

ダンスは運動不足と若者の交流の場として有効的か

(気仙沼高校・2年4組35番)



1. 目的

ダンスは若者の運動不足解消と交流の場として有効的であることを明らかにする

2. 背景

- 若者(20~30代)の運動不足(厚生労働省,2019)
- 気仙沼に若者の交流の場が少ない
→移住者対象の交流会、スローフェスタ
→**運動不足解消と若者の交流の場が増えることが期待できる**

3. 方法

調査Ⅰ

気仙沼の健康調査
(アンケート)

調査Ⅱ

コーチとダンス部OBに
インタビュー

調査Ⅲ

ブレイクダンス
体験会に参加

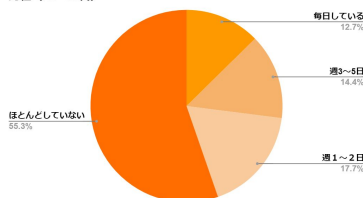
考察

まとめと今後の展望

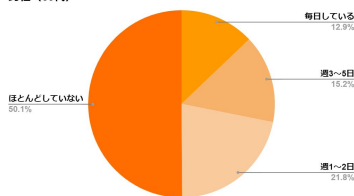
4. 調査結果

調査Ⅰ 気仙沼の若者は運動不足！

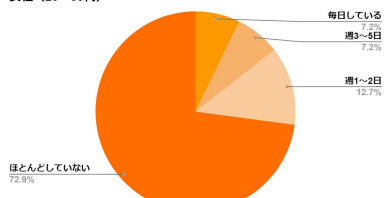
男性(20~30代)



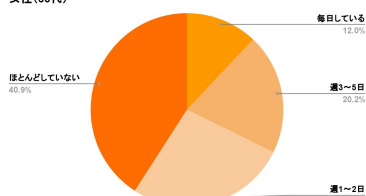
男性(60代)



女性(20~30代)



女性(60代)



データ出典
KESENUMA BREAKERS

5. まとめ

- 気仙沼の若者は運動不足
- ダンスは運動不足につながる
- 自然とコミュニケーションが取れる
→**運動不足解消、若者の交流の場として有効的**

今後の展望

- ダンス体験会の参加者にインタビュー
- ワークショップを開く
- ダンスが嫌い、忙しい人へのアプローチ方法

調査Ⅱ

共通して言えること

- 体力や柔軟性がUP↑↑
- 自己表現が豊かになる
- コミュニケーション手段

データ出典

外部コーチとダンス部OBへの聞き取り調査



調査Ⅲ

ダンスはコミュニケーション?!

ブレイクダンス体験会



- 結構、汗をかく
- 自然とコミュニケーションを取ることができた

参考文献

- 国民健康・栄養調査 | 厚生労働省.(2019)
https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eivou_chousa.html
- MINATO|気仙沼市移住・定住支援センター.
<https://www.minato-kesenuma.com>
- 気仙沼スローフェスタ2021 |【公式】気仙沼の観光情報サイト|気仙沼さ来てけらいん.
<https://kesenuma-kanko.jp/slowfesta2021>
- 第3期けせんぬま健康プラン21の中間評価を行いました|気仙沼市役所.
<https://www.kesenuma.miyagi.jp/sec/s043/020/020/010/010/0327131458.html>
- S様(外部コーチ),K様(ダンス部OB)への聞き取り調査

データ出典

2018年気仙沼市役所
健康増進課