

2008年1月24日

基本的な生活習慣の形成をめぐって

藤岡 佐規子
(北九州市保育所連盟)

はじめに

20世紀末、日本社会を震撼させたあの酒鬼薔薇聖斗事件、続いて多発する思春期シンドロームといわれる少年たちの行為と、私たち保育者が長い歳月かわりを持つ乳幼児期の育ちと無関係ではあり得ないのではないかという自問が起ったのは、目前の子どもたちの生活習慣の乱れや、食事・睡眠・排泄・着脱衣・清潔など、生きる力の基礎というべき年齢相応の生活習慣を身につけていない子どもたちの増加傾向を実感し始めたからである。

特に、昨年社会復帰した少年A2500日の矯正記録にも、7年間の少年医療院の生活の中で心を開ききっかけになったのが、赤ん坊包み込み作戦や、擬似家族体験を矯正プログラムに取り入れてからと述べられ、又、当時の公開されなかった審理の中で、最も集中的に多くの時間が費やされたのが、生後最初の10ヶ月間の育児であったこと、厳しい母親に泣いて謝らない限り許されなかったことのくり返しから、悲しくなくてもそら涙を流すことが出来たというレポートを読み、保育者たちが感覚的に捉えている状況が客観的に数量的に確かなものであるかどうかアンケート調査を実施した。

北九州市保育所連盟保育士会は、養護と教育を一体化した営みの中で、子どもの健やかな育ちを保障するため、多年にわたりその時々課題について、調査・研究・保育方法、保育条件の改善・向上を目指し組織あげて取り組みそのまとめを発刊してきた。

基本的な生活習慣というものは、不完全なものとして誕生してくる人間の子どもに対し、社会が承認し、支持する行動内容・様式を新しいメンバーに習得させていく活動で、社会全部がその任を負うものであるが、特に家族の中で日々刻々に触れ合う感性をベースにした影響力の大きいもので、そこに子育て家庭の支援が重要な意味をもつ。

調査から見える親と子の今

1998年、親の育児意識について各園の職員の一致した見解をアンケートで調査する。当時160園(入所児15,139人)回答率100%、回答した保育者1,920人(内男性保育者14名)

- ・子どもの躰・叱り方などどうしてよいか解らない親の増加
- ・ペット感覚のような育て方
- ・子どもの生活より親の生活優先
- ・子どもが好きになれない親

2000年基本的な生活習慣形成についての調査

- ・保育者たちが睡眠不足と感じている子ども
- ・睡眠不足の表れとして捉えたもの・ぼんやり・機嫌が悪い・イライラしている・トラブルが多い

- ・就寝時間が遅い理由（10時以降の就寝が多い）

帰宅時間が遅く入浴・食事が遅れる：親の仕事の持ち帰り、遊んで欲しい子どもの気持ち・父親の帰宅が遅いなど

起床時間と朝の食欲の関係：食欲がない・時間がない

就寝時間と排便の関係：年齢別 9時までの就寝は、毎日の排便が多い

11時以降の就寝は、2日～3日の置き排便

2003年、子どもの食生活に関する調査

概ね、朝食を食べているが10%を上まわる子どもが食べていない

理由 食べたがらない 時間がない

2005年 園医会 五歳児の健診票から

生活リズムの乱れ 睡眠不足

この他 片付け、あいさつについても調査しているが、ここでは省略

家族との連携

- ・生活習慣の形成には即効的・特効的方法はない
極めて日常的でありながら、反復や継続が必要なことがかえって困難と負担感を親に抱かせる傾向がある
- ・家族との連携についてはあきず、あせらず、あきらめず続ける必要がある
子育て講座・連絡帳・園だよりなどのメッセージ、園生活のビデオ視聴による指導
朝夕の送迎時は、波打際の保育として情報交流など働きかけ
- ・親の変容を促すことの必要性を痛感しているが、その困難も実感している

向上へのための方途

- ・変容の可能性に対する実践の報告をする
 - ・三歳未満児の摂食機能の変化
 - ・二歳児の着脱行動を中心とした自主行動の芽生え
 - ・三歳以上児の自己管理能力・年少児への援助活動など

おわりに

- ・習慣形成はその子その子に合わせた無理のない目標をもつ
例：達成感を味わわせ、やる気を起こさせる
- ・社会全体で、家族でできる時間の確保、働き方を見直し、ゆとりの大切さ
- ・保育者たちは、子育てのパートナー、応援団として、親の立場、悩み、思いをしっかりと理解し、自らの価値観を一方向的に押しつけることのないよう、一つでもいい、小さいことでもいい、目あてを見つけて見守り、励ますことが、変容につながることに努力している。