

児童の「走」に関する調査（そのⅡ）

（健康に関して）

THE RESEARCH INTO "RUNNING" of SCHOOL CHILDREN (Research of health for children)

伊藤勝三・岡田定雄・須賀義隆
中野紀明・志村邦義※

Katsumi Itoh, Sadao Okada, Yoshitaka Suga,
Noriaki Nakano, Kuniyoshi Shimura, (Kitasato Univ).

Abstract

Last time, in "The research into the running of children", we carried on the research mainly into the playing done on the way to school and after school, which we thought had a great relation to "the running" of children.

This time, we made a research into "About health" during the daily life.

We used questionnaires for the research. They were not used on children directly but on both parents and children, and it was done through the daily life of children.

The contents of this research

- (1) About the condition of health
- (2) About the history of disease
- (3) About the physical strength
- (4) About the situation in the athletic meeting last year
- (5) About the quantity of physical exercise
- (6) About the condition of diet
- (7) About the contents of meals
- (8) Whether they have an unbalanced diet or not
- (9) About character

We asked for the answer from both parents and children, and we could get the result as follows.

1. はじめに

今回は、「児童の走に関する調査」の中で児童の「走」と一番関係の深いと思われる、登校時及び下校後の、主に遊びについて調査を進めて来たが、ここではその一端である日常生活での「健康に関して」の調査をおこなった。

本調査は、アンケートによるものであるが、直接児童に対して調査したものではなく、両親と子供の両者に対し、子供の日常生活を通して行なったものである。

本調査の内容

- (1) 健康状態について
- (2) 病歴について
- (3) 体力について
- (4) 昨年度の運動会の出来について
- (5) 運動量について
- (6) 食事状況について
- (7) 食事内容について
- (8) 偏食の有無について
- (9) 性格について

等の内容で、子供と両親の共同回答を求めたものであるが、次のような結果を得たので以下報告する。

2. 研究方法および対象者

- 1) 期日 昭和57年9月～12月
- 2) 方法 アンケート方式による
- 3) 対象 小学校3年生および5年生の男女

研究方法は、アンケート方式でおこない、400通依頼のうち、322名の回答を得た。その回収率は、80.5%であった。

対象者は、3年生男子95名、女子83名、計178名、5年生男子73名、女子71名、計144名、合計322名であった。

アンケートの依頼については、多摩地区の小学校3校を選んだ。理想から云えば、小学校1～6年生の全域にわたって調査したいと考えていたが、学校等の事情で、中学年になったばかりの3年生と、高学年になったばかりの5年生の2学年を選び調査の対象とした。

この調査においては、前述のように両親と子供

の両者共同作業で解答を求めたが、質問の内容についても、むずかしいと思われる言葉や字句は全てはぶき、その上でアンケートの依頼をした。

3. 結果および考察

1) お子さんの「健康状態」について

子供の健康状態を親の目から観察した場合、3年生は「健康な方だと思う」と答えた者が、男子の34.7%に対し、女子は49.4%と男子の方が、低い値を示している。「普通だと思う」は男子32.6%に対し、女子では41.0%と、これも男子の方が低い値を示した。「わからない」が男子31.6%で、女子が8.4%となっていた。

5年生をみると、「健康な方だと思う」が、男子57.5%で女子が56.6%とほぼ同等の値を示し、3年生と比較すると、高い率を示していた。「普通だと思う」が、男子38.4%で女子が41.0%と、これもほぼ同様の値を示していたが、3年生と5年生を全体的にみると、3年生の親は、「わからない」の件数が多く、子供の健康度を十分に把握することができず、子供の健康状態を、やや不安な目でみていることが伺われる。それに対して5年生の親になると、健康と不健康の差が比較的に、はっきりと認識されているように思われる。(図1参照)

2) お子さんの病歴について

病歴については、3年生では、生後「入院・自宅療養をしたことがある」が男子17.9%で、女子では、20.5%とやや多くなっている。5年生においては、男子が9.6%で、女子が10.5%となっており、思ったより高い値は示していなかった。(図2参照)

3) お子さんの体力について

体力については、具体的に数字等を示して質問した訳ではなく、親から子供を主観的にみた場合で、返答のむずかしいところであるが、3・5年生男女共に「弱い方だと思う」・「大へん弱い」の件数も低く、大半が普通以上の体力があると思っている。(図3参照)

4) 昨年度の運動会で、お子さんはどうでしたか？

昨年の運動会での、親からみた子供の評価を質問したものであるが、具体的に速さの基準を示し

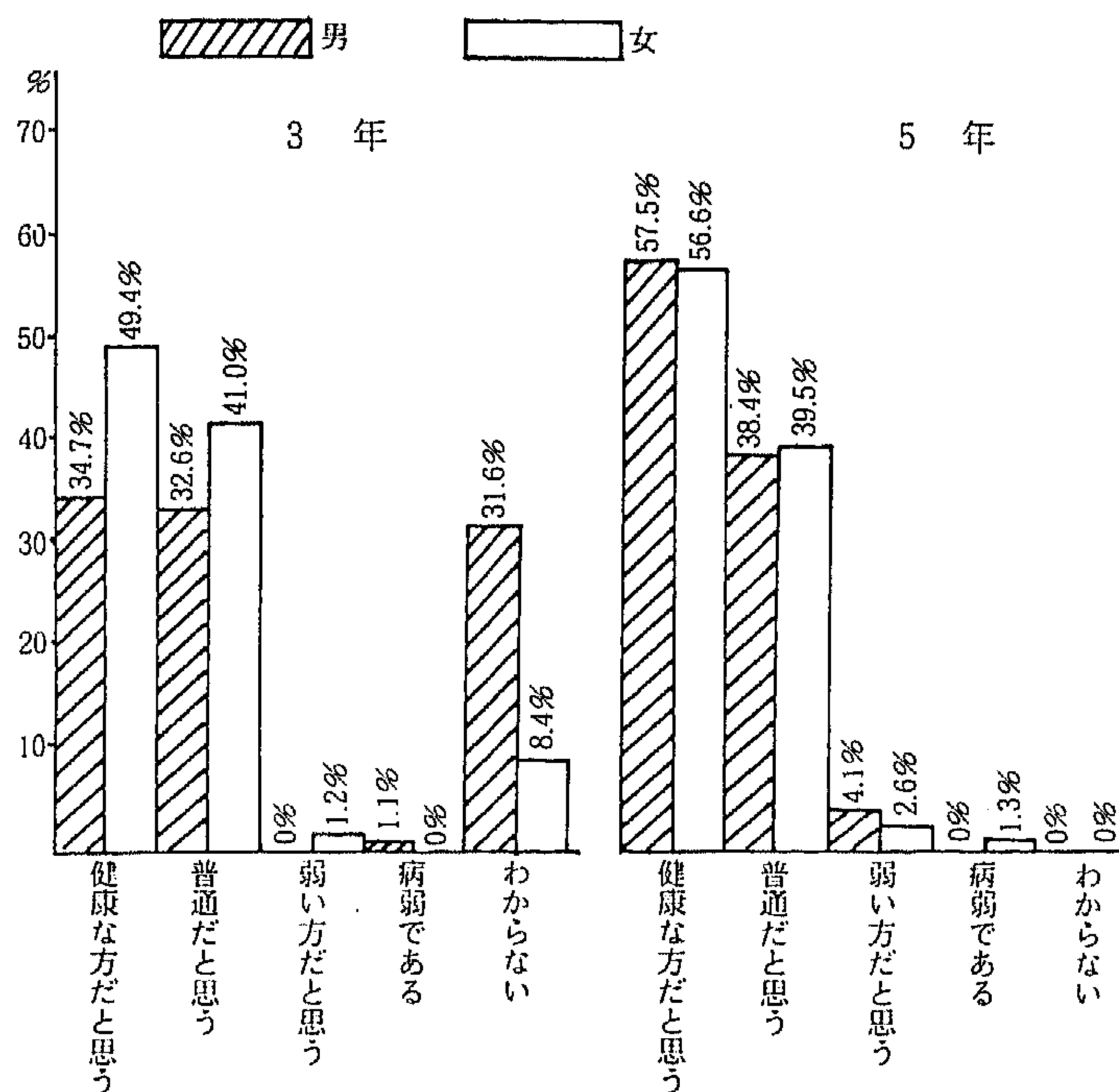


図1 健康状態について

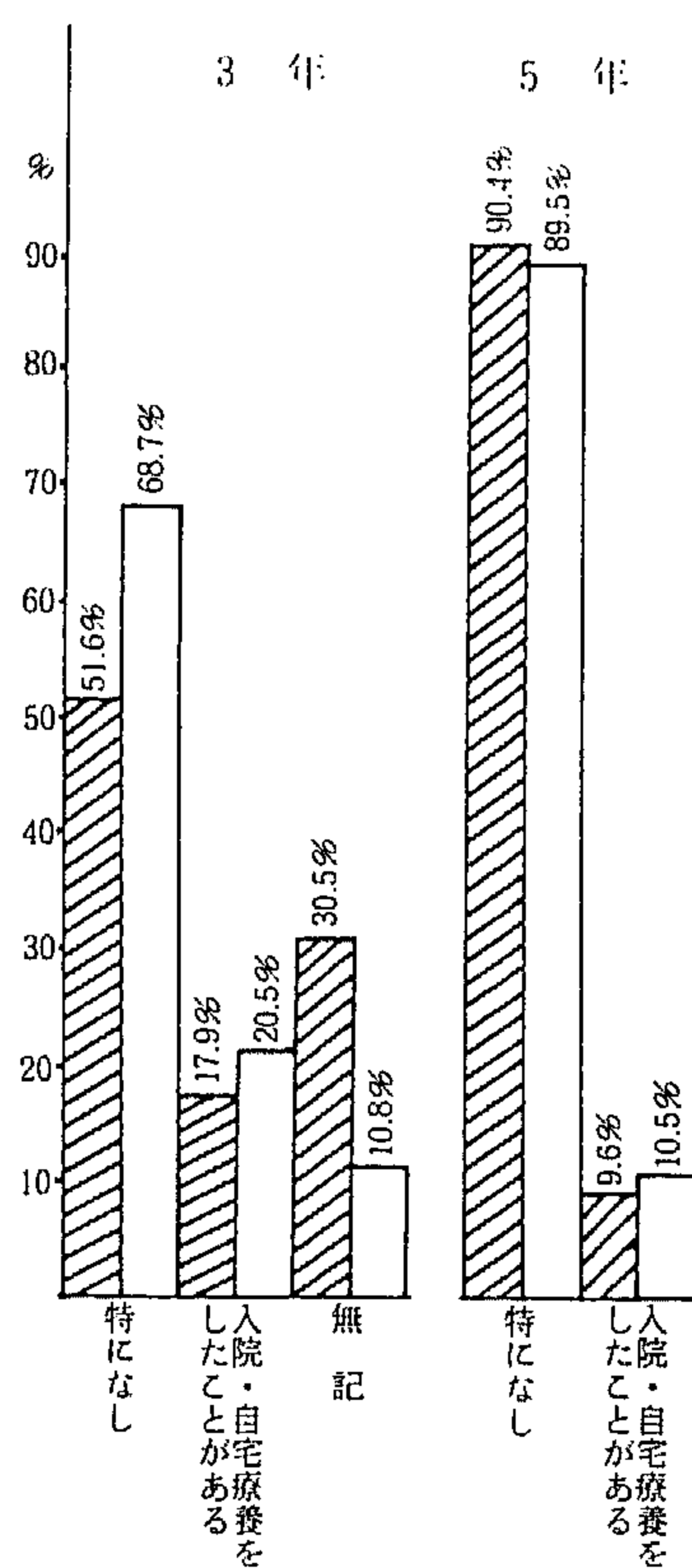


図2 病歴について

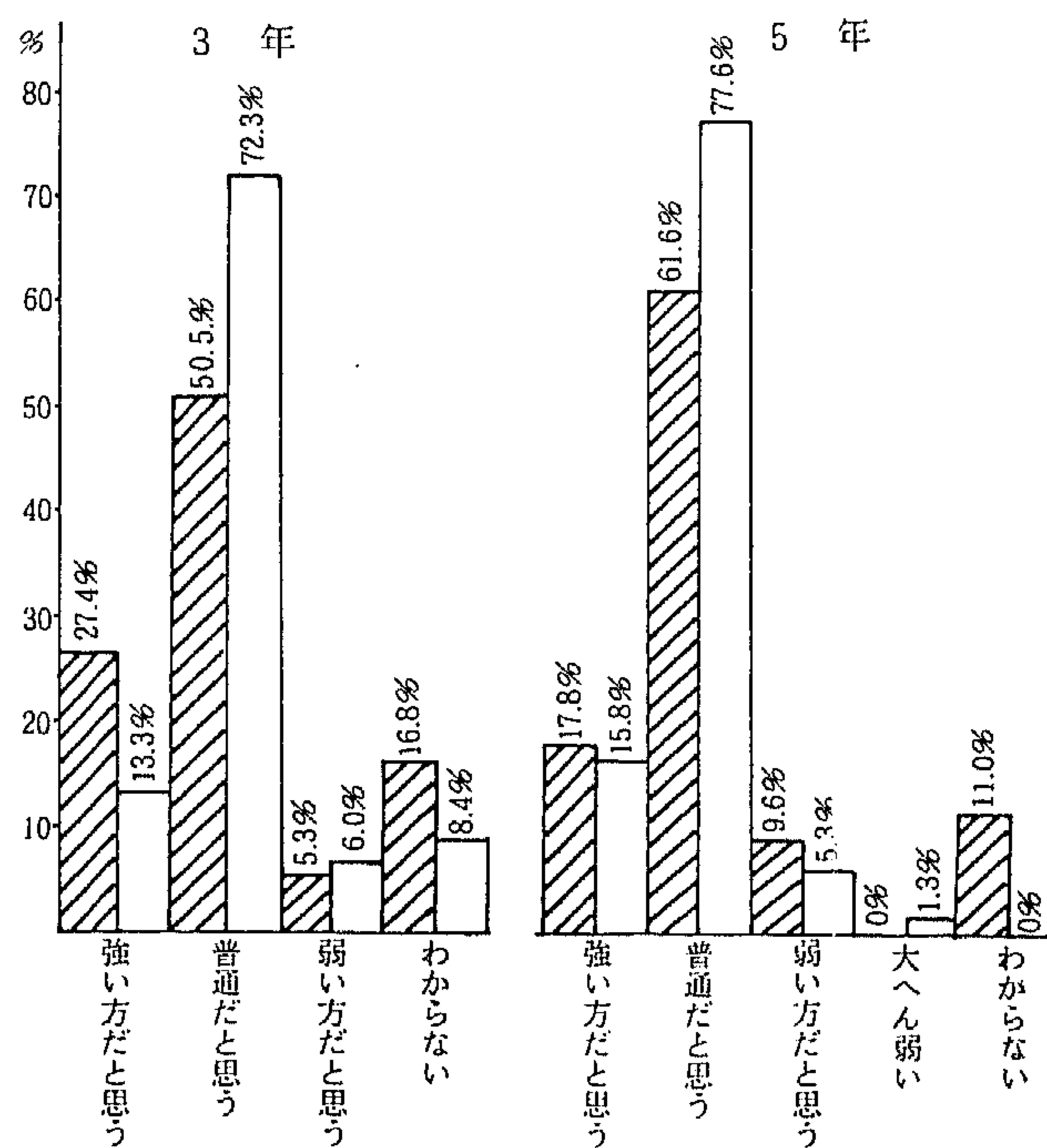
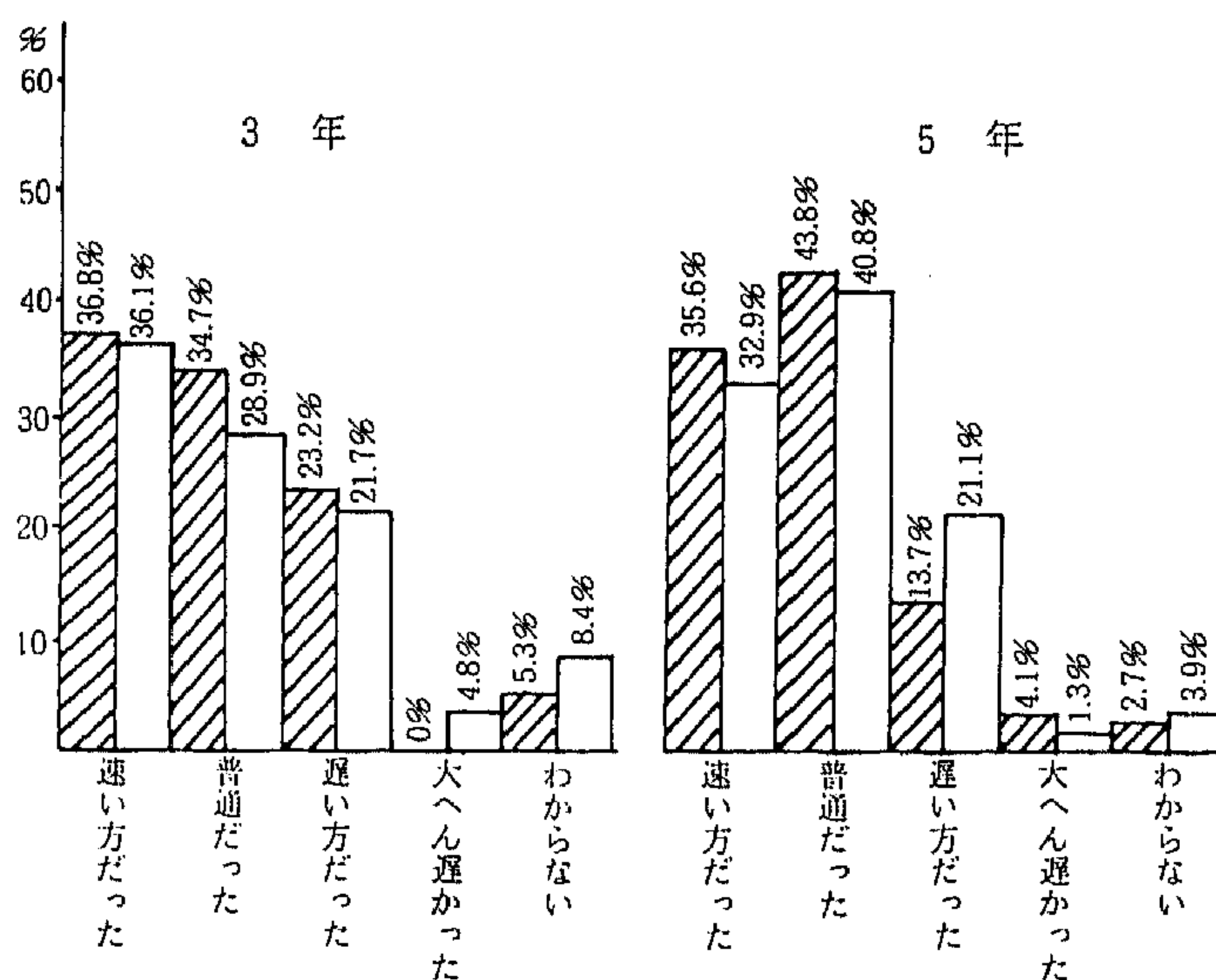
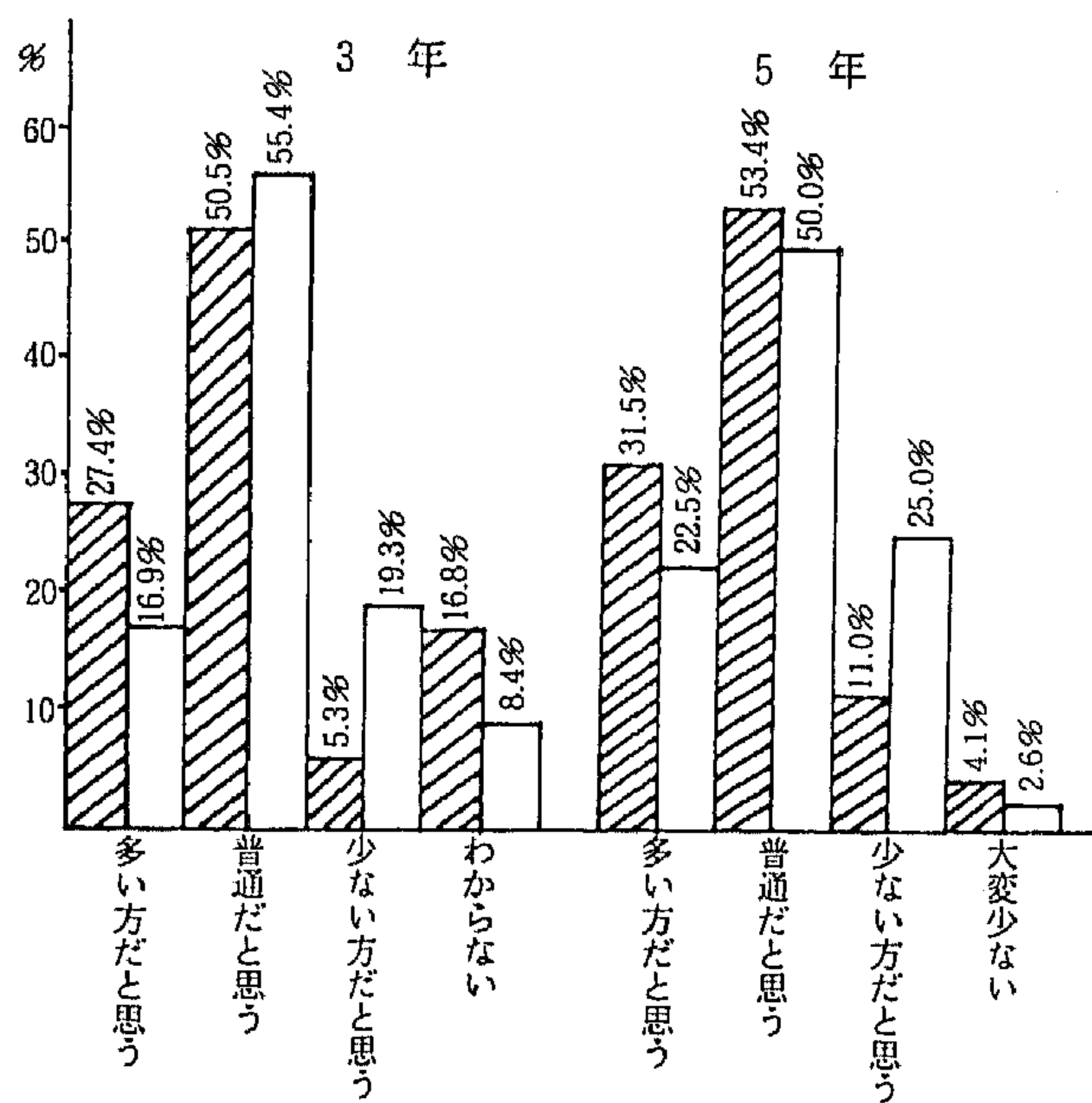


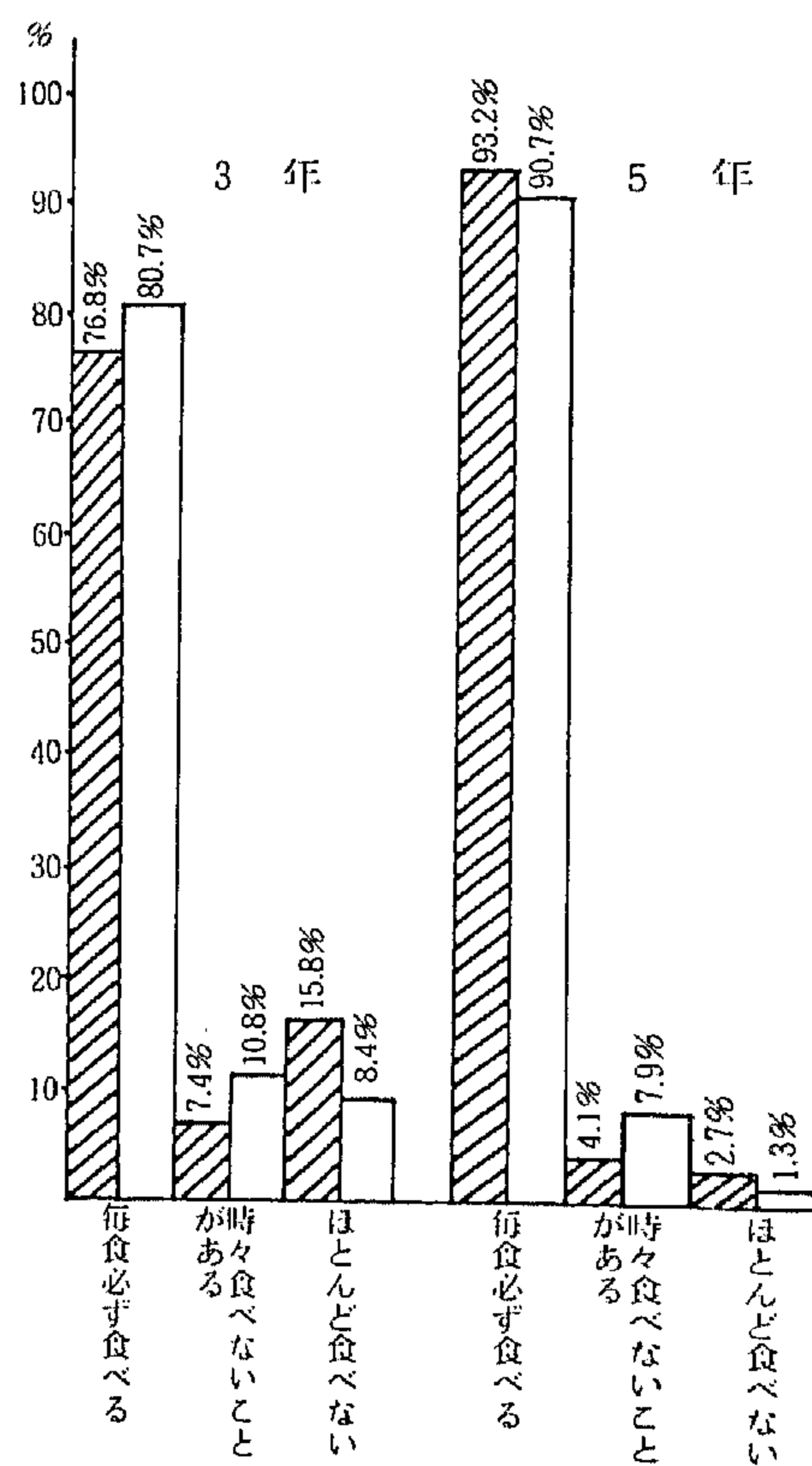
図-3 体力について



図— 4 昨年度の運動会の評価



図— 5 運動量について



図— 6 食事状況について

たものではないため、学校内全体または、クラス内の平均的な速さや、順位が基準になっていると思われる。3・5年生男女共に、ほぼ同様の傾向を示し、普通以上であるとみている者が、各々70.0%を越えていた。(図4参照)

5) お子さんの「運動量」について(図5参照)

運動量については、「多い方だと思う」と「普通だと思う」の件数では、大きな変化はみられなかったが、「少ない方だと思う」が3年生では、男子5.3%に対して、女子は19.3%と差が大きく、5年生では、男子11.0%に対し、女子は25.0%となり、さらに「大変少ない」は、3年生では、男女共に1名もいなかったものが、5年生では、少数とはいえ男子4.1%と女子は2.6%と変化がでて来ている、中学への入学準備とも考えられる。

6) お子さんの「食事状況」について(図7参照)

食事の状況については、3・5年生男女共に「毎食必ず食べる」に高い率を示しているのは当然と云えるが、「時々食べないことがある」と「全

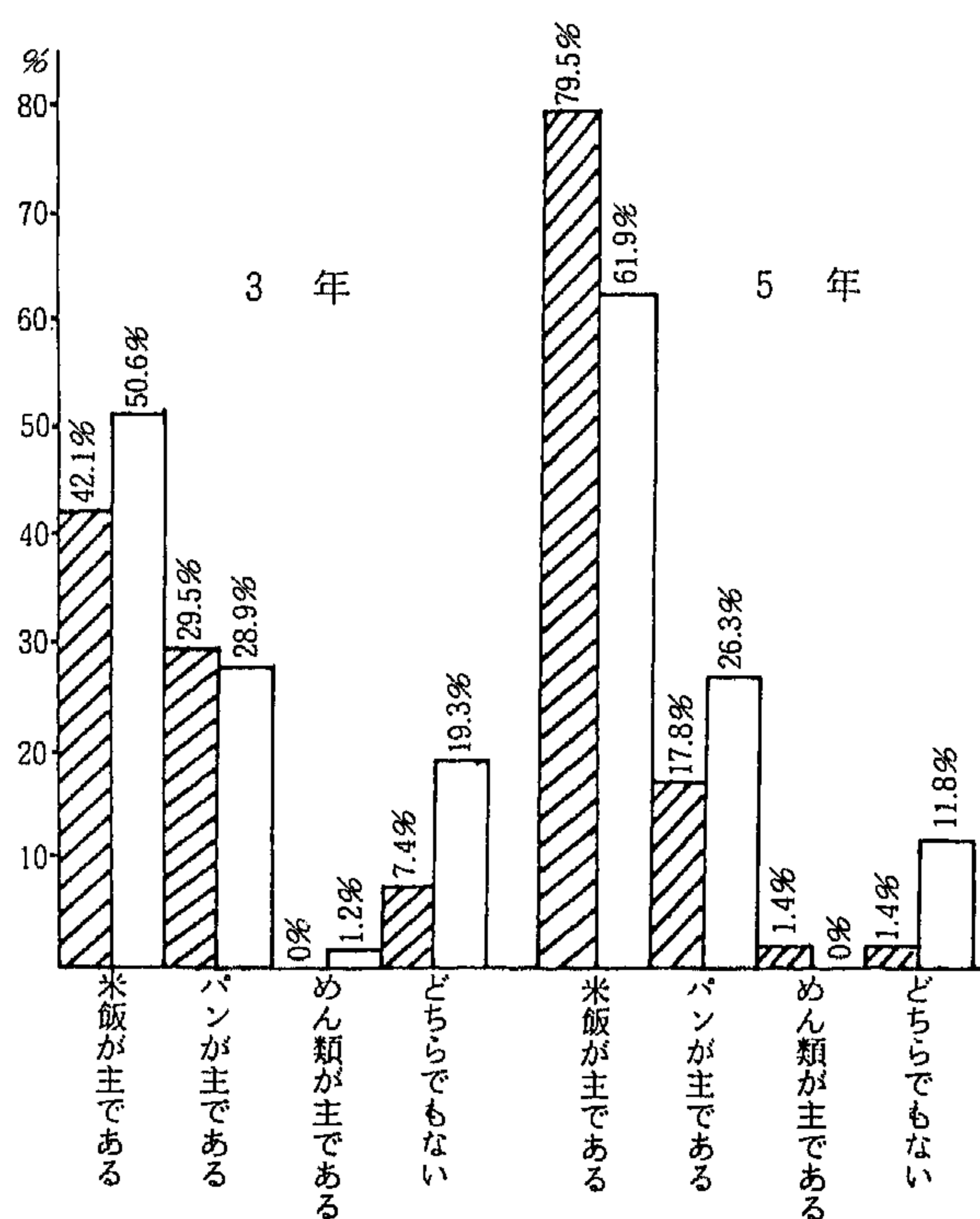
んど食べない」が少数とはいえ、件数にあらわれていること、しかも一番活動期にある3年生に、その数が多いことは、気になるところである。

7) お子さんの「主食の内容」について(図7参照)

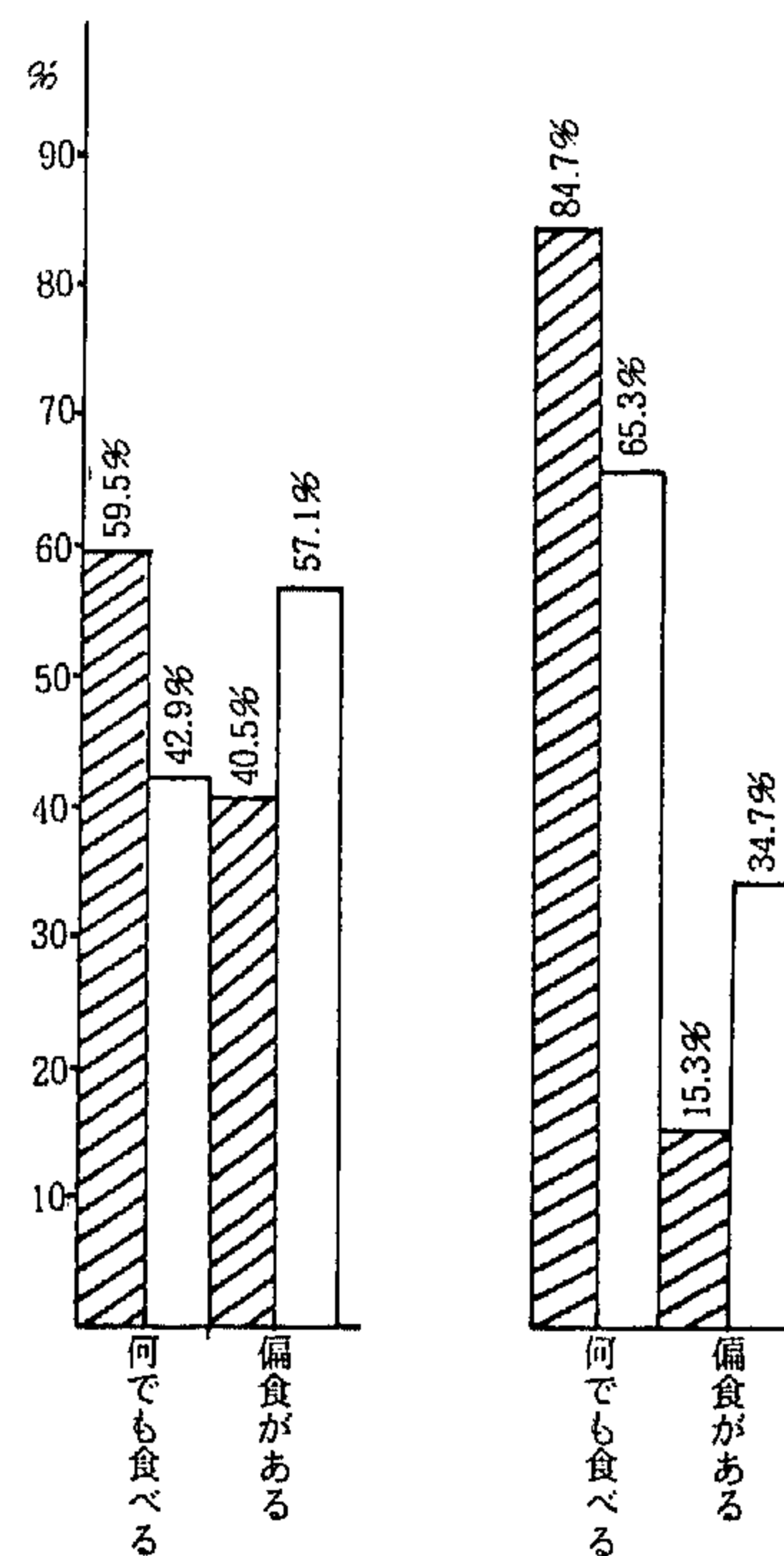
主食の内容については、当初現代っ子の特徴である、米食よりパン食の件数が優位であると考えていたが、3年生では、米食が男子42.1%に対し女子は50.6%となり、パン食は男子29.5%で女子は28.9%となっていた。5年生をみると、米食が男子79.5%で、女子が61.9%と、パン食が男子17.8%で女子が26.3%となり、3年生と比較した場合、米食がさらに優位となっていた。

8) お子さんの「偏食」の有無について(図8参照)

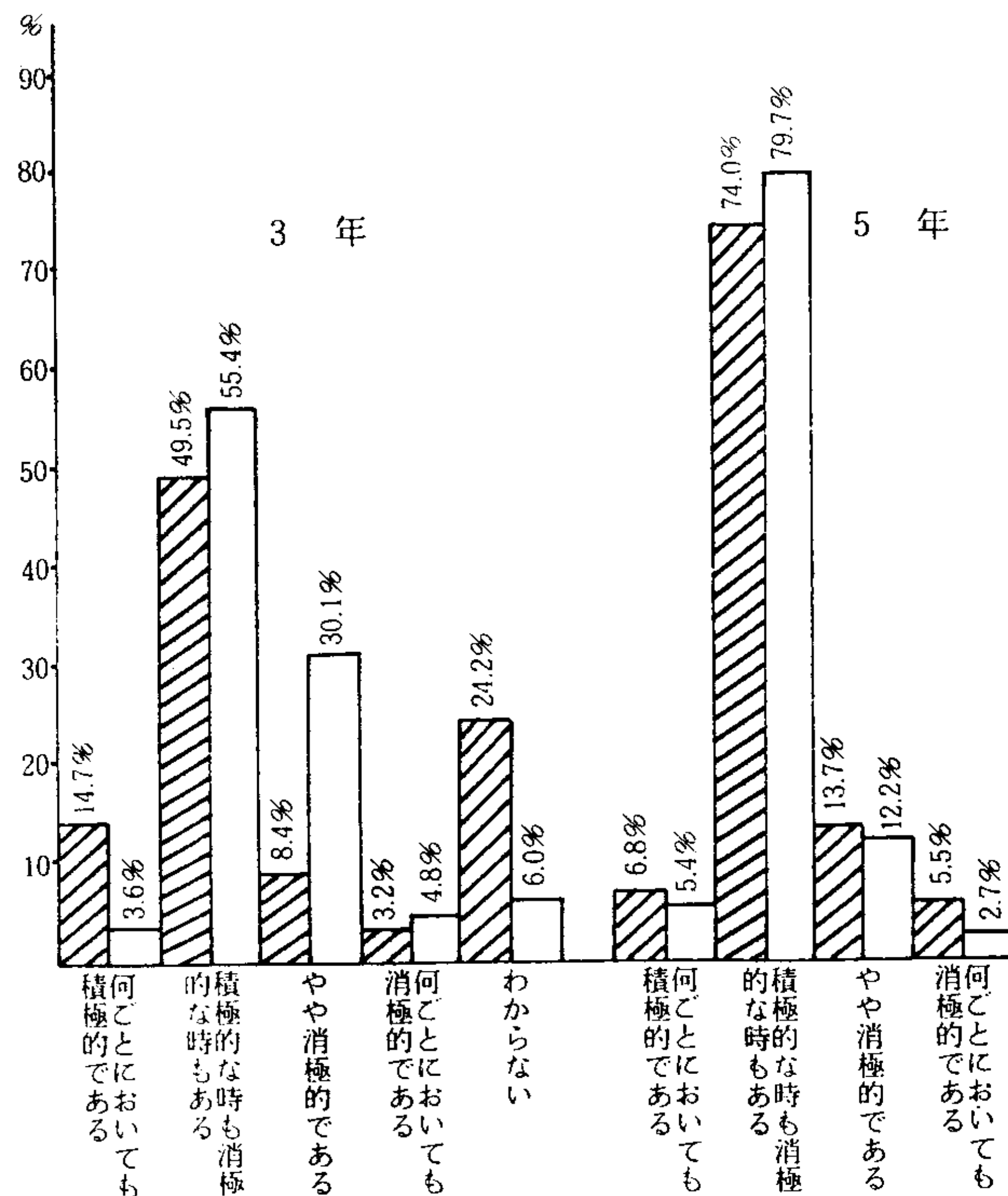
偏食の有無については、3年生男子では、「偏食がある」と答えた者が40.5%で、女子は37.1%となり、5年生では、男子15.3%と女子では34.7%とかなり高い率であることがわかった。一番大



図一7 主食の内容について



図一8 偏食の有無について



図—9 性格について

切な成長期に、このような高い率で偏食があることは、考えさせられる一面でもある。

9) お子さんの性格について (図9 参照)

性格については、「何ごとにおいても積極的である」の件数が、3・5年生男女共に、活動力の一番旺盛な時期にしては、以外に低い率を示し、「積極的な時も消極的な時もある」が3・5年生男女共に高い率を示していたが、親として子供が積極的だと、自信を持っていい切れない面をのぞかせていた。「やや消極的である」と「何ごとにおいても消極的である」が低い率を示してはいるが、この時期の子供だと考えれば、決して安心できない一面であった。

ま と め

本研究は、継続研究の一端である「走」の中の「健康に関して」の調査研究であり、下記の様な結果を得たので以下報告する。

- 1) 健康状態に関しては、「健康な方だと思う」が3年女子が約半数に対して、5年生男女共に半数強を示していたが、3年生男子は34.7%と

低い値を示していた。

- 2) 病歴については、「生後入院・自宅療養をしたことがある」が、5年生では男女共約10%前後に対し、3年生男子は17.9%で、女子が20.5%とやや多くなっていた。
- 3) 体力については、3・5年生男女共に、「弱い方だと思う」・「大へん弱い」の件数が低く、大半は普通以上の体力があるとみてよい。
- 4) 昨年の運動会での親からみた評価は、3・5年生男女共に、ほぼ同様な傾向を示し、「普通以上である」とみているものが、各々70%を越えていた。
- 5) 運動量については、「少ない方だと思う」が3年生男子5.3%、女子19.3%で、5年生男子11.0%、女子25.0%となっていた。「大変少ない」は3年生男女共に1名もいなかったが、5年生になると、男子4.1%、女子2.6%と変化がでていた。
- 6) 食事状況については、「毎食必ず食べる」が全体的に高い率を示していた。「時々食べないことがある」と「全んど食べない」が少数とは

いえ件数にあらわれていた。

- 7) 主食の内容については、「米食」が3年生男子42.1%で、女子は50.6%であった。5年生は、男子79.5%で、女子61.9%とさらに優位となっていた。
- 8) 偏食については、「ある」が3年生男子では40.5%で、女子は37.1%となり、5年生男子では、15.3%で、女子は34.7%とかなり高い率を示していた。
- 9) 性格については、「何ごとにおいても積極的である」の件数が全体的には、以外に低い率を示し、「やや消極的である」と「何ごとにおいても消極的である」が低い率とはいえ気になるところである。

本調査にあたり、多大な御協力をいただいた御父兄の皆様に、謹んで感謝の意を表します。

参 考 文 献

- 1) 松井秀治；ランニング健康法，講談社．
- 2) 阿久津邦男；歩行の科学，不昧堂．
- 3) 石河利寛；走る本，徳間書店．
- 4) 伊藤勝三，中原凱文；現代健康の科学，文化書房博文社．
- 5) 伊藤勝三；国士舘大学体育学部紀要，第7巻 P.11～P.18，1982．
- 6) 伊藤勝三，服部利夫；国士舘大学体育研究所報，第2巻 P.7～P.21，1982．
- 7) 望月健一；国士舘大学体育研究所報，第2巻，P.1～P.6，1982．
- 8) 伊藤勝三他；国士舘大学体育研究所報，第3巻，P.1～P.12，1983．