

## 就学前までに定着させたい幼児の生活習慣に関して

### ——保育者養成校学生はどのように考えているか——

A concerning lifestyle habits that should be adopted before elementary school  
—How students of early childhood education training school perceive the formation of lifestyle habits—

渡辺 直人<sup>1</sup>

<sup>1</sup>和歌山信愛女子短期大学

Naoto Watanabe<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Wakayama Shin-ai Women's Junior College

702-2, Souzaka, Wakayama-shi, Wakayama, 640-0341, Japan

キーワード：生活習慣，幼稚園，ハビトゥス，幼児教育

Key words : Lifestyle, Kindergarten, Habitus, Early childhood education

#### 抄録

現在，子どもの生活が懸念されている。今では昔と比較して大きく変化しており，幼児の高いスマートフォンの使用頻度，運動機能の未発達，子どもの体力低下など様々な面での変化が指摘されている。これは子どもの「生活の変化」が起きていることを表しているのではないかと考えられる。今後も社会の変化に伴い子どもの生活は変化し，生活習慣が乱れ，健康が懸念されると考えられる。子どもの規則的な基本的生活習慣の定着は喫緊の課題である。

生活習慣はどのように定着するのか。これに関しては教育社会学の知見から説明できる。ピエール・ブルデューは文化資本を提唱した。その中でもハビトゥスに関するブルデューの主張は参考になり得よう。ハビトゥスとは「人々の日常経験において蓄積されていくが，個人にそれと自覚されない知覚・思考・行為を生み出す性向。」だという。すなわち，幼児の普段の生活を取り巻く環境が影響し，生活習慣も同様に周囲の影響から身についてゆくものであるとも説明できるのではないだろうか。

幼児が普段過ごす場所は保育園・幼稚園であり，そこで幼児と関わる者といえば保育士・幼稚園教諭であろう。そして上述した文化資本論の考えを用いれば，保育者の意識は幼児の生活習慣の形成に大きく影響しているのではないかと考える。そこで本研究では，今後保育者を志す学生を対象に，就学前までに定着させたい幼児の生活習慣に対してどのような考えを持っているかを明らかにする。

本研究では以下の3つの調査を行った。調査①では自由記述の質問紙調査法で問うた。レポート用紙を配布し，「就学前までに定着させたい幼児の生活習慣をあげられるだけあげてみましょう。箇条書きのような形でもいいです。」と問うた。調査②では，学生に挙げさせた各項目に関して重要性の高い順に順位をつけさせた。次に調査①で自由記述で挙げた内容の21項目にまとめた際に「重複した数の順位」と，「学生がつけた順位」をPearsonの相関分析により検討した。調査③では調査①で分類した項目を質問項目として用い自記式質問紙調査を行った。各項目で「それぞれのくらい重要だと考えるか」と5件法で問うた。

その結果，調査①では21項目にまとまった。その21項目はさらに7つのカテゴリー，「睡眠」4項目，「食」4項目，「衣料」3項目，「排泄」2項目，「清潔」3項目，「社会的な生活習慣」3項目，「遊び・運動」2項目にまとまった。次に調査②でPearsonの相関分析を行った結果，0.68という有意な高い相関が確認できた ( $p < .05$ )。調査③で適合度の検定を用い分析した結果，問2と問19を除き有意性

が確認された。以上、本論の結論として、「学生が考える就学前までに定着させたい幼児の生活習慣」としては、問2と問19を除いた19項目が採択された。

## 1. 問題の所在

現在では社会が大きく変化し、それに伴う形で子どもの生活も変化している。昔と比較しても、睡眠や食生活の変化、運動機能の未発達、遊びなどの有意義な機会の減少など、様々な面で変化が生じている。文部科学省<sup>11)</sup>も同様に「子ども同士が集団で遊びに熱中し、時には葛藤しながら、互いに影響しあって活動する機会が減少するなど、様々な体験の機会が失われている。」「また、都市化や情報化の進展によって、子どもの生活空間の中に自然や広場などといった遊び場が少なくなる一方で、テレビゲームやインターネット等の室内の遊びが増えるなど、偏った体験を余儀なくされている。」と述べており、社会・環境の変化に伴う子どもの生活の変化に危惧を呈している。

子どもの生活の変化は調査データを概観すると一目瞭然である。ベネッセ<sup>12)</sup>の幼児の生活に関する調査においては、幼児は以前より、園に行く時刻が早まり、また帰宅時間も伸びているという。家庭における生活時間が減少していることが明らかとなっている。

スマートフォンの使用頻度も顕著な結果が出ている。同調査では2015年には約5人に一人の幼児が自分からスマートフォンを使用しているという<sup>12)</sup>。スマートフォンによる影響の科学的知見は乏しいが、長時間使用を繰り返すは斜視との関連性も指摘されている<sup>13)</sup>。

加えて、発達課題の通過率にも言及されている。2005年と2015年を比較したところ、あらゆる項目で通過率が減少している。例えば「おはしを使って食事をする」という項目では、4歳児は2005年度調査では83.7%の通過率に対し、2015年では72.1%であった。3歳児の「自分でうんちができる」、1歳児の「オムツをしないで寝る」、2歳児の「歯をみがいて、口をすすぐ」、3、4歳児の「オムツをしないで寝る」などは10%以上の開きがみられているなど、生活能力における定着の遅れが顕著に見られている<sup>12)</sup>。

また、昨今では運動能力面に関しても指摘されている。東京都<sup>14)</sup>による公立幼稚園の幼児を対象に行った運動能力の調査によれば、平成25年度と

平成28年度を比較した結果、「25m走」、「立ち幅跳び」、「ソフトボール投げ」は目立った変化がなかったものの、「体支持持続時間」において男児3.8ポイント、女児3.4ポイントと大きく変化していることが浮き彫りとなった。

現在では幼児のみならず乳児における成長の変化も際立っている。厚生労働省<sup>15)</sup>が示している「幼児身体発育調査」によれば、平成22年は平成12年に比べて「ひとりすわり」、「はいはい」、「つかまり立ち」、「ひとり歩き」、「言語機能」の習得の遅れがみられている。

その他、小学生においても体力低下は問題となっており<sup>16)</sup>、令和元年度の「全国体力・運動能力運動習慣等調査」の結果によると、体力の低下はテレビやゲーム、そしてスマートフォン等のスクリーン長時間視聴と関連がある事が指摘されている。

以上、子どもの生活や発達・体力における現状に関し、調査データをもとに述べてきた。昨今の調査結果は芳しい結果が出ているとは言い難いことがわかった。しかしこれは、子どもたちの日常で、「生活の変化」が起きていることを表しているのではないだろうか。

例えば、外遊びの時間がスマートフォンやゲーム等の使用時間に取って代わられたという現状であろう。これはすなわち「限られた生活時間の中に、新たに異なるものが入ってきた」ということでもある。特にスマートフォンやゲームはいつでも手に取ることができ、生活の中のあらゆる場面で使用することができる。外遊びはある程度決められた時間にしかできないが、スマートフォンやゲームといった電子機器の類はそうではない。これはまさに生活習慣の乱れに繋がるのではないだろうか。また、上述したように幼児もスマートフォンを使用する割合が高い結果も出ていることから、生活の変化はますます懸念されよう。このように、子ども・幼児の規則的な基本的な生活習慣の定着は現在の教育・幼児教育における喫緊の課題ともいえる。

そして今後も社会の変化に伴い幼児・子どもの生活も変化が進み、子どもの発達においても影響

を受けることが予想されよう。

では、生活習慣はいつ身につくものなのであるか。保育所保育指針解説<sup>[7]</sup>「33歳以上児の保育に関するねらい及び内容」の「(1) 基本的事項」においては、「ア この時期においては、運動機能の発達により、基本的な動作が一通りできるようになるとともに、基本的な生活習慣もほぼ自立できるようになる。」と述べられている。しかし、具体的にみればそう一概には言えないだろう。谷田貝・高橋<sup>[8]</sup>は、幼児期の生活習慣における実態調査を行った。その調査結果と1936年の調査結果を比較した結果、多くの項目において定着時期に差異が見られ、生活習慣の定着は全てが心身の生体的な発達に伴って獲得されると一概に説明することはできないことが明らかになっている。

次に、どのようにして生活習慣は定着するのだろうか。これに関しては教育社会学の知見から説明できよう。教育社会学で著名なピエール・ブルデューは文化資本を提唱した。その中でも寓意に富む内容として、ハビトゥスに関するブルデューの理論は参考になり得よう。ハビトゥスとは「人々の日常経験において蓄積されていくが、個人にそれと自覚されない知覚・思考・行為を生み出す性向。」<sup>[9]</sup>だという。すなわち、幼児の普段の生活を取り巻く環境が影響し、生活習慣も同様に周囲の影響により身につくものであるとも説明できるのではないだろうか。

そのような中で、子どもたちが日中に生活を主とする場合は、幼稚園・保育園が挙げられるのではないかと考える。上述したよう昨今では、幼児が家を出る時間が早まり帰宅時間は遅くなるという調査が出ている。このことを以ってしても保育園・幼稚園は幼児の主たる生活の場の一つといえよう。

保育園・幼稚園で幼児と関わる者といえば保育士・幼稚園教諭であろう。そして上述したハビトゥスの考えを用いれば、それらに関わる者たちの意識は幼児の生活習慣の形成に大きく影響しているのではないかと考える。すなわち、幼児にどのような生活習慣を身に付けさせたいと意識しているか、これを明らかにすることが鍵となるのではないだろうか。

以上本研究では、保育に関わる者が、就学前までに定着させたい幼児の生活習慣に対して、どのような考えを持っているかを明らかにする。

## 2. 方法

本研究では以下の3つの調査を行った。それぞれ「調査方法」「分析方法」「調査対象」「調査日」を述べる。また、いずれの調査においても倫理的配慮に十分に考慮し調査を進めた。

また、調査対象に関しては、保育に関わる者として保育者を志願する保育士養成校の学生を選抜した。

### 調査①

(1)調査方法 自記式質問紙調査法で問うた。レポート用紙を配布し、就学前までに定着させたい幼児の生活習慣を自由記述で問うた。

(2)分析方法 自由記述で挙げられた内容を一つひとつに分けて抽出し、それらを項目化した。類似項目に関しては一つにまとめ、さらに近い意味合いの項目に関してはカテゴリー化させた。

(3)調査対象 A 専門学校学生 33名

(4)調査日 2019年10月7日

### 調査②

(1)調査方法 重要だと考える生活習慣の内容をより精練させるために、ワークシートを配布し、調査①で得た項目に順位付けをさせた。それぞれ重要だと思う順に小さい数字を記させた。

そして、調査①にて自由記述で挙げさせた際の項目の重複した数（「重複数」と、本調査でつけさせた順位を比較・検討した。

(2)分析方法 調査①で挙げられた内容の重複数の順位と、本調査でつけさせた順位を用い、Pearsonの相関分析をした。

(3)調査対象 A 専門学校学生 25名

(4)調査日 2019年10月28日

### 調査③

(1)調査方法 調査①で分類した各項目を質問項目として用い、質問紙調査を行った。それぞれの項目で「それぞれどのくらい重要だと考えますか？ 5段階で評価してください。また、数字の大きさは重要性の高さを示します。」と5件法で問うた。

(2)分析方法 回答を集計し、「1」、「2」を「低群」、「4」、「5」を「高群」とし、「3」は半数ずつ低群と高群に（奇数は0.5ずつ）分け入れた。それを

適合度の検定を用いて割合の有意差を確かめた。なお、分析ツールには Microsoft Office の Excel を用いた。また、Cronbach の  $\alpha$  係数は 0.85 の結果が出ており、信頼性が確認された。

(3)調査対象 A 専門学校学生 2 年生 35 名

(4)調査日 2019 年 10 月 28 日

### 3. 結果

#### 調査①

本調査では、レポートを配布し、自由記述で「就学前までに定着させたい幼児の生活習慣をあげられるだけあげてみましょう。箇条書きのような形でいいです。」と、保育士養成校の学生に自記式質問紙調査法で問い、文章で回答させた。それらであがった内容を一つひとつに分けて抽出し項目化させ、それら項目を類似性のあるもの同士にまとめた。その結果、21 項目にまとまった。その 21 項目はさらに 7 つのカテゴリー「睡眠」4 項目、「食」4 項目、「衣料」3 項目、「排泄」2 項目、「清潔」3 項目、「社会的生活習慣」3 項目、「遊び・運動」2 項目にまとまった。

「睡眠」では①十分な睡眠をとる、②自分で朝起きられるようにする、③早寝早起き、④決まった時間に寝て起きる、の 4 項である。

「食」では、①3 食食べる（朝、昼、晩）、②食事のマナーを守る（いただきます、ごちそうさまでしたがいえる、くちやくちや食べない、立ち歩かない、(食事中)遊ばない、食器の使い方・お箸・茶碗の持ち方、座り方、肘をつかないなど)、③バランスの良い食事(栄養バランス、食べ過ぎない、好き嫌いせず残さず食べるなど)、④食事のリズムを保つ(食習慣、食べる時間など)、の 4 項目である。

「衣料」では、①一人で着脱ができるようにする、②汚れたら自分から服を着替える、③衣料品を整える(服を自分でたためるようにする、くつを脱いだら下駄箱にしまうなど)、の 3 項目である。

「排泄」では、①排泄習慣をつける(決まった時間に排泄する)、②一人で排泄できる、の 2 項目である。

「清潔」では、①身を清潔に保つ(歯磨きをする、手洗いうがいをする、毎日お風呂にはいる、朝起きたら顔を洗う、タオル・ハンカチで手を拭く)、②どのタイミングで手を洗うかなど判断できるようにする(トイレに行った後手を洗う)、③自

分で使ったものは自分で片付ける(整理整頓)、の 3 項目である。

「社会的生活習慣」に関しては、①マナー・ルールを守る(咳、くしゃみをするとき手で押さえる、交通ルールを守る)、②挨拶ができるようにする、③髪の毛を整える、の 3 項である。

最後に、「遊び・運動」に関しては、①他人と関わる・友達と遊ぶ、②外で遊ぶ・運動する、の 2 項である。

表1. 学生が挙げた「就学前までに定着させたい生活習慣」の一覧

|     | 質問項目  |     | 質問項目  |
|-----|---|-----|---|
| 問1  | 十分な睡眠をとる  | 問11 | 衣料品を整える(服を自分でたためるようにする、くつを脱いだら下駄箱にしまうなど)                    |
| 問2  | 自分で朝起きられるようにする  | 問12 | 排泄習慣をつける(決まった時間に排泄する)                                       |
| 問3  | 早寝早起き   | 問13 | 一人で排泄できる  |
| 問4  | 決まった時間に寝て起きる  | 問14 | 身を清潔に保つ(歯磨きをする、手洗いうがいをする、毎日お風呂にはいる、朝起きたら顔を洗う、タオル・ハンカチで手を拭く) |
| 問5  | 3食食べる(朝、昼、晩)  | 問15 | どのタイミングで手を洗うかなど判断できるようにする(トイレに行った後手を洗う)                     |
| 問6  | 食事のマナーを守る(いただきます、ごちそうさまでしたがいえる、くちやくちや食べない、立ち歩かない、(食事中)遊ばない、食器の使い方・お箸・茶碗の持ち方、座り方、肘をつかないなど) | 問16 | 自分で使ったものは自分で片付ける(整理整頓)                                      |
| 問7  | バランスの良い食事(栄養バランス、食べ過ぎない、好き嫌いせず残さず食べるなど)   | 問17 | マナー・ルールを守る(咳、くしゃみをするとき手で押さえる、交通ルールを守る)                      |
| 問8  | 食事のリズムを保つ(食習慣、食べる時間など)  | 問18 | 挨拶ができるようにする   |
| 問9  | 一人で着脱ができるようにする  | 問19 | 髪の毛を整える   |
| 問10 | 汚れたら自分から服を着替える  | 問20 | 他人と関わる・友達と遊ぶ  |
|     |   | 問21 | 外で遊ぶ・運動する   |

#### 調査②

調査①では就学前までに定着させたい幼児の生

活習慣に関して、自由記述により学生にあげさせた。それらを類似性のあるもの同士にまとめ、結果、7カテゴリー21項目にまとまった。

そして調査②では、学生に挙げさせた各項目に関して、重要性の高い順に順位をつけさせた。次に、調査①において自由記述で挙げた際の「重複した数の順位」と、「学生がつけた順位」を Pearson の相関分析により検討した。

まず、調査①では自由記述により「就学前までに定着させたい幼児の生活習慣」を挙げさせた。そこでは多くの重複した項目があった。その項目の「重複数」と、その順位を以下に示す。

表 2. 調査①で自由記述により得た回答の重複数

|     | 質問項目   | 重複数 | 順位 |
|-----|--|-----|----|
| 問1  | 十分な睡眠をとる   | 5   | 11 |
| 問2  | 自分で朝起きられるようにする   | 1   | 19 |
| 問3  | 早寝早起き  | 20  | 3  |
| 問4  | 決まった時間に寝て起きる   | 4   | 12 |
| 問5  | 3食食べる (朝, 昼, 晩)  | 22  | 2  |
| 問6  | 食事のマナーを守る (いただきます, ごちそうさまでしたがいえる, くちやくちや食べない, 立ち歩かない, (食事中) 遊ばない, 食器の使い方・お箸・茶碗の持ち方, 座り方, 肘をつかないなど) | 19  | 4  |
| 問7  | バランスの良い食事 (栄養バランス, 食べ過ぎない, 好き嫌いせず残さず食べるなど)   | 14  | 7  |
| 問8  | 食事のリズムを保つ (食習慣, 食べる時間など)   | 4   | 12 |
| 問9  | 一人で着脱ができるようにする   | 15  | 5  |
| 問10 | 汚れたら自分から服を着替える   | 1   | 19 |
| 問11 | 衣料品を整える (服を自分でたためるようにする, くつを脱いだら下駄箱にしまうなど)   | 6   | 9  |
| 問12 | 排泄習慣をつける (決まった時間に排泄する)   | 4   | 12 |
| 問13 | 一人で排泄できる   | 15  | 5  |
| 問14 | 身を清潔に保つ (歯磨きをする, 手洗いがいをする, 毎日お風呂にはいる, 朝起きたら顔を洗う, タオル, ハンカチで手を拭く)                                   | 33  | 1  |

|     |   |    |    |
|-----|---|----|----|
| 問15 | どのタイミングで手を洗うかなど判断できるようにする (トイレに行った後手を洗う)  | 2  | 17 |
| 問16 | 自分で使ったものは自分で片付ける (整理整頓)                   | 4  | 12 |
| 問17 | マナー・ルールを守る (咳, くしゃみをするとき手で押さえる, 交通ルールを守る) | 3  | 16 |
| 問18 | 挨拶ができるようにする                               | 10 | 8  |
| 問19 | 髪の毛を整える                                   | 1  | 19 |
| 問20 | 他人と関わる・友達と遊ぶ                              | 2  | 17 |
| 問21 | 外で遊ぶ・運動する                                 | 6  | 9  |

その結果、最も多かったのが、問 14 の「身を清潔に保つ」であり、2 番目が「3 食食べる」、3 番目が「早寝早起き」の順で多くの回答を得た。

そして次に、これらの項目を重要度の高い順に順位をつけさせた。以下にその結果を示す。

表 3. 各項目における学生が選んだ順位

|    | 質問項目   | 学生が選んだ順位 |
|----|--|----------|
| 問1 | 十分な睡眠をとる   | 1        |
| 問2 | 自分で朝起きられるようにする   | 20       |
| 問3 | 早寝早起き  | 9        |
| 問4 | 決まった時間に寝て起きる   | 16       |
| 問5 | 3食食べる (朝, 昼, 晩)  | 2        |
| 問6 | 食事のマナーを守る (いただきます, ごちそうさまでしたがいえる, くちやくちや食べない, 立ち歩かない, (食事中) 遊ばない, 食器の使い方・お箸・茶碗の持ち方, 座り方, 肘をつかないなど) | 3        |
| 問7 | バランスの良い食事 (栄養バランス, 食べ過ぎない, 好き嫌いせず残さず食べるなど)   | 10       |
| 問8 | 食事のリズムを保つ (食習慣, 食べる時間など)   | 13       |
| 問9 | 一人で着脱ができるようにする   | 5        |

|     |   |    |
|-----|---|----|
| 問10 | 汚れたら自分から服を着替える  | 18 |
| 問11 | 衣料品を整える（服を自分でたためるようにする、くつを脱いだら下駄箱にしまうなど）                    | 19 |
| 問12 | 排泄習慣をつける（決まった時間に排泄する）                                       | 12 |
| 問13 | 一人で排泄できる  | 6  |
| 問14 | 身を清潔に保つ（歯磨きをする、手洗いうがいをする、毎日お風呂にはいる、朝起きたら顔を洗う、タオル、ハンカチで手を拭く） | 4  |
| 問15 | どのタイミングで手を洗うかなど判断できるようにする（トイレに行った後手を洗う）                     | 15 |
| 問16 | 自分で使ったものは自分で片付ける（整理整頓）                                      | 13 |
| 問17 | マナー・ルールを守る（咳、くしゃみをするとき手で押さえる、交通ルールを守る）                      | 7  |
| 問18 | 挨拶ができるようにする   | 8  |
| 問19 | 髪の毛を整える   | 21 |
| 問20 | 他人と関わる・友達と遊ぶ  | 11 |
| 問21 | 外で遊ぶ・運動する   | 17 |

その結果、問1「十分な睡眠をとる」が1位で、問5の「3食食べる」が2位、問16の「食事のマナーを守る」が3位であった。

そして、以上の「重複数における順位」と「学生が選んだ、就学前までに定着させたい幼児の生活習慣の順位」の両群を Pearson の相関分析を用い検討した。その結果、有意な相関が確認できた ( $r = .68, p < .01$ )。

表4. 「調査①で挙げられた内容の重複数の順位」と「学生が選んだ順位」の相関

|                          | 相関係数   |
|--------------------------|--------|
| 「重複数の順位」と「学生が選んだ順位」の相関係数 | .68*** |

注) 調査①における「重複した数」を順位づけし、その順位と「学生が選んだ順位」の両群で相関分析を行った。

(\*\*\* =  $p < .01$ )

以上の結果から、これらの順位には多少のばらつきは存在するが、有意のある高い相関係数も確認され、概ねこれら結果に近い程度の重要性を認識していることが明らかになった。

### 調査③

調査①では就学前までに定着させたい幼児の生活習慣に関して、学生に考えをあげさせた。それらを類似性のあるもの同士にまとめ、結果、7カテゴリ21項目にまとまった。それらを精選するため、調査②では、調査①で得られた21項目を質問項目として用い、それぞれの内容・項目に関して、保育士養成校の学生に順位をつけさせた。

次に調査①で自由記述によりえられた回答をまとめた際の「重複数」と、学生がつけた「順位」を Pearson の相関分析により検討し、有意性が確認できた。

調査③では調査①で得られた21項目を質問項目として用い、質問紙調査により5件法で調査を行なった。

重要性が高いほど大きい数字をつけさせ、重要性が低いほど小さい数字をつけさせた。その結果を集計し、「1」、「2」を答えたものを低群、「4」、「5」と答えたものを高群に分け、「3」を選択したものは半分ずつ低群、高群に分け入れた。余りが出た場合は0.5ずつそれぞれに足した。その手法で分類したものを適合度の検定を用い分析した。また、より正確な内容を求めるためにも、有意水準は0.01に設定した。

表5. 尺度の記述統計

|         | N  | M    | SD  | MAX. | MIN. |
|---------|----|------|-----|------|------|
| 尺度の記述統計 | 35 | 4.39 | .32 | 4.97 | 3.37 |

注) 本調査は5件法で問うた。示されている数値は人数を除き全項目における平均値である。

集計した結果、全体平均は4.39であった。最大値は4.97であり、最低値は3.37であった。標準偏差は0.32であった(表5)。

表6. 全項目の記述統計

|       | N  | M    | SD  | MAX. | MIN. |
|-------|----|------|-----|------|------|
| 問1*** | 35 | 4.97 | .17 | 5    | 4    |
| 問2**  | 35 | 3.51 | .87 | 5    | 2    |
| 問3*** | 35 | 4.51 | .6  | 5    | 3    |
| 問4*** | 35 | 4.23 | .8  | 5    | 2    |
| 問5*** | 35 | 4.86 | .42 | 5    | 3    |

|        |    |      |      |   |   |
|--------|----|------|------|---|---|
| 問6***  | 35 | 4.77 | .42  | 5 | 4 |
| 問7***  | 35 | 4.47 | .55  | 5 | 3 |
| 問8***  | 35 | 4.11 | .71  | 5 | 3 |
| 問9***  | 35 | 4.71 | .51  | 5 | 3 |
| 問10*** | 35 | 3.91 | .75  | 5 | 2 |
| 問11*** | 35 | 4.17 | .74  | 5 | 3 |
| 問12*** | 35 | 4.03 | .97  | 5 | 1 |
| 問13*** | 35 | 4.77 | .54  | 5 | 3 |
| 問14*** | 35 | 4.71 | .51  | 5 | 3 |
| 問15*** | 35 | 4.21 | .72  | 5 | 3 |
| 問16*** | 35 | 4.46 | .6   | 5 | 3 |
| 問17*** | 35 | 4.69 | .57  | 5 | 3 |
| 問18*** | 35 | 4.77 | .48  | 5 | 3 |
| 問19*   | 35 | 3.37 | 1.04 | 5 | 1 |
| 問20*** | 35 | 4.51 | .69  | 5 | 2 |
| 問21*** | 35 | 4.43 | .73  | 5 | 2 |

Note: 本調査は5件法で問うた。

(\* =  $p < .10$ , \*\* =  $p < .05$ , \*\*\* =  $p < .01$ )

21項目における適合度の検定において、問1、問3、問4、問5、問6、問7、問8、問9、問10、問11、問12、問13、問14、問15、問16、問17、問18、問20、問21において有意な結果が確認された。問2 ( $\chi^2(4.83)$ ,  $df=1$ ,  $p=.03$ ), 問19 ( $\chi^2(2.31)$ ,  $df=1$ ,  $p=.13$ ) の項目においては有意な結果が確認されなかった。そのため、有意水準を通過したこれら19項目を「就学前までに定着させたいと考える幼児の生活習慣」の項目として本論では見出した。

結論として、本研究で見出した「学生が考える幼児の就学前までに定着させたい生活習慣」は、以下の19項目が挙げられた。

「睡眠」では、①十分な睡眠をとる、②早寝早起き、③決まった時間に寝て起きる、の3項である。

「食」では、①3食食べる(朝、昼、晩)、②食事のマナーを守る(いただきます、ごちそうさまでしたがいえる、くちやくちや食べない、立ち歩かない、(食事中)遊ばない、食器の使い方・お箸・茶碗の持ち方、座り方、肘をつかないなど)、③バランスの良い食事(栄養バランス、食べ過ぎない、好き嫌いせず残さず食べるなど)、④食事のリズムを保つ(食習慣、食べる時間など)、の4項目である。

「衣料」では、①一人で着脱ができるようにす

る、②汚れたら自分から服を着替える、③衣料品を整える(服を自分でたためるようにする、くつを脱いだら下駄箱にしまうなど)、の3項目である。

「排泄」では、①排泄習慣をつける(決まった時間に排泄する)、②一人で排泄できる、の2項目である。

「清潔」では、①身を清潔に保つ(歯磨きをする、手洗いうがいをする、毎日お風呂にはいる、朝起きたら顔を洗う、タオル・ハンカチで手を拭く)、②どのタイミングで手を洗うかなど判断できるようにする(トイレに行った後手を洗う)、③自分で使ったものは自分で片付ける(整理整頓)、の3項目である。

「社会的生活習慣」に関しては、①マナー・ルールを守る(咳、くしゃみをするとき手で押さえる、交通ルールを守る)、②挨拶ができるようになる、の2項目である。

最後に、「遊び・運動」に関しては、①他人と関わる・友達と遊ぶ、②外で遊ぶ・運動する、の2項である。

表7. 調査により見出された項目  
就学前までに定着させたい幼児の生活習慣

|    | 質問項目  | 質問項目   |
|----|---|--|
| 問1 | 十分な睡眠をとる  | 問11<br>衣料品を整える(服を自分でたためるようにする、くつを脱いだら下駄箱にしまうなど)                    |
| 問3 | 早寝早起き   | 問12<br>排泄習慣をつける(決まった時間に排泄する)                                       |
| 問4 | 決まった時間に寝て起きる  | 問13<br>一人で排泄できる  |
| 問5 | 3食食べる(朝、昼、晩)  | 問14<br>身を清潔に保つ(歯磨きをする、手洗いうがいをする、毎日お風呂にはいる、朝起きたら顔を洗う、タオル・ハンカチで手を拭く) |
| 問6 | 食事のマナーを守る(いただきます、ごちそうさまでしたがいえる、くちやくちや食べない、立ち歩かない、(食事中)遊ばない、食器の使い方・お箸・茶碗の持ち方、座り方、肘をつかないなど) | 問15<br>どのタイミングで手を洗うかなど判断できるようにする(トイレに行った後手を洗う)                     |
| 問7 | バランスの良い食事(栄養バランス、食べ過ぎない、好き嫌いせず残さず食べるなど)   | 問16<br>自分で使ったものは自分で片付ける(整理整頓)                                      |

|     |                        |     |  |
|-----|------------------------|-----|--|
| 問8  | 食事のリズムを保つ（食習慣、食べる時間など） | 問17 | マナー・ルールを守る（咳、くしゃみをするとき手で押さえる、交通ルールを守る） |
| 問9  | 一人で着脱ができるようにする         | 問18 | 挨拶ができるようにする                            |
| 問10 | 汚れたら自分から服を着替える         | 問20 | 他人と関わる・友達と遊ぶ                           |
|     |                        | 問21 | 外で遊ぶ・運動する                              |

#### 4. 総合考察

本調査では、現代の保育者養成校で学んでいる学生を対象に、就学前までに定着させたい幼児の生活習慣は何かを調査した。調査は三段階に分けて行った。調査①においては「就学前までに定着させたい幼児の生活習慣」を自由記述で問い、その結果 21 項目が挙げられた。調査②においては 21 項目の重要性を問うた。具体的には重要度が高い順に順位づけさせた。そして調査①の自由記述で問うたその回答を分類する際に、同じ意見が重なった数、すなわち「重複数」を多い順に順位付けし、それらを順位同士で Pearson の相関分析を用い検討した。結果、有意な高い相関関係が確認された。調査③では 21 項目を 5 件法で量的に問うた。それを「高群」、「低群」に分け適合度の検定を用い分析した結果、問 2 と問 19 を除き有意性が確認された。以上の結果から、本報の結論として、「保育士志願学生が考える、就学前までに定着させたい幼児の生活習慣」としては、問 2 「自分で朝起きられるようにする」と問 19 「髪の毛を整える」を除いた 19 項目が採択された。

この 2 項目は、なぜ有意差が確認できなかったのか。問 2 に関しては、就学前までにということ朝の目覚めの自立は年齢的に早いという感覚と、目覚まし時計などツールを使用せず、幼児が自助努力のみで起きられるようにさせるのではないかと、という解釈が働き、結果的に低い順位となり有意性も確認できなかったのではないかと考える。

問 19 に関しては、この項目の内容は「基本的生活習慣」ではなく「社会的生活習慣」であると考えられる。また「社会的生活習慣」のカテゴリーのその他下位項目と比較しても、「髪の毛を整える」ことは高度なことであると考えられる。髪の毛を整えるという行為は、「清潔」の一つと考えられなくもないが、それよりも「人と対面する際に自分自身が恥じをかかない」、また「相手の気分を害さ

ない」という面の方が強いと考えられよう。おそらく、幼児において社会的生活習慣の確立はもう少しゆとりをもってよいと判断した学生が多いため、この項目に関しても低い順位となり有意性も確認できなかったのではないかと考える。

最後に本論の課題として、調査対象者数に限りがあったことがあげられる。今後の幼児教育や生活科学の発展のためにも被験者数を増やし、継続的な調査を行っていく必要があると考える。

また、解釈に幅をとりすぎていたことも課題として挙げられよう。特に有意差が確認できなかった問 2、問 19 に関しては、生活実態を最もイメージしにくい項目であろう。解釈に一定の基準をもたせることで今以上によりよい研究結果が得られ、研究の発展にも寄与でき得ると考える。その他、今後の幼児教育・生活科学の発展のためにも、この結果を踏まえ様々な相関関係および因果関係を追求していくことが、基礎研究において求められていくのではないかと考える。

#### 5. 謝辞

本調査に協力していただいた学生諸子、また場のセッティングをしてくださりました学校スタッフの方々に、心から感謝申し上げます。誠にありがとうございました。

#### 参考文献

- [1] 文部科学省. “子どもの育ちの現状と背景”, [https://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo3/siryo/attach/1395404.htm](https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo3/siryo/attach/1395404.htm), 2020年2月28日取得.
- [2] 高岡純子・田村徳子・荒牧美佐子. “第5回 幼児の生活アンケート レポート [2016] 第1章 幼児の生活”. ベネッセ教育総合研究所, [https://berd.benesse.jp/up\\_images/textarea/jisedai/research/yoji-anq\\_5/YOJI\\_chp1\\_P13\\_35.pdf](https://berd.benesse.jp/up_images/textarea/jisedai/research/yoji-anq_5/YOJI_chp1_P13_35.pdf), 2020年2月29日取得.
- [3] NHK. “若者を中心に“目”が… “スマホの見過ぎ”で斜視に?”. News Watch 9, <https://www9.nhk.or.jp/nw9/digest/2019/06/0613.html>, 2020年4月27日取得.
- [4] 東京都教職員研修センター. “第13回 東京都公立幼稚園5歳児の運動能力に関する調査研究”, [https://www.kyoiku-kensyu.metro.tokyo.jp/09seika/reports/files/bulletin/h28/materials/h28\\_16\\_04.pdf](https://www.kyoiku-kensyu.metro.tokyo.jp/09seika/reports/files/bulletin/h28/materials/h28_16_04.pdf), 2020



年2月28日取得。

[5] 厚生労働省. “平成22年乳幼児身体発育調査保育報告書”,

<https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi/2r9852000001tmct-att/2r9852000001tmea.pdf>, 2020年2月29日取得.

[6] スポーツ庁. “令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果”,

[https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922\\_00001.html](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922_00001.html), 2020年2月28日取得.

[7] 厚生労働省. 保育所保育指針解説. フレーベル館, 2018.

[8] 谷田貝公昭・高橋弥生. 基本的生活習慣の発達基準に関する研究. 目白大学短期大学部研究紀要(45), 67-81, 2008.

[9] 大辞林. “大辞林 第三版の解説 ハビトゥス【habitus】” コトバンク,

<https://kotobank.jp/word/%E3%83%8F%E3%83%93%E3%83%88%E3%82%A5%E3%82%B9-116001>, 2020年2月11日取得.

(受付日: 2020年5月7日, 受理日: 2020年7月29日)

### 渡辺 直人 (わたなべ なおと)

現職: 和歌山信愛女子短期大学 保育科 (助教)

上越教育大学大学院 学校教育研究科

教科・領域教育専攻 生活・健康系コース (家庭) 修了 (修士)

専門は家政学・幼児教育. 子ども・家庭・生活という3つの視点から教育課題へのアプローチを目指す.