

韓国仁川市における児童の生活状況と放課後のあそびの実態

○李 琺京（早稲田大学大学院）金 鉉基（早稲田大学大学院）泉 秀生（郡山女子大学）
松尾瑞穂（国際学院埼玉短期大学）李 熙仙（明知大学）前橋 明（早稲田大学）

キーワード：韓国，仁川，小学生，あそび，生活

はじめに

韓国において、家庭と教育機関および地域社会との協力による体系的な教育が行われる最初の時期は児童期であるため、この時期の基本的な生活習慣に関する研究は極めて重要であるが、児童を対象とした基本的な生活習慣に関する研究は極めて少ない。なお、韓国の小学生のパソコンの使用率および使用時間¹⁾は、他の諸国より高い割合を示しており、基本的な生活習慣の乱れをはじめ、学業の支障やインターネット中毒など、社会的な問題にもなっている。

そこで、本研究では、韓国の児童期の子どもたちの基本的な生活習慣の実態を調査・分析することにより、韓国における児童の抱える健康上の問題点を把握し、あわせて、児童のための健康管理プログラムづくりに有効な知見を得ようとした。そして、得られた研究知見をもとに、韓国の教育行政や機関、団体に、韓国児童の生活課題や問題の改善策を提示することとした。

本報では、韓国の仁川市に居住している小学生を対象に生活習慣調査の中から、子どもたちの帰宅後の活動に着目して報告することとした。

方 法

2011年12月に、韓国の仁川市に居住する小学生472名（男子236名，女子236名）に対して、生活習慣調査を実施した。

主な調査項目は、就寝時刻、起床時刻、朝食前の活動、朝食開始時刻、朝食摂取状況、朝食をいっしょに食べる人の有無、朝の排便状況、排便時刻、主な通学方法、帰宅後のあそび、遊ぶ場所、夕食開始時刻などであった。

統計処理は、SPSS ver. 16 を用いて、クロス集計と χ^2 検定を行い、あわせて、生活時間相互の相関係数を算出した。

結 果

韓国仁川市の小学生の生活時間の平均値を表1-1と表1-2に、男女別にそれぞれ示した。また、生活要因相互の関連性を図1と図2に示し、帰宅後のあそび場所を表2に、あそび内容を表3にそれぞれ示した。

考 察

仁川市の小学生において、睡眠時間の平均は9時間4分、起床時刻の平均は7時22分であった。前橋（2012）は、児童において、1日の活動の準備をするためには、少なくとも活動開始の2時間前には起床すること²⁾を推奨している。つまり、大脳は目覚めてから少なくとも2～3時間のウォーミングアップ時間がないとうまく機能しないことから、午前9時頃から開始される学校活動を充実させるためには、起床を午前7時までにすることが望ましいということである。しかしながら、起床は30分くらい遅れていることから、学校開始時の学習効率が悪いのではないかと懸念した。このことは、学年が進むにつれて、よ

表1-1 韓国仁川市児童の生活活動の時間・内容および人数(男子)

項目	1年生(23人)		2年生(99人)		3年生(36人)		4年生(11人)		5年生(35人)		6年生(32人)	
	平均値	標準偏差										
就寝時刻	21時48分	42分	22時11分	51分	22時18分	48分	22時59分	35分	22時30分	50分	22時55分	46分
睡眠時間	9時間38分	44分	9時間11分	49分	9時間10分	56分	8時間25分	62分	8時間50分	44分	8時間23分	54分
起床時刻	7時26分	25分	7時22分	27分	7時29分	44分	7時25分	45分	7時20分	31分	7時18分	27分
朝食時刻	7時56分	20分	7時46分	24分	7時40分	16分	7時34分	37分	7時40分	23分	7時36分	25分
排便時刻	12時07分	222分	11時41分	265分	10時46分	271分	11時07分	298分	9時56分	238分	10時37分	277分
登校時刻	8時17分	9分	8時15分	11分	8時13分	13分	8時11分	13分	8時10分	15分	8時02分	26分
通学時間	7分	5分	11分	7分	13分	7分	12分	9分	11分	7分	10分	7分
運動時間	59分	49分	1時間16分	54分	1時間33分	68分	1時間42分	69分	1時間27分	61分	1時間14分	65分
うち、戸外での運動時間	51分	56分	46分	48分	1時間18分	66分	1時間14分	42分	1時間10分	66分	1時間06分	57分
TV・ビデオ視聴時間	1時間05分	60分	1時間35分	87分	1時間40分	75分	2時間04分	82分	2時間18分	90分	2時間08分	73分
TVゲーム使用時間	58分	74分	43分	73分	24分	35分	44分	111分	10分	27分	23分	39分
PCゲーム使用時間	1時間19分	98分	1時間17分	75分	58分	63分	1時間42分	99分	1時間25分	77分	1時間36分	63分
インターネット使用時間	1時間22分	127分	54分	65分	27分	27分	1時間10分	62分	1時間04分	75分	53分	38分
PCでの勉強時間	37分	54分	53分	83分	28分	33分	20分	30分	25分	38分	22分	37分
携帯電話使用時間	38分	72分	25分	38分	19分	27分	7分	11分	26分	63分	57分	60分
携帯メール使用時間	22分	42分	17分	37分	9分	16分	0分	2分	31分	92分	16分	24分
家での勉強時間	1時間46分	99分	1時間38分	87分	1時間47分	81分	44分	52分	1時間06分	53分	51分	48分
遊ぶ人数(人)	2.4	1.9	3.7	2.4	3.7	2.2	6.8	2.2	4.7	2.4	4.8	2.0
習い事の数	2.2	1.1	2.2	1.0	2.5	1.2	2.3	1.1	1.8	1.0	1.6	0.5
夕食時刻	19時21分	59分	19時13分	54分	18時55分	61分	18時48分	58分	19時09分	60分	19時29分	57分

表1-2 韓国仁川市児童の生活活動の時間・内容および人数(女子)

項目	1年生(28人)		2年生(92人)		3年生(37人)		4年生(15人)		5年生(41人)		6年生(23人)	
	平均値	標準偏差										
就寝時刻	21時44分	31分	21時56分	51分	22時11分	53分	22時55分	43分	22時44分	34分	22時59分	50分
睡眠時間	9時間41分	39分	9時間28分	47分	9時間10分	51分	8時間31分	42分	8時間33分	34分	8時間15分	56分
起床時刻	7時25分	27分	7時24分	31分	7時22分	23分	7時27分	28分	7時17分	23分	7時14分	36分
朝食時刻	7時46分	31分	7時43分	22分	7時40分	19分	7時45分	14分	7時36分	19分	7時41分	25分
排便時刻	11時22分	234分	11時13分	273分	11時07分	271分	9時56分	194分	11時04分	256分	11時37分	301分
登校時刻	8時16分	16分	8時16分	10分	8時13分	13分	8時14分	17分	8時09分	13分	8時11分	16分
通学時間	10分	7分	11分	7分	11分	7分	13分	9分	11分	6分	12分	7分
運動時間	1時間12分	47分	1時間02分	51分	50分	35分	1時間04分	44分	57分	66分	1時間09分	88分
うち、戸外での運動時間	59分	57分	42分	47分	37分	31分	55分	45分	39分	58分	38分	40分
TV・ビデオ視聴時間	1時間17分	88分	1時間24分	68分	1時間19分	72分	2時間08分	109分	2時間12分	108分	2時間24分	114分
TVゲーム使用時間	54分	70分	29分	50分	42分	107分	35分	57分	17分	53分	27分	54分
PCゲーム使用時間	51分	72分	52分	64分	46分	41分	1時間08分	46分	40分	44分	28分	34分
インターネット使用時間	1時間12分	86分	33分	36分	35分	36分	1時間21分	57分	49分	37分	1時間08分	52分
PCでの勉強時間	1時間03分	86分	42分	51分	35分	37分	1時間11分	109分	27分	38分	28分	35分
携帯電話使用時間	27分	49分	25分	40分	17分	18分	1時間00分	60分	35分	52分	53分	59分
携帯メール使用時間	20分	36分	28分	66分	31分	91分	23分	42分	13分	23分	30分	40分
家での勉強時間	1時間15分	98分	1時間50分	86分	1時間21分	53分	1時間45分	125分	1時間40分	84分	1時間14分	54分
遊ぶ人数(人)	2.4	1.0	3.0	2.0	3.1	1.3	4.0	2.4	3.9	1.8	3.4	1.6
習い事の数	2.1	1.2	2.2	1.1	2.0	1.1	2.8	1.3	2.3	0.9	1.7	0.8
夕食時刻	19時10分	56分	19時08分	66分	18時59分	59分	19時23分	58分	18時59分	59分	19時08分	62分

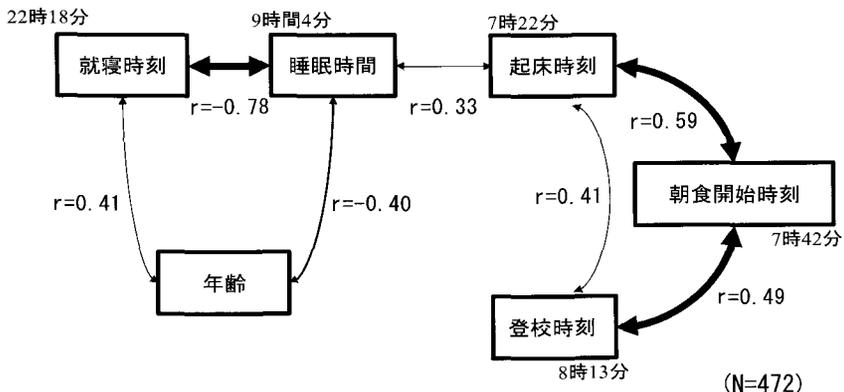


図1 韓国仁川小学校児童の生活要因相互の関連性

p<0.05, r≧|0.3|のもののみを抜粋 [数値は相関係数(r)]

表2 韓国仁川市児童の主なあそび場

学年	性別	1位	2位	3位
1年生	男子 (N=23)	公園 (60.9%)	家の中 (21.7%)	団地の廊下・階段 (13.0%)
	女子 (N=28)	公園 (53.6%)	家の中 (21.4%)	ストア・ショッピングモール (60.9%)
2年生	男子 (N=98)	公園 (40.4%)	家の中 (33.3%)	空き地 (11.1%)
	女子 (N=92)	家の中 (37.0%)	公園 (29.3%)	友人の家 (13.0%)
3年生	男子 (N=36)	公園 (33.3%)	家の中、団地の廊下・階段、土手 (13.9%)	
	女子 (N=37)	公園 (43.2%)	家の中 (24.3%)	友人の家 (13.5%)
4年生	男子 (N=11)	公園 (54.5%)	団地の廊下・階段 (13.0%)	友人の家、家の中 (9.1%)
	女子 (N=15)	公園 (46.7%)	家の中 (20.0%)	家の庭、友人の家 団地の廊下・階段、土手 ストア・ショッピングモール (6.1%)
5年生	男子 (N=33)	公園 (34.3%)	家の中、土手 (22.9%)	
	女子 (N=40)	公園 (51.2%)	家の中 (29.3%)	友人の家 (14.6%)
6年生	男子 (N=32)	公園 (62.5%)	空き地 (15.6%)	家の中、友人の家 (9.4%)
	女子 (N=23)	家の中、公園 (34.8%)		空き地 (13.0%)

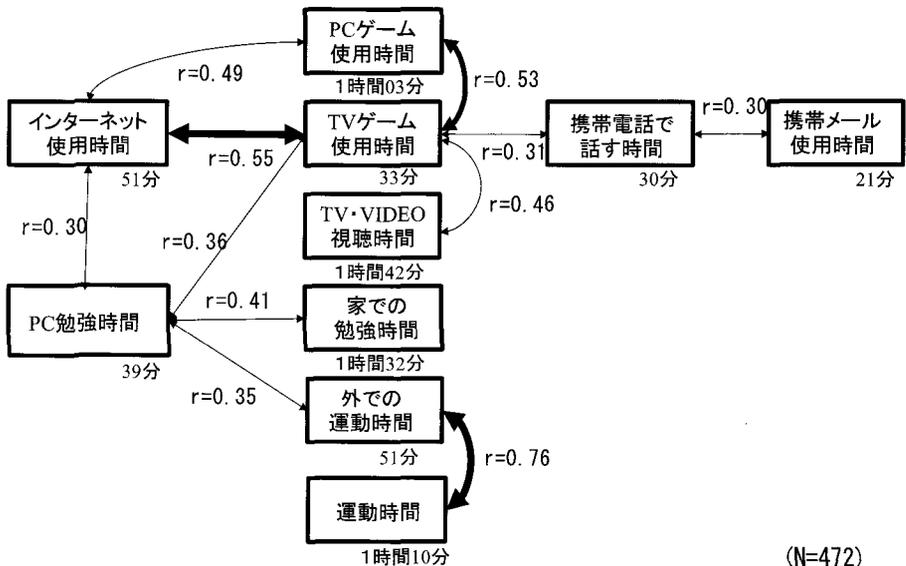


図2 韓国仁川小学校児童のメディア利用時間と勉強時間および運動時間相互の関連性

$p < 0.05$, $r \geq |0.3|$ のものを抜粋【数値は相関係数(r)】

り強くなっていった。この遅れた起床が、児童の1日の活動開始を遅らせることにもつながっていくという、ネガティブな影響を与えている問題点も示唆された。

運動時間が男子で59分(1年生)～1時間42分(4年生)、女子で1時間前後と比較的短く、一方で、TV・ビデオ視聴時間やTV・PCゲーム使用時間は計4～5時間に及ぶ長さで

表3 韓国仁川市児童の帰宅後のあそび内容

学 年	性 別	1位	2位	3位
1年生	男子 (N=23)	テレビ・ビデオ (47.8%)	マンガ (26.1%)	カードゲーム、サッカー、なわとび (21.7%)
	女子 (N=28)	絵をかく (53.6%)	なわとび (50.0%)	テレビ・ビデオ (42.9%)
2年生	男子 (N=98)	テレビ・ビデオ (38.4%)	マンガ、サッカー (34.3%)	
	女子 (N=92)	絵をかく (62.0%)	テレビ・ビデオ (42.4%)	本読み (41.3%)
3年生	男子 (N=36)	テレビ・ビデオ (58.3%)	サッカー (41.7%)	マンガ (27.8%)
	女子 (N=37)	テレビ・ビデオ (62.2%)	本読み (56.8%)	絵をかく (45.9%)
4年生	男子 (N=11)	テレビ・ビデオ、サッカー、野球 (36.4%)		
	女子 (N=15)	テレビ・ビデオ (60.0%)	マンガ、絵をかく (33.3%)	
5年生	男子 (N=33)	サッカー (54.3%)	テレビ・ビデオ (51.4%)	野球 (36.4%)
	女子 (N=40)	テレビ・ビデオ (61.0%)	絵をかく、本読み (36.6%)	
6年生	男子 (N=32)	テレビ・ビデオ (78.1%)	サッカー (59.4%)	テレビゲーム (34.4%)
	女子 (N=23)	テレビ・ビデオ (65.2%)	絵をかく (43.5%)	マンガ、本読み (30.4%)

あることから、仁川市児童の運動不足を痛感した。前橋³⁾によると、児童期の身体活動は、1日の中で、体温が最も高まる午後3～5時頃が最適であることが示されている。この時間帯に積極的な身体活動を行うことにより、夕食時刻を楽しみにし、さらには、心地よい疲労感で早めに熟睡することができ、翌日の朝食や排便にも肯定的な影響を与え、登校後においても快い状態で情緒的に安定された1日を過ごすことができるだろう。しかしながら、その放課後の時間帯は、家に帰った後は、多くの子どもたちはテレビやビデオをはじめとする対物的、静的なあそびに多くの時間を費やすというものであった。これでは、心地よい睡眠が得られないし、体力も高まらないと心配した。

ま と め

韓国仁川市の小学校児童の放課後のあそびで最も多かったものは、テレビ・ビデオ視聴であり、対物的で静的な活動を主体として展開していることより、成長期の運動不足の様子が懸念された。

また、生活要因相互の関連性に関して検討を行った結果、就寝時刻と睡眠時間、起床時刻と朝食開始時刻、朝食開始時刻と登校時刻、起床時刻と登校時刻などの項目で有意な関連性がみられ、生活時間が相互に関連していることと、生活のリズムも遅寝・遅起きのリズムになっていることを確認した。

文 献

- 1) Robert D. Atkinson・Daniel K. Correa・Julie A. Hedlund: Explaining International Broadband Leadership(The Information Technology and Innovation Foundation: ITIF), May 2008.
- 2) 渋谷由美子・石井浩子・前橋 明・中永征太郎: 幼児期の健康管理に関する研究—(2) 朝の登園前の生活実態について—, 運動・健康教育研究 8(1), pp.79-82, 1998.
- 3) 前橋 明: 生活リズム向上大作戦, 大学教育出版, p.58, 2006.