はだしの広場
―はだしで遊び，はだしを考える！－

学生団体名：バリアフリーサークルひまわり（金城大学）
参加学生：竹田圭佑・田中真由・谷康弘・長辻智哉・西尾優華・鷲田恵・北山真衣・西村智子・他
（参加人数：33 名）

１．地域活動の概要

近年，こどもの足部や足趾には種々の病的な変化が現れてきている背景があり，これらの変化は履物の影響が深く関与していると考えられている．そこで今回，小学生のこどもを対象に，自分の足部と足趾の機能について興味を持たせ，遊びを通じて足部異常の予防策や改善策を体験的に紹介した．

２．地域活動の具体的な内容

１）実施日時と参加者数

日時	参加者数		会場
	大学生	小学生	
9/19（土）　9:30～12:30	29 名	24 名	鵠巣公民館
10/31（土）　13:00～16:00	15 名	31 名	児童センター
12/13（日）　13:30～16:30	17 名	11 名	もんぜん児童館

２）実施内容

プロジェクト開催にあたり，先方と時間調整の上で下記の実施スケジュール（表 1 参照）を参加者全体で調整した．講義とレクレーションをリンクさせて実施するため，参加学生を以下の担当グループ（表 2 参照）に分けて，各グループで実施内容を検討し全体の流れを調整した．

スケジュールは全体で約 3 時間と設定し，オリエンテーションにてペアおよびグループになる小学生と大学生を分けた．2～3 組に分かれ自己紹介を兼ねて顔合わせを行った．

表 1　実施スケジュール

時間	内容	備考
10 分	オリエンテーション	・自己紹介 ・スケジュール紹介
20 分	足の話し	・足についての予備知識を，演劇と講義で紹介（写真 1 参照）
90 分	レクレーション	・足部異常の予防策と改善策を実践的に紹介 ・足趾を使った運動を中心に実施（写真 2 参照）
30 分	フットスタンプ採型	・小学生全員の足型を採型（写真 3 参照）
10 分	フィードバック	・紹介した内容の整理

表 2　グループ分けと担当内容

	講義	レク	工作
学生数	10 名	10 名	13 名
担当内容	・資料作製 ・演劇と講義実施	・レク起案・実施 ・フットスタンプ採型	・レク必要品の製作 ・緊急時応急処置

まず，足についての予備知識を，演劇を交えて講義形態で紹介した（写真 1 参照）．足の機能のすばらしさ，小学生に起こりやすい足部と足趾の障害について絵と写真を見せて紹介し，その予防策と改善策について話しをすすめた．

次に，講義で紹介した予防策と改善策を遊びながらできることを実践的に行った．普段の生活ではあまり使わない足趾の筋を使った運動（写真 2 参照），足のアーチ形成に最も効果的とされる鬼ごっこ，　サイズの合わない靴を履いていることによる浮き指や槌指などを確認するフットプリント（写真 3 参照）を順次実施した．

最後に，これまで紹介した足趾の機能と特徴，足の形態的異常の早期発見，予防策と改善策について紹介した内容を整理し，自宅に帰ってからも家族や知人に内容を説明できるよう資料を配布した．

写真 1　演劇と講義の風景

写真 2　足趾の運動

A　フットプリントの採型　　B　浮き指　　C　浮き指と扁平足

写真 3　フットプリント採型

３．地域活動の評価

地域活動に取り組む前に，輪島市には大きな大学がないため 18～21 歳までの人口が少ないために，輪島市の小学生はその年代とふれあう機会がほとんどないと教示していただいた．そこで今回，地域活動に取り組んで輪島市の小学生とふれあう時間を提供することを念頭に，小学生と遊ぶことに加えこどもに頻発する足部の異常をこども自身がいち早く気づくことができるような内容を加えた．

実施前には自分の足に対して無関心であった小学生も，はだしで遊ぶメリットや足の機能，足趾の機能や重要性に興味を持ってもらえた印象を受けた．1回につき約3時間の地域活動であったが，実施後も大学生にいろいろと足の話しを聞く小学生が多く，遊びを通して少ないながらも足について知る機会も提供できたのではないかと思う．

実施後，小学生のフットスタンプをみてみると，いずれの地域でも小学校低学年のこどもには浮き指や槌指が頻発しており，高学年では扁平足が多くみられた．前者の原因は恐らくサイズの合わない靴を履いていること，後者は靴のカウンター部分（かかと）を踏み潰して履いていることによる影響ではないかと察することができる．

6 歳～15 歳までは足の発達が著しい時期であり，その初期段階において足部の異常や変形が見られることは成人になってからも身体に多大な影響を及ぼす．予防に勝る治療はなく，小学生の時期から自分の足に興味を持つことは病状の早期発見に繋がる．現状の足の状態を把握した上でどのような予防策や改善策を行えばよいか，どの地域においても提供していきたいと考えている．

４．今後，この地域活動を継続，活発していくために必要なもの，及び課題

今回の実施を振り返って，会場の選定やこどもの動員など，多岐にわたり事前に準備をして頂いた．実施する環境は非常によかったため大きな問題なく実施できた．しかし，年間（実質的には 7 月～1 月）の実施について，冬季の開催はインフルエンザなどの流行が懸念され対外的に行うことに制約がかかるのが現状であった．今回，予定していた 3 回目の実施はインフルエンザ蔓延のため中止となり，また本大学においても団体の 1 割以上の感染が認められれば中止とせざるを得なかった．そのため，対外的に行う活動では実施直前まで開催できるか確定できず，不安要素の 1 つでも

あった．このような点を踏まえて，実施する時期をどのようにするか今後の課題と考えている．現状では 7 月末～1 月末の実施で上記の件を加味すると，大学生の試験期間（7 月中旬～8 月中旬，1 月中旬～2 月中旬）を除けば 9～12 月の 4 ヶ月に限定されてしまうので，夏季および秋季に実施できるような策を練ることが必要と感じた．

また，今回は小学生の低学年と高学年を混合で行ったが，想像以上に高学年の活動量が高かったため，学年を区切ることによってさらに的確な活動量でレクを行えたのではないかと考える．これに加えて，参加を希望した小学生の中には活動量の制限を余儀なくされている小学生もいたため，比較的少ない活動量での運動を考慮するとともに，事前にリスクを把握しておく必要性があると思われた．

５．その他（学生や地域の方の感想等）

（大学生から）

・合宿では小学生とふれあう時間が多かったので，貴重な経験ができた．
・初対面であったため，恥ずかしくてなかなか率先して動くことができなかったが，自分で考えて行動する力を得ることができた．
・小学生と接する機会はほとんどないので，大学生もコミュニケーション能力を養えた．
・大学で得た知識を地域の小学生に提供できてよかった．
・講義やレクについて，より伝わりやすいように言葉の説明やデモを交えた工夫が必要である．
・こども主体に活動できるよう促すことが必要だと感じた．
・事前の各班の担当と全体の流れについてもっと時間をかけて把握する必要があると思う．

（地域から）

・子ども達にとって普段接する事のない大学生との交流を願って応募したが，足の健康について専門的にわかりやすく体験学習，当初の期待をはるかに超えた素晴らしい機会を提供していただいたことにたいへん感謝しています．
・子供たちのアンケートには「はだしが大切な事がよくわかった．楽しかった．ためになった．」などの感想があり，教えていただいたことを実践している子，家族にはだしの大切さを教えていた子などがいて，足の健康を意識することの大切さを理解した様子だった．
・学生の皆さんの子供達にいつも話しかけ理解しようとする姿や，どんなことでも笑顔で快諾してくださることは頼もしく，うれしく思いました．
・第一回目の際は，はだしの広場以外にも，通学合宿のお手伝いや交通安全のマスコット配りなどの地域交流もお願いしましたが，子ども達だけでなく地域のいろんな世代の方々にとっても，若い皆さんとの交流で元気をわけていただいたものと感謝しています．
・新型インフルエンザ蔓延の影響で予定されていた活動のうち１回が急遽中止となり，直前まで準備をすすめていただいていたことを心苦しく思っています．
・今回の事業をきっかけに，今後も交流を継続していただけると嬉しいと思います．

謝辞　今回の実施にあたり，多大なるご協力をいただきました輪島市公民館連合会　細谷樹史様，会場のご提供をしていただきました鵠巣公民館，児童センター，もんぜん児童館の職員様に心から感謝いたします．