

# 「幼児期の運動大切」

## 体操のひろみちお兄さん



自ら体を動かしながら、幼児期の運動の大切さを説く佐藤弘道さん

### 八学短大の「運動遊び」実践も 学生へ講演

佐藤さんは日本体育大卒。タレント活動の傍ら、弘前大大学院医学研究科に入り、2015年に「親子

体操」の研究で医学博士を取得。近年は青森放送のテレビ番組の体操のコーナーに出演するなど、青森県の

短命県、返上に向け、県民らに運動の大切さを伝えている。講演で佐藤さんは、最下

NHK教育テレビの番組「おかあさんといっしょ」の第10代「体操のお兄さん」で、愛知県の名城大薬学部特任教授の佐藤弘道さんが11月29日、八戸学院大を訪れ、同大短期大学部幼児保育学科の学生13

0人に向けて講演した。幼児期における運動の大切さを説いたほか、学生と共に子ども向けの楽曲に合わせて「運動遊び」を実践し、子どもの筋力を楽しみながら伸ばす方法を伝授した。(松橋広幸)

位に沈み続ける青森県の平均寿命について触れ、平均寿命と健康寿命との差を縮める重要性を強調。幼児期から「体づくり・動きづくり・心づくり」を行い、健康を意識付けることが大事だとして、「県の未来は、未来の保育を担う君たちにかかっている」と呼びかけた。

その後、佐藤さんが歌う楽曲に合わせて子ども向けの「運動遊び」を学生と共に実践。体操の動きに加え、2人一組でじゃんけんに負けたら股の下をくぐったり、おんぶしたりといった運動を行い、学生たちは汗を流しながら、自然に子どもの筋力を上げる方法を学んだ。

同科2年の馬場七海さん(20)は「今後、保育士になったら、今回実践してみたい学んだことを生かしたい」と目を輝かせた。