

平成30年6月6日現在

機関番号：12604

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2014～2017

課題番号：26350830

研究課題名(和文) 幼児の生活実態に応じた5歳児向け健康教育カリキュラムの開発

研究課題名(英文) Development of Health education curriculum for 5 years old children based on the life actual situation

研究代表者

佐見 由紀子 (SAMI, Yukiko)

東京学芸大学・教育学部・講師

研究者番号：40725868

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,200,000円

研究成果の概要(和文)： 幼児は、自分の体に興味・関心を持ち始め、生活習慣を確立する時期にある。そのため、幼児期の健康教育は重要である。しかし、健康教育内容を検討するために必要となる幼児の生活実態の調査は少ない。そこで、都立幼稚園172園の5歳児の保護者と担任を対象に調査を行った。調査結果から、5歳児の健康教育カリキュラムは、「健康な体」「安全」「健康な心・思いやり」の3つの内容と、「集団生活に必要な力」「個として生きる力」の2つの視点で編成していく必要があることが示唆された。また、「健康な体」の内容には、長時間立つ、しっかり座るといった人間らしい体の機能や成長に関わる内容を取り入れていく必要性がある。

研究成果の概要(英文)： The infants begin to have interest one's body and establish one's lifestyle. It is important that infants learn about health. However, there are few studies that investigated the actual situation of infant life. Therefore, I studied actual situation of the 5 years old children life for their class teachers and parents of the 172 public kindergartens in Tokyo.

We were suggested that the three contents concerning "Healthy body," "Safety" and "Healthy mind, kindness" and the two viewpoints of "Ability for communal living" and "Ability to live for as an individual" should be included to make health education curriculums for 5 years old children. In addition, it is necessary to take in the contents concerning functions and growth of human body such as "sitting down with right posture" and "standing for long time" in the content of "Healthy body."

研究分野：健康教育

キーワード：幼児の生活実態 5歳児 健康教育カリキュラム

1. 研究開始当初の背景

幼児期は、自分の体に興味・関心を持ち始めるとともに、生活習慣を確立するにふさわしい時期である。そのため、幼児期に自分の体や心のしくみや、健康な生活の仕方やその意味を理解できる健康教育を実施することは、その後の学童期以降に健康に生きる力をはぐくむ上でとても重要である。

また、健康教育を実施する上で、3歳から5歳までの生活実態を把握することは必須である。しかし、生活実態を把握する調査は、10年に1回程度しか実施されておらず、最新の調査結果を得ることはできない。

さらに、3歳から5歳までのどの時期にどのような内容の健康教育を各園で行っているのが把握されていないため、どの時期にどのような内容の健康教育が適切であるかを検討するまでに至っていない。

2. 研究の目的

(1) 都内公立幼稚園に通う5歳児の保護者を対象に、幼児の睡眠、食事、遊びなどについて調査し、生活実態を把握すること。

(2) 5歳児の保護者が、幼稚園で実施することを望んでいる健康教育内容を把握すること。

(3) 都内公立幼稚園の5歳児の担任教諭が幼稚園で日ごろ実施している健康教育内容を把握すること。

3. 研究の方法

(1) 調査方法

平成26年11月末に都内公立幼稚園(子ども園を含む)172園に調査用紙を郵送した。調査用紙の回収は、各自封筒に入れて厳封し、回収袋に入れてもらい、回収袋を返信用封筒に入れ、1月初めまでに返送してもらった。

保護者向け調査の実施:5歳児の保護者のうち、各園で10名を選出し、無記名自記式の調査用紙に記入してもらった。なお、保護者10名の選出は、園長に依頼した。計101園、998名の保護者からの回答が得

られた。

担任向け調査の実施:5歳児の担任教諭のうち、1名を選出し、無記名自記式の調査用紙に記入してもらった。なお、1名の選出は、園長に依頼した。計102園、102名の担任教諭からの回答が得られた。

(2) 調査の内容

保護者向け調査内容:睡眠、歯磨き、排便、遊び時間、通園時間等生活の実態について。しつけの内容や満足度について。幼稚園に望む健康教育内容について。

担任教諭向け調査内容:幼児の抱える健康問題について。幼稚園で実施している健康教育内容について。健康教育を実施する上での困難点について。

(3) 倫理的配慮:平成26年11月初めに、都立幼稚園園長会に出席し、調査の主旨説明と協力依頼を行った。担任および保護者の調査用紙に、調査の主旨、データは調査の目的のみに使用すること、個人を特定することはないことに加え、協力依頼を断っても不利益は受けないこと、答えたくない質問には答えなくてよいこと、回答の途中でとりやめてもよいこと等を記載し、園長から説明してもらった。回答をもって主旨に賛同したものと判断した。

4. 研究成果

(1) 5歳児の生活実態

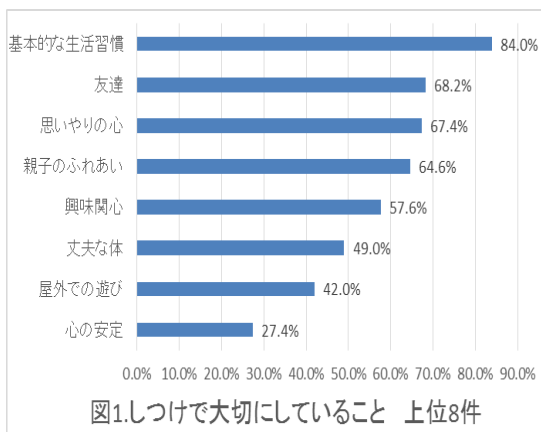
睡眠時間:1日の平均睡眠時間は10時間台が52.8%で最も多く、次いで9時間台36.3%であり、概ね幼児に必要な睡眠時間が確保されている家庭が多かった。

通園時間とそのうちの徒歩時間:通園時間は片道10分未満が50.3%、10~20分が39.2%であり、そのうちの歩行時間は、10分未満が60.1%、10~20分が26.7%であった。自宅から近い幼稚園に通園しており、徒歩時間が短いことがわかった。

遊びの内容と時間:帰宅後の遊び内容と時間を見ると、テレビ視聴時間は1~2時間

44.7%、2時間以上が28.2%であった。ゲーム遊びは30分未満が33.8%と最も多かったが、1～2時間と2時間以上を併せると14.3%あり、一定数、ゲーム遊び時間が長い者もいた。戸外遊びは1～2時間が40.0%と最も多かったが、全く戸外遊びをしないと30分未満を併せると10.6%であり、戸外での遊びの少ない者もいた。通園における徒歩時間が片道10分未満であることを考えると、文部科学省の示す「4割を超える幼児の外遊びをする時間が一日1時間（60分）未満である」¹⁾との結果と概ね一致する。

しつけについて：しつけで大切にしていることは、図1の通り基本的な生活習慣、友達と仲良くすること、思いやりの心をもつことの順に多く、丈夫な体や心の安定よりも友達づきあいや他者への思いやりが優先されていることがわかった。しつけが困難と感じている保護者は48.8%であるのに対し、困難ではないと感じている者が49.7%であり、ほぼ同程度であった。しつけが困難であると感じる内容としては食事が27.5%と最も多かった。好き嫌いがあるとの回答が79.8%みられたことから、好き嫌いへの対処に困っている状況がうか

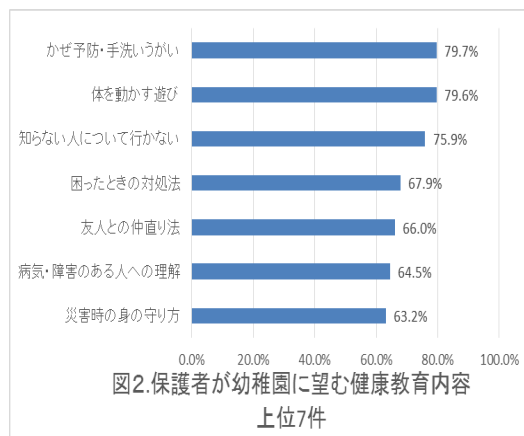


がえた。自身の子育てへの満足度は、満足であるとまあ満足であるを合わせると83.4%であった。子どもの成長への満足度は、満足であるとまあ満足であるを合わせて96.2%であり、成長の満足度より、しつ

けの満足度の方がやや低い傾向であった。

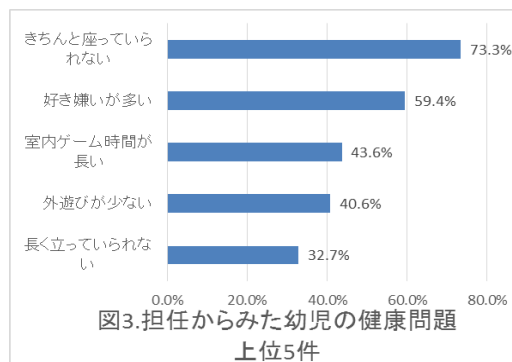
(2) 保護者が幼稚園に望む健康教育内容

希望の多かった内容上位7件は図2の通りであった。これらの内容は、「健康な体」に関する内容：かぜ予防、体を動かす遊び、「安全」に関する内容：知らない人についていけない、災害時の身の守り方、困ったときの対処、「思いやり」に関する内容：友人との仲直り法、病気・障害のある人への理解の3つに分類された。保護者がしつけで大切にしている内容として、友達を大切にすることや思いやりの心が上位に挙げられていたことにも共通した結果であった。



(3) 担任からみた5歳児の健康問題

図3のように、5歳児の担任からみた健康問題として、きちんと座ってられない、好き嫌いが多い、室内ゲーム時間が長い、外遊びが少ない、長く立ってられない、の順に回答が多かった。



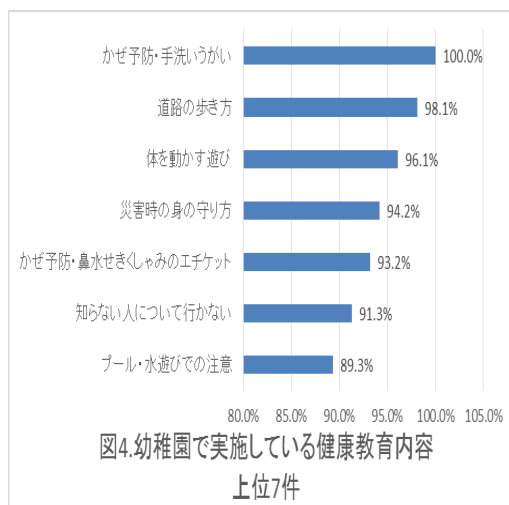
(4) 幼稚園で実施している健康教育内容

幼稚園で5歳児向けに実施したことのある健康教育内容としては、図4の通りであ

った。

担任が実施している健康教育内容としては、「健康な体」に関する内容：かぜ予防・手洗いうがい、体を動かす遊び、かぜ予防・せき等のエチケット、「安全」：道路の歩き方、災害時の守り方、知らない人についていけない、プール・水遊びでの注意の2つが主であった。保護者の望む健康教育内容と概ね一致していた。

ただ、担任が健康教育を実施する視点としては、道路の歩き方やプール・水遊びでの注意、せき等のエチケットなど安全面・健康面において、集団生活を送る上で重要な視点が含まれており、保護者が望む内容では「思いやり」といった、本人が他者と



うまく生きていけるように、といった視点が含まれていることがうかがえた。ただし、担任は友人関係や困ったことへの対処などの内容が健康教育の内容に含まれるということに違和感をもった可能性もあり、実際には、必要な場面で適切に指導をしているものと考えられる。

保護者では、病気や障害を持つ人への理解の指導のニーズが高く、一方、幼稚園での指導の実施率は50.5%とやや低かった点に意識のずれがみられた。

また、健康教育実施の必要性は、とても必要であるとまあ必要であることを合わせて95.1%であった。しかし、健康教育の実施

にやや困難を感じるとした回答は33.0%みられ、困難を感じる理由としては、家庭の協力が得られない78.3%、内容が専門的で難しい64.7%、保育が多忙44.4%、教材が少ない42.1%、園務分掌が多忙25.0%であった。5歳児の担任の経験年数が5年以下の担任が66.9%と多くみられたこともあってか、家庭の協力を得ることに困難を感じている様子が見えられた。

さらに、担任が感じている幼児の健康問題として挙げられたきちんと座ってられない、長時間立ってられないといったことに関わる内容として、体の働きや体の成長のしくみがある。しかし、体の働きの実施率は40.8%、体の成長のしくみの実施率は4.9%と低く、担任が意識している健康問題と健康教育実施内容のずれが認められた。これは、健康教育内容が専門的で難しいことや教材の少なさから生じている問題である可能性もある。

(5) まとめ

以上の調査結果から、5歳児の健康教育カリキュラムを作成する際、「健康な体」「安全」「健康な心・思いやり」の3つの内容と、「集団生活に必要な力」「個として生きる力」の2つの視点で編成していくことが重要であると示唆された。また、「健康な体」の内容には、これまで含まれていなかった、長時間立つ、しっかり座るといった、人間らしい体の機能や成長に関わる内容も積極的に取り入れていく必要がある。さらに、今後は、上記の幼児の生活実態や保護者のしつけの困難な点、担任が問題と感じている点を継続して把握した上で、専門家を交えた健康教育内容・教材の具体化が求められる。

<引用文献>

1)文部科学省 幼児期運動指針

http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/u

ndousisin/1319771.htm

5 . 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計0件)

〔学会発表〕(計0件)

〔図書〕(計0件)

〔産業財産権〕

出願状況(計0件)

取得状況(計0件)

〔その他〕(計0件)

6 . 研究組織

(1)研究代表者

佐見 由紀子 (SAMI, Yukiko)

東京学芸大学・教育学部・講師

研究者番号：40725868