

原著

保育内容 領域「健康」と「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」との 繋がりについての一考察

－現代の子どもの生活と遊びの実状に着目して－

長谷 秀 揮*

A consideration on the connection between the childcare content area “health” and
“the way I want you to grow up by the end of early childhood”
- Focusing on the actual condition of life and play of modern children -

Hideki Hase

本稿では、現代における子どもの心と身体を育む保育の実践に密接に関わる乳幼児の生活や遊びの実際の状況について捉え直しを試み整理をおこなった。具体的には乳幼児の睡眠や食事などについての実際の状況、そして家庭や地域での遊びについての実際の状況、また子どもの姿や様子に関して気にかかることなどについて実際の状況を改めて捉え直した。そして、それぞれについて乳幼児の健やかな成長と発達の観点とのずれや問題点などについて若干の考察を加えた。

そしてまた、それら乳幼児の睡眠や食事、遊びや子どもの様子などと、保育内容 領域「健康」との関連について、さらには「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」との関連や繋がりについても明らかにすることを試みた。

結果、保護者や園での保育者はもちろんのこと、子どもに関わる地域社会や広く社会全体が担うことが求められる、乳幼児の健全な成長と発達に繋がる心と身体を育む役割や責任を認識する必要性が浮き彫りになった。そして、乳幼児の時期から生活リズムを確立する重要性が明らかになり、さらにはそれが全ての子どもたちの共通の最大公約数的な課題としての理解が喫緊の課題であることが明らかになった。また、保育内容 領域「健康」と、「幼児期の終わりまでに育って欲しい姿」との関連や繋がりについて今後につながる若干の整理ができた。

Key words: 保育内容 健康、幼児期の終わりまでに育ってほしい姿、睡眠、食事、気にかかる姿

1. はじめに

「健康」とは、広辞苑では、「病気の有無に関する体の状態のこと。」であり、「身体に悪いところがなく心身が健やかなこと」とされている。そして、世界保健機関（WHO）によると、「完全な肉体的、精神的及び社会的福祉の状態であり、単に疾病又は病弱の存在しないことではない。」と定義されている。

人が生活し暮らしていく中において、老若男女にかかわらず誰もが、「健康」が最も大切であり、

必要なことであると考え、当然至極のことであり、また同様に充実して、幸福感に満ちた生活をイメージする際、「健康であること」は、その土台であり基盤であることも、誰もが願うことである。

つまり、「健康」であることが、満ち足りた生活や暮らしに必要な一番初めの条件であると、人は皆考え、重要視しているといえることができる。

これは、乳幼児期においても全く同様であるといえる。人の生涯の中で、とりわけ著しい成長期にある乳幼児の健やかな成長発達を願い考えるとき、子どもの心と身体が「健康」であることは、

* 四條畷学園短期大学 保育学科

その基盤であり前提であり、必要不可欠な条件であると言っても過言でないと考えられる。

それゆえに、保育内容における5つの領域のなかで「健康」は、最初に挙げられているのであり、乳幼児期に『生きる力の基礎』を培っていくことにおいては、最も重視しなければならない内容であり領域であるといえよう。

子どもの心と身体を健やかに育てること、つまり心身の健全な成長発達を、乳幼児の保育のそして幼児教育の最大のミッションであり、かつ最も重要な目標であると考え、健康に生活する為に乳幼児期に培われた基本的な習慣や技能、態度などは、生涯に渡り多大な影響を及ぼすことが考えられる。

保育者を志して、保育士資格と幼稚園教諭2種免許の取得を目指す学生は、両者の必修科目である保育内容「健康」を履修することが求められる。本学においても他の養成校のほとんどがそうであると同様に、1年生の前期の開講科目として配当され、養成課程における必修科目の中でも重要視されているのである。

2. 研究の目的

本研究の目的は、現代における子どもの心と身体を育む保育の実践に密接に関わる乳幼児の生活や遊びの実際の状況について把握して整理をおこなうことであり、具体的には乳幼児の睡眠や食事などについての実際の状況、そして家庭や地域での遊びについての実際の状況、また子どもの姿や様子に関して気にかかることなどについて実際の状況を改めて捉え直すことである。

そして、それぞれについて乳幼児の健やかな成長と発達の観点とのずれや問題点などを、整理し浮かび上がらせて若干の考察を加えることである。またそれら乳幼児の睡眠や食事、遊びや子どもの様子などの実際の状況と、保育内容領域「健康」との関連や繋がりについて、さらには「幼児期の終わりまでに育ててほしい姿」との関わり及び結び付きについても明らかにすることを試みることである。

3. 乳幼児の生活や遊びの実際の状況について

乳幼児の生活や遊びの実際の状況について改めて捉え直し、現状を把握することは、保育や幼児

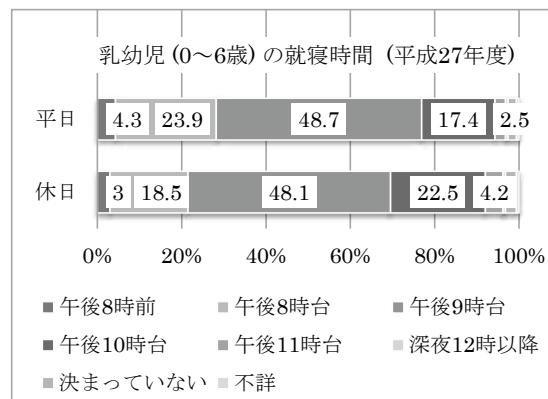
教育においての出発点といえる。なぜなら、幼稚園や保育園そして認定こども園等の保育の現場においては「子どもの姿」つまり、園に居る子どもたちが示す実際の様子や状況から、教育課程や全体的な計画が大まかな枠組みや骨格として立案され、そしてそれらに基づく具体的な指導計画が立てられて保育が進められるからである。

つまり、実際の子どもの様子、現実の子どものたちの実態が、保育及び幼児教育の出発点となるのである。ここでは、生活と遊びの中でも乳幼児の健全な成長発達と育成に直接的に関わり、そして大きく影響を及ぼすと考えられる、①睡眠、②食事、③遊び、に焦点をあて現状と問題点や課題について考えてみたい。

(1) 乳幼児の睡眠の実状及び問題点や課題について

①「夜ふかし型」の乳幼児が増えている

= 図1 乳幼児（0～6歳）の就寝時刻 =



資料：厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課
「平成27年度乳幼児栄養調査結果の概要」
2016

図1は、乳幼児（0歳から6歳就学前の約3900人を対象）の平日の就寝時刻の2015年度（平成27年度）の調査結果である。それによると22時頃に就寝する乳幼児は全体の約27%であり、4人に1人以上が夜10時でも起きていることになる。

②「睡眠不足」の幼児の増加

また、乳児を除く幼児（1歳6か月から6歳11か月）を対象とした同様の調査である、ベネッセ教育総合研究所による2015年に実施され翌年に報告されたアンケート調査、「第5回幼児の生活アンケート」（サンプル数3280人）においても、遅いと考えられる「22時頃」以降に寝る幼児の比率を

合計すると約24%と、厚生労働省の調査よりは若干低い割合となったが、夜10時以降に就寝する幼児がおよそ4人に1人と、ほぼ同じ結果となっている。

この調査について、「子どもの早起きをすすめる会」の発起人であり医学博士の鈴木みゆき氏は、3～5歳児なら午後9時頃には就寝し、できれば10時間ほどは寝て欲しいと、指摘している。

また、著書「早起き早寝朝ごはん」の中では、全国調査の結果を踏まえつつ、今の子どもは睡眠不足であり「寝かしつける」ことは、大人がおこなう大切な“しつけ”の一つであると述べている。

③現代日本は“赤ちゃんの短眠大国”

「子どもの夜ふかし脳への脅威」の著者である、小児神経科医師の三池輝久氏は、ニュージーランドやアメリカ、また台湾や韓国などの17か国の諸外国に比べて、日本では乳幼児の総睡眠時間が最も短く、最も長いニュージーランドと比較すると約1時間40分も少ない、いわば“赤ちゃんの短眠大国”であると、同著書の中で繰り返し述べ、子どもたちの健康や発達への影響について危惧を述べている。

そして、日本の赤ちゃんが世界で第1位の短眠を誇る原因は、「夜ふかし・遅寝の生活習慣」にあり憂慮すべき状況にあることを指摘している。つまり「夜型生活が常態化したこの国では、子どもたちに十分な休養を与える規則正しい生活が保障されているとは言い難い状況にある」と、警鐘を鳴らしているのである。

(2) 乳幼児の食の実状及び問題点や課題について

①子どもの食を巡る環境が大きく変化

我が国では、社会環境や人々の生活様式の変化に伴い、近年、子どもの食をめぐる環境は大きく変化しており例えば、朝食を抜く欠食や、家族で揃って夕食をとる頻度が減少する等が顕著にみられ、その結果として、偏食や肥満、栄養の偏りや思春期の過度の痩身など、身体と心の健康問題が生じている。

そして、食生活の乱れは低年齢層に広がっていることが指摘されていて、保育所や認定こども園では子どもたちの食生活が、これまでにはない様なひどい状況となって来ているという、保育者の

悲痛な訴えが聞かれる。具体的には憂慮すべきである一つの現象であり状況として、乳幼児の朝食抜き、すなわち「朝食の欠食」を挙げることが出来る。

②「朝食の欠食」は保護者の認識に起因

朝食の欠食（＝朝食抜き）の原因を、とかく子ども側に押し付けがちであるが、乳幼児期は、当然のことではあるが、まだ食行動の多くの部分が保護者の側に託されているといえる。それゆえ、朝食抜きの低年齢化現象は、保護者たちによる子どもの食行動発達過程の理解不足が根底にあるといえる。

保護者自身が朝食を食べたくない場合、子どもも食べたくない判断しやすいのである。朝食が乳幼児期の子どもの発育・発達に、どれほど重要かということに対する保護者の側の認識が希薄であることにも起因している。

③「朝食の欠食」と保育活動への影響

乳幼児が朝食を食べてこなかった場合には、子どもの様子から保育園やこども園の保育者には直ぐに判る。家庭において朝食を欠食して園にやって来た子どもたちは、登園後しばらくは目立たないが、時間が経ってくると元気が次第に無くなってきたり、身体が怠そうな様子を見せたりなどして、当然の事ではあるが意欲的、積極的にクラス保育活動に参加できなくなるからである。

「ある保育所では、朝食を食べてこなかった子どもたちに1個のおにぎりとお茶を与えると、元気が戻ってくるという。このように朝食の欠食によって元気がなくなる外見上の変化は、低年齢では顕著である。」といえる。さらに具体的な子どもの姿としては、0・1・2歳の乳児の場合では、長い時間ぐずったり、泣き続けて眠ってしまったたりすることがあり、そしてまた、3・4・5歳の幼児では表情が暗く冴えなかったり、イライラした様子を見せたり、身の回りの物や友だちに“あたったり”するようなこともある。

(3) 乳幼児の遊びの実状及び問題点や課題について

①「外遊び」の減少

乳幼児期から児童期にかけての遊びに関する問題で、一番大きな問題は、いわゆる外遊びの減少

が顕著であることである。そのことにより、開放感を味わいながら、身体を十分に動かして遊ぶ活動的な遊びを次第に経験できなくなってきたことが子どもの健全な成長発達にとって最も影響が大きいといえるのである。

また、外遊びは身近な自然の中で遊んだり、自然と触れ合ったりする機会も多く、遊びの中で自然物を利用したり、使ったり工夫したりすることも多く経験できるが、外遊びが減少するとそのような自然との触れ合いも当然の事ではあるが、減少してしまうことになる。

その結果、自然の中で遊ぶことによって得ることが出来る、様々な直接体験や具体的な経験が不足して、子どもの健やかな成長発達に影響が及ぶことが考えられる。

外遊びの減少の理由として考えられることは、まず第1には、遊ぶことが出来る遊び場所、遊びのスペースが子どもの生活圏、すなわち身近な地域から減少し、都市においては整備された公園やマンションに付随した遊び場など以外は、子どもの徒歩圏内にはほとんど見つけられなくなってしまったことが挙げられよう。つまりは、遊び空間の減少もしくは消失である。

かつては街の中にも、ちょっとした空き地や原っぱ、車の通らない路地裏のスペースなどが点在していたが、ゴム跳びや鬼ごっこ、ボール遊びなどの遊びができるようなちょっとした空間は、見つけることが難しくなっているのである。

②「集団遊び」の減少

遊びには、いわゆる3つの間すなわち、遊びに没頭して遊んで過ごすための「時間」、遊びを展開する場、遊びのスペースとしての「空間」、そして一緒に遊びを楽しみ、遊びの面白さを共有する「仲間」が必要であるとされるが、集団遊びには仲間が必要となる。その遊び仲間、つまり複数の兄弟姉妹や友だちなどが、乳幼児の場合は身近に居る事が求められるが、家庭の核家族化や共働き等の原因により、都会では一人っ子が増えて遊び相手は、もっぱら母親だという幼児も少なくはない。

その点については、前述のベネッセ教育総合研究所（2016年）のアンケート調査、「第5回幼児の生活アンケート」によると、平日、母親と一緒に遊ぶ比率の増加が極めて顕著であると報告してい

る。

つまり、「平日、幼稚園・保育園以外で遊ぶときにだれと一緒にいる場合が多いか」との、設問に対して最も比率が高いのは、母親（86.0%）であり、次いできょうだい（49.3%）、友だち（27.3%）であるとの調査結果を報告している。母子の密着の度合いが著しく増加している状況があるといえる。

そして、20年間の経年の変化をみると、やはり母親が極めて顕著に増加していて、1995年（55.1%）、2000年（68.6%）、2005年（80.9%）、2010年（83.1%）、2015年（86.0%）と、20年間で30.9ポイントも増加していることを明らかにしている。

その一方で、友だちと回答した比率は、減少し続けており（1995年56.1%、2000年51.9%、2005年47.0%、2010年39.5%、2015年27.3%）、20年間で、28.8ポイントも減少している。また、きょうだいと、回答した比率をみると、20年間で11.0ポイント減少していることを報告している。

③「遊び時間」の減少 -忙しい幼児の増加-

男女共同参画社会の進展に伴い、とりわけ若い世代に顕著であるが女性の社会参加が進み、子どもが生まれてからも仕事を続ける共働き世帯の増加により、子どもが保育園や認定こども園、そして幼稚園で過ごす時間が次第に長くなってきている。

例えば大都市圏の周辺のいわゆる衛星都市では、保育園や認定こども園では、至極当たり前のことではあるが、幼稚園においても、18時30分や19時まで預かり保育をおこない働く保護者の便宜を図っている園も珍しくなくなってきている。

そういった保護者の状況の中にあって保育や幼児教育を受ける乳幼児は、園から家庭に帰ると夕食や入浴などを済ますことが優先されることになる。もちろん就寝までの時間の中で、母親や父親との触れ合いや家族の団らんなどは、それぞれの家庭で行われていると考えられるが、遊びの時間はほとんどといってよいほど無い状況である。

また、幼児期の中期以降～就学前頃になると、いわゆる“習い事”により、子どもたちは忙しくなり遊ぶ時間が減少することも、憂慮すべき実際の状況として挙げられる。習い事の内容は、算数や国語などの学習塾や英会話教室をはじめ、水泳、ピアノやバイオリンなどの音楽教室、体操、バレエ、

空手など多種多様なものがあり、掛け持ちをしている幼児も少なくない。

(4) 乳幼児の気にかかる育ちの実状及び問題点や課題について

①元気がない子どもの増加

すぐに、「疲れた!」と訴える子どもの増加は、小学校のみならず、幼稚園や保育園などでも増加している。園での様々な遊びや活動に取り組む意欲や積極性はもちろん、子どもらしい生き活きとした生氣や元気があまり感じられない“大人しい”幼児も珍しくなくなってきている状況がある。

睡眠の問題や、食事の欠食の問題などが複合的に絡み合っ、乳幼児の心身に悪影響を及ぼすことにより、ホルモンのバランスや生体リズムが乱れて自律神経や心身の不調に繋がることおこりうるが、特に2歳以下の乳児については睡眠の不足や乱れが心身の健康に大きな影響を及ぼすと考えられる。

そして、人間は、霊長類のヒト科に分類される哺乳類であるが、生物として生来備えている根本的なバイタリティーや逞しさ、言い換えると根源的な生きる活力といったようなものがあまり感じられない、そういった幼児や児童が増えてきているのではないかと憂慮される状況がある。

②「自信のない子ども」が多い

自己肯定感や自己効力感の低い、すなわち簡潔にいうならば自信のない子どもの問題は、日本の子どもと、諸外国の子どもとの比較調査で明らかになって来ている。次の挙げる表は、高校生を対象とした自己効力感についての調査結果ではあるが、幼児のそして児童や生徒の保育や教育を考える時に、必ず参考にすべきデータであるといえる。

=表-1 自己効力感の低い日本の子ども=
(問「自分はダメな人間だと思う時がある」)

	日 本	米 国	中 国	韓 国
とてもそう思う	25.5	14.2	13.2	5
まあそう思う	47	30.9	43.2	30.2
あまりそう思わない	22.9	25.8	33.3	42.5
全くそう思わない	4.5	27.8	42.5	22.4

※第38回教育再生実行会議(平成28年10月28日)
参考資料(文部科学省提出資料「日本の子どもたちの自己肯定感が低い現状について」)

文部科学省の高校生対象の調査で、「自分はダメな人間だと思う時がある」という問いに対して、とてもそう思う、と回答した者は、日本は韓国の5倍以上であり、中国やアメリカと比べても、2倍弱ほどの結果になっていることが判る。そして、まあそう思う、を含めると日本では、75%を超える結果となり4人のうち3人という非常に高い割合になっていることが判る。

この結果からみて、現代日本では保育者や教師は、子どもたちの自己効力感や自己有能感についての実状をよく認識し、乳幼児の頃から十分に留意して保育や教育を通して育み培うことを大きな目標の一つとして改めて捉え、その実状改善に向けての実践を重ねていくことが必要であるといえよう。

③気にかかる子どもの姿の状況

「子どものからだの調査2015」より、保育、幼児教育の現場である保育園や幼稚園等で、日々子どもに向かい合う保育者や教師が感じる、いわゆる「気にかかる姿」として実感し、見えてくる子どものからだや心についてのおかしさをワースト10として列挙すると次のようになる。

I. 保育所で「最近増えている」という、実感ワースト10

- 1 アレルギー
- 2 背中グニャ
- 3 皮膚がカサカサ
- 4 保育中じっとしていない
- 5 すぐ「疲れた」という
- 6 嘔まずに飲みこむ
- 7 夜眠れない
- 8 自閉傾向
- 9 転んで手が出ない
- 10 つまづいてよく転ぶ

II. 幼稚園で「最近増えている」という、実感ワースト10

- 1 アレルギー
- 2 背中グニャ
- 3 すぐ「疲れた」という
- 4 オムツがとれない
- 5 自閉傾向
- 6 保育中じっとしていない

- 7 発音がきになる 夜眠れない
- 8 床にすぐに寝転がる
- 9 つまづいてよく転ぶ 転んで手が出ない
- 10 皮膚がかさかさ

以上のような、保育者や教師が実感する子どものからだや心についてのおかしさや、気にかかる姿は乳幼児の現実の生活が、健全な成長や発達に必ずしもストレートに繋がっているわけではないことを現わしているといえる。すなわち、そこにずれや問題点があるからこそその実際の状況であるといえるのではないかと考える。

4. 「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」と、保育内容「健康」

(1) 「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」について

①中教審答申と幼稚園教育要領

中央教育審議会の平成28年12月21日の答申、「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について」において、いわゆる、「3つの資質・柱」が明示され、学校教育において育成を目指すものとされた。

そして、幼稚園教育要領¹⁾にその基礎として、「幼稚園教育において育みたい資質・能力」が示されたのである。具体的には、「知識及び技能の基礎」「思考力、判断力、表現力等の基礎」「学びに向かう力、人間性等」の3つである。詳細は、幼稚園教育要領の第1章総則の第1節幼稚園教育の基本に続いて、第2節において次の様に記述されている。

第1章 総則 第2節 幼稚園教育において育みたい資質・能力及び「幼児期の終わりまでに育って欲しい姿」

1 幼稚園においては、生きる力の基礎を育むため、この章の第1に示す幼稚園教育の基本を踏まえ、次に掲げる資質・能力を一体的に育むよう努めるものとする。

- (1) 豊かな体験を通じて、感じたり、気付いたり、分かったり、できるようになったりする「知識及び技能の基礎」
- (2) 気付いたり、できるようになったことなどを

- 使い、考えたり、試したり、工夫したり、表現したりする思考力、判断力、表現力等の基礎」
- (3) 心情意欲態度が育つ中で、よりよい生活を営もうとする「学びに向かう力、人間性等」

以上であるが、この項目1の後に2を設け、これらの資質能力は、第2章で示された「ねらい」及び「内容」に基づく活動全体によって育むものであるとしているのである。つまり総則の第1の2で示されている幼児教育の基本の原理、原則であるところの、「遊びを通して」の指導を中心として、「ねらいが総合的に達成される」ようにすることが肝要であるとしているのであり、小学校以降の教科教育とは明確に一線を画して幼児教育における遊びの重要性及び、指導の総合性を確認しているといえよう。

このことは、当然ながら幼稚園教育要領の記述と同様の内容で、保育所保育指針と幼保連携型認定こども園教育・保育要領においても、共通して記述されているのである。

②「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」

この幼児期の終わりまでに育ってほしい姿については、保育内容の5つの各領域において、ねらいと内容に基づいた遊びなどの活動全体を通して資質・能力が育まれている幼児の幼稚園終了時（保育所、幼保連携型認定こども園も全く同様）の具体的な姿であり、教師（保育士、保育教諭も同様）が指導を行う際に考慮することとされている。

具体的には、次の(1)から(10)の姿であるが、これらの姿は、園での遊びの中で「育っている」ことを確かめるためのものであり、そして「必要な援助は何か」を考えるためのものであって、いわゆる到達目標ではないことに留意することが必要である。

- (1) 健康な心と体
- (2) 自立心
- (3) 協同性
- (4) 道徳性・規範意識の芽生え
- (5) 社会生活との関わり
- (6) 思考力の芽生え
- (7) 自然とのかかわり・生命尊重
- (8) 数量や図形、標識や文字などへの関心・感覚

- (9) 言葉による伝え合い
- (10) 豊かな感性と表現

この(1)から(10)の姿は、保育所保育指針解説²⁾と幼稚園教育要領解説³⁾、そして幼保連携型認定こども園教育・保育要領解説⁴⁾において共通して記述されていて、(1)から(10)のそれぞれの姿につき2ページずつを充てて詳細に解説を加えている。そして、この度の学習指導要領の改訂で、小学校の学習指導要領の教育課程の編成のページには、初めて、園からの育ちを引き継いでカリキュラムを組む必要性が、明記されたのである。

すなわち、小学校学習指導要領⁵⁾の第1章総則第2教育課程の編成4学校段階等間の接続の(1)で、次のように明記されている。

「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿を踏まえた指導を工夫することにより、幼稚園教育要領等に基づく幼児期の教育を通して育まれた資質・能力を踏まえて教育活動を実施し、児童が主体的に自己を発揮しながら学びに向かうことが可能となるようにすること～中略～特に小学校入学当初においては、幼児期において自発的な活動としての遊びを通して育まれてきたことが、各教科等における学習に円滑に接続されるよう、生活科を中心に、合科的・関連的な指導や弾力的な時間割の設定など、指導の工夫や指導計画の作成を行うこと。」と、記述されているのである。

なお、この記述は保育所保育指針解説と幼稚園教育要領解説、そして幼保連携型認定こども園教育・保育要領解説のそれぞれの巻末に共通しての付録(=「小学校学習指導要領(抄)」)にも記載されている。またこれは、「スタートカリキュラム」と呼ばれ小学校における、保育所・幼稚園・認定こども園と小学校との接続を意識したカリキュラムであるとされている。

- (2) 保育内容領域「健康」と「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」

領域「健康」は、保育内容の5つの領域(健康・人間関係・言葉・環境・表現)の1つであり、「心身の健康に関する領域」とされている。

「健康な心と体を育て、自ら健康で安全な生活をつくり出す力を養う」を全体的なねらいとしている。

そして、具体的なねらいとしては次の3つを挙げている。

- (1) 明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わう。
- (2) 自分の体を十分に動かし、進んで運動しようとする。
- (3) 健康、安全な生活に必要な習慣や態度を身に付ける。

また、内容については、3歳以上の幼児については保育所も幼稚園も、また幼保連携型認定こども園も同様あり、全ての園に共通の内容であるとして、

- (1) 先生や友達と触れ合い安定感をもって行動する。
- (2) いろいろな遊びの中で十分に身体を動かす。
- (3) 進んで戸外で遊ぶ。
- (4) 様々な活動に親しみ楽しんで取り組む。
- (5) 先生や友達と食べることを楽しみ、食べ物への興味や関心を持つ。
- (6) 健康な生活のリズムを身に付ける。
- (7) 身の回りを清潔にし、衣服の着脱、食事、排泄などの生活に必要な活動を自分でする。
- (8) 幼稚園における生活の仕方を知り、自分たちで生活の場を整えながら見通しをもって行動する。
- (9) 自分の健康に関心を持ち、病気の予防などに必要な活動を進んで行う。
- (10) 危険な場所、危険な遊び方、災害時などの行動の仕方が分かり気を付けて行動する。

以上の10の内容を挙げている。

この幼児期の終わりまでに育ってほしい姿と、領域「健康」の関わりについては、まず幼児期の終わりまでに育ってほしい姿においても、保育内容の5つの領域における「健康」と同様に、第1に「健康な心と体」を挙げて、最も重要とされる位置づけとしている、ということ認識しておくことが求められる。それは、まさしく子どもの保育、幼児教育の中において、ひいては乳幼児の成長発達を考える際に、「健康な心と体」を第1に重要視すべきであることと繋がっているといえる。

また、領域「健康」と、「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」とを対応、対比させて捉えると、もちろん最初の「(1) 健康な心と体」が、領域「健康」と対応していて、密接に関係するものであることは明白である。

他の領域との関係は、領域「人間関係」が(2)、(3)、(4)、(5)と対応していて、領域「言葉」が(6)、と(9)、領域「環境」が(7)、(8)、そして領域「表現」が(10)とそれぞれ対応していると考えられる。

なお、当然のことではあるが、(1)から(10)までの幼児期の終わりまでに育ってほしい姿は、各領域に対応しているが、領域は子どもの発達の側面からとらえたものであり、実際には活動全体を通して資質・能力が育まれることは、留意する必要がある。つまりは各領域のねらいや内容は、具体的な遊びなどの活動全体を総合的に指導する中で一体的に達成されていくものだからである。

したがって(1)の「健康な心と体」についても、保育所や幼稚園、そして認定こども園で遊びを中心とする様々な活動の中での総合的な指導を通して、就学前の具体的な姿として見られるようになる、といえる。

保育所保育指針解説ではこのことについて、「子どもは、保育所の生活において、安定感をもって環境に関わり、自己を十分に発揮して遊びや生活を楽しむ中で、体を動かす気持ちよさを感じたり、生活に必要な習慣や態度を身に付けたりしていく。卒園を迎える年度の後半には、こうした積み重ねを通して、充実感をもって自分のやりたいことに向かって、繰り返し挑戦したり諸感覚を働かせ体を思い切り使って活動したりするなど、心と体を十分に働かせ、遊びや生活に見通しをもって自立的に行動し、自ら健康で安全な生活をつくり出す姿が見られるようになる。」と述べている。

そして、幼児期に園で遊びなどの様々な活動を十分に楽しんだ経験は、小学校生活の様々な場面において伸び伸びと行動する力を育てていく、としているのである。

5. 今後の課題と展望

現代において、子どもの生活は全般的に豊かになったように見えるが、しかし現実の生活環境は、おおよそ子どもの心と身体の健全な成長、発達の

ために良好である、とは言い難いことが、乳幼児の生活や遊びの実際の状況から浮き彫りになったと考える。そのような現実の状況の中で、睡眠や食事、排泄などを中心とした生活リズムを大切に、乳幼児が心身ともに健康、安全で情緒の安定した生活ができる環境や、自己を十分に発揮できる環境を整えていかなければならない課題があるといえる。

それは、保育内容領域「健康」の目標であり全体的なねらいである、「健康な心と体を育て、自ら健康で安全な生活をつくり出す力を養う」ことを具体化して達成するために、乳幼児の保護者と連携及び協働しながら、保育者や教師が多角的に取り組むべき厳しく困難な課題であるといえる。

子どもの心と体の健康を考える時、様々な実相を示す多様な実状を複眼的に捉えて、その上で問題点や課題を探り、さらに多角的に手立てや対策の方向性を考えることが必要であろう。断片的で、そして偏った捉え方や、また一方的な、さらに押し付けとなるような対応や対処は不要であるばかりか、逆に実状を悪化させてしまうことに繋がりがかねないといえる。

カウンセリングマインドを常に基本的姿勢として保ち、かつ子どもの実状を丸ごと包括的に捉えることを第1に大切にすべきであり、その上で子どもを真ん中にして、保護者と保育者が連携し協力しながら、子どもの心と身体の実状を改善する取り組みを進めることが必要であろう。

また、そのためには保育、幼児教育にかかわる保育者、教師をはじめとする全ての関係者が、子どもの生活や遊びのあり方に目を向け、睡眠や食事、排泄などを中心とした生活リズムを大切にすることを喫緊の課題として深く認識すること、そして日々の子どもの生活の中で、出来ることから実践していくことが、強く求められているといえるのではないだろうか。

領域「健康」を切り口として、子どもを巡る諸問題を捉え直し、「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」を視野に入れて若干の考察を試みたが、心と身体の健康が子どもの、とりわけ乳幼児の健やかな成長と発達に必要な前提となることは言うまでもないが、現代の子どもの生活や遊びなどの実状を改めて捉え把握して問題点を探り掘り下げてみると、取り組むべき課題が多いことに驚かさ

れるばかりの結果となってしまった感がある。

心と身体の健やかさがもたらす生涯発達のなかで乳幼児期の健康の大切さや重要性を丁寧にかつ一層分かり易く、保育者の卵である学生に教授及び指導していくことを重点的な課題の一つにしたいと考える。

フレーベル館 2018

- 13) 無藤 隆著
「幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿」
東洋館出版社 2018

－ 2018.08.18 受稿、2018.08.18 受理－

引用文献

- 1) 文部科学省編「幼稚園教育要領」
フレーベル館 2017
- 2) 厚生労働省編「保育所保育指針解説」
フレーベル館 2018
- 3) 文部科学省編「幼稚園教育要領解説」
フレーベル館 2018
- 4) 内閣府文部科学省厚生労働省編
「幼保連携型認定こども園教育・保育要領解説」
フレーベル館 2018
- 5) 文部科学省編「小学校学習指導要領」
東洋館出版社 2017

参考文献

- 1) 鈴木みゆき編著
「保護者もいっしょ生活リズム改善ガイド」
ひかりのくに 2006
- 2) 小松啓子編「小児栄養」ミネルヴァ書房 2008
- 3) 日本保育学会編
「戦後の子どもの生活と保育」相川書房 2009
- 4) 池田裕恵著
「保育内容 健康」杏林書院 2011
- 5) 三池輝久著
「子どもの夜ふかし脳への脅威」集英社 2014
- 6) 春日晃章編集代表 松田繁樹・中野貴博編
「保育内容 健康」みらい 2015
- 7) 三池輝久・上野有理・小西行郎著
「赤ちゃん学で理解する乳児の発達と保育睡眠・食事・生活」中央法規出版 2016
- 8) 無藤 隆著
「学習指導要領改訂のキーワード」
明治図書 2017
- 9) 汐見稔幸著
「さあ、子どもたちの『未来』を話しませんか」
小学館 2017
- 10) 厚生労働省編「保育所保育指針解説」
フレーベル館 2018
- 11) 文部科学省編「幼稚園教育要領解説」
フレーベル館 2018
- 12) 内閣府文部科学省厚生労働省編
「幼保連携型認定こども園教育・保育要領解説」

**A consideration on the connection between the childcare content area “health” and
“the way I want you to grow up by the end of early childhood”
- Focusing on the actual condition of life and play of modern children -**

Hideki Hase

Shijonawate-gakuen Junior College

In this paper, we attempted to reconsider the actual situation of living and playing of infants related closely to childcare practice of nurturing children's mind and body in the present age. Specifically, I reexamined the actual situation about the actual situation about sleeping and eating of infants, the actual situation about play at home and in the area, what I care about children's appearance and state . And we made some discussion about deviations and problems of infant's healthy growth and development from the perspective of each.

And also about the relationships and connections between those infants 'sleep, meals, play, children's appearances, etc., with the childcare content area' health ', and further' 'I want you to grow by the end of early childhood' I tried to clarify

As a result, not only parents and caregivers at the garden, awareness of the role and responsibility of nurturing the mind and body leading to the healthy growth and development of infants, which is required to be carried out by communities involved in children and by the whole society widely The necessity to reveal. And it became clear that the importance of establishing life rhythm from the time of infancy became clear and it became clear that it is an urgent issue to understand it as a common greatest common denominator of all children . In addition, we were able to organize a little about the relationship and the connection between the childcare content area “health” and “the figure I want you to grow up by the end of early childhood” in the future.

Key words : childcare content health, appearance that you want to grow up to the end of early childhood, sleep, meal, minded figure