

乳幼児の基本的生活習慣の獲得に関する研究 3

— 保育者調査にみる排泄、清潔、着脱衣習慣の獲得と指導 —

Research on the Fundamental Habits of Daily Living in Early Childhood 3
— Acquisition of Habits and Its Instruction Relating to Excretion, Cleaning, and
Taking off and Putting on Clothes from a Survey Conducted among Childcare Workers —

鷲 見 裕 子

Hiroko Sumi

宮 崎 つ た 子

Tsutako Miyazaki

(要 約)

保育者を対象に、子どもの排泄と清潔、着脱衣の生活習慣の獲得過程の変化とその指導について調査した。保育者が感じる習慣の獲得時期は排泄では遅くなるとする傾向が、清潔は早くなるとする傾向がみられた。排泄と着脱衣の獲得項目には保育職の経験の長さにより有意差があるものがあつた。保育の場では各習慣を獲得するための指導において発達に即した個別対応がなされていた。また、習慣を身につけるだけでなく、獲得過程での意欲や達成感を育むことを大切にする指導もなされていた。さらに、習慣の獲得には家庭との連携は不可欠であるため、園での子どもの様子や取り組みを伝えるなどして子どもの状況を共有するとともに、生活習慣の大切さを保護者に伝えて意識を高める努力がなされていた。

(キーワード)

排泄習慣 清潔習慣 着脱衣習慣 保育者 指導

I. 緒 言

子どもが健全に成長し、人として社会生活を営む上で身につけておかなければならない一つが基本的生活習慣である。基本的生活習慣とは、日常生活に必要な行動で繰り返し行われる生活行動の中、最も基本的な食事、睡眠、排泄、清潔、着脱衣の5つの習慣にあたる。この5つの習慣を身につけることが幼児期の重要な発達課題とされ、その獲得は子どもの精神面の発達にも大きく関与するとされている¹。

幼児期に基本的生活習慣を獲得するためには、大人が子どものモデルとなる必要があり²、家庭環境とともに保護者の意識や姿勢が子どもの生活習慣獲得に対して重要である。近年、我が国の家庭環境は核家族化、少子化の進行、共働き家庭の増加など社会状況が変化しており、「家庭の教育力の低下」も問題視された中で、生活習慣獲得の困難や生活習慣の乱れが子どもの日常生活に対し様々な影響を及ぼしていることが分かっている³。また、基本的生活習慣はこれまでは家庭生活で獲得されるとの前提から、今では集団保育の場が担う割合が大きくなり、その取り組みの重要性が増している⁴。実際に「幼稚園教育要領⁴」や「保育所保育指針⁵」にも発達に即した自立に向けた支援や家庭との連携の重要性が示されている。

筆者らは、子育て支援の取り組みの基礎資料を得る目的で基本的生活習慣に関する調査研究を行って

きた。これまでに、子どもの年齢ごとに基本的生活習慣の獲得における保護者の不安意識や子育て意識は習慣ごとに異なり、子育て支援広場利用者とその支援者間でそれらの意識に差があることを報告した⁶⁻⁸。また、食と睡眠の習慣と保護者の育児意識との関連を示した⁹。さらに、保護者への調査から現在の乳幼児の基本的生活習慣獲得時期の基準が変化している実態を明らかにした¹⁰。本報では、保育者への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の調査より、前報¹¹の乳幼児の食事と睡眠習慣に続き、排泄、着脱衣、清潔の3習慣の獲得と指導状況について報告する。

II. 方法

平成28年3月にA県内の調査に協力の得られた保育園（17園）に対して、園の責任者に依頼文を添えて当該園の保育者を対象とした無記名自記式調査票を郵送にて配布し、郵送回収をした。

調査票は保育者自身が日頃感じている基本的生活習慣の獲得時期と指導上の留意点について選択肢と自由記述で構成した。内容は①基礎属性、②5つの基本的生活習慣の獲得過程（獲得時期の変化）については、高橋ら¹²により発達基準が示されている項目については質問紙に明示し、「早くなった」、「変わらない」、「遅くなった」の選択肢と具体的な内容の自由記述での回答を求めた。③保育の場での基本的生活習慣を指導する上での留意点については、留意点の有無と具体的な指導内容の記述を求めた。なお、②の獲得時期のうち今回報告する3つの習慣の項目と明示した基準を表1に示した。

表1 質問紙に提示した発達基準

排泄		清潔		着脱衣	
排泄後の通告	2歳6ヶ月	就寝前の歯磨き	1歳6ヶ月	脱ごうとする	1歳6ヶ月
排泄前の通告	3歳	歯磨きの自立	5歳	着ようとする	2歳
オムツ離れ	3歳6ヶ月	手洗いの自立	2歳6ヶ月	着脱衣の自立	3歳6ヶ月
排尿の自立	3歳6ヶ月	石鹸の使用	3歳	靴着脱の自立	2歳6ヶ月
排便の自立	4~5歳	洗顔の自立	3歳	前釦掛け外し	3歳6ヶ月

分析は各項目でデータを集計し、保育職の経験年数で層別にして χ^2 検定で分析した。統計分析にはSPSS19.0を用いて危険率5%未満を有意とした。また、指導に関する自由記述は、高橋ら¹²が示した具体的な指導方法の項目を参考に分類した。

倫理的配慮として、調査票には研究の主旨や調査結果は個人を特定するものでないこと、回答内容で対象者が不利益になることはない等を紙面に示し、返信をもって同意を得た。なお、本研究は高田短期大学研究倫理委員会の承認（高短第956-3号）を得て実施した。

III 結果および考察

1. 対象の属性

回答を得た113名より、それぞれの項目で記入不備を除いた排泄91名（有効回答率80.5%）、清潔78名（有効回答率69.0%）、着脱衣75名（有効回答率66.4%）を分析対象とした。性別はほとんど女性であった。その他の基礎属性を表2に示した。

表 2 3 習慣調査ごとの属性

属性		排泄		着脱衣		清潔	
		n=91		n=75		n=78	
		度数	%	度数	%	度数	%
年齢	20代	36	39.6	27	36.0	32	41.0
	30代	21	23.1	17	22.7	19	24.4
	40代	17	18.7	14	18.7	15	19.2
	50代	14	15.4	12	16.0	9	11.5
	60代	1	1.1	1	1.3	1	1.3
	無回答	2	2.2	1	1.3	2	2.6
職場経験	1～5年	27	29.7	20	26.7	25	32.1
	6～15年	26	28.6	24	32.0	24	30.7
	16～25年	19	20.9	16	21.3	16	20.5
	26～年	10	10.9	9	12.0	7	9.0
	無回答	9	9.9	6	8.0	6	7.7
担当児	0歳	16	17.6	12	16.0	15	19.2
	1歳	16	17.6	12	16.0	12	15.4
	2歳	21	23.1	18	24.0	18	23.1
	3歳	17	18.7	12	16.0	15	19.2
	4歳	8	8.8	6	8.0	6	7.7
	5歳	6	6.6	6	8.0	5	6.4
	6歳	1	1.1	1	1.3	0	0.0
	無回答	6	6.6	8	10.7	7	8.9
資格	あり	89	97.8	73	97.3	76	97.4
	なし	2	2.2	2	2.7	2	2.6

年齢は20歳代～30歳代が6割を占めており、保育の職場経験は5年まで、15年まで、16年以上がそれぞれ3割であった。また、ほとんどが有資格者であった。

2. 排泄習慣について

(1) 排泄習慣の獲得

保育者が感じる排泄習慣の獲得についての結果を表3に示した。「排泄習慣の獲得時期に変化を感じたことがあるか」の設問の回答は「ある」が56.0%、「ない」が44.0%で、半数の保育者が排泄習慣獲得過程に変化を感じていた。発達基準を提示した調査項目の結果では、「オムツ離れ時期」は4割、それ以外の項目は5割以上の保育者が獲得時期は「変わらない」と回答していた。変化があるとした回答（「早くなった」もしくは「遅くなった」）をみると、「オムツ離れ時期」は39.6%の保育者が遅くなったと回答した。排泄の通告では「事後通告時期」、「排泄予告時期」が遅くなったと感じる保育者が30%程度あった。また、「排尿の自立時期」、「排便の自立時期」の排泄行動の獲得も遅くなったとの回答が多かった。一方、「排便の規則性（決まった時間に排便できる）のある子どもの数」が減ったとの回答が35.2%あった。

獲得過程の変化の捉え方には保育経験により違いが生じることが推察される。そこで今回は発達基準を提示して調査を行ったが、経験年数による差をみるために保育の職場経験が5年まで、15年まで、16年以上の経験3区分で比較した。その結果、保育職の経験が長い保育者の方が排泄習慣の獲得時期に変

化を感じるとする回答が有意に高かった (p=0.039)。また、「排泄事後通告 (p=0.034)」、「排泄予告 (p=0.012)」、「排尿の自立時期 (p=0.012)」、「排便の自立時期 (p=0.035)」で有意な差がみられ、経験の長い保育者の方が遅くなったと感じ、「排便の規則性がある子 (p=0.037)」では有意に減ったと感じていた。「オムツ離れの時期」では経験による有意差は認められなかった。

保育者が獲得過程の変化した要因をどのように捉えているかを各設問の自由記述の内容より探った。排泄習慣獲得の遅れの要因として、紙オムツの性能の向上とそれへの依存により親の排泄習慣獲得に対する意識の低さが記述にみられた。また、排便の規則性がないことで便秘の子が多い実情が述べられた。

表3 保育者が感じる排泄習慣の獲得の変化

排泄習慣の項目		全体 (n=91)		職場経験年数 (n=82) ¹⁾						検定 ²⁾ P値
				～5年 (n=27)		6～15年 (n=26)		16年～ (n=29)		
		度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	
獲得時期に変化を感じる	ある	51	56.0	12	44.4	13	50.0	22	75.9	0.039 *
	ない	40	44.0	15	55.6	13	50.0	7	24.1	
事後通告 (排泄後の通告) 時期	早くなった	14	15.4	6	22.2	3	11.5	2	6.9	0.034 *
	変わらない	53	58.2	17	63.0	19	73.1	14	48.3	
	遅くなった	24	26.4	4	14.8	4	15.4	13	44.8	
予告 (排泄前の通告) 時期	早くなった	9	9.9	5	18.5	2	7.7	2	6.9	0.012 *
	変わらない	54	59.3	17	63.0	20	76.9	12	41.4	
	遅くなった	28	30.8	5	18.5	4	15.4	15	51.7	
オムツ離れ時期	早くなった	17	18.7	6	22.2	4	15.4	5	17.2	0.209
	変わらない	38	41.8	13	48.1	14	53.8	8	27.6	
	遅くなった	36	39.6	8	29.6	8	30.8	16	55.2	
排尿の自立時期	早くなった	12	13.2	5	18.5	2	7.7	3	10.3	0.012 *
	変わらない	54	59.3	17	63.0	21	80.8	12	41.4	
	遅くなった	25	27.5	5	18.5	3	11.5	14	48.3	
排便の自立時期	早くなった	12	13.2	5	18.5	2	7.7	3	10.3	0.035 *
	変わらない	53	58.2	18	66.7	17	65.4	11	37.9	
	遅くなった	26	28.6	4	14.8	7	26.9	15	51.7	
排便の規則性 (決まった時間に排便できる) 子の数	増えた	6	6.6	4	14.8	1	3.8	0	0.0	0.037 *
	変わらない	53	58.2	18	66.7	12	46.2	18	62.1	
	減った	32	35.2	5	18.5	13	50.0	11	37.9	

1) 職場経験年数の無回答9を除く

2) χ^2 検定 * : P<0.05

(2) 排泄習慣の指導

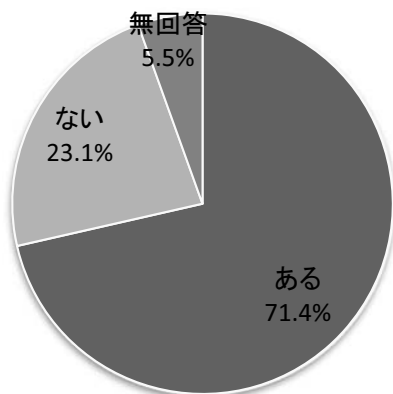


図1 排泄習慣指導の留意点 (n=91)

排泄習慣の指導上の留意事項の有無の結果を図1に示した。排泄の指導で留意していることが「ある」の回答が71.4%の保育者であった。留意事項の有無では保育職の経験により有意な差がみられ(p=0.007)、保育経験が5年までは留意事項は「ない」が、16年以上は「ある」が多い傾向であった。自由記述を確認し、具体的な排泄の指導方法と家庭連携のカテゴリーで内容を分類した。結果を表4に示した。具体的な指導内容は「トイレ誘導」に関する内容が最も多く、時間や活動にあわせて日常の決まった時間に誘導することで習慣づけにつなげる指導と、一人ひとりの排泄間隔での誘導指導がみられた。次

いで多かった項目は「排泄方法」で、特に紙による拭き方の指導がみられた。また、「排泄意識の醸成」や「個人差への配慮」では一人ひとりの発達に合わせて、排泄の大切さや、失敗した時や成功した時の言葉がけなどの対応による配慮がなされ、子どもの排泄に関する正しい意識づけにつながる指導が行われていた。さらに、習慣確立のための「家庭との連携」として、園での様子を伝えるなど、家庭と協力・連携の重要性を示す内容が記述にみられた。

表 4 排泄習慣の指導で留意している内容

記述分類	記述数	記述例
排泄方法・始末	13	<ul style="list-style-type: none"> ・男の子は便器にひっついてすること、女の子はお尻の所まで拭くこと。 ・トイレをきれいに使う。 ・排便後、きれいに自分で拭く練習をする。 ・排便の時はおしりのふき方を個人的に教えている。
トイレ誘導	35	<ul style="list-style-type: none"> ・出なくても一緒にトイレへ行く。 ・子どものおしっこの間隔にだいたい合わせてトイレに誘い、できたらほめる。 ・1歳児 オムツを脱いだ時にトイレに連れて行き言葉を添え促す。 ・活動前後に排泄へ行く。 ・ぬれていない時、トイレやおまるに座らせてみたりする。 ・個々の発達にあわせ時期を逃さず、決まった時間にトイレに誘い、排尿・排便のタイミングをつかんでいく。
排便リズム	4	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの排便リズムを把握し、気長に根気よく進めていく。 ・排泄が毎日でないため、水筒のお茶の減りをチェック。
個人配慮	15	<ul style="list-style-type: none"> ・トイレトレーニングを一人ひとりに合わせて進めている。 ・一人ひとりの子どもの合図を見逃さないようにして「〇〇でたね」とほめてすぐ交換している。 ・年齢ではなく一人ひとりの状態に合わせて進めている。
排泄意識の醸成	21	<ul style="list-style-type: none"> ・おしっこや便が上手に出た時は、ほめて自信につなげる。 ・自分で告げて行けるようになったらほめる。 ・排尿したり排便があったりした時もすばやく気がついてオムツ交換をしていき、さっぱりと気持ちよくなったことを気づいてもらえるようにしていく。 ・トイレで排泄することが気持ちの良いことだと感じられるようにする。 ・トイレトレーニング中に失敗してもしかったりせず、次は行けるように声をかける。
家庭との連携	15	<ul style="list-style-type: none"> ・保育園での様子や排せつの間隔を伝え、家庭でもトイレトレーニングをしてもらうよう声を掛けている。 ・家庭と同じようにすすめていく。 ・排泄の習慣は園、家庭が連携し取り組めるように園での様子、家庭での様子を知らせ合う
その他	7	<ul style="list-style-type: none"> ・排便の際は、どんな便か確認するようにしている。 ・年少になるまでに、できるだけパンツですごせるようになるようにしている。

(n=73 総記述数 96)

以上より、保育者は乳幼児の排泄習慣の獲得について、その時期の変化を半数が感じており、7割が指導で留意していると回答していた。著者らの保護者を対象とした獲得時期の実態調査¹⁰においても、オムツの離脱、排便排尿の通告、排泄の自立時期が遅れてきていた。その大きな要因は、オムツ内の蒸れ（不快感）と尿の吸収量を向上させ続ける紙おむつの普及と、保護者のオムツ依存とトイレトレーニングへの苦手意識といえる。保育現場では、排泄自立は神経系の発達に伴って進んでいく仕組みを理解し、一人ひとりへの直接的な指導がなされていることが伺えた。また、家庭への働きかけも個々の状況に応じて、園と連携して取り組んでいけるように保護者の意欲を高める工夫がみられた。しかし、指導に関して経験年数の若い保育者は留意すべき事項が無いとする傾向がみられた。金山¹³の保育者調査でも保育者の多くは現状では家庭と保育者が同様に排泄の習慣形成に取り組んでいるが、本来は家庭が主導で行うべきとの見解を持っていること、また、保育者の年齢に差異があり、若年者が援助や家庭への働きかけの意識が少ないことが示された。乳幼児が排泄習慣を獲得するためには、保育現場での個別対応と、園と家庭が取り組みを共有し、連携を深めることを保育者全体で共通認識して進めていくことが

重要といえる。

3. 清潔習慣について

(1) 清潔習慣の獲得

保育者が感じる清潔習慣の獲得についての結果を表5に示した。「清潔習慣の獲得時期に変化を感じたことがあるか」の設問に回答は「ある」が42.3%、「ない」が57.7%であった。発達基準を提示した調査項目ではおよそ7割の保育者が獲得時期には変化がないと回答した。変化があるとした回答（「早くなった」もしくは「遅くなった」）をみると、「朝の歯磨きが一人でできる時期」、「一人で手が洗える時期」、「石鹸を使って洗える時期」が早くなったと感じる保育者が多かった。「一人で顔が洗えるようになる時期」については遅くなったが多い傾向であった。

表5 保育者が感じる清潔習慣の獲得の変化

排泄習慣の項目		全体 (n=78)		職場経験年数 (n=72) ¹⁾						検定 ²⁾ P値
				～5年 (n=25)		6～15年 (n=24)		16年～ (n=23)		
		度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	
獲得時期に変化を感じる	ある	33	42.3	9	36.0	11	45.8	10	43.5	0.766
	ない	45	57.7	16	64.0	13	54.2	13	56.5	
就寝前の歯磨き時期	早くなった	14	17.9	1	4.0	6	25.0	5	21.7	0.061
	変わらない	56	71.8	22	88.0	17	70.8	13	56.5	
	遅くなった	8	10.3	2	8.0	1	4.2	5	21.7	
朝の歯磨きが一人でできる時期	早くなった	13	16.7	4	16.0	4	16.7	3	13.0	0.667
	変わらない	61	78.2	21	84.0	18	75.0	18	78.3	
	遅くなった	4	5.1	0	0.0	2	8.3	2	8.7	
一人で手が洗える時期	早くなった	16	20.5	6	24.0	6	25.0	2	8.7	0.477
	変わらない	56	71.8	16	64.0	17	70.8	19	82.6	
	遅くなった	6	7.7	3	12.0	1	4.2	2	8.7	
石鹸を使って洗える時期	早くなった	20	25.6	7	28.0	4	16.7	6	26.1	0.631
	変わらない	50	64.1	16	64.0	18	75.0	13	56.5	
	遅くなった	8	10.3	2	8.0	2	8.3	4	17.4	
一人で顔が洗えるようになる時期	早くなった	3	3.8	1	4.0	1	4.2	1	4.3	0.580
	変わらない	63	80.8	22	88.0	19	79.2	16	69.6	
	遅くなった	12	15.4	2	8.0	4	16.7	6	26.1	

1) 職場経験年数の無回答6を除く

2) χ^2 検定

各設問の自由記述から、「歯磨き」については、年齢・月齢に合わせた乳幼児用の歯ブラシが広く販売されていることと、健診での歯磨き指導で早くからケアする保護者が多く、意識が高いことが挙げられていた。「石鹸の使用」は早くなっている傾向があるが、泡プッシュ式の普及によることと、それに伴い固形石鹸が泡立てられないとの記述がみられた。

また、清潔の習慣獲得時期については保育者の経験年数による有意差がある調査項目はなかった。

(2) 清潔習慣の指導

清潔習慣の指導上の留意事項の有無の結果を図2に示した。清潔習慣の指導で留意していることが「ある」と回答した保育者が61.5%、「ない」は29.5%、無回答が9.0%あった。前述の排泄習慣と同様に具体的な清潔の指導方法と家庭連携のカテゴリーで記述内容を分類した。

結果を表6に示した。具体的な指導内容では「手洗い」に関連したものが最も多く、次いで「うがい」、

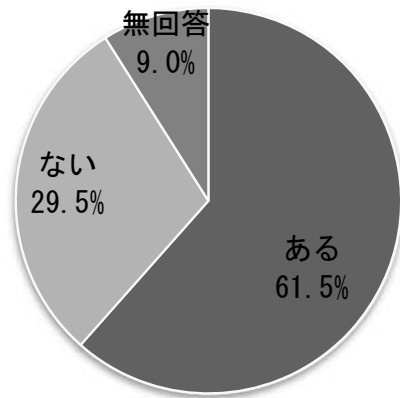


図 2 清潔習慣指導の留意点 (n=78)

「鼻かみ」、「歯磨き」の順であった。「手洗い」、「うがい」は保育者が子どもと一緒に手洗いやうがいを行うことや、手本を見せるなどの方法がとられていた。「鼻かみ」ではまず鼻水が出ていることを伝えて子ども自身に出ていることに気づかせる配慮がみられた。また、清潔の大切さや心地よさを伝えるなど「清潔感の醸成」を意識した記述も多くみられた。指導方法として絵本や歌、ペープサートなど保育実践の取り組みが挙げられていたのが排泄、着脱衣の習慣と異なり特徴的であった。

表 6 清潔習慣の指導で留意している内容

記述分類	記述数	記述例
歯磨き	7	・歯の磨き方など個人によってバラつきがある為、全体で実際にした後、個別で見ながら ・歯磨き、フッ化物洗口による虫歯予防の習慣。
手洗い	44	・排泄後、ごはん前、戸外あそび後等こまめな手洗い。 ・しっかり手が洗えるよううたをうたい指導している。 ・保育士が側について一緒に洗い、消毒をしっかりとする。 ・手洗いは基本。手本を見せて大人からする。 ・過度にきれいにするのではなく、どろんこ等や砂あそびをしてその後は手洗い等を十分に する。
うがい	10	・感染症の流行る時期などは、特に手洗いうがいを徹底させる。 ・うがいなどできるだけ保育士が見本を見せながら一緒に行うようにしている。
鼻かみ	9	・鼻水が出たら出ている事を促し、きれいに拭いてあげたり、拭ける子はティッシュで自分で 拭く。 ・鼻をかむ等気になった時はすぐ声をかける。
個人配慮	5	・月齢に合わせて声をかけた、一緒に行ったり、さりげなく手を添えたりと、その時その子に 合わせて援助していく。
清潔意識の醸成	13	・年齢に応じてであるが、そのことの必要性を知らせ、習慣づきようにしている。 ・きれいになって気持ちよくなることを伝え、大きい子には時に鏡で顔を見て、汚れているこ とも確認させてからきれいにする。 ・毎日の生活の中で、習慣づけていくようにし、“さっぱりした” “気持ちいい” など、子ども が感じられるようにしていく。
家庭との連携	1	・個別で見ながら家庭に協力してもらう。
その他	6	・タオル、おしぼりは個人持ちで、全員分をいっしょに洗わない。 ・清潔と病気、身だしなみの大切さやかかわりについて伝えていきたい。

(n=69 総記述数 82)

以上より、保育者は乳幼児の清潔習慣の獲得について、4割が獲得時期に変化を感じており、6割が指導で留意していると回答した。保護者の調査¹⁰でも、「鼻をかむ」、「顔を洗う」は変化がなかったが、「手洗い」、「歯磨き」、「顔をふく」は獲得が早くなった習慣であった。これらは保護者や社会全体の清潔に関する意識の高さの表われと考えられる。除菌に対する製品や、歯ブラシ、手洗い石鹸など習慣獲得を促す製品の普及が大きいといえる。保育の現場では、具体的な方法の指導にとどまらず、清潔であることの必要性やきれいさ気持ちはいいという感覚を持つことができるような発達を促した指導に留意されていることが伺えた。また、その方法として日常の保育の中での絵本や紙芝居、歌、手遊びなどの教材を使用する間接的な取り組みにより興味関心が高められていた。今後は、保護者にも子どもの清潔意識を育むことの大切さを伝えていくことも重要といえる。

4. 着脱衣習慣について

(1) 着脱衣習慣の獲得

保育者が感じる着脱衣習慣の獲得についての結果を表7に示した。「着脱衣習慣の獲得時期に変化を感じたことがあるか」の設問に回答は「ある」が38.7%、「ない」が61.3%であった。発達基準を提示した調査項目では、「自分から脱ごうとする時期」や「自分から着ようとする時期」の着脱意欲には7割以上の保育者が獲得時期には変化なしと回答した。一方、「簡単な衣服の着脱が一人でできる時期」は変わらないとする保育者は52.0%、「一人で靴の脱ぎ履きできる時期」が変化なしは66.7%であり、ともに「早くなった」と「遅くなった」が同程度であった。「ボタン掛け外し時期」は変化があるとした回答では遅くなったとする保育者が多かった。各設問の自由記述では、家庭での衣服の着脱時に、子どもが自身でしようと試みている時に、保護者が待てずに先に手を出してしまい、子どもの自立を阻んでいるとする記述が多くみられた。

保育者の経験年数による比較では、保育職の経験が長い保育者の方が「自分から着ようとする時期 (p=0.008)」、「前ボタンの掛け外し時期 (p=0.030)」、「後ろボタンの掛け外し時期 (p=0.039)」、では有意な差がみられ経験15年以上の保育者は遅くなったと感じていた。

表7 保育者が感じる着脱衣習慣の獲得の変化

排泄習慣の項目		全体 (n=75)		職場経験年数 (n=69)						検定 ²⁾ P値
				～5年 (n=20)		6～15年 (n=24)		16年～ (n=25)		
		度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	
獲得時期に変化を感じる	ある	29	38.7	7	35.0	10	41.7	11	44.0	0.822
	ない	46	61.3	13	65.0	14	58.3	14	56.0	
自分から脱ごうとする時期	早くなった	4	5.3	0	0.0	2	8.3	2	8.0	0.388
	変わらない	57	76.0	17	85.0	19	79.2	16	64.0	
	遅くなった	14	18.7	3	15.0	3	12.5	7	28.0	
自分から着ようとする時期	早くなった	5	6.7	4	20.0	1	4.2	0	0.0	0.008 **
	変わらない	56	74.7	15	75.0	20	83.3	16	64.0	
	遅くなった	14	18.7	1	5.0	3	12.5	9	36.0	
簡単な衣服の着脱が一人でできる時期	早くなった	16	21.3	7	35.0	5	20.8	0	0.0	0.082
	変わらない	39	52.0	10	50.0	14	58.3	12	48.0	
	遅くなった	20	26.7	3	15.0	5	20.8	11	44.0	
一人で靴を脱ぎ履きできる時期	早くなった	11	14.7	4	20.0	4	16.7	2	8.0	0.288
	変わらない	50	66.7	15	75.0	14	58.3	16	64.0	
	遅くなった	14	18.7	1	5.0	6	25.0	7	28.0	
前ボタンの掛け外し時期	早くなった	13	17.3	7	35.0	2	8.3	2	8.0	0.032 *
	変わらない	43	57.3	10	50.0	17	70.8	13	52.0	
	遅くなった	19	25.3	3	15.0	5	20.8	10	40.0	
後ろのボタンの掛け外し時期	早くなった	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0.039 *
	変わらない	59	78.7	18	90.0	20	83.3	15	60.0	
	遅くなった	16	21.3	2	10.0	4	16.7	10	40.0	

1) 職場経験年数の無回答6を除く

2) χ^2 検定 * : P<0.05 *** : P<0.01

(2) 着脱衣習慣の指導

着脱衣習慣の指導上の留意事項の有無の結果を図3に示した。着脱衣の習慣の指導で留意していることが「ある」と回答した保育者が70.7%、「ない」は22.7%、無回答6.7%であった。前述と同様に具体的な着脱衣の指導方法と家庭連携のカテゴリーで記述内容を分類した。結果を表8に示した。具体的な指導内容では自分でしようとする意欲・行動を大切に、自立を促す指導の記述が主であった。

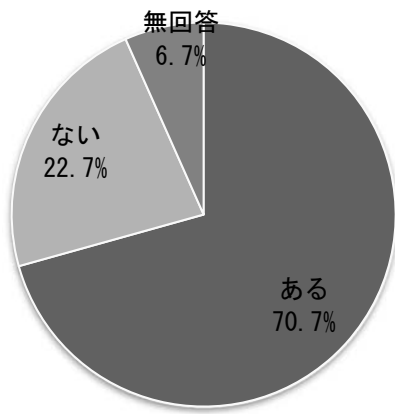


図3 着脱衣習慣指導の留意点 (n=75)

子ども自身が取り組みやすいような衣類や場の環境を整える配慮がなされていた。指導方法では見守りや声掛け、反復等、子ども個々の成長段階にあわせた援助がみられ、できた時には褒めて自信につなげ、次のステップへと導いていた。また、着脱ができる機能の発達を促すために遊びの場面を取り入れるなどの工夫もみられた。

以上より、着脱衣習慣の獲得について変化を感じている保育者は4割であった。著者らの獲得時期調査¹⁰では着脱衣に対する子どもの意欲の時期には変化はないが、着脱動作は早くなっている実態が明らかになった。この一因は衣服の形態や素材の変化により着脱が容易な衣服

の普及が大きいといえる。着脱容易な衣服は、着脱させる援助側だけでなく、着脱動作を獲得しようとする子どもにとっても利点である。園では子どもの発達や意欲に即して、個別に適切な指導が留意されていることも分かった。一方、保育者は子どもが衣服の着脱に興味・意欲があるのに家庭では時間が取れない、待てないなど保護者の都合により獲得を育む対応がなされていないとの危惧を感じていた。高橋ら¹⁴も着脱衣習慣の獲得には園での援助が必要で、家庭生活での経験が十分でないと報告しており、保護者への働きかけと連携が重要といえる。また、ボタンかけに関しては遅くなる傾向がみられ、ボタンかけと関連の深い手指の巧緻性の低下が指摘され、生活様式の変化と経験不足によるものと考えられている。着脱衣の直接的な動作指導だけでなく、手指動作や身体機能の発達に着目した遊びや生活動作と結び付ける指導を積極的に取り入れていくべきである。

表8 着脱衣習慣の指導で留意している内容

記述分類	記述数	記述例
着脱法	23	<ul style="list-style-type: none"> 着替える際に上下を全部脱ぐのではなく、どちらか片方ずつ着替えるように言葉かけしている。 ズボン、上着など着やすいように並べておく。 遊びの中で身につけられるよう保育士が見本を見せたあと、着脱の動きへとつなげる。 ボタン、靴などは遊びの中で練習したりする。 ズボンの着脱に興味をもたせ、楽しみながら着脱の仕方を伝えていく。 着脱の仕方をくり返し知らせ、少しずつ自分でできるようにしていく。 一つ一つの動作を言葉で伝えたり、見守ったり、一緒に進めていく。
衣服整理	2	<ul style="list-style-type: none"> 脱いだらたたむ、靴下はまとめる。
身だしなみ	6	<ul style="list-style-type: none"> 身だしなみを自ら意識して整えられるように声をかけ伝えていた。
衣服配慮	5	<ul style="list-style-type: none"> 自分で脱いだり着たくなってきたら、ロンパースはやめて脱ぎ着しやすいものにしてもらう
個人配慮	5	<ul style="list-style-type: none"> 体の動かし方や袖をぬく力の入れ方をひとりひとりどこが難しいのかをみきわめる。
着脱意識の醸成	48	<ul style="list-style-type: none"> 一人でできそうなことは、時間がかかってもなるべく自分でできるようにする。 自分でしたいという気持ちが出てきたら、一つ一つの方法を知らせて着脱を一緒に行う。 何回か着脱をすることで練習になり、できるようになるまで見守り声をかける。 意欲を大切に、できたことを喜べるように。 子どもが成長していく時には必ず着脱に興味をもったり、やりたいという気持ちが出てくるので、それを見逃さないようにして、その都度伝えていくようにする。 自分でしやすいものにしてもらい、できた、やりたい気持ちを大切に。 できない所は、それとなく援助し、できたという達成感を味わえるようにする。
家庭との連携	4	<ul style="list-style-type: none"> 保護者が手を出してしまったり、自分で完全に着ずに一人でできちんとできた状態でない事が多いので、子どもや保護者に伝えている。 園でも“こんなことができましたよ”と知らせ、家庭でも子どもが自分でやってみようという気持ちを持つよう保護者にこまめに伝えている。
その他	2	<ul style="list-style-type: none"> 着脱時など時間に余裕をもてるような生活をする。

(n=77 総記述数 91)

IV まとめ

保育者を対象に、子どもの排泄と清潔、着脱衣の生活習慣の獲得過程の変化とその指導について調査した。獲得過程では排泄が5割、清潔と着脱衣は4割の保育者が変化を感じていた。習慣の獲得時期については排泄では遅くなったとする傾向が、清潔は早くなったとする傾向がみられた。排泄と清潔、着脱衣の獲得には紙おむつや清潔・衛生用品、着脱しやすい衣服の普及などの物的要因と保護者の各習慣に関する意識によるところが大きいと捉えられていた。また、保育の経験年数により獲得時期の捉えに有意な差もみられた。

子どもが各習慣を獲得するためになされる保育現場での指導は、発達に即した個別対応が丁寧になされていた。また、習慣を身につけさせるだけでなく、獲得過程で子どもがもつ意欲や達成感、快感覚を得ることを大切にする指導が伺えた。さらに、家庭との連携した習慣獲得のために、園での様子や取り組みをこまめに知らせるなどにより子どもの状況を共有するとともに、発達に即して生活習慣を身につけていくことの大切さを保護者に伝えていく地道な努力がなされていた。

本研究の一部は第67回小児保健協会学術集会（米子市）において発表しました。

謝辞

本研究を行うにあたり、調査にご協力いただきました保育園の先生方に心より感謝申し上げます。また、研究を進めるにあたり高田短期大学育児文化研究センター、グループ研究③「子どもの基本的生活習慣と育児」の研究メンバーの皆さまより貴重なご意見、ご助言をいただきましたことに御礼申し上げます。

参考文献

- 1 松田純子：幼児の生活をつくる－幼児期の「しつけ」と保育者の役割－，実践女子大学生生活科学部紀要，48，95-105（2011）
- 2 松田純子：幼児期における基本的生活習慣の形成－今日的意味と保育の課題－，実践女子大学生生活科学部紀要，51，7-76（2014）
- 3 瀧名陽子：幼児教育の変化と幼児教育の社会学，教育社会学研究，88，87-102（2011）
- 4 文部科学省：幼稚園教育要領解説，フレーベル館（2018）
- 5 厚生労働省：保育所保育指針解説書，フレーベル館（2018）
- 6 鷺見裕子，宮崎つた子，寶來敬章：子育て支援者育成に関する研究－保護者と支援者に対する「子どもの食事」に関する調査，高田短期大学紀要，32，143-150（2014）
- 7 宮崎つた子，鷺見裕子，寶來敬章：子育て支援のための基本的生活習慣に関する研究－保護者と子育て支援者に対する調査より－，高田短期大学育児文化研究，9，21-28（2014）
- 8 鷺見裕子，宮崎つた子：子育て支援のための基本的生活習慣に関する研究(2)－広場利用保護者と支援者の子育て意識の検討－，高田短期大学育児文化研究，10，21-31（2015）
- 9 鷺見裕子，宮崎つた子：子育て支援のための基本的生活習慣に関する研究(3)－子育て広場を利用する乳幼児

乳幼児の基本的な生活習慣の獲得に関する研究 3

- の食と睡眠一、高田短期大学育児文化研究, 11, 37-43 (2016)
- 10 鷺見裕子, 宮崎つた子: 乳幼児の基本的な生活習慣の獲得に関する研究, 高田短期大学紀要, 36, 61-73 (2018)
 - 11 鷺見裕子, 宮崎つた子: 乳幼児の基本的な生活習慣の獲得に関する研究 2 - 保育者調査にみる食事と睡眠習慣の獲得と指導一、高田短期大学育児文化研究, 13, 9-17 (2018)
 - 12 高橋弥生, 嶋崎博嗣: 新・保育内容シリーズ 1 健康, 一藝社, 16-17 (2011)
 - 13 金山美和子: 幼稚園・保育所における排泄の習慣形成に関する考察 - 保育者の意識調査から見た幼児の援助と家庭連携について一, 上田女子短期大学児童文化研究所報, 28, 15-26 (2006)
 - 14 高橋美登梨, 川端博子, 嶋海多恵子: 集団保育における着脱動作の対する保育者の意識, 日本家政学会誌, 67, 151-160 (2016)