

# 子育て支援広場に参加している乳幼児の 運動状況について

林 悠子

奈良文化女子短期大学

## Physical Activities of the Children Participating in the Childcare Support Program

Yuko Hayashi

*Narabunka Woman's College*

本研究は、短期大学における地域貢献・子育て支援事業である親子が集えるスペースに参加している未就園児親子を対象に、子どもの発育発達状況や日々の遊びなどの活動状況、また母親の運動歴や運動実施状況などを調査したものである。保育所、幼稚園等における幼児の発育発達状況や運動活動状況を調査した研究は多々みられるが、就園前の乳幼児における同様の調査は少ない。そのため、未就園児がどのような発達状況を示し、また日常どのような活動を行っているかを調査することで就園児との違いを明らかにしたいと考えた。調査の結果から、子どもたちはおおむね活発に運動を行っており、遊びは室内遊びが多く、保護者（母親）の運動実施が少ないことなどが明らかとなった。

キーワード：運動実施状況、運動発達、運動遊び、母親

## 1. はじめに

適度な運動や遊びを行うことは、乳幼児の発達の上で欠くことのできないものである。しかし、社会的な変化や子育て状況の変化などから、十分な運動が確保されているとは言い難く、運動能力の低下や体力不足といった問題は常に議論され、問題解決のために様々な調査が行われ、有効な施策<sup>1)</sup>が検討されている。幼児期の運動能力や体力に関する調査研究<sup>2), 3)</sup>は、幼稚園や保育所に通う幼児（おおむね3～5歳）を対象に行われることが多く、未就園の乳幼児を対象にした研究はあまり見られない。0～3歳頃は月齢差や個人差が大きく、また、認知的な理解を伴うテストを集団で実施することは困難であること、そのため、保護者や保育者による客観的な評価法に限られてくることなどが理由として考えられる。しかし、「歩行」「走行」「跳躍」といった様々な基本動作の獲得段階にある乳児期は、その後の動作の多様化や洗練化につながる非常に重要な時期であり、この時期の子どもたちの発達状況や日常の運動の実施状況を把握することも必要であると考えられる。

本学では、地域貢献事業の一つとして、月に2回、0歳から4歳未満の子育て中の保護者が集う場として本学アリーナ（体育館）のエクササイズルームを開放し、専門スタッフが常駐し、子育て相談にのったり子どもと遊んだりすることで、子育て仲間づくりを支援している。さらに、本学幼児教育学科の学生が乳幼児や子育て中の保護者と触れあうことで、乳幼児理解や実践力を高めていくための学びの場としても位置づけている。また、市の子育て支援事業として、平日に乳幼児と保護者が気軽に集い、交流できるプレイルームも提供している。筆者もまた、前者の場において、毎年1～3回程度、ゼミ発表や親子体操講座を担当することで利用者 と接する機会を得ている。利用者数については、非予約制で無料開放をしていることもあり、時期や時間等によってもまったく異なっているが、例えば前者では、平成21年度は延べ1066名（子ども573名・大人493名）、平成22年度は延べ2479名（子ども1312名・大人1167名）と大変多くの利用があった<sup>4)</sup>。リピーターも多く、概ね満足度も高く、子育て支援広場としても周囲に認知されてきた様子がうかがえる。

そこで、これらの場を利用する乳幼児と保護者らを対象に、この時期の子どもたちの発達状況や日常の運動の実施状況を把握し、今後、年齢や状況に応じた運動プログラムを考案する場合の一助にしたいと考えた。さらに、母親の運動経験や活動性と幼児の運動量や運動能力との関連についての先行研究<sup>5)</sup>、<sup>6)</sup>から、保育所や幼稚園に通園する乳幼児と比べて、より乳幼児と接する時間が長いであろう未就園児における母親の影響について明らかにしたいと考えた。

## 2. 目的

本学における地域貢献・子育て支援事業である親子が集えるスペースに参加している未就園児親子を対象に、発育発達状況や日々の活動状況などに関するアンケート調査を行った。それにより、未就園児がどのような発達状況を示し、日常どのような活動を行っているのか、また、母親の運動経験との関連についても明らかにすることを目的とした。

## 3. 方法

### 3.1 調査対象と時期

本学の子育て支援広場に参加する母親を対象に、子どもの発育発達や運動・遊びに関するアンケート調査を行った。参加受付時にアンケートを渡し、調査の趣旨、調査への回答の自由、回答は統計的に処理を行い研究目的にのみ用いること等を説明し、調査への依頼を行った。調査時期は2012年の1月～2月であった。

### 3.2 調査対象の属性

得られた回答数は93名であったが、記述不詳なものなどを除いた有効回答数は77名で、これを分析に

用いた（有効回答率83%）。

調査対象者の属性について、回答者77名はすべて母親であった（ $34.0 \pm 3.8$ 歳）。対象である子ども78名（平均年齢：1歳11ヶ月 $\pm 10.5$ ヶ月）のうち、男児は49名（63%、平均年齢：2歳 $\pm 9.7$ ヶ月）、女児は29名（37%、平均年齢：1歳9ヶ月 $\pm 11.7$ ヶ月）であった。きょうだい構成は一人っ子が最も多く56名（72%）、次いで2人きょうだいが20名（26%）、3人きょうだいが2名（2%）で、4人以上のきょうだいを持つ子どもはいなかった。子の出生順位については一番目が63名（81%）、二番目が13名（17%）、三番目が2名（2%）であった。

### 3.3 調査内容

アンケートは、乳幼児の生活の様子や保護者の子育てに関する意識と実態について調査した Benesse 次世代育成研究所による「第4回幼児の生活アンケート」<sup>7)</sup> ならびに文部科学省による「体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究」<sup>2)</sup> の調査項目を参考に、心理学を専門とする本学教授の監修を得て作成した。おもな内容は、回答者および子どもの属性、子どもの日常の運動・遊びの実施状況、現時点での子どもの運動発達に関する状況と回答者の運動実施状況ならびに過去の運動経験であった。

全体的な日頃の遊びの状況の分析とともに、母親の運動実施状況・過去の運動部所属の有無で群わけを行い、子どもの遊び状況の比較を行った。

## 4. 結果

### 4.1 子どもたちの遊びの状況

子どもたちの日頃の遊びの状況についての結果をまとめる。まずおもな遊び場所については、「ほぼ室内」（25名）、「やや室内」（34名）という回答を合わせると「室内」が76%であった（図1）。次に、おもな遊び相手を尋ねたところ、母親と遊ぶ子どもが最も多く（72名・48%）、次いで友達（24名・16%）、父親（20名・13%）、「きょうだい」（12名・8%）となっている（図2）。また、「母親のみ」との回答は32名であり、日常は母子一対一で接することが多いことがうかがえた。からだを活発に動かす遊びを行っているかについて尋ねたところ、「非常によくする」（17名）、「よくする」（46名）という回答を合わせると81%となっており、子どもたちは日頃から活発にからだを動かしていることがうかがえた（図3）。

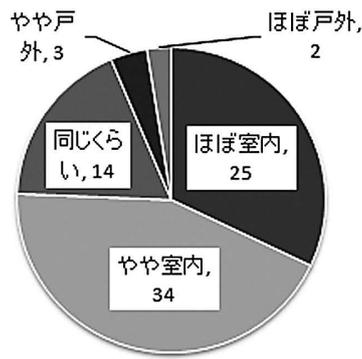


図1. 日頃はどこで遊ぶことが多いか

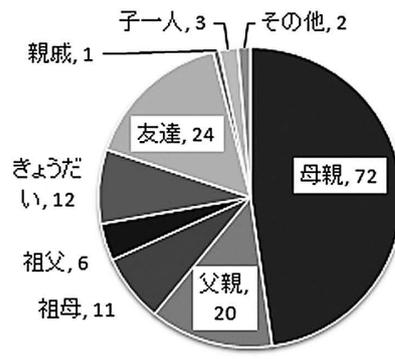


図2. 日頃は誰と遊ぶことが多いか

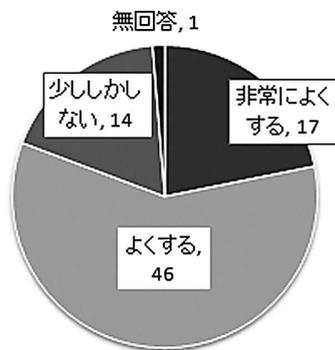


図3. からだを活発に動かす遊びの実施状況

子どもの活動状況について、活発な遊びを「非常によくする」を4点、「まったくしない」を1点として得点化し、年齢別・性別で一要因分散分析を行い、子どもの活動状況を比較した。2歳後半で最も活動状況が高かったが、有意な差は見られなかった { $F(5,71) = 2.02, n.s.$ } (表1・図4)。また、やや女兒のほうが活動状況が高いものの、性差も見られなかった { $F(1,75) = 0.10, n.s.$ } (表2・図5)。

表1. 年齢ごとの遊び状況

	0歳	1歳前	1歳後	2歳前	2歳後	3,4歳
平均	2.9	2.8	3.0	3.1	3.6	3.2
SD	(0.69)	(0.60)	(0.60)	(0.64)	(0.53)	(0.67)

表2. 性別の遊び状況

	男児	女児
平均	3.0	3.1
SD	(0.60)	(0.70)

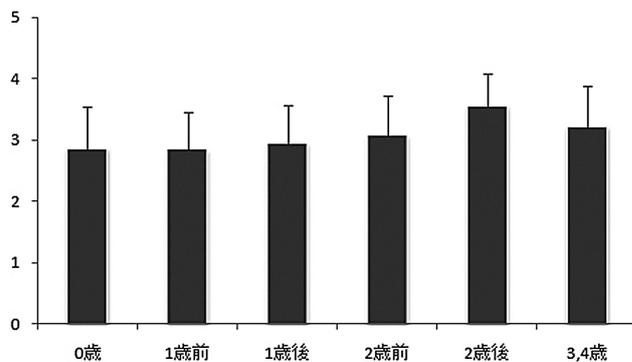


図4. 年齢ごとの遊びの実施状況

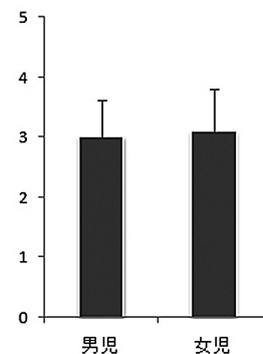


図5. 性別の遊びの実施状況

年齢別に、日頃行っている遊びの内容についてまとめたところ、全体に公園での遊具遊びが多いが、1歳後半から2歳後半にかけては操作系の遊びよりも「追いかけっこ」「ジャンプ」など、「走」「跳」といった動作などの基本運動の実施が目についた（表3）。

表3. こどもたちが日頃よくしている遊び(おもにからだを動かすもの)

0歳児	1歳児前半	1歳児後半	2歳児前半	2歳児後半	3歳児	4歳児
手を前で組み動かす	公園(3)	公園(3)	公園(4)	公園で滑り台	公園(3)	公園
足をバタバタする	滑り台(5)	滑り台(11)	滑り台(2)	遊具	滑り台(2)	滑り台(2)
音楽に合わせて動く	ジム	ジャングルジム(3)	ジャングルジム(2)	ボール・サッカー(2)	鉄棒	ネット登り
うたあそび	ボール遊び(3)	ブランコ	ブランコ	風船バドミントン	ボール	ブランコ
	車・三輪車(3)	遊具(2)	遊具	電車・車(2)	三輪車	アスレチック
	追いかけっこ(3)	砂場	ボール遊び(4)	走り回る・かけっこ(5)	たこあぜ	縄跳び
	かくれんぼ	ボール投げ(5)	ペダルなしバイク・三輪車(2)	ジャンプ(2)	電車ごっこ	ボール遊び
	体操・リズム遊び(2)	車・三輪車(2)	走り回る・かけっこ(5)	でんぐり返し	走り回る・かけっこ(3)	自転車
	散歩(4)	風揚げ	鬼ごっこ(2)	ダンス・リトミック(4)	ゴム玩具に乗って跳びはねる・ジャンプ(3)	たこあぜ
		走る・追いかけっこ(4)	跳ぶ	ヒーローごっこ		鬼ごっこ
		階段上り下り	回る		散歩	弟と鬼ごっこ
		ソファーにのって遊ぶ	でんぐり返し			
		トランポリン	ダンス・リトミック(4)			
		ダンス・リズム遊び(5)	鬼ごっこ			
		散歩(4)	散歩			

#### 4.2 母親の運動実施状況と運動経験

分析の結果、日常的に運動・スポーツを実施している者は12名（16%）、していない者は65名（84%）であり、定期的に運動を行っている母親は少なかった（図6）。非実施理由については、「時間的余裕がない」が最も多く、47名（64%）であった（図7）。中学生以降の学生時代に半年以上運動部に所属していた者は52名（69%）、していない者は21名（27%）で、おおかたの母親は学生時代、特に中学生から高校生にかけて運動経験があり、その平均所属年数は4.7（±2.37）年であった（図8）。

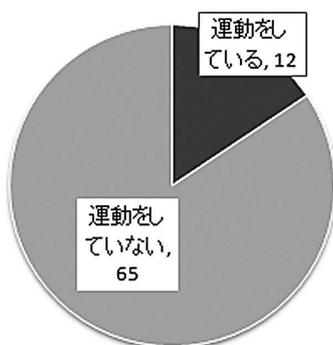


図6. 現在、運動やスポーツをしているか

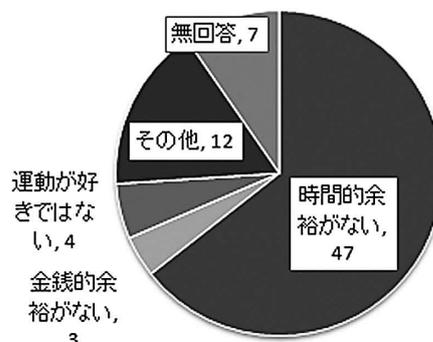


図7. 運動をしていない理由はなにか

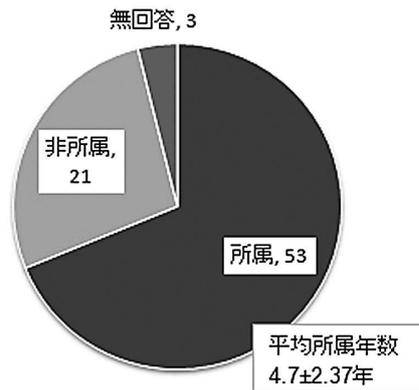


図8. 学生時代、運動部に所属していたか

#### 4.3 母親の運動実施状況ならびに運動経験と子どもの運動実施状況

子どもの活動状況について、活発な遊びを「非常によくする」を4点、「まったくしない」を1点として得点化し、母親の運動実施状況と運動経験とで群わけをして一要因分散分析を行った。しかし、運動の実施状況  $\{F(1,75) = 0.05, n.s.\}$  (表3・図9)、運動経験  $\{F(1,71) = 2.01, n.s.\}$  (表4・図10)とも有意な差は見られなかった。

表3 母親の運動実施状況別による子どもの遊び状況

	運動群	非運動群
平均	3.0	3.1
SD	(0.60)	(0.65)

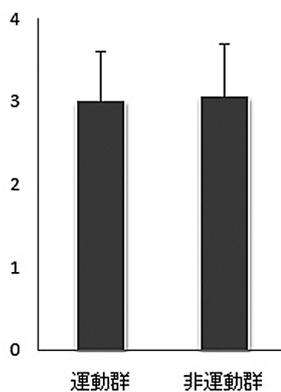


図9. 母親の運動実施と子どもの活動状況

表4 母親の運動経験別による子どもの遊び状況

	所属群	非所属群
平均	3.1	2.9
SD	(0.56)	(0.77)

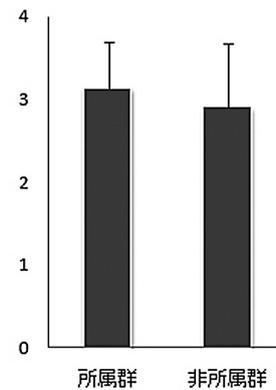


図10. 母親の運動経験と子どもの活動状況

## 5. 考察

### 5.1 子どもたちの遊びの状況

子どもたちは日頃、「戸外」に比べると「室内」をおもな遊び場所としている。回答時期が冬季であったことも室内が多い理由の一つとも考えられるが、文部科学省調査<sup>2)</sup>でも、戸外に比べて室内で遊ぶ

という回答が多く、安全な遊び場であり、特に準備が必要でないことから室内遊びが多いのは全国的な傾向であると思われる。しかし、室内遊びを好む子どもよりも外遊びを好む子どもの運動能力が高いという調査<sup>8)</sup>もあり、できるだけ戸外での活動を増やす働きかけが必要である。

おもな遊び相手については、母親と遊ぶ子どもが最も多く、次いで友達、父親、きょうだいであった。また、「母親のみ」との回答もみられ、日常は母子一対一で接することが多いことがうかがえた。回答者の属性として一人っ子が多かったことから、母親と、また特に母親「のみ」と遊んでいることが推測される。Benesseによる調査<sup>7)</sup>でも、平日に遊ぶ相手は母親が最も多く、8割を超える一方で、きょうだい、友達を遊び相手とする割合は減っている。子どもは、コミュニケーションが十分でない段階であっても、子ども同士接する中で、社会性を身につけたり認知的能力を高めたりする。母子が密接に関わることも大切であるが、異なる年齢や性別の子どもと接することも必要であり、そのためには様々な人と接することができる子育て支援広場は、子どもの成長にとっても非常に有効な場となっているに違いない。実際にどのような影響があるかについては、継続的でより詳細な分析が必要であるが、参加している保護者からは「他の子どもとふれあう機会ができてよい」「母親も子どもも友達づくりができる」との声もあがっている。

からだを活発に動かす遊びを行っているかについては、年齢、性別に関わらず、子どもたちの多くは日頃から活発にからだを動かしていた。中央教育審議会答申(2002)<sup>9)</sup>では、「科学技術の進展、経済の発展で、生活が便利になったり、生活様式が変化するなど、子どもの生活全体が、歩いたり、外で遊んだりするなどの日常的な身体運動が減少する方向に変化した」として、生活環境の変化や保護者の意識の変容を指摘している。だが、文部科学省調査<sup>2)</sup>でも、活発な遊びを「よくする」は60%以上、「非常によくする」は18~20%となっており、全国的に見ても、保護者の意識としては、乳幼児たちは活発にからだを動かしているといえる。そしてその内容としては、全体に公園での遊具遊びが多いが、1歳後半から2歳後半にかけては操作系の遊びよりも、「走る」「追いかっこ」「ジャンプ」などの「走」「跳」といった単純な基本運動や、「ダンス」「リズム遊び」といった、聴覚刺激に応じた初歩的な動きの実施が目につく。運動の発達段階を唱えたガラヒューによれば<sup>10)</sup>、2歳頃までは、反射運動の段階を経て初歩的な運動の段階であり、それはその後の基礎的な運動、専門的な運動の段階、ひいては生涯にわたる運動の利用へと繋がっていく。どんなに簡単な動作でも、すべて運動能力や体力の基礎となると考え、周囲の大人は多様な動きを引き出しながら、活発にからだを動かせるよう環境を整えていくことが大切となる。

## 5.2 母親の運動実施状況と運動経験

調査の結果、日常的に運動・スポーツを実施していない者は8割を超えており、定期的に運動を行っている母親は非常に少なかった。スポーツを行っていない理由については、「時間的余裕がない」が最も多く、6割を占めていた。井上<sup>5)</sup>の研究においても、運動を定期的に行っていない母親の方が多く、またその回答は2001年に比べて2008年の方が増加していた。「平成24年度 体力・スポーツに関する世論調査」<sup>11)</sup>においても、「運動不足を感じる」20~30歳代の女性はいずれの年代よりも最も高く9割を超えており、スポーツを行った時間が最も少なかった。実施しない理由について、本研究と同様に「仕

事（家事・育児）が忙しくて時間がないから」が最も多く、運動不足を感じていながらも運動をする機会がないことがわかる。

過去の運動経験については、学生時代に半年以上運動部に所属していた母親は7割近くにのぼった。本研究では、子どもの活動状況と母親の運動実施状況および運動経験には有意な関連はなかったが、井上らにおける先行研究<sup>6)</sup>では、母親の運動歴は現在の母親の運動実施状況と関連し、それが子どもの活動量に影響するという結果を得ている。文部科学省の調査<sup>2)</sup>においても、保護者の運動頻度が高くなるにつれ幼児の運動頻度も高まること、また、3歳までに運動をたくさんしていた幼児はその後家族と体を動かす機会が多いことが明らかになっている。同調査によれば、子どもが家族と一緒に体を動かす遊びをする頻度は「週に1回くらい」が最も多いのが現状である。しかし、母親だけではなく父親や他の家族らも一緒に運動をする機会を積極的に設けることが、運動機会や運動への好感情に影響を与えることを考えれば、いかに家族を巻き込んで運動を行う機会を持つかが大事である。場所を選ばず簡単にできて、様々な年代を通して楽しめ、何より母親にとっても気軽にできる運動とは何か。今後も研究調査を重ね、子育て支援広場や講座を通してまずは母親らに伝えていきたいと考える。

## 6. まとめ

本研究は、短期大学における地域貢献・子育て支援事業である親子が集えるスペースに参加している未就園児親子を対象に、子どもの発育発達状況や日々の遊びなどの活動状況、また母親の運動歴や運動実施状況などを調査したものである。就園前の乳幼児は母親のこれまでの運動経験や日頃の運動実施状況に関わらず、活発にからだを動かして遊んでいた。また年齢が上がるにつれ多様な遊びを行い、活動の幅が広がっていることがうかがわれた。母親の運動経験が子どもの運動実施に関連するとの先行研究も見られるため、運動したいができない状況を改善し、より子どもの発達を促す活動を提案するなど、子育て支援の一助を考えたい。

## 7. 謝辞

調査にご協力頂いた保護者のみなさまならびに調査の実施にご協力頂いた国松清子本学元教授ならびに本学子育て支援広場のスタッフの方々に感謝申し上げます。

## 引用文献

- 1) 文部科学省 (2012) 幼児期運動指針.  
[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/undousisin/1319771.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319771.htm)
- 2) 文部科学省 (2009) 体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究.  
[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/youjiki/index.html](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/youjiki/index.html)
- 3) 杉村伸一郎ら (2010) 幼児期の発達における運動の役割. 広島大学学部・附属学校共同研究機構研究紀要 第38号 : 295-300.
- 4) 国松清子 (2011) 大学から地域への発信－臨床心理士として子育て支援を立ち上げる－. 奈良文化女子短期大学紀要 第42号 : 41-54.
- 5) 井上則子 (2009) 子どもの遊びに対する母親の意識 : 母親の属性からみた意識の差異. 発育発達研究 第44号 : 16-23.
- 6) 井上芳光・山瀧夕紀・谷玲子 (2006) 母親の運動経験・活動性が幼児の運動量・運動能力に及ぼす影響. 日本生理人類学会誌 第11号 : 1-6.
- 7) Benesse 次世代育成研究所 (2010) 第4回幼児の生活アンケート報告書 (速報版).  
[http://berd.benesse.jp/jisedaiken/research/pdf/research13\\_sokuhou.pdf](http://berd.benesse.jp/jisedaiken/research/pdf/research13_sokuhou.pdf)
- 8) 宮嶋郁恵・土井由紀子・井上勝子・青木理子・小森有子 (2010) 幼児の生活習慣と運動能力の関係－遊びを中心に－. 福岡女子短大紀要 第73号 : 37-44.
- 9) 中央教育審議会 (2002) 子どもの体力向上のための総合的な方策について (答申).  
[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/021001.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/021001.htm)
- 10) Gallahue, D.L. (1999) 杉原隆 (監訳) 幼少年期の体育. P69. 大修館書店
- 11) 文部科学省 (2013) 平成24年度体力・スポーツに関する世論調査.  
[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/toukei/chousa04/sports/1338692.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/toukei/chousa04/sports/1338692.htm)

