

幼児とその保護者の生活習慣と運動習慣に関する調査

池田 真由 (生涯スポーツ学科 地域スポーツコース)

指導教員 秋武 寛

キーワード：幼児，保護者，生活習慣，運動習慣

1. 緒言

近年，子どもの体力は長期的に低下傾向にあり，子どもの体力低下の最大の原因は人々の意識にあると考えられる．原因は，保護者をはじめとした国民の意識の中で，子どもの体力の低下とその及ぼす影響への認識が十分でない．そこで本研究では，幼児とその保護者の生活習慣と運動習慣の関連性について明らかにすることを目的とする．

2. 研究方法

1) 対象者

対象者は，大阪府に在籍する幼児（男児 24 名，女児 16 名）とその保護者 40 名とした．

2) 調査方法・項目

調査方法は，アンケート調査を行った．調査項目は，子どもの成育や生活の状況について 21 項目，子どもの遊びや運動の最近の状況について 11 項目，子どもの最近の様子について 23 項目，ご家庭や保護者の子どもに対する関わりについて 6 項目，子どもに体を動かす遊びや運動を一緒にする機会・場所について 7 項目，保護者自身について 20 項目を調査した（文部科学省，2009）．

3) 統計処理

統計処理は，IBM 社製 SPSS STATISTICS 19 を用いて，幼児とその保護者の生活習慣と運動習慣に関して単純集計，クロス集計を行い， χ^2 検定を行った．

3. 結果と考察

子どもの一つの事に集中できるという性格は，保護者の生活習慣，運動習慣の 5 項目で関係が認められた ($p<0.05-0.001$)．保護者

は，子どもの事を考えて生活していることが見受けられ，子どもは一つの事に集中できる環境であることが示唆された．

子どもが規則正しい生活をするという項目は，保護者の生活習慣，運動習慣の 10 項目で関係が認められた ($p<0.05-0.001$)．子どもの 1 日のテレビやビデオの平均視聴時間は，保護者の生活習慣の 4 項目で関係が認められた ($p<0.01-0.001$)．子どもの生活習慣は，一緒に生活している親の影響を受けていることから，関係が認められたと考えられる．

子どもの遊ぶ場所は，保護者の運動習慣の 3 項目で関係が認められた ($p<0.01-0.001$)．

子どもが活発に動かす遊びをどのくらいしているかは，保護者の運動習慣の 3 項目で関係が認められた ($p<0.001$)．保護者の生活習慣や運動への取り組み姿勢そのものが児童の活動性および運動量に大きく影響することを明らかにしている（松岡ら，2008）．

4. まとめ

幼児とその保護者の生活習慣と運動習慣には，関連性があることが示唆された．

引用・参考文献

松岡優，森一博，山上貴司，高松昌徳，大西達也（2008），乳幼児スポーツの課題と対策幼児は運動不足か，日本臨床スポーツ医学会，16（3）：369-374．

文部科学省（2009），体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究報告書．