

～協議会委員から事前に提出いただいた意見まとめ～

【コロナ禍での健康課題等について】

●子どもへの影響

- ・ゲーム、スマホに対する依存が強くなる児童が増えた。
⇒視力の低下
- ・生活リズムの変化による情緒面の不安定さ、不登校も増加
- ・運動不足、体力低下
- ・虫歯の増加
- ・マスクがはずせない子どもが増加するのではないか

●生活習慣等について

- ・運動不足⇒体重増加、肥った
- ・過食
- ・6月20日（日）の朝日新聞に「緊急事態下生活習慣に変化」「体重・運動量や食生活に影響」「在宅勤務、喫煙本数増える傾向」の記事が出ていた

●交流関係

- ・特に高齢者が集う場が少なくなり、会話をしないことによる認知症やうつになる可能性が高まっている
- ・他の人と話す機会が減った

●身体症状

- ・腰痛、肩こりなどの訴えの増加
- ・偏頭痛になる回数が増えた
- ・アトピーが発生した

●精神関係

- ・行動制限による心身のストレス
- ・精神不安（不眠）

●その他

- ・ワクチン接種に対する不安（による接種控え）
- ・自己管理
- ・病院に行くのを控える
- ・コロナ禍では、ワクチン接種をしたにせよ、免疫力をつけることが大切で、運動や休養（睡眠）も大事なことだと痛感
- ・職場でインフルエンザが一人も出なかった
- ・団体の活動制限