

P1-003

乳幼児の睡眠習慣の獲得と指導ー保育者への子どもの基本的生活習慣調査よりー

鷲見 裕子¹、宮崎 つた子²

¹高田短期大学 子ども学科、
²三重県立看護大学 看護学部

【目的】

乳幼児期は基本的生活習慣の獲得が大切な発達課題であり、幼稚園・保育所の基準や指針においてもその重要性が示されている。近年は子どもの基本的生活習慣の乱れや育児不安など多くの課題がみられる。

本研究は、子育て支援の取り組みの基礎資料とできる基本的生活習慣の現状把握を目的とし、乳幼児の睡眠習慣の獲得過程の変化と保育の場での指導展開の状況について検討を行った。

【方法】

A県内の協力の得られた保育園の保育者を対象に、平成28年3月に無記名自記式質問紙調査を行った。調査項目は、子どもの基本的生活習慣の獲得時期と指導留意点について選択肢と自由記述で構成した。獲得時期の項目には高橋*による発達基準を示した。倫理的配慮は研究の趣旨等を紙面に示し、返信をもって同意を得た。なお、本研究は所属大学研究倫理委員会の承認を得て実施した。

【結果】

回答を得た113名(回収率66.5%)より睡眠習慣の記述不備を除いた83名を分析対象とした。睡眠習慣の獲得時期に変化を感じると回答した保育者は約7割であった。起床時間は半数が変わらない、4割弱が遅くなったと答えた。一方、就寝時間は約7割の保育者が遅くなったとしており、その要因として、保護者の就労や夜型の不規則な生活リズムがあがっていた。また、睡眠時間も短くなったとの回答が半数を占める結果であった。昼寝に関しては年齢も時間も変わらないとする回答が8割あり、保育園では未満児においては午睡が確保されていることや、休日は午睡をしないことで習慣化されにくいとの記述もみられた。睡眠習慣の指導について2/3の保育者が留意していることがあると回答した。具体的な指導内容を記述のカテゴリー分類でみると「睡眠環境」、「寝かしつけ方」、「生活リズム」の順に多かった。また、睡眠や生活リズムの大切さ、早寝早起きを伝えるなど「保護者支援」の記述も多くみられた。

【考察】

保育者調査より、睡眠習慣の獲得や就寝時間の遅れは、保護者の就労や夜型の生活リズムが要因のひとつと思われる。子どもが睡眠習慣を獲得するには、食事や他の基本的生活習慣と同様に、親の養育意識や家族の生活リズムが大きく関係していると考えられる。子どもの十分な睡眠時間の確保と規則正しい習慣のためには、親の育児方針を傾聴しながら、保護者の睡眠習慣に関する意識づけなどの保護者支援に繋げていくことが重要である。

*高橋弥生他：「健康」一藝社(2011)

P1-004

青森県内のファミリー・サポート・センター事業の活動に関する実態調査(第1報)ーセンターの運営状況についてー

吉川 由希子¹、齋藤 美紀子²、山野内 靖子³、
中村 祥子²、中久喜 町子²

¹敦賀市立看護大学 看護学部看護学科、
²青森中央学院大学 看護学部看護学科、
³八戸学院大学 健康医療学部看護学科

【目的】

青森県にある6箇所のファミリー・サポート・センター(以下、センター)の事業の概要から事業の活動内容の特徴と課題を明らかにする。

【対象】

青森県内6市のセンターに所属するアドバイザー 8名。センターの運営管理者の承諾を得て、各センターのアドバイザーに研究協力依頼を行った。

【方法】

センターの概要と活動状況に関するフェイスシートの記入と、インタビューガイドを用いた半構面談を実施し、平成27年度の活動実績一覧表を提供してもらった。分析は単純集計をおこなった。

【倫理的配慮】

協力者に文書と口頭で研究の趣旨と協力の自由意思、研究協力同意後の撤回の自由、匿名性の保持、データの適切な保管と廃棄等を説明し、同意書の署名によって同意を得た。本研究は所属機関の倫理委員会の承認を受けて実施した。なお、本研究にかかわる利益相反はない。

【結果】

運営主体は市直営が3施設、社会福祉協議会・NPO法人、公益法人が各1施設であった。依頼登録会員は289～1490人で世帯数比では0.4～1.6%で、世帯数比の低いセンターでは周辺の町村についても広域対応していた。提供会員は30～50人の施設が3つ150～300人が3つで、提供会員1人当たりの依頼会員割り当て数は1.6～8.3人、依頼件数では3.3～18.2件/人と幅があった。利用件数は415～3360件で依頼会員1人当たりの利用度数でみると1.3～4.2回/人で平均2.28回/人であった。提供会員のフォローアップ講習会は0～9回と差が見られた。アドバイザーの配置人数は1～3人で平均2人であった。1名のみ常勤採用されている2施設以外はすべて非常勤採用で、5施設は0.5～1年の任期採用であった。業務として、依頼会員と提供会員のマッチングと調整、トラブル対応や講習会の企画、統計データの取りまとめなど多様であった。

【考察】

青森県の運営の特徴として50%が市直営、83%がアドバイザーの任期制を取っていた。依頼会員は1施設を除き、世帯数比で1.1～1.6%であり、一定の需要があることが伺えた。その一方で提供会員数にはばらつきがあり、施設によっては、提供会員への依頼件数増加による負担が考えられた。また、ほとんどのアドバイザーは、1年の有期雇用という不安定な契約形態で責任の大きい業務に従事しており、安定した継続性のあるセンター運営をしていく上で課題である。本研究は平成28年度科学研究費補助金により行った研究(課題番号16K12166)の一部である。