

専門職のチームと保育園の協力による研究及び実践の試み； 園児の運動発達について

上岡 尚代¹⁾，橋本 和幸²⁾，菅沼 徳夫²⁾，宮島 恵樹³⁾，伊藤 マモル⁴⁾

了徳寺大学・健康科学部整復医療・トレーナー学科¹⁾

了徳寺大学・教養部²⁾

社会医療法人健和会病院³⁾

法政大学・法学部⁴⁾

要旨

【背景】本年度A保育園の要請により実施した「専門職のチームと保育園の協力による研究及び実践の試み；園児の運動発達について」について報告する。本年度は第一段階として、保育園の園児を対象として発育、園での運動遊び、自由遊び時間の過ごし方、家庭での過ごし方と食事、習い事について、スタッフへの聞き取りおよび保護者への連絡帳による調査を試みた。

【方法】A保育園4歳児クラス23名と5歳時クラス22名を対象とし、保育園スタッフへの聞き取り調査及び、保育園担任による保護者への生活状況調査を実施した。

【結果1】園児の体格について；厚生労働省が平成22年に行った乳幼児身体発育調査との比較では、男女とも全国平均より身長、体重共に高値を示した。【結果2】園児の運動時間について；1日に30分～40分の戸外遊びの時間が設けられていたが強制的な運動の時間は設けられていなかった。【結果3】各園児の戸外遊び時間の内容；運動遊びとごっこ遊びなど身体活動を伴う遊びを中心に、集団遊びを行う園児が半数を占めた。【結果4】家庭での運動時間；半数が運動をほとんどしないと答えており、平均30分程度の運動遊びを行う園児を上回った。【結果5】運動系の習い事の有無と推定運動時間の関係；運動系の習い事をしている園児がが運動系習い事をしていない園児に比べ有意に推定総運動時間が多かった。【結果6】家庭での過ごし方と食事；5歳児クラスの園児の平均就寝時刻は21時39分であった。このうち就寝時刻が22時を過ぎる園児が26.1%、23時を過ぎる園児もあった。食事の様子については、計44%の園児に好き嫌いや小食、アレルギー、欠食、過食などの食事に関する問題があった。

キーワード：保育園児，専門職チーム，協力体制

The System of Cooperation of a Professional Team and a Nursery School for Early Childhood Motor Development

Naoyo Kamioka¹⁾ , Kazuyuki Hashimoto²⁾ , Tokuo Suganuma²⁾ , Shigeki Miyajima³⁾ , Mamoru Ito⁴⁾

Department of Judothrapy and Sports Medicine, Faculty of Health Sciences, Ryotokuji University¹⁾

Center for Liberal Arts Education, Ryotokuji University²⁾

Social medial corporation, Kenwakai Hospital³⁾

Faculty of law, Hosei University⁴⁾

Abstract

This study reports on the outcomes of collaborative attempts of a professional team and a nursery school to study and to practice the motor development of kindergarten children, which was implemented at the request of Kindergarten A 2015. The objective of the first stage of this project in 2015, was acquiring an understanding of the reality of kindergarten children, We conducted interviews of the kindergarten staff and asked parents about the following matters: the children's development, exercise-games at the kindergarten, how they spent their free periods, how they spent their time at home, their meals and their lessons.

Methodology: We interviewed the kindergarten staff, and carried out living conditions a survey of kindergarten children using contact notes, which were being used in communication between the nursery school and the parents.

Result 1: Physique of children: Compared with the results of the survey conducted by the Ministry of Health, Labor and Welfare in 2010, our results indicated that the height and their weight of the subjects were greater than the national average.

Result 2: Children's exercise time in the kindergarten: The time for playing outdoors lasting from 30 minutes to 40 minutes was provided, but no time for compulsory exercises was provided.

Result 3: The contents of the outdoor play of children: More than half of the children physical activities, such as exercise-games and games.

Result 4 : Exercise time at home: Parents' answers indicated that about half of the children hardly did any exercises and the number of the children exceeds that of the children who did exercise for 30 minutes on average.

Result 5: The relation between the presence or absence of lessons in the motor system and the total estimated exercise time: The children who took lessons in the motor system had significantly more total estimated exercise time than the children who did not.

Result 6: Bedtime and meals: The average time when the children in the five-year old class went to bed was 9:39pm. 26.1% of the children went to bed after 10:00pm. Some went to bed even after 11:00pm. Regarding meals, parents' answers indicated that half of the children had some kind of problem such as their likes and dislikes, snacks, allergies, skipping meals and over-eating.

Keywords : nursery school for studying childhood, Professional team, Cooperative structure

I. はじめに

近年、核家族化や女性の就労機会の増大、企業の育児制度の見直しにより、保育所に子供を預けて就労を継続する割合が高まっている。また、男女雇用機会均等法により、時間外勤務や休日労働などの規制が撤廃されたため、小さな子供を持つ女性は、延長保育や休日保育などの特別保育を利用して長時間の労働を行うケースも少なくない。これらの状況から、共働き世帯に育つ乳幼児は、生涯にわたる人間形成の基礎を培う重要な時期に、その生活時間の大半を保育園で過ごすことになる。一方、都心などでは保育園の待機児童対策としてビル一室に保育所を開設するケースもみられ、園庭を保有していない保育園に入園した乳幼児には、身体を動かす機会が少ないと推定される。幼児にとっての身体活動は、模倣や創作などから多様な遊びを経験し、身体を動かす楽しさや人間関係の構築を学ぶ重要な機会と言えるのではないかと。特に運動遊びは運動発達にも良い影響をもたらすため、その機会が減少することは、運動発達を阻害する可能性がある。文部科学省による「体力向上の基礎を培う為の幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究」においても、身体を動かす機会の減少が報告されている¹⁾。この状況を踏まえ、運動遊びを中心とした身体活動を、保育園の活動の一環として実施していくことは大きな課題である。このような背景から、本研究では園児の運動発達に関わる問題点を、教育学、心理学、スポーツ健康科学、理学療法などで構成される各種専門職のチームが、保育園のスタッフとともに調査し、今後の方策について検討する事を目的とする。

II. 方法

1. 対象

調査対象はA保育園4歳児クラス23名と5歳時クラス22名とし、保育園スタッフと保護者の方から情報を得た。

2. 方法

スタッフへの聞き取り調査、ならびに保育園担任による園児保護者への生活状況調査を実施した。園児保護者への生活状況調査では、保育園と保護者間の連絡に使われる連絡ノートを媒体とし、質問への解答方式とした。

3. 解析

解析は、IBM SPSS Statistics 20.0を用いて統計処理を行った。

4. 倫理的配慮

本研究は、了徳寺大学倫理委員会の承認を得て実施した(承認番号2723)。保育園の「おたより」を利用し、保護者に園児を調査対象とした研究の趣旨及び内容、プライバシーの保護について説明を行い、同意を得た。

Ⅲ. 結果

1. 園児の体格について

表1. A 保育園及び全国の4歳児と5歳児の平均身長

	男子	女子
4歳児全国平均身長	103.51	102.48
標準偏差	2.2	2.29
A 保育園4歳児平均身長	109.26	106.22
標準偏差	3.08	3.14
5歳児全国平均	109.78	108.87
標準偏差	2.28	2.25
A 保育園5歳児平均身長	116.14	112.55
標準偏差	3.78	3.74

厚生労働省が平成22年に行った乳幼児身体発育調査と比較すると、A 保育園4歳児クラスの男子5.75cm、女子3.74cm全国平均より高値を示し、5歳児クラスの男子6.36cm、女子4.48cm全国平均身長より高値を示した（表1参照）。

表2. A 保育園及び全国の4歳児と5歳児の平均体重

	男子	女子
4歳児全国平均体重	16.45	16.15
標準偏差	0.66	0.70
A 保育園4歳児平均体重	17.66	18.58
標準偏差	1.78	2.89
5歳児全国平均体重	18.40	18.14
標準偏差	0.73	0.71
A 保育園5歳児平均体重	20.12	20.97
標準偏差	2.64	3.26

平均体重を見ると、A 保育園4歳児の男子1.21kg、女子2.43kg全国平均体重より高値を示した（表2参照）。

2. 園児の運動時間について

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:00	朝の会 音読 鍵盤	朝の会 音読	朝の会 音読 鍵盤	朝の会 音読 鍵盤	朝の会 音読 鍵盤	朝の会
10:00	集会	音楽教室	戸外遊び	戸外遊び	戸外遊び	戸外遊び
11:00	室内遊び		読み聞かせ			室内遊び
12:00	給食	給食	給食	給食	給食	給食
13:00	休息	音楽教室	休息	休息	休息	
14:00	室内遊び	休息	戸外遊び	戸外遊び	戸外遊び	
15:00	楽器練習	室内遊び	楽器練習	クッキング	おやつ 楽器練習	
16:00	おやつ 整理整頓 帰りの会	おやつ 整理整頓 帰りの会	おやつ 整理整頓 帰りの会	おやつ 整理整頓 帰りの会	整理整頓 帰りの会 室内遊び	

図1. A 保育園での1週間のスケジュール1例

A 保育園での園児のスケジュールは季節によって異なっていたが、平常時の園でのスケジュールでは、天候が許す限り1日に30分から40分の戸外遊びの時間が設けられていた。強制的な運動の時間は設けられていなかった。その1例を図に示す。「おゆうぎ会」や「運動会」などの運動を伴う行事の前には、練習の為に運動の機会が増加していた。

3. 戸外遊び時間の内容

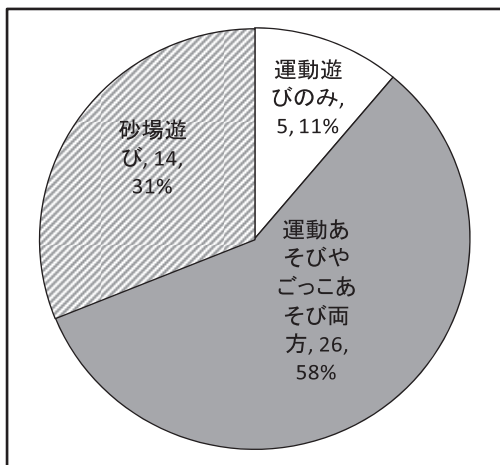


図2. 戸外遊びの内容

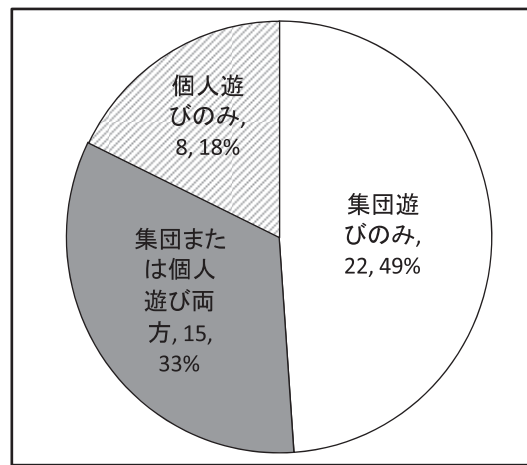


図3. 戸外遊びの際の集団、個人

運動遊び : 心身の運動を伴う自発的な遊び

ごっこ遊び : 一定のテーマのもと、何かをまねる動作をする遊び

各園児の戸外遊び時間の内容は、運動遊びとごっこ遊び両方を行っている園児が最も多く、次いで砂場遊びなどの運動を伴わない遊びを行っている園児、運動遊びのみを行っている園児の順であった。また、戸外遊びの際の集団、個人の別は、集団遊びのみを行っている園児が半数を占め、集団及または個人遊びを両方行っている園児、個人遊びのみを行っている園児の順であった。

4. 家庭での運動の状況

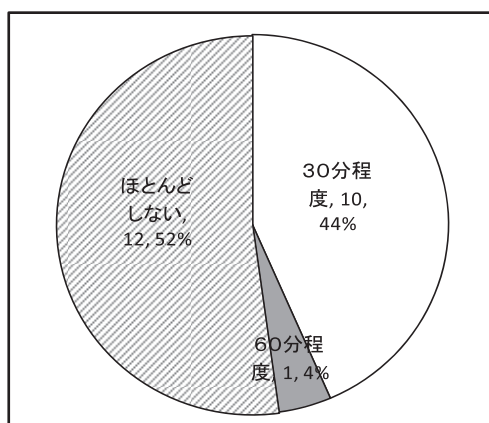


図4. 家庭での運動遊び実施時間

A 保育園の5歳児クラスの家での運動時間は、1日平均30分程度の運動遊びを行う園児が10名（44%）、60分の運動遊びを行っている園児が1名（4%）、ほとんどしない園児が12名（52%）であった（図4参照）。

5. 運動系習い事の有無と推定総運動時間の違い

5歳児クラスには、スイミングスクールやサッカー、剣道など運動系の習い事を行っている園児が8名（35%）存在した。この習い事を週1回1時間実施していると仮定し、これを1年間で換算した推定総運動時間を算出した。

表3. 運動系習い事と家庭での運動遊び時間による推定運動時間

習い事	1週間の推定平均運動時間 (h)	1週間の家庭での平均運動あそび時間 (h)	園での1週間の運動遊び時間 (h)
ピアノ	290	90	50
習い事なし	230	30	133
スイミング	474	210	180
剣道	440	180	200
そろばん	200	0	100
サッカー+スイミング	500	180	200

その結果、運動系の習い事を行っている園児が、運動系の習い事をしていない園児より有意に推定総運動時間が多かった ($t(21) = -4.57, p < .001$)。また、運動系習い事を行っている子が、家庭で運動遊びを行っている時間が長かった。

6. 園児の睡眠、食事について

表4. 就寝時間と起床時間、睡眠時間

項目	時間	件数
就寝時間	20時台	3
	21時台	14
	22時台	5
	23時以降	1
起床時間	6時台	6
	7時台	14
	8時台	2
睡眠時間	11 h 以上	2
	10 h 台	6
	9 h 台	13
	8 h 台	2

表5. 食事のようす

項目	件数	割合
問題なし	24	53%
小食	5	11%
好き嫌い	8	18%
アレルギー	4	9%
欠食	2	4%
過食ぎみ	1	2%

5歳児クラスの園児の平均就寝時刻は21時39分であった。就寝時間が22時を過ぎる園児が26.1%、23時を過ぎる園児もあった。園児の平均起床時刻は7時33分であった。起床時間帯は、6時台が17.4%、7時台が60.9%、8時台が13.0%であった。睡眠時間については9時間台が最も多かった。家庭での食事の様子については、半数の園児で問題ないとの回答を得た。計44%の園児に好き嫌いや小食、アレルギー、欠食、過食などの食事に関する問題があった。

IV. 考察

保育園は乳幼児が、生涯にわたる人間形成の基礎を培う極めて重要な時期に、その生活時間の大半を過ごすところである。従って、保育園スタッフは以下の4つのことを求められる：①子どもの主体性を尊重する、②保護者や地域社会と力を合わせ、家庭養護の補完を行う、③子どもが健康、安全で情緒の安定した生活ができる環境を用意する、④自己を十分に発揮しながら活動できるように配慮し、健全な心身の発達を補助する。子供の健全な心身の発達には、体力的側面と身体機能の育成の側面から多様な身体活動の機会が必要である。A保育園においては、運動の直接的指導時間を設けるのではなく、戸外遊びや運動遊びを促しながら保育を行っている。園児の戸外遊び時間は、運動遊びを中心に過ごしている園児が約半数を占め、ごっこ遊びなどを中心に過ごしている園児を含めると8割はなんらかの身体活動を伴う遊びをしていた。一方、砂場遊びなど運動を伴わない遊びを中心に過ごしている園児は、家庭での運動遊びも行っておらず、身体活動を伴う遊びを常に行っている園児にくらべ推定総運動時間が少なかった(図2)。岩崎は、運動遊びを「心身の運動を伴う自発的な遊び」と定義づけている²⁾。ごっこ遊びは、「一定のテーマのもと、何かをまねる動作をする遊び」と定義され³⁾、ヒーロー遊びやままごと等がごっこ遊びにあたる。藤井は、運動時間が子どもの体格や運動能力の優劣と深く関係していることを報告している⁴⁾。保育園における園児の体格は、身長・体重ともに全国の同年代の平均を上回っているが、体格と運動能力の比較は行っていないため、この関係性については課題に加えたい。運動の好き嫌いによる、推定総運動時間は差がみ

られなかった。したがって、幼児の身体活動量を増やす要因は、運動の好き嫌いに関わらず、他の園児との関わりの中で遊ぶことで増やされる可能性が示唆された。

家庭での運動遊びの実施状況は、ほとんどしていないと回答したものが半数以上となった(表3)。森らは、家庭での運動遊びの頻度により運動能力に差がある事を報告しており、家庭での運動の機会は幼児の運動能力に影響を与えることがわかっている⁵⁾。起床後、朝食を済ませて保育園に登園したら、両親の勤務後の時間までの日中の大半を園で過ごす。園児の運動量の底上げの為には、継続的に保育園で運動の機会を増やすことも重要であるが、同時に家庭での運動遊びの頻度を高める為の働きかけも重要となる。家庭での運動時間の確保のためには、保護者が運動の必要性を認識する事が重要となる。園児の定期的な運動能力評価と結果のフィードバック、そして個別の改善策の提案などが有効と考える。これらの結果から、多様な運動要素(柔軟性、筋力、持久力、敏捷性、瞬発力、巧緻性など)に貢献する集団運動遊びを保育園スタッフと専門職で開発し導入する必要性が高いのではないかと。

園児の就寝時刻については、守田らの報告⁴⁾においても、調査対象の15%以上が22時以降の就寝しており、A保育園と同様の傾向がみられる(表4)。一方、睡眠時間については、Soudersらの研究⁵⁾では、3歳で11時間以上の睡眠をとっていた子どもが中学1年までに肥満になる確率は12.2%であったのに対し、9時間台の子どもでは15.1%、9時間未満の子どもでは20.0%と、睡眠時間が短くなるほど肥満の発生率が上昇する事を報告している。これに対し、A保育園の園児の平均睡眠時間は9.34時間であり、将来の肥満率が高まる事が予想される。

食事に関しての家庭での様子についての質問に対して、半数の園児は問題ないとの回答であったが、好き嫌い、小食、アレルギーなど計44%の園児に何らかの問題があった(表5)。これらの結果から、園児の健全な発育は、運動のみでは培われず、睡眠や栄養などの要素についても家庭での過ごし方を改善する為の働きかけの必要性も示唆された。

【文献】

- 1) 文部科学省：体力向上の基礎を培う為の幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究、文部科学省ホームページ、http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/youjiki/ (2015.11.27 21:00アクセス)
- 2) 岩崎裕香(2008) 幼児期の運動遊びにおける環境構成の重要性及びその在り方：金大附属幼稚園での環境構成を例に、金沢大学研究紀要, 54, 109-112.
- 3) 神谷友里, 吉川はる奈(2011) 幼児の役割遊びにおける役割取得の特徴に関する研究：埼玉大学紀要, 教育学部, 60 (2), 19-28
- 4) 藤井栞(1983) 幼児の体格及び運動能力の育成と諸要因について, 中国短期大学紀要14, 52-60.
- 5) 森司朗, 杉原隆, 吉田伊津美ら(2011) 幼児の運動能力における時代的推移と発達促進のための実践的介入, 平成20~22年度文部科学省科学研究費補助金(基盤研究B) 研究成果報告書, 24-25.
- 6) 栃木県日本保育協会, 守田浩樹, 仲島大, 大島智保子ら(2014) 早寝・早起き・朝ごはんに関する調査研究報告書-平成24年度・平成25年度-, 14-53.
- 7) Souders MC, Mason TB, Valladares O, et al: (2009) Sleep behaviors and sleep quality in children with autism spectrum disorders. Sleep.32,1566-1578.

(平成27年11月30日稿)

査読終了日 平成28年2月5日