

コロナ禍と身体活動・運動

公益財団法人身体教育医学研究所

岡田 真平

新型コロナウイルス感染症（以下、COVID-19）の影響は、私たちが当初想定した以上に深刻化・長期化し、G7 サミットでは「COVID-19 に打ち勝つ世界の団結の象徴として、安全・安心な形で2020 東京オリンピック・パラリンピック競技大会の開催を支持」という共同声明が直近6月に示されたものの、本原稿執筆時点では無観客開催も視野に開催への模索が続くなど（刊行時にはどうなっていることやら…）、社会全体に与えた衝撃は計り知れないものがある。本来ならば「平和とスポーツの祭典」としてこの一大イベントが私たち国民を元気づけ、公衆衛生にも少なからず好影響を与えることが期待されたが、感染症の猛威でそれが叶わなくなったことは、身体活動・運動・スポーツに関わる立場として大変残念でならない。ただこの残念さは、今までの当たり前が通用しなくなった忸怩たる思いや、感染症への罹患だけではなく健康への副次的影響の大きさに思いが至らなかった悔しさによるものであって、感染対策よりも開催優先を願ってのことでは決してない。

さて、皆さんそれぞれ身近で直面・実感していることと思うが、休校や活動自粛による子どもたちの運動不足や体力低下、テレワーク等による働き盛り世代の活動量低下、そして外出自粛や3密回避による高齢者の社会参加機会の減少など、コロナ禍が全ての世代の健康・体力づくりや、身体活動・運動の実践に影響を与えていることが指摘されている。そこで、私自身も関わりがある日本運動疫学会（理事長：岡浩一朗、早稲田大学教授）は、こうした状況を鑑み、COVID-19 と身体活動・運動に関する学術論文や事例を国内外から収集し、ホームページで紹介する取り組みを開始した（2021年4月）。本会は先んじて1年前の2020年4月にも「公式声明：COVID-19 流行下の身体活動不足・座りすぎ対策」<http://jaee.umin.jp/doc/covid19.pdf> を発表しており、これらの情報はいづれも、主に行政や企業の健康づくり担当者や、運動指導者に活用されることを想定して出された。

COVID-19 と身体活動に関する研究の紹介は、① COVID-19 の身体活動への影響を検討した研究（COVID-19 によって身体活動が減ったのか？）、②身体活動の変化による健康への影響を検討した研究（身体活動が減ったことで心身の健康に悪影響が出たのか？）、③身体活動の COVID-19 への影響を検討した研究（身体活動量が多い人は COVID-19 に伴うリスクが低いのか？）、④その他（解決策など）、で整理され、随時、情報が更新されている。<http://jaee.umin.jp/news210420.html> ぜひご活用いただければ幸いです。

最後に、これまでの非感染性疾患対策としての身体活動・運動促進に加えて、これからは感染症との共存も考慮した促進活動のニューノーマルを模索・構築することが、研究と実践の両面で求められている。各先生方の精力的な取り組みをよろしく申し上げます。