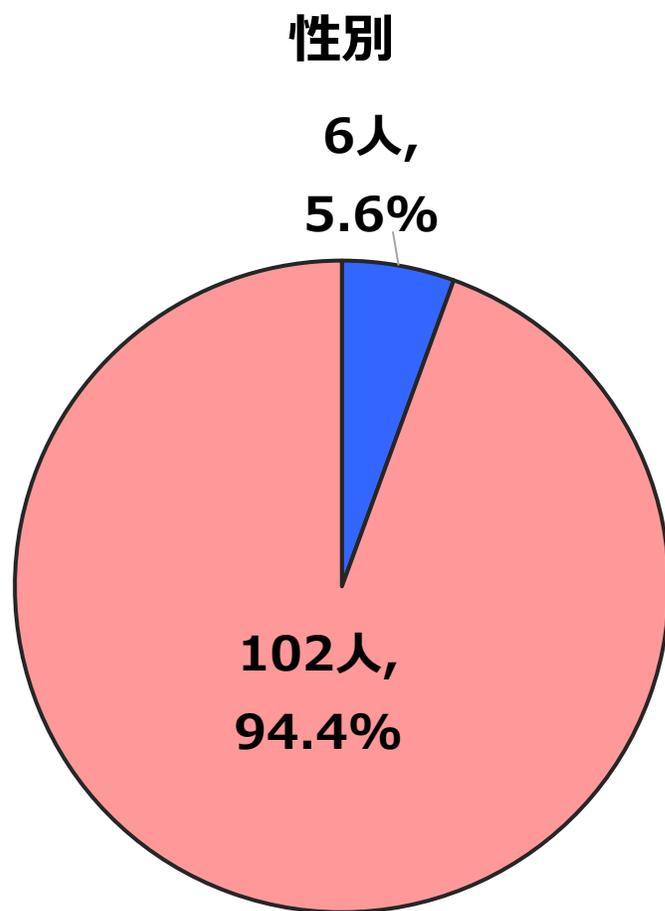
アンケート（教師の回答より）

- この度は、運動の楽しさや大切さを教えていただきありがとうございました。実際にオリンピックやパラリンピックにも出場した選手に会えるということで、事前の学習のときから私も児童もとても楽しみにしていました。当日は実物を持ってきていただいたり、触ったり乗ったりできたことがとても印象に残ったようです。
- 日記を使って「家族の誰かに伝えてきてね」と子どもたちに宿題を出しました。後日集めたノートには家族の方から、「楽しかったです。」「休日に子どもと運動してみようと思いました。」といった言葉がたくさんあり、子どもたちはおうちでも楽しかった思いとともにしっかりと伝達できたんだろうと思います。
- 本物にふれることのできる貴重な時間でした。講座後、クラスでスクワットをしている子が増えたり、運動シールを貼るために体を動かしている子が増えたりしていて、運動をしようという気持ちの高まりがみられました。
- 当日、子どもたちはとても楽しそうに、興味深く取り組んでいました。事前の説明だけではイメージがつきにくかったようでしたが、当日、実際にプロの方に教えていただいたりお話を聞いたりすることで、運動や健康に対する意識が変わったのではないかと思います。
- 直後の振り返りでも、教わったことを思い出しながら、自分の言葉で書くことができていました。子どもたちにとって、貴重な体験になったと思います。

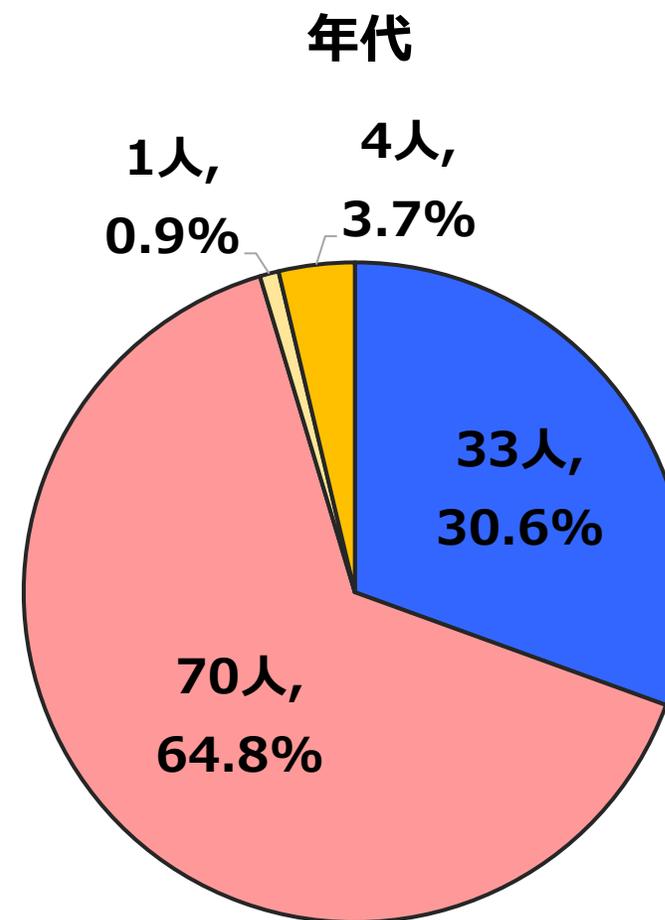
Ⅱ.キッズ健幸アンバサダーからの情報提供 による効果検証【保護者】

【保護者】KAから情報提供を受けた人の属性

n=108



■ 男性 ■ 女性

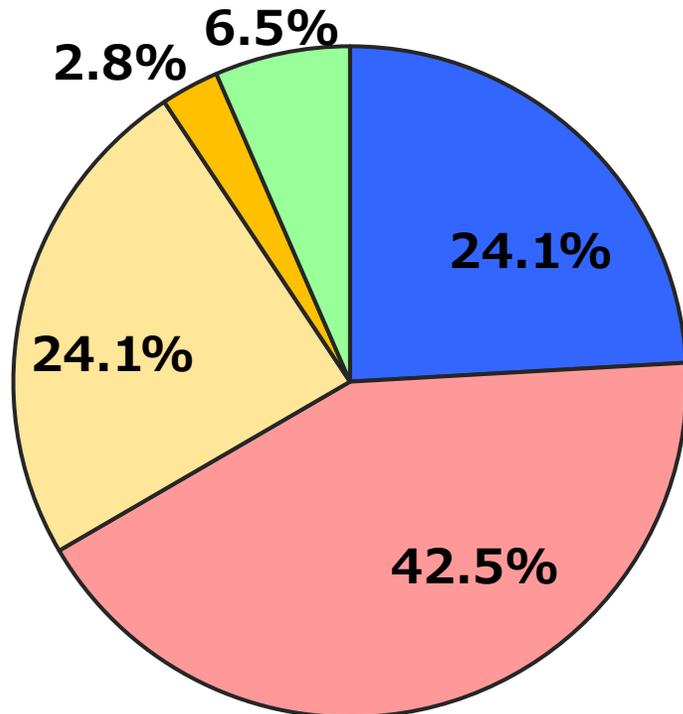


■ 30歳代 ■ 40歳代 ■ 50歳代 ■ 不明

【保護者】KAからの情報提供による波及効果

キッズアンバサダーの話を聞いて
運動を始めるきっかけになりましたか

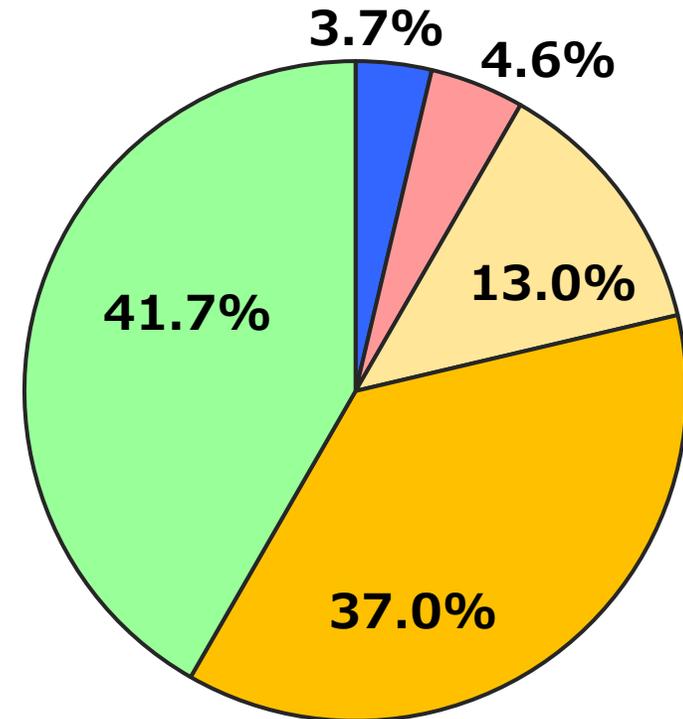
n=108



- そう思う
- 少しそう思う
- どちらともいえない
- あまり思わない
- 思わない

今後も運動やスポーツを
定期的に行いたいと思う

n=108

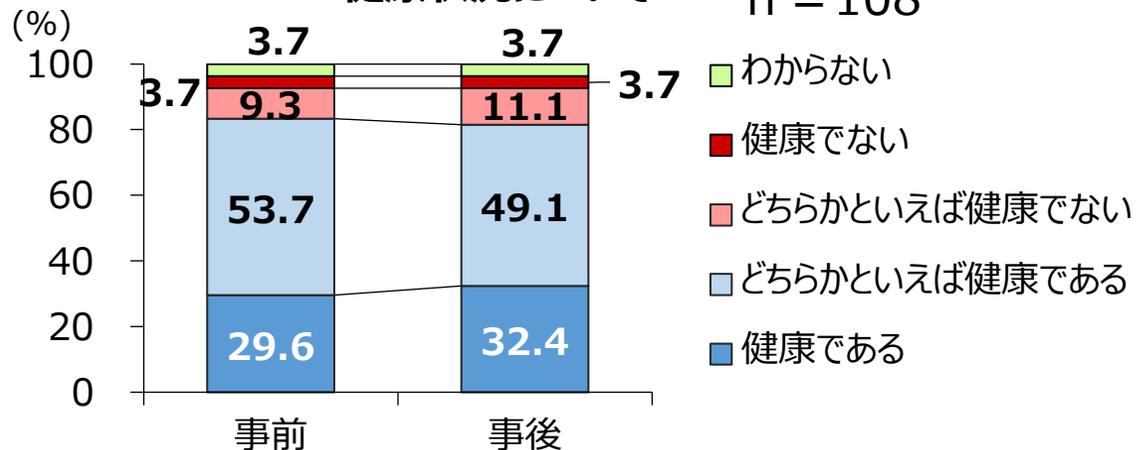


- 全くそう思わない
- あまり思わない
- どちらでもない
- ややそう思う
- はっきりそう思う

【保護者】KAからの情報提供による効果①（3か月後）

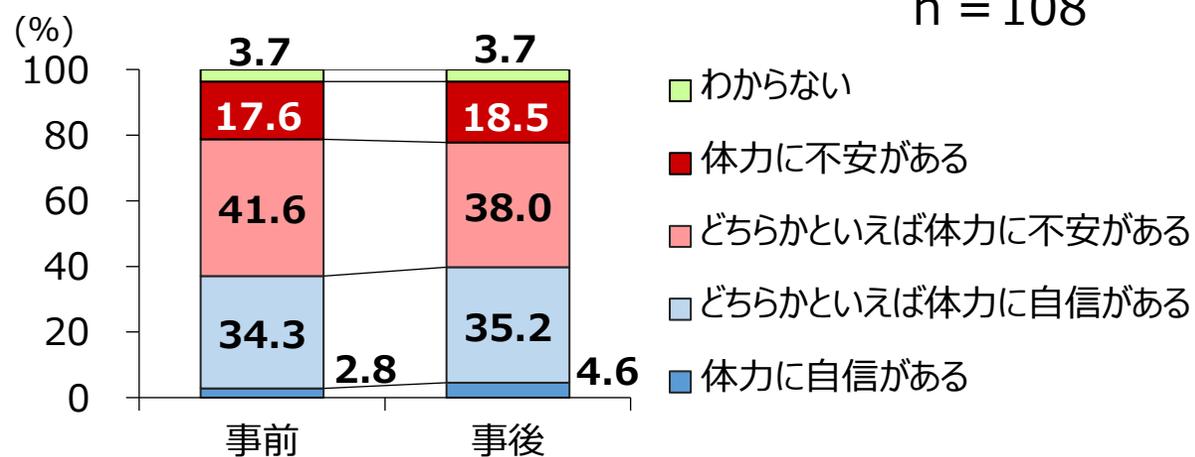
健康状況について

n = 108



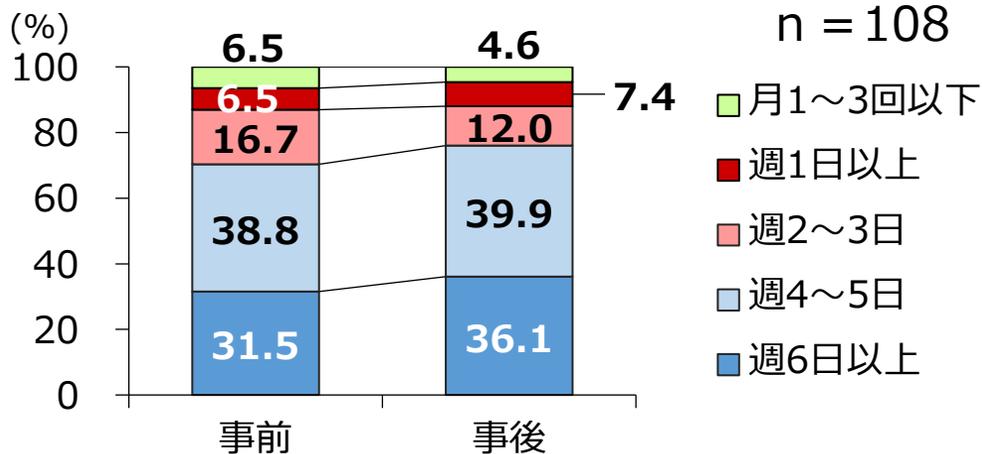
体力について

n = 108



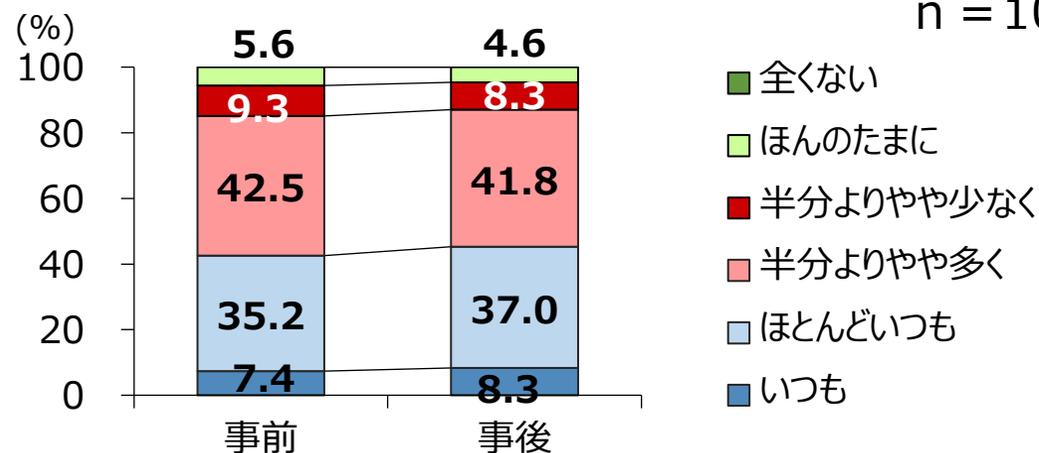
1週間あたりの1回30分以上の外出の頻度

n = 108



明るく楽しい気分で過ごしているか

n = 108

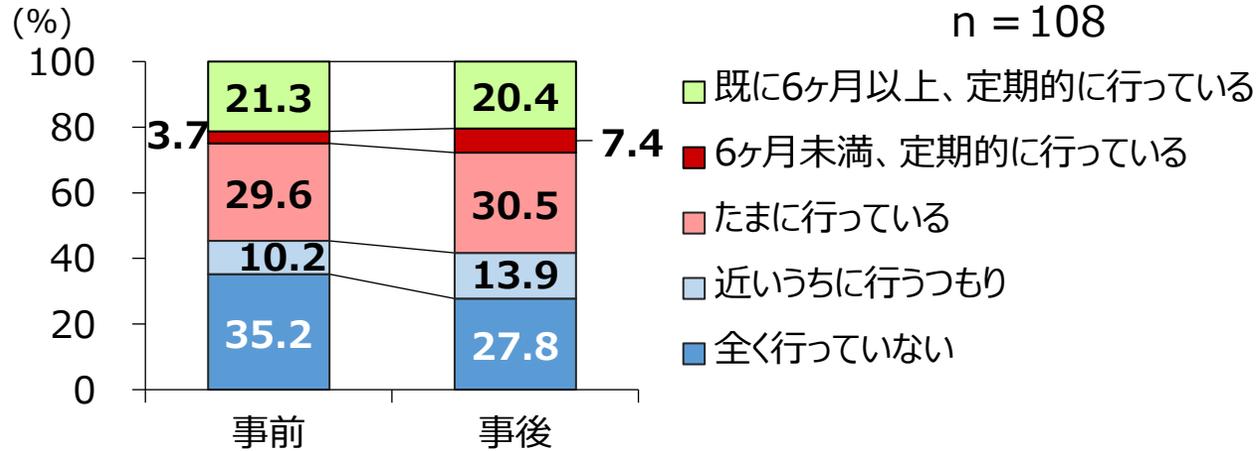


McNemar-Bowker 検定と残差分析

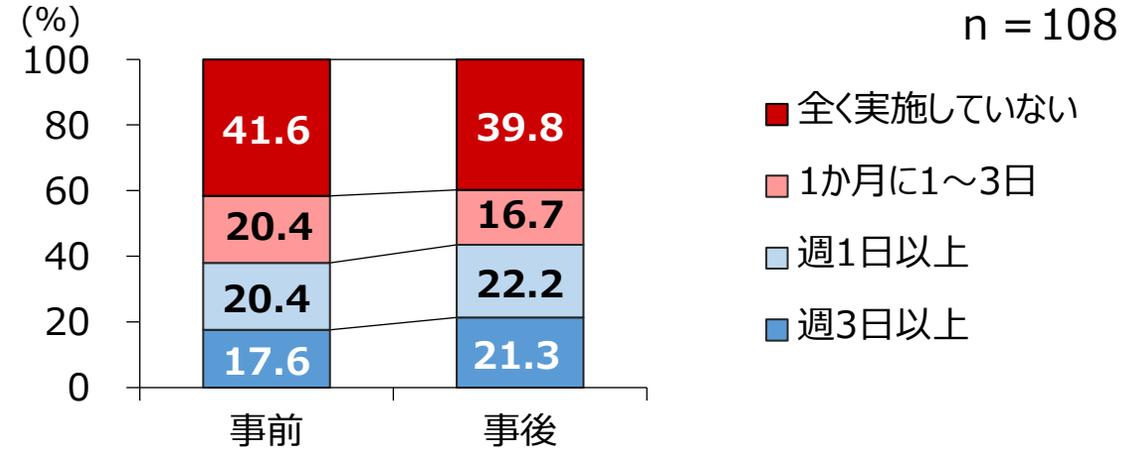
【保護者】KAからの情報提供による効果②

(3か月後)

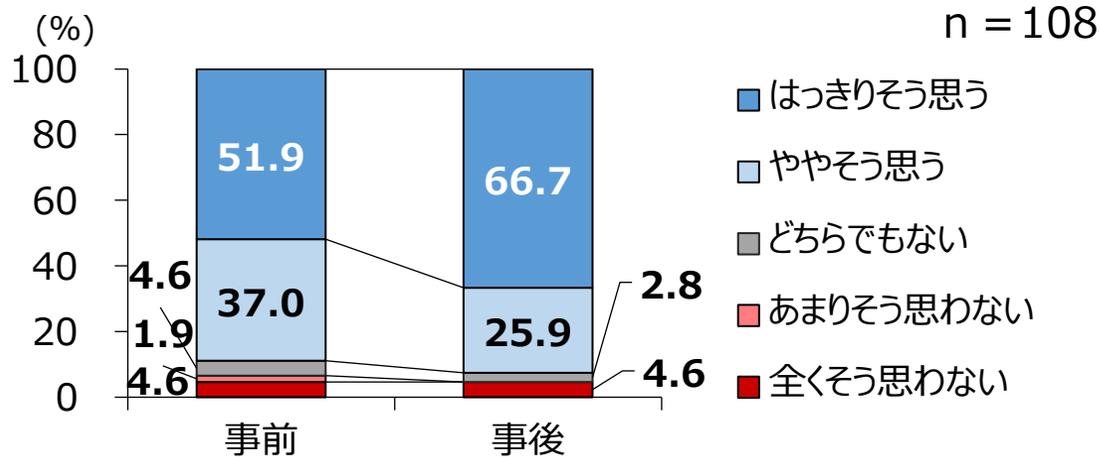
運動・スポーツの行動変容ステージ



運動・スポーツの実施頻度



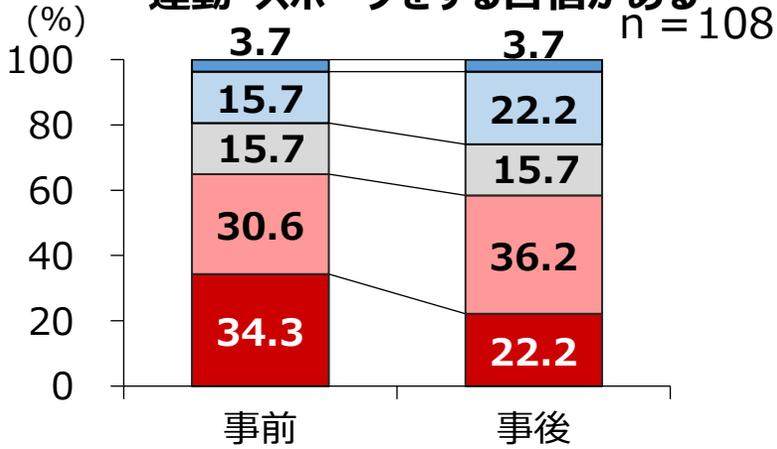
運動やスポーツは健康や体力づくりに有効であると思う



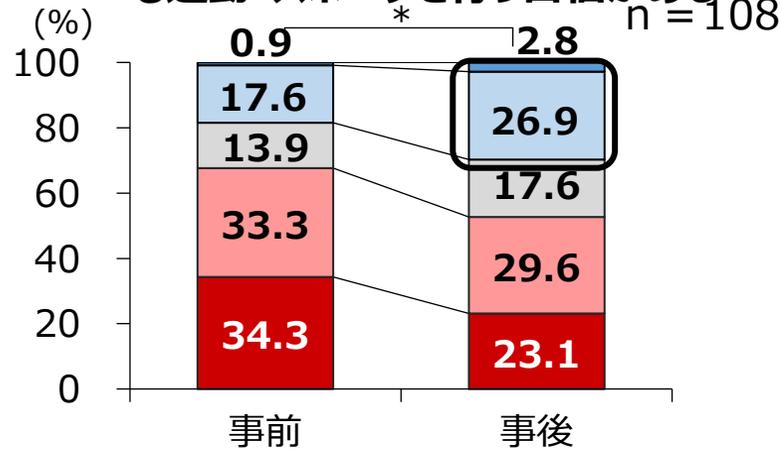
McNemar-Bowker 検定と残差分析

【保護者】「自己効力感」の変化（3か月後）

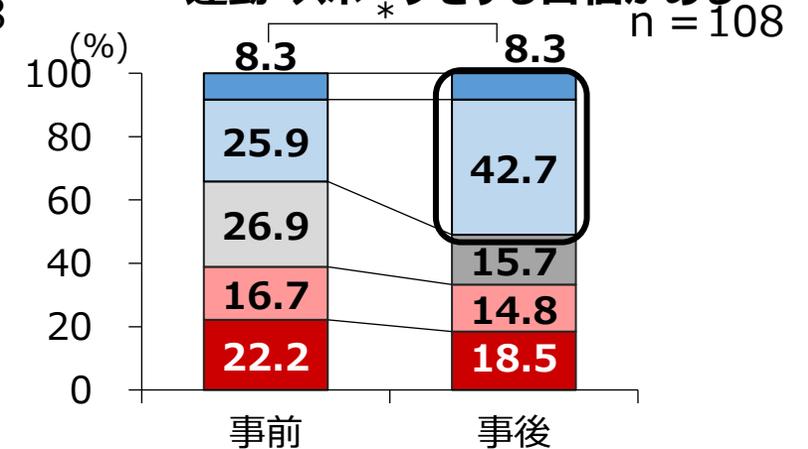
① ①少し疲れている時でも
運動・スポーツをする自信がある
n = 108



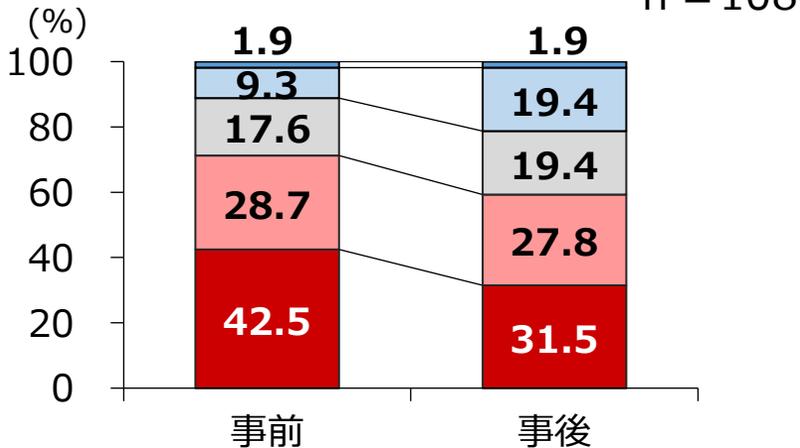
③ ③あまり気分が乗らないときでも
運動・スポーツを行う自信がある
n = 108



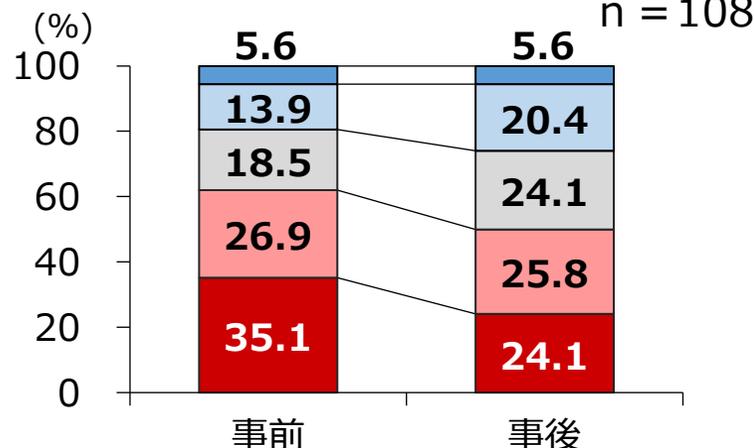
⑤ ⑤休暇（休日）中でも、
運動・スポーツをする自信がある
n = 108



② ②忙しくて時間がないときでも
運動・スポーツを行う自信がある
n = 108

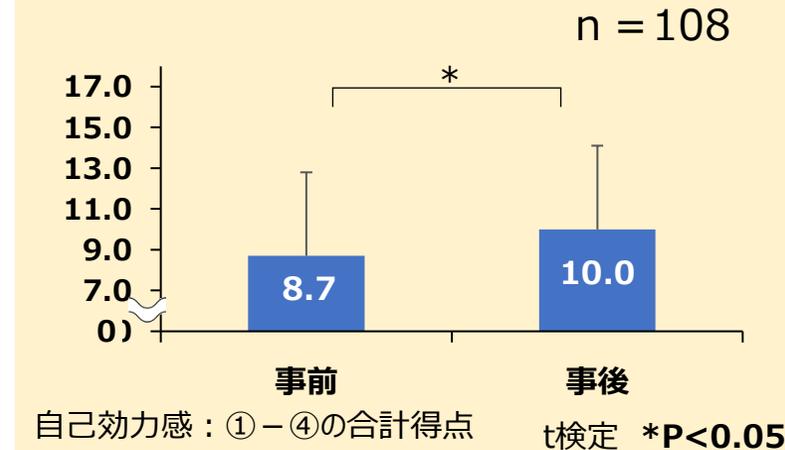


④ ④あまり天気がよくない時でも
運動・スポーツをする自信がある
n = 108



■ はつきりそう思う ■ ややそう思う ■ どちらでもない
■ あまりそう思わない ■ 全くそう思わない

自己効力感の変化



McNemar-Bowker 検定と残差分析 *P<0.05 : 統計的にみて、有意に割合が変化したことを示す

伝えた相手からのコメント

おかあさん

筋肉がへってしまう写真を見てびっくりしました。
ママもこんなになるちゃうよ!!一緒にスクワットをするよ!!
と言われスクワット10回行きました。辛かったです。
筋肉がなること痛感しました。今日から毎日続けられる
ように努力してみます。

おかあさん・おとうさん

40歳をすぎると筋肉(筋力)が1年に1%ずつ低下すると
具体的な数字をきいてハッとしました。運動・食事が大事
だとあらためて分かりました。(母)
何歳になってもトレーニングで筋力が上がると聞いて、
やる気になりました(父)

おばあちゃん

予定があいている日には家でできる運動をしたいと
思いました。ストレッチや足のマッサージ、長生きにまごとなら
あそびたいです。

きょうだい

スクワットはっかれました。
一人だとがんばれないので毎日いっしょに
スクワットしてほしいです。
いっしょにやってくれたら、つづけられそうです。

おばあちゃん

運動は、とても大事ということがわかりました。
これからは、少しずつ散歩の時間をふやして
いこうと思いました。

おかあさん

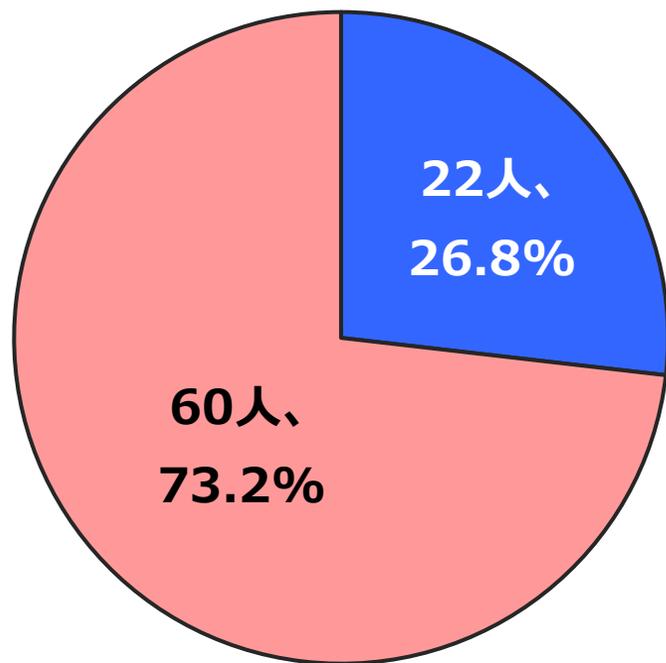
自身が運動が苦手だったので、走る時の距離にエマ
腕の振り幅を変えた方が、...というのは初めて知りまし
た。知るところで苦手意識が小さくなるように良いと思います。

Ⅲ.キッズ健幸アンバサダーからの情報提供 による効果検証【高齢者】

【高齢者】KAから情報提供を受けた人の属性①

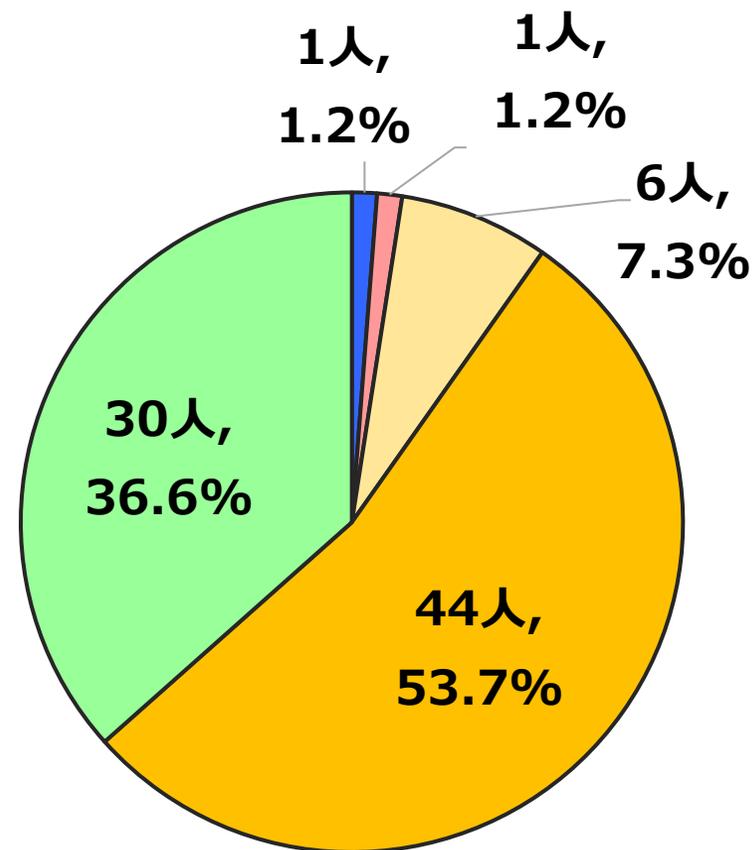
n=82

性別



■ 男性 ■ 女性

年代

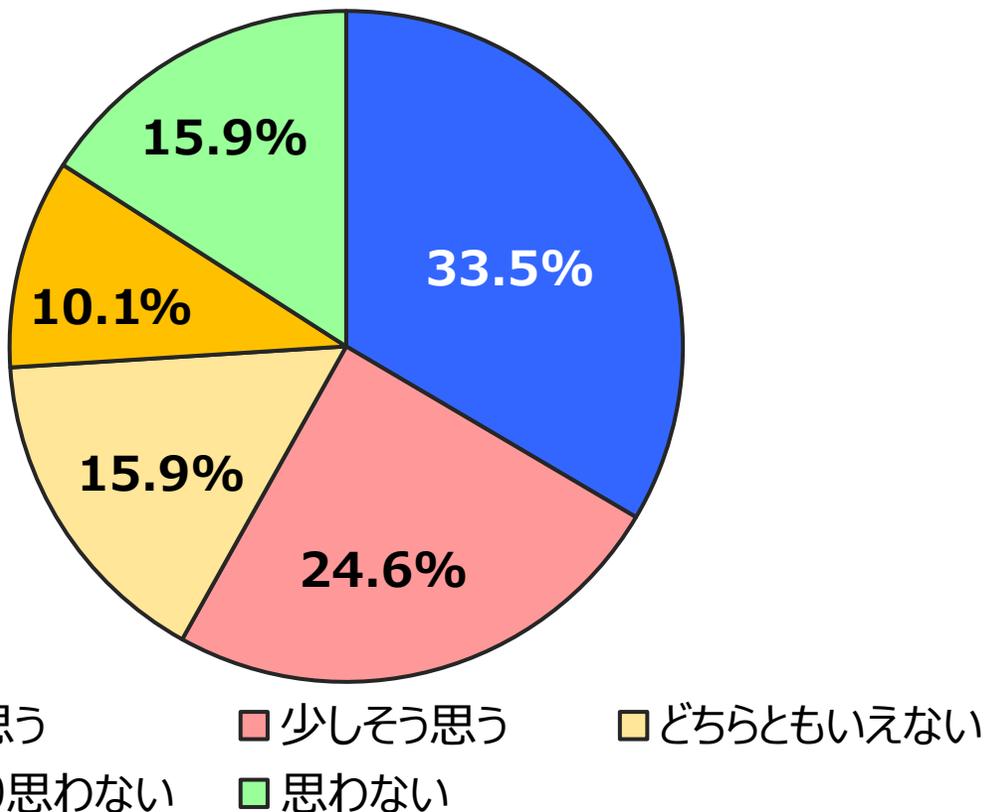


■ 50歳代 ■ 60歳代 ■ 70歳代 ■ 80歳代 ■ 90歳代

【高齢者】KAからの情報提供による波及効果

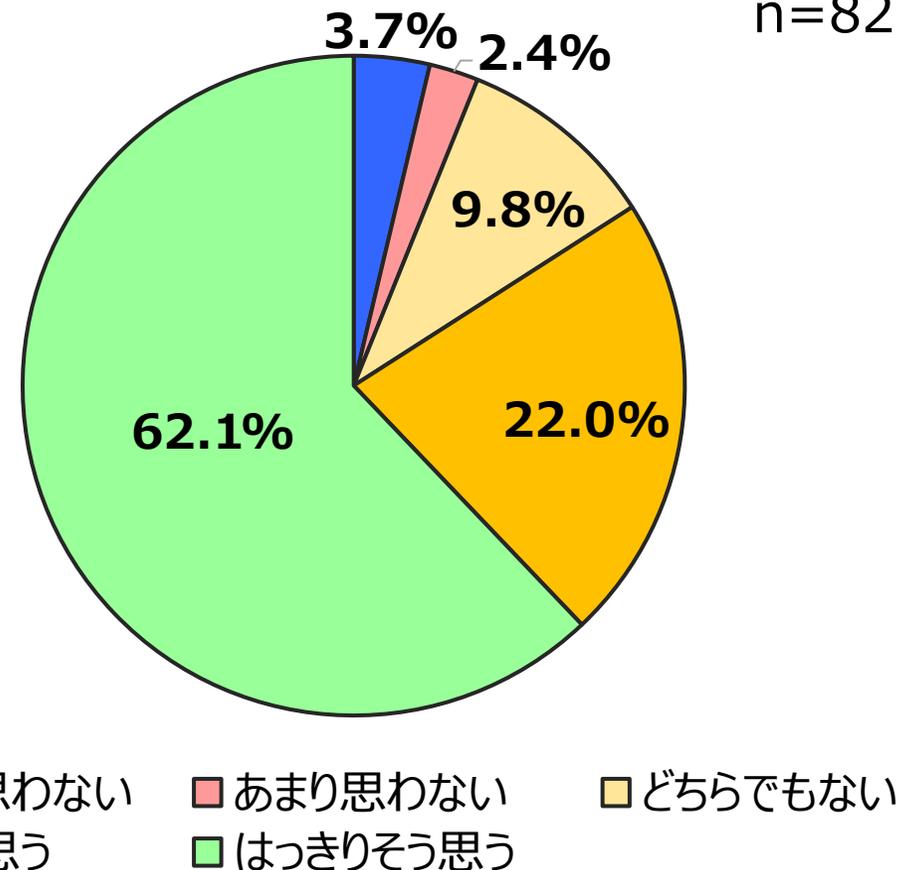
キッズアンバサダーの話を聞いて
運動を始めるきっかけになりましたか

n=69

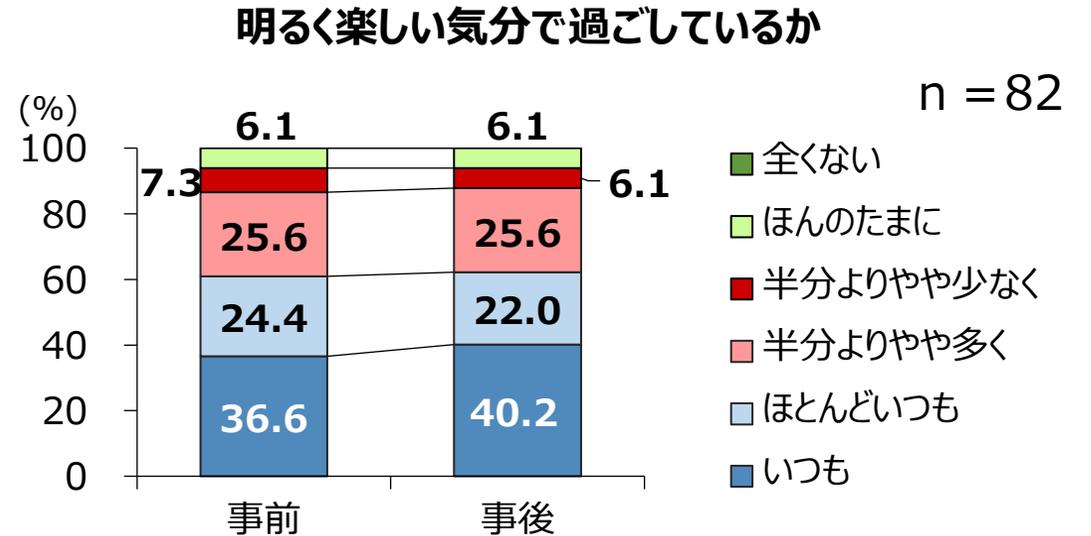
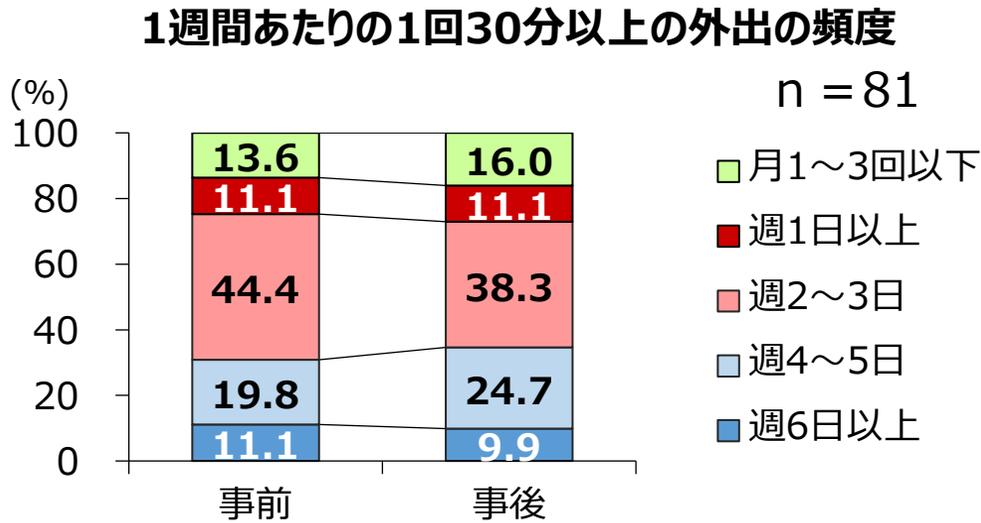
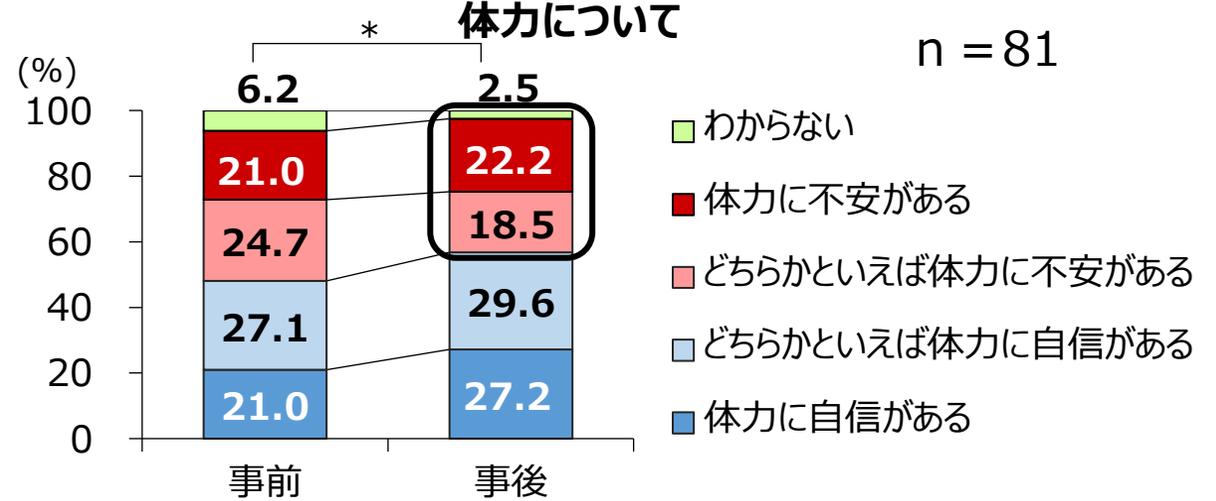
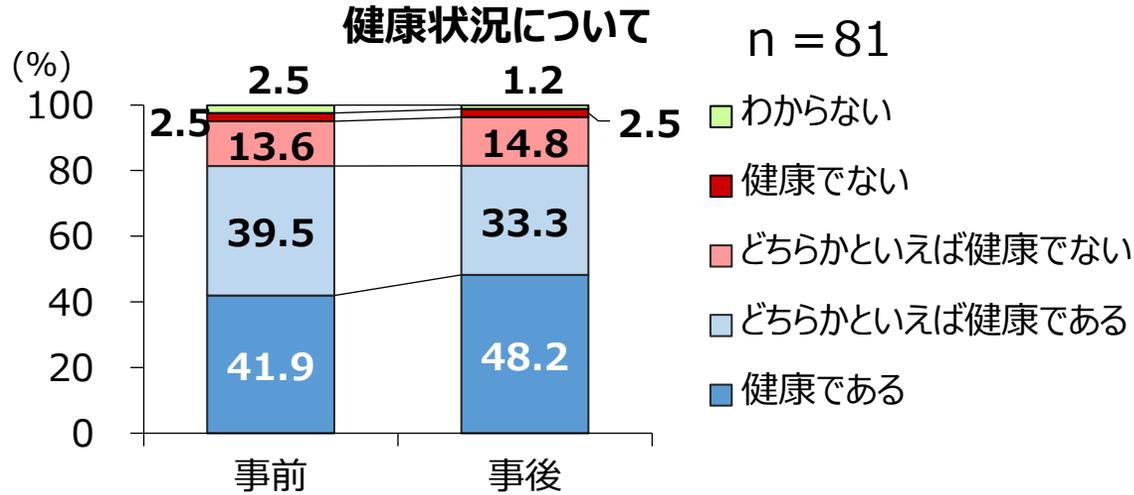


今後も運動やスポーツを
定期的に行いたいと思う

n=82



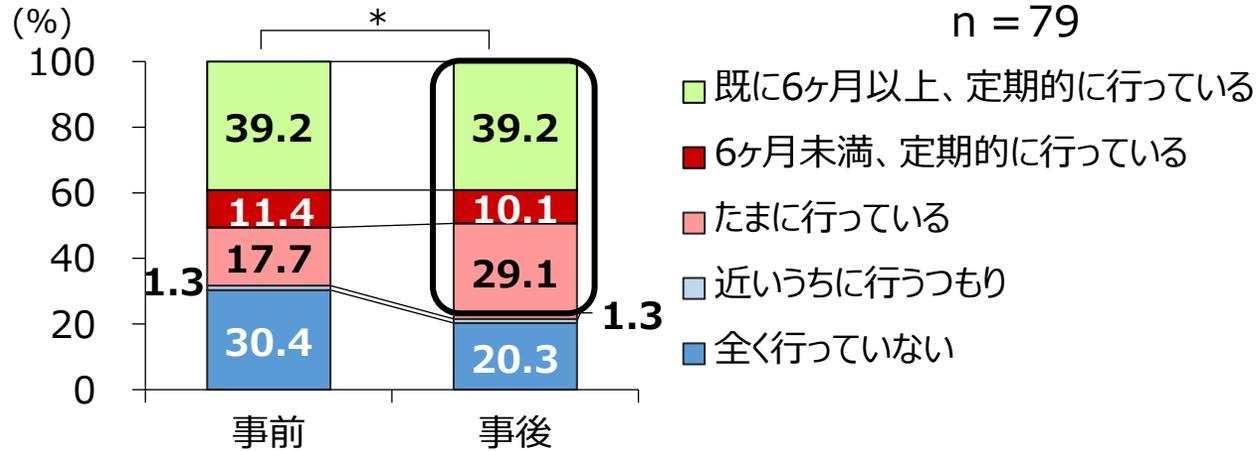
【高齢者】KAからの情報提供による効果① (3か月後)



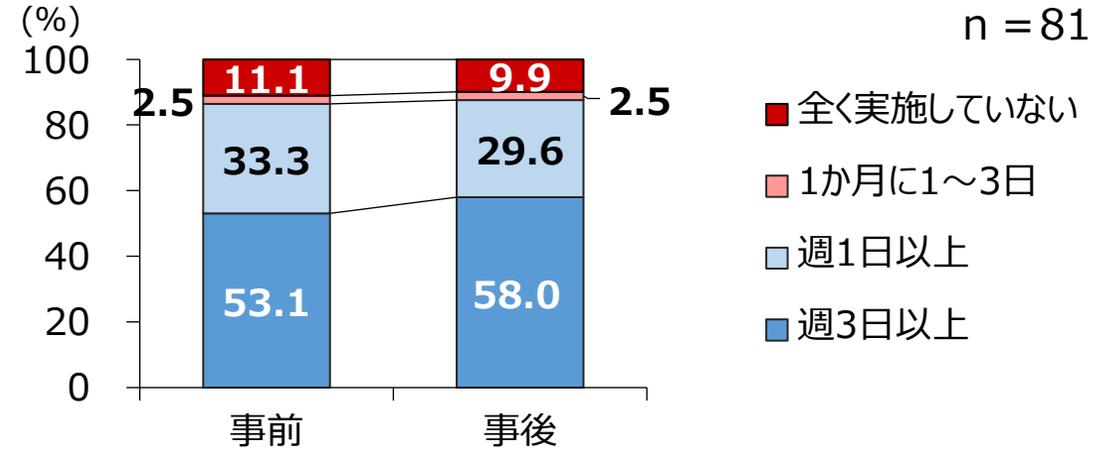
McNemar-Bowker 検定と残差分析 *P<0.05 : 統計的にみて、有意に割合が変化したことを示す

【高齢者】KAからの情報提供による効果② (3か月後)

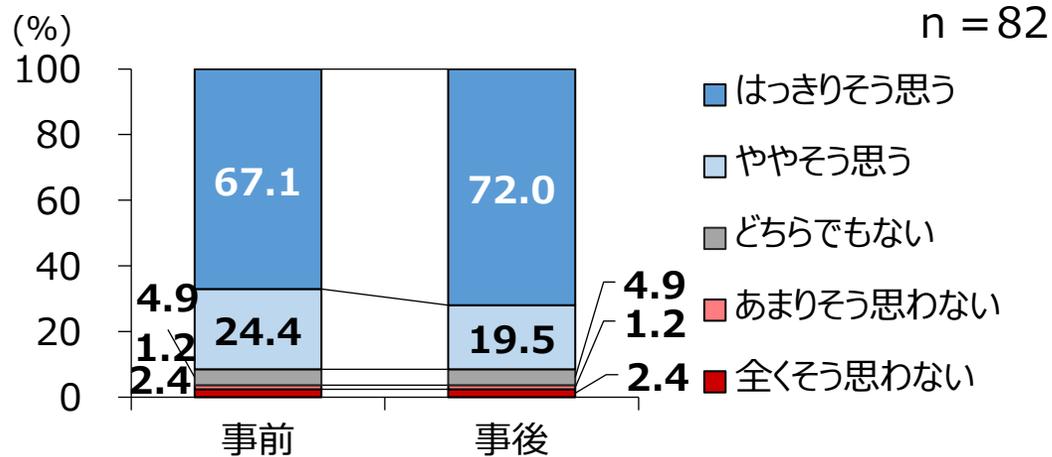
運動・スポーツの行動変容ステージ



運動・スポーツの実施頻度



運動やスポーツは健康や体力づくりに有効であると思う



McNemar-Bowker 検定と残差分析 *P<0.05 : 統計的にみて、有意に割合が変化したことを示す

【高齢者】「自己効力感」の変化（3か月後）

① 少し疲れている時でも運動・スポーツをする自信がある n = 80



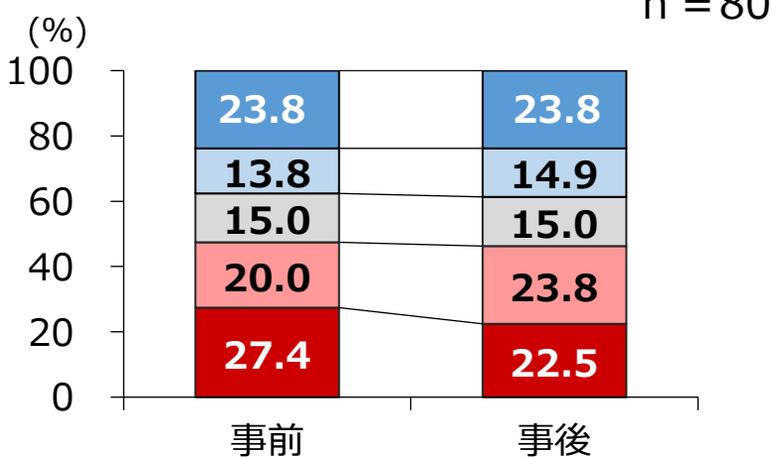
③ あまり気分が乗らないときでも運動・スポーツを行う自信がある n = 80



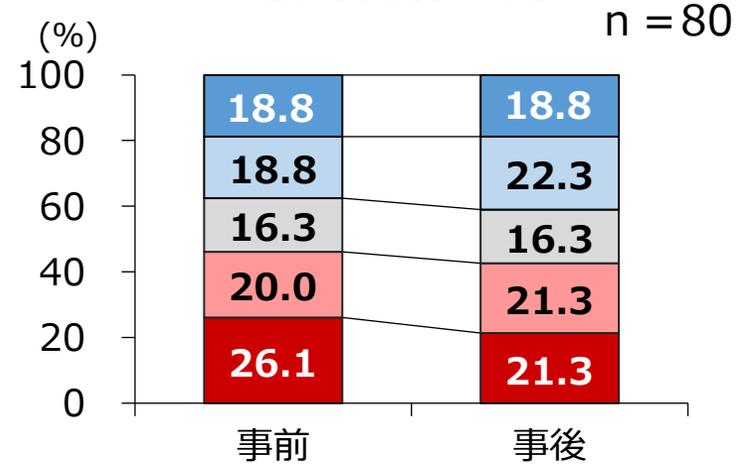
⑤ 休暇（休日）中でも、運動・スポーツをする自信がある n = 80



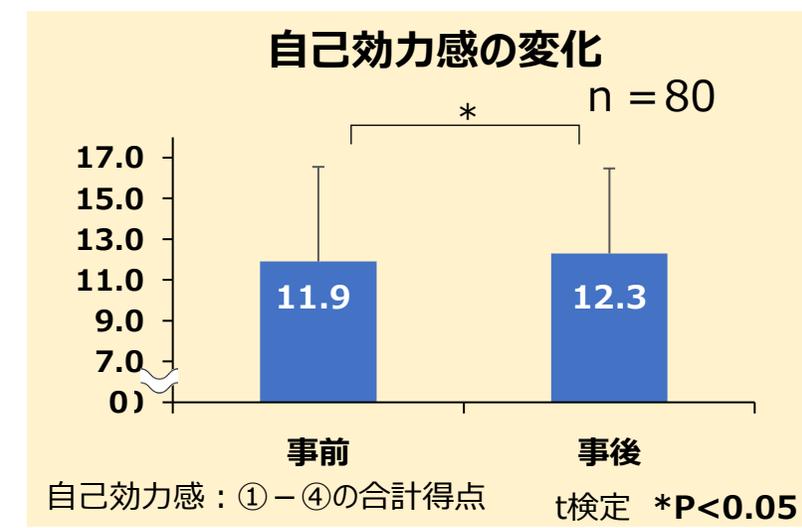
② 忙しくて時間がないときでも運動・スポーツを行う自信がある n = 80



④ あまり天気がよくない時でも運動・スポーツをする自信がある n = 80



■ はっきりそう思う ■ ややそう思う ■ どちらでもない
■ あまりそう思わない ■ 全くそう思わない



McNemar-Bowker 検定と残差分析