P2-062

保育者からみた乳幼児の基本的生活習慣の獲得について－保育者への子どもの基本的生活習慣調査より－

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】
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。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、その重要性は幼稚園・保育所の指針等に示されて日常の保育で積極的に取り組まれている。本報告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た調査より、乳幼児の基本的生活習慣の獲得過程やその変化に関して保育園でかかわる保育者の思いについて検討した。

【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月に日頃感じている基本的生活習慣の獲得時期と指導留意点についての無記名自記式質問紙調査を行った。今回は子どもの5つの基本的生活習慣の発達基準に関する自由記述を分析した。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】
調査回答を得た113名（回収率66.5％）より該当設問へ記述回答があったのは「食」51名（回答率45.1％）、「睡眠」29名（27.4 ％）、「 排 泄 」24名（24.8 ％）、「 清 潔 」13名（14.2％）、「着脱衣」16名（17.7％）であって、「食」に対する意見が多く挙がった。また、経験年数が長い保育者の回答率が高く、経験1 ～ 3年では2割以下の回答であった。「食」と「睡眠」の記述内容では具体的な気になる習慣と家庭・親の対応についてであり、3割程度は問題を挙げその要因の家庭対応に言及していた。具体的には、「食」は姿勢や食べ方のマナーに対する記述が多く、次に咀嚼・嚥下等の摂食機能、食具の使い方などがみられた。親に対しては、繁忙や知識不足による食事内容や食習慣への意識の低さが挙げられた。「睡眠」では遅寝による短い睡眠時間や不規則な就寝・起床時刻などが多く挙げられ、睡眠不足による昼間の活動や身体の不調に言及していた。親の対応では子どもの生活リズムが配慮されず大人中心の生活を問題視する記述が多かった。

【考察】
「食」は親の悩みが多い事柄で身体発育への影響もあり、保育者の気づきの多い習慣であった。経験年数による気づきの差も把握できた。記述内容では「食」は前報の結果と合致し、毎日の給食や間食での指導への注力が伺えた。「睡眠」は前報結果と異なり、夜型生活による睡眠の乱れから子どもの生活リズムや生活習慣形成が憂慮されていた。習慣獲得には保育の場での保護者支援や家庭連携が重要といえる。

P2-063

保育園を拠点にした年長・年中児対象「からだのお話会（消化器系、泌尿器系、循環器系）」に参加した子どもの反応　～保護者及び保育士からのインタビューを通して～

瀬戸山 陽子[1]、倉野 かおり[2]、村松 純子[2,3]、白木 和夫[2,4]、三宅 美千代[2,5]

[1]東京医科大学　医学部看護学科　看護情報学
[2]NPO法人からだフシギ
[3]Baby in Me
[4]鳥取大学
[5]前埼玉医科大学保健医療学部看護学科

【背景】
情報化が著しい現代社会において、健康のためのより良い意思決定のために健康医療情報を活用する力であるヘルスリテラシー（以下HL）向上は、人々が健康に暮らすために必須である。HLには多くの要素が含まれるが、その中核はからだに関する基本的な知識であり、我々は、2003年より5-6歳児にからだについて伝えるアウトリーチ活動が行われてきた。しかし単なるアウトリーチ活動は継続性に乏しく、より子どもに身近な存在が日常的にからだのことを伝える必要性があった。

【目的】
本調査は、保育士など子どもに身近な存在が、子どもに対して継続的に「からだのお話会」を実施し、日常的にからだの知識を伝えることによって、子ども達にどのような反応が見られるかを明らかにすることである。

【方法】
お話会に参加をしたのは、都内A保育園の年長・年中の園児、合計23名（男子15名、女子8名）であった。お話会は、「たべたもののとおりみち（消化器系）」、「おしっこのはなし（泌尿器系）」、「ちとしんぞう（循環器系）」の3系統を1か月に1回、3か月にわたって行った。各お話会後に、園児の保護者8名及び保育士3名から、メール及び対面にて、子どもの反応や変化に関してインタビューを行った。

【結果】
保護者及び保育士からのインタビューからは、お話会後の子どもの反応について、【からだの仕組みに関する知識の向上】、【からだへの興味関心の高まり】、【家族への伝達】【生活行動の変化】というカテゴリーが抽出された。具からだ的に、【からだの仕組に関する知識の向上】では「食べ物が口から食道を通り→胃でドロドロに溶かされ→十二指腸→小腸→大腸→そして最終的には肛門からうんちとなって出て行くところ」を正確に覚えていた子どもの様子が伝えられた。また【家族への伝達】では、子どもが、「小学生の姉に『栄養を吸い取るのはなーんだ？正解は小腸でした！』というクイズを出す」様子などが語られた。

【考察】
子どものお話会に参加後の反応は、先行研究で示された同様のお話会をもとにしたアウトカム指標を支持していた（大久保ら, 2008）。本調査では、保育士など子どもに身近な人々がからだのお話会を行うことによって、子どものからだに関する知識や興味関心を高め、それを家族に伝達することにより、日常的にからだの話しを行えるコミュニティ形成へとつながる可能性が示唆された。

Presented by Medical*Online