

P1-063

学童期の身体活動を支援する親の養育態度と児の身体活動量との関連

細川 陸也¹、桂 敏樹²

¹名古屋市立大学 看護学部
²京都大学大学院 医学研究科

【目的】

学童期における身体活動は、バランスのとれた心身の発達のために非常に重要である。しかし、近年、児をとり巻く環境の変化に伴い、児の身体活動量は減少し、体力や運動能力が低下していることが指摘されている。そこで、本研究は、学童期の身体活動を支援する親の養育態度が児の身体活動量にどのように関連しているのかを明らかにすることを目的とした。

【方法】

2017年10-12月、愛知県内の小学3年生（8-9歳児）1,515名を対象とし、その養育者へ自記式質問紙調査を実施した。主な調査項目は、対象属性、身体活動を支援する親の養育態度 [ACTS-MG: Activity Support Scale for Multiple Groups]、児の身体活動量 [IPAQ: International Physical Activity Questionnaire] などであった。

【結果】

有効回答の得られた児717名を分析対象とした。児は、平均年齢9.08±0.33であり、男児366名（51.0%）・女児351名（49.0%）であった。

親の養育態度と児の身体活動量との関連を検証するため、独立変数を親の養育態度、目的変数を児の身体活動量、調整変数を性別、家族構成、世帯収入、親の教育歴とし、重回帰分析を実施した。その結果、親のLogistic support（子どもの運動を見る、スポーツチームに入れる、など）、Modeling（親自身がスポーツを楽しむ、子どもと一緒に運動する、など）、Use of community resources（学校以外で体を動かせる場所を探し、近所の公園や学校の使用を奨励する、など）が多いほど、児の身体活動量が高くなる傾向がみられた。

【結論】

本結果より、学童期の親の身体活動に関わる具体的なサポートやモデリングは、家庭の経済状況などを考慮しても、児の身体活動を促すことに効果的である可能性が示唆された。部活動などが本格的でない低学年において、体力づくりや身体活動の習慣づくりには、身体活動を支援する親の養育態度が重要であると考えられた。

P1-064

学童後期の身体活動と生活習慣の実態—南九州の1県内2校の小学5年生の身体活動量計を用いた生活調査より—

荒武 亜紀¹、野間口 千香穂¹、中村 由美子²、
田久保 由美子³、宗村 弥生⁴、大脇 万起子⁵、
江藤 千里²、鹿原 幸恵²

¹宮崎大学 医学部 看護学科
²文京学院大学 保健医療技術学部 看護学科
³東京医療保健大学 千葉看護学部
⁴山梨県立大学 看護学部
⁵滋賀県立大学 人間看護学部

【目的】

わが国の生活習慣病を減少するためには、子どもの健康に影響する要因を探索し、地域ごとの子どもの生活習慣の実態を踏まえた健康指導が必要である。本研究では健康教育プログラム開発の基礎的資料とするために、南九州の1県における2校の小学校児童の身体活動量と生活習慣の実態を明らかにした。

【方法】

2校の小学校の5年生児童を調査対象とした。7月と10月にそれぞれ平日と休日各2日間の計4日間、起床時から就寝時まで加速度計付歩数計を児童に装着し身体活動量を測定した。児童には調査期間の、就寝・起床時刻、朝食内容、テレビ視聴時間、ゲーム時間などの生活記録をつけてもらった。調査は所属大学倫理委員会の承認を得て実施した。調査用紙はすべて無記名であり、回収は各自が封をして児童個々の意思および保護者の同意を得て投函できるよう配慮した。

【結果】

183名中145名の同意と回収を得て（回収率79%）、欠損が多い3名を除く142名分を対象とした。記述統計および性別、通学手段別、平日と休日との有意差検定をし、有意水準を5%とした。対象児童の内訳は男子72名、女子70名で、肥満傾向児は23名（男子11名、女子12名）、痩身傾向児は1名（男子のみ）だった。身体活動量は2日間とも10000歩以上歩数があった児童は平日101名（71.1%）、休日16名（11.3%）だった。また、2日間ともWHOが推奨する中等度以上の運動を60分間以上行っていたのは平日37名（26%）、休日3名（2.1%）だった。身体活動量は休日より平日の方が有意に多かった。性別では男子の平日の身体活動量が多く、歩数と運動量、活動時間、エクササイズ全てにおいて女子より有意に多かった。生活習慣では、休日の起床時刻と就寝時刻は遅く、バラつきがみられた。スクリーンタイムは平日よりも休日のテレビ視聴時間（休日平均227分間）、ゲーム時間（休日平均183分間）が多かった。

【考察】

小学校の児童の生活習慣は、男女ともに休日の活動量が少なく、スクリーンタイムが長いことから、特に休日の非活動時の過ごし方について介入が必要だと考えられた。さらに、歩数が多くとも強度中等度以上の活動が少ないことから、運動としての身体活動には至っていないことが伺われた。本研究はJSPS科研費JP17K09212の助成を受けて実施した。