様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　５ 年　６ 月　８ 日現在

機関番号：３２６２４
研究種目：基盤研究(C)（一般）
研究期間：2019～2022
課題番号：１９Ｋ１１６０５

研究課題名（和文）豊かな放課後に向けた地域参加型研究：測定値の見える化による主体的健康行動の実現

研究課題名（英文）A community participated study to evaluate good practice in after school program

研究代表者
吉永　真理（Yoshinaga, Mari）

昭和薬科大学・薬学部・教授

研究者番号：２０３８４０１８

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　3,400,000円

研究成果の概要（和文）：都内S区の児童館,放課後子ども教室,学童の職員に質問紙調査を実施し,212名の有効回答を得た.職員が感じる子どもの放課後の姿,理想とする居場所のあり方,現状の職員の役割とその限界,働く上でのストレス状況について分析を行った.ユニセフ「子どもにやさしいまち」サミット（ドイツ・ケルン）にて,諸外国の放課後の状況のヒヤリングと放課後施設の視察を行なった（研究1).学童所属の親子（保護者604名,子ども215名）にweb質問紙調査を実施した(研究2).区内T小学校の有志親子43組を対象に,活動軌跡,活動量・歩数,生活時間,メラトニン濃度の測定を行い,学校適応や心身健康状態との関連を検討した(研究).

研究成果の学術的意義や社会的意義
放課後施設は学校内の空き教室使用が多く,活動は多様性に乏しい傾向にある.施設職員の中には施設外の活動を望む意見もあった.狭小空間やスタッフ数の不足は職員のストレス源ともなり,子どもの視点に立った対応が阻害されてしまう.周辺地域の活用を視野に入れた対応が求められる.保護者は安全,子どもは一人一人を大事にしてくれる大人・外遊び・思い切り体を動かす遊びを重視しており,隔たりがあった.放課後対策には安全に偏らない子どもの意見の参照が不可欠である.メラトニン濃度と学校適応・心身健康は一定の関係性や,外遊びと生活リズムや仲間関係への影響から,のびのび遊ぶ放課後の重要性が改めて明らかになった.

研究成果の概要（英文）：A questionnaire survey was conducted among the staff of afterschool facilities in S-ward, Tokyo Metropolitan, and 212 valid responses were obtained. The results were analyzed with regard to the staff's perception of after-school activities, ideal place for children to stay, the current roles of the staff and their limitations, and the stressful situation in their working life. At the UNICEF Summit on Child-Friendly Cities (Cologne, Germany), interviews were conducted on the after-school situation in other countries (Study 1). A web-based questionnaire survey was conducted among parents and children of schoolchildren regarding how to consider their afterschool time (604 parents and 215 children) (Study 2). GPS tracks, step counts, activity levels, records of daily life activities, and melatonin levels were measured in 43 pairs of volunteer parents and children at T-School in S-ward, and their relationships with school adjustment and mental and physical health were examined (Study 3).

研究分野：保健学

キーワード：放課後　子ども　心身健康　生活リズム　子どもの権利　メラトニン濃度　施設職員　地域参加型研究

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

１．研究開始当初の背景

放課後に関する施策は時代背景を受けて変わって来たが、50 年以上前の放課後児童健全育成事業開始時より待機児童の問題を抱えていた。2007 年以降すべての子ども向けの放課後子ども教室の事業が開始されたが、近年の共働き家庭のさらなる増加により待機児童問題は一層深刻化している。一方、子どもを巡る多様な課題（貧困、虐待、学習困難、メンタルヘルス、いじめ・暴力、不登校等）を背景に放課後の居場所機能へのニーズは高まっている。子どもたちの放課後の居場所[1]には児童館、プレーパークに加え、公民館、図書館などの公的施設、子ども食堂やさまざまな形態の居場所カフェ[2]も見られ、地域での受け皿は多様化しているが、親にとっての優先課題である安心安全と、子どもの意欲や関心にそった活動内容は必ずしも一致していない。「放課後がとても楽しい」と感じる子どもで「公園や空き地、友達の家で過ごす」は５割弱だが、「新 BOP や学童で過ごす」は１割に満たないと報告され[3]、2019 年度末までに 2 万カ所の設置が見込まれる中、豊かな場としての実現は喫緊の課題である。

「新・放課後子ども総合プラン」では待機児童解消を目指し、学校を活用した放課後の居場所についての構想が示され、「子どもの主体性を尊重し、子どもの健全な育成を図る放課後児童クラブの役割を徹底し、子どもの自主性、社会性等のより一層の向上を図る」ことがうたわれた。主体性、自主性、社会性はいわゆる非認知的能力であり、子ども期の獲得が重要だが、都市的ライフスタイルの中で大人の都合に合わせた放課後の現状では、実現は難しい面がある。主体的に街の中で遊ぶと子どもの不定愁訴が減り、心身健康度が増すことも示され、環境が子どもの心身発達に与える影響は大きい[4]。家庭的な背景や発達の水準について多様性を増している現代の子どもたちが快適に過ごせるような放課後の活動の工夫、職員の遊び教育士（ドイツのペタゴー：保育・療育・教育の支援者）的なスキル向上も必要で、放課後の活動における「子どもの主体性」を子どもの視点から確立する方法論の確立は学術的な問いとなっている。

文献

1) 放課後の生活を支えている施策について https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-12601000-Seisakutoukatsukan-Sanjikanshitsu_Shakaihoshoutantou/0000185569.pdf
2)吉永真理 子どもの SOS 支援員養成プログラムの開発：千葉市における官民協働プロジェクト、日工組社会安全研究財団 2017 年度一般研究助成研究 研究報告書
3)猿渡智衛 地域における子どもの放課後の居場所づくりに関する基礎調査Ⅰ 弘前大学大学院地域社会研究科年報 12:37-55 2013
4) 吉永真理ほか（2009）まちでの遊びが子どもの生活リズムや心身健康状態に及ぼす影響に関する研究学校保健研究 51(3):183-19

２．研究の目的

放課後子ども教室や学童での多様な活動が子どもに与える影響を客観的に示すことが本研究の第一の目的である。またそれを記録し見える化することで、子ども自身が主体的に行動して生活時間や健康行動について考えることを支援することが第二の目的である。さらに研究を地域参加型で実施し、施設や親子といった当事者に加えて、地域全体で子どもたちの放課後の豊かさを実現するためのモデルを構築することが第三の目的である。

３．研究の方法

１）質問紙調査

区内 61 カ所の新 BOP・学童で施設職員、子ども、保護者を対象に実施した。主な調査内容は、活動に関する評価、放課後の理想像（全対象者）、施設概要（来館者数、職員数等）、職員と子どもの関わり（宿題を教える、学校の先生・行政・地域の人との連携、開館時間の現状等）、子どもの様子（主な活動内容、過ごし方等）、施設外活動への評価、仕事内容への自己評価、WHO-5 による心身健康度〈施設職員〉、施設以外での過ごし方・就寝／起床時刻とその規則性等＜子ども・保護者＞、自己効力感・心身健康度＜子ども＞、強さと困難さの尺度（SDQ）＜保護者＞について尋ねた。世田谷区内では 100％学校内での実施が行われているが、実態把握と現状についての職員と利用者親子の主観的評価を比較した。さらに改善についての意見を把握し、多様性のある活動プログラム提案につながる要件を明らかにすることを目指した。

２）海外実施の子どもに関連する活動に関わる人材のサミットでのヒヤリング

250 都市が参集する Child Friendly City Initiative(CFCI)サミット（2019.10 ドイツ・ケルンにて開催）に参加、世界各地の放課後の現状や good practice、特徴的な施策についてヒヤリングを実施した（研究協力:〈公財〉日本ユニセフ協会シニア・マネージャー三上健氏)。

３）測定調査

区内の T 小学校にて、PTA 役員を中心にサークル的に子どもの遊びを考える活動をする保護者グープの支援を受け、在学中の親子に協力を求め、測定を行った。

児童に 10 日間程度、活動計を GPS を装着してもらって、活動量・歩数、行動軌跡、生活時間

記録を行った。生活時間は保護者にも依頼した。
唾液を採取して、メラトニン濃度を測定した。メラトニン代謝は朝夕の唾液サンプルから分析し、親子でひもづけた。
　希望者親子に GONOGO 測定を実施し、型判定を行った。
　地域参加型研究であり、関係者で成果の共有と改善策の提案を行うため、研究成果の共有ワークショップを行った。
４）協働による外遊び活動プログラムの創出の検証
　地域と連携した放課後活動のモデル提示のために、実践活動を行い、参加した子どもの気分の変化を検証した。

４．研究成果

１）CFCI サミットでのヒヤリング調査
　CFCI は世界のあらゆる都市が、先進国も途上国も含めて、共通のあるいは地域や国に固有の子どもに関連する課題に取り組むための枠組みである。９つの柱（図１）やチェクリスト等のまちづくりのための指針やアセスメント方法を提示して、良い事例(Good practice)の紹介やネットワークづくりを行なっている。時代的な背景に応じて重点課題や取り組み方についても柔軟に対応しながら広がってきている。子どもにやさしいまち(CFCI) とは 1996 年に開催された第 2 回国連人間居住会議（国連人間居住会議 Habitat II）で提唱され発足した仕組みで、すべてのまちを暮らしやすいまちにするには「子ども最優先」がポイントで、子どもも社会の一員として扱われることや、政策や法律・事業・予算が子どものためになっているかが問われる。子どもたちはまちの活動に参加、子どもの声や意見は考慮され、まちの決定や手続きに反映される。2015 年現在 70 カ国で実施されており、拡大している。日本では現在５都市（安平町、ニセコ町、富谷市、町田市、奈良市）が日本型 CFCI ネットワークの構築に向けた検証作業を終了したところである。
①子どもにやさしいまち(CFCI)サミット＠ケルン
　2019 年 10 月、子どもの権利条約の 30 周年を記念した「子どもにやさしいまち(CFCI)サミット」がドイツにて開催された。そこでは、約 200 の国や地域の首長や統括官が意見交換を行い、この活動をより進めるための宣言を発表した。また 60 数カ国からは子どもたちが参加し、子どもの視点からの提言をまとめた。日本からは町田市長と子ども２名が参加した。
　日本では子どもの貧困が注目されており、機会の剥奪による物資的豊かさの低下が問題視される。子どもの幸福度の向上のためには「豊かな放課後」の実現が欠かせない。社会経済的背景、学校制度等の違いを踏まえた上で、子どもの主体性、居場所、ケアの質（職員の専門性を含む）等に着目した「放課後のあり方」事例の収集が必要である。本研究ではサミットの機会を利用して参加者へのヒヤリングと開催国ドイツの Nordrhein-Westfalen 州にて調査を行なった。
　具体的な事例の検討も行なった。ドイツ・ケルンで行われたこどもにやさしいまちサミットに参加し、イスラエル、ポルトガル、イギリス、ペルーの放課後に関するヒヤリングを実施した（日本学校保健学会 2019 年 11 月実施で発表済み）。
②放課後に関するヒヤリング結果
　イスラエル‥6-3-3 制。放課後教室は都市部は学校近接、小都市ではバスで移動して公民館等での開催もある。地方によってはエキストラで予算を組んでいる場合もある。
　ポルトガル‥学校が 17 時まであり、学校内に多様なプログラムが展開している。青少年に関してはレジャーができる場はあるが、ユースセンターはない。若者は行かないだろう。
　イギリス‥学校内に 18 時までいる。料金が安い。ユースセンターがあり、ソーシャルスキルなどの訓練もしている。
　ペルー‥児童の放課後の居場所はほとんどない。幼児期にはデイケアがある。地方では平日自宅を離れて学校周辺で下宿する子どもも多い。
③ドイツの放課後の居場所の視察

冒険遊び場（デュッセルドルフ）：学童保育 OGS（デュッセルドルフ）：デイケア・センター（ケルン）:スポーツクラブ（デュッセルドルフ）

２）区内の放課後子ども教室（新 BOP）・学童と児童館の職員の調査
①放課後を過ごす施設の状況
　放課後教室や学童保育は学校の空き教室で行われることが多い。同じ場所にあるのに、連携は密ではない放課後教室が校庭を使用する時間は限られているため、外遊びの機会も少ない。教室の数も限られていて、指導員の数が不足している。世田谷区の場合は、児童館と放課後子

ども教室・学童の結びつきは強く、児童館を核に、職員は人事交流もあり、研修機会などを共有することができている。25 の児童館とグループになっている新 BOP と学童(小学校 61 ヶ所)の職員に質問紙を配布した。児童館と小学校の組み合わせは１ヶ所から６ヶ所まで多様で、平均は 2.44 小学校。257 枚を配布して 212 枚回収した。

学校内施設である新 BOP は職員の 85%以上が「せまい」「とてもせまい」と感じる空間に、最大来館者数は児童館の１．８倍、毎日来館している子が全体の 65%という現状がある。全国的にも、新 BOP のような放課後子ども教室と学童クラブの一体型施設は待機児童問題の解消のために、大幅な増加が進行中で、８割が学校内での実施となる予定である。来館頻度から見ると、子ども自身が好きな時に来ているような、週１来館やイベント時の来館は児童館の方が割合が高かった。

職員から見た、子どもたちが取り組む活動の種類と割合を見ると、質問項目に掲げた活動のほとんどを両施設の子どもが行っていたが、実施割合には違いが見られた。新 BOP ではゲームと楽器演奏はほとんどない、あるいは少なく、禁止や機会がないことが推察された。また、歌を歌うことや地域の人のプログラムへの参加について「よく」行う児童が少なかった。全体として児童館の方が、より多様な活動に取り組めている実態が確認できた。子どもの様子についての職員の評価では、ほとんどの項目で違いは見られなかった。違いがあったのは、「横になる等リラックスしている」「自分たち使う場所を決めている」「互いの悩みを話し合う」の３項目だった。居場所の定義は、空間的要素、関係性の要素、自己有用感などの内面的な要素に大別されるが、各要素を満たす感覚が児童館の職員からは観察されている実態が示された。新 BOP ではほとんどの施設外活動について消極的な結果となった。対照的に児童館では、近所の公園、プレーパーク、近所の遊び場、少し離れた公園での活動について「ぜひあったほうがよい」という回答が過半数に達した。活動の場を広げることに積極的な職員が多いことが明らかになり、子どもたちの豊かな放課後の実現のために、そうした観点でルールづくりや必要な「ひと・もの・こと」を確保していくことが求められている。職員のハードな働き方を考えると、人材補充、研修機会、と並んで、安全安心を守りながら活動展開ができる体制整備が不可欠である。

３）親子放課後調査

保護者と子どもの放課後の理想と実態は乖離があることが想定されるが,具体的な項目に関する実態把握はなされていない。本研究では親子の認識の把握を行い,子どもが主体的に放課後の時間を過ごせる居場所のあり方について考察を試みた。

学童保育に登録している児童とその親 8354 組の約 78%を対象にウェブアンケートの QR コードを配布し,回答を求めた（全 61 箇所中１箇所は移転作業中で実施できなかった)。回収できたのは親 605 人,児童 215 人分で親子が揃っていたのは 190 組であった。本研究では欠損値があるものを除いた 175 組を分析対象とした。

対象者は、母親が回答した割合は 88.3%,年代は 40 代が 69%,30 代が 24%,常勤が 81.9%,子どもの人数は一人 32.2%,二人 56.7%,三人が 8.8%であった。子どもの学年は１年生 47.4%,２年生 38%,３年生 13.5%であった。

あったらいいと思う居場所に関しても親子間で違いがある項目が多かった。親は学校内施設の増設を望む割合が最も高かったが,子どもはプレーパーク活用,地域内施設の組み合わせ,多世代交流が可能な場を望んでいた。習い事や学習支援を望む割合は親で高い傾向にあった。

本研究では,放課後に重要と思うことやあったらいいと思う居場所に関して親子の乖離が大きいことを具体的に示した。放課後のあり方を検討する際には,子どもの意見の聴取やその反映を実現する方策を模索することが欠かせないことをあらためて示す結果となった。放課後で重要だと思うことに関する回答は子どもと親とでは重要度の高い項目に違いが見られ,子どもは一人一人を大事にしてくれる大人の存在・外遊び・思い切り体を動かす遊びを重要と考えていた。一方,親は安心して預けられる・小さい子が安心して過ごせることを重要としていた。

４）地域参加型研究（親子での測定とデータの見える化）

①親子間におけるメラトニン分泌パタンの関連の検討

唾液の検体量不足例や検出不能例を除いた 114 検体（子ども 25 検体，親 30 検体）で検討をおこなった．夜の唾液中メラトニン濃度では，親子間に中程度の正の相関関係が認められた．対して，朝の時点では両者間に有意な相関関係は認められなかった.次に，夜と朝の唾液中メラトニン濃度の分泌パタンを確認した上で，朝型群と夜型群の割合を算出した．その結果，子どもの朝型群は 48.0%（12 名），夜型群は 52.0%（13 名），親の朝型群は 56.7%（17 名），夜型群は 43.3%（13 名）であった。

②放課後の過ごし方、心身健康状態、メラトニンの日内変動

この分析では関連する質問項目と測定データ（朝と夜のメラトニン濃度測定値）に欠損値が

ない 15 組を分析対象とした。主な放課後の過ごし方については，遊び場は公園や自宅・友人宅・校庭で，外遊びをせず家でほぼ毎日過ごす子どもが 33%いた．塾や習い事のない子どもはひとりで，約７割が週に２−３回通っており，高学年ほど高頻度であった．メラトニン分泌濃度は夜は平均 14.0pg/mL（SD:19.4），朝は平均 7.5 pg/mL （SD:7.4）で，「夜＞朝」の検体を朝型群，「夜≦朝」の検体を夜型群とすると，朝型は８人(53.3%)，夜型は７人(46.7%)であった．心身健康・学校適応項目の有無（有：よくある・たまにある/無：ほとんどない・ない）で夜と朝の分泌濃度を比較した。心身状態がよりよく，学校適応においても肯定的回答が多いほど，夜のメラトニン分泌濃度が高い朝型傾向だった．

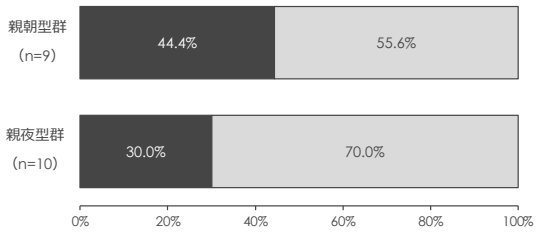


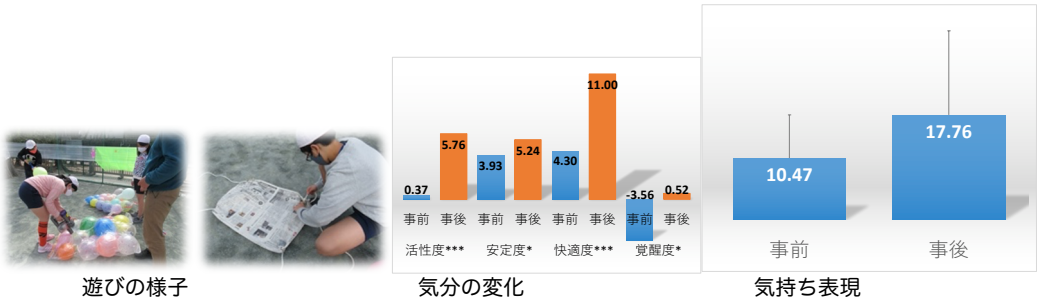
図 11　親の朝型群・夜型群別にみた子どもの朝型群・夜型群の割合

④地域参加型研究

参加した児童と保護者にはデータを見える化したフィードバックシートを返却し、オンラインで報告会を開催した。

⑤協働による活動プログラム創出に向けた外遊び活動の実践

放課後子ども教室で活用可能な外遊びのプログラム開発を行うために、子どもの気分向上や肯定的な感情に寄与する要因を明らかにすること、地域と連携した、遊びプログラムに参加したときの効果を子ども自身に実感してもらうこと、を目指した。



遊びの様子　　気分の変化　　気持ち表現

謝辞：児童館、新 BOP、児童課のみなさま、アンケートに回答くださった皆様、調査へのご協力、大変ありがとうございました。ドイツでは吉沢寿子さんにお世話になりました。また、日本ユニセフ協会の三上健氏にも各国の子ども施策に関わる人材のご紹介をいただきました。さらに IBASHO のみなさまと小学校有志の皆様には測定やサンプル収集に多大なるご協力をいただきましたこと、深謝申し上げます。

- 吉永真理　子どもにやさしいまち（Child Friendly City Initiative: CFCI）の枠組みから見た「豊かな放課後のあり方」に関する検証　第 66 回日本学校保健学会学術大会　2019
- 吉永・大西・鹿野・野井(2020)放課後の子どもの居場所の実態調査:今後の活動展開の可能性についての職員の考えに着目して,こども環境学研究 Vol.16、No.1(C.N.45)August 2020
- Mari Yoshinaga　What we need to do to create a rich after-school experience for children: clues from the staff survey Child in the City the 10th World Conference Dublin 2022/10/5-7
- 吉永真理　児童館・放課後子ども教室職員が考える放課後の現状と理想：都内での質問紙調査から日本コミュニティ心理学会第 25 回大会（オンライン）2022.9
- 吉永真理　豊かな放課後の在り方を考える：重要項目や理想的な場所に関する親子の認識の乖離に着目して日本教育心理学会第 65 回総会発表論文集（2023 年）2023.8 発表予定
- 笠井茜、鹿野晶子、吉永真理、大西宏治、野井真吾　親子間におけるメラトニン分泌パタンの関連の検討　こども環境学会 2023 年大会（沖縄）2023.7 発表予定
- 吉永真理、鹿野晶子、野井真吾、笠井茜、大西宏治、放課後の過ごし方と心身健康状態およびメラトニンの日内変動の関連：地域参加型研究　日本心理学会第 87 回大会（神戸）2023.9　発表予定
- 吉永真理、田中大希、大西宏治、鹿野晶子、野井真吾　小学生の外遊び授業前後の気分の変化：協働による活動プログラム創出に向けて　日本心理学会第 86 回大会（東京）2022.9

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計0件

〔学会発表〕　計9件（うち招待講演　0件／うち国際学会　1件）

１．発表者名 吉永 真理 田中 大希 大西 宏治 鹿野 晶子 野井 真吾
２．発表標題 小学生の外遊び授業前後の気分の変化協働による活動プログラム創出に向けて
３．学会等名 日本心理学会第85回大会
４．発表年 2021年

１．発表者名 Mari Yoshinaga
２．発表標題 What we need to do to create a rich after-school experience for children: clues from the staff survey
３．学会等名 Child in the City Conference, Dublin, Ireland 2022 October（国際学会）
４．発表年 2022年

１．発表者名 吉永真理
２．発表標題 放課後の子どもの居場所
３．学会等名 International Play Association日本支部オンライン特別研究集会
４．発表年 2020年

１．発表者名 吉永真理、大西宏治、鹿野晶子、野井真吾
２．発表標題 放課後の子どもの居場所の実態調査：今後の活動展開の可能性についての職員の考えに着目して
３．学会等名 こども環境学会
４．発表年 2020年

１．発表者名 吉永真理
２．発表標題 子どもにやさしいまち（Child Friendly City Initiative: CFCI）の枠組みから見た「豊かな放課後のあり方」に関する検証
３．学会等名 第６６回日本学校保健学会学術大会
４．発表年 2019年

１．発表者名 吉永真理
２．発表標題 児童館・放課後子ども教室職員が考える放課後の現状と理想：都内での質問紙調査から
３．学会等名 日本コミュニティ心理学会第25回大会
４．発表年 2022年

１．発表者名 笠井茜　鹿野晶子　吉永真理　大西宏治　野井真吾
２．発表標題 親子間におけるメラトニン分泌パタンの関連の検討
３．学会等名 こども環境学会2023年大会（沖縄）
４．発表年 2023年

１．発表者名 吉永真理
２．発表標題 豊かな放課後の在り方を考える：重要項目や理想的な場所に関する親子の認識の乖離に着目して
３．学会等名 日本教育心理学会第65回総会発表論文集（2023年）
４．発表年 2023年

１．発表者名 吉永真理、鹿野晶子、野井真吾、笠井茜、大西宏治
２．発表標題 放課後の過ごし方と心身健康状態およびメラトニンの日内変動の関連：地域参加型研究
３．学会等名 日本心理学会第87回大会（神戸）
４．発表年 2023年

〔図書〕　計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

－

６．研究組織

	氏名 （ローマ字氏名） （研究者番号）	所属研究機関・部局・職 （機関番号）	備考
研究分担者	野井　真吾 (Noi Shingo) (00366436)	日本体育大学・体育学部・教授 (32672)	
研究分担者	大西　宏治 (Ohnishi Koji) (10324443)	富山大学・学術研究部人文科学系・教授 (13201)	
研究分担者	鹿野　晶子 (Shikano Akiko) (10759690)	日本体育大学・体育学部・准教授 (32672)	

７．科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕　計0件

８．本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関