

コロナ禍における幼児の運動あそび
～姫路日ノ本短期大学付属幼稚園のアンケートから～

中谷 昌弘

姫路日ノ本短期大学,〒679-2151 兵庫県姫路市香寺町香呂 890

Outdoor exercise and play of young children in a Corona misfortune
-A survey on a kindergarten attached to Himeji Hinomoto College-

Akihiro NAKATANI,

Himeji Hinomoto College,890Koro,Kodera-cho,Himeji679-2151,Japan

1. はじめに

1.1 新型コロナウイルスの感染拡大

新型コロナウイルス COVID-19 のヒトへの感染が最初に報告されたのは 2019 年 12 月であった。中国・湖北省武漢市において、41 人が原因不明の肺炎を発症し、その後の検査において新型コロナウイルスが原因であったことが明らかとなった¹。新型コロナウイルスは、またたく間に全世界へと広がり、日本においても 2020 年に入って感染者が発生、幼稚園や学校に休校要請が出る事態となった²。そして、2020 年 4 月 16 日、緊急事態宣言の対象が全国に拡大された³。外出しないことが感染防止策の有効な手段であるため、大企業を中心 にテレワーク導入が進み、多くの大学は講義をオンラインで行うようになった。

緊急事態宣言によって休校状態になった感染拡大地域の幼稚園や学校は、6 月あたりになると再開されるところが多くなったが⁴、幼稚園・学校が再開されても、新型コロナウイルスの感染防止に気をつけながら過ごす生活が続くことになり、それは 2021 年 1 月現在でも続いている。政府によって、新型コロナウイルスの感染防止のための「新たな生活様式」が提唱され、外出を控えるようになった結果、多くの国民の家族と接する時間は増えることになった。新型コロナ禍によって、それまでの常識と私たちの持つ価値観は大きく変わることになった。

¹ 日本経済新聞 2020.1.11 掲載記事。

² NHK 特設サイト「新型コロナウイルス」2020.4.1 掲載記事。

<https://www3.nhk.or.jp/news/special/coronavirus/school-guideline/>
(2020 年 12 月 1 日閲覧)

³ NHK 特設サイト「新型コロナウイルス」2020.4.24 掲載記事。

<https://www3.nhk.or.jp/news/special/coronavirus/school-guideline/>
(2020 年 12 月 1 日閲覧)

⁴ NHK 特設サイト「新型コロナウイルス」2020.5.22 掲載記事。

<https://www3.nhk.or.jp/news/special/coronavirus/school-guideline/>
(2020 年 12 月 1 日閲覧)

教育現場は、「New Normal⁵」を実践させながら、子ども達を守ることが求められるようになった。子どもが育つ上で、子どもと保護者や保育者との間の愛着関係は不可欠であり、保護者や保育者との密接が大事となる。しかし、コロナ対策は「3密（密接、密集、密閉）を避けること⁶」が基本であり、この克服に悩んでいる幼稚園・小学校は少なくないと思われる。

筆者の勤務する姫路日ノ本短期大学の付属幼稚園でも保育者たちを中心に、密を避け、園児の体を動かす健康環境を確保する努力が行われている。そして、活動は少人数で行うこと、自然と触れ合う環境を守ること、などを意識し、実践を行っている。

1.2 コロナ禍で生じている課題

かつては「子どもは風の子」と呼ばれ、外で元気に遊ぶというのが一般的な風景であった。しかし、現代の子どもを取り巻く環境は、過去と比較して大きく変わっている⁷。自由に遊べる公園や広場などは減っており、公園の中には「ボール遊び禁止」など制限がかけられている場合がある。塾や習い事に通う子どもが増え、自由に友達と遊べる時間はかつてほどではない。加えて、スマートフォンでのオンラインゲームやSNSの普及により、子どもの中には外遊びではなく、それらに夢中になっている者もいる。また、近距離の移動に自家用車を使ったり、建物の昇降にエスカレーター・エレベーターを利用したりすることで、体を動かさなくなっているという面もある。

一般的に、体を動かす機会が減ることは、子どもの肥満やストレスの増加につながると考えられている⁸。発育期の子どもは、運動することによって運動能力を高めていく。しかしながら、新型コロナ禍によって、子どもたちの運動する機会は減少していると思われる。

もちろん、「与えられて行う運動」が減り、「自らの意思で行う運動」の機会が増加しているという可能性もある⁹。しかしながら、登園・登校できない子どもがゲームにのめり込み、

⁵ ニューノーマル（New Normal）を直訳すると「新しい常態」という意味。社会に大きな変化が起こり、変化が起こる以前とは同じ姿に戻ることができず、新たな常識が定着することを指す。「新常態」とも呼ばれている。

「インテージ 知る Gallery」2020.5.27公開記事。

<https://www.intage.co.jp/gallery/newnormal/> (2020年12月1日閲覧)

⁶ 厚生労働省「3密を避けましょう」啓発資料・リーフレット。

⁷ 公益財団法人日本サッカー協会技術委員会キッズプロジェクト発行「JFA キッズ(U-6)指導ガイドライン」。

⁸ 東洋経済 ONLINE2020.9.15掲載記事。

<https://toyokeizai.net/articles/-/375532?page=2> (2020年12月1日閲覧)

⁹ たとえば、筆者がある公園での子ども達の遊びを観察したところ、これまで同学年で集まってサッカーや野球をしていた子どもたちの中には、同学年以外の者とそれらをすることが増える傾向にあった。それ以外にも、子どもたちが結果的に地域のお年寄りと公園で会話する機会が増えているようにも見えた。家庭が外遊びを制限した結果、いつものメンバーが集まりにくくなつたことが影響したのであろう。また、子どもたちは、幼稚園や学校にて運動する機会が与えられるが、コロナ禍によって休校措置等がとられた結果、母

ゲーム依存が深刻となる可能性も否定できない。保護者の中には、引き籠もる子どもを外に連れ出そうとするが、それがなかなかうまくいかずストレスを感じている保護者もいるという¹⁰。

幼児期に適切な運動をすると、丈夫でバランスのとれた体を育みやすくなる。特に運動習慣を身に付けると、身体の諸機能における発達が促されることにより、生涯にわたる健康的で活動的な生活習慣の形成にも役立つ可能性が高く、肥満や瘦身を防ぐ効果もあり、幼児期だけでなく、成人後も生活習慣病になる危険性は低くなると考えられている。また、体調不良を防ぎ、身体的にも精神的にも疲労感を残さない効果がある、とも言われる¹¹。「コロナ禍の今こそ体を動かす必要がある」という鈴木大地前スポーツ庁長官の主張は尤もである¹²。しかしながら、前述のようにコロナ禍の影響で、子どもたちの体を動かす機会は減っているだろう。おそらく、多くの保護者たちが子どもたちの将来に対して不安を抱えているだろう。

そこで筆者は、コロナ禍における幼児の運動あそびの実態を把握すべく、姫路日ノ本短期大学付属幼稚園の保護者 144 名に対してアンケートを実施した。本稿では、そのアンケートで得られた結果から、コロナ禍における幼児の運動あそびの実態を記述し、今後に向けて考えることにしたい。

1.3 調査の概要

今回実施したアンケートの調査の方法は、次の通りである。

調査の対象者は、姫路日ノ本短期大学付属幼稚園の保護者 144 名である（1歳児から 3歳児 28 名、年少 43 名、年中 33 名、年長 40 名）。保護者に対し、2020 年 11 月 25 日に姫路日ノ本短期大学付属幼稚園にアンケートの配布を依頼し、12 月 2 日に回収した。なお、アンケートは個人情報が特定されないよう、無記名で実施した。

回収されたアンケート結果は、外部に流出しないよう Excel への入力はすべて筆者が一人で行った。

2. 災害によって子どもの運動遊びが制約された状況に関する先行研究

新型コロナウイルスが子どもたちの運動環境にどのような影響を与えていたか、学術的な研究は始まったばかりである。そのため、本稿と直接関わってくる研究は、現時点では極

親が子どもを連れて公園で体を動かす場面も増えたように思う。

¹⁰ NHK 健康チャンネル 2020.11.20 掲載記事。

https://www.nhk.or.jp/kenko/atc_883.html (2020 年 12 月 1 日閲覧)

ゲーム依存は子どもたちの健康をむしばんでいる、とも考えられる。睡眠不足となり、「理性」つかさどる前頭前野がダメージを受けるためである。また勉強への集中力が落ちる結果、成績がダウンし、そこから逃避するために更にゲームにのめり込んでいくという「負のスパイラル」に陥る子どももいるのではないか。

¹¹ 文部科学省「幼児期運動指針」。

¹² 読売新聞朝刊 2020.12.12 掲載記事。

めて少ない。ただし、これから数多く刊行されるはずである。

しかしながら、コロナ禍を自然災害と捉えると、東日本大震災を経験した子どもの健康を巡る議論と親が抱く不安についての研究は、本論文にとっての重要な先行研究となる。これに該当する研究は、概ね3つに分類できる。

第一は、原子力災害によって子どもたちの運動不足の状態が発生し、これについて論じるものである（中村 2014; 澤田他 2015; 鈴木 2018）。

福島県の子どもたちは、福島第一原発事故により、屋外で長期間遊ぶことが制約された。小学生は体育の時間を含めて1日3時間以内、幼児においては1日30分以内とされたところもあった。そして、この制約が、小学生においては1年近く、幼児においては2年半にも及んだという。

東日本大震災から1年3か月後に実施された調査結果によると、子どもたちの肥満傾向が顕著に表れ、体力・運動能力調査で全国平均を下回ったという。放射能という見えない恐怖によって、屋外で体を動かす時間が減少することが、成長に影響を及ぼしたのである。そのため、子ども達の心身の発育発達を保証するため、郡山市はプロジェクトチームを立ち上げ、保護者や保育士、幼稚園教諭、スポーツ指導者を対象とした、屋内外において実施可能な運動あそびの実践を内容とする講習会を定期的に実施したという。また、チャイルド・フィジカル・ヘルス・プロバイダーの養成を行い、幼稚園や保育園、小学校での体育や運動活動の現場に派遣をしたり、家庭でも実施可能な運動遊びを紹介する保護者向けの情報誌を作成し配布したという。また先行研究は、屋外の運動環境が改善されなかった結果、児童・生徒の不活動の習慣化を生み出したことも指摘されている。

文科省が平成24年に示した幼児期運動指針によれば、「幼児期において遊びを中心とする身体活動を十分に行なうことは、多様な動きを身に付けるだけでなく、心肺機能や骨形成にも寄与するなど、生涯にわって健康を維持したり、何事にも積極的に取り組む意欲を育んだりするなど、豊かな人生を送るための基盤づくりとなる」。しかしながら、震災後の福島、特に浜通り地方及びそれに近い地域の幼稚園や保育所では戸外の活動が制限され、幼児期の子ども達の運動能力の発達に重要な役割を果たす運動遊びや、戸外でののびのびと体を動かす遊びができなかつたのである。

第二は、精神的ストレスによって発育発達に影響が出ることを指摘したものである（黒川・國分・佐藤 2013; 鈴木・岡崎 2013; 永野 2015）。東日本大震災による避難生活などの負の経験は、被災した子どもたちの精神形成に大きな影響を与えたというのが、これらの先行研究の指摘である。

先行研究によると、被災地の1つである宮城県仙台市において児童・生徒の体位を発災前と発災後を比較したところ、身長に関しては変わりなかったが、体重に関しては、もともと肥満傾向にある子どもの肥満傾向が悪化している事例が確認できたという。精神的ストレスによる過食が要因と考えられ、子どもたちの体に変化が見られた際には適切な支援をする必要があったという。

また、被災はその後の心的外傷後ストレスとして心身の健康に広く影響を及ぼすという指摘もある。東日本大震災の被災地域では、子どもを取り巻く環境は激変し、健康関連のQOL (Quality of Life) が低下した結果、身体活動量の低下が生まれ、更にQOLが下がるという負の循環が生じたという。

第三は、子どもたちのこころのケアに注目するものである（小澤 2011; 加藤 2011; 原田他 2012; 高橋 2012; 田中 2016）。先行研究によると、津波から逃げる際に、津波に流されていく人を沢山見たことによる精神的な後遺症により、不安に襲われ自宅から外に出られなくなった子どもが被災地にはいたという。過酷な経験は子どもたちの心に深い傷跡を残す可能性がある。コロナ禍では、こうした事態が生じる可能性は少ないかもしれないが、友だちと遊べないなど負のエピソードが記憶され、それに影響される可能性はある。

これらの先行研究から、災害の影響によって外で遊べなくなることにより、子どもの成長が大きく損なわれることを指摘することができる。それに加え、精神的な面のケアも必要であるという点を指摘することができる。

ただし、東日本大震災とコロナ禍では状況が異なる。東日本大震災ほど過酷ではなく、また保護者の裁量がある分の違いがある。コロナ禍であっても、家が広ければ屋内遊びが可能であるし、十分な距離をとれば外遊びもできる。子どもを遊ばすことができないという不安を保護者が抱えていたとしても、保護者がどう工夫するかで変わってくる点がコロナ禍と東日本大震災被災地とは異なっており、保護者の意識（姿勢）をアンケートでとることは、将来的な比較の点で有意義だと思う。

3. アンケートの結果と考察

アンケートの質問項目は多岐にわたる。全ての回答結果を分析するのではなく、本論文では、次の2つの仮説を検討することにしたい。

第一の仮説は、「コロナ禍で子どもたちの運動不足は進んでいる」である。コロナ禍で子どもの運動不足が進んでいると言われているが、実際のデータで確認しなければ断定することはできない。そこで、まず、これがデータ的に支持されるのか、確認する。

第二の仮説は、「保護者のスポーツ歴と子どもの運動機会は関連している」である。筆者はこれまで、保護者のスポーツ歴が子どもに影響している可能性が高いことを指摘してきた（中谷・小松崎・杉山・河村 2015; 中谷・伊藤・河村 2018）。例えば、スポーツを高校・大学まで続けている女子選手は、親をロールモデルにする傾向があることが、アンケートから導き出されている。親のスポーツ歴が子どもの遊びの場の提供に影響がある可能性がある。それがデータ的に支持されるのか、確認する。

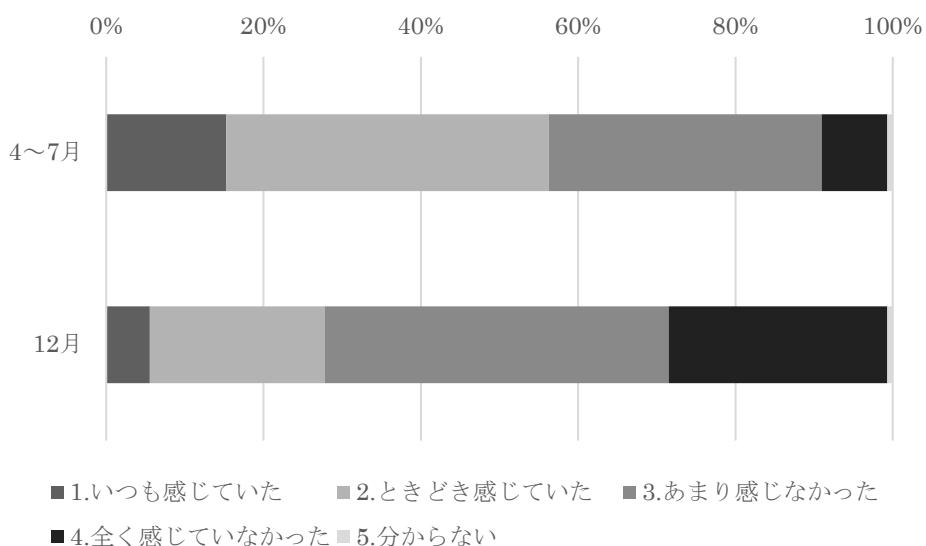
3.1 第一の仮説の検討

子どもが運動不足であると考えている保護者がどの程度いるのか。「あなたの子どもは運動不足と思うか」という問い合わせに対する結果を見るところにする。図1は、4月～7月時点と12

月時点での回答を図示したものである。

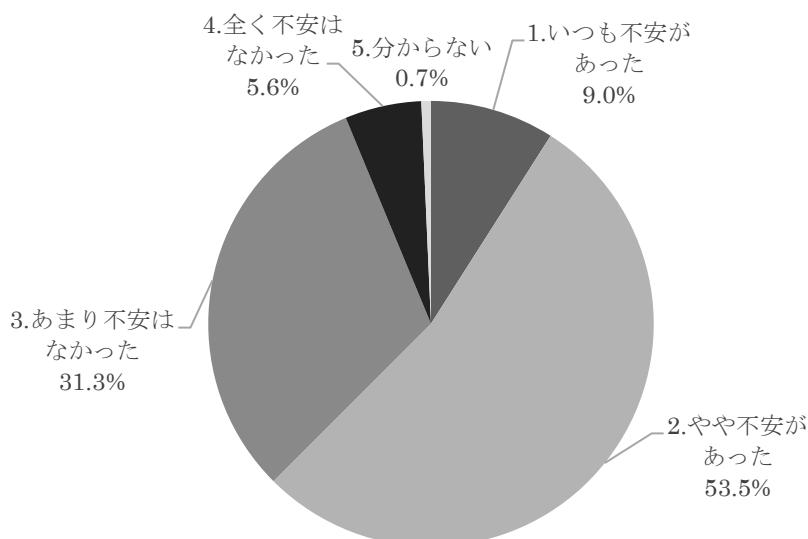
図1の結果は、緊急事態宣言が出され、新型コロナウイルスに対する情報も少なかった4月～7月時点で子どもの運動不足を認識している保護者がかなり多かったことを示している。「いつも感じていた」と「ときどき感じていた」を合わせると過半数の親が不安を感じていたことになる。やはり、新型コロナウイルスが非常に危険なウイルスと認知され、外出を極力控えていたことがうかがえる。

図1 子どもの運動不足に対する認識



それが、GOTO キャンペーンが進められた12月になると、子どもへの感染リスクが少ないことなどが分かつてきたり。こうしたこともあり、子どもたちを屋内外で遊ばせる保護者が増えたことで運動不足と感じる親は、非常に減った。このことがアンケート結果に反映されたと思われる。

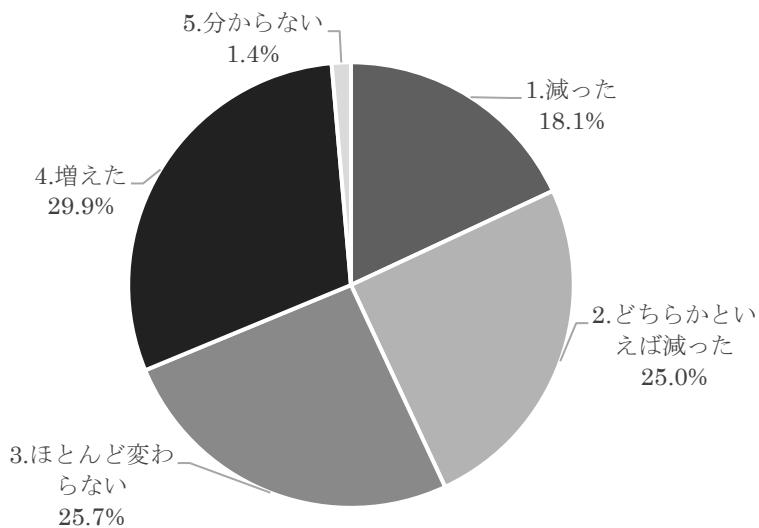
図2 子どもを友だちと遊ばせることに対する不安



多くの保護者が4月～7月に感染リスクを気にしていたことは、「4月から7月末までの間、子どもを友だちと遊ばせることに不安があったか」という質問に対する回答結果からもうかがえる（図2）。やはり過半数以上が、不安があったと答えている（「いつも不安があった」と「やや不安があった」の合計）。

図3は、「1年前に比べ、子どもが自宅外で体を動かす機会は増えたか」という質問に対する回答結果である。半数近くが「減った」と答え、「増えた」と回答した保護者は3割ほどである。この図3から、コロナ禍によって子どもが屋外で遊ぶことが減ったことがうかがえる。

図3 子どもが屋外で身体を動かす機会の変化

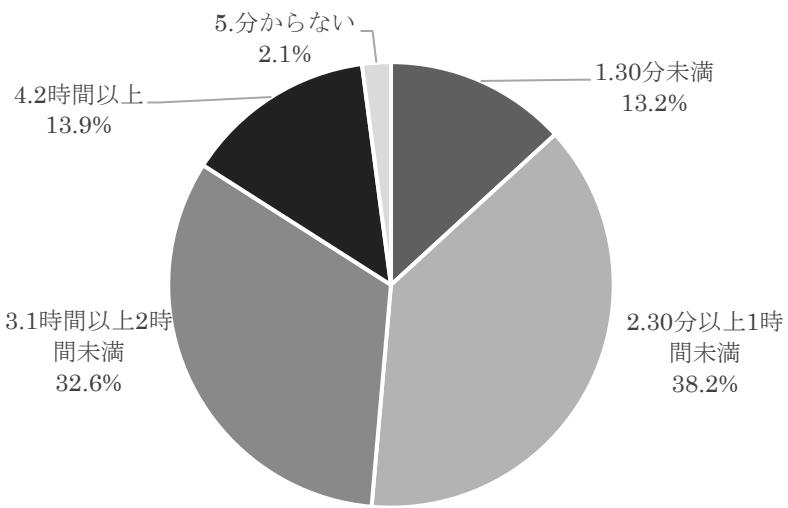


ただし、保護者が「うちの子どもは運動不足ではないか」と不安を感じていても、あくまでもそれは保護者の主観的なものであり、客観的なものとは言い難い。日本スポーツ協会は、子どもの身体活動ガイドラインとして、最低限必要な子どもの身体活動量を1日1時間と定義している¹³。これに照らし合わせた場合、屋内であっても1時間を超えて身体を動かしている子どもが少なくなれば、運動不足は保護者の認識にとどまっていると言えるだろう。

図4は、直近1週間において自宅内で体を動かしていた1日あたりの平均時間に対する回答結果を図示したものである。日本スポーツ協会の定義する最低限の活動時間を下回る子どもが半数いることが確認できる。ここまで結果を総合すると、コロナ禍において保護者たちは子どもを友だちと遊ばせることに不安を覚え、また感染リスク回避の観点から子どもの外遊びの機会を減らした。ただ、かといって子どもを屋内で1時間以上遊ばせる親はそこまで多くはない。

¹³ 公益財団法人日本スポーツ協会「アクティブ・チャイルドサポートー通信」リーフレット。

図4 直近1週間の子どもが身体を動かしていた時間



これらの結果は、「コロナ禍で子どもたちの運動不足は進んでいる」という仮説を支持する結果とみなすことができる。

3.2 運動不足に対する対応

子どもたちはコロナ禍で、身体を動かすのではなく、読書やゲームに時間を割くようになった可能性もある。その回答結果をまず確認しておきたい。

図5 読書やお話に親しむ機会の変化

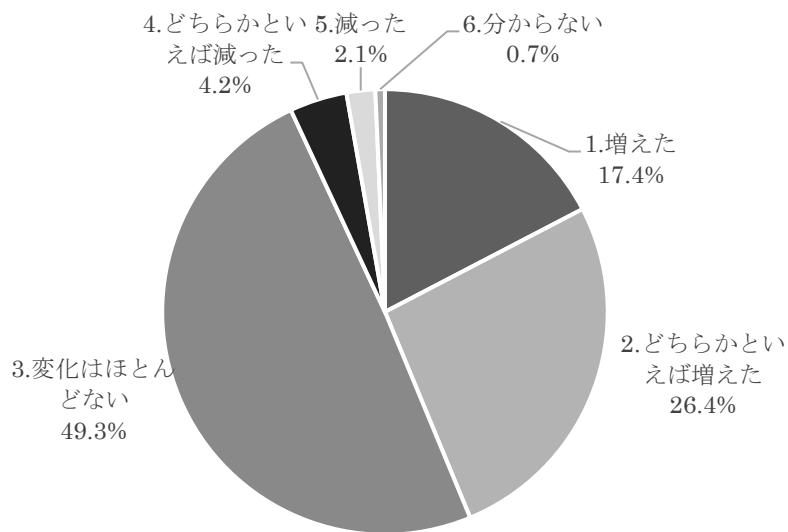
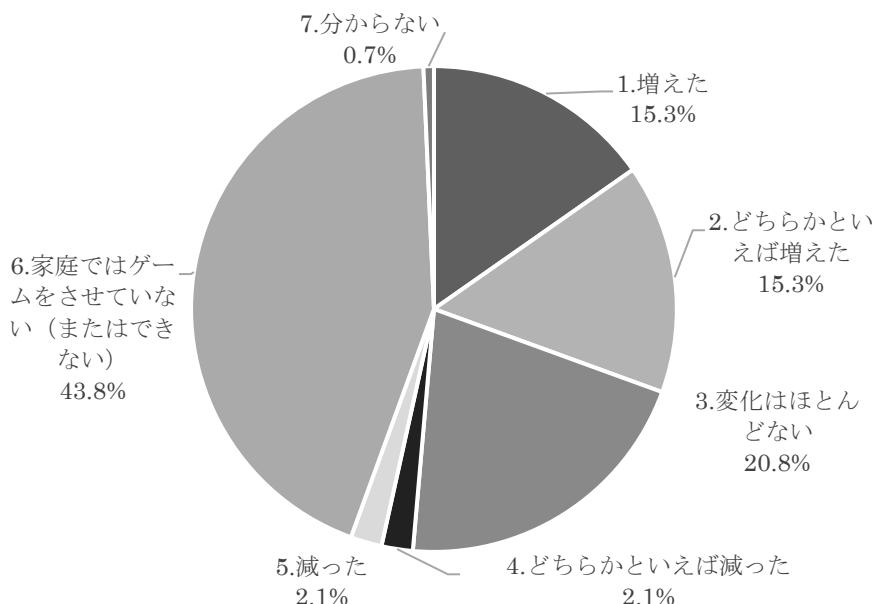


図5は、「コロナ禍において、絵本を見たり、お話に親しんだりする時間が増えたか」という質問の回答結果である。43.8%の保護者が、読書やお話に親しむ機会（すなわち、子どもとのコミュニケーションの機会）が増えたと回答している。

図6は、「ゲームの時間が増えたか」という質問に対する回答結果である。コロナ禍の中、

ゲーム依存症が増えたという報道もあったが、姫路日ノ本短期大学付属幼稚園では「ゲームの時間が増えた」と回答した保護者は3割ほどに留まった。この値が高いのか、低いのか、議論の余地はあると思う。注目すべきは、43.8%の保護者が「家庭でゲームをさせていない」という回答結果である。6歳以下の子どもを持つ保護者を対象としている側面もあるが、ゲームで遊ばせる弊害を保護者が感じていることを示唆していると思われる¹⁴。

図6 ゲームをする時間の変化



「子どもが運動不足であれば、保護者が一緒に身体を動かすよう仕向ければよい」。これは、解決策の1つである。それでは、実際に保護者はアクションを起こしたのであろうか。2020年の秋以降、「子どもの運動不足解消の観点から何らか始めたものはあるか」と質問したところ、アクションを起こした保護者は15.3%に過ぎず、「自分の子どもは運動不足ではない」という回答を差し引いた66.0%が「ない」と回答した。

ただ、図7でみられるように、運動不足解消という意識とは別に、家でできる遊びを考えたり、絵本の読み聞かせをさせたりという新しい取り組みを2020年度になってから行ったという家庭もあった。また多くはないが、屋内で遊べる運動器具を購入したり、三輪車や自転車を購入した家庭もあったことが確認できる¹⁵。

¹⁴ この部分は今後、他の幼稚園や保育園と比べて差が表れるのか比較する必要がある。

¹⁵ 筆者のヒアリングによると、このグラフだけ見ると、保護者は子どもにお金をかけていないように見えるが、兄姉がいる場合、その子たちのお下がりを利用している場合もあるので、解釈には注意が必要という指摘があった。

図7 2020年度になってから家庭で行ったこと（多重回答）

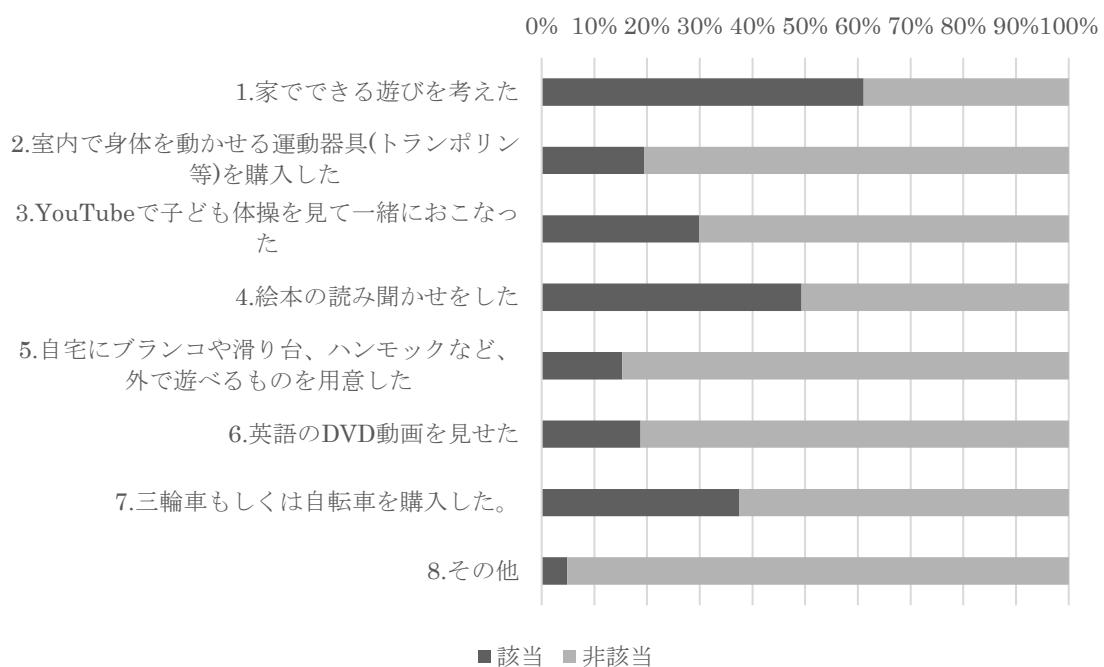
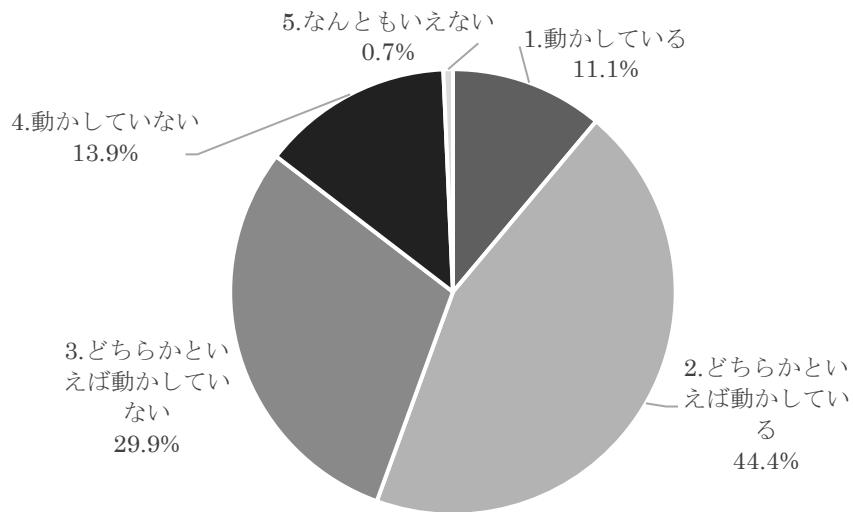


図8 子どもと体を動かす時間の変化



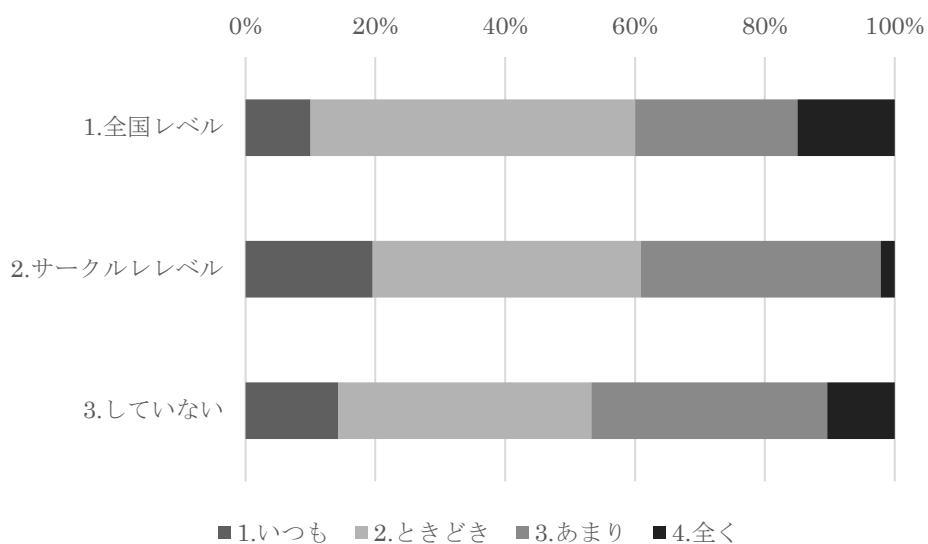
また、家庭で子どもと一緒に体を動かしている保護者も少なくない（図8）。三密回避の影響で外出が制限され、家庭で子供と過ごす時間が長くなつたことも影響しているようである。

3.3 第二の仮説の検討

子どもが家庭で体を動かす機会は、保護者のスポーツ経験と関連していると言えるのだろうか。直感的には、保護者のスポーツ歴は子どもが体を動かすことと運動していると考えられる。保護者がスポーツをしていれば、親になっても体を動かす習慣が残っていると思われ、外出自粛の中で親が子どもを誘って体を動かそうとすると思われるからである。そこで、保護者のスポーツ経験との関連性を確認することにしたい。保護者のスポーツ経験は、高校時代に「全国レベルを目指しているレベルでの経験あり」「サークルレベルでの経験あり」「していない」の3つにカテゴライズした。

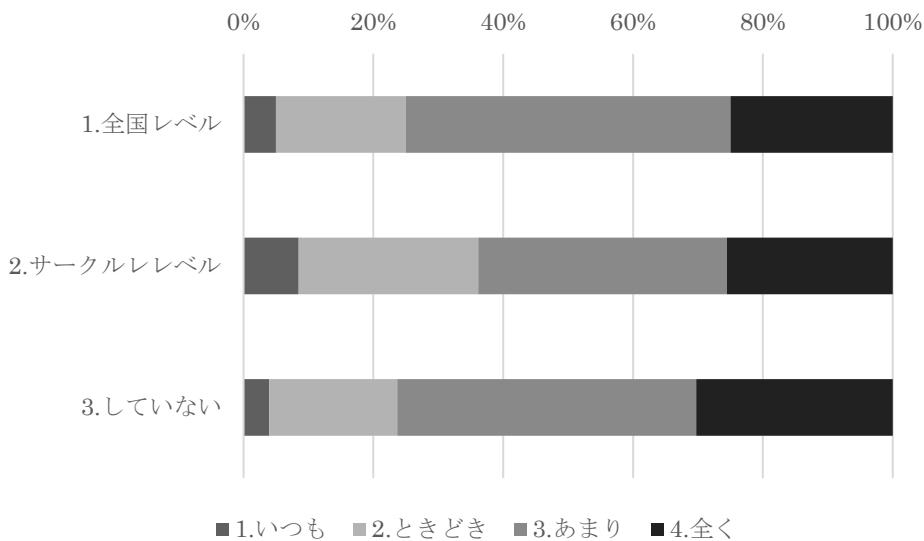
図9は4月～7月の子どもの運動不足に対する認識、図10は調査を実施した12月時点での子どもの運動不足に対する認識との間で、クロス集計を行ったものである。これらを見ると、スポーツ経験がある保護者の子どもの方が体を動かしているとは言い難い¹⁶。また、「秋以降、子どもと体を動かしているか」との間でクロス集計を行ったが、両者の間に有意な関係があるという結果は得られなかった。

図9 4月～7月の子どもの運動不足に対する認識とのクロス集計の結果



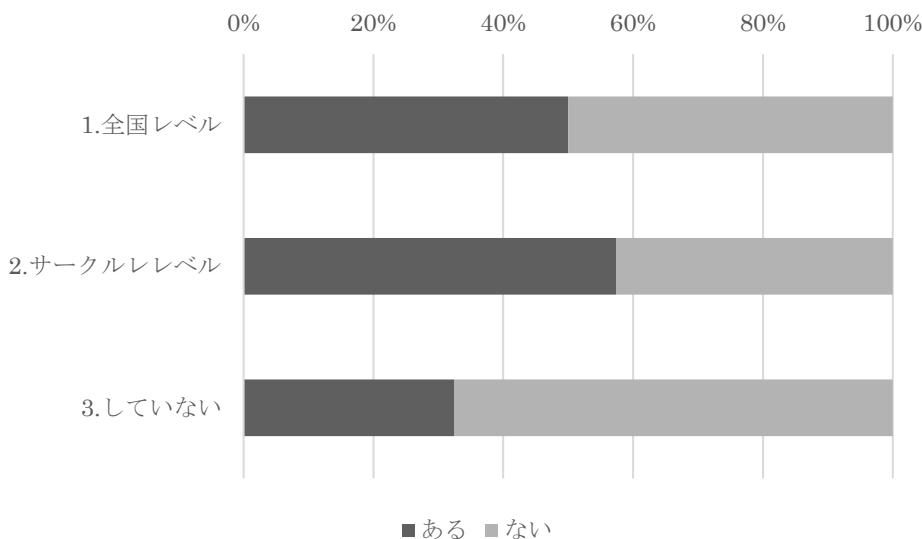
¹⁶ 関連性を示すクラメールの連関係数はそれぞれ、0.140（有意確率0.467）、0.100（有意確率0.826）であった。

図 10 12月時点の子どもの運動不足に対する認識とのクロス集計の結果



ただ、単に体を動かすだけでは差は確認できなかったが、体を動かす工夫には差があるかも知れない。そこで「YouTubeなどの情報を参考に、子どもと一緒に体を動かしたことはあるか」という質問との間でクロス集計を行ってみた（図11）。両変数の間のクラメールの連関係数は0.234、統計的な有意確率は0.019という結果が得られ、スポーツ経験がある保護者の方が、体を動かすことに一工夫加えている傾向がることが確認された。

図 11 YouTubeなどを参考にして体を動かした経験の有無



ここまでから、スポーツをしている保護者の方が子どもと一緒に積極的に体を動かしている訳ではないが、保護者のスポーツ経験は子どもが体を動かすまでの工夫につながっていると言える。インターネット上から欲しい情報が簡単に手に入る現在、保護者が自ら調べて子どもと一緒に体を動かしていると思われるが、スポーツの経験がある保護者の方がそうした

情報に接する傾向が高いことが、データから示された。姫路日ノ本短期大学付属幼稚園での結果に限定されるが、保護者のスポーツ経験はコロナ禍における子どもの運動量に影響は限定的と言えるが、子どもの運動の質に影響を与えていていると言えるのではないだろうか。

4. おわりに

4.1 アンケート結果のまとめ

筆者は、2020年12月12日に広島で開催されたアクティブ・チャイルド・プログラム講習会（日本スポーツ協会主催）に参加した。講師を務めた佐藤善人東京学芸大学教育学部准教授によると、コロナ禍では活発に体を動かす遊びが減っており、からだの操作が未熟な幼児が増える傾向にあるという。加えて、自発的な運動の機会も減っているという。

幼児期における身体活動、運動、スポーツの意義は大きい。運動遊びには、「体力・運動能力の向上」「健康的な体の育成」「意欲的な心の育成」「社会適応能力の発達」「認知機能の発達」などいろいろな側面があり、元気な子どもを育むために、多様な動きが経験できる遊びを取り入れることや楽しく体を動かす時間を確保すること、発達の特性に応じた遊びを提供することが不可欠である¹⁷。今回のコロナ禍は特殊な状況であるが、こうした特殊な状況でこそ、指導する側の工夫が求められると思われる。

ここまで議論をまとめると、次のようになる。アンケートから、①姫路日ノ本短期大学付属幼稚園で預かっている子どもたちの保護者は、コロナ禍の影響を受け、子どもの運動不足を認識している者が過半数であり、屋外での子どもの活動が減っているという回答が多いことが明らかになった。実際の子ども達の室内運動量を見ても日本スポーツ協会の指針を下回る子どもが少なくなかった。保護者が子どもを友達と遊ばせることに不安を感じており、こうしたことも影響しているのだろう。以上から、仮説1は支持された。

ただ、保護者の中には、コロナ禍にあたり、②子どもの運動不足を解消するためのアクションを行っている者もあり、屋内で使うトランポリンを購入するような家庭もあった。コロナ禍によって、子どもが読書やお話をふれる時間が増えたという変化があったところも確認できた。家に引きこもるとゲーム依存が増える傾向がマスコミ的に指摘されていたが、姫路日ノ本短期大学付属幼稚園では、子ども達でゲームの時間が増えたという回答は限定的であった。4割以上の保護者がゲームをさせないよう家庭でルール化しているという回答は興味深い。

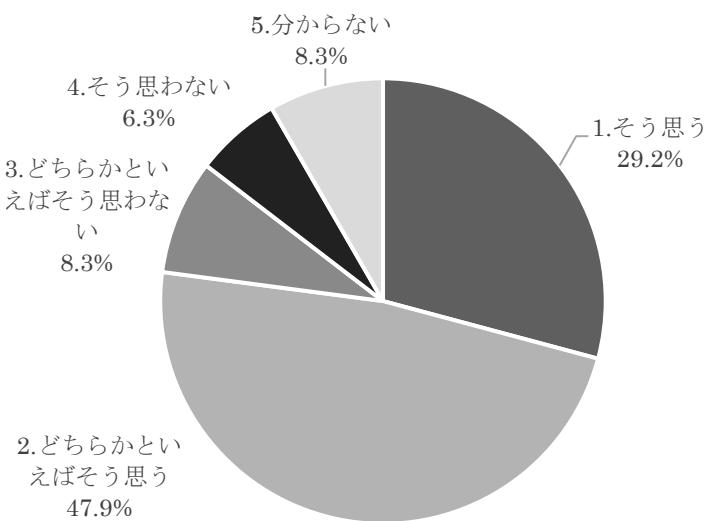
③保護者のスポーツ歴が子どもの運動に影響を与えている、という仮説2は支持されなかった。子どもの運動量は保護者のスポーツ歴とは有意差がなかった。ただし、スポーツ歴がある親の方が、YouTubeなどを利用し工夫しながら子どもと体を動かしているという傾向は確認できた。少なくとも姫路日ノ本短期大学付属幼稚園では、保護者のスポーツ経験は、子どもの運動「量」に対しては影響が乏しいが、「質」に影響していると言えるだろう。

¹⁷ 日本スポーツ協会『JSPO-ACP ガイドブック』。

4.2 今後にむけて

文科省の幼児運動指針では、幼児期は、生涯にわたって心身共に健康的に生きるために運動習慣の基礎づくりの時期とされ、「多様な動きが経験できるように様々な遊びを取り入れる」「楽しくからだを動かす時間を確保する」「発達の特性に応じた遊びを提供する」ことが大事とされる。しかしながら、コロナ禍で子ども達が体を動かす時間は制限され、姫路日ノ本短期大学付属幼稚園でのアンケート調査でも、身体活動量が30分以上2時間未満の子どもは7割ほどと、筆者の予想を大きく超えた。

図12 コロナ禍が子どもの発育・発達に悪い影響を及ぼすと思っている保護者の比率



コロナ禍の影響による運動不足に不安を感じている保護者は多いのではないか。姫路日ノ本短期大学付属幼稚園のアンケートでも8割近い保護者が、子どもの発育発達に影響すると回答している(図12)。ただ、運動は量も大事であるが、質も大事である。子どもたちをどのようにして運動させればいいのか、どのような遊具に効果があるのか、といった点は質の部分であると言え、子ども、とりわけ幼児の運動あそびの質を向上するには保護者にアドバイスする必要があると思われる。

保育士や幼稚園教諭は親に働きかけることのできる数少ない職である。筆者は、こうした取り組みを意識し、コロナ禍は幼児の運動あそびを保護者にアドバイスできる保育士や幼稚園教諭の育成が重要である機会と捉えるべきだと思う。

【謝辞】

本稿の執筆にあたり、姫路日ノ本短期大学付属幼稚園の藤原美智子園長をはじめ、幼稚園教諭及び保護者からの協力があり、本論文を完成することができた。記して感謝申し上げたい。

参考文献

- 原田新他. 2012. 「大震災時における子どもの心の支援の考え方」『小児臨床医』 Vol.65。
- 加藤理. 2011. 「関東大震災下の子どもの状態—震災ストレスの分析を中心に—」『研究子どもの文化』 No.13。
- 黒川修行・國分秀・佐藤洋. 2013. 「東日本大震災と子どもの身体発育」『子どもと発育発達』 Vol.11、No.1。
- 永野美代子. 2015. 「原発事故震災と保育園」『保育通信』 No.720。
- 中村和彦. 2014. 「郡山市の子どもの体力・運動能力の現状と今後の課題～子どもの健やかな育みを保証するために～」『教育と医学』 NO.736。
- 中谷昌弘・小松崎保・杉山学・河村和徳. 2015. 「女子サッカー選手の性別役割意識等についての一考察—日ノ本・星稜調査の結果を用いて」『研究紀要[姫路日ノ本短期大学]』 37号、43-63頁。
- 中谷昌弘・伊藤裕顕・河村和徳. 2018. 「大学女子サッカー選手の将来意識に関する一考察」『研究紀要[姫路日ノ本短期大学]』 第40号、49-63頁。
- 小澤紀美子. 2011. 「子どものあそび場の確保」『母子保健情報』 第64号。
- 澤田美砂子他. 2015. 「環境と幼児の運動能力の関係—震災後福島の保育所における運動能力調査の実施—」『日本女子大学紀要 家政学部』 Vo. 62。
- 鈴木宏哉. 2018. 「東日本大震災後の環境の変化が子どもに与える影響」『子どもと発育発達』 Vol.16、No.2。
- 鈴木宏哉・岡崎勘造. 2013. 「震災地域の子どもにおける身体活動量と健康関連 QOL」『子どもと発育発達』 Vol.11、No.1。
- 高橋信行. 2012. 「被災地における精神的ケアについて—放課後子どもクラブの活動を通して—」『研究子どもの文化』 No.14。
- 田中真理. 2016. 「震災に遭った子どもに起きること」『教育と医学』 No.762。

資料

アンケートの集計結果

(多重回答の質問は除く)

Q1. 今年の4月から7月末までの間、あなたのお子さまが運動不足であると感じていましたか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. いつも感じていた	22	15.3	15.3	15.3
	2. ときどき感じていた	59	41.0	41.0	56.3
	3. あまり感じなかった	50	34.7	34.7	91.0
	4. 全く感じていなかった	12	8.3	8.3	99.3
	5. 分からない	1	0.7	0.7	100.0
	合計	144	100.0	100.0	

Q2. 今年の4月から7月末までの間、あなたのお子さまが友だちと遊ぶことに不安がありましたか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. いつも不安があった	13	9.0	9.0	9.0
	2. やや不安があった	77	53.5	53.5	62.5
	3. あまり不安はなかった	45	31.3	31.3	93.8
	4. 全く不安はなかった	8	5.6	5.6	99.3
	5. 分からない	1	0.7	0.7	100.0
	合計	144	100.0	100.0	

Q3. 現在、あなたのお子さまが運動不足であると感じていますか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. 運動不足を感じている	8	5.6	5.6	5.6
	2. どちらかといえば、運動不足を感じている	32	22.2	22.2	27.8
	3. どちらかといえば、運動不足とは感じていない	63	43.8	43.8	71.5
	4. 全く運動不足とは感じていない	40	27.8	27.8	99.3
	5. 分からない	1	0.7	0.7	100.0
	合計	144	100.0	100.0	

Q4. 現在、あなたのお子さまが友だちと遊ぶことに不安がありますか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. 不安はある	13	9.0	9.0	9.0
	2. どちらかといえば不安はある	59	41.0	41.0	50.0
	3. どちらかといえば不安はない	54	37.5	37.5	87.5
	4. 全く不安はない	16	11.1	11.1	98.6
	5. 分からない	2	1.4	1.4	100.0
	合計	144	100.0	100.0	

Q5. あなたはコロナ禍において開催されている、プロ野球やJリーグのTV中継を見て、不安を感じますか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. 不安を感じる	23	16.0	16.0	16.0
	2. どちらかといえば不安を感じる	33	22.9	22.9	38.9
	3. 不安を感じない	37	25.7	25.7	64.6
	4. なんとも言えない	43	29.9	29.9	94.4
	5. 分からない	8	5.6	5.6	100.0
	合計	144	100.0	100.0	

Q6. 日本スポーツ協会では、子どもの身体活動ガイドラインとして、最低限必要な子どもの身体活動量を1日1時間と定義しています。今週1週間を振り返ってみて、あなたのお子さまがご自宅の中で体を動かしていた1日あたりの時間は平均して概ねどのくらいでしょうか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. 30分未満	19	13.2	13.2	13.2
	2. 30分以上1時間未満	55	38.2	38.2	51.4
	3. 1時間以上2時間未満	47	32.6	32.6	84.0
	4. 2時間以上	20	13.9	13.9	97.9
	5. 分からない	3	2.1	2.1	100.0
	合計	144	100.0	100.0	

Q7. 1年前に比べ、お子さまの自宅外で体を動かす機会は増えましたか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. 減った	26	18.1	18.1	18.1
	2. どちらかといえば減った	36	25.0	25.0	43.1
	3. ほとんど変わらない	37	25.7	25.7	68.8
	4. 増えた	43	29.9	29.9	98.6
	5. 分からない	2	1.4	1.4	100.0
合計		144	100.0	100.0	

Q8. 1年前に比べ、お子さまが主として体を動かす場所（たとえば、自宅の中から外へ）に変化はありましたか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. あった	80	55.6	55.6	55.6
	2. なかった	64	44.4	44.4	100.0
	合計	144	100.0	100.0	

Q9. 今年の秋以降、家庭でお子さまと一緒に体を動かしていますか。思っているレベルでお答えください。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. 動かしている	16	11.1	11.1	11.1
	2. どちらかといえば動かしている	64	44.4	44.4	55.6
	3. どちらかといえば動かしていない	43	29.9	29.9	85.4
	4. 動かしていない	20	13.9	13.9	99.3
	5. なんともいえない	1	0.7	0.7	100.0
合計		144	100.0	100.0	

Q10. 今年の秋以降になってから、お子さんの運動不足解消の観点から、何か始められたことはありますか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. ある	22	15.3	15.3	15.3
	2. ない	95	66.0	66.0	81.3
	3. 自分の子どもが運動不足とは思っていない	27	18.8	18.8	100.0
	合計	144	100.0	100.0	

Q11. あなたは YouTubeなどの情報を参考に、お子さまと一緒に体を動かしたことはありますか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. ある	62	43.1	43.1	43.1
	2. ない	82	56.9	56.9	100.0
	合計	144	100.0	100.0	

Q12. 今年の春先と比べて、お子さまが家庭でゲームする時間は増えましたか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. 増えた	22	15.3	15.3	15.3
	2. どちらかといえば増えた	22	15.3	15.3	30.6
	3. 変化はほとんどない	30	20.8	20.8	51.4
	4. どちらかといえば減った	3	2.1	2.1	53.5
	5. 減った	3	2.1	2.1	55.6
	6. 家庭ではゲームをさせていない (またはできない)	63	43.8	43.8	99.3
	7. 分からない	1	0.7	0.7	100.0
合計		144	100.0	100.0	

Q13. 今年の春先と比べて、お子さまが絵本を見たり、お話を親しんだりする時間は増えましたか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. 増えた	25	17.4	17.4	17.4
	2. どちらかといえば増えた	38	26.4	26.4	43.8
	3. 変化はほとんどない	71	49.3	49.3	93.1
	4. どちらかといえば減った	6	4.2	4.2	97.2
	5. 減った	3	2.1	2.1	99.3
	6. 分からない	1	0.7	0.7	100.0
合計		144	100.0	100.0	

Q14. コロナ禍の影響を受け、あなたは以前よりも強いストレスを感じていますか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. 感じている	36	25.0	25.0	25.0
	2. どちらかといえば感じている	65	45.1	45.1	70.1
	3. どちらかといえば感じていない	14	9.7	9.7	79.9
	4. 感じていない	17	11.8	11.8	91.7
	5. なんともいえない	12	8.3	8.3	100.0
合計		144	100.0	100.0	

Q15. コロナ禍の影響を受け、お子さまは以前よりも強いストレスを感じていますか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. 感じていると思う	11	7.6	7.6	7.6
	2. どちらかといえば感じていると思う	65	45.1	45.1	52.8
	3. どちらかといえば感じているとは思わない	51	35.4	35.4	88.2
	4. 感じているとは思わない	10	6.9	6.9	95.1
	5. なんともいえない	7	4.9	4.9	100.0
合計		144	100.0	100.0	

Q16. 今年度に入って、ご家庭では次のことを行いましたか。該当するもの全てに○をつけてください。

Q17. 新型コロナウイルスの感染拡大によって、ご家庭では次のような変化がありましたか。該当するものを全てに○をつけてください。

Q18. コロナ禍で外出や運動する機会が減る傾向にあると言われますが、お子さまの発育・発達に悪い影響を及ぼすと思われますか

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. そう思う	42	29.2	29.2	29.2
	2. どちらかといえばそう思う	69	47.9	47.9	77.1
	3. どちらかといえばそう思わない	12	8.3	8.3	85.4
	4. そう思わない	9	6.3	6.3	91.7
	5. 分からない	12	8.3	8.3	100.0
	合計	144	100.0	100.0	

Q19. お子さまの学年は次のうち、どれですか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. 年少	43	29.9	29.9	29.9
	2. 年中	33	22.9	22.9	52.8
	3. 年長	40	27.8	27.8	80.6
	4. 1. 2. 3歳児	28	19.4	19.4	100.0
	合計	144	100.0	100.0	

Q20. お子さまには小学生以上の兄・姉はいますか。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. はい	66	45.8	45.8	45.8
	2. いいえ	78	54.2	54.2	100.0
	合計	144	100.0	100.0	

Q21. あなたは高校生時代スポーツをされていましたか。該当するものに○をつけてください。

		度数	パーセント	有効パーセント	累積パーセント
有効	1. 全国大会を目指すレベルでスポーツをしていた	20	13.9	13.9	13.9
	2. 同好会・サークルレベルで楽しくスポーツをしていた	47	32.6	32.6	46.5
	3. 高校時代、スポーツはしていない	77	53.5	53.5	100.0
	合計	144	100.0	100.0	

