

<子どもの生活アンケート結果から> (1)
鳥取医療生協キッズベアプロジェクトのご紹介

せいきょう子どもクリニック 森田元章

鳥取医療生協には2004年、子どもの問題、子育て支援の活動に取り組むため、キッズベアプロジェクトという名称のチームが作られました。チームでは、その活動を開始するに当たって、鳥取の子どもたちの生活の実態、保護者の意識を把握するために、2004年9月から11月にかけてアンケート調査を行いました。

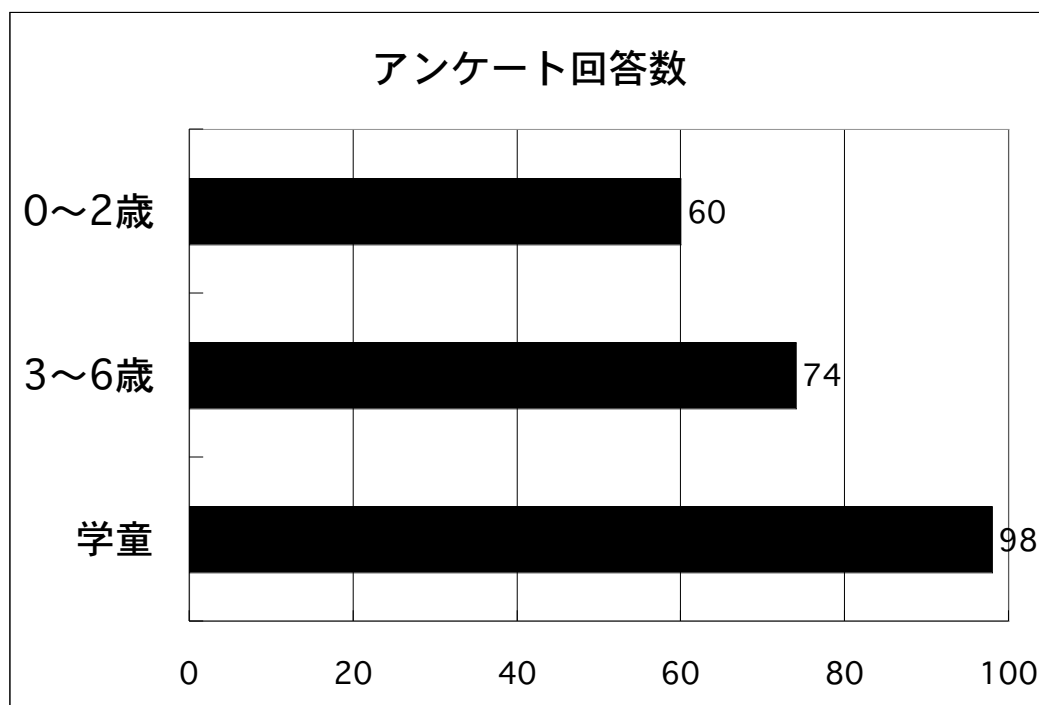
チームを代表して小児科医である私が、そのアンケートの結果の一部を紙面をお借りして皆様にご報告させていただくことになりました。何回かの連載になりますが、どうぞよろしくお願い申し上げます。

子どもを育てる環境はこの数十年本当に大きく変わりました。地域や親戚同士の繋がりが薄れ、子育ての助け合いができにくくなってきました。このような問題は子どもが病気になって、いざ入院といったときに顕著に現れます。子どもたちは群れて遊ぶ中で人間関係を学習していくものですが、そのような機会はどんどん奪われています。ゲームに熱中し、外で遊ばない子供も増えています。子どもをねらった犯罪が多くなり、安心して子どもを外で遊ばせることもできなくなってきました。

今、我が国では新しい子育てシステムを作っていくことが大きな課題となっています。医療生協は助け合いの組織です。私たちの周りの子どもの問題を明らかにし、子どもたちが心身ともに元気に育っていくことができるよう、生協の大切な課題の一つとして、活動していきたいと思えます。

アンケートは、せいきょう子どもクリニック、せいきょう歯科クリニックを受診された患者さん、あるサークルの会員の皆さん、民間の3つの保育所の園児の保護者の皆さんにご協力をいただきました。回答総数は232でした。ご協力本当にありがとうございました。

アンケート結果について、私が気づいたいくつかの課題について、順次述べさせていただきます。今回は、「子どもの睡眠時間について」です。



<子どもの生活アンケート結果から> (2)

子どもの睡眠時間について

せいきょう子どもクリニック 森田元章

私たちキッズプロジェクトは子どもたちの就寝時刻と起床時刻について調べました。全年令について調べた中で、3歳から就学前の子どもたちの調査結果をグラフでお示します。

起床時刻は、保育園や幼稚園があるので、ほとんどの子が6時台か7時台に起きています。しかし、就寝時刻は、9時台がいちばん多いものの、10時以後に寝る子はかなりあります。アンケート結果では3-5歳の32.9%、小学生の35.9%が夜10時以後に就寝していました。

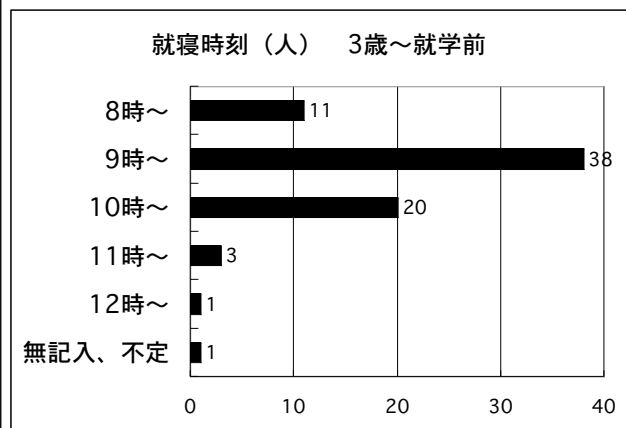
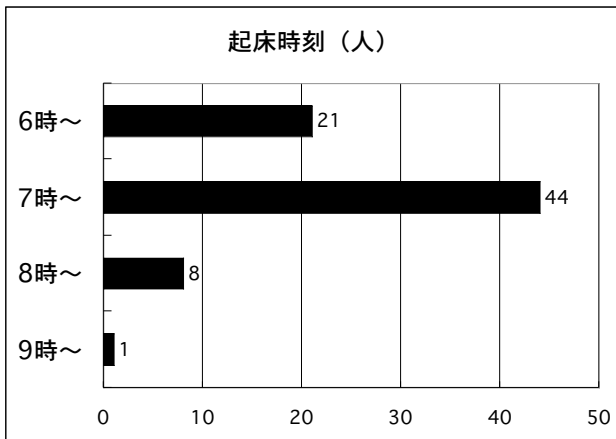
2005年11月6日付の日本海新聞にベネッセ教育研究所が首都圏の保護者を対象にしたアンケートの結果が載っていました。それによると「平日午後10時以降に寝る幼児は、1995年32%から2000年39%に増加したが、2005年には29%に減少。平日午前7時前に起きる子どもは増え続けた」そうです。この原因について、同紙は「子どもの夜型化が報道され、親の意識も変わったのだろう。」という専門家のコメントも載せていました。

鳥取の子どもたちは、首都圏の子どもたちより遅くまで起きている子が多いことになります。

そもそも睡眠時間というのは個人差が大きいものですが、米国の睡眠研究学会の雑誌には、3-5歳児は11-13時間、小学生では10-11時間眠るのがよいと載っています。東京医科歯科大学の神山潤先生の調べでは、日本の子どもの睡眠時間は成人と同様年々短くなっており、問題だと指摘されています。

寝不足のままだと、翌日、やる気や集中力がでてきません。

子どもたちには十分な睡眠をとらせてやりたいものです。学校から帰ってからの宿題や習い事のことなどを考えれば大変かもしれませんが、各ご家庭でよく話し合ってみてください。



<子どもの生活アンケート結果から> (3)
子どもの水分補給について

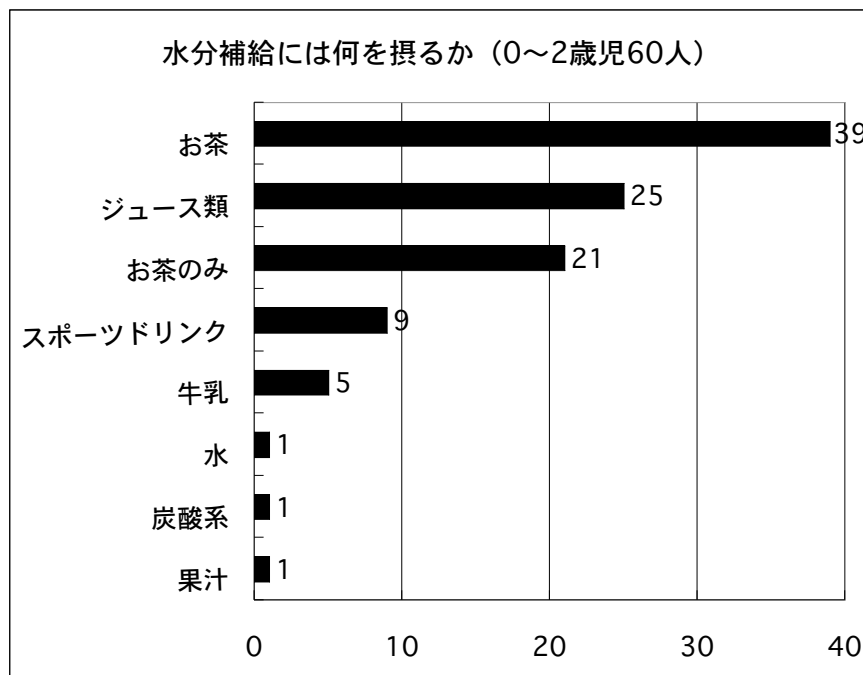
せいきょう子どもクリニック 森田元章

キッズプロジェクトが行ったアンケート調査より、子どもの水分補給の現状をお示しします。グラフは0～2歳児のものです。水分補給はお茶か水で行っている人が多い一方、ジュースやスポーツドリンクを与えている人がたいへん多いのが気になります。

スポーツドリンクは健康食品、という誤解があるのでしょうか。スポーツドリンクは激しい運動をするときなど、特殊な状況でのみ必要なものです。普段から糖分の多いこれらの食品を与え続けていると、虫歯の原因となるだけでなく、甘いものしか水分として摂らない人に育ってしまいます。これは、糖尿病などの成人病に結びついていくこととなります。

また、最近では、赤ちゃんが上手に離乳食を食べてくれないからと、イオン飲料を与え続け、脚気などの栄養失調になったという症例報告も見られます。

日本小児科学会雑誌（2004年）に掲載された、小児科と小児歯科の保健検討委員会の提言でも、のどが渴いたときは水を飲むのがよいと注意を喚起しています。



<子どもの生活アンケート結果から> (4)
テレビの視聴時間

せいきょう子どもクリニック 森田元章

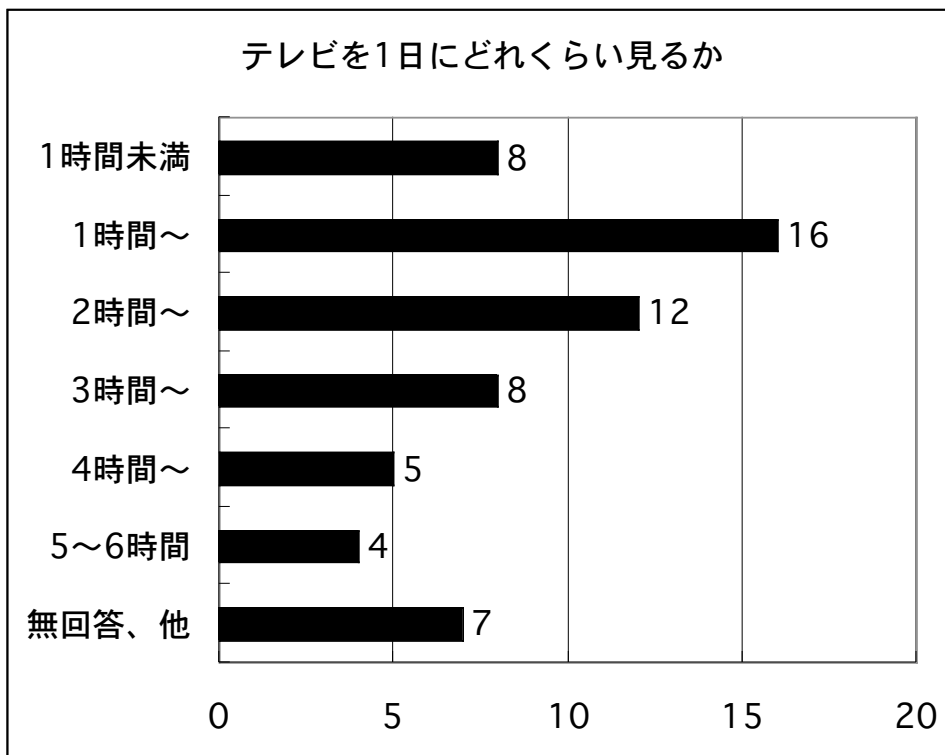
キッズプロジェクトが行ったアンケート結果から、0～2歳児の53人中54.7%の子が2時間以上テレビを見ていることが分かりました（グラフ）。

長時間のテレビ視聴は子どもの発達上問題があるとして、日本小児科学会、日本小児科医会が警告を発しています。小さいときのテレビ視聴がどの程度の問題を起こすのかについては、まだ十分な研究が進んでいなくて、専門家の間でも意見が分かれています。コミュニケーションがとれなかったり、切れやすい子になったりするのではないかという説もあります。普通の子どもにとっては何でもなくとも、もともと何らかの素因のある子どもにとっては、テレビ視聴の害が大きくでてしまうのではないかと、とも考えられています。いずれにしても、ほとんどの小児科医が、長時間のテレビ視聴は子どもの発達にとって問題があると考えています。

赤ちゃんのことは、周りにいる大人や子どもとのコミュニケーションの中で発達してくるものです。テレビは一方的に言葉を発する機械であり、ことばの発達を促すものではありません。仮に子どもがテレビコマーシャルの言葉を発したとしても、それは言葉としての意味を持たないものです。

子育てではできるだけテレビのない環境でいたいものだと思います。

また、登校する前にテレビを見てくる子どもは学校の勉強に集中できないことが多い、との教師からの指摘もありました。大人も含めて、メディアとの上手なつきあい方を考えていきたいものです。



<子どもの生活アンケート結果から> (5)

お父さんの家事参画

せいきょう子どもクリニック 森田元章

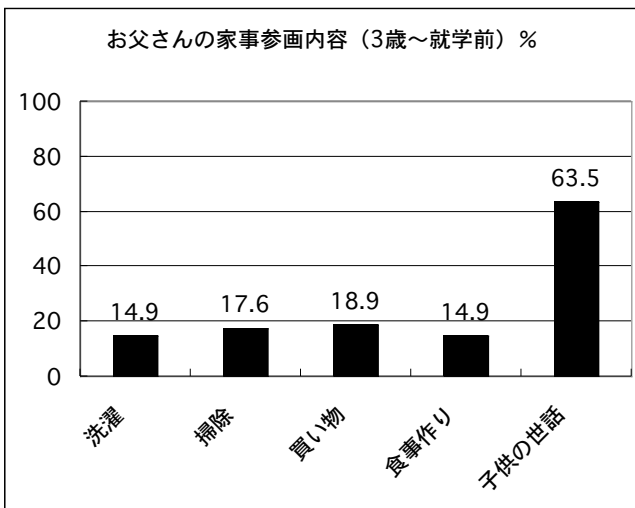
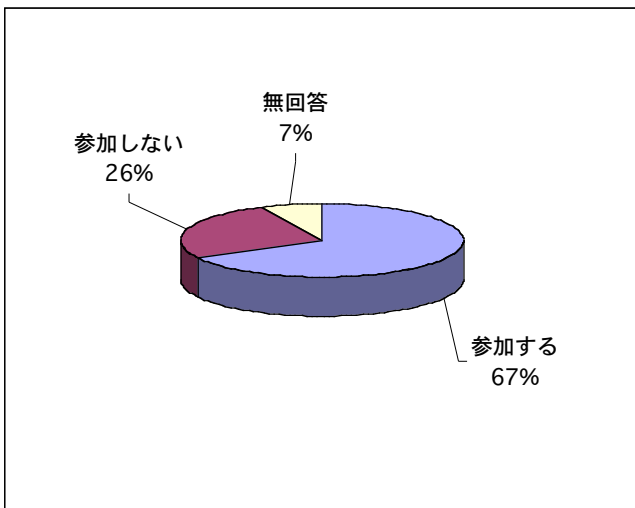
グラフはキッズプロジェクトが行ったアンケートに基づく、父親の家事参画の様子を内容別に調べたものです。家族の中の誰にアンケートに答えていただいたかが不明のため、細かい分析はできませんが、回答をそのままグラフにしました。3歳～就学前のものだけ載せてみました。

私どもが小児科医の立場でみていますと、子どもを病院に連れて来たり、入院に付き添ったりと、お父さんもよく家事参画しているな、と思っていたのですが、結果は意外なものでした。

子供の世話をするお父さんは、3歳～就学前の子どもの場合、63.5%ありました（ちなみに0～2歳児では70%）。しかし、洗濯、掃除、買い物、食事作りとなるとぐっと低く、14～19%しかありませんでした。これは他の先進諸国の同様の数値と比べると大変低いものです。

男女共同参画社会を実現するには男性の家事参加が欠かせない、ということは日本政府も言っています。日本人男性は意識が低いのでしょうか？

しかし、私も男性のはしくれとして言わせていただくなら、次回に述べる日本人の労働時間、お父さんの帰宅時間の調べをご覧いただいてから論議しましょうと言いたと思います。



<子どもの生活アンケート結果から> (6)

お父さんの帰宅時刻

せいきょう子どもクリニック 森田元章

グラフはキッズプロジェクトが行ったアンケート結果に基づくお父さん、お母さんの帰宅時間のうち3歳～就学前のものを示したものです。アンケートの回答の中で、無回答やその他が目立つのは自営業の方や不規則勤務の方にとって、答えの仕方がなかったものと考えられ、アンケート方法に不備があったといわざるを得ません。

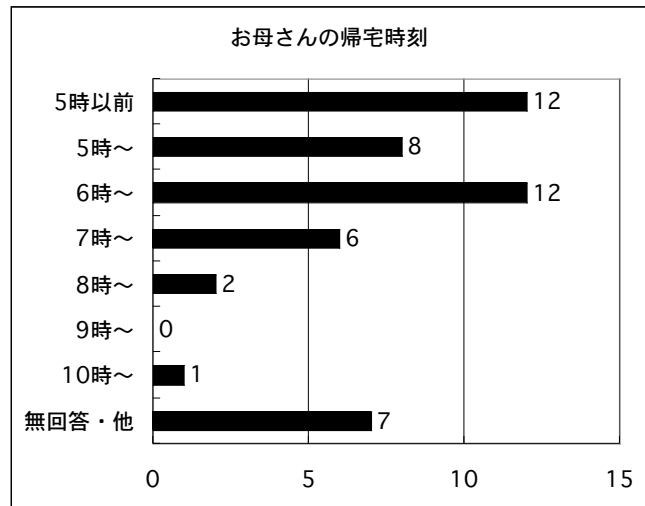
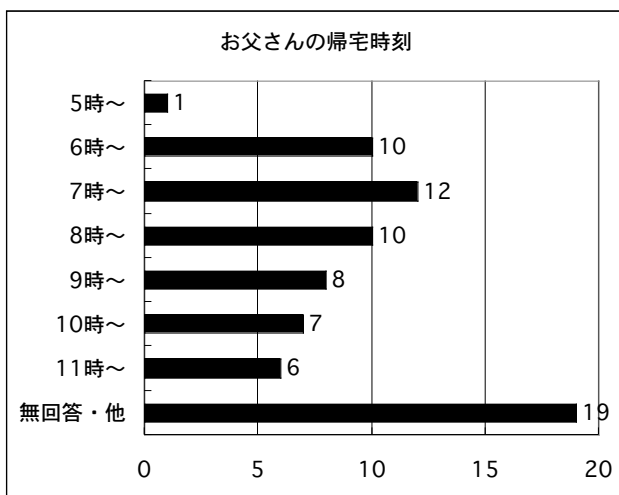
それにしても、回答してくれたお父さんの84.3%が7時以後に帰宅していることとなります。中には9時～11時台にならないとお帰りになれない方もあります。今回の調査では小学生の89.2%が6時台か7時台に夕食を摂っていましたから、お父さんの多くが子供と一緒に夕食をとれていないこととなります。

これに比べ、お母さんのなかで帰りが7時を過ぎる方は22%でした。家族のために早く帰れるよう、パートや非常勤で働いていらっしゃる方が多いものと考えられます。今回の調査の中で、働いているお母さんは61%あり、そのうち、フルタイムで働いている方は51%でした。

つまり、父親は遅くまでめいっぱい働き、母親が子育てに手をかけられる範囲で働きながら、家庭を支えるという構図が目に見えます。核家族での子育ては特に父親の家事参画が必要ですが、それを阻む現状があるのは事実です。

この背景には弱肉強食、格差社会、長時間労働、不安定雇用という日本の実態があります。これらを解決していかないと、国が男女共同参画社会をいくら叫んでも現実はよくなりません。

お父さんも5時に退社できるような社会でないと本当に豊かとはいえないのではないのでしょうか。



<子どもの生活アンケート結果から> (7)
子どもの遊び

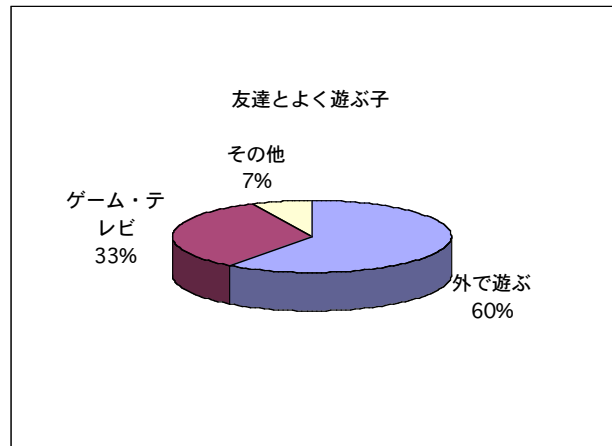
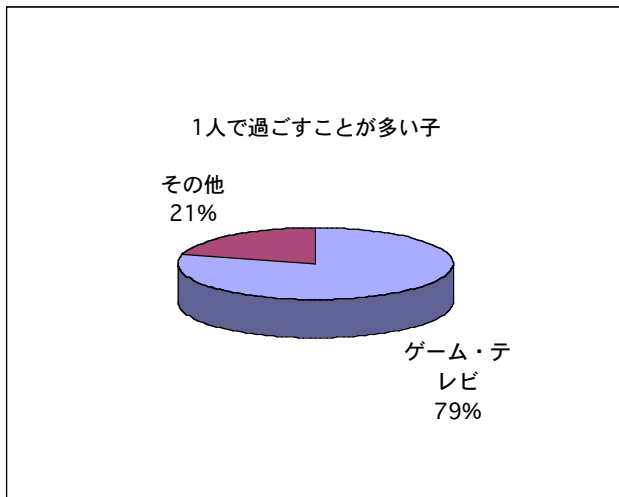
せいきょう子どもクリニック 森田元章

子どもに遊びは欠かせません。遊ばなければ成長しません。キッズプロジェクトでは小学生が家でどのように過ごしているかを調べました。友達と遊ぶ子は76%、一人で遊ぶことが多いと答えた子は24%でした。一人で遊ぶことが必ずしも悪いことではありませんが、一人で遊ぶ子の79%がゲームをして過ごしていることが分かりました。また、友達と遊ぶ子どもの中でも、外遊びをする子は60%ありましたが、ゲームをして過ごしている子も33%ありました。外遊びをする子どもは多くないというのが現状です。

ゲーム中心に過ごす子は体を動かすことは少なく、視力の低下、他者とのコミュニケーションの力が育たないなど、成長期であるだけにさまざまな影響が懸念されます。

子どもたちには自由に元気よく戸外で遊んでほしいと思いますが、最近では子どもをねらった犯罪が多く、安全な遊び場確保など、解決しなければならない課題が山積しています。

医療生協としての課題の一つもこのあたりにありそうです。



<子どもの生活アンケート結果から> (8)
子育てのイライラ

せいきょう子どもクリニック 森田元章

子育ては人間であれ動物であれ、長い歴史の中でくりかえされてきたものです。しかし、子育てする一人一人にとってはすべて初めての経験であり、不安を感じて当然といえます。ましてや、現代のように急速に地域社会の繋がりが薄れ、核家族化が進んだ時代では、親の経験を受け継ぐことさえ困難になってきました。

親の「子育てが辛い」とか「イライラすることが多い」といった感覚は子どもの虐待に繋がっていく場合もあるため、重要視されています。

キッズプロジェクトではアンケートの中で「子育てを楽しめますか」「子育てをしながらイライラすることがありますか」という質問をしました。小学生の保護者から得た回答をグラフにしてみました。

子育ては時々楽しくないことはあるものの、楽しくないと答えた人はなく、安心しました。しかし、いつもイライラする、時々イライラするという答が多いのは、どのような理由からなのでしょう。また、グラフには示しませんでした。子育てが楽しいと答える人は子どもの年齢が大きくなるにつれて減少し、イライラすると答える人は増加していました。これはなぜでしょうか。

子どもが大きくなるにつれて対応が複雑になり、大変になるのではないかと想像されますが、どのようなことでイライラを感じるのかを分析していくことが大切です。医療生協の助け合い活動の一つとして、できることはないでしょうか。

