

〈原著論文〉

乳幼児期の身体づくりに関する調査研究 - 0・1歳児の身体発達の現状と課題に関する質問紙調査から -

Investigative research on physical development in infancy
- From a questionnaire survey on the current state and issues of physical development of
0-1 year old children -

岸本 みさ子¹

要旨

保育者が感じている子ども達の身体発達に関する現状と課題を明らかにし、身体づくりに取り組む保育現場の環境として、どのようなことが重要だと認識しているかを明らかにすることを目的とする。0歳児から5歳児の担任をしている保育者で尚且つ、WARAリズム®の運動プログラムに関わる保育者30名を対象に質問紙調査を実施した。

結果、0歳児と1歳児の子ども達は身体の育ちが未熟であると感じている保育者が多く、ハイハイの期間が短い、体幹保持が難しいという現状や、主体的に活動する意欲が低下しているという現状が明らかとなった。このような課題を改善するために、園全体で身体づくりに取り組む保育環境づくりが重要であると考えている保育者が多いことが明らかとなった。

キーワード：乳幼児, 身体づくり, 運動発達

Infants, body building, motor development

I はじめに

子どもの身体の課題について、子どものからだと心白書(2021)では、1979年から2020年までの各施設における「子どものからだの調査」結果が報告されている。保育所で最近増えている“からだのおかしさ”の実感ワースト第1位を年度別に見ると、1979年は虫歯、1990年と1995年はアレルギー、2000年はすぐ「疲れた」と言う、2005年と2010年は皮膚がかさかさ、2015年には再度アレルギーとなり、2020年は保育中じっとしていないという回答となっている。また、常に上位3位内に入っている内容として「背中ぐにゃ」という項目が挙がっている。これは姿勢の保持や体幹の育ちの未熟さを表している。更に、幼稚園を対象とした実感調査の結果は、調査が始まった1990年から2015年まで第1位がアレルギーとなっており、2020年の結果は保育所同様、保育中じっとしていないという項目が挙がっている。各年度で上位3位以内に入っている項目は、すぐ「疲れた」という、背中ぐにゃ、

皮膚がかさかさという課題である。保育・教育の現場にいる保育者は、約50前から子どものからだのおかしさを実感しており、課題として捉えているという現状があるといえる。

岸本ら(2021)が保育者を対象に子どもの身体について実施した質問紙調査結果においても、「姿勢が悪い」「体幹が弱い」「転倒時に手が出ない」「歩く習慣がない」「バランスが悪い」「アレルギーが多い」「生活習慣の獲得が難しい」といった課題が明らかとなっている。

これらの子どもの身体に関する課題の中で、体力低下については様々な施策がある。一例をあげると、文部科学省が2012年(平成24年)に「幼児期運動指針」を策定している。この指針では、保育者に向けて幼児期における運動経験の必要性が提示されている。幼児期運動指針は、1日60分以上楽しく体を動かすことが重要であるとし、運動あそびの時間を設けることや、掃除や荷物を運ぶといったお手伝い活動も含めて、様々な動きを経験する機会を提供することが重要であるとしている。

1 Misako KISHIMOTO 千里金蘭大学 生活科学部 児童教育学科

受理日：2022年9月2日
査読付

本指針には、3歳児から5歳児を対象とした活動が提案されている。しかし、子どもの現状を見てみると、3歳児の段階で既に身体活動における個人差は大きく、乳児期からの継続した身体活動の経験が必要であると考えられる。子どもの身体づくりは、日々の継続が必要であり、保育者が0歳児から身体づくりを行うという意識を持つことが重要であると言える。

このように、子どもの身体についておかしさを感じている保育者は多いが、どのような点で課題意識を持っているのかを調査した研究は少ない。0歳児1歳児を保育する保育者が、子どもの身体について、どのような課題を感じているのかを把握することは重要であると考えられる。保育者が、0歳児の段階から“からだのおかしさ”を感じているとしたら、0歳児から何らかのアプローチをしていく必要がある。また、乳児期にどのような動きの経験が必要であるかを検討することで、乳児期から幼児期につながる身体の育ちを保障する活動の提案が可能となると考える。

0歳児から1歳児の身体発達の現状と課題について明らかにするため、乳児期の運動プログラムであるWARAリズム®を取り入れている保育者を対象とし、質問紙調査を実施した。本調査は保育者の視点からの調査であり、保育者が子どもの身体の状態についてどのように感じているかに重点を置いて行う。

II WARAリズム®

WARAリズム®は、赤ちゃんの「寝ない・食べない・一人遊びできない」という保護者の悩みを解決するために「赤ちゃんのための運動あそび」として開発されたプログラムである。プログラム内容は、遊びながら運動機能の発達を促す運動プログラムである。赤ちゃんの運動・発達に関わる理学療法士や子ども専門の体幹トレーナー、あそび歌作家がプログラム制作にかかわり、2014年に開発された。家庭や保育で誰でも簡単に取り入れられるように、赤ちゃんが親しみやすいわらべうたを運動遊びにアレンジして作成されている。また、取り入れやすさを考えて、プログラムを1つのパッケージとして提示している。

WARAリズム®は、①発達の順序、②環境づくり、③遊び方・触れ合い方の3つを軸として作成されている。

「発達の順序」とは、生まれてから歩行までの発達過程を考慮するということである。

「環境を整える」とは、赤ちゃんが“自分で動ける”ことをポイントとし、固めの床で遊ぶことや、動きやすい薄着で過ごす、平らでない場所でハイハイする、育児グッズに便り過ぎないといったことを挙げている。

「遊び方・触れ合い方」とは、体を動かすための「触覚:触れる」「固有覚:関節を動かす」「前庭覚:揺れを感じる」といった3つの感覚を通してボディイメージを高めることが重要であるとしている。

元々は、子育てに悩みを抱える保護者向けのプログラムとして展開されてきたが、現在では保育所や認定こども園の保育者も、乳児期の運動あそびプログラムとして導入している。

III 研究目的

保育者が感じている子ども達の身体発達に関する現状と課題を明らかにし、身体づくりに取り組む保育現場の環境として、どのようなことが重要だと認識しているかを明らかにすることを目的とする。

なお、本調査は、WARAリズム®運動プログラムの効果検証のプレ調査として行ったため、WARAリズム®運動プログラムの研修に参加している保育者を対象とする。

IV 調査方法

0歳児から5歳児の担任をしている保育者で尚且つ、WARAリズム®の運動プログラムに関わる保育者30名を対象に質問紙調査を実施した。調査はGoogleフォームに回答を入力する形式を用いて、2022年3月に実施した。

質問紙調査内容は、回答者の属性と、子どもの体力・運動能力の変化についての質問項目、現在の子どもの様子で気になることに関する質問項目を用意し、5件法と自由記述で回答を依頼した。

V 分析方法

5件法の質問項目については、単純集計を行い、割合を算出した。

質問紙調査の自由記述回答については、テキストマイニングソフトであるKHcoder (2014) によ

り、語彙頻度の分析を実施するとともに、共起ネットワークを作成し、語彙の前後でどのような表現がなされているのかを検討した。また、階層的クラスタ分析を行い、語の出現パターンが類似した語の組み合わせを抽出した。

階層的クラスタ分析では、最小出現語数を2に設定し、併合水準から5つから6つのクラスターに分類した。共起ネットワークの作成は、最小出現語数2に設定した。その際、互いに強く結びついている部分を自動的に検出してグループ分けを行い、その結果を色分けによって示すサブグラフ検出(modularity)を使用した。また、共起ネットワークを作成し、出現語数を2とし、Jaccard上位60に設定して分析した。

Ⅵ 倫理的配慮

質問紙への回答は自由意志とし、調査に協力する場合は同意書の記入を求め、同意した場合であっても、調査結果発表以前であれば同意を取り下げることが可能であることや、調査への協力の有無により不利益は一切生じないことの説明を行った。また、調査は無記名であり、回答は研究目的以外には利用しないこと、情報は厳密に保護され、研究終了後は破棄されること、さらに個人情報やプライバシーには十分に配慮することを説明した。本研究は千里金蘭大学倫理委員会の承認を得て実施した。【承認番号:K21-010】

Ⅶ 結果及び考察

1. 回収率とその属性

質問紙調査の回答者は30名であり、回収率は100%であった。回答者の内訳は、0歳児担任が9人(30%)、1歳児担任が11人(37%)、2歳児担任が7人(23%)、幼児担任が3人(10%)であった。(図1)。

回答者の保育士歴は、1~5年が7人(23%)、6~

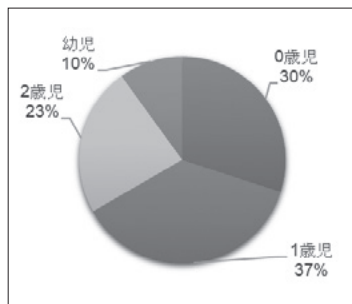


図1 担任クラス

10年が10人(30%)、11~15年が7人(23%)、16~20年3人(10%)、21年以上3人(10%)、未記入1人(4%)という結果となった。保育士歴が浅い保育者から保育士歴が長いベテランの保育者まで回答者の中に含まれている(図2)。

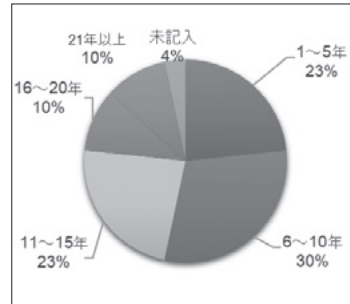


図2 保育士歴

2. 5件法による質問項目結果

以下の質問項目については、①とてもそう思う ②そう思う ③どちらでもない ④あまり思わない ⑤全く思わない の5件法で回答を求めた。質問項目は以下の通りである。

①乳児の運動発達について関心があるか

とてもそう思う67%、そう思う33%と回答した。質問紙調査の回答者全てが、乳児の運動発達について関心があることがわかった(図3)。今回の調査は、WARAリズム®の運動プログラム研修の参加者が対象である。調査対象者が、自ら運動プログラムに参加している保育者であるため、必然的に関心が高いという結果になったと推測される。

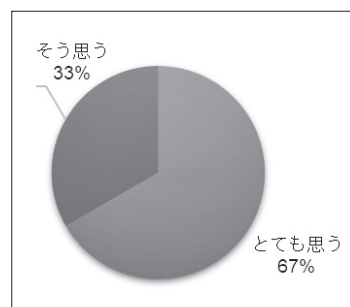


図3 乳児の運動発達に関心があるか

②子どもの体力・運動発達について、昔と比べて変化を感じるか

とてもそう思う33%、そう思う47%、どちらでもない20%という回答であった(図4)。8割の回答者が子どもの体力・運動発達に変化があると感じていることが明らかとなった。

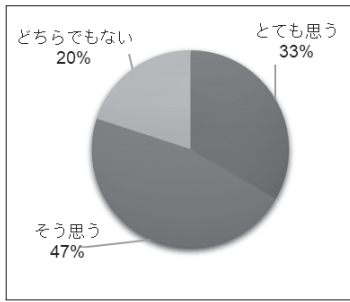


図4 子どもの体力の変化を感じるか

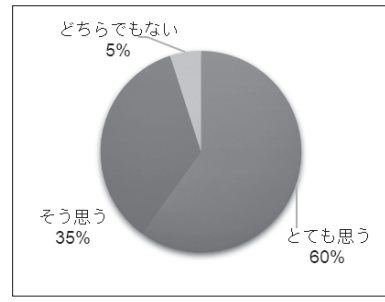


図7 職員の意識と取り組み

③乳児の体づくりについて、大切なことは何と考えるかという質問に対して以下の6つの項目を設け回答を求めた。

1) 園全体での取り組みについて

とてもそう思う67%、そう思う33%という結果であった(図5)。園全体で取り組むことが重要であると考えていることが明らかとなった。

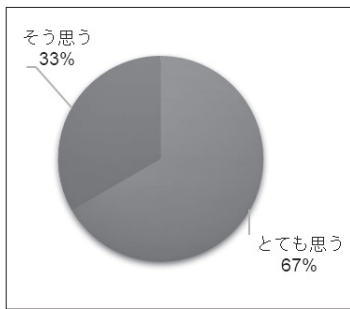


図5 園全体での取り組み

2) 職員の数

とてもそう思う23%、そう思う57%、どちらでもない20%という結果となった(図6)。職員の数が必要ではあるが、とても重要であるとは考えていないと言えるのではないだろうか。

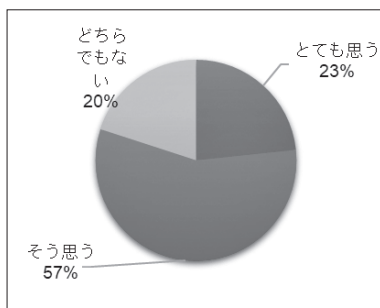


図6 職員の数

3) 職員の意識と取り組み

とてもそう思う60%、そう思う35%、どちらでもない5%という結果となった(図7)。実施する保育者の意識がとても重要だと回答者が6割と多いことが明らかとなった。

4) 運動に関する知識やプログラム

とてもそう思う60%、そう思う40%という結果となった(図8)。子どもの身体づくりを実施するには、運動発達に関する知識やプログラムが必要だと感じていることが明らかとなった。

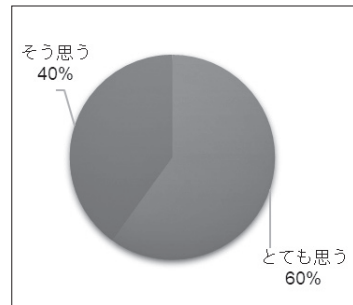


図8 運動に関する知識やプログラム

5) 運動用具の充実や環境設定

とてもそう思う54%、そう思う43%、どちらでもない3%という結果となった(図9)。運動用具の充実や環境設定が重要だという意見が多かった。しかし、どちらでもないとの回答もあることから、運動用具や環境が整っていない状況でもできるといった捉え方もあるのではないかと推測できる。

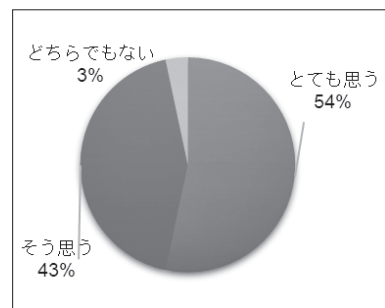


図9 運動用具の充実や環境設定

6) 家庭での取り組み

とてもそう思う40%、そう思う47%、どちらでもない10%、あまり思わない3%という結果となった(図10)。家庭での取り組みも大切だと回答した保育者が87%と多かったが、13%の保育者は家庭に取

り組みを依頼することより、保育現場での取り組みが重要だと考えているのではないかと推測できる。

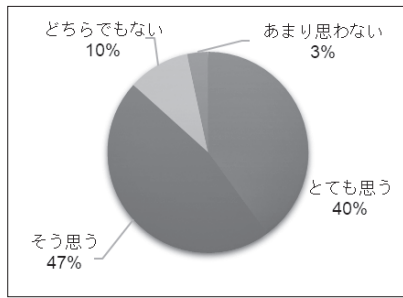


図10 家庭での取り組み

3.自由記述による質問項目結果

自由記述による質問紙項目は「子どもの体力・運動発達について、昔と比べて変化を感じますか。」「歩行前の子どもの様子で気になることはありますか。」「歩行後の子どもの様子で気になることはありますか。」の3項目である。

①子どもの体力・運動発達について、昔と比べて変化を感じますか。

調査によって得られた自由記述回答をテキストマイニング用のKHcoderソフトにより、語彙頻度の分析を行った。その結果、分析対象ファイルに含まれる全ての語（総抽出語数）は、513（使用語数269）語、何種類の語含まれるかを示す異なり語数は170（使用語数131）語が抽出された。

上位の単語には「子ども」「弱い」「多い」「転ぶ」「ハイハイ」「体幹」「怪我」「座る」「手」「身体」「増える」「力」といった語が挙げられた。その他、出現する語とその出現回数は表1の通りである。

表1 どのような変化を感じているか

抽出語	出現回数	抽出語	出現回数
子ども	13	以前	2
弱い	9	絵本	2
多い	9	感じる	2
転ぶ	8	顔	2
ハイハイ	5	座れる	2
体幹	5	使い方	2
怪我	4	使える	2
座る	4	姿勢	2
手	4	思える	2
身体	4	時間	2
増える	4	出来る	2
力	4	少し	2
期間	3	上手い	2
少ない	3	体	2
短い	3	体力	2
		動き	2
		発達	2

共起ネットワークによる共起語を可視化した結果を図11に示した。強い共起関係ほど太い線で描画され、出現語が多い語ほど大きい円で描かれている。「Jaccard係数上位60に設定した分析では、「ハイハイ - 期間 - 少ない - 動き」「子ども - 多い - 使い方」「体幹 - 弱い - 力」「身体 - 体力 - 思える - 以前 - 少し - 絵本」「子 - 怪我 - 増える - 姿勢 - 短い - 顔 - 時間 - 感じる」といった語に高い共起関係が示されていた。

それぞれの文脈を読み取り、カテゴリ化すると、「ハイハイの期間が少ない」「怪我が増えている」「手をつくことができない」「体の使い方がぎこちない」「体幹が弱い」「体力の低下」「座って絵本を見れるようになった」という7つのカテゴリに分類することができた。

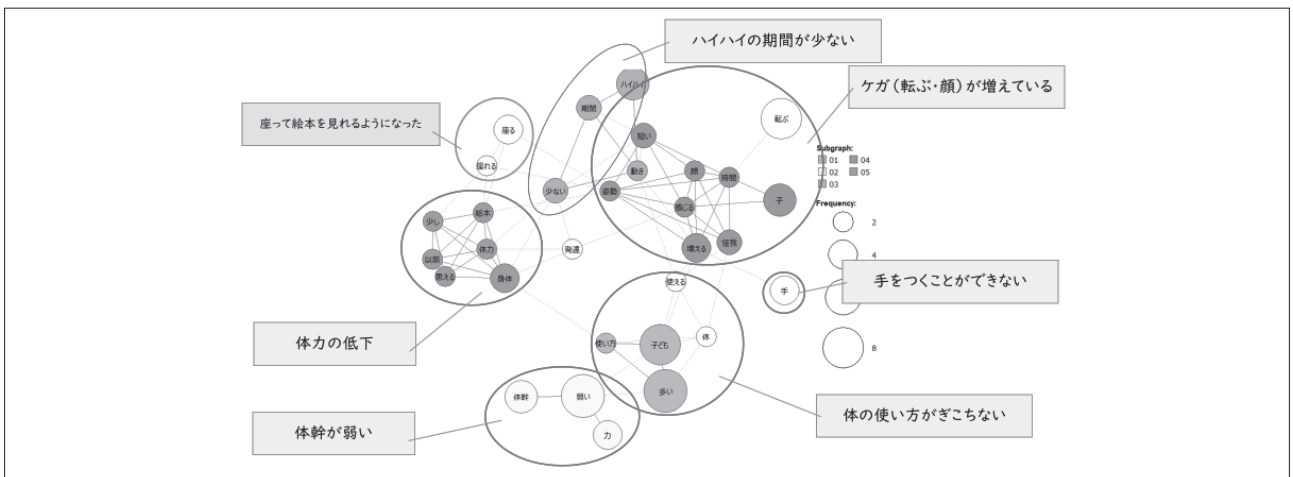


図11 子どもの体力・運動発達について、昔と比べて変化を感じますか（共起ネットワーク）

また、語の出現パターン類似した語の組み合わせを抽出する階層的クラスター分析を試みた結果、6つのクラスターに分類できた(図12)。

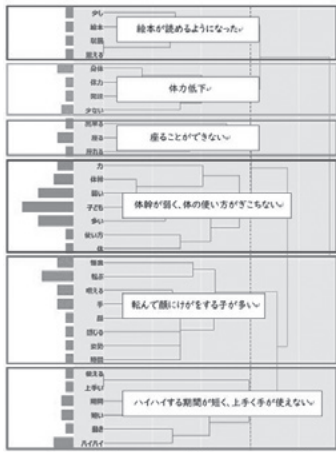


図12 子どもの体力・運動発達について、昔と比べて変化を感じますか(クラスター分析)

各クラスターの文字内容を分析すると、「絵本が読めるようになった」「体力低下」「座ることができない」「体幹が弱く、体の使い方がぎこちない」「転んで顔にけがをする子が多い」「ハイハイする期間が短く、上手く手が使えない」という結果となった。体力の低下や体幹の保持の課題、転倒時に手が出ないといった結果は、岸本ら(2013・2015・2021)の継続的な調査結果と同様であり、子どものからだと心・連絡会議(2021)の調査結果にも挙がっている「背中ぐにゃ」という項目とも一致すると考えられる。今回の調査における特徴的な結果として、「ハイハイの期間が短いこと」がある。ハイハイの期間が短いことにより、怪我が増えていると考えている保育者が多いと推察される。また、ハイハイの期間が短いことのリスクとして、手が上手く使えてないのではないかと感じていること

表2 歩行前の子どもの様子で気になること

抽出語	出現回数	抽出語	出現回数
ハイハイ	14	差	2
動く	9	座る	2
抱っこ	7	状態	2
子ども	4	身体	2
多い	4	積極	2
左右	3	体	2
自分	3	動き	2
弱い	3	特に	2
短い	3	反り返る	2
遊ぶ	3	保護者	2
悪い	2	立つ	2
期間	2	力	2

が読み取れる。

②歩行前の子どもの様子で気になることはありますか。

分析対象ファイルに含まれる全ての語(総抽出語数)は、356(使用語数204)語、何種類の語含まれるかを示す異なり語数は124(使用語数90)語が抽出された。

上位の単語には「ハイハイ」「動く」「抱っこ」「子ども」「多い」「左右」「自分」「弱い」「短い」「遊ぶ」といった語が挙がった。出現する語とその他の語の出現回数は表2の通りである。

共起ネットワークによる共起語を可視化した結果を図13に示した。「積極 - 動く」「左右 - 弱い - 力 - 体 - 短い - 期間 - 動き - 悪い」「抱っこ - 多い - 求める - 子 - 少ない - 立つ - 身体 - 遊ぶ - 状態」といった語に高い共起関係が示されていた。それぞれの文章を細かく分析し、カテゴリ化すると、「ハイハイの期間が短く、動きが悪い」「左右差・力が弱い」「積極的に動こうとしない」「抱っこを求める子ども・動こうとしない」

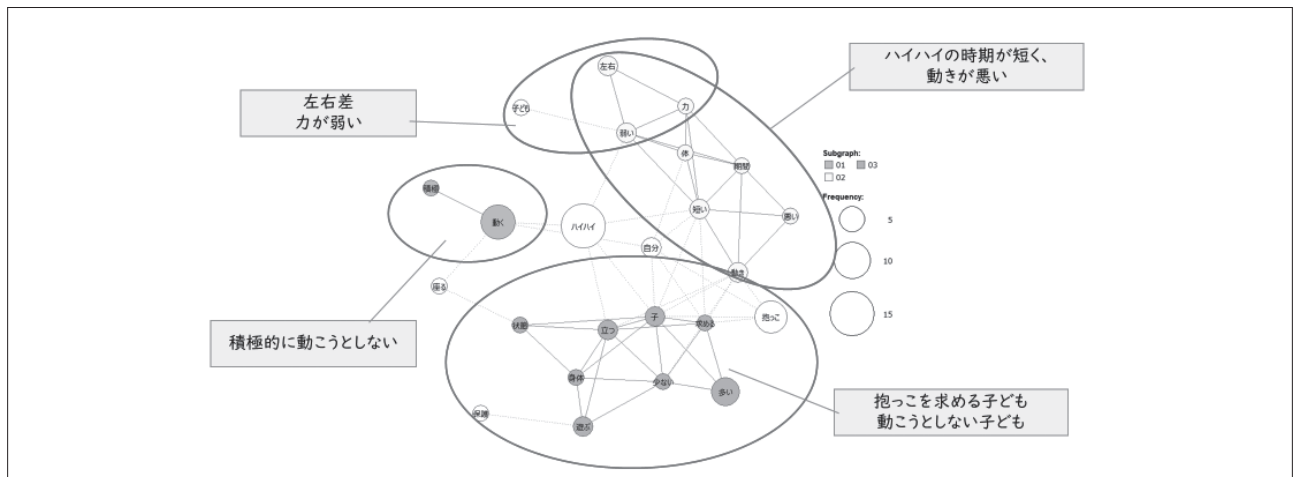


図13 歩行前の子どもの様子で気になること(共起ネットワーク)

という4つのカテゴリに分類することができた。
また、語の出現パターン類似した語の組み合わせを抽出する階層的クラスター分析を試みた結果、5つのクラスターに分類できた(図14)。

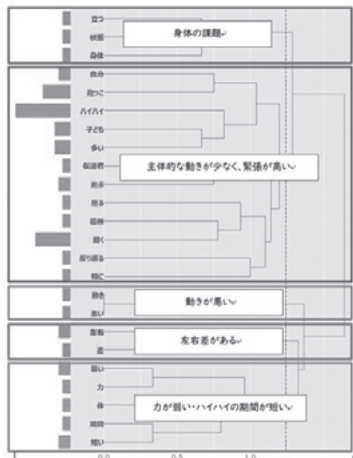


図14 歩行前の子どもの様子で気になること(クラスター分析)

各クラスターの文字内容を分析すると、「身体の課題」「主体的な動きが少なく、緊張が高い」「動きが悪い」「左右差がある」「力が弱い・ハイハイの期間が短い」という結果となった。

歩行前の課題として、主体的な活動が少ないことにより、動きの獲得ができていない可能性が示唆された。前項同様、ハイハイの期間が短くなっていることが気になっている保育者が多いことも読み取れる。歩行前の移動動作であるハイハイの機会を提供することが重要であると考えます。

③歩行後の子どもの様子で気になることはありますか。

分析対象ファイルに含まれる全ての語(総抽出

表3 歩行後の子どもの様子で気になること

抽出語	出現回数	抽出語	出現回数
座る	5	幹	2
姿勢	5	弱い	2
転ぶ	5	身体	2
疲れる	5	走る	2
歩く	4	走れる	2
顔	3	打つ	2
左右差	3	体	2
子ども	3	転倒	2
多い	3	動く	2
悪い	2	猫背	2
椅子	2	不安定	2
		歩行	2

語数)は、309(使用語数179)語、何種類の語含まれるかを示す異なり語数は129(使用語数97)語が抽出された。

上位の単語には「座る」「姿勢」「転ぶ」「疲れる」「歩く」「顔」「左右差」「子ども」「多い」といった語が挙げられた。出現する語とその他の語の出現回数は表3の通りである。

共起ネットワークによる共起語を可視化した結果を図15に示した。「姿勢 - 悪い - 猫背」「椅子 - 左右差 - 座る」「身体 - バランス」「顔 - 多い - 打つ - 歩行 - 不安定 - 転倒」「転ぶ - 歩く - 体幹 - 弱い - 子 - 走る - 動く」といった語に高い共起関係が示されていた。また独立して「疲れる」「走れる」の語が示された。それぞれの文章を細かく分析し、カテゴリ化すると、「姿勢が悪い(猫背)」「左右差がある・椅子にすわれない」「歩行が不安定・転倒時顔のケガが多い」「バランスをとりづらい」「体幹が弱く、転びやすい」「まっすぐ走れない」という7つのカテゴリに分類することができた。

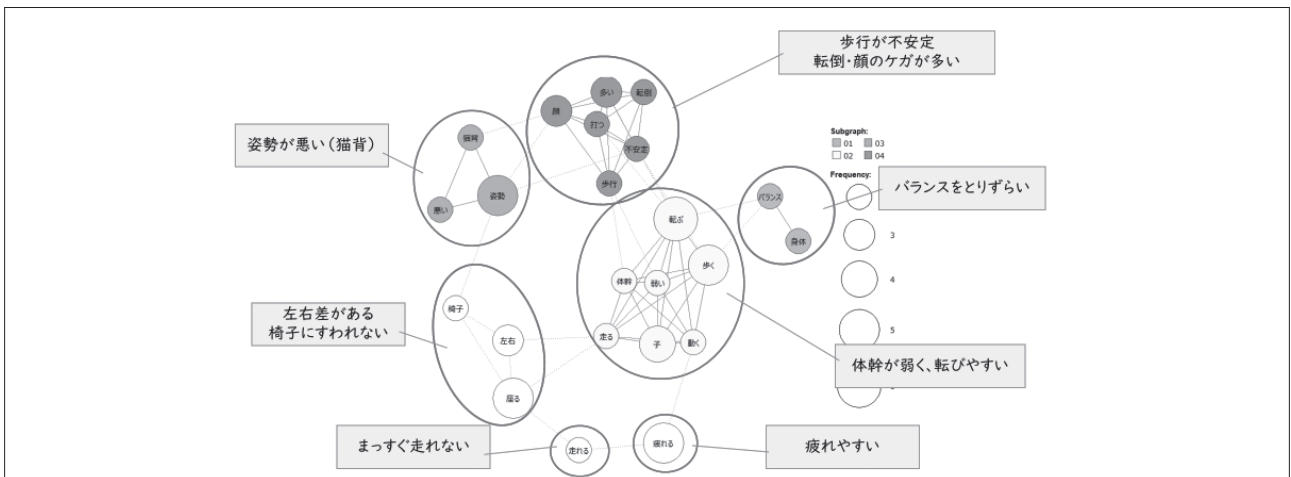


図15 歩行後の子どもの様子で気になること(共起ネットワーク)

また、語の出現パターン類似した語の組み合わせを抽出する階層的クラスター分析を試みた結果、5つのクラスターに分類できた(図16)。

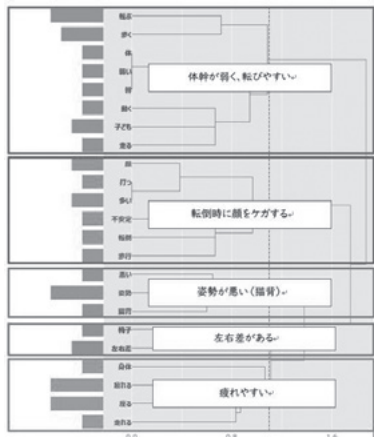


図16 歩行後の子どもの様子で気になること(クラスター分析)

各クラスターの文字内容を分析すると、「体幹が弱く、転びやすい」「転倒時に顔をケガする」「姿勢が悪い(猫背)」「左右差がある」「疲れやすい」という結果となった。

歩行後の課題についても、岸本ら(2021)の調査結果と同様であることが明らかとなった。本調査で特徴的であるのは、左右差について着目している点である。座位が保ちにくい理由として左右差を挙げている。歩行前の課題としても左右差が挙がっており、歩行前の段階から左右差に着目した援助をすることが必要であるのではないかと考えられる。保育者は幼児期以前からこれらの課題を感じていることから、幼児期からの取り組みでは遅く、乳幼児期からの身体づくりの取り組みが必要であると言えるのではないだろうか。

VIII 総合考察

本研究の対象となった保育者は、乳児の運動発達に関心のある保育者が多いことが明らかとなった。また、保育の中で子どもの身体づくりを実践するにあたり、運動に関する知識やプログラムを必要としており、園全体で一体となって取り組むことが重要であると考えていることが明らかとなった。園全体で一体となって取り組む場合、それぞれがバラバラのアプローチで関わるのではなく、共通認識を持って取り組むことが望ましいと言える。

更に、歩行前後の子どもの様子で気になること

についての結果から、積極的に動こうとしない子どもや、動こうとしない子ども、抱っこを求める子ども、主体的な動きが少ない、疲れやすいというキーワードが挙がってきた。これらの結果から、乳児期の段階から主体的に活動しようという活動意欲の低下が懸念される。保育所保育指針(2018)では、育みたい資質・能力として、「知識及び技能の基礎」「思考力、判断力、表現力等の基礎」「学びに向かう力、人間性等」を挙げており、この3つの項目は、子ども達が生涯を通して必要になる「生きる力」であるとしている。その中の「学びに向かう力、人間性等」は、「心情・意欲・態度」が育つ中で育みたい力であるとしている。子どもが主体的かつ意欲的に様々な「ヒト」や「モノ」や「コト」に関わることが重要とされていることを考えると、子どもの活動意欲の低下は大きな課題であると言える。

また、猪飼ら(1969)が提唱する体力構成要素では、精神的要素の行動体力の中に「意志・判断・意欲」という要素が含まれる。「意欲」も体力要素のひとつと考えられることから、0歳児から1歳児の子どもの体力が低下していると捉えることができる。

このような現状を改善するためには、子どもがやりたいと思える身体づくり環境を整え、主体的に活動したいという意欲を育てていく必要があると考える。

IX まとめ

本調査結果から、0歳児と1歳児の子ども達は、主体的に活動する意欲が低下しているという現状が明らかとなった。更に身体の育ちの未熟さを感じている保育者が多く、ハイハイの期間が短いことや、体幹保持が難しいという現状が明らかとなった。また、そういった課題を改善するために、園全体で身体づくりに取り組む保育環境をつくることが重要であると考えている保育者が多いことが明らかとなった。

今後は、身体づくりの研修会等を通して、運動に関する知識やプログラムを学ぶことができる環境を整えることが必要である。

IX 本研究の限界と今後の課題

本調査は、WARAリズム®運動プログラムの効

果検証のプレ調査として行ったため、WARAリズム®のプログラムを受講している保育者に限定して調査を実施した。そのため、調査結果に偏りがある可能性がある。今後、調査対象を広げて調査して行く必要がある。

謝辞

コロナ禍においてお忙しい中、本調査にご協力いただいた保育者の皆様にお礼申し上げます。本研究は、千里金蘭大学奨励研究の助成を受けて実施した。

参考引用文献

- 樋口耕一. (2014). 社会調査のための計量テキスト分析. ナカニシヤ出版.
- 猪飼道夫. (1969). 運動生理学入門. 杏林書院. 144.
- 岸本みさ子・高内正子. (2013). 乳幼児期の心と身体に関する調査～西宮市内の幼稚園における調査から～. 大阪青山短期大学研究紀要, 第36号, 37-51
- 岸本みさ子・高内正子. (2015). 保育者から見た幼児の健康 - N市内の幼稚園・保育所における調査から -. 大和大学研究紀要, 第1巻, 95-99
- 岸本みさ子・高内正子. (2021). 西宮市の乳幼児の心と身体に関する健康調査 その1. 日本幼少児健康教育学会第39回大会【春季:加須大会】抄録集. オンライン開催.2021年2月27-28日
- 岸本みさ子・高内正子. (2021). 乳幼児の心と身体に関する健康調査-その2- N市内の保育所における調査から.日本幼少児健康教育学会第40回大会【秋季:岡山大会】抄録集. オンライン開催. 2021年9月4-5日
- 子どものからだと心・連絡会議編. (2021). 子どものからだと心 白書2021. 子どものからだと心白書連絡会議.
- 厚生労働省. (2018). 保育所保育指針解説. フレーベル館.
- 文部科学省. (2012). 幼児期運動指針.
- 高内正子・岸本みさ子. (2021). 2020年「乳幼児の心と身体に関する健康に関する調査研究」報告書. 千里金蘭大学.

