

大学生が子どもに戻ったら……!?

小夜
2回生の女子編集部長。
体力の衰えを感じつつある
この企画の発案者。

徳太
1回生の男子編集部長。
高い運動能力と
料理技術を持つ。

レポートにバイトに家事……。
ああ、子どもに戻りたい！
そんなことを言っていたら、何人かの編集部長が
集まってきました。同志でしょうか？
全力で走ったり給食を食べたり、大学生が「子ども
に戻る」とどうなるかを編集部長が童心に返っ
て検証したいと思います！

伝書鳩
2回生の男子編集部長。
身体を張った企画を
好むが中身は大人。

たらく
1回生の男子編集部長。
ひとり暮らしには若干
苦戦している模様。

ふえい
2回生の女子編集部長。
今回の座談会では
料理も担当。

体力は変わった……？

50m走の平均タイムの変化

小学1年生（男子）平均	: 11.41秒
小学1年生（女子）平均	: 11.71秒
参加者（男子）平均	: 7.68秒
参加者（女子）平均	: 9.62秒

ふえい（以下、ふ）：50m走疲れたー。日頃の運動不足のせいか全身が重い。
たらく（以下、た）：僕も足が重いです。まさか、この年になって50m走をするとは……。
小夜（以下、小）：そういえば、小学1年生の50m走の平均は、約11秒（データ参照）らしいよ。
ふ：じゃあ、私たち小1よりは速いね（笑）
伝書鳩（以下、伝）：でも50mが思ったより長く感じた。
徳太（以下、徳）：俺も衰えがすごかったです。自分の意識と、足の動きのミスマッチがすごくて……。
小：疲れたけど、そろそろ遊具で遊ぼうか。
た：もう疲れましたよ……。僕、逆上がりでできないんですよ。
ふ：……ってあれ、できてるじゃん。

た：自分でもびっくりしました。今までできた試しがなかったの。
小：みんな、中高の間にパワーがついた？
徳：そうですね、知らず知らずのうちに。ブランコをこいだら、ふっとんじゃいそうでした。
伝：自分も、今でも思ったより力があるなーって感じたわ。
小：いいなあ。私は逆上がりがやっぱりできなかった。
ふ：私も身体能力のピークは過ぎたかも。
小：女子の方が衰えが早いかもしれないね。
ふ：そういえば小学生ってさ、体力を維持しようとか考えなくても、気の赴くまま遊んでるうちに体力がついてるようなところがあるよね。恐怖心みたいなものもないし。
伝：そうそう、何も考えずにやって、鉄棒で頭打って泣いたりとか。
た：今は人の目が気になって……。絶対1人じゃ遊具で遊んだりできません。
伝：そうだね、変な目で見られるんじゃないとか。それにしても、子どもはどうしてあんなに元気なんだろう。
小：持久力があるからとか？
徳：やっぱり精神的な疲労がないからじゃないでしょうか。
ふ：そうかもね。テンションが高くないと、

そんなに動き回れない。
伝：ああ、テンションの問題かあ。
ふ：そう、そうなんだよ。小学生も疲れていないわけじゃないんだけど、テンションだけで突っ走っちゃうんだよね。
た：あー、確かにそんな感じですよ。



▲逆上がりに挑戦する伝書鳩と徳太

給食を食べてみよう！

ふ：おまたせー。給食ができたよー。
一同：いただきませー。
ふ：麻婆豆腐が刺激に欠ける。
小：えっ、そう？ 個人的には甘い麻婆豆腐好きなんですけど。
ふ：まじか。辛口の方が好きなんだけどな。
た：あの頃は、昼休みとか早く遊びたかったから、急いで食べてましたね。

伝：いいな。自分は食べるのが遅かったから、あんまり遊べなかった。
小：私も、居残りして食べてたわ。
徳：小学校の時、野菜が大嫌い、毎日給食が憂鬱でした。麻婆豆腐とかカレーとかのうまいやつに野菜をねじ込んで、野菜の味をかき消す努力をしてました。
ふ：まじか。今は食べれるの？
徳：今はバリバリ食べます。
ふ：おお、成長だなあ。
伝：自分もしいたけとかでやってたな。
た：全部が不味くなりませんか？
伝：まあ、ミスった時は……（笑）
徳：息を止めると味を感じなくなることを発見した時の感動はすごかったです。
伝：あー、でも自分、しいたけの食感がダメなんだよね。だから丸のみしてた。
小：今は食べれる？
伝：食べたくはない。食べるって言われたら食べるけど。
徳：あの、ご飯おかわりしてもいいですか？
小：どうぞ。

た：けっこう食べるね。
徳：まだ腹一分目です……。
伝：まったく足りてないじゃん（笑）
た：小学校の時はどうしてたの？
徳：あの頃は、そんなに食べてなかったんです。でも、中学校で運動部に入ってから、尋常じゃない量のご飯を食べるようになって、そのまま今に至ります。
伝：まあ、惰性で食べ続けるのはわかる。一回増えたのを減らしてもいいんだけど、同じ量を食べて続けちゃう。それにしても、意外とボリュームあるな。
ふ：うん、普通に多いんだけど。
伝：食堂のSサイズくらいはありそう。
小：私も、もう十分だわ。普段、3食きちんと食べてないからかなあ。
た：僕もそうです。
ふ：そう考えると、栄養の考えられた食事を1日1食提供されるのってありがたいよね。むしろ、大学生にこそ欲しいよね。

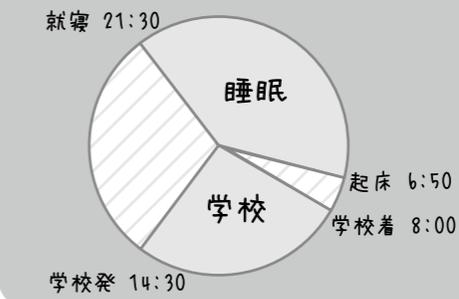
当日の献立

- ☆ごはん
- ☆麻婆豆腐（甘口）
- ☆ほうれん草ともやしのナムル
- ☆牛乳

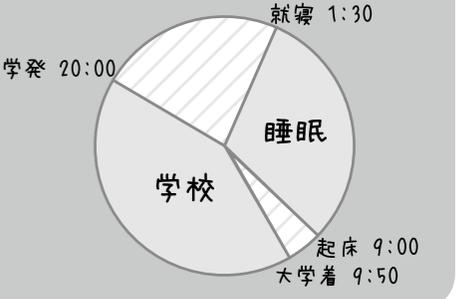


寒い、寒いです。
⇒寒くて外に出るのもつらいですよ。

小学生の1日（参加者平均）



大学生の1日（参加者平均）



スケジュールの違いは？

小：みんなにお願いした生活リズムアンケートの、小学生の時の平均と、大学生になった今の平均を集計してみたよ。
伝：この結果、まじ！
ふ：睡眠時間があんまり変わらないじゃん。
徳：1限ある日とない日の間をとって、起床時間を9時にしたような……。
伝：自分は、1限なくても7時半くらいには起きるけどな。
た：でも、2限始まりの日に8時に起きたら、時間もったいないくないですか？
ふ：8時に起きたら洗濯機回せるし、掃除機かけられるよ。それにしても、何だこの就寝時間。
徳：いやいや、大学生が落ちぶれ過ぎです。
た：まったく近頃の大学生は……。でも僕、3時に寝てます（笑）
小：私も、2時か3時だわ。
ふ：そんな遅くまで何してるの？
伝：ゆーて、そんなもんじゃない？ サークル終わって、就寝準備して、だらだらしてたら、あー1時だ、みたいな。
た：そっか、僕らが大学を出る頃、小学生はもう寝る準備をしてるのかあ。
ふ：完全に親の管理下にいたもんね。
徳：あと、小学生は起きてから学校に着くまでの時間が長いですよ。
伝：今は、家出る30分前に起きれば大丈夫。みたいな感覚があるけど、小学生は支度に時間かかるもんね。
小：しかも道草食うから、余裕を持って家を出たのに、登校時間ギリギリになるしね。
徳：確かに、よく寄り道してました。
ふ：道なき道を行ったりとか。
た：私有地みたいなどこに行ったりとかしましたね。恐れを知らないものですから。

ふ：大学生になってからは、新しい通学路を開拓したいなんて思わなくなったわ。時間に余裕がないからだと思うんだけど、いつも最短ルートを探してしまうんだよね。
伝：わかる。どう行けば最短時間で大学に着けるかを考えるようになったな。

座談会を通して……

小：座談会をやってみて、どう思った？
徳：体力とか知能とかの面ですごく成長したと思うんですけど、その分他にも考えなきゃいけないことがたくさんあって、1つのことを全力で楽しむっていうのがなかなかできなくなったなと思いました。
伝：確かに、大学生になったら、歯止めがかかるようになったよね。
ふ：私は、子供の頃に楽しいと思えたことをまだ楽しむことができるんだなって、前向きな気持ちになったけどなあ。
た：僕は、社会の目とか人生の大変さとかがわかったせいで、今となっては普通に遊ぶだけでも心の底から遊べないことが悲しくなりましたね。
小：たくさんやることあるから、エネルギーをセーブして効率よく過ごさなきゃいけなくなったのもあるしね。
た：今日から小学生の平均的な生活を実践してみようかなあ。
徳：ほんとにか？
た：今日から9時半には寝ます。
伝：9時半に就寝して、6時半に起きるの？
た：起きたいと思います。起きれるとは思っていない。
一同：（笑）
ふ：子供には戻れないけど、戻れなくてもいいかなと思うよ。いろんなことを考えながらも、楽しいと思えたらいいんじゃないかな。