

東と西における保育園児の在宅生活実態

金子 俊・若林文子

Daily Home Life Pattern of Nursery School Children in the Eastern and Western Japan

KANEKO Shun・WAKABAYASHI Fumiko

[はじめに]

少子社会が進む中で女性の有業化はますます進展するなど、幼児を取り巻く環境の変化は著しい。そして、これに伴う親子の「心のひずみ」が指摘されるようになった¹⁾。特に、幼児を福祉施設(保育園(所))に預けて就業する場合、親子の触れ合いはますます稀薄になり事態は一層深刻なものになると考えられる。わが国では現在、幼児を保育園に預けている家庭は多く、その施設数は全国で約2万2千カ所、措置人員約161万人にも及んでいる²⁾。厚生省はこのような事態を鑑み、保育園における保育内容の見直し・充実に着手し、平成2年に保育所保育指針を約25年振りに改定した³⁾。

こうして保育園における新しい保育が進められている一方、保育園児の家庭における保育のあり方を検討することも必要かつ重要な事柄である。そのため、保育園児の家庭における生活行為や時間の過ごし方の実態を把握する必要がある。

栄養・小児関連の学術誌などには、保育園児の生活実態やその変化を把握するために実施したかなり大規模な生活時間を中心にした調査論文を認めることができる^{4~7)}。しかしながら、多くのこうした調査の解析は、生活習慣が明らかに違うと思われる広範囲に及んだ対象地域のものであっても解析の結果はその平均的状況を示すに留まっている。

この度、東西に位置した保育園に通う園児が家庭において、起床・就寝、あるいは各食事開始の時刻がどのように布置されているか、また、各食事の摂り方はどのような状況下で営まれているかなどについて、生活習慣が異なるとされる地域に所在する保育園に通う園児の「食」を中心にした家庭における生活実態把握のアンケート調査を行う機会を得た。本報ではこの調査結果の概要について報告を行う。

[調査概要]

調査は平成5年11月、保育園児の一日について、起床・就寝、あるいは各食事開始の時刻がどのように布置されているか、また、各食事の摂り方はどのような状況下で営まれているかなど、生活時間(15分間隔)や食行動に関する簡易な調査票を作成し、東は北海道、青森、岩手、秋田の4道県、西は長崎、大分、宮崎、鹿児島県の4県、それぞれに所在する保育園(所)各2カ所ずつ、計16カ所の保育園にそれを郵送し協力を求めた。そして、そこに通う3歳以上児1,033名の保護者から回答を得た。

こうした子供の生活実態を把握する調査の集計については、堀内⁸⁾やSabbadini⁹⁾らも指摘する

ように、大人のそれとは異なった種々の困難が伴う。そこで、本調査における時間や時刻の集計はNHKの国民生活時間調査¹⁰⁾に準拠した方法を採用した。

[結果の概要]

1. 回答者の特性

回答者を全体的にみると、東の保育園児は466名(45.1%)、西の保育園児は567名(54.9%)、性別の構成は男児553名(53.8%)、女児474名(46.2%)である。また、年齢別では3歳児210名(20.4%)、4歳児292名(28.4%)、5歳児317名(30.9%)、6歳児208名(20.3%)という状態である。

2. 起床から登園までの状況

- (1) 起床時刻の布置は、**図1**のように東西の園児とも最頻値は午前7時～であるが、それまでの園児の起床者は東は47.8%、西は25.5%しかない。そして、その分布状態は東の園児の方が早く起き出し、西の園児の方が遅いという形状をなしている。
- (2) 朝食前の飲食について、「いつも食べる」「時々食べる」「ほとんど食べない」の3段階の回答を求めたところ、東西の保育園児間に統計的な有意差はなく、「いつも食べる」という回答が全体で11.1%、「時々食べる」は21.0%であった。
- (3) 朝食開始時刻の布置は**図2**のように、東の園児では7時～が20.3%、7時15分～が21.4%であるが、西の園児では7時30分～が20.3%、7時45分～が14.2%などとなっており、東の園児の方が早いという結果が認められる。

図1 起床時刻の布置

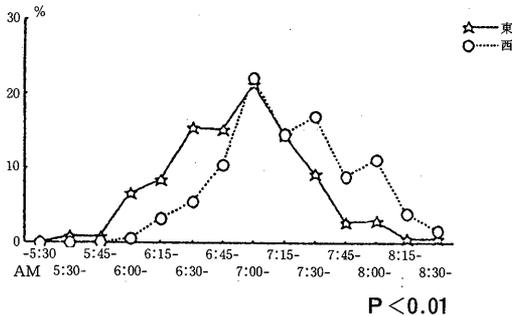
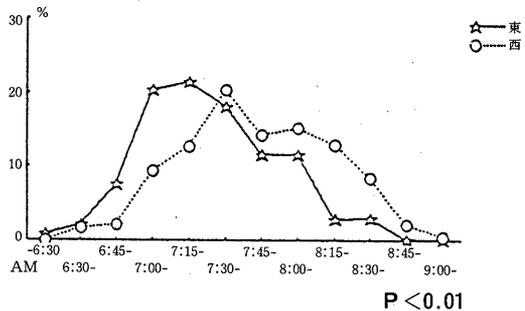


図2 朝食時刻の布置



- (4) 朝食の喫食状況については、東西の差異はみられず、「いつも食べる」が全体として72.2%であり、「時々食べない」という回答が25.1%もあった。また、朝食時の共食者は、「両親」と回答したのは全体の22.0%であり、「母親」という回答は42.8%である(表1)。
- (5) 朝食における主食の種類について、「ごはん」「パン」「ごはん・パン」「その他」で回答を求めた。その結果、「ごはん」は東の園児では44.1%であるのに対し、西の園児では28.1%、「パン」は東が4.5%、西は14.5%などと地域間の差が大きい(表2)。また、朝食時の牛乳の飲み方は、「毎日飲む」は、東の園児が20.0%、西の園児が31.4%などという回答であり、西の園児の方が牛乳を飲む頻度が高い(P < 0.01)。
- (6) 登園時刻の布置については、**図3**のように東の園児の方が早く、8時～でピークに達し20.3%、

表1 朝食、夕食における共食者 [全体]

(): %

朝 / 夕	両 親	父 親	母 親	そ の 他	合 計
両 親	155(15.1)	1(0.1)	50(4.9)	21(2.0)	227(22.1)
父 親	22(2.1)	6(0.6)	23(2.2)	9(0.9)	60(5.9)
母 親	175(17.1)	4(0.4)	178(17.4)	81(7.9)	438(42.7)
そ の 他	55(5.4)	3(0.3)	42(4.1)	200(19.5)	300(29.3)
合 計	407(39.7)	14(1.4)	293(28.6)	311(30.3)	1025(100.0)

P < 0.01

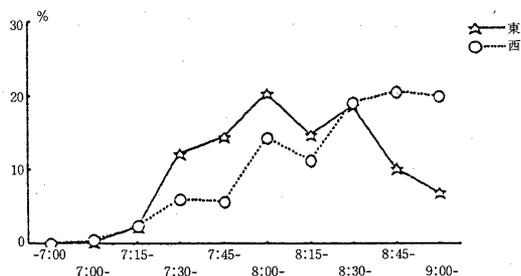
表2 朝食の主食 [全体]

	ごはん	パ ン	ごはん・パン	そ の 他	合 計 (%)
東	205(44.1)	21(4.5)	237(51.0)	2(0.4)	465(100.0)
西	159(28.1)	82(14.5)	323(57.1)	2(0.4)	566(100.0)
合 計	364(35.3)	103(10.0)	560(54.3)	4(0.4)	1031(100.0)

P < 0.01

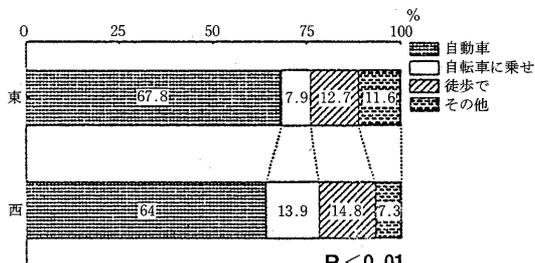
その後は逓減する。それに対し、西の園児の登園は遅く、8時30分～の時刻で東西の登園時刻が交差している。また、登園の際の引率は地域に差異はなく、「母親」が全体の75.5%を占め、父親は14.3%である。そして、登園の際の交通手段は、全体として自動車は65.7%、自転車は11.1%、徒歩13.9%などである(図4)。

図3 登園時刻の布置



P < 0.01

図4 登園時の交通手段



P < 0.01

3. 降園から就寝までの状況

- (1) 保育園からの降園開始時刻の布置は図5のように、東の園児は西の園児より早く始まり午後5時～が最頻で16.1%であり、その後は逓減する。しかし、西の園児は5時30分～が最頻で17.8%という分布状態である。
- (2) 帰宅後の外遊びについては、「ほとんどない」が東の保育園児では42.5%、西では37.3%と回答しており、西の方が外で遊ぶ機会が多い (P < 0.01)。
- (3) 夕食前の間食については表3のように、「いつも食べる」が、東の園児では48.8%、西の園児では58.4%と回答しており、10%ほどの差異がある (P < 0.01)。

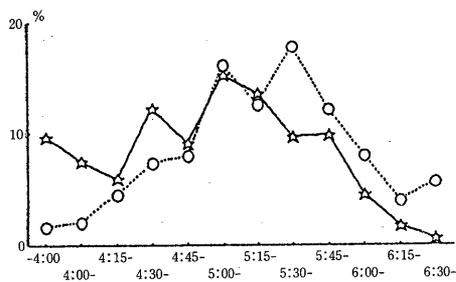
(4) 夕食の時刻布置は図6のように、東の園児の方が早くはじまり、午後6時30分～では18.1%、7時～では20.5%が食べ始めて、その後は遞減するのに対し、西の園児では、東より遅く食べ始め、7時～が24.4%と最頻値を示している。また、夕食時における園児との共食者については、地域の差はみられず、全体として「両親」が39.7%、「母親」が28.7%、「父親」1.5%などという状況であった。さらに、朝食、夕食とも両親と食事をしている園児は表1のように、全体で15.1%しかいない。

表3 帰宅後から夕食までの間の食 [全体]

	いつも食べる	時々食べる	何も食べない	合計(%)
東	215(48.8)	204(46.3)	22(5.0)	441(100.0)
西	313(58.4)	199(37.1)	24(4.5)	536(100.0)
合計	528(54.0)	403(41.2)	46(4.7)	977(100.0)

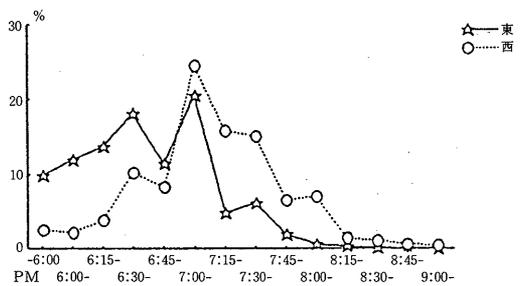
P < 0.01

図5 降園時刻の布置



P < 0.01

図6 夕食時刻の布置



P < 0.01

- (5) 夕食後から、就寝までの間の飲食習慣について集計したところ、「いつも食べる」は、東の保育園児では38.1%、西では23.1%という回答があり、15%ほど東の方が高い。
- (6) 家庭におけるテレビ視聴時間の統計的な地域差はみられず、1時間から2時間15分の範囲の回答だけで全体の65.8%を占めている。
- (7) 就寝時刻の布置については、東の園児の就寝時刻は、西のそれより早くはじまり、9時～が最頻値を示して31.3%、その後は遞減している。西の園児は10時以降に就寝すると回答したものが41.9%であり、東の園児との間にかなりの違いがある(図7)。

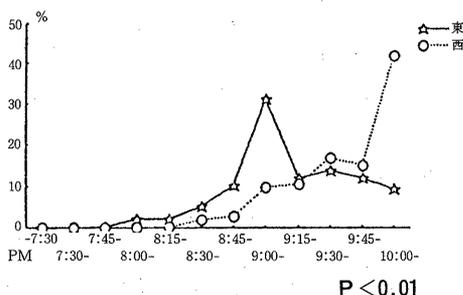
なお、本調査結果では、いずれの質問事項においても年齢・性による差異はほとんど窺うことができなかった。

[考察]

以上のような保育園児の家庭における「食」を中心にした生活実態から、二つの事柄について考察する。

1. 保育園児の家庭における起床・就寝や各食事開始の時刻布置は、全般に東の園児の方が早くはじまり、西の園児は遅いという結果が示されている。それらの時間差は時刻の布置状況から

図7 就寝時刻の布置



みてはぼ1時間の剪断(せんだん:ズレ)ということが読みとれる。

こうした時間差がどうして発生したか、原因については本調査では推察し難い。理科年表には日本列島各地の日の出、日の入り時刻が掲載されている。そこでは地球上の位置と季節によっても各地の日の出、日の入りの時刻は異なっている。本調査対象地域となった一部例として、長崎と札幌では日の出と日の入りの時刻とも約15分から80分ほどの時間差がある¹¹⁾。しかし、保育園のタイムスケジュールは、著者らが昭和60年に実施した調査結果では、全国ほぼ同じ食事や間食の時刻布置がなされており、午前の間食は10時、昼食は11時30分、午後の間食は15時などの時刻布置で保育園の多くで運営されている⁷⁾。

こうしたことは、東の保育園児は朝食と午前の間食や昼食との間隔は長くなり、西の保育園児は短い。また、保育園での午後の間食からは東の園児は間隔が短く、西では長くなることを意味するものと思われる。このことは、園児の生活習慣の状況にも影響しているようで、夕食前の間食習慣が西の園児の方が東の園児よりも「いつも食べる」という割合が高い、また、降園後の外遊びが日没が遅い西の保育園児に多い、など幾つか生活状況に影響したと思われる相違がみられる。

起床・就寝時刻、あるいは食事時刻の間隔や食事頻度などが保育園の地理的な位置づけによって異なってくることが直ちに園児の健康問題に影響するとは即断し難い。しかし、保育園での昼食や間食の時刻布置は必ずしも全国画一的に置かれる必要はなく、保育園が所在している地域的に生活リズムを考慮した独自のタイムスケジュールを検討することが今後必要と思われる。

2. 保育園児の昼食は、家族との喫食は考え難い。さらに、朝食や夕食時の共食状況について、「両親」という回答は、朝食では全体の22.1%、夕食でも39.7%しかなかった。そして、朝食、夕食とも「両親」と食事を一緒にする園児は僅か15.1%、即ち、6~7人に1人の園児しか一緒に食べていないことになる。

保育園児の家庭における朝・夕食のこうした現実、厚生省が子供の1人食べなどが多くみられるなど、食卓を中心にした家族団らんが失われつつあることをはじめとした食生活を取り巻く急激な変化に対応するために設定した、「健康づくりのための食生活指針¹²⁾」の大項目「こころのふれあう楽しい食生活を」の小項目「食卓を家族ふれあいの場に」という項目を考えると、保護者は大いに反省すべき状態にあるといえる。国際連合が決めた「国際家族年(1994年)」は過ぎたが、こうした宣言のあるなしにかかわらず、在宅時の園児の生活のあり方について家族で真剣に考えて欲しいものである。幼児期は食習慣の基礎づくりのために大切な時期であり¹³⁾、このままでは保育園に通う幼児があまりにも可哀想に思える。

[まとめ]

東（北海道、青森、岩手、秋田の4道県）、と、西（長崎、大分、宮崎、鹿児島）の4県に位置する16カ所の保育園に通う園児を1033名を対象に、「食」を中心にした在宅生活実態調査を行った。その結果つぎのようなことが判明した。

- 1) 保育園児の起床・就寝、それに、朝・夕食や各間食などの喫食開始時刻の布置は、東は早く西が遅い。
- 2) それらの東西の時間差はおよそ1時間である。
- 3) 朝食における主食の種類は、「ごはん」が東の園児では44.1%であるのに対し、西の園児では28.1%であった。
- 4) 登園の際の引率は、「母親」が全体の75.5%を占め、父親は14.3%である。また、登園の際の交通手段は、自動車は65.7%である。
- 5) 帰宅後の外遊びは「ほとんどない」と回答した東の園児は42.5%、西は37.3%である。
- 6) 朝夕食における両親との共食は、朝食では22.1%、夕食では39.7%であり、朝・夕とも共食している園児は15.1%しかいない。
- 7) テレビの視聴時間は1時間～2時間15分の範囲の者が65.8%を占めている。

こうした結果から、各保育所独自のタイムスケジュール作成の必要性と、家庭にあつては、食事の両親との共食の少なさなど園児の家庭生活の問題点が指摘された。

[本調査は、平成5年度財団法人日本児童福祉給食会の委託研究の一部である]

[文献]

- 1) 待井和江：なぜ、今、保育内容の見直しか、新保育所保育指針と私たちの保育 [解説・資料・実践]、保育の友臨時増刊号 38 (7) 127 (1990)
- 2) 厚生省編：厚生白書 (平成5年版) 267 (1994)
- 3) 厚生省児童家庭局長：新保育所保育指針と私たちの保育 [解説・資料・実践]、保育の友臨時増刊号 38 (7) 20-56 (1990)
- 4) 金子 俊、他：保育園児の「食」に関する生活時間、栄養学雑誌、43 (1) 13-20 (1985)
- 5) 江口篤寿：子どもの遊びと生活時間、学校保健研究、25 (8) 352-359 (1985)
- 6) 金子 俊、他：保育所給食に関する調査報告書 (昭和56年)、(財) 日本児童福祉給食会 (1984)
- 7) 山口蒼生子、金子 俊、他：保育園児 (3～6歳児) にみる生活時間の変化、小児保健研究、53 (3) 471-478 (1994)
- 8) 堀内かおる：生活時間と生活文化、90-93光生館 (1994)
- 9) Sabbadini, L. L. : Budget Time Survey and Children. Methodoligical Aspects, International Association for Official Statistics, Proceedings of the Third Independent Conference (1992)
- 10) NHK世論調査部：図説日本人の生活時間1990 (1992)
- 11) 国立天文台編纂：理科年表 平成8年 (机上版) (1995)
- 12) 厚生省健康増進栄養課編：栄養関係法規類集 345 新日本法規 (1995)
- 13) 厚生省健康増進栄養課編：栄養関係法規類集 350/25 新日本法規 (1995)