山崎 大 等 院 教 育 大 勝之

を取り入れた生活習慣病 は打ってつけの研究をや ってきた。拙著「心理学

況は旗色が悪い。 糖尿病 している。 本県の生活習慣病の状

丁防プログラム」も上校

れている。発達段階の早

ることになる。

小学校のとき決まった

デンスも確実につけて目

康の内的統制力」を高め 専門用語を使えば、

充実している。効果の評 イプ (High 5)と

価も科学性十分で、エビ

健

関連のプログラムも含ま

くから予防しようという

こには、生活習慣病予防

警を推進している。こ

成しようとすることだ。

できると考え、自分で達 健全な習慣は自分で達成

クエスト(Quest)、 TCH)、糖尿病予防では 病予防でキャッチ(CA グラムは各種あり、

ガン予防ではハイ・ファ

康と適応を守る学校予防

|科学センターでは、健

鳴門教育大学の予防教

育が重視しているのは、

による生活習慣病予防教

延が災いしている。

のも、生活習慣病のまん 享受している人が少ない との格差は10年ほどあ 生活習慣病のまん延は日 いる (2007年除く)。 ワースト1で突っ走って 死亡率は、ここ20年ほど る。健康で幸多く長寿を 寿命が延びても健康寿命 療費はうなぎ上り、平均 **本全体の問題だ。国民医**

ので、生活習慣病予防に を改善することが仕事な えている。人の問題行動 れば、「行動医学ないし は発達健康心理学」と答 「専門は?」と聞かれ

習慣病 と予防教育

そ減少傾向にあるが、過 す現況は捨て置けない。 の睡眠・覚醒リズムを崩 の乱れ、宵っ張りが昼夜 のとりでというほどの食 考えれば、予防は早いほ 成人期に移行することを 向は高い。子どもの生活 れ上がり、本県も肥満傾 去40年ほどで約3倍に膨 もくろみだ。 官慣病のリスクの多くは こよい。学校給食が最後 子どもの肥満は最近こ 予防教育科学センター 育を走らせ始めた。プロ る。そこで手を打ち、学 校で行う最先端の予防教 らの統制がなくても、自 もの習慣を変えるだけで 成人後にメタボリック症 活習慣病がまん延してい ら習慣を健全化させて健 は不十分のようだ。外か 心の育成が鍵となる。 ータなどをみると、子ど 候群に陥る傾向を示すデ スポーツをしていた者が 康を守る、自律性豊かな 同様にアメリカでも生 なプログラムが実在し、 試みが浸透しているわけ だが、誰もが居場所を見 ける。それは理論の要請 ではない。しかし、周到 アメリカで、このような を見張る展開だ。 姿は憧憬の的と言える。 現実の軌道を走っている 外ではない。医学領域に 習慣病予防教育もその例 い。子どもを強く引きつ ある健康問題を前にこの つける授業は尊い。生活 予防教育の授業は楽し 多様な学校状況にある

言われまい。

まさか「蟷螂の斧」とは ような教育を進めても、

※本ファイルの著作権は徳島新聞社に帰属します。記事・本文・画像の、無断転載は固くお断りいたします。