

幼稚園（保育園）・小学校における

子どもの基本的生活習慣の定着について

平嶋一臣

Establishment of a child's fundamental lifestyle in kindergarten(nursery school) and elementary school.

by

Kazuomi HIRASHIMA

はじめに

昨今の科学技術のめざましい進歩の中、子どもたちを取り巻く環境の変化もまた著しい。核家族化、孤食、少子化、自然体験活動や仲間遊びの減少、休日返上での塾漬け、深夜までの店舗や遊技場開放、両親の多忙による会話の減少、親離れや子離れできない親子の増加、テレビやゲーム漬けの生活等々、子どもたちを取り巻く環境は、日に日に厳しさを増している。

このような時代を、生きていかなければならない子どもたちにとって、一生の生活の基盤となる「基本的生活習慣」の習得及びその定着は、果たしてどうなっているのだろうか？このことが、学習成果との相関や問題行動等の背景や要因と考えられている⁽¹⁾⁽²⁾だけに、事は重大である。

では、この「基本的生活習慣」は、どの時期に形成され定着していくのであろうか。例えば、年齢を追う毎に、その定着は進んでいるのだろうか。それとも反対に崩れていく部分があるのだろうか。かつての子どもたちに比べ、決して恵まれているとはいえない昨今の家庭及び社会環境の下、子どもたちの姿を、「基本的生活習慣」の定着度という視点から探っていく。

1 本研究の目的

「基本的生活習慣」が、しっかりと身に付いていないと、①学習意欲が落ちる②体の発育が遅れる③運動能力が落ちる④問題行動（遅刻・怠学・言葉づかいの乱れ等）につながりやすい⑤学校への適応が難しい⑥集団行動ができにくい⑦気力が乏しくなる

このように半ば断定的ともいえる会話が、学校教師、保護者、教育関係者間で、しばしばなされることがある。ではそこで「基本的生活習慣とは何ですか？」と問えば、教師に限らず、保護者も一般の大人達も、はたと考えこんでしまうのではなかろうか。それほど基本的生活習慣というものは、漠としたものであるため、具体的な項目をあげ説明することは難しい。

受理日 平成23年11月24日

純真短期大学こども学科 特任准教授

そこで本研究は、次の3段階を、手順を追って検証していく。

- ① 子どもたちにとっての基本的生活習慣とは何か
- ② ①で取り上げた基本的生活習慣が、年齢と共にどのように定着していくのか
- ③ 基本的生活習慣は、年齢が増すにつれて、習得や定着度は増していくのか

また、研究の仮説として、次の2項を考えた。

仮説

- ①「基本的生活習慣」の習得・定着は、小学校入学以後に伸びていく部分も大きい
- ②「基本的生活習慣」の習得・定着は、小学校期で崩れやすい一面もある

以上の仮説を検証するため、A市の幼稚園（保育園）年長、小学校1・2年生（低学年）、小学校3・4年生（中学年）、小学校5・6年生（高学年）を対象にアンケート調査を行い、その定着の推移を見ていく。

2 先行研究の検討

①「基本的生活習慣」とは

一体「基本的生活習慣」とは、何を指すのだろうか？ これについて、研究者及び各教育機関の考え方も一様ではない。以下、そのことについて、これまでの研究文献の中から列記してみる。

- ア 岐阜女子大学の木澤光子氏、三輪聖子氏、高橋正司氏、梶浦恭子氏は、『幼稚園教育要領』及び『保育所保育指針』にあげられている3歳児の獲得すべき基本的生活習慣から、「清潔」「食事」「着脱衣」「排泄」「睡眠」の五領域をとりあげている⁽³⁾。
- イ 目白大学の矢田貝公昭、高橋弥生は、平成15年、昭和11年に山下俊郎が行った基本的生活習慣との比較を行うことで、発達基準に関する研究を行っているが、そこでの調査は、「清潔」「食事」「着脱衣」「排泄」「睡眠」の五領域である⁽⁴⁾。
- ウ 株式会社三菱総合研究所は、子どもの生活習慣の形成には、家庭環境と企業活動（保護者の職場環境）の影響を受けるという仮説のもとに、保護者、企業にアンケートとインタビュー調査を行っているが、その時のアンケートによる子どもの生活習慣調査では、「睡眠習慣」「食習慣」「保護者とのコミュニケーション」の三領域の影響力を重視している⁽⁵⁾。
- エ 群馬県生涯学習センターは、そのホームページの中で、一保護者の「基本的な生活習慣とは？」という質問に答えて、「起床時間」「食事（朝食）」「排尿・排便」「洗顔・手洗い」「清潔」「家庭学習」「挨拶・気持ちを言葉で伝える」と、やや具体的に幅広く考えている⁽⁶⁾。
- オ 文部科学省は、平成18年文部科学白書『第2節 家庭の教育力の向上に向けた取組』の中で、昨今の子どもの基本的生活習慣の乱れにふれ、「運動」「食事」「休養・

睡眠」が、必要不可欠と説いている⁽⁷⁾。

カ 東京学芸大学の深谷和子は、その調査レポート『基本的生活習慣』で、「身の自立と整理」「健康の習慣形成」「勉強の習慣形成」「挨拶」「食事のテレビ視聴」「おやつ」について調査を行っている⁽⁸⁾。

キ 白鷗女子短期大学の岩城淳子は、幼稚園、保育園の保護者を対象に、しつけへの考え方と子どもの状況の変化を調査しているが、その中で基本的生活習慣を、生理的基盤である「食事」「睡眠」「排泄」と文化的基盤である「清潔」「着脱」の五領域としている⁽⁹⁾。

ク 第一幼児教育短期大学の前原寛は、生活習慣とは、毎日の生活を送る中で習慣化された行為を意味するとし、その中でも、生命的な行為として日常的に繰り返されるものを基本的生活習慣と呼び、通例、「食事」「排泄」「睡眠」「着脱衣」「清潔」の五領域をあげている⁽¹⁰⁾。

ケ 『新しいAの教育計画』によれば、その冒頭より「基本的生活習慣を身につけ、自ら学ぶ意欲と志を持ち、心豊かにたくましく生きる子どもをはぐくむ」とあり、基本的生活習慣が、学習の基盤になることを強く訴えている。そこで、基本的生活習慣には、たくさんのものがあるという前提のもと、A市が何を基本的生活習慣として重視しているのかを、その『計画』中の文言から拾ってみると、「規則正しい生活（早寝・早起き）」「自分のことは自分でやる」「朝食を毎日食べる」「あいさつ」「掃除」「身の回りの整理整頓」ということが分かる⁽¹¹⁾。

以上の文献や参考図書から、基本的生活習慣が、はたして何を指しているのかについて見てきた。これらのことから、次のことが言えるであろう。

- ・基本的生活習慣についての具体的な分類項目については、特定されているわけではない
- ・基本的生活習慣は、一般的には「食事」「排泄」「睡眠」「衣服の着脱」「清潔」の五領域（五項目）を指すことが多い

②「基本的生活習慣」の調査について

ここでは「基本的生活習慣」の定着を、どのような方法で調査してきているかということについて、これまでの研究の中から、その代表的なものを概観する。

ア 尚絅学院女子短期大学の佐藤陽子は、宮城県の幼稚園・保育園逢わせて4園249名の幼児を対象に、「食事（食べ物の好き嫌いの有無）」「排泄」「衣服の着脱」「睡眠」「家庭のしつけ」について調査している。その中の「家庭のしつけ」については、主に「あいさつ指導」「年長者の尊重」「特別援助がいる子どもや外国人への言葉欠け」を含んでいる。回答は、「できる」「できない」、「はい」「いいえ」それに就寝や起床時間を問う方法をとっており、結果的に、「親はなるべく手抜きせず、可能な限り食事の工夫をすること」「夫あるいは父親としてのより一層の子育ての協力が望まれる」と結んでいる⁽¹²⁾。

- イ 北海道大学竹村明子・琉球大学小林稔は、小学1・3・5年生の保護者525名を対象に、親の動機づけ要因および子育てに関して親が認知する家庭状況を取り上げ、家庭での4側面（文化活動、勉強、しつけ、生活習慣）との関係について調査している。その中の「生活習慣」では、「規則正しい生活習慣をつける」「テレビやゲームの時間を決める」「子どもが手伝う家事の分担を決める」の3項を、家庭との関わり尺度との因子分析によりその相関を求めている⁽¹³⁾。この研究のユニークな点は、子どもの生活習慣の定着を、親の関わり、経済的な余裕など、家庭状況との関係から見つけていること、つまり調査の視点を保護者側に当てていることにある。
- ウ 埼玉大学の藤巻公裕は、埼玉県幼稚園児150名を対象に、基本的な生活習慣に関する内容を、因子分析的に研究を行っている。そこでは具体的な場面での行動内容に関するものから44項目が選ばれ、9つの因子の負荷量を示す方法を採用している。その因子としては、「清潔」「食事作法」「排泄」「食器操作」「睡眠の規則性」「排泄処理」「自発的睡眠行動」「衛生保持」「着脱衣動作」があるという。また、このことは、従来の基本的な生活習慣の分類の仕方と大きく異なるものではないが、それぞれの領域に関わる内容はむしろさまざまな行動領域にまたがっていると説く。この研究は、我々が案外簡単に「基本的な生活習慣」について分類集約し項目を起こしていることが多いが、これについて反省を促しているとすることもできよう⁽¹⁴⁾。
- エ 玉川大学の中澤明美・本多譲は、「基本的な生活習慣の指導」について、保育者71名を対象に意識調査を中心に研究している。そこでは、保育者は幼児にどの程度指導を行っているか、「多い、普通、少ない」かについて、「排泄」「着衣」「食事」「清潔」「安全」について調査している。これら5つの基本的な生活習慣のそれぞれは、さらに細かい指導事項に分類されている。その結果、ほぼ全員の保育者が、卒園するまでには幼児が基本的な生活習慣を獲得していると考えているという結果が表れているという部分は興味深い⁽¹⁵⁾。（アンダーラインは筆者）
- オ 岐阜女子大学の木澤光子、三輪聖子、高橋正司、梶浦恭子は、山形県における3歳児を対象に、基本的な生活習慣の実態について、幼稚園と保育園に通う幼児の違いについて調査を行っている。ここでの調査項目は「清潔」「食事」「着脱衣」「排泄」「睡眠」の5領域である。その調査から、親が四六時中面倒を見ることができない保育園児の方が、子どもの生活技術は早期に身につくが、生活リズムといった精神的なより添いや忍耐が必要な項目については幼稚園児の方がよく獲得されている、と結論づけている。保育園児と幼稚園児の基本的な生活習慣定着の違いが、親との関わりによる違いに起因しているという視点は興味深い⁽³⁾。
- カ 平成20年度、文科省は全国学力・学習状況調査を行った際、生活習慣として、就寝時間・起床時間・朝食・読書・インターネット・携帯電話について、小学校6年生と中学校3年生の定着率を報告している。

その他、戦前と平成の子どもの基本的な生活習慣の発達と比較研究、小学校5年生と中学校2年生を抽出し、両者の基本的な生活習慣定着を比較するなどの研究がなされてきている。また群馬県では、「ぐんまの子どものための50のルール」と銘打って、平成17年度から

家庭での基本的な生活・学習習慣の定着を支援している（この種の健全生活習慣推進運動は、文科省の「早寝」「早起」「朝ごはん」のスローガンを受けながら、多くの都道府県で実施されている。また、年度を区切り数値目標をあげ、基本的生活習慣の定着化を目指している都道府県所も少なくない）。

3 調査対象と方法

私は、今回これまでに見てきた研究者とは、やや異なる視点から、子どもの基本的生活習慣の定着を見たいと考えた。それは、現代の子どもたちの基本的生活習慣の定着が、幼稚園（保育園）・小学校期において、どのような推移を見せるか、ということである。今回は、A市の幼稚園・保育園・小学校の計 16 校を対象に、その定着度について学年を追って、どのように推移しているのかを調査するために、次の 4 段階を踏んだ。

- (1) 基本的生活習慣の調査項目を起こしとアンケート内容
- (2) アンケート調査用紙の作成
- (3) 基本的生活習慣の領域決定と集計表及びそのポイントの算出方法
- (4) アンケート用紙配布校及び学校分布について

(1) 基本的生活習慣の調査項目起こしとアンケート内容

まず、幼児・児童期に育てたい、育てておきたいと考える「基本的生活習慣」を、具体的に書き出してみた。その結果、次の 32 項目となった⁽¹⁶⁾。

- ①朝・昼・夕・食前・食後のあいさつをきちんとする【挨拶】
- ②毎朝の洗面・排泄を自分でできる【排泄】
- ③食前の手洗いを行う【清潔】
- ④食後の歯みがきを忘れずに行う【清潔】
- ⑤毎日の朝食をきちんととる【食事】
- ⑥外出前にはトイレに忘れずに行く【排泄】
- ⑦活動に移る数分前には準備を済ませておく【時間を守る】
- ⑧毎日たっぷり遊び、たっぷり歩き、汗をかく【集団での生活や遊び】
- ⑨仲間との集団遊びができる【集団での生活や遊び】
- ⑩「ありがとう」「ごめんなさい」が、きちんと言える【言葉・会話】
- ⑪不完全会話⁽¹⁷⁾でしゃべらない【言葉・会話】
- ⑫外出から帰ったら手洗いやうがいをきちんと行う【清潔】
- ⑬ひとりで服を着たり脱いだり、靴をはいたり脱いだりすることができる【衣類の着脱】
- ⑭帰宅したらきちんと靴をそろえる【整理整頓】
- ⑮服を脱いだら、きちんとたたむ(運動・体育時)【整理整頓】
- ⑯できるだけ好き嫌いなく何でも食べる【食事】
- ⑰おやつ以外の間食は少なくする【食事】
- ⑱立ち食い・歩き食いをしない【生活のルールやマナー】

- ①9 朝食・昼食をたっぷり食べる【食事】
- ②0 少し硬い食べ物でもしっかり、ゆっくりと噛む【食事】
- ②1 食事中はTV視聴だけでなく、家族で会話をする【言葉・会話】
- ②2 早寝早起きで、毎朝元気に朝を迎える【睡眠】
- ②3 毎日の入浴を欠かさず、体を清潔にしておく【清潔】
- ②4 ひとり寝・ひとり起き（起こされないで）ができる【時間を守る】
- ②5 自分と友達のをきちんと区別することができる【生活のルールやマナー】
- ②6 友達の誰とでも道具の共有や貸し借りができる【集団での生活や遊び】
- ②7 きちんとあと片づけをして、遊び終わる【整理整頓】
- ②8 指先での細かい作業も、最後まで自分で頑張る【集団での生活や遊び】
- ②9 自分の思いや考えていることを、周囲の人に伝えることができる【言葉・会話】
- ③0 自分の出来ることはすすんで手伝う【生活のルールやマナー】
- ③1 交通ルールをきちんと守る【生活のルールやマナー】
- ③2 公共の場や乗り物の中でのマナーを守ることができる【生活のルールやマナー】

（２）アンケート調査用紙の作成

次には、この 32 項目をそのまま幼・小・中学校で配布調査するには、項目も多く、文言も分かりにくい部分を含んでいるので、いくらか近似の内容は統合し、項目を減らすことを試みた。合わせて設問を幼児・児童にとって、できるだけ分かり易い言葉に置き換えることにした。

項目数と、設問語彙の精選の結果、次の 25 項目にまとめアンケートを作成した。それぞれの設問の選択は、曖昧な回答をできるだけ防ぐために 4 件法を採った。4 件法のそれぞれは、

- 1、きちんとできている（きちんと守っている）
- 2、だいたいできている（だいたい守っている）
- 3、あまりできていない（忘れることが多い）
- 4、まったくできていない（まったく、または、ほとんど守れていない）

とした。

また、幼稚園の園児は、保護者の代筆回答をお願いした。また、小学校 1 年生の児童には、1 問々々を、担任が設問を読み終えた後、該当番号に○印を付けていく方法を採用をお願いした。

基本的生活習慣についてのアンケート項目

- ① 朝・夕のあいさつ（家の人・^{ともだち}友達）
- ② 食前・食後のあいさつ（いただきます・ごちそうさまでした）
- ③ 毎朝の^{せんめんなど}洗面等
- ④ 食事の前の^{てあら}手洗い（^{まいかい}毎回）

- ⑤食後の歯みがき
- ⑥食事はゆっくりよく噛んで（ひと口 30 回以上）
- ⑦外出前のトイレ
- ⑧ 1 日 1 回、外で汗をかく（遊び、スポーツ）
- ⑨友達と遊ぶことは多いですか
- ⑩友達や周囲の人に「ありがとう」「ごめんなさい」が、すぐに言えますか
- ⑪帰宅後の「手洗い」「うがい」
- ⑫帰宅後の履き物そろえ（履き物のつま先を、入口のドア側に向けてそろえる）
- ⑬自分で服を着たり、たたんだりする（身体的な理由がある場合は、構いません）
- ⑭食べ物の好き嫌いについて（理由があって食べられない物は数えない・考えない）
- ⑮間食について（食間のおやつ等）
- ⑯立ち食い、歩き食について
- ⑰食事時のテレビ（視聴）について
- ⑱早寝・早起き・朝ごはん
- ⑲毎日の入浴（シャワーでも可）
- ⑳ひとり寝・ひとり起き（小学生は、「早く寝なさい」「早く起きなさい」を言われるか）
- ㉑あと片づけについて（部屋の中の様子も含めて）
- ㉒友達のを借りた時（図書等も含む）
- ㉓周囲の人（友人・先生・親）への相談について
- ㉔家の手伝い（仲間の手伝い）について
- ㉕交通ルール・車中でのマナーについて

（３）基本的生活習慣の領域決定と集計表及びそのポイントの算出方法

次には、このアンケート調査の結果を集計する過程において、それぞれの具体的な基本的生活習慣を、どの領域に分類するかということと、25 項目アンケート中の 4 件法による回答番号の 1, 2, 3, 4 をどのように得点化するかということである。

これについては、先行研究でも述べたように、一般的には「食事」「睡眠」「排泄」「衣服の着脱」「清潔」の五領域が考えられるが、今回は、生活の基本からその成長を見つめて育てている保育園・幼稚園の視点に立ち、「保育指針」「教育要領」の中の基本的な学びの柱である「健康」「人間関係」「環境」「言葉」「表現」を参考にした。ただし、「表現」のみを「生活リズム・ルール・マナー」に置き換えた。この理由には、先行研究でも見てきたように、子育てそれも基本的生活習慣に絶対の自信をもって、小学校に送り出している保育園や幼稚園（の先生）側の考えもあり、その後の生活習慣がどのように推移しているのかということを見たいからでもある。

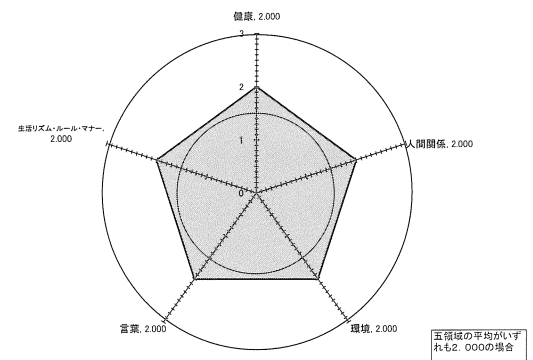
したがって、アンケートによる設問項目①から⑳を、「健康」には④⑤⑥⑧⑪⑮⑱、「人間関係」には①②⑨⑩㉔、「環境」には㉔、「言葉」には㉔、「生活リズム・ルール・マナー」には、③⑦⑫⑬⑯⑰⑱⑲⑳をそれぞれ充てた。

またポイントの配点方法については、アンケート中4件法の回答番号1を3点、2を2点、3を1点、4を0点とし、それぞれ五領域別に集計し、その平均値を出し、次の集計表にまとめた。また、領域別定着度の膨らみを、より見やすくするために、集計表の領域別平均値を、ペンタグラフに置き換えた。

アンケート結果集計表とペンタグラフ（次の参考例は、五領域の小計平均値が、2.000とした場合）

アンケート集計表

領域	設問	回答番号・回答者数・ポイント								(総回答数)	合計	平均
		No.1 3点	No.2 2点	No.3 1点	No.4 0点							
健康	4	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	5	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	6	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	8	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	11	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	14	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	15	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	18	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	小計	(0)	0	(0)	0	(0)	0	(0)	0	(0)	0	2.000
人間関係	1	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	2	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	9	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	10	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	24	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	小計	(0)	0	(0)	0	(0)	0	(0)	0	(0)	0	2.000
環境	21	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	小計	(0)	0	(0)	0	(0)	0	(0)	0	(0)	0	2.000
言葉	23	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	小計	(0)	0	(0)	0	(0)	0	(0)	0	(0)	0	2.000
生活リズム・ルール・マナー	3	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	7	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	12	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	13	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	16	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	17	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	19	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	20	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	22	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	25	()	0	()	0	()	0	()	0	(0)	0	#DIV/0!
	小計	(0)	0	(0)	0	(0)	0	(0)	0	(0)	0	2.000
計		(0)	0	(0)	0	(0)	0	(0)	0	(0)	0	2.000



(4) アンケート用紙配布校及び学校分布について

アンケートに協力していただいた園・学校は、次のA市15校（のべ38校）である。

- ア 保育園・幼稚園 3園計 93名
- イ 小学校低学年 11校計 310名
- ウ 小学校中学年 12校計 333名
- エ 小学校高学年 12校計 390名

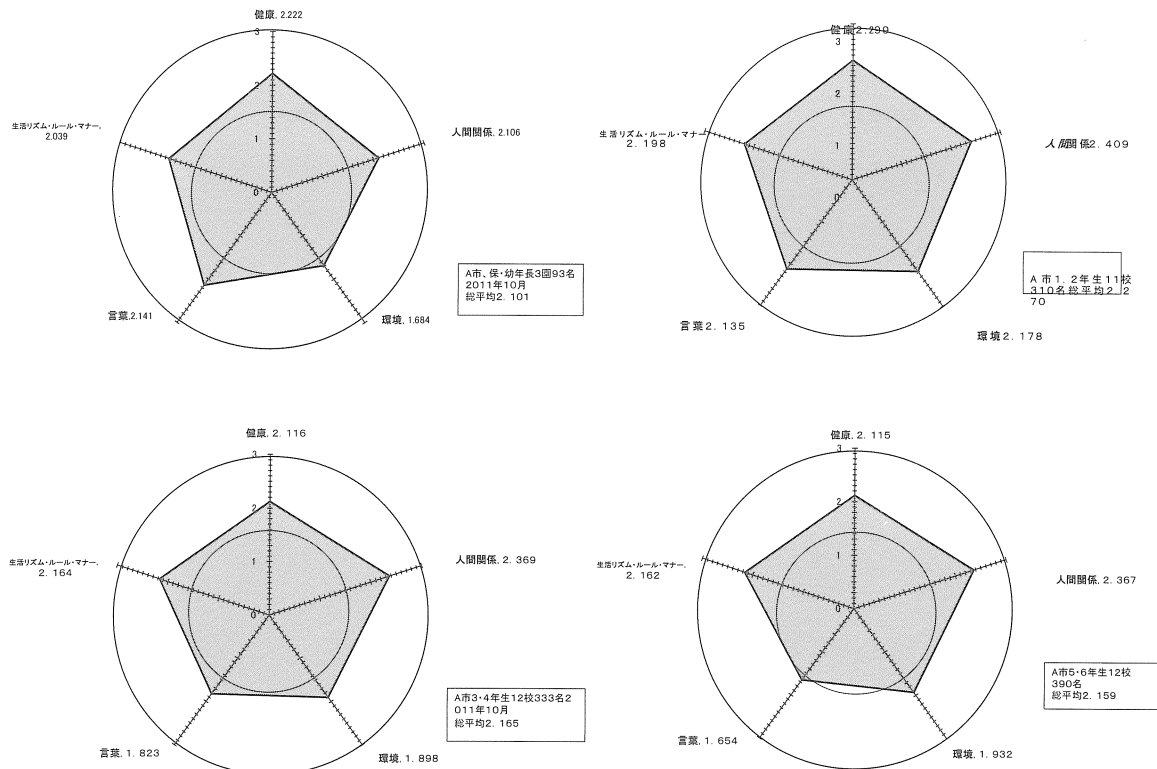
幼稚園・保育園は、いずれも市の周辺部に位置している。また、小学校は、市の中心部

と周辺部の中間に位置しており、学校規模としては、平均的な学校（児童数 300 名～500 名）である。

4 調査結果の分析と考察

福岡市の幼稚園・保育園・小学校 15 校の子ども達の基本的な生活習慣について、アンケート調査結果により、集計表を基に作成したペンタグラフは、次のようになった。

第 1 区分・・「幼稚園（保育園）年長組」 第 2 区分・・「小学校 1，2 年生（低学年）」
第 3 区分・・「小学校 3，4 年生（中学年）」 第 4 区分・・「小学校 5，6 年生（高学年）」



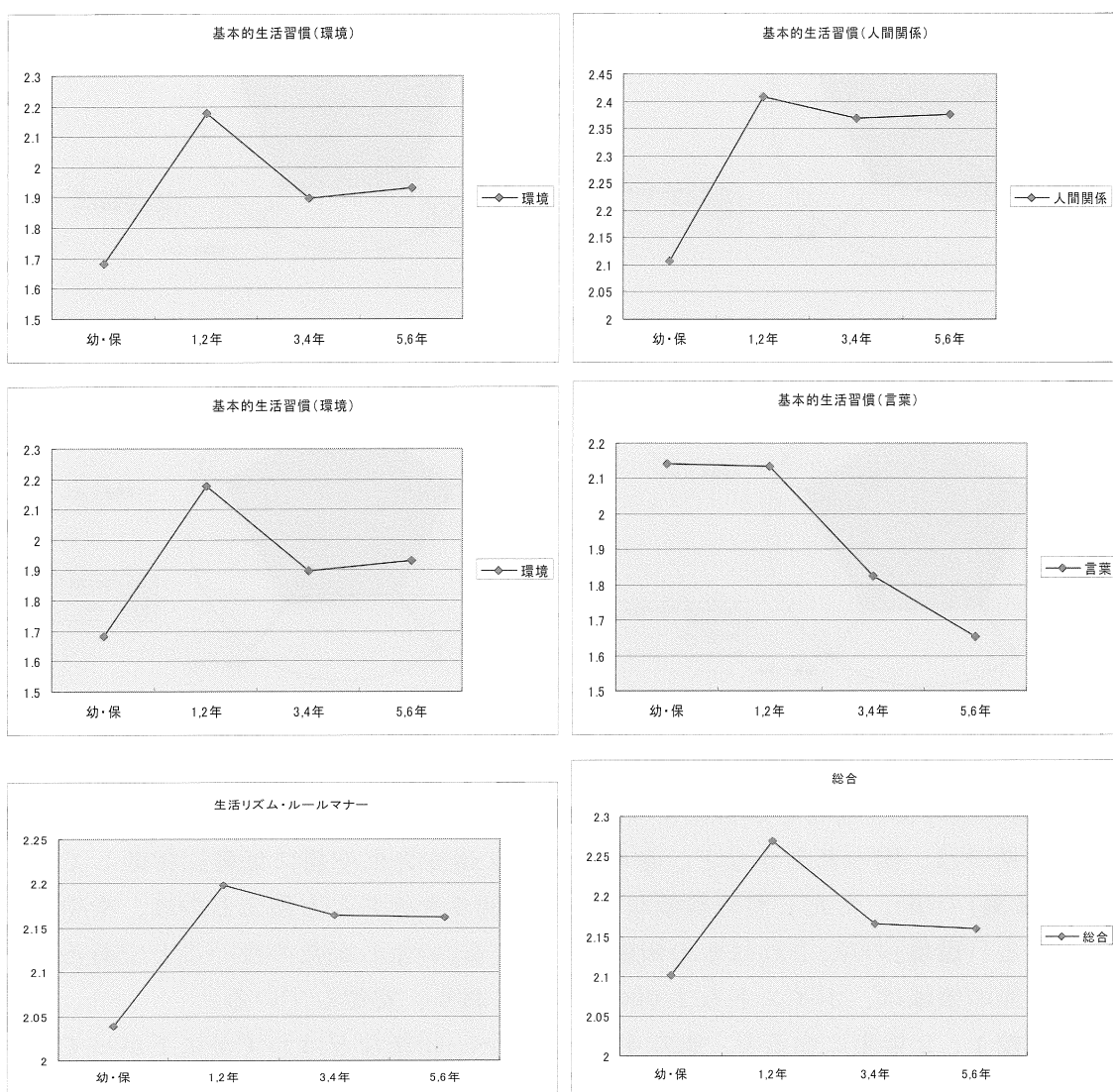
以上のペンタグラフから見ると、それぞれ 4 区分の、「基本的な生活習慣」五領域の定着度について、概ね次のようなことが言えよう。

- ① 幼児期では、困ったときなど、身の回りの友達や先生や親に気軽に相談している（「言葉」の項）。ただし整理整頓など、身の回りをきちんと整えるのは、やや苦手である（「環境」の項、これはその年齢からしても、いたしかたのないことであろう）。その他の領域は、ポイントも 2.000 を越えており、安定している。
- ② 小学校 1，2 年生になると、他の 4 領域に比べ、相談などはわずかに下がっているものの、基本的な生活習慣の定着全般について、ポイントは、いずれも 2.000 を越えておりバランスもとれ安定している。
- ③ 小学校 3，4 年生になると、ペンタグラフの、「言葉」「環境」の二領域が低下し、一部がややひしゃげている。これは、困ったときの相談や、身の回りの整頓などが、おろそかになっているということがいえよう。また、「健康」面でのかげりが見えるが、これは、食事の内容、早寝早起きなど、特に低い数値を示しており、その習慣

が崩れ始めてきたものと考えられる。

- ④ 小学校5、6年生になると、ペンタグラフのひしゃげに、いびつさが加わってきている。特に、困ったとき周囲の人に相談する等は、かなり低いポイントとなっているが、これはこの年頃に始まる第二次性徴期との関係も考えられる。【健康】についても、ポイントはやや低い。日々の生活の中に、運動不足などの兆候が表れ始めてきているようだ。】

次に、今回行った基本的生活習慣五領域の定着度が、4区分の中で年齢が進むにつれ、それぞれどのように推移しているか、折れ線グラフで見ることにする。



以上のグラフを見て、次のことが言えよう。

- ①健康・・・小学校低学年までは、その習慣化について、かなり定着している。
- ②人間関係・・・幼・保期の単独行動期はともかく、小学校低学年で一気に上りつめる。その後も小学校期においては、さほどの崩れは見られない。

③環境・・・これは、わずかに「身の回りの整理・整頓」の一項について調べたにすぎない。幼・保期には、かなり落ちているが、小学校入学と同時に、ポイントでは2,000を越している。現場教師の意見としては、小学校入学を期に、学校での指導と同時に、家庭でもしっかりと身の回りの整理整頓について、指導が行き届いてくるからであろうとのことであった。しかしその後、小学校中学年からは下降気味である。

④言葉・・・これも③と同じく、わずか一項の「困った時など、周りの人に相談する、相談できる」について調べただけである。幼・保期、小学校低学年では、すぐに相談できているのが、その後、下がり始め、小学校高学年では、ポイントも1,500に近づき、周囲への相談が減ってきていることが、やや案じられる。

⑤生活リズム・ルール・マナー・・・毎日の規則正しい生活や、周囲の人に合わせなくてはならないことを守れているか、ということを中心に調べた。これもまた、小学校低学年では、ポイントがかなり高いが、その後下がっている。

⑥総合・・・これは、五領域全部を合計したポイントの推移を見たものである。①から⑤までの繰り返しにもなるが、小学校入学後の2年間（低学年）では、全体的に基本的生活習慣もかなり定着しているが、中学年で、急降下している。

なお、今回の調査で、集計結果を園長・校長先生方に報告しながら、現場の実態を率直に伺い、そのポイントとの相関を推し量るに、定着度のポイントの2,000を境に、安定期と不安定期に分けられ、1,500以下となると、かなり心配な状態にあるとみた。

5 まとめ

（１）本調査で得られた知見

本研究は、A市の幼稚園（保育園）児・小学校児童について、年齢による「基本的生活習慣」の習得及び定着度を調査し、その推移を見ることで、その伸長の時期を探ることにあった。その結果、次の知見を得るに至った。

- ①子どもの基本的生活習慣の習得・定着は、幼稚園（保育園）を卒園後、小学校の入学を期に急速に伸びていく。
- ②子どもの基本的生活習慣の習得・定着は、小学校中学年（3・4年生）を境に、急激に降下し、ほぼその状態が高学年（5・6年）まで続く。

（２）知見の補足

①小学校入学を期に、基本的生活習慣の習得や定着度が、急に伸びているのは、子どもにとって、新鮮な気持ちで小学校生活に臨む意気込みがあるからとも考えられる。また、この期の子育てに対する保護者としても、子どもに負けぬ新鮮さで、学校生活を想定した日々の生活面での細かい指導や配慮を行っているものと考えられる。

- ②小学校も中学年に入ると、学校生活にも、かなり慣れてきて、生活習慣にもいわゆる「加減」が分かり始めるのか、急速にその定着にかげりが見られ始める。教師や保護者にしても、「もう3・4年生なのだから、大丈夫」「細かい指導は必要ないだろう」など、本人任せの傾向があるのではないだろうか。しかし、この時期の子どもにとっては、まさにギャング時代の真只中である。習慣化が一旦崩れ始めると、なかなか止まらない。そう考えると、3・4年生の担任や保護者は、この学年を、基本的生活習慣定着のための重要な時期と考え、尚一層日々の丁寧な気配りと指導を望みたい。
- ③小学校高学年の孤立化・孤独化傾向は、最も案じられる所である。体と心の成長のアンバランスな時期、それに中学受験を控えている子などは、心穏やかではない日々が続く、相談したくても周囲にその相手が見当たらないのであろうか。また、話したくないまま、話せないまま、悶々とした日々を送っている児童が、急増するこの期に、もっと担任や保護者あるいは地域の大人たちが、積極的に子どもに寄り添い、言葉かけを行っていかなくてはならない。

（３）今後の課題

本論を進めるにあたり、①基本的生活習慣の調査項目起こしとアンケート内容②アンケート調査用紙作成③基本的生活習慣の領域決定と集計表及びそのポイントの算出方法④アンケート用紙配布校及びその分布という４段階の手順を踏んで、そこから見えてきた幼児・児童の、基本的生活習慣定着の姿を見ながら、その分析を試み、仮説から知見へと述べてきたが、そこには、以下のような新たな課題も浮かんできた。

- ①具体的なそして望ましい生活習慣項目（行動）を、領域別に括る場合、どのようにまたいくつの領域にまとめるのか一定してはいない。それだけに、調査を行う者の主観に委ねられることになる。今回、25個のアンケート項目を私は五領域を、幼稚園・保育園側の視点に立ち、その後どのように成長していくのかという観点から、幼稚園・保育園の教育要領（保育指針）を参考に、四領域を流用したが、はたしてこの方法は、子どもの基本的生活習慣定着を測るのに万全であったのか。
- ②今回、それぞれのアンケート調査項目を、五領域に振り分けていったが、それぞれの具体的項目を、領域に組み込んでいく経過を、さらに明瞭にすべきであった。
- ③アンケート調査及びデータの処理について
- ・ 設問項目は25項に絞ったが、はたしてそれは適切であったか
 - ・ 調査対象校選びは、校区の実情ができるだけ異なる地域を選ぶほうが、さらにA市の子どもの実態に迫ることができる。市の中心部とへき地離島の学校との比較なども考えられる
 - ・ 調査対象者の家庭環境（例、家族構成・周囲の環境条件など）による、基本的生活習慣定着の推移を見ることも考えられる
- ④調査対象校が、まだ全部で15校（のべ38校）、調査対象者は計1000名足らずである。これをもってA市の子ども達の実態を検証するには、まだ心もとない。特に、幼稚園（保育園）のデータは少なすぎた。今後もこの調査を継続していき、データ

の信頼度を高めていかななくてはならない。

- ⑤幼稚園児と保育園児は、現状では園内外における生活のリズムがかなり異なっているが、この両者を同一グループとして括ってしまったことは、適切であったか。

おわりに

21 世紀に入り、すでに 10 年以上が経過した。その間も不登校児童生徒の問題に、文科省はじめ、各都道府県の教育委員会は、次々と新たな対策を打ち出し始めてきている。しかし、結果は一次的には好転したが、その後は横ばい状態のままである。また、授業が成立しないなど、いわゆる学級崩壊の事例も後を絶たないでいる。なぜ、このような状態がいつまでも続くのであろうか？ 私は、これらの減少をはじめ、現在起きている多くの教育問題・教育現場での問題事象の元凶は、幼児期から少なくとも小学校卒業期までの、基本的生活習慣の習得と定着度の不足もその一因があるように思えてならない。

本論の『研究の目的』で、冒頭に述べたように、多くの現場の教師達も、そのことについては嘆息しながら、手をこまねいている現状がある。

このように考えると、子どもが、その多くの生き生きとした体験から学ぶ場は、学校以外の家庭や地域の中に、案外多いことが容易に理解できる。そうするならば、「学校力」「教師力」と変わらぬ日々の「家庭力」「地域力」の大きさ、重要さをやはり考えないではいられなくなる。

これからの時代、子育ての世界に家庭・学校・地域三竊みの姿は似合わない。

私は、今後ますます三者が歩み寄り協力し合い、どの子もわが子という思いで、基本的生活習慣の習得と定着を柱とした子育てを、まず何よりも優先していくべきである。

【注】

- (1) 平成 15 年 7 月、国立教育政策研究所生徒指導研究センターがまとめた『生徒指導上の諸問題の推移とこれからの生徒指導』に、「家庭や地域社会における教育力の低下に伴って、子どもに対して基本的な生活習慣や社会規範などが身につくおらず、そのことが問題行動の背景・要因となっていることが指摘される」とある。
- (2) 八尾坂修は、その著『学校改革の課題とリーダーの挑戦』・「幼稚園における課題」の中で、「近年子どもの育ちが変化してきており、基本的な生活習慣の欠如、食生活の乱れ、自制心や規範意識の希薄化、運動能力の低下、コミュニケーション能力の不足、小学校生活にうまく適応できないなどの課題が指摘されている」と説く。
- (3) 木澤光子、三輪聖子、高橋正司、梶浦恭子『3 歳児の基本的生活習慣獲得の実態』岐阜女子大学紀要第 39 号、2010 年。
- (4) 矢田貝公昭、高橋弥生『基本的生活習慣の発達基準に関する研究』(N I I - E lectronic Library Servise アクセス日 2011 年 8 月 31 日)
- (5) 株式会社三菱総合研究所『子どもの生活習慣づくりに関する家庭や企業の認識度及び課題分析調査』報告書、2010 年。
- (6) 群馬県生涯学習センター、よいこのダイアル『基本的生活習慣とは』(<http://genki365.net/gnkg01/pub/sheet.php?id=2271> アクセス日 2011 年 8 月 31 日)

- (7) 平成 18 年文部科学白書『第 2 節家庭の教育力の向上に向けた取組』
(<http://www.mext.go.jp/b-menu/hakusho/html/hpab200601/002/001/007.htm>
アクセス日 2011 年 8 月 30 日)
- (8) 深谷和子、調査レポート『基本的生活習慣』、福武書店教育研究所『モノグラフ小学生ナウ』vol.2-9、1982 年。
- (9) 岩城淳子『しつけに対する意識の変化と基本的生活習慣』、白鷗女子短大論集、2006 年、30 (1)、55-91。
- (10) 保育用語辞典『基本的生活習慣』の項、ミネルヴァ書房、p.68。
- (11) A 市教育委員会『新しい A の教育計画』2009 年、pp.5-21。
- (12) 佐藤陽子『子育てに関する研究』尚絅学院大学紀要第 57 号、2006 年、pp.199-209。
- (13) 竹村明子・小林稔『小学校の親における子への関わりとそれを規定する要因』教育心理学研究、第 58 号、4 号、2010 年、pp.426-437。
- (14) 藤巻公裕『基本的生活習慣の因子構造』(N I I -Electronic Library Service アクセス日 2011 年 8 月 31 日)
- (15) 中澤明美、本多譲『幼稚園における基本的生活習慣の指導』(N I I -Electronic Library Service アクセス日 2011 年 8 月 31 日)
- (16) これについては、すでに筆者が九州大学修士論文『幼稚園（保育園）と小学校の連携教育に関する研究』の p22.p23 に発表している 32 項目と変わらない。
- (17) 不完全会話とは、「先生、はさみ！」「お母さん、ご飯！」「ぼく、ラーメン！」などのように、文末まではっきりと話さず、主語・述語の繋がりが意味をなさない言い方をいう。二語文ともいう。

【主要参考図書】

- 1 石井義武著『勉強の仕方の研究』岩波ブックセンター信山社、1985 年。
- 2 内藤寿七郎編『最新育児学（第三版）』同文書院、1988 年。
- 3 大場幸夫監修『保育所保育指針ハンドブック』学研、2008 年。
- 4 清水驍『小学校入学までに教えること教えなくてよいこと』PHP 研究所、1997 年。
- 5 篠原孝子・田村学『幼稚園・保育所と小学校の連携ポイント』ぎょうせい、2009 年。
- 6 新谷恭明・土戸敏彦編『人間形成の基礎と展開』コレール社、2007 年。
- 7 西頭三雄児・久世妙子・小澤文雄編『保育内容を学ぶ』福村出版、2007 年。
- 8 平田慶子『子どもの生活と心の発達』学文社、1997 年。
- 9 無藤隆監修『実践・幼稚園教育要領ハンドブック』学研、2003 年。
- 10 八尾坂修は『学校改革の課題とリーダーの挑戦』2008 年
- 11 朝日新聞社科学部編『心のプリズム』朝日新聞社、1977 年。
- 12 A 市教育委員会総務部企画課『新しい A の教育計画』A 市教育委員会、2009 年。
- 13 A 市教育委員会編『A 市の不登校対策について』（報告書）、2009 年。
- 14 厚生労働省『保育所保育指針』フレーベル館、2009 年。
- 15 国立教育政策研究所『幼児期から児童期への教育』ひかりのくに、2005 年。
- 16 文部科学省『幼稚園教育要領解説』フレーベル館、2008 年。