

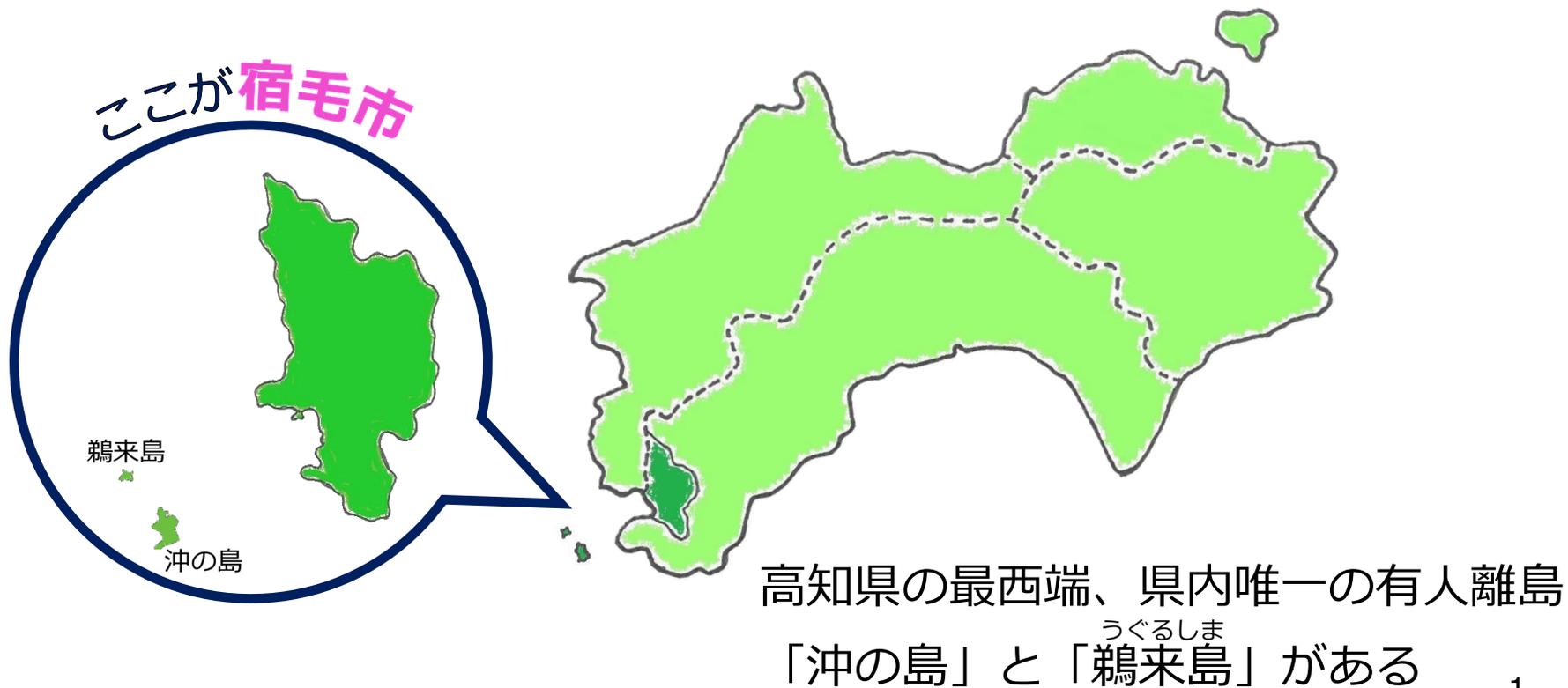


子どもが生き生きと
体を動かす楽しさを
感じられるまちへ



高知県宿毛市健康推進課

宿毛市（すくもし）の紹介



市の概要

人 口 : 19,031人

高齢化率 : 40.0%

森林率 : 84.0%

海・山・川に囲まれた自然豊かなまち



四季折々の食材

鯛



ブリ



文旦



小夏



いちご

子育て支援施策

保育園

- 3歳児以上の保育園給食費**無料**
- 全園で**0歳児保育**実施
- **待機児童なし**

医療費

- 18歳到達の年度末まで**無料**

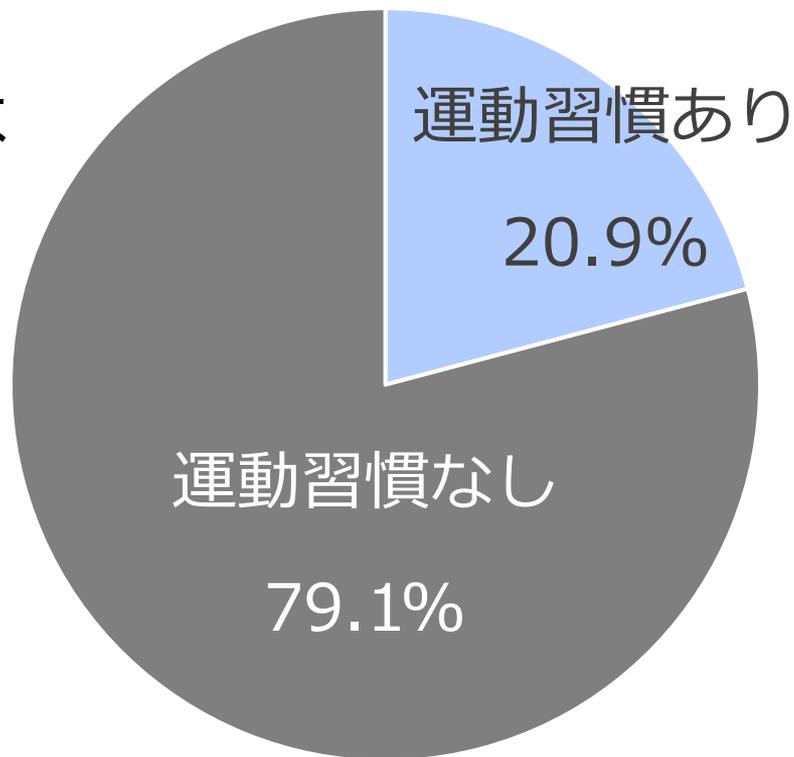
遊べる場所はたくさんある！！



公園・キャンプ場は30か所以上

宿毛市の子育て世代の運動習慣

子育て世代の約8割は
運動習慣がない



高知県の子ども

「運動が嫌い」 「運動習慣がない」

全国平均より高い

運動遊びの大切さ

6歳までに大人の約8割まで運動神経が発達する

大きな動き



細かな動き



幼児期に遊びを通じて運動の経験を積む

運動機能の向上

運動習慣の定着

一人ひとりの個性に応じて

物にぶつかる、よく転ぶ、ルール遊びが苦手、食べこぼしが多い、着替えが上手にできない。。。

運動の**つまづき**を感じる生活が
運動嫌いを育てている？

個性に応じた運動経験を積む

個性に応じた運動機能向上

体を動かす**楽しさを知る**

運動習慣の定着

運動の専門職がない



専門職がない部分を補う



生活リズム

栄養
(栄養士)

睡眠
(保健師)

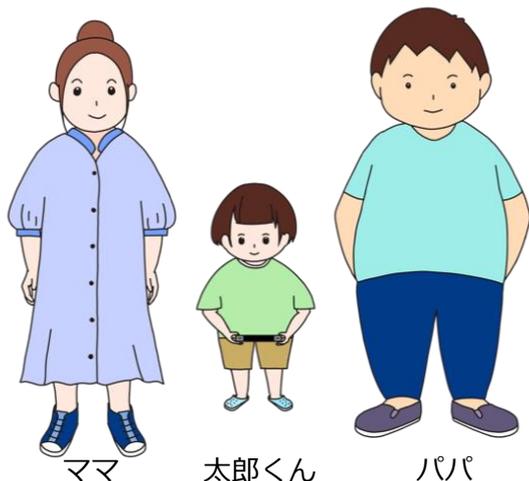
運動

保育士・調理師

専門職ではない
人の力を借りて
強化したい!

想像される宿毛家のイメージ

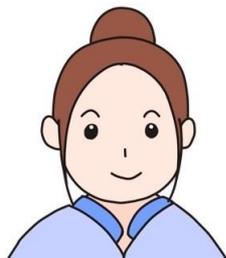
- 子どもはTVゲームやYoutubeを見るのが好き
- 保育園から帰ってくるのは、18：00過ぎのため、平日は保育園での活動がほとんど
- 休日の外遊びは、公園の遊具に連れて行って見守るだけが多い



(家族の楽しみ)

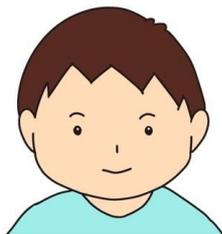
3時間かけてショッピングモールに行くのが楽しみ

宿毛家のつぶやき



ママ

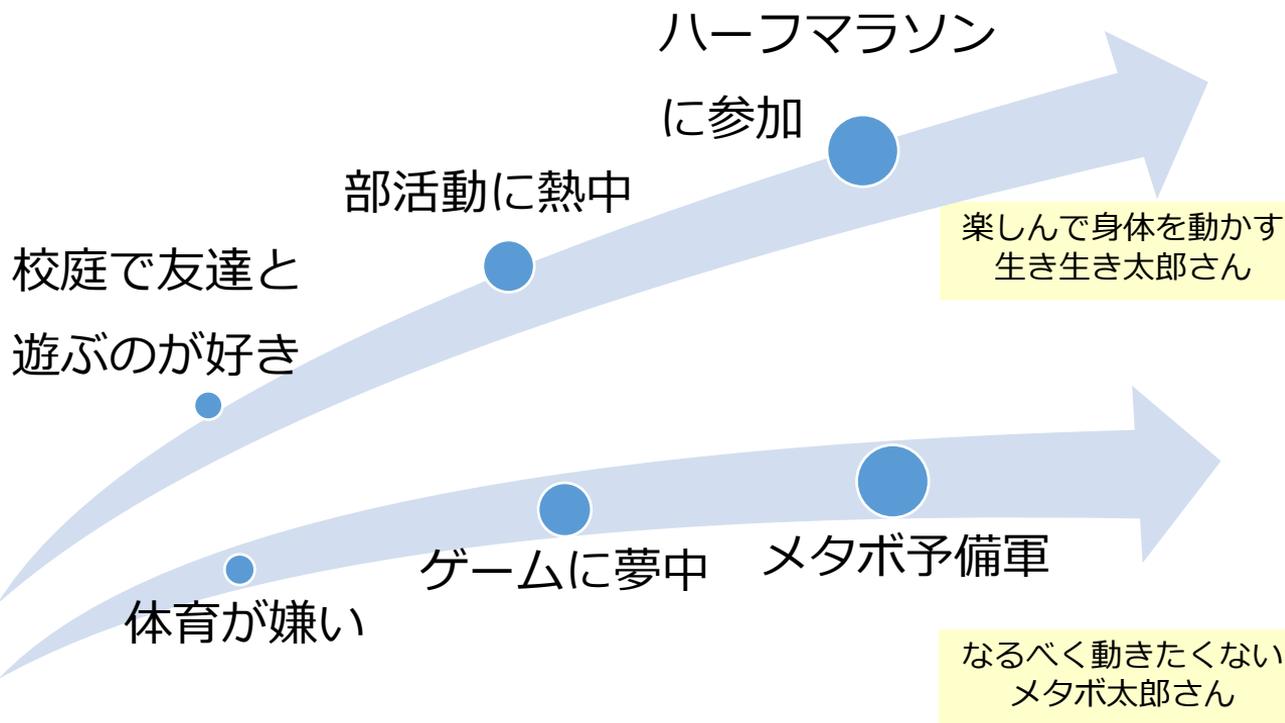
ハイハイと歩くのは早かったけど、**お箸を上手く持てんがよね。**忙しいし、まあ、そのうちちゃんと教えればいいか。



パパ

太郎には何かスポーツをしてほしいな。でも、自分に似て、スポーツは苦手かな。

太郎くんの未来図はどっち！？



宿毛市が踏み出す第一歩

「運動好き」「スポーツ好き」な

子どもを増やす



踏み出した一歩の先には

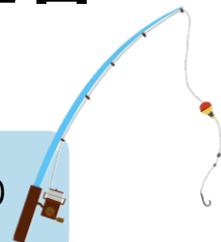
自分らしく生き生きと体を動かすことが定着



ソロ キャンプに夢中



週末は沖の島で磯釣り



サッカー大好き



ウォーキングで
健康ポイント獲得中



料理もDIYも得意



「**栄養・休養（睡眠）・運動**」が満たされ、
自分らしく生き生きと生活ができる

企業みなさまに提案してほしいこと

1. **楽しく**身体を動かしたくなる仕掛け
2. **個性に合わせた成長発達**の見える化

企業のみなさまに提案してほしいこと

例えば・・・

- ・ **子どもがゲーム感覚で楽しめる** 運動遊びのアイテム
- ・ 公園で **親子が楽しめる** コンテンツ
- ・ **ナッジ** を活用した行動変容につながる仕組み
- ・ **子どもの成長が見える化** できるアイデア

宿毛市が提供できるリソース

- **保育園**をフィールドとして提供できます
- 役所内の**ネットワーク**◎
(企画、健康、保育等)
- **予算の確保**に取り組みます

まとめ

宿毛市の理想

「栄養・休養（睡眠）・運動」が満たされ、**自分らしく生き生きと生活ができる**

企業に提案してもらいたいこと

1. **楽しく**身体を動かしたくなる仕掛け
2. 個性に合わせた**成長発達の見える化**

宿毛市が提供できるリソース

- ・ **保育園**をフィールドとして提供できます
- ・ 役所内の**ネットワーク**◎（企画、健康、保育等）
- ・ **予算の確保**に取り組みます