

P1-082

大学生の足部の実態 —浮き趾, 外反母趾, 足底の接地面積の視点から—

大重 育美¹、新田 祥子¹、坂本 仁美¹、
山口 多恵¹、飛奈 卓郎²¹長崎県立大学シーボルト校看護栄養学部看護学科、²長崎県立大学シーボルト校看護栄養学部栄養学科

I. 目的

本研究は、大学生の浮き趾の趾数、母趾角度、接地面積を測定することで足部の実態を明らかにすることを目的とした。

II. 方法

対象者は、A 大学看護学科 1～4 年生の 248 名とした。調査は、メールを通して募集した。調査日には、属性、履物、足部に関する自覚症状について Google Forms を用いて留め置き法で行った。足部の測定はフットルック社のフットルック[®]を用いた。調査項目は、対象者の年齢、性別、身長、体重、履物の種類、足のトラブルについて尋ねた。フットルック[®]による足型から、浮き趾の本数、母趾角度と小趾角度、接地面積(%)など4項目を測定した。本研究は、研究者の所属大学の研究倫理審査委員会の承認を得て実施した(承認番号:486)。申告すべき COI はない。

III. 結果

85 名を対象とした。対象者の平均年齢 19.9 歳 (SD1.3)、性別は、女性 78 名 (91.8%)、男性 7 名 (8.2%)。平均 BMI は、20.5 (SD2.5) であった。普段の履物は、スニーカーが 69 名 (81.2%)、次にバレエシューズ・フラットシューズ 9 名 (10.6%)、サンダル 4 名 (4.7%) の順であった。足部に何らかのトラブルがある者は 45 名 (53.0%) であり、トラブルない者は 40 名 (47.0%) であった。足部トラブルは、巻き爪や陥入爪等は 53% 中の 16.6%、足の冷えや痛みの症状がある者は 53% 中 36.4% であった。足部では、浮き趾 (右) が平均 3.0 趾、(左) は平均 2.8 趾であった。母趾角度 (右) は平均 10.4° で、(左) は平均 8.9° であった。小趾角度 (右) は平均 12.8° で、(左) は平均 12.8° であった。接地面積 (右) は平均 59.2% で、(左) は平均 59.5% であった。

IV. 考察

普段の履物は、スニーカーが 8 割以上であり、約半数の学生が何らかの足部トラブルを持っていた。母趾角度および小趾角度の平均値は、いずれも標準的な角度であった。接地面積は、59% 程度で左右差はなかった。しかし、接地面積が 70% 以上の者が左右とも 15% 程度いることから、接地面積の割合が広いほど、外反母趾や扁平足など足部の異常を伴うことが多いと推察された。

V. 結論

大学生の 1 割程度は、外反母趾などを含め、足部に何らかのトラブルをもっている可能性が示唆された。本研究は、令和 3 年度長崎県立大学看護栄養学部紀要報告の一部を発表した。

P1-083

スポーツ医療学生によるスポーツを通した年長児向け「からだのおはなし」プロジェクト

内山 由美子

帝京大学医療技術学部スポーツ医療学科

【目的】

近年子どもを取り巻く問題として、屋外遊びの減少、体力低下、スポーツ実施率の低下が指摘されており、これらから獲得されるコミュニケーション能力等、子どもの健全育成に必要な機会も減少している。また、我が国では子どもが身体の仕組みを系統的に学ぶ機会が少なく、幼稚園等の現場では、身体の大切な部分をたたくなどのトラブルがある。そこで、A 大学の保健体育教員やスポーツ指導者を目指すスポーツ医療学生を中心とした、年長児向けに「からだのおはなし」を行うチームを立ち上げた。幼児向け体の教育の研究実績のある教材を用いて身体の仕組みを系統的に伝え、豊富なスポーツ経験で身に着けた「礼儀」「身体の守り方」「仲間を思いやる気持ち」を、身体を動かす遊びを交えて伝えるものである。2019 年～2021 年に実施した内容を振り返り、今後の方向性について検討する。

【方法】

2019～2021 年度に、東京都の B 幼稚園年長クラスにおいて NPO からだふしぎにより開発された教材を用いたからだのお話し会を実施した (2019 年度: 訪問活動、2020 年度: 動画教材ビデオレター、2021 年度: 訪問活動)。スポーツの要素を取り入れるため、A 大学のトップアスリートとコーチに取材を行い、動画教材作成の協力を得た。また、園児と触れ合う際、ダンスやスポーツの防具を見せる等の工夫をした。お話し会実施後、B 幼稚園年長組担任・教務主任と振り返りを行い、次年度の活動に繋げた。

【結果・考察】

スポーツ医療学生は、幼少のころからスポーツを通して身体に向き合い、仲間を思いやる気持ちを身に付けている。また、怪我により競技を離脱した経験があり、身体の大切さを園児たちに話すことができる要素を持っている。しかし、年長児にわかる言葉を用いて伝えることが難しく、年長クラス担任からは、言葉の選択、伝えるスピード、園児の生活の中で思い出すことができるような内容の工夫について指摘があった。今後の工夫として、ナビゲーター役にバベットを用いるなど幼児教育の要素を取り入れ、園児の好みについて取材を行い、構成案・指導案を作成していく必要がある。また、スポーツについては、園児に身近なスポーツを、身体を動かす遊びとして取り入れ、A 大学の部活動の選手に訪問活動参加協力を得ながら、園児が自分の身体に興味を持ち、自分や周囲の人の身体を大切にできる内容となるよう工夫し評価していく。