

体力づくりの原点

グリーンスポーツ鳥取 代表 ニール・スミス

「2012年度体力テスト 鳥取の子、全国下回る」

県教育委員会が実施した「2012年度新体力テスト」の結果によると、全国平均を下回る種目が増加しているそうです。原因はとても簡単です。子供たちが外で遊ぶなくなっているからです。最も基本的な運動である50メートル走やボール投げに関しては改善される気配はないという結果が出ています。全てが悪いわけではなく、20m シャトルランや反復横跳びが全国平均より優れているらしいです。担当者によるとこれは「朝や休息時間に校庭を走る取り組みをしている学校が多く、好結果を招いているのでは」としています。

記事の中で、県教育委員会が体力向上推進計画書を作成し、スポーツ指導員や県内外のトップアスリートを学校へ派遣する事業などに取り組み、運動の充実を図るという計画だそうです。

肝心なのは低下していることではないです。これからどのような対策を立てるかが最も大事でしょう。では、提案されている対策を考えてみましょう。

このような対策の意味を否定するわけではないですが、言いたいのはこれらが全て大人たちの発想によるものばかりで、子供目線ではないのが一目瞭然です。外で遊んだり、走ったりしないのはそふたい環境がないからです。環境を変えることなく、休息に大人の指導で校庭を走り回られるのは子どもにとっては余り喜ばれる対策ではないように感じます。必要なのは子供目線の根本的な対策です。つまり、現在の環境での活動をどうするかではなく、環境を変えることです。子どもが率先して遊びたくなる環境にするだけでいいのです。

では子どもが遊びたくなる環境ってなんでしょう。既に芝生化されている保育園の園庭や小学校の校庭を昼休みの時間帯に行ってみれば答えが見えています。指導員や大人の指導は全くなくても、子供たちがすごく元気に走り回っています。春からは裸足の子が圧倒的に多いです。

お金を掛けて計画書を作成する前に、指導員を派遣する前に、先ずは園庭や校庭を全て芝生化して子供たちが遊びたくなる環境を提供しましょうよ。



【芝生化した園庭の子どもたち】



河原第一小学校(鳥取市)

報告: 杉谷教頭先生

平成25年5月25日、全面芝生の校庭で運動会を行いました。芝を植えて2年、昨年度にはスプリンクラーを設置し、また、昨秋には冬芝の種をまきました。

サッカー部さんにも協力していただいて1~3月と養生のために校庭使用に気をつけたこともあり、一時期はずいぶん土が見えていた校庭も運動会の日には、青々としていました。

運動会では徒競走のときにももちろん、綱引きのときにも裸足でがんばりました。

こけて擦り傷をする児童もなく、芝生は安全面でも効果がありました。また、当日は日差しが強く、風も強かったのですが、まぶしくて困ったり、砂ぼこりで困ったりすることもなく、すごすことができました。

運動会の活動以外でも、毎日の業間体育の時間に児童も教員も裸足になって、5分間のマラソンに励んでいます。はだして芝生を踏みしめ、蹴って走ることは足への負担もなく気持ちよく走れています。これからもどんどん裸足で駆け巡ろうと思います。

鳥取市立河原第一小学校

【運動会では裸足で綱引き】



【業間体育は先生も一緒に裸足でGO!】



鳥取方式®の芝生 維持管理カレンダー

ティフトンの芝生 (冬シバをオーバーシーディングした場合)

	5 月		6 月		7 月		8 月	
	芝刈り	施肥*	芝刈り	施肥*	芝刈り	施肥*	芝刈り	施肥*
第1週								
第2週	4回(4cm)	1回	4回(4cm)	1回	4回(4cm)	1回	4回(4cm)	1回
第3週		20 kg		30 kg		30 kg		30 kg
第4週								

※ 施肥は 1,000 m²あたりの標準散布量(14-14-14%化成肥料)

【管理のポイント】

5 月(冬シバからティフトンへの移行期)

屋の最高気温が 20℃を超える時期になると冬シバの生育は急激に活発になるので4月下旬から5月以後は週1回以上の芝刈りを行ってください。降雨や朝露で湿っている場合でも、回収せずに刈り落しでもよいから刈り遅れしないように芝刈りを行い、地際まで太陽光が届くようにしてください。冬シバを刈らずに長いままに放置しておく、地表で待機している夏シバ(ティフトン)の萌芽が抑制され、冬シバから夏シバへの移行(トランジション)が出来なくなり、冬シバの生長終期(6月下旬～梅雨明け)にティフトンが消滅している場合があります。

4月の冬シバの密度が高く、生育も旺盛でティフトンを圧倒する恐れがある場合には、4月から週1回の芝刈りを励行し、それでも冬シバの生長が活発な場合は低刈り(2.5cm程度)あるいは週2回の芝刈りを行うなど冬シバを抑制するような管理をしてください。

5月までの散水は1週間雨が降らない場合に軽く(2mm程度:真夏の半分)撒いてください。6月以後の盛夏期は原則として毎日(4mm)散水してください。十分な散水設備がなく、手作業で散水する場合は最低限週2回以上の散水を行って下さい。

施肥については、夏シバ(ティフトン)の生長が本格化する時期であるので、6月～9月は肥料を増量してティフトンの生長を促進してください。裸地の解消やふかふかしたターフの形成が可能となります。

なお、地面の凹凸や水溜りが発生している場合は、ティフトンの生長が盛んなこの時期にマサ土または細砂で目土散布(3mm～5mm)を実施してください。



「若草物語」

～鳥取方式の芝生が広がる裸足の王国～

私たち公益社団法人鳥取青年会議所は 2009 年度より「鳥取方式の芝生化」に着目し啓発活動を行ってきました。

その大きな理由の1つは、日本の未来を背負う子ども達が成長する上で、大きな育成的効果が見込まれる芝生の実情や、芝生の素晴らしさを肌身で体感していただくことによって、日本の教育には「鳥取方式の芝生化」が必要であると強く感じたからです。

その主な活動の一つ2010年度に「鳥取市立若草学園」の芝生化を行いました。園長先生や先生方、保護者の方々に協力していただき園庭全てをポット苗にて芝生化しました。

あれから3年経ち、先日園長先生とお話をする機会がありました。子どもたちは怪我を恐れることなく毎日元気に裸足で園庭を走り回っているようです。最近では、よく芝生に小鳥が降りてきている姿を見かけるそうです。それを教室から園児たちが嬉しそうに眺めています、と話しておられました。

とても微笑ましい光景ですね。芝生には人を笑顔にする力があります。子どもを元気にする不思議な力があります。これは、芝生に触れなければ決して解り得ない事だと思います。芝生化を行わない理由を探すのは大人のエゴでしかありません。良いものを受け入れる事はそんなに難しいことでしょうか？日本中の園庭、校庭が芝生化になれば日本は変わります。未来の笑顔の為に私達はこれからも芝生化を勧めていきます。



■ お問い合わせ先 ■

鳥取方式の芝生化全国サポートネットワーク事務局 (鳥取県未来づくり推進局鳥取力創造課内)

電話: 0857-26-7248 E-mail: office@tottoristyle-shibafu.org

URL: <http://www.tottoristyle-shibafu.org/network/>

※「鳥取方式®」はNPO法人グリーンスポーツ鳥取の登録商標です