

幼児期のライフデザイン

—生活形態や環境変化にみる身体機能の劣化を中心として—

○ 田中 光 (洗足学園短期大学)

鈴木英悟 (東海大学)

鈴木秀雄 (関東学院大学)

Key words : 地域福祉計画, 幼児の体力,
あそび, 生活, 保護者の意識

1. はじめに

近年の生活環境の変化は著しく, 子どもを取り巻く社会への影響も顕著に現れてきている. 生活形態や環境変化に影響を受け, 私たちの運動量は減少し, 夜型化や食生活の乱れ等, 生活リズムは変調をきたす一方である.

近年の幼児のケガについての報告では, 例えば: 「倒れると手が出ない」「顔面から突っ込む」「倒れて歯を折った」「ちょっとした段差でつまずく」等, いわゆる, 以前では考えられないような事故が数多く報告されている. しかし, なぜ最近, このような現場の声が多いのであろうか. 本研究は, 幼児を持つ保護者に対する「子どもの遊びや生活」に関する意識調査や, 幼児体力の実態における事例調査を行い, 子どもたちの身体機能の変容を探っていく基礎研究である.

2. 方法

(1) 意識調査

神奈川県内のS幼稚園児 214名の保護者に対し, 「家庭での運動状況・子どもと保護者の幼児時代の遊びや生活」に関する意識調査を実施した(2004年1月). 全ての質問をわが子と保護者の幼児時代の比較とする形態とした. また, 運動量, 遊び方の変化, 子どもを取り巻く環境の変化についての回答形式は, 自由記述で求め, 有効回答の意識を分析した.

(2) 体力測定の内容と形態

上記幼稚園の年長児 72名を対象に, 5種目の体力テストを行った(2004年1月). それらの種目内容は, ①片足バランス立ち, ②腕立て伏せ, ③立ち幅跳び, ④体支持持続時間, ⑤うつ伏せ状態から起きて10mダッシュ(以下, 「ダッシュ」と略す.)

の5項目を実施. 自身の能力の発揮, また, 安全上の問題から, 準備運動を行い, 事前に1~2回の練習の後, 計測を試みた. 片足バランス立ちは, 自身の好きな足で行い, 上限を1分とした. 腕立て伏せに関しては, あらかじめ正しい姿勢を示し, 「腕を曲げた時にマットに顔の一部が接触して1回」とカウントした. 立ち幅跳びにおいても同様に, 測定をする前に1~2回練習を行った. 体支持持続時間は, 両脇に腰の高さ程度の机をおいて, 腕で体を支え, 両脚を空中に浮かせた状態で何秒間持続できるかを測定し, 上限を1分とした. ダッシュに関しては, 前方を向いた状態で伏臥状態となり, 合図とともに即座に起き上がって10m走る時間を計測した.

3. 結果と考察

今回調査の回収率は, 214名中191名(89.3%)であり, 記入者の85.9%は母親であった. 保護者の子ども時代と比較して, 今の子どもの歩く・走る距離は136名(71.2%)が減少を示し, 木のぼり・のぼり棒・鉄棒をする時間は154名(80.6%)が, 減少と回答した. 上記の回答が示す減少により, 運動の基本動作の獲得や, 体力の低下が懸念されることを保護者が示した. また, 外遊びする時間は, 146名(50.8%)が, 減ったと意識し, 内遊びする時間は, 増えたが, 133名(69.6%)であった. テレビやゲームする時間は, 105名(55.0%)が増えた. 病気に対しての抵抗力は, 保護者, 子どもともに同じが108名(56.7%)で一番多く, ライフスタイルの変化は, 98名(51.3%)が昔と変わらないという意識であった. 体力は, 84名(44.0%)が同じという意識であった. わが子の運動量が少ないと感じている保護者に, その理由

表1 体力測定の結果

(平均±標準偏差)

性別	バランス (秒)	腕立て伏せ (回)	立ち幅跳び (cm)	体支持持続時間 (秒)	ダッシュ (秒)
男児 (34名)	30.39 ±23.15 うち 60秒以上 10名(30.3%)	12.03 ±9.29	102.70 ±17.88	45.12 ±19.23 うち 60秒以上 18名(54.5%)	3.95 ±0.39
女児 (38名)	40.09 ±22.39 うち 60秒以上 16名(45.7%)	7.37 ±5.46	86.80 ±11.25	45.83 ±17.95 うち 60秒以上 17名(48.6%)	4.22 ±0.38

を記入してもらったところ、最も多かった回答は、「子どもだけで遊べる安全な遊び場がないため」で、安心して遊ぶことができなくなった現状は、近年の子どもを標的とした犯罪の増加の影響を受けていると推察され、地域社会が子育てネットワークを築き、子どもたちを見守る体制づくりや、行政の支援や対策が必要といえる。子どもの遊び方は、変わったが137名(71.8%)であった。遊び方が変わったと答えた保護者に、その理由を訪ねたところ、「おもちゃがたくさんある」、「バーチャルな遊びの増加」、「集団で遊ぶことの減少」等の回答が寄せられた。動的遊びと静的遊びに費やす時間の比率は、保護者の子どもの頃と比べて、動的遊びの割合が、134名(70.1%)から47名(24.6%)に減少した。子どもを取り巻く環境は、少子化のため同年代の友だちが少ないことに加え、犯罪や事故の増加による安全性に対する不安や、遊びに適した空間の減少が顕在化している。そのため、子どもだけで外で遊ばせることができず、子どもの外遊びに常に保護者が付き添うようになってきた。しかし、保護者が子どもの遊びに付き添うには時間的な制約があり、近所づきあいも希薄なため、子どもを預け合うことができないことも、子どもの遊び仲間の形成を妨げる要因となっている。

子供を取り巻く生活形態や環境の変化は、この調査からも顕著に伺える。体力測定の結果については、表1に示した通りであった。身体機能は、身体を構成している各因子が相互に有意に関連し合っただけで、それぞれの器官が正常な働きをすることはいうまでも無く、人間の動作の構造と機能は、各器官の因子が相互に関連し、連携が取れなければ、機能性が欠如し、自身の力を十分に発揮することはできない。動作の習得は、経験に依存

されるため、発育・発達の成長過程において、多彩な動きを自ら取り込み、また、それらを学習させること¹⁾は、golden ageが説かれているように大変重要なことは、いうまでも無い。

4. まとめ

この調査から、遊びの変化や特徴として、外遊びから内遊びに、集団遊びから個への遊びへ、動的遊びから静的遊びへと移行していることが伺える。外遊びや、集団遊び、動的遊びを楽しむには、精神的にも知的にも、それらを楽しめるだけの身体機能の充実が必要である。本来、遊びの中で身体活動をする場合、複合的に身体機能を活用しているはずである。しかし、今回の事例調査で、単一的要素を捉えた体力測定との結果においても、その劣化がはなはだしい。複合的な要素を学習できる遊びが減少している現在は、逆にその要素を学習できる遊びの工夫が必要であろう。身体機能を向上させるための幼児期のライフデザインは、①集団で、②動的な遊びを、さらに③自然を活用した方法や内容や形態の遊び(=身体活動)を工夫、創造していくことが不可欠である。運動量が減少している原因については、子どもたちが安心して遊ぶあそび場所が少ないことが影響していることを示唆している。また、遊ぶ時間や遊び仲間の不足も指摘され、遊びの空間や仲間、時間を確保し、犯罪や事故が起きにくい、よりよい地域福祉計画や地域社会の形成が求められている。幼児期のライフデザインの中心的視点は、身体運動遊びの必要性を説き続けることにあるといえる。

《参考文献》

- 1) 鈴木秀雄『スポーツ・体育実践考』(有)石橋印刷刊。93-97。初版。2002。