

## 保育学生 of 生活習慣と生育環境並びに生活時間の実態

荒木恵美子・塩見 優子<sup>\*</sup>・藤井 栞<sup>\*\*</sup>・三好 敏江<sup>\*\*\*</sup>

### 1. はじめに

基本的な生活習慣は、人間の生活態度や社会行動の基礎になるものであり、それは生まれたときからの家庭のしつけによるところが大である。しかし、近年における我が国の高度経済成長は、従前の家族構成や生活様式にも強い影響を与え、その結果、家族関係の稀薄化、家庭の教育機能の低下等、多くの問題を生じている。その中において、生活体験の不足等から、子どもの生活の基礎にあるべき生活習慣の形成にひずみがあることを指摘する声が高い。

経済成長ピークの時代に生まれた最近の保育学生も年々その傾向は顕著となり、保育現場からも大きく問題視されている。保育学生は、将来、子どもの保育にたずさわるのみならず、家庭教育の機能回復の面でも指導的な役割を担う重大な使命を有するものである。

そこで本研究では、入学して日が浅い保育科・幼児教育科 1 年生の生活習慣の実態を明らかにし、今後の保育者養成の指針を得ることを目的とし考察を試みたので報告する。

### 2. 研究方法

#### (1) 調査対象

岡山県立短期大学保育科 1 年 50 名  
 倉敷市立短期大学保育科 1 年 47 名 } 計 277 名  
 順正短期大学幼児教育科 1 年 47 名 } (女子のみ)  
 中国短期大学幼児教育科 1 年 133 名 }

#### (2) 調査時期：昭和 63 年 6 月 ~ 7 月

#### (3) 調査方法：質問紙法による (無記名)

#### (4) 調査事項

- ① 生育環境 ( ㊦ 出生順位 ㊦ 母親の年齢  
 ㊦ 母親の仕事 ㊦ 家族形態 )
- ② 現在のすまい
- ③ 生活時間 ( ㊦ 勉強時間 ㊦ ピアノ練習時間  
 ㊦ 運動時間 ㊦ 通学時間 ㊦ TV 視聴時間  
 ㊦ 家事手伝い時間 )
- ④ 基本的な生活 7 習慣 ( ㊦ 食事 ㊦ 排泄  
 ㊦ 睡眠 ㊦ 衣服 ㊦ 清潔 ㊦ 挨拶 ㊦ 運動 )

### 3. 結果および考察

#### (1) 生育環境 (表 1)

表 1. 生育環境

区分	全 体 人数	出生順位				母親の年齢					母親の仕事				家族形態				
		第 1 子	第 2 子	第 3 子以上	無 答	39 歳以下	40 歳	45 歳	50 歳	55 歳以上	無 答	専業主婦	内職	自 営	勤めに 出ている	無 答	2 世代同居	3 世代同居	無 答
n	277	146	108	22	1	5	132	116	16	2	6	53	24	44	152	4	172	104	1
%	100.0	52.7	39.0	7.9	0.4	1.8	47.6	41.9	5.8	0.7	2.2	19.1	8.7	15.9	54.9	1.4	62.1	37.5	0.4

① 出生順位：第 1 子が 52.7% で最も多く、次に第 2 子の 39.0%、第 3 子以上のものは 7.9% で最も少

ない。「国民衛生の動向」<sup>1)</sup> によって出生順位別出生数および構成割合をみると、1950 年には第 3 子以上、第

\* 順正短期大学    \*\* 中国短期大学    \*\*\* 倉敷市立短期大学

2子、第1子の順に高率であるが、1960年以降は全く逆転し、第1子、第2子、第3子以上の順に高率となっており、今回の対象学生も同様の結果がみられた。

② 母親の年齢：40～44歳が最も多く47.6%、45～49歳の41.9%がこれに次ぎ、50～54歳の5.8%、39歳以下の1.8%、55歳以上の0.7%の順であり、およそ半数の母親が戦後に生まれている。

③ 母親の仕事：勤めに出ているものが54.9%で最も多く、専業主婦19.1%、自営15.9%、内職8.7%という順で、近年の女性就労の増加がこの数字からもうかがえる。

④ 家族形態：2世代同居が62.1%、3世代同居即ち祖父母と同居が37.5%であり、およそ2/3が核家族で育っている。

(2) 現在のすまい

(図1)

自宅が59.9%で最も多く、次いで寮の24.5%、下宿は15.2%で最も少ない。

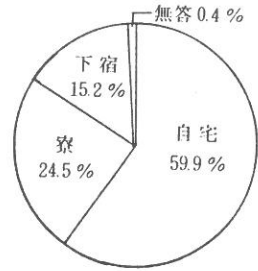


図1. 現在のすまい

(3) 学外における生活時間(表2)

① 勉強時間：30分以内が最も多く43.2%

、次いで30分～1時間の31.8%、1～2時間は18.1%、2～3時間は2.2%であり、3時間以上は0.7%で極めて少ない。

勉強を2時間以上するものは3%にも満たず、さら

表2. 生活時間

時間	区 分	n	%	時間	区 分	n	%	
勉強時間	30分以内	120	43.2	通学時間	30分以内	117	42.3	
	30分～1時間	88	31.8		30分～1時間	29	10.5	
	1～2時間	50	18.1		1～2時間	53	19.1	
	2～3時間	6	2.2		2～3時間	41	14.8	
	3時間以上	2	0.7		3時間以上	32	11.5	
	しな	い	11		4.0	無	答	5
ピアノ練習時間	30分以内	82	29.6	TV視聴時間	30分以内	60	21.7	
	30分～1時間	137	49.5		30分～1時間	60	21.7	
	1～2時間	48	17.3		1～2時間	89	32.0	
	2～3時間	7	2.5		2～3時間	46	16.6	
	3時間以上	2	0.7		3時間以上	16	5.8	
	しな	い	1		0.4	み	な	い
運動時間	30分以内	172	62.1	家事手伝い時間	30分以内	112	40.4	
	30分～1時間	36	13.0		30分～1時間	91	32.9	
	1～2時間	11	4.0		1～2時間	29	10.5	
	2時間以上	3	1.1		2～3時間	7	2.5	
	しな	い	55		19.8	3時間以上	7	2.5
						しな	い	31

には勉強をしないと答えたものが4.0%いるという憂うべき実態がみられた。

② ピアノ練習時間：30分～1時間が49.5%で最も多く、次いで30分以内の29.6%、1～2時間は17.3%、2～3時間は2.5%であり、3時間以上ピアノを練習するものは勉強時間と同様に0.7%と極めて少ない。

しかし、勉強時間は30分以内が最高率であったのに対し、ピアノ練習時間は30分～1時間が最高率である

ことや、ピアノ練習をしないと答えたものの1/10であることから、保育学生はピアノを重要視していることがうかがえる。

③ 運動時間：30分以内が62.1%で圧倒的に多く、次いで30分～1時間が13.0%、1～2時間以上は1.1%であり、運動をしないと答えたものは19.8%と高率で、勉強をしないものの5倍である。幼児期より屋外遊び・運動遊びが少なかったことの影響があるのではなからうか。

④ 通学時間：30分以内のものが最も多く42.3%、次いで1～2時間の19.1%、2～3時間14.8%、3時間以上11.5%、30分～1時間が10.5%の順である。

寮生、下宿生も含めて、比較的大学に近いものが多い、家庭での時間はかなりあるものと考えられる。

⑤ TV視聴時間：1～2時間が32.0%で最も多く、30分以内と30分～1時間が同率の21.7%でこれに次ぎ、2～3時間が16.6%、3時間以上も5.8%あり、勉強・ピアノの時間に比してTV視聴の時間が長い。

あらためて、学生生活のあり方を問い直す必要があろう。

⑥ 家事手伝い時間：30分以内が最も多く40.4%、30分～1時間が32.9%、1～2時間10.5%、2～3時間と3時間以上はいずれも2.5%で最も少ない。家事の手伝いをしないものが11.2%もいて、生活技能の未熟な原因がここにもあると推察される。

#### (4) 基本的生活習慣(図3)

今回調査した生活習慣35項目のうち、「よくする」の第1位は「用便後には必ず手を洗う」の97.8%、2位は「寝る時は寝間着に着がえる」83.0%、3位「朝晩歯みがき・洗顔をする」79.0%、4位「洗髪・整髪に気をつける」78.7%、5位「常に清潔なものを着る」76.2%であった。反対に「しない」と答えたものの第1位は「水泳・エアロビクスなどをする」の93.8%、2位「縄とびをする」80.8%、3位「散歩やジョギングをする」63.9%、4位「ラジオ・テレビ体操、ストレッチ体操などをする」55.7%、5位「その他の軽スポーツをする」50.9%で、いずれも運動に関する項目であった。「24時以前に寝る」、「規則正しく寝起きする」、「規則正しく排便をする」と答えたものは、3項目いずれも20%代であり、これは生活リズムが夜型であることを示していると言えよう。また、「偏食をしないで何でも食べる」34.7%、「手洗いやうがいをよくする」30.7%は、子どもに率先垂範すべき保育学生としては嘆かわしい数字である。ソーイングセットをいつも持っていないものも40%近くあり、衣服の繕いや釘つけができるようにという、保育現場の要求に応えることはできない。

次に、基本的生活7習慣の平均形成率をみると(図2)、1位清潔習慣59.2%、2位排泄53.9%、3位衣服53.8%、4位挨拶53.0%、5位食事43.1%、6位睡眠41.4%、7位運動2.5%である。

健康維持の三大要素である食事(栄養)、睡眠、運

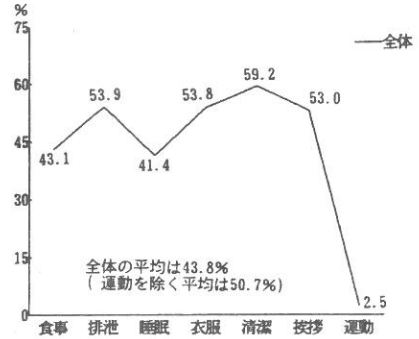


図2. 平均習慣形成率

動にかかわる習慣が揃って下位にあることは、健康であることが何よりも重要な保育学生にとって大きな問題とすべきであろう。

健康を保持し、かつ増進するために、バランスのとれた健康生活を送るよう、学生の自覚を促す必要があると考えられる。

#### (5) 生活習慣と生育環境の関係(表3)

出生順位を第1子、第2子、第3子以上の3区分に、母親の年齢を44歳以下、45歳以上の2区分に、母親の仕事を専業主婦、内職、自営、勤めに出ているの4区分に、家族形態を2世代同居、3世代同居の2区分にし、それぞれ生活習慣35項目とクロス集計した。

① 出生順位：3群間で有意差もしくは傾向の認められたのは次の3項目である。

㉑ 第1子で「よくする」が最高率の項目

・「ハンカチ・ちり紙をいつも持っている」  
59.6%

㉒ 第2子で「よくする」が最高率の項目

・「ペーパーがなくなったら補充しておく」  
71.3%  
・「ありがとう・ごめんなさいがきちんとと言える」  
66.7%

次に、基本的生活7習慣の平均形成率を出生順位別に比較すると(図4)、第1子が最高率を示すのは食事、清潔の2習慣であり、第2子が最高率を示すのは、排泄、睡眠、衣服、挨拶の4習慣である。第3子以上は運動が最高率を示すのみで、食事習慣2位の他は5習慣すべてにおいて最低率である。

これらのことから、出生順位別にみた生活習慣の形成状況は、第2子が最も優れ第3子以上が最も劣っていると見えよう。

保育学生の生活習慣と生育環境並びに生活時間の実態

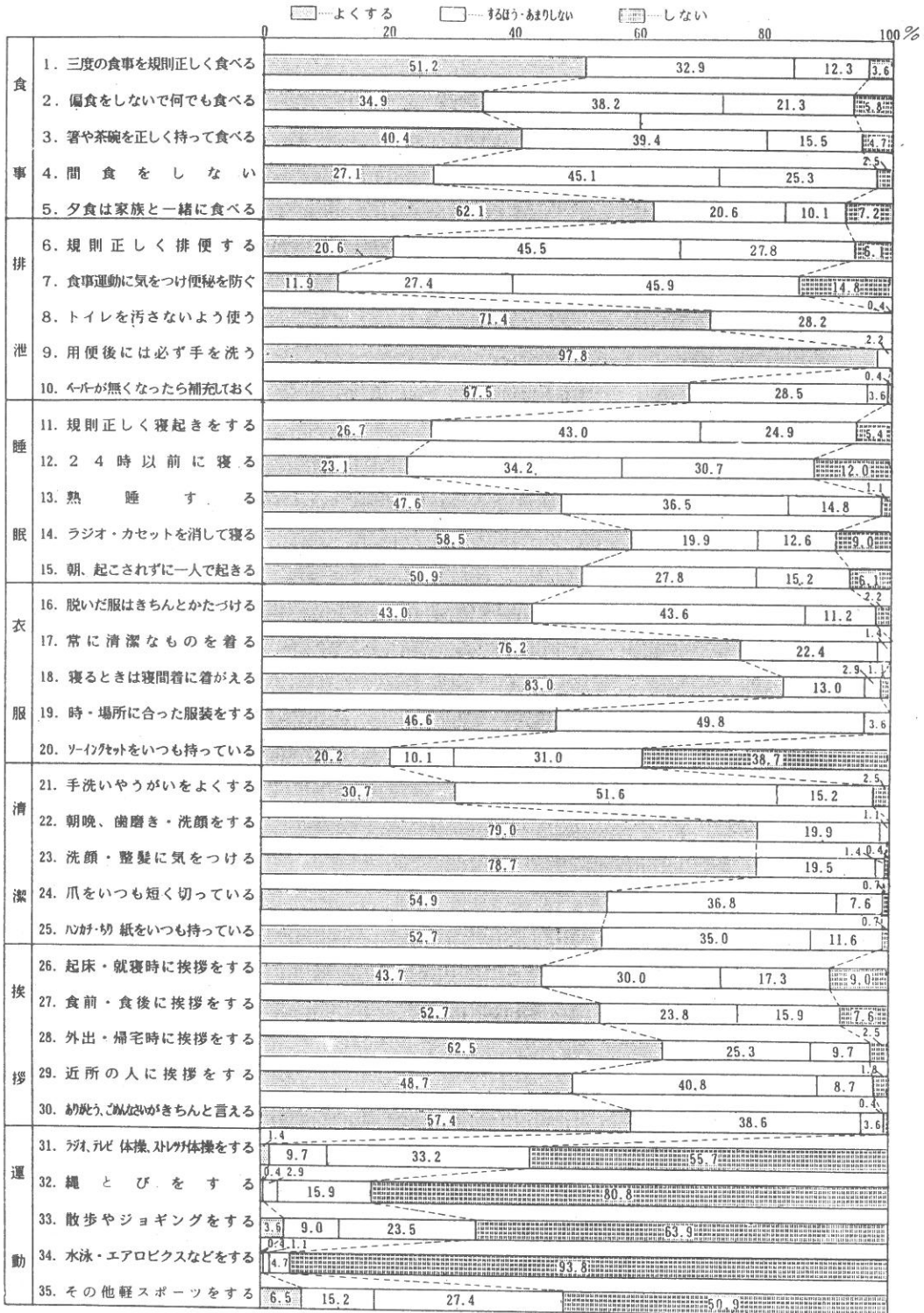


図 3. 基本的な生活習慣

保育学生の生活習慣と生育環境並びに生活時間の実態

区 分 項 目	(1) 出 生 順 位												
	第 1 子				第 2 子				第 3 子以上				
	よ く す る	す る ほ う	あ ま り し な い	し な い	よ く す る	す る ほ う	あ ま り し な い	し な い	よ く す る	す る ほ う	あ ま り し な い	し な い	
食 事	1. 三度の食事を規則正しく食べる	54.8	30.8	9.6	4.8	48.1	36.1	13.9	1.9	45.5	27.3	22.7	4.5
	2. 偏食をしないで何でも食べる	36.4	35.6	21.2	6.8	32.4	39.9	23.1	4.6	36.4	50.0	9.1	4.5
	3. 箸や茶碗を正しく持って食べる	41.4	35.6	17.8	5.5	39.8	44.5	11.1	4.6	36.4	40.9	22.7	0
	4. 間食をしない	28.1	41.7	28.1	2.1	24.1	50.0	23.1	2.8	31.8	45.5	18.2	4.5
	5. 夕食は家族(友人)と一緒に食べる	63.8	17.1	12.3	6.8	61.1	25.0	6.5	7.4	59.1	18.2	13.6	9.1
排 泄	6. 規則正しく排便をする	19.2	42.5	30.8	7.5	23.1	47.2	24.1	5.6	18.2	54.5	27.3	0
	7. 食事・運動に気をつけ、便秘を防ぐ	13.0	27.4	42.5	17.1	11.1	28.7	45.4	14.8	9.1	18.2	72.7	0
	8. トイレを汚さないように使う	71.2	28.1	0.7	0	73.1	26.9	0	0	63.6	36.4	0	0
	9. 用便後には必ず手を洗う	97.9	2.1	0	0	97.2	2.8	0	0	100.0	0	0	0
睡 眠	10. ペーパーがなくなったら補充しておく	68.5	26.0	5.5	0	71.3	25.9	1.9	0.9	40.9	59.1	0	0
	11. 規則正しく寝起きする	27.4	43.1	24.0	5.5	27.8	45.4	23.1	3.7	18.2	31.8	36.4	13.6
	12. 24 時以前に寝る	24.6	37.0	28.1	10.3	23.1	31.5	30.6	14.8	13.6	31.8	45.5	9.1
	13. 熟 睡 する	46.6	34.9	17.8	0.7	52.8	38.0	8.3	0.9	31.9	40.9	22.7	4.5
	14. ラジオ・カセットを消して寝る	61.7	16.4	12.3	9.6	58.4	23.1	11.1	7.4	36.4	27.3	22.7	13.6
衣 服	15. 朝起こされずに一人で起きる	49.3	30.1	15.8	4.8	51.9	25.0	15.7	7.4	54.5	27.3	9.1	9.1
	16. 脱いだ服はきちんとかたづける	42.5	47.3	6.8	3.4	44.4	38.0	16.7	0.9	40.9	45.5	13.6	0
	17. 常に清潔なものを着る	76.0	23.3	0.7	0	79.6	18.5	1.9	0	59.1	36.4	4.5	0
	18. 寝る時は寝間着に着がえる	85.6	12.3	1.4	0.7	80.6	14.8	3.7	0.9	81.9	4.5	9.1	4.5
清 潔	19. 時・場所に合った服装をする	49.3	47.3	3.4	0	48.1	48.1	3.8	0	18.2	77.3	4.5	0
	20. ソーイングセットをいつも持っている	19.2	10.3	32.9	37.6	22.2	10.2	27.8	39.8	18.2	9.1	31.8	40.9
	21. 手洗いやうがいをよくする	29.5	54.7	13.7	2.1	32.4	50.0	14.8	2.8	27.3	40.9	27.3	4.5
	22. 朝晩歯みがき・洗顔をする	80.8	18.5	0.7	0	78.7	19.4	1.9	0	68.2	31.8	0	0
	23. 洗髪・整髪に気をつける	80.1	17.8	1.4	0.7	78.7	19.4	1.9	0	68.2	31.8	0	0
挨 拶	24. 爪をいつも短く切っている	54.8	34.2	10.3	0.7	55.6	38.9	4.6	0.9	50.0	45.5	4.5	0
	25. ハンカチ・ちり紙をいつも持っている	59.6	31.5	8.9	0	48.2	37.0	13.9	0.9	31.8	45.5	18.2	4.5
	26. 起床・就寝時に挨拶をする	41.7	29.5	18.5	10.3	43.5	31.5	17.6	7.4	54.5	27.3	9.1	9.1
	27. 食前・食後に挨拶をする	49.3	21.9	19.2	9.6	56.5	26.9	12.0	4.6	54.5	22.8	13.6	9.1
運 動	28. 外出・帰宅時に挨拶をする	60.3	24.0	11.6	4.1	67.6	25.0	6.5	0.9	50.0	36.4	13.6	0
	29. 近所の人に挨拶をする	47.3	39.7	9.6	3.4	53.7	40.7	5.6	0	36.3	45.5	18.2	0
	30. 「ありがとう」「ごめんなさい」が きちんと言える	52.7	42.5	4.8	0	66.7	29.6	2.8	0.9	40.9	59.1	0	0
運 動	31. ラジオ・テレビ体操・ストレッチ体操 などをする	0.7	9.6	34.9	54.8	1.9	8.3	33.3	56.5	4.5	18.2	22.7	54.6
	32. 縄 と び を する	0	3.4	16.4	80.2	0.9	1.9	15.7	81.5	0	4.5	13.6	81.9
	33. 散歩やジョギングをする	4.1	13.0	17.8	65.1	2.8	4.6	30.6	62.0	4.5	4.5	27.3	63.7
	34. 水泳・エアロビクスなどをする	0.7	1.4	4.8	93.1	0	0	5.6	94.4	0	4.5	0	95.5
	35. その他の軽スポーツをする	4.8	17.8	25.3	52.1	8.3	12.0	29.7	50.0	9.1	13.6	31.8	45.5

表 3. 生活習慣と生育環境

子以上		(2) 母親の年齢										(3) 母親の											
		44歳以下				45歳以上						x <sup>2</sup> 検定				専業主婦				内職			
あまり しない	しない	x <sup>2</sup> 検定	よ く す る	す る ほ う	あ ま り し な い	し な い	よ く す る	す る ほ う	あ ま り し な い	し な い	x <sup>2</sup> 検定	よ く す る	す る ほ う	あ ま り し な い	し な い	よ く す る	す る ほ う	あ ま り し な い	し な い	よ く す る	す る ほ う		
22.7	4.5		54.0	29.9	11.7	4.4	50.0	35.1	12.7	2.2		52.8	30.2	0	0	54.2	33.3	8.3	4.2	36.4	50.0		
9.1	4.5		35.8	37.2	21.2	5.8	34.3	39.6	20.9	5.2		28.3	41.5	28.3	1.9	50.0	25.0	20.8	4.2	31.7	45.5		
22.7	0		38.7	39.4	16.1	5.8	41.8	39.6	14.9	3.7		41.5	39.6	17.0	1.9	37.5	37.5	16.7	8.3	40.9	40.9		
18.2	4.5		28.5	38.0	31.3	2.2	26.1	50.8	20.1	3.0		30.2	50.9	18.9	0	37.5	33.3	25.0	4.2	27.3	45.5		
13.6	9.1		67.2	14.6	12.4	5.8	57.4	26.9	7.5	8.2	*	52.8	24.5	17.0	5.7	75.0	12.5	4.2	8.3	56.8	20.5		
27.3	0		17.5	43.1	29.9	9.5	23.9	48.5	25.4	2.2	*	22.6	49.1	22.6	5.7	37.5	25.0	37.5	0	20.5	43.1		
72.7	0		15.3	28.5	40.1	16.1	8.2	26.9	51.5	13.4		13.2	26.4	45.3	15.1	12.5	25.0	50.0	12.5	9.1	25.0		
0	0		75.9	24.1	0	0	67.2	32.1	0.7	0		79.2	20.8	0	0	75.0	25.0	0	0	63.6	34.1		
0	0		97.8	2.2	0	0	97.8	2.2	0	0		100.0	0	0	0	100.0	0	0	0	95.5	4.5		
0	0	*	70.9	24.8	3.6	0.7	64.2	32.8	3.0	0		75.4	20.8	3.8	0	66.6	29.2	4.2	0	56.8	43.2		
36.4	13.6		26.3	42.4	25.5	5.8	26.1	44.8	23.9	5.2		30.2	41.5	26.4	1.9	25.0	54.2	20.8	0	15.9	50.0		
45.5	9.1		25.5	33.6	28.5	12.4	20.1	36.6	32.1	11.2		37.7	34.0	24.5	3.8	20.8	29.2	29.2	20.8	15.9	34.1		
22.7	4.5		45.3	37.2	15.3	2.2	50.0	36.6	13.4	0		50.9	35.9	13.2	0	33.3	50.0	16.7	0	45.5	36.3		
22.7	13.6		65.0	17.5	10.2	7.3	51.5	23.1	14.9	10.5		68.0	17.0	7.5	7.5	54.1	37.5	4.2	4.2	59.1	22.7		
9.1	9.1		60.6	23.4	12.4	3.6	40.3	32.1	18.7	8.9	**	49.0	28.3	20.8	1.9	54.1	33.3	8.4	4.2	63.6	20.5		
13.6	0		43.8	46.0	7.3	2.9	41.0	42.6	14.9	1.5		47.2	39.6	13.2	0	50.0	45.8	4.2	0	34.1	52.2		
4.5	0		78.9	19.7	1.5	0	73.9	24.6	1.5	0		84.9	13.2	1.9	0	66.7	33.3	0	0	70.5	29.5		
9.1	4.5		87.6	10.9	1.5	0	78.4	14.9	4.5	2.2	+	88.6	5.7	3.8	1.9	83.3	12.5	4.2	0	68.2	25.0		
4.5	0		51.9	44.5	3.6	0	41.8	55.2	3.0	0		52.8	41.5	5.7	0	50.0	45.8	4.2	0	31.8	68.2		
31.8	40.9		17.5	11.7	33.6	37.2	22.4	9.0	29.1	39.5		18.9	9.4	34.0	37.7	12.5	12.5	37.5	37.5	18.2	6.8		
27.3	4.5		32.1	50.4	13.9	3.6	28.4	54.5	16.4	0.7		24.5	64.2	7.5	3.8	54.2	37.5	8.3	0	15.9	52.3		
0	0		81.7	16.1	2.2	0	76.1	23.9	0	0		81.1	18.9	0	0	91.7	8.3	0	0	75.0	25.0		
0	0		82.5	15.8	2.2	0	75.4	23.9	0.7	0		77.3	17.0	3.8	1.9	87.5	12.5	0	0	70.5	29.5		
4.5	0		56.2	36.5	7.3	0	53.7	38.1	6.7	1.5		58.5	37.7	3.8	0	58.3	37.5	4.2	0	50.0	43.2		
18.2	4.5	*	56.2	32.2	10.9	0.7	47.8	38.8	12.7	0.7		54.7	32.1	13.2	0	66.7	29.1	4.2	0	40.9	40.9		
9.1	9.1		42.3	30.7	17.5	9.5	45.5	28.4	17.9	8.2		35.8	37.8	17.0	9.4	50.0	16.7	20.8	12.5	52.2	27.3		
13.6	9.1		52.6	23.3	16.1	8.0	54.5	23.9	15.7	5.9		45.4	22.6	24.5	7.5	58.4	0	33.3	8.3	56.8	29.5		
13.6	0		64.3	20.4	12.4	2.9	61.1	29.9	7.5	1.5		62.3	26.4	9.4	1.9	66.7	16.7	12.4	4.2	59.2	29.5		
18.2	0		49.6	40.9	7.3	2.2	48.6	41.0	9.7	0.7		45.3	39.6	13.2	1.9	62.5	33.3	4.2	0	50.0	43.2		
0	0	+	59.1	36.5	4.4	0	54.5	41.8	3.0	0.7		64.1	34.0	1.9	0	58.3	37.5	4.2	0	47.7	50.0		
22.7	54.6		2.9	12.4	28.5	56.2	0	7.5	38.8	53.7	+	3.8	9.4	45.3	41.5	0	12.5	33.3	54.2	4.5	11.4		
13.6	81.9		0	1.5	17.5	81.0	0.7	4.5	13.4	81.4		0	1.9	26.4	71.7	0	0	12.5	87.5	0	4.5		
27.3	63.7		2.2	13.1	16.8	67.9	4.5	5.2	29.1	61.2	*	1.9	5.7	41.5	50.9	0	4.2	16.7	79.1	6.8	11.4		
0	95.5		0	2.2	5.1	92.7	0.7	0	3.7	95.6		0	1.9	13.2	84.9	0	4.2	0	95.8	0	0		
31.8	45.5		5.8	13.9	27.7	52.6	7.5	15.7	26.8	50.0		7.5	22.6	28.3	41.6	8.4	20.8	20.8	50.0	6.8	15.9		

( + : P < 0.1      \* : P < 0.05      \*\* : P < 0.01      \*\*\* : P < 0.001 )

単位：%

親の仕事									(4) 家族形態									
自営				勤めに出ている					x <sup>2</sup> 検定	二世代				三世代				x <sup>2</sup> 検定
しない	よくなる	するほう	あまりしない	しない	よくなる	するほう	あまりしない	しない		よくなる	するほう	あまりしない	しない	よくなる	するほう	あまりしない	しない	
4.2	36.4	50.0	9.1	4.5	55.3	28.3	12.5	3.9		55.2	29.1	11.0	4.7	44.3	39.4	14.4	1.9	
4.2	31.7	45.5	20.5	2.3	34.9	37.5	19.7	7.9		31.4	41.9	20.9	5.8	39.4	32.7	22.1	5.8	
8.3	40.9	40.9	11.4	7.8	40.2	38.8	16.4	4.6		40.7	39.0	17.4	2.9	39.4	40.4	12.5	7.7	
4.2	27.3	45.5	22.7	4.5	25.0	43.5	28.9	2.6		25.6	47.6	26.2	0.6	29.8	40.4	24.0	5.8	*
8.3	56.8	20.5	15.9	6.8	65.1	20.4	6.6	7.9		61.0	25.6	9.3	4.1	63.5	12.5	11.5	12.5	**
0	20.5	43.1	36.4	0	17.1	48.6	25.7	8.6	+	19.8	46.5	28.5	5.2	21.2	44.2	26.9	7.7	
12.5	9.1	25.0	50.0	15.9	11.8	28.9	44.2	15.1		9.9	26.2	48.8	15.1	14.4	29.8	41.4	14.4	
0	63.6	34.1	2.3	0	70.4	29.6	0	0		73.8	25.6	0.6	0	67.3	32.7	0	0	
0	95.5	4.5	0	0	97.4	2.6	0	0		98.3	1.7	0	0	97.1	2.9	0	0	
0	56.8	43.2	0	0	67.7	27.0	4.6	0.7		66.8	28.5	4.1	0.6	68.3	28.8	2.9	0	
0	15.9	50.0	22.7	11.4	28.9	39.5	25.7	5.9		26.2	41.9	26.7	5.2	26.9	45.2	22.1	5.8	
20.8	15.9	34.1	38.6	11.4	21.1	35.4	30.3	13.2		25.0	32.0	30.8	12.2	20.2	38.5	29.8	11.5	
0	45.5	36.3	15.9	2.3	49.3	34.9	14.5	1.3		46.5	36.0	16.3	1.2	49.0	37.5	12.5	1.0	
4.2	59.1	22.7	6.8	11.4	55.2	17.8	17.1	9.9		53.5	18.6	16.9	11.0	66.3	22.1	5.8	5.8	*
4.2	63.6	20.5	9.1	6.8	47.4	28.3	16.4	7.9		47.1	29.7	16.9	6.3	57.7	24.0	12.5	5.8	
0	34.1	52.2	11.4	2.3	42.8	42.8	11.1	3.3		41.9	42.4	12.8	2.9	44.2	46.1	8.7	1.0	
0	70.5	29.5	0	0	76.3	21.7	2.0	0		76.1	23.3	0.6	0	76.0	21.1	2.9	0	
0	68.2	25.0	4.5	2.3	84.8	12.5	2.0	0.7		79.6	15.7	3.5	1.2	88.4	8.7	1.9	1.0	
0	31.8	68.2	0	0	48.7	47.4	3.9	0		45.3	51.8	2.9	0	48.1	47.1	4.8	0	
37.5	18.2	6.8	31.8	43.2	22.4	11.2	28.3	38.1		19.8	11.6	30.8	37.8	20.2	7.7	31.7	40.4	
0	15.9	52.3	27.3	4.5	32.2	50.7	15.1	2.0	*	36.0	50.0	12.3	1.7	22.1	53.9	20.2	3.8	*
0	75.0	25.0	0	0	77.6	20.4	2.0	0		76.1	22.7	1.2	0	83.6	15.4	1.0	0	
0	70.5	29.5	0	0	80.3	18.4	1.3	0		80.2	18.0	1.2	0.6	76.0	22.1	1.9	0	
0	50.0	43.2	6.8	0	54.6	34.9	9.2	1.3		52.9	36.0	10.5	0.6	57.6	38.5	2.9	1.0	
0	40.9	40.9	15.9	2.3	53.2	34.9	11.2	0.7		56.4	31.4	11.6	0.6	46.2	41.3	11.5	1.0	
12.5	52.2	27.3	11.4	9.1	43.4	29.6	18.4	8.6		44.7	29.7	19.8	5.8	42.3	29.8	13.5	14.4	+
8.3	56.8	29.5	11.4	2.3	53.3	25.7	11.8	9.2	*	52.9	24.4	15.1	7.6	51.9	23.1	17.3	7.7	
4.2	59.2	29.5	6.8	4.5	63.9	24.3	10.5	1.3		61.0	27.9	8.8	2.3	64.4	21.2	11.5	2.9	
0	50.0	43.2	4.5	2.3	48.0	42.1	8.6	1.3		52.3	34.9	10.5	2.3	43.2	50.0	5.8	1.0	+
0	47.7	50.0	2.3	0	57.9	36.8	4.6	0.7		57.0	39.0	4.0	0	57.6	38.5	2.9	1.0	
54.2	4.5	11.4	27.3	56.8	0	9.2	30.9	59.9		1.2	9.3	36.0	53.5	1.9	10.6	28.8	58.7	
87.5	0	4.5	11.4	84.1	0.7	3.3	13.8	82.2		0	3.5	16.9	79.6	1.0	1.9	14.4	82.7	
79.1	6.8	11.4	20.5	61.3	3.9	9.9	18.4	67.8	+	4.7	9.9	26.7	58.7	1.9	7.7	18.3	72.1	
95.8	0	0	2.3	97.7	0.7	0.7	3.3	95.3	+	0.6	1.7	4.7	93.0	0	0	4.8	95.2	
50.0	6.8	15.9	25.0	52.3	5.9	10.5	28.3	55.3		7.0	15.1	26.7	51.2	5.8	15.4	28.8	50.0	

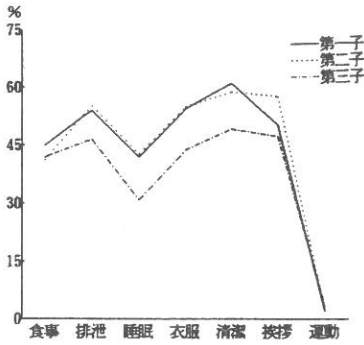


図4. 出世順位別習慣形成率

② 母親の年齢：2群間に有意差もしくはその傾向が認められたのは次の6項目である。

- ① 44歳以下群で「よくする」が高率の項目
- 「寝る時は寝間着に着がえる」 87.6%
  - 「夕食は家族(友人)と一緒に食べる」 67.2%
  - 「朝起こされずに一人で起きる」 60.6%
  - 「ラジオ・テレビ体操, ストレッチ体操などをする」 2.9%
- ② 45歳以上群で「よくする」が高率の項目
- 「規則正しく排便をする」 23.9%
  - 「散歩やジョギングをする」 4.5%

次に、基本的な生活7習慣の形成率をみると(図5)、運動を除いた6習慣において、いずれも44歳以下群が高い形成率を示している。

45歳以上(戦前生まれ)の母親の方が厳格なしつけをしているであろうという予想に反して、44歳以下(戦後生まれ)の若い母親をもつ学生のほうが、習慣形成が優れているという結果がみられた。

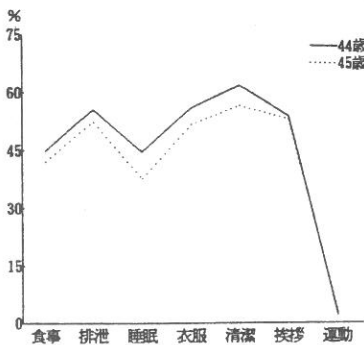


図5. 母親の年齢別習慣形成率

③ 母親の仕事：4群間に有意差もしくはその傾向がみられたのは次の5項目である。

- ① 内職群で「よくする」が最高率の項目
- 「食前・食後に挨拶をする」 58.4%
  - 「手洗いやうがいをよくする」 54.2%
  - 「規則正しく排便をする」 37.5%
- ② 内職群で「しない」が最高率の項目
- 「散歩やジョギングをする」 79.1%
- ③ 自営群で「しない」が最高率の項目
- 「水泳・エアロビクスなどをする」 97.7%

次に、基本的な生活7習慣の形成率をみると(図6)、専業主婦群が最高率を示すのは睡眠、衣服の2習慣であり、内職群が最高率を示すのは排泄、清潔、挨拶の3習慣である。自営群と勤めに出ている群が最高率を示すのはいずれも1習慣のみで、前者は運動、後者は食事の習慣である。

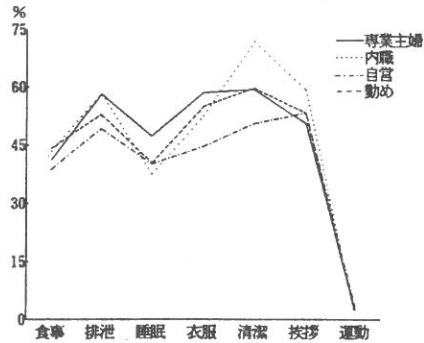


図6. 母親の仕事別習慣形成率

これらの結果から、母親の仕事別にみた習慣形成状況は、内職、専業主婦、自営、勤めに出ている、の順に優れていると言えよう。

④ 家族形態：2群間に有意差もしくはその傾向の認められたのは次の6項目である。

- ① 2世代同居で「よくする」が高率の項目
- 「近所の人に挨拶をする」 52.3%
  - 「起床・就寝時に挨拶をする」 44.7%
  - 「手洗いやうがいをよくする」 36.0%
- ② 3世代同居で「よくする」が高率の項目
- 「ラジオ・カセットを消して寝る」 66.3%
  - 「夕食は家族(友人)と一緒に食べる」 63.5%
  - 「間食をしない」 29.8%



である。この結果では、2世代・3世代同居の比較において、有意差のみられる項目数はいずれも3項目であり相違があるとは言えない。しかし、35項目を通してみると「よくする」が高率を示す項目は、2世代同居15項目に対し3世代同居は20項目で5項目多い。

また、基本的な生活7習慣の形成率をみると(図7)、2世代同居が高率を示すのは排泄、挨拶、運動の3習慣であり、3世代同居が高率を示すのは食事、睡眠、衣服、清潔の4習慣である。

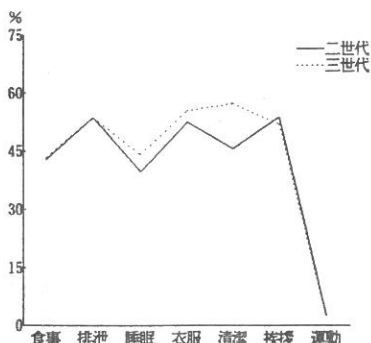


図7. 家族形態別習慣形成率

これらの結果を総合すると、3世代すなわち祖父母と同居の学生が、習慣形成が優れていると考えられる。

しかし、3世代同居には、「夕食は家族(友人)と一緒に食べる」「起床・就寝時に挨拶をする」の2項目において、「しない」の答えが2世代同居の3倍近くあったことは問題である。このことは、若い世代と老人とでは食事の嗜好や話題など、生活リズム・生活感覚そのものに相違があることを示しているのではなからうか。福祉を学ぶ保育学生は、児童のみならず、老人福祉に深い関心と理解を示すよう今後指導の必要があろう。

#### (6) 生活習慣と現在のすまいの関係(表4)

現在のすまいを、自宅、寮、下宿の3区分にし、生活習慣35項目とクロス集計した結果、有意差およびその傾向が認められたのは次の17項目である。

- ③ 自宅群で「よくする」が最高率の項目
  - ・「ハンカチ・ちり紙をいつも持っている」 59.1%
  - ・「近所の人に挨拶をする」 54.2%
  - ・「偏食をしないで何でも食べる」 39.2%
  - ・「24時以前に寝る」 30.1%
  - ・「ソーイングセットをいつも持っている」 24.1%

- ④ 寮群で「よくする」が最高率の項目
  - ・「寝る時は寝間着に着がえる」 91.2%
  - ・「夕食は家族(友人)と一緒に食べる」 86.7%
  - ・「食前・食後に挨拶をする」 82.4%
  - ・「外出・帰宅時に挨拶をする」 80.9%
  - ・「起床・就寝時に挨拶をする」 73.5%
  - ・「3度の食事を規則正しく食べる」 58.8%
- ⑤ 下宿群で「よくする」が最高率の項目
  - ・「ペーパーがなくなったら補充しておく」 92.9%
  - ・「朝起こされずに1人で起きる」 78.6%
  - ・「その他の軽スポーツをする」 14.3%
- ④ 自宅群で「しない」が最高率の項目
  - ・「食事・運動に気をつけ便秘を防ぐ」 18.1%
- ⑤ 寮群で「しない」が最高率の項目
  - ・「縄とびをする」 86.8%
- ⑥ 下宿群で「しない」が最高率の項目
  - ・「間食をしない」 9.5%

次に、基本的な生活7習慣の形成率をみると(図8)、自宅群が最高率を示すのは排泄、清潔の2習慣、寮群が最高率を示すのは食事、衣服、挨拶の3習慣、下宿群が最高率を示すのは睡眠、運動の2習慣である。

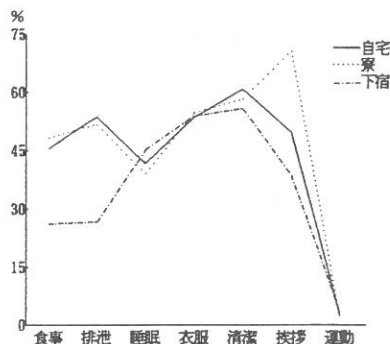


図8. 現在のすまい別習慣形成率

これらの結果から、現在のすまい別にみた習慣形成状況は、寮生が最も優れ下宿生が最も劣っていると言えよう。

今回の寮生の結果が示したように、集団生活や社会生活に関する習慣は、家庭の中での指導ももちろん必要であるが、集団生活の行われている場、すなわち学校や地域社会の中で強化し発展させていくほうが、より効果的であることを再確認した。

保育学生の生活習慣と生育環境並びに生活時間の実態

表4. 生活習慣と現在のすまい

単位：%

項目	区 分				自 宅				寮				下 宿				χ <sup>2</sup> 検定
	よ	す	あ	し	よ	す	あ	し	よ	す	あ	し	よ	す	あ	し	
	く	る	ま	ん	く	る	ま	ん	く	る	ま	ん	く	る	ま	ん	
	す	ほ	り	な	す	ほ	り	な	す	ほ	り	な	す	ほ	り	な	
食	1. 三度の食事を規則正しく食べる	53.6	30.7	13.3	2.4	58.8	27.9	7.4	5.9	31.0	47.5	16.7	4.8	+			
	2. 偏食をしないで何でも食べる	39.2	31.3	22.9	6.6	25.0	54.4	16.2	4.4	33.3	38.1	23.8	4.8	+			
	3. 箸や茶碗を正しく持って食べる	43.3	38.0	13.3	5.4	39.7	38.3	19.1	2.9	31.0	47.5	16.7	4.8				
	4. 間食をしない	27.7	45.8	24.7	1.8	30.9	42.6	26.5	0	19.0	47.7	23.8	9.5	+			
	5. 夕食は家族(友人)と一緒に食べる	63.9	24.1	10.2	1.8	86.7	7.4	5.9	0	16.7	28.6	14.3	40.4	***			
排	6. 規則正しく排便をする	22.9	45.8	24.7	6.6	14.7	45.6	33.8	5.9	21.4	42.8	31.0	4.8				
	7. 食事・運動に気をつけ便秘を防ぐ	12.0	22.9	47.0	18.1	11.8	27.9	51.5	8.8	11.9	45.3	33.3	9.5	+			
	8. トイレを汚さないように使う	72.9	26.5	0.6	0	70.6	29.4	0	0	66.7	33.3	0	0				
泄	9. 用便後には必ず手を洗う	97.6	2.4	0	0	100.0	0	0	0	95.2	4.8	0	0				
	10. ペーパーがなくなったら補充しておく	63.3	31.9	4.2	0.6	61.8	33.8	4.4	0	92.9	7.1	0	0	*			
睡	11. 規則正しく寝起きする	27.7	41.0	26.5	4.8	30.9	44.1	16.2	8.8	16.6	50.0	31.0	2.4				
	12. 24時以前に寝る	30.1	37.4	25.3	7.2	11.8	29.4	42.6	16.2	14.3	28.6	33.3	23.8	***			
	13. 熟睡する	51.3	36.1	12.0	0.6	38.2	42.7	17.6	1.5	50.0	26.2	21.4	2.4				
	14. ラジオ・カセットを消して寝る	53.6	19.9	15.7	10.8	66.1	16.2	11.8	5.9	66.7	23.8	2.4	7.1				
	15. 朝起こされずに一人で起きる	45.2	28.3	18.7	7.8	48.5	35.3	10.3	5.9	78.6	14.3	7.1	0	**			
衣	16. 脱いだ服はきちんとかたづける	36.2	50.0	11.4	2.4	52.9	32.4	11.8	2.9	54.8	35.7	9.5	0				
	17. 常に清潔なものを着る	78.3	20.5	1.2	0	72.1	26.4	1.5	0	73.8	23.8	2.4	0				
	18. 寝る時は寝間着に着がえる	81.9	13.3	3.6	1.2	91.2	4.4	2.9	1.5	73.8	26.2	0	0	+			
	19. 時・場所に合った服装をする	47.0	48.8	4.2	0	48.5	48.5	3.0	0	42.9	54.7	2.4	0				
	20. ソーイングセットをいつも持っている	24.1	10.8	23.5	41.6	8.8	13.2	45.6	32.4	23.8	2.4	38.1	35.7	**			
清	21. 手洗いやうがいをよくする	31.3	52.4	14.5	1.8	29.4	48.5	16.2	5.9	31.0	54.7	14.3	0				
	22. 朝晩歯みがき・洗顔をする	76.5	22.3	1.2	0	83.8	16.2	0	0	83.3	14.3	2.4	0				
	23. 洗髪・整髪に気をつける	80.1	18.7	0.6	0.6	76.5	23.5	0	0	78.6	14.3	7.1	0	*			
	24. 爪をいつも短く切っている	56.7	34.9	8.4	0	57.3	35.3	5.9	1.5	42.9	47.6	7.1	2.4				
	25. ハンカチ・ちり紙をいつも持っている	59.1	32.5	8.4	0	44.2	33.8	19.1	2.9	42.9	45.2	11.9	0	*			
揆	26. 起床・就寝時に揆揆をする	34.9	30.8	24.1	10.2	73.5	22.1	1.5	2.9	31.0	40.4	14.3	14.3	***			
	27. 食前・食後に揆揆をする	44.6	26.5	20.5	8.4	82.4	14.7	2.9	0	38.1	28.5	16.7	16.7	***			
	28. 外出・帰宅時に揆揆をする	60.2	24.1	12.7	3.0	80.9	16.2	2.9	0	42.9	42.9	9.4	4.8	**			
	29. 近所の人に揆揆をす	54.2	38.6	6.6	0.6	47.1	38.2	11.8	2.9	31.0	52.3	11.9	4.8	+			
運	30. 「ありがとう」・「ごめんなさい」がきちんと言える	54.8	39.8	4.8	0.6	69.1	30.9	0	0	50.0	45.2	4.8	0				
	31. ラジオ・テレビ体操、ストレッチ体操などをする	0.6	9.6	33.8	56.0	4.4	8.8	30.9	55.9	0	11.9	35.7	52.4				
	32. 縄とびをする	0	2.4	19.9	77.7	0	2.9	10.3	86.8	2.4	4.8	9.5	83.3	+			
	33. 散歩やジョギングをする	5.4	10.8	22.3	61.5	1.5	5.9	25.0	67.6	0	7.1	26.2	66.7				
	34. 水泳・エアロビクスなどをする	0.6	1.8	4.8	92.8	0	0	1.5	98.5	0	0	9.5	90.5				
35. その他の軽スポーツをする	6.0	11.4	28.9	53.7	2.9	20.6	30.9	45.6	14.3	21.4	16.7	47.6	+				

(+: P<0.1    \*: P<0.05    \*\*: P<0.01    \*\*\*: P<0.001)

(7) 生活習慣と生活時間の関係(表5)

生活時間を下記の6事項15群に区分し、生活習慣35項目との関係についてクロス集計した。

記

・勉強時間	: 長時間群(1時間以上)	短時間群(1時間以内)	しない群
・ピアノ練習	: 長時間群(1時間以上)	短時間群(1時間以内) <sup>注1</sup>	／
・運動時間	: 長時間群(30分以上)	短時間群(30分以内) <sup>注2</sup>	しない群
・通学時間	: 長時間群(2時間以上)	短時間群(2時間以内)	／
・TV視聴時間	: 長時間群(1時間以上)	短時間群(1時間以内) <sup>注1</sup>	／
・家事手伝い時間	: 長時間群(1時間以上)	短時間群(1時間以内)	しない群

注1 ピアノ練習「しない」1名、TV視聴「みない」6名のため、各々「しない」群は除外  
 注2 運動短時間群を「30分以内」とした理由  
 ① 人数配分のバランスを考慮  
 ② 総務庁統計：昭和62年度版青少年白書「青少年の生活時間に関する調査」<sup>2)</sup>においても学生の平均運動時間が10分と報告されている。

① 勉強時間：3群間に有意差およびその傾向が認められた項目は次の12項目である。

- ① 長時間群で「よくする」が最高率の項目
  - ・「食前・食後に挨拶をする」 70.6%
  - ・「3度の食事を規則正しく食べる」 65.6%
  - ・「脱いだ服はきちんとかたづける」 63.8%
  - ・「起床・就寝時に挨拶をする」 62.0%
  - ・「手洗いやうがいをよくする」 44.8%
- ② 「勉強しない」群で「よくする」が最高率の項目
  - ・「近所の人に挨拶をする」 81.8%
- ③ 短時間群で「しない」が最高率の項目
  - ・「散歩やジョギングをする」 67.3%
- ④ 「勉強しない」群で「しない」が最高率の項目
  - ・「ラジオ・テレビ体操、ストレッチ体操などをする」 90.7%
  - ・「縄とびをする」 90.7%
  - ・「その他の軽スポーツをする」 81.8%
  - ・「ソーイングセットをいつも持っている」 81.8%
  - ・「食事・運動に気をつけて便秘を防ぐ」 36.4%

次に、基本的生活7習慣の形成率をみると(図9)、長時間群が7習慣全てにおいて高率を示し、勉強しない群は挨拶習慣以外の全てにおいて最低率である。

これらのことから、勉強時間の群別にみた習慣形成

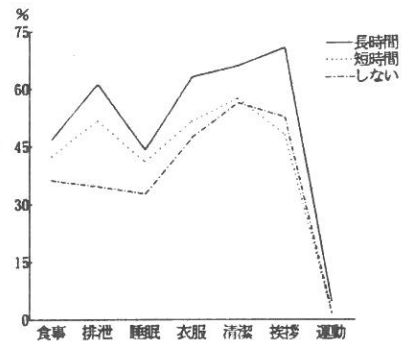


図9. 勉強時間別習慣形成率

は「長時間群」、「短時間群」、「勉強しない群」の順に優れていると言えよう。なお、長時間勉強する者が生活習慣形成率が高いという結果については昭和59年3月に文部省が実施した「児童の日常生活に関する調査」<sup>3)</sup>結果と一致している。

② ピアノ練習時間：2群間に有意差およびその傾向が認められたのは次の5項目である。

- ① 長時間群で「よくする」が最高率の項目
  - ・「食前・食後に挨拶をする」 63.2%
- ② 短時間群で「よくする」が最高率の項目
  - ・「間食をしない」 29.7%
  - ・「規則正しく排便をする」 29.7%
- ③ 短時間群で「しない」が最高率の項目
  - ・「縄とびをする」 83.1%

保育学生の生活習慣と生育環境並びに生活時間の実態

区 分 項 目	(1) 勉 強 時 間													x <sup>2</sup> 検定
	短 時 間				長 時 間				し な い					
	よく する	する ほう	あまり しない	しない	よく する	する ほう	あまり しない	しない	よく する	する ほう	あまり しない	しない		
食 事	1. 三度の食事を規則正しく食べる	47.1	34.6	14.9	3.4	65.6	31.0	1.7	1.7	54.5	9.1	18.2	18.2	**
	2. 偏食をしないで何でも食べる	34.6	36.5	23.1	5.8	36.2	44.8	13.8	5.2	27.3	36.3	27.3	9.1	
	3. 箸や茶碗を正しく持って食べる	39.4	40.9	15.4	4.3	48.2	32.8	13.8	5.2	18.2	45.4	27.3	9.1	
	4. 間 食 を し な い	29.8	45.7	22.1	2.4	17.2	44.8	34.6	3.4	27.2	36.4	36.4	0	
	5. 夕食は家族(友人)と一緒に食べる	61.0	22.1	11.1	5.8	67.2	15.5	6.9	10.4	54.5	18.2	9.1	18.2	
排 泄	6. 規則正しく排便をする	18.8	45.7	28.8	6.7	27.6	43.1	27.6	1.7	18.2	54.5	9.1	18.2	
	7. 食事・運動に気をつけ便秘を防ぐ	9.1	26.0	48.6	16.3	22.4	37.9	34.5	5.2	9.1	0	54.5	36.4	**
	8. トイレを汚さないように使う	69.2	30.3	0.5	0	79.3	20.7	0	0	72.7	27.3	0	0	
	9. 用便後には必ず手を洗う	97.1	2.9	0	0	100.0	0	0	0	100.0	0	0	0	
睡 眠	10. ペーパーがなくなったら補充しておく	64.9	30.8	4.3	0	77.6	20.7	0	1.7	63.6	27.3	9.1	0	
	11. 規則正しく寝起きする	26.0	40.8	27.9	5.3	31.1	50.0	15.5	3.4	18.2	45.4	18.2	18.2	
	12. 24 時 以 前 に 寝 る	24.5	32.2	30.8	12.5	19.0	37.9	34.5	8.6	18.2	45.5	9.1	18.2	
	13. 熟 睡 す る	49.0	35.1	14.4	1.5	43.1	43.1	13.8	0	45.4	27.3	27.3	0	
	14. ラジオ・カセットを消して寝る	56.7	20.7	14.4	8.2	65.5	13.8	8.6	12.1	54.5	36.4	0	9.1	
衣 服	15. 朝起こされずに一人で起きる	49.0	27.0	16.3	7.7	62.1	25.9	10.3	1.7	27.3	54.5	18.2	0	
	16. 脱いだ服はきちんとかたづける	38.0	48.6	11.5	1.9	63.8	27.6	5.2	3.4	27.2	36.4	36.4	0	**
	17. 常に清潔なものを着る	74.0	25.0	1.0	0	84.5	12.1	3.4	0	72.3	27.3	0	0	
	18. 寝る時は寝間着に着がえる	83.2	12.5	2.9	1.4	86.3	10.3	3.4	0	63.6	36.4	0	0	
清 潔	19. 時・場所に合った服装をする	42.8	53.8	3.4	0	56.9	37.9	5.2	0	63.6	36.4	0	0	
	20. ソーイングセットをいつも持っている	19.7	9.6	31.3	39.4	24.1	13.8	34.5	27.6	9.1	0	9.1	81.8	+
	21. 手洗いやうがいをよくする	26.9	55.8	13.9	3.4	44.8	39.7	15.5	0	27.2	36.4	36.4	0	*
	22. 朝晩歯みがき・洗顔をする	78.8	20.7	0.5	0	81.1	15.5	3.4	0	72.7	27.3	0	0	
	23. 洗髪・整髪に気をつける	78.3	20.2	1.0	0.5	79.3	17.3	3.4	0	81.8	18.2	0	0	
挨 拶	24. 爪をいつも短く切っている	54.3	38.0	6.7	1.0	56.9	32.8	10.3	0	54.5	36.4	9.1	0	
	25. ハンカチ・ちり紙をいつも持っている	49.0	37.0	13.5	0.5	67.3	27.6	3.4	1.7	45.4	36.4	18.2	0	
	26. 起床・就寝時に挨拶をする	39.9	32.7	17.3	10.1	62.0	19.0	13.8	5.2	18.1	36.4	36.4	9.1	*
	27. 食前・食後に挨拶をする	48.6	25.5	17.8	8.2	70.6	19.0	5.2	5.2	36.4	18.1	36.4	9.1	*
運 動	28. 外出・帰宅時に挨拶をする	57.7	28.8	10.6	2.9	79.3	12.1	6.9	1.7	63.6	27.3	9.1	0	
	29. 近所の人に挨拶をする	41.8	45.2	10.6	2.4	67.3	29.3	3.4	0	81.8	18.2	0	0	**
	30. 「ありがとう」、「ごめんさい」が きちんと言える	52.4	43.3	3.8	0.5	74.2	22.4	3.4	0	63.6	36.4	0	0	
運 動	31. ラジオ・テレビ体操・ストレッチ体操 などをする	1.5	8.2	32.2	58.1	1.7	17.2	41.4	39.7	0	0	9.1	90.9	*
	32. 縄 と び を す る	0.5	1.9	13.4	84.2	0	6.9	25.9	67.2	0	0	9.1	90.9	+
	33. 散歩やジョギングをする	1.9	7.2	23.6	67.3	8.6	13.8	25.9	51.7	9.1	18.2	9.1	63.6	*
	34. 水泳・エアロビクスなどをする	0	1.4	4.3	94.3	1.7	0	6.9	91.4	0	0	0	100.0	
	35. その他の軽スポーツをする	5.3	13.5	26.4	54.8	12.1	24.1	32.8	31.0	0	0	18.2	81.8	**

表 5. 生活習慣と生活

い	(2) ピアノ練習時間										(3) 運動時間										
	短時間					長時間					x <sup>2</sup> 検定	短時間				長時間				しない	
	よく する	する ほう	あまり しない	しない		よく する	する ほう	あまり しない	しない			よく する	する ほう	あまり しない	しない	よく する	する ほう	あまり しない	しない	よく する	する ほう
18.2	**	51.1	31.1	13.2	4.6	47.4	40.4	8.8	3.5		51.7	33.1	12.8	2.3	50.0	30.0	14.0	6.0	50.9	34.5	9.1
9.1		36.1	34.7	23.3	5.9	29.8	50.9	14.0	5.3		35.5	38.4	20.9	5.2	40.0	40.0	16.0	4.0	27.3	36.4	27.3
9.1		41.6	38.4	15.5	4.6	36.8	42.1	15.8	5.3		42.4	40.7	12.8	4.1	46.0	34.0	18.0	2.0	29.1	40.0	21.8
0		29.7	46.6	21.0	2.7	17.5	38.6	42.1	1.8	*	27.9	46.5	22.1	3.5	22.0	44.0	32.0	2.0	29.1	41.8	29.1
18.2		59.4	22.4	10.0	8.2	71.9	14.0	10.5	3.5		64.0	20.9	8.1	7.0	56.0	16.0	16.0	12.0	61.8	23.6	10.9
18.2		22.4	42.0	29.7	5.9	14.0	59.6	19.3	7.0	+	21.5	44.8	26.7	7.0	20.0	48.0	28.0	4.0	18.2	45.5	30.9
36.4	**	12.3	24.7	47.0	16.0	10.5	38.6	40.4	10.5		12.2	29.1	45.9	12.8	16.0	38.0	40.0	6.0	7.3	12.7	50.9
0		70.8	28.8	0.4	0	73.7	26.3	0	0		75.6	24.4	0	0	66.0	34.0	0	0	63.6	34.6	1.8
0		97.7	2.3	0	0	98.3	1.7	0	0		97.7	2.3	0	0	100.0	0	0	0	96.4	3.6	0
0		65.8	29.7	4.1	0.5	73.7	24.6	1.8	0		71.5	25.6	2.9	0	74.0	24.0	2.0	0	49.1	41.8	7.3
18.2		27.4	39.7	26.5	6.4	24.6	54.4	19.3	1.8		26.7	40.1	26.7	6.4	20.0	50.0	28.0	2.0	32.7	45.5	16.4
18.2		23.7	32.4	32.0	11.9	21.1	42.1	26.3	10.5		22.1	34.9	33.1	9.9	14.0	34.0	28.0	24.0	34.5	32.7	25.5
0		47.5	36.1	15.1	1.4	47.4	38.6	14.0	0		48.3	37.2	14.0	0.6	54.0	30.0	16.0	0	40.0	40.0	16.4
9.1		56.2	21.0	13.2	9.6	68.4	14.0	10.5	7.0		59.9	18.0	12.8	9.3	60.0	20.0	12.0	8.0	52.7	25.5	12.7
0		50.7	26.9	15.5	6.8	52.6	29.8	14.0	3.5		51.7	25.6	16.9	5.8	64.0	24.0	6.0	6.0	36.4	38.2	18.2
0	**	41.6	44.7	11.0	2.7	47.4	40.4	12.3	0		41.9	46.5	9.9	1.7	46.0	34.0	18.0	2.0	43.6	43.6	9.1
0		74.9	23.3	1.8	0	80.7	19.3	0	0		76.2	23.3	0.6	0	76.0	22.0	2.0	0	76.4	20.0	3.6
0		84.0	11.0	3.7	1.4	80.7	19.3	0	0		82.0	13.4	3.5	1.2	84.0	14.0	2.0	0	85.5	10.9	1.8
0		44.3	51.1	4.6	0	56.1	43.9	0	0		45.9	51.8	2.3	0	46.0	52.0	2.0	0	49.1	41.8	9.1
81.8	+	20.5	8.7	30.1	40.6	19.3	15.8	35.1	29.8		18.6	12.2	34.3	34.9	26.0	8.0	30.0	36.0	20.0	5.5	21.8
0	*	27.9	53.0	16.4	2.7	40.4	47.4	10.5	1.8		32.6	51.2	13.4	2.9	40.0	46.0	10.0	4.0	16.4	58.2	25.5
0		77.2	21.5	1.3	0	86.0	14.0	0	0		78.5	20.9	0.6	0	64.0	14.0	2.0	0	84.0	14.0	2.0
0		77.2	20.5	1.8	0.5	84.2	15.8	0	0		78.5	19.8	1.2	0.6	74.0	22.0	4.0	0	83.6	16.4	0
0		51.6	39.7	7.8	0.9	68.4	24.6	7.0	0		54.1	39.0	5.8	1.2	54.0	36.0	10.0	0	58.2	30.9	10.9
0		50.7	35.6	12.8	0.9	59.6	33.3	7.0	0		50.6	33.7	14.5	1.2	58.0	36.0	6.0	0	54.5	38.2	7.3
9.1	*	41.1	30.1	18.7	10.0	52.6	29.8	12.3	5.3		43.6	29.1	16.3	11.0	46.0	30.0	18.0	6.0	41.8	32.7	20.0
9.1	*	49.8	23.3	18.3	8.7	63.2	26.3	7.0	3.5	+	57.6	23.3	11.6	7.6	48.0	26.0	20.0	6.0	41.8	23.6	25.5
0		62.1	26.0	9.1	2.7	63.2	22.8	12.3	1.8		63.4	24.4	9.9	2.3	62.0	24.0	10.0	4.0	60.0	29.1	9.1
0	**	47.9	42.5	7.8	1.8	50.9	35.1	12.3	1.8		48.8	40.7	8.7	1.7	50.0	38.0	10.0	2.0	47.3	43.6	7.3
0		54.8	40.2	4.6	0.5	66.7	33.3	0	0		57.0	39.0	4.0	0	68.0	30.0	2.0	0	49.1	45.5	3.6
90.9	*	1.4	8.7	30.6	59.4	1.8	14.0	42.1	42.1		2.3	11.0	30.8	55.8	0	14.0	50.0	36.0	0	1.8	25.5
90.9	+	0	2.3	14.6	83.1	1.8	5.3	21.1	71.9	+	0	2.3	16.9	80.8	2.0	6.0	20.0	72.0	0	1.8	9.1
63.6	*	2.7	10.0	20.1	67.1	7.0	5.3	35.1	52.6	*	2.3	8.7	25.0	64.0	12.0	14.0	32.0	42.0	0	5.5	10.9
100.0		0	0.9	5.0	94.1	1.8	1.8	3.5	93.0		0	1.7	2.9	95.3	2.0	0	12.0	86.0	0	0	3.6
81.8	**	6.8	16.4	24.7	52.1	5.3	10.5	36.8	47.4		2.9	12.2	34.3	50.6	26.0	36.0	18.0	20.0	0	5.5	14.5

(+ : P < 0.1      \* : P < 0.05      \*\* : P < 0.01      \*\*

生活時間

間				(4) 通学時間								(5) T V 視聴時間									
な い			x <sup>2</sup> 検定	短時間				長時間				x <sup>2</sup> 検定	短時間				長時間				x <sup>2</sup> 検定
するほう	あまりしない	しない		よくなる	するほう	あまりしない	しない	よくなる	するほう	あまりしない	しない		よくなる	するほう	あまりしない	しない	よくなる	するほう	あまりしない	しない	
34.5	9.1	5.5		55.8	31.2	10.6	2.5	38.4	39.7	16.4	5.5	+	54.1	32.5	11.0	2.4	45.2	35.5	14.5	4.8	
36.4	27.3	9.1		33.7	40.2	23.6	2.5	37.0	32.9	16.4	13.7	**	36.4	39.2	20.6	3.8	30.6	33.9	22.6	12.9	
40.0	21.8	9.1		43.2	38.2	15.1	3.5	34.2	41.1	16.4	8.2		42.1	39.7	14.8	3.3	37.1	37.1	19.4	6.5	
41.8	29.1	0		25.7	44.7	27.6	2.5	34.2	43.8	19.2	2.7		25.8	46.4	25.4	2.4	30.6	41.9	24.2	3.2	
23.6	10.9	3.6		60.3	20.6	10.1	9.0	67.1	20.5	9.6	2.7		61.2	19.1	12.0	7.7	64.5	25.8	3.2	6.5	
45.5	30.9	5.5		21.6	46.2	27.1	5.0	17.8	42.5	31.5	8.2		20.1	45.9	30.1	3.8	24.2	45.2	19.4	11.3	
12.7	50.9	29.1	**	11.6	32.2	43.7	12.6	12.3	16.4	49.3	21.9	*	13.4	31.6	44.0	11.0	8.1	14.5	53.2	24.2	
34.6	1.8	0		73.9	25.6	0.5	0	67.1	32.9	0	0		72.2	27.8	0	0	80.0	27.4	1.6	0	
3.6	0	0		98.5	1.5	0	0	97.3	2.7	0	0		97.6	2.4	0	0	98.4	1.6	0	0	
41.8	7.3	1.8	*	71.4	24.1	4.0	0.5	58.9	38.4	2.7	0		67.0	29.7	3.3	0	74.2	21.0	3.2	1.6	
45.5	16.4	5.5		29.1	42.7	23.1	5.0	21.9	43.8	28.8	5.5		25.8	46.4	24.4	3.3	30.6	32.3	27.4	9.7	
32.7	25.5	7.3	*	20.6	33.7	31.7	14.1	30.1	38.4	27.4	4.1	+	22.5	34.0	31.6	12.0	27.4	37.1	29.0	6.5	
40.0	16.4	3.6		46.7	38.2	13.6	1.5	50.7	31.5	17.8	0		45.5	35.9	17.7	1.0	54.8	38.7	6.5	0	
25.5	12.7	9.1		61.8	19.6	9.0	9.5	49.3	20.5	21.9	8.2	*	58.4	21.1	11.5	9.1	58.1	14.5	17.7	9.7	
38.2	18.2	7.3		53.8	26.6	14.6	5.0	42.5	31.5	17.8	8.2		53.6	28.2	13.4	4.8	43.5	27.4	21.0	8.1	
43.6	9.1	3.6		46.8	41.2	9.0	3.0	31.5	52.1	16.4	0	*	43.1	45.5	10.0	1.4	43.5	38.7	14.5	3.2	
20.0	3.6	0		74.9	23.6	1.5	0	79.5	19.2	1.3	0		76.1	22.5	1.4	0	77.4	22.6	0	0	
10.9	1.8	1.8		86.4	9.5	3.5	0.5	72.6	23.3	1.4	2.7	**	84.2	11.5	3.8	0.5	80.6	17.7	0	1.6	
41.8	9.1	0		49.3	48.2	2.5	0	39.8	53.4	6.8	0		46.9	49.8	3.4	0	48.4	48.4	3.2	0	
5.5	21.8	52.7		20.6	11.1	34.2	34.2	20.5	6.8	21.9	50.7	+	22.0	9.1	34.9	34.0	14.5	12.9	21.0	51.6	
58.2	25.5	0	*	32.7	50.3	14.1	3.0	26.0	57.5	15.1	1.4		32.1	50.2	16.3	1.4	25.8	59.7	11.3	3.2	
14.0	2.0	0		76.9	21.1	2.0	0	76.7	23.3	0	0		80.9	18.2	0.9	0	72.6	25.8	1.6	0	
16.4	0	0		76.9	21.1	2.0	0	83.6	15.1	0	1.4		78.5	19.6	1.9	0	82.3	16.1	0	1.6	
30.9	10.9	0		55.8	37.2	6.0	1.0	53.4	35.6	9.6	1.4		56.5	37.8	5.3	0.5	51.6	33.9	14.5	0	
38.2	7.3	0		51.8	33.7	13.6	1.0	54.8	39.7	5.5	0		53.1	35.4	10.5	1.0	53.2	35.5	11.3	0	
32.7	20.0	5.5		45.7	29.6	16.1	8.5	41.1	26.0	21.9	11.0		46.9	30.6	14.8	7.7	32.3	27.4	27.4	12.9	
23.6	25.5	9.1		55.8	23.1	14.6	6.5	46.6	24.7	19.2	9.6		54.1	23.4	16.3	6.2	45.2	27.4	14.5	12.9	
29.1	9.1	1.8		64.3	25.1	7.5	3.0	58.9	23.3	16.4	1.4		62.2	27.3	8.6	1.9	61.3	19.4	14.5	4.8	
43.6	7.3	1.8		46.2	41.7	10.1	2.0	57.5	37.0	4.1	1.4		49.3	41.1	8.1	1.4	51.6	35.5	11.3	1.6	
45.5	3.6	1.8		60.3	37.2	2.5	0	50.7	41.1	6.8	1.4	+	55.5	40.7	3.3	0.5	83.3	16.7	0	0	
1.8	25.5	72.7	**	2.0	8.5	35.2	54.3	0	13.7	30.1	56.2		1.9	10.5	34.4	53.1	0	4.8	29.0	66.1	
1.8	9.1	89.1		0.5	3.5	16.6	79.4	0	1.4	15.1	83.6		0.5	3.3	17.2	78.9	0	1.6	12.9	85.5	
5.5	10.9	83.6	***	2.5	8.5	24.6	64.3	6.8	9.6	20.5	63.0		3.8	10.0	23.9	62.2	3.2	6.5	21.0	69.4	
0	3.6	96.4	*	0	1.0	5.5	93.5	1.4	1.4	2.7	94.5		0.5	1.4	5.7	92.3	0	0	4.8	95.2	
5.5	14.5	80.0	***	7.0	16.1	29.1	47.7	5.5	11.0	23.3	60.3		6.7	18.7	28.2	46.4	6.5	4.8	24.2	64.5	

単位：%

(5) T V 視 聴 時 間								(6) 家 事 手 伝 い 時 間															
短 時 間			長 時 間					x <sup>2</sup> 検定	短 時 間				長 時 間				し な い						x <sup>2</sup> 検定
する ほう	あまり しない	しない	よく する	する ほう	あまり しない	しない	よく する		する ほう	あまり しない	しない	よく する	する ほう	あまり しない	しない	よく する	する ほう	あまり しない	しない				
32.5	11.0	2.4	45.2	35.5	14.5	4.8		53.7	33.5	10.3	2.5	48.8	30.2	18.6	2.3	38.7	32.4	16.1	12.9	+			
39.2	20.6	3.8	30.6	33.9	22.6	12.9	+	34.0	39.4	21.2	5.4	39.5	27.9	27.9	4.7	32.3	45.2	12.9	9.7				
39.7	14.8	3.3	37.1	37.1	19.4	6.5		43.3	38.9	13.8	3.9	39.5	39.5	16.3	4.7	22.6	41.9	25.8	9.7				
46.4	25.4	2.4	30.6	41.9	24.2	3.2		29.6	45.3	24.1	1.0	18.6	41.9	27.9	11.6	21.6	48.4	29.0	0	**			
19.1	12.0	7.7	64.5	25.8	3.2	6.5		64.5	20.7	9.4	5.4	46.5	23.3	14.0	16.3	67.7	16.1	9.7	6.5				
45.9	30.1	3.8	24.2	45.2	19.4	11.3	+	20.7	46.3	28.6	4.4	25.6	44.2	18.6	11.6	12.9	41.9	35.5	9.7				
31.6	44.0	11.0	8.1	14.5	53.2	24.2	**	12.8	26.6	46.3	14.3	14.0	34.9	41.9	9.3	3.2	22.6	48.4	25.8				
27.8	0	0	80.0	27.4	1.6	0		72.9	27.1	0	0	72.1	27.9	0	0	61.3	35.5	3.2	0				
2.4	0	0	98.4	1.6	0	0		98.0	2.0	0	0	95.3	4.7	0	0	100.0	0	0	0				
29.7	3.3	0	74.2	21.0	3.2	1.6		66.0	30.5	3.0	0.5	81.4	16.3	2.3	0	58.1	32.3	9.7	0				
46.4	24.4	3.3	30.6	32.3	27.4	9.7	+	29.1	42.4	25.6	3.0	23.3	41.9	25.6	9.3	16.1	48.4	19.4	16.1	*			
34.0	31.6	12.0	27.4	37.1	29.0	6.5		26.6	35.0	29.6	8.9	16.3	39.5	27.9	16.3	9.7	22.6	41.9	25.8	*			
35.9	17.7	1.0	54.8	38.7	6.5	0		46.3	39.4	13.8	0.5	60.5	20.9	14.0	4.7	38.7	38.7	22.6	0	*			
21.1	11.5	9.1	58.1	14.5	17.7	9.7		55.7	21.7	13.8	8.9	58.1	16.3	14.0	11.6	77.4	12.9	3.2	6.5				
28.2	13.4	4.8	43.5	27.4	21.0	8.1		48.3	27.6	17.2	6.9	67.4	20.9	9.3	2.3	45.2	38.7	9.7	6.5				
45.5	10.0	1.4	43.5	38.7	14.5	3.2		41.4	47.3	9.9	1.5	51.2	32.6	14.0	2.3	41.9	35.5	16.1	6.5				
22.5	1.4	0	77.4	22.6	0	0		76.4	22.2	1.5	0	74.4	25.6	0	0	77.4	19.6	3.2	0				
11.5	3.8	0.5	80.6	17.7	0	1.6		85.2	10.8	3.0	1.0	72.1	23.3	4.7	0	83.9	12.9	0	3.2				
49.8	3.4	0	48.4	48.4	3.2	0		46.8	48.8	4.4	0	51.2	48.8	0	0	38.7	58.1	32.2	0				
9.1	34.9	34.0	14.5	12.9	21.0	51.6	*	19.7	10.3	33.0	36.9	32.6	11.6	20.9	34.9	6.5	6.5	32.3	54.8	+			
50.2	16.3	1.4	25.8	59.7	11.3	3.2		29.1	51.2	17.2	2.5	37.2	60.5	2.3	0	32.3	41.9	19.4	6.5				
18.2	0.9	0	72.6	25.8	1.6	0		80.8	17.7	1.5	0	76.7	23.3	0	0	71.0	29.0	0	0				
19.6	1.9	0	82.3	16.1	0	1.6		79.3	19.2	1.0	0.5	81.4	14.0	4.7	0	71.0	29.0	0	0				
37.8	5.3	0.5	51.6	33.9	14.5	0	+	57.1	36.0	6.9	0	48.8	39.5	9.3	2.3	48.4	38.7	9.7	3.2				
35.4	10.5	1.0	53.2	35.5	11.3	0		52.2	36.0	10.8	1.0	62.8	32.6	4.7	0	41.9	32.3	25.8	0				
30.6	14.8	7.7	32.3	27.4	27.4	12.9	*	43.3	26.6	19.2	10.8	48.8	37.2	9.3	4.7	38.7	41.9	16.1	3.2				
23.4	16.3	6.2	45.2	27.4	14.5	12.9		51.7	24.1	15.8	8.4	60.5	20.9	14.0	4.7	48.4	25.8	19.4	6.5				
27.3	8.6	1.9	61.3	19.4	14.5	4.8		64.0	22.7	10.8	2.5	62.8	27.9	9.3	0	51.6	38.7	3.2	6.5				
41.1	8.1	1.4	51.6	35.5	11.3	1.6		50.2	39.4	8.9	1.5	53.5	41.9	4.7	0	32.3	48.4	12.9	6.5				
40.7	3.3	0.5	83.3	16.7	0	0	*	55.2	40.4	3.9	0.5	60.5	34.9	4.7	0	67.7	32.3	0	0				
10.5	34.4	53.1	0	4.8	29.0	66.1		1.5	9.4	31.0	58.1	0	14.0	46.5	39.5	3.2	6.5	29.0	61.3				
3.3	17.2	78.9	0	1.6	12.9	85.5		0	2.5	16.3	81.3	2.3	7.0	18.6	72.1	0	0	9.7	90.3	+			
10.0	23.9	62.2	3.2	6.5	21.0	69.4		3.4	7.9	22.7	66.0	7.0	16.3	25.6	51.2	0	6.5	25.8	67.7				
1.4	5.7	92.3	0	0	4.8	95.2		0.5	1.5	3.9	94.1	0	0	9.3	90.7	0	0	3.2	96.8				
18.7	28.2	46.4	6.5	4.8	24.2	64.5	*	3.4	14.3	31.5	50.7	23.3	14.0	16.3	46.5	5.6	16.7	6.6	12.8	***			

・「散歩やジョギングをする」 67.0 %  
次に、基本的7習慣の形成率をみると(図10)、食事習慣以外の6習慣全てにおいて長時間群が高率を示している。

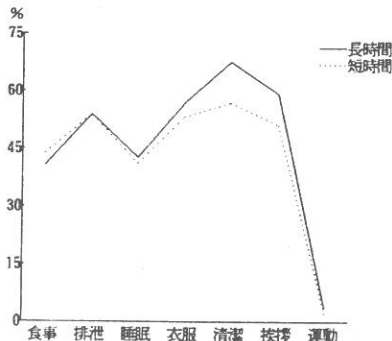


図10. ピアノ練習時間別習慣形成率

これらのことから、ピアノ練習時間の群別にみた基本的な生活習慣形成は「短時間群」より「長時間群」が優れていると言える。

③ 運動時間：3群間に有意差およびその傾向が認められた項目は次の8項目である。

- ④ 長時間群で「よくする」が最高率の項目
  - ・「ペーパーがなくなったら補充しておく」 74.0 %
  - ・「手洗いやうがいをよくする」 40.0 %
  - ・「その他の軽スポーツをする」 26.0 %
- ⑤ 運動しない群で「よくする」が最高率の項目
  - ・「24時以前に寝る」 34.5 %
- ⑥ 運動しない群で「しない」が最高率の項目
  - ・「水泳・エアロビクスなどをする」 96.4 %
  - ・「散歩やジョギングをする」 83.6 %
  - ・「ラジオ・テレビ体操, ストレッチ体操などをする」 72.7 %
  - ・「食事・運動に気をつけ便秘を防ぐ」 16.0 %

次に、基本的7習慣の形成率をみると(図11)、運動長時間群が最高率を示すのは衣服, 挨拶, 睡眠, 運動の4習慣である。それに比べて短時間群は排泄, 食事の2習慣であり、運動しない群は清潔の1習慣のみである。

これらのことから、生活習慣の形成状況は「運動長時間群」が最も優れており「運動をしない群」が最も

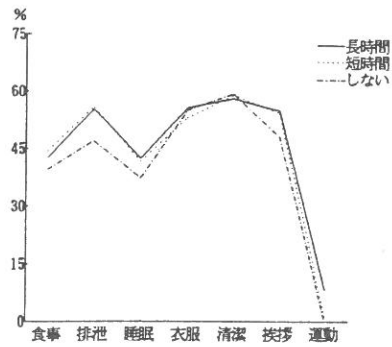


図11. 運動時間別習慣形成率

劣っていると言えよう。なお、特記すべきことは運動に関する項目が極めて低率であり、ほとんどの学生が生活化, 習慣化に到っていない点である。現代の子どもが基本的な生活習慣, 生活技能, 体力をつける場がますます減少している環境にあることを認識し、望ましい環境をつくり、健康で生きいきとした子どもに育てる力量が大人に求められている。「運動習慣の低さは現代の一般的傾向」<sup>4)</sup>であるが、保育者は特に自分自身が運動の楽しみを知り、運動に積極的に取り組むことが肝要であり、保育学生の意識の向上が望まれるところである。

④ 通学時間：2群間に有意差およびその傾向が認められた項目は次の9項目である。

- ⑦ 短時間群で「よくする」が高率の項目
  - ・「寝るときは寝間着に着がえる」 86.4 %
  - ・「ラジオ・カセットなど消して寝る」 61.8 %
  - ・「ありがとう・ごめんなさいがきちんと言える」 60.3 %
  - ・「3度の食事を規則正しく食べる」 55.8 %
  - ・「脱いだ服はきちんとかたづける」 46.8 %
- ⑧ 長時間群で「よくする」が高率の項目
  - ・「24時以前に寝る」 30.1 %
- ⑨ 長時間群で「しない」が高率の項目
  - ・「ソーイングセットをいつも持っている」 50.7 %
  - ・「食事・運動に気をつけ便秘を防ぐ」 21.9 %
  - ・「偏食をしないで何でも食べる」 13.9 %

次に、基本的7習慣の形成率をみると(図12)、短



時間群が運動習慣以外の6習慣全てにおいて高率を示す。

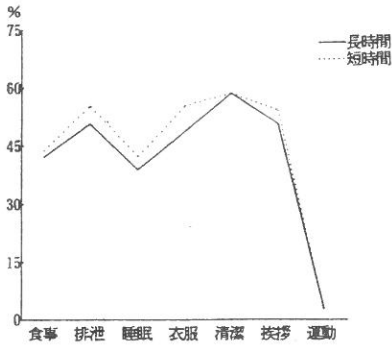


図 12. 通学時間別習慣形成率

これらのことから、「長時間群」（遠距離通学者）に比して、「短時間群」（近距離通学者）の方が基本的な生活習慣の形成が優れていると言える。したがって、遠距離通学者の場合、毎日の通学時間を如何に有意義に過ごすかが課題であり、通学時間が単なる準拘束時間に終わらないよう、より意欲的な生活設計が必要である。

⑤ TV視聴時間：2群間に有意差およびその傾向が認められたのは次の9項目である。

- ① 短時間群で「よくする」が高率の項目
  - ・「爪をいつも短く切っている」 56.5%
  - ・「起床・就寝時に挨拶をする」 46.9%
  - ・「偏食をしないで何でも食べる」 36.4%
  - ・「ソーイングセットをいつも持っている」 22.0%
  - ・「食事・運動に気をつけて便秘を防ぐ」 13.4%
- ② 長時間群で「よくする」が高率の項目
  - ・「ありがとう・ごめんなさいがきちんとと言える」 83.3%
- ③ 長時間群で「しない」が高率の項目
  - ・「その他の軽スポーツをする」 64.5%
  - ・「規則正しく排便をする」 11.3%
  - ・「規則正しく寝起きする」 9.7%

次に、基本的な7習慣の形成率をみると（図13）、短時間群で高率を示すのは食事、衣服、清潔、運動の4習慣であり、長時間群が高率を示すのは排泄、睡眠、挨拶の3習慣である。

これらのことから、TV視聴「短時間群」のほうが、「長時間群」より生活習慣の形成が高いと言えよう。

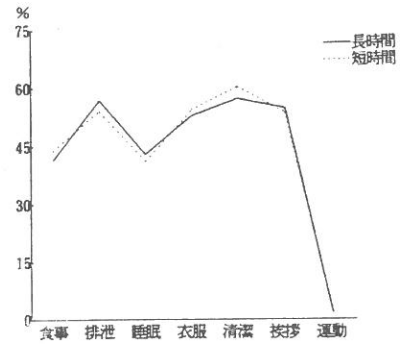


図 13. TV視聴時間別習慣形成率

このことは、前述の勉強時間と同様に長時間群が生活習慣形成率が高いという文部省の「児童に関する調査結果」<sup>5)</sup>に一致した。

なお、表2にみられるように、勉強時間及びピアノ練習時間で3時間以上の者が0.7%であるのに比して、TV視聴3時間以上の者が5.8%もいることは注目すべきことであり、この点については一考を要する問題である。

殊に、マスメディアとしてのTVは長時間視聴になり易い性質のものであるだけに、安易な生活態度には留意しなければならない。

⑥ 家事手伝い時間：3群間に有意差およびその傾向の認められた項目は次の8項目である。

- ① 短時間群で「よくする」が最高率の項目
  - ・「3度の食事を規則正しく食べる」 53.7%
  - ・「間食をしない」 29.6%
  - ・「規則正しく寝起きする」 29.1%
  - ・「24時以前に寝る」 26.6%
- ② 長時間群で「よくする」が最高率の項目
  - ・「熟睡する」 60.5%
  - ・「ソーイングセットをいつも持っている」 32.6%
  - ・「その他の軽スポーツをする」 23.3%
  - ・「縄とびをする」 2.3%
- ③ しない群で「よくする」が最高率の項目
  - ・なし

次に、基本的な生活7習慣の形成率をみると（図14）、長時間群では排泄、睡眠、衣服、清潔、挨拶、運動の6習慣において高率を示すのに対し、短時間群では食事習慣の1項目のみ、さらに、手伝わない群で最高率を示すものは皆無である。

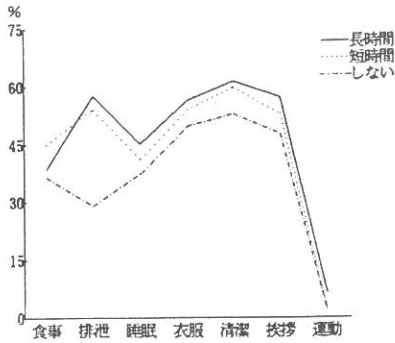


図 14. 家事手伝い時間別習慣形成率

これらのことから、生活習慣の形成状況は家事手伝い「長時間群」が最も優れ、「手伝わない群」は最も劣っていると言えよう。

殊に、少子化、過保護、生活の簡便化、学歴偏重など現代のもろもろの社会環境を反映した家庭生活環境の中で、家事手伝いのもつ意味を再度見直す必要があると考える。例えば、家事手伝い長時間群にみられる具体的項目で、「起こされずに一人で起きる」、「トイレトペーパーを補充しておく」など自立性や他人への気配りがみられることは、自己中心的な現代の人間性を考えるとき、家事手伝いの意味が大きいことを示していると言えよう。

#### 4. ま と め

以上、4 短期大学（岡山県立短期大学、倉敷市立短期大学、順正短期大学、中国短期大学）の保育学生の基本的な生活習慣に関する実態調査をした結果をまとめると次のようである。

(1) 今回の調査は、学生の自己申告であるため、正確な実態が把握できたかどうか危惧されるところであったが、回答形式を「よくする」「するほう」「あまりしない」「しない」の4段階とし、そのうち、「よくする」と「しない」の両極端の回答を中心に考察したことなどにより、ほぼ実態に近いものが把握されたと考える。

##### (2) 保育学生の生活習慣の実態

① 保育学生の生活7習慣（食事、排泄、睡眠、衣服、清潔、挨拶、運動）の平均習慣形成率は43.8%であり、格別に低率の運動習慣を除く6習慣の平均形成率は50.7%である。（図3参照）

② 生育環境、すまい、生活時間のそれぞれの区分において優れている傾向を示したものは次のとおりである。（図4～図14参照）

##### —生育環境—

- 「出生順位」では「第2子」群
- 「母親の年齢」では「44歳以下」群
- 「母親の仕事」では「内職」群
- 「家族形態」では「3世代同居」群

##### —すまい—

- 「現在のすまい」では「寮」群

##### —生活時間—

- 「勉強」「ピアノ練習」「運動」「家事手伝い」ではいずれも「長時間」群

- 「通学」「TV視聴」ではいずれも「短時間」群

##### ③ 基本的な生活習慣形成率のベスト5・ワースト5（表6・図15参照）

- ベスト5：第1位「勉強」長時間群，第2位「すまい」寮生群，第3位「母親の仕事」内職群，第4位「ピアノ練習」長時間群，第5位「家事手伝い」長時間群

- ワースト5：第1位「すまい」下宿群，第2位「家事手伝い」手伝わない群，第3位「出生順位」第3子以上群，第4位「勉強」しない群，第5位「母親の仕事」自営群

ベスト5の各習慣別傾向をみると睡眠、食事の習慣がやや低率になっているが、その他の習慣は優れており、保育学生として意欲的かつ前向きに生活していることがうかがえる。反対に、ワースト5の傾向は清潔習慣以外の食事、排泄、挨拶習慣など極めて低く、無気力な生活態度が基本的な生活習慣の獲得を妨げているのではないかと考えさせられる。

(3) 最近の社会環境の変容、とりわけ核家族化、母親の就労増加、少子化など子どもを取り巻く家庭環境の変化は著しく、厚生省は本年11月1日「子ども家庭に関する実態調査」を実施することを発表した。本研究結果においても、このような社会環境、家庭環境の変化が保育学生の生育、特に基本的な生活習慣の獲得に深く関わっていることが浮彫りにされた。

(4) 就学前の子どもたちにとって、保育者の人間性は大きな影響を及ぼす。とりわけ、乳幼児の基本的な生活習慣の育成を中心活動とする保育所において、乳幼児とのかかわりの大きい保育者の言動は彼らの人格形成の基盤を作るといっても過言ではなからう。習慣形成は一日にして身につくものではない。日常より生活態度に留意し、望ましい人格形成をめざした意欲的な精神生活や健康生活ができるよう、学生とともに考え今後の保育者養成のあり方を探究していきたい。

表 6. 基本的な生活7習慣のベスト・5とワースト・5

{ ○はベスト順位  
△はワースト順位

区分		習慣							平均 (運動を除く)	
		食 事	排 泄	睡 眠	衣 服	清 潔	挨拶	運 動		
生 育 環 境 ・ す ま い	出生順位	1. 第 1 子	⑤ 位							
		2. 第 2 子								
		3. 第 3 子以上		△ 位	△ 位	△ 位	△ 位	△ 位	⑤ 位	△ 位
	母親の年齢	4. 44 歳以下			④ 位	⑤ 位	④ 位			
		5. 45 歳以上								
	母親のしごと	6. 専業主婦		③ 位	① 位	② 位				
		7. 内職		② 位	△ 位		① 位	④ 位	△ 位	③ 位
		8. 自営	△ 位			△ 位	△ 位		⑤ 位	△ 位
	家形 家族態	9. 勤めに出ている								
		10. 2 世代					△ 位			
	現 す ま い	11. 3 世代								
		12. 自宅	③ 位							
		13. 寮	① 位					② 位	△ 位	② 位
		14. 下宿	△ 位	△ 位	② 位		△ 位	△ 位		△ 位
生 活 時 間	勉強	15. 短時間						△ 位		
		16. 長時間	② 位	① 位	⑤ 位	① 位	③ 位	① 位	③ 位	① 位
		17. しない	△ 位	△ 位	△ 位	△ 位				△ 位
	ビ ジ ネ ス	18. 短時間								
		19. 長時間				③ 位	② 位	③ 位	④ 位	④ 位
	運 動	20. 短時間							△ 位	
		21. 長時間							① 位	
		22. しない		△ 位	△ 位			△ 位	△ 位	
	通 学	23. 短時間								
		24. 長時間				△ 位				
	T V 視 聴	25. 短時間								
26. 長時間			⑤ 位							
家 事 手 伝 い	27. 短時間	④ 位						△ 位		
	28. 長時間	△ 位	④ 位	③ 位	④ 位	⑤ 位	⑤ 位	② 位	⑤ 位	
	29. しない	△ 位	△ 位	△ 位	△ 位	△ 位	△ 位	△ 位	△ 位	

保育学生の生活習慣と生育環境並びに生活時間の実態

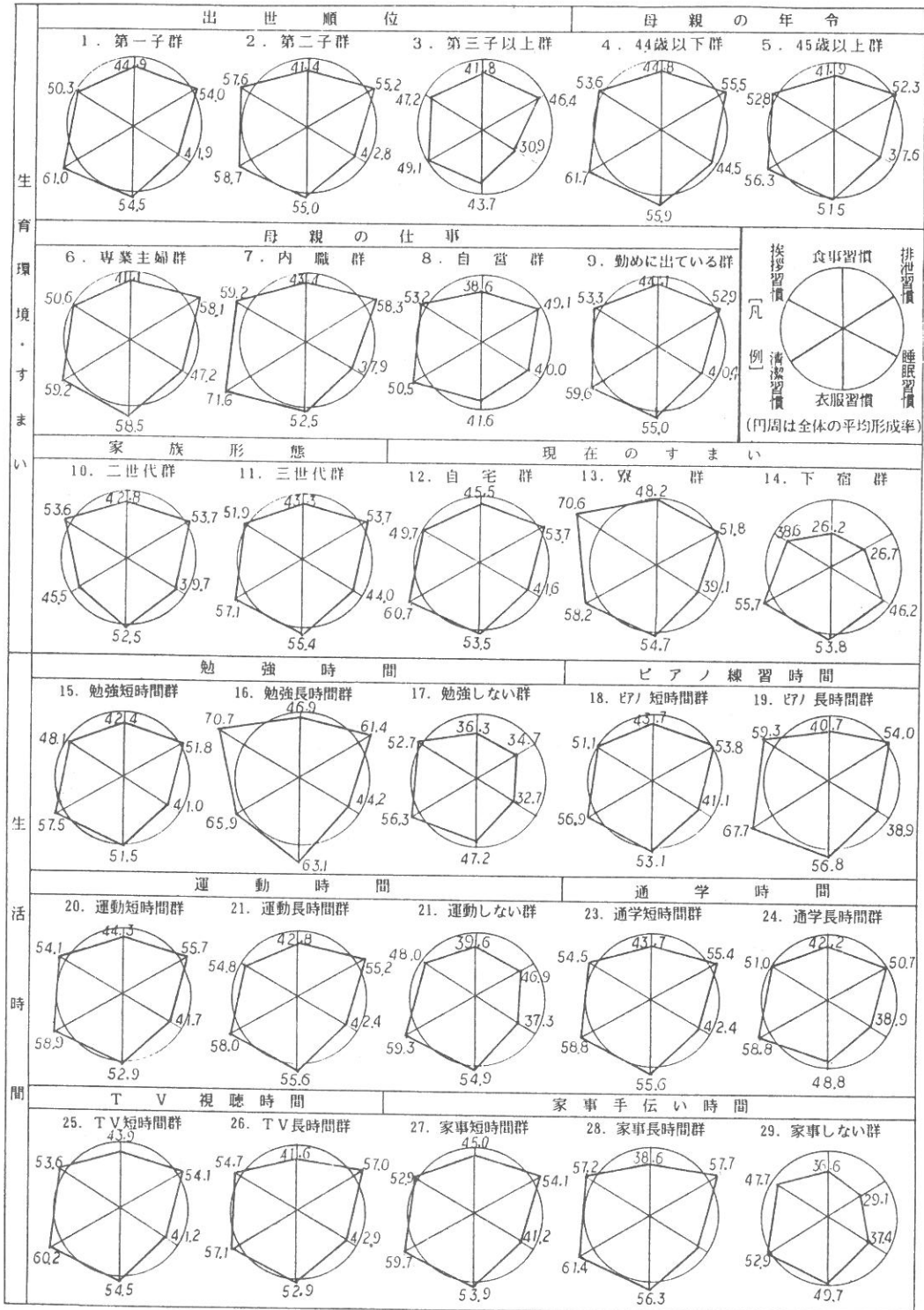


図 15. 生育環境・生活時間別生活習慣形成状況

参 考 文 献

- 1) 国民衛生の動向：昭和57年度版
- 2) 青少年白書：昭和62年度版
- 3) 文部時報：昭和59年8月号
- 4) 同 上
- 5) 朝日新聞他：昭和63年10月10日朝刊

付記 本研究論文の一部は、全国保母養成協議会第27回研究大会において口頭発表したものであり、中・四国保母養成協議会昭和63年度保母養成校教員研究助成を受けたものである。

昭和63年11月30日受付

平成元年3月16日受理