

# 保育者が子どもに触れることの意味 —午睡場面のかかわりに関する保育所保育指針の整理から—

Meaning behind nursery school teachers touching children

—From the arrangement of nursery care national guidelines regarding involvement in nap settings—

三好伸子 (人間科学部こども学科教授)

Nobuko MIYOSHI (Faculty of Human Sciences, Department of Child Study, Professor)

荒木実代 (神戸医療未来大学人間社会学部教授)

Miyo ARAKI (Kobe University of Future Health Sciences, Faculty of Human Sociology, Professor)

## 〈要旨〉

本研究は、『保育所保育指針』の変遷から午睡場面における保育者と子どものかかわりについての整理と考察である。

『保育所保育指針』の記載の整理から、かかわりの意味は3期に分けられた。第1期のかかわりの意味は「重要性」、第2期は「多様性」、第3期は「緊張感」である。1990年の『保育所保育指針』(通知)の記述が、保育者の午睡軽視の意識や考え方を「重要性」から「多様性」へ変換させたと考える。次に、危機管理を強調する2008年以降の『指針』(告知)の変遷が、午睡場面の保育者と子どもの中に緊張感をもたらせていると考える。実際の午睡場面の観察調査及び保育者への聴きとり調査を今後の課題とする。

## 〈キーワード〉

触れること 『保育所保育指針』 午睡 保育者の意識

## はじめに

本研究の動機は、ある社会的養護関連施設で聞いた指導内容にある。その内容は「子どもには、“人と人との距離”を学習させる必要があるので、互いに腕一本分離れて近づきすぎないように指導している」、「担当保育者しか抱っこしない。(子どもが「抱っこして」と要求していいのは、自分の担当保育者だけとルールを決めている)」という内容だった。人の成長過程を支える援助実践現場における「触れること」の質や量が人を育み、安心感や安全をもたらすと考えている筆者らは強く驚いた。このような指導がなされる背景にはどのような保育者と子どもの関係性があるのか、社会的養護関連施設だけの現象ではなく、社会全体において「触れること」が軽視されているのではないかと問題意識を持ち共同研究を始めた。

本研究の「触れること」は、現時点で「身体接触」の意味で用いる言葉として、まず保育者と子どもの「触れること」の現状を調査する必要があると考えた。そこで保育現場の午睡場面に焦点を当てることとした。午睡とは、漢字の意味通り「午」の「睡」<sup>(1)</sup>、すなわち昼寝である。昼寝は、

「児童福祉施設最低基準(1948)」の「保育の内容」に「健康状態の観察、服装等の異常の有無についての検査、自由遊び及び昼寝のほか…(中略)…健康診断を含む」<sup>(2)</sup>とあり、保育の内容である。

まず筆者らは、「触れること」が多く観察できるであろうと考えて保育所等の午睡場面に着目した。保護者と離れて過ごす保育所等の午睡場面においては、「触れる保育者」から「触れられる子ども」へのかかわりが一日の中で最も多くなると予測した。「触れる保育者」は、入眠前後の子ども集団の安心感や安全を保障する。つまり、覚醒状態から入眠するまでの個別の本能的な欲求があらわになる子どもの身体に「触れること」により、子どもは、体温の上昇やリラックスを得て、身体が柔らかくなるなどの心身の変化をもたらすと考えている。同時に保育者自身にも同様の変化が生まれ、相互関係的な心身が落ち着く行為が「触れること」であると考えている。

本研究の最終目的は「触れること」の重要性を明らかにすることであるが、本論においては、保育者の意識に影響を与えている『保育所保育指針』の午睡場面に焦点をあて

て保育者のかかわりについての記述の変遷と先行研究の整理を目的とした。

## 1 研究の目的

本研究目的は、『保育所保育指針』（以下『指針』と記す）の変遷から午睡場面における保育者と子どものかかわりについて整理して考察することである。

## 2 研究の方法

研究の方法は、先行研究及びその時代の社会背景と『指針』の変遷を照らし合わせることである。まず、午睡に関する先行研究動向を明らかにするためにCiNiiとGoogle Scholarをデータベースに、「午睡」をキーワードに検索を行った。そのうち文学作品などを省き、論文や雑誌記事を年代別、学会分野別にラベル付けをして内容を整理した。先行研究の時代の社会状況については、厚生労働白書<sup>(3)</sup>などを活用して調べて突き合わせた。

『指針』の変遷は、以下の7冊の『指針』などにおける午睡に関する保育者の子どもへのかかわりの記載を抜きだした。【『保育要領—幼児教育の手引き』1948年、『保育指針』1952年、以下1965年、1990年、1999年、2008年、2017年の『指針』】それらについて共同研究者間で話し合い考察した。

## 3 結果と考察

### (1) 先行研究と社会的背景から見る午睡の変化

午睡に関する先行研究を検索して年代ごとに分類して整理した。午睡に関する先行研究の最も古い検索結果は、『婦人と子ども』<sup>(4)</sup>の午睡時間に関する助言である。1920年代には午睡研究は瞥見されず、1930年～1960年代には、学童の睡眠調査<sup>(5)</sup>、しつけの問題<sup>(6)</sup>、発育との関係調査<sup>(7)</sup>、園児の睡眠に関する研究<sup>(8)</sup>、遺尿症<sup>(9)</sup>などが見られる。

1970年代は経済の高度成長、都市化、核家族化が進み、1947年に第1次、1971年に第2次ベビーブームが起こった。保育所等の環境に関する建築学会の先行研究<sup>(10)(11)</sup>が目立つ。子どもの睡眠に関する研究は見られないが、後にこの時代の家庭におけるおとなの意識は、「寝る子は育つ」の格言通り、子どもは「20時には寝るのが常識」<sup>(12)</sup>、「1979年には約4割の小学4年生が午後8時台に寝ていた」<sup>(13)</sup>と述べられている。

女性の生き方が「働き続ける」と「主婦化」<sup>(14)</sup>に2極化し、都市部では保育所不足による待機児童問題が深刻化する。1970年代半ばには「高校進学率が97%」となり、「子どもに過剰な愛情と熱い視線」<sup>(15)</sup>が注がれる。「受験戦争」に代表される「子どもの成長発達へのゆがみ」<sup>(16)</sup>が見え始めた。

1980年代の保育学に関する午睡研究は、保育所5歳児の

午睡の有無の調査<sup>(17)</sup>など数件のみである。社会の労働状況は第1次産業が衰退して共働き家庭が増加した。都市部で急増したベビーホテルでの死亡事故が、「テレビ報道」により「一般の人にまで周知」<sup>(18)</sup>された。1988年には、「24時間タカエマスカ」という言葉が流行した。政府は1989年に週休二日制を導入したが、「乳児にまで夜更かし生活」<sup>(19)</sup>が広がった。社会全体に子どもへの養護的な視線より、競争社会を生き抜くための教育的視線が広がった。「葬式ごっこ」<sup>(20)</sup>と呼ばれるいじめ問題が大きな社会問題となり、子どもが生きづらい社会が表面化した。1989年には、1.57ショックと呼ばれる合計特殊出生率が示され、子育てへの希望が薄まる社会と変化していったと考える。

「24時間社会」<sup>(21)</sup>が広がった1990年代の午睡研究は、障害児への着目<sup>(22)</sup>、脳科学関連の「短い午睡」<sup>(23)</sup>や「仕事の能率」<sup>(24)</sup>などおとな中心の効率性の研究がある一方で、寝ない子どもの援助に関する実践研究<sup>(25)</sup>、実習生の午睡の援助への視点<sup>(26)</sup>などが見られる。医療が進み、「周産期死亡、乳児死亡」<sup>(27)</sup>が減少したが、おとなの睡眠障害、子どもへの虐待件数は増加した。そのような社会状況の中、1997年に保育所保育は措置から契約へと変化して、1999年の児童福祉法の改正により「保母」から「保育士」（国家資格）となり重責が課せられた。『児童虐待の防止等に関する法律』（2000）が制定されたが、虐待問題及び保育の質の向上の課題並びに保育者不足は現在まで続く問題となっている。

2000年代の午睡研究は、高齢者<sup>(28)</sup>や出産後の女性<sup>(29)</sup>の午睡、睡眠導入<sup>(30)</sup>などの医療研究、子どもの運動遊び<sup>(31)</sup>、音楽の研究<sup>(32)</sup>など学術分野が広がる。NHKテレビ放送「子どもの睡眠が危ない」<sup>(33)</sup>では睡眠の現状と子どもの成長発達の関係に警鐘が鳴らされている。

2010年代の午睡研究は学術分野の種別がますます広がる。建築学、睡眠医療学、生体医工学、看護学、障害児学、小児循環器学、小児保健学、小児看護学、医学、理学療法、音楽などである。保育学研究は、午睡環境<sup>(34)(35)</sup>、睡眠時間の調査<sup>(36)</sup>、衣服の着脱との関連<sup>(37)</sup>、タッチング研究<sup>(38)</sup>、午睡時間を利用した実習生の指導<sup>(39)</sup>に関する研究などが見られる。特徴として、保育者が目にする保健的教育雑誌に乳幼児突然死症候群、嘔吐などの事故に関する報告研究<sup>(40)(41)(42)(43)</sup>が目立つことと、事故対応のロボットの導入研究<sup>(44)</sup>が始まっていることがある。これらは、保育者に危機管理の意識を強めたと推測する。

2020年代の先行研究として、保育者の安全管理の視点<sup>(45)</sup>や研究<sup>(46)</sup>が見られる。加えて、午睡時の対応などのキャリア形成調査<sup>(47)</sup>、午睡時間を活用したカンファレンスの研究<sup>(48)</sup>、実習生への指導研究<sup>(49)</sup>、保育者の勤務問題に関する研究<sup>(50)</sup>も検索結果に挙がる。また事実の検証が必要ではあるが、「保育者が子どものおでこに消しゴムを置いて動け

ないようにする」などの午睡場面での不適切な行為が報道<sup>61</sup>された。その保育者は直接手で触れずに、なぜモノを使って子どもを「動けないように」したかったのか、しなければならぬ事情があったのか、子どもと保育者の関係性はどうだったのか、周囲に他者がいなかったのかなど様々な疑問点が沸き起こる。

以上の変化をまとめると家庭内で生活リズムを整えていた午睡から、子どもへのかかわりが困難に感じられる午睡となり、保育者の緊張感が強まる午睡への変化が見えてくる。子どもの命を守る危機管理以外にも保育者の過重業務が覗え、保育者の心が休まらない多忙感の強い午睡時間であると考えられる。

(2) 『保育所保育指針』の午睡の記述の意味分類

7冊の『指針』などの午睡に関する保育者のかかわりの記述を、筆者らは意味別に以下の3つに分類した(表1)。第1期は、1948年の『保育要領—幼児教育の手引き』と、1952年と1965年の『指針』の記述である。共通して午睡が子どもの成長にとって重要であり、嫌がる子どもがいても、保育者の個別的なかわりにより寝かせることなどが詳細に書かれていた。この期間の意味を第1期【かかわりの重要性】と名付ける。

次に1990年と1999年の『指針』は、共通して「保育の内容」に個々の生活のリズムの尊重が記される。急激な社会状況の変化により、人々の生活リズムが多様化し、子どもへの個別対応が求められた。厚生労働省通達であった『指針』は、1990年版から告示となり法的拘束力をもったため保育者に大きな影響を与えた。この期間を第2期【かかわりの多様性】と名付ける。

最後に2008年と2017年の『指針』である。子ども主体が

(表1) 午睡場面の保育者のかかわりの意味でわけた保育所保育指針の変遷

分類	年代	かかわりの意味	対応する『保育所保育指針』など
1期	1950 (昭和25)年～ 1979 (昭和54)年	かかわりの重要性	1948(昭和23)年『保育要領—幼児教育の手引き』 1952(昭和27)年 1965(昭和40)年
2期	1980 (昭和55)年～ 1999 (平成11)年	かかわりの多様性	1990(平成2)年 1999(平成11)年
3期	2000 (平成12)年～ 2020 (令和2)年	かかわりの緊張感	2008(平成20)年 2017(平成29)年

強調され、午睡の文言が減った。保育者は子どもを監視する危機管理の意識を強め、子どもと保育者との間に緊張感が生まれた。第3期【かかわりの緊張感】と名付ける。

(3) 第1期【かかわりの重要性】に述べられる午睡の意味

『保育要領—幼児教育の手引き』<sup>62</sup>は、戦後の1948年に文部省により保育基準として示された。午睡場面に関する記述は、幼稚園、保育所、家庭ごとに詳細な時間や、環境設定などが記載されている。例えば、「保育所日課の一例」は、具体的に「昼寝—昼食後約一時間三十分」とある。以下に主な記載をまとめる(表2)。

(表2) 1948(昭和23)年『保育要領—幼児教育の手引き』

記載箇所	保育者のかかわりに関する記載内容
六 保育内容 —楽しい幼児の経験— 3 休息	子供たちにとっては、その生活はすべて遊びであり、逆に遊びはすべて働きであるといえる。この特徴から、子供の生活における休息の意義は時に見失われやすい。また子供は自分では疲労を意識しないために、休息を自らしようとはしないのが普通である。しかし、成長の途上にある幼児にとって休息は身体的にも精神的にもまことに重要である。ことに集団生活においては、個人々々の特質を無視し、過重なしげきや運動を与えやすいから注意を要する。
六 保育内容 —楽しい幼児の経験— 3 休息 (二)休息のとり方	睡眠時間は家庭における睡眠を妨げない程度とする(一時間ないし一時間半)。昼寝をさせる時には、その準備や片づけをなるべく自分でするようにする(就寝前後の用便、衣類の脱ぎ着、寝具の始末、髪とかしなど)。そして眠りを誘うふんい気を作り(暗くし、静かにさせることなど)、添い寝や子守歌などを歌って寝かしつけることは <u>さけた方がよい</u> 。時間が来たらレコードなどをかけて静かに起すようにする。睡眠状態については特に注意し、睡眠時の姿勢や眠り方、寝汗・おもらしの有無等をしらべ、健康状態を観察して異常があればすみやかに適宜の処置をとるようにする。
五 幼児の一日の生活 1 幼稚園の一日 休息と昼寝	窓には、暗幕があれば暗幕を、なければカーテンだけでもひいて暗くし、雑音を防ぎ、よく眠れるようにする。目をさまさせる時刻には、明朗な曲のレコードをかけるか、軽く背中をさすって起こす。
五 幼児の一日の生活 2 保育所の一日 休息と昼寝	ふとんを敷き、まくらを出し、上着を脱ぐ等のことも、ほとんど先生がしてやるような場合でも、幼児に自分でやっているという気持をいだかせるような手伝い方をする。寝かせる時は、エプロン、上着類を脱がせ、胸のボタンをはずし、ゆるくして寝かせ、ふとんを掛ける。

日本の保育は、1947年の学校教育法と同年の児童福祉法が制定されてから管轄を異にする二元体制で実施されてきた。しかし、1965年の『指針』で「養護と教育の一体性」が述べられてから現在まで同様に重視されている。

午睡に関しては子どもの発達に合わせた保育者のかかわりと子どもの様子が記載されている。重要な養護内容であり、同時に保育者が午睡の重要性を、子どもたちに言い聞かせ、保育者がかかわりながら習慣づけていく教育内容とされている。保育者が子どもの発達に関与して見守る姿勢が見られる(表3)。

(表3) 昭和40年(1965) 保育所保育指針

記載箇所	保育者のかかわりに関する記載内容
第1章 総則	保育所においては、乳幼児が昼間の大半をここで生活し、個々の子どもの欲求を満たしながら集団の生活を経験する。このため、保育は、常に乳幼児が安定感をもってじゅうぶん活動できるようにし、その心身の諸能力を健全で調和のとれた姿に育成するように努めなければならない。したがって、 <u>養護と教育とが一体となって、豊かな人間性をもった子どもを育成する</u> ところに、保育所における保育の基本的性格がある。
第1章総則 3指導の基本方針 <生活の流れ>	(3)年齢の低い子どもに関しては、 <u>保母との個人的なふれあいをできるだけ多くする。</u> <長時間保育>(7)特に暖かいふんい気の中で気楽に遊ぶことができるよう環境を整え、保母による個人的な配慮がゆきとどくようにする。
第3章 1歳 3か月未満児の保育内容	1 発達のおもな特徴 発達の要点(1)午睡、食事、排便の時間が日常の流れに合うようになる。
第4章 1歳 3か月から2歳までの幼児の保育内容	3 望ましいおもな活動 生活(8)寝巻に着替えさせてもらい床の中に入る。
第5章 2歳児の保育内容	3 望ましいおもな活動 健康(4)午睡を嫌がることもあるが、一応指示に従って行く。
第6章 3歳児の保育内容	3 望ましいおもな活動 健康(6)午睡の時なかなか寝付かないものもあるが指示に従う。
第7章 4歳児の保育内容	3 望ましいおもな活動 健康<保健>(5)嫌がる子どももあるが、静かに午睡や休息をする。
第8章 5歳児の保育内容	3 望ましいおもな活動 健康<保健>(5)運動や食事の後は静かに休む。
第9章 6歳児の保育内容	3 望ましいおもな活動 健康<保健>(4)午睡や休息するわけがわかりしかたがじょうずになる。

(4) 第2期【かかわりの多様性】に述べられる午睡の意味  
通達から告示となった1990年の『指針』の午睡に関する記述は、「昼寝」と「午睡」、「休息」と「休養」など様々な言葉が使われた。各年齢のねらいに、「個々の生活のリズムを重視(後略)」(第3章:6ヶ月未満児の保育の内容及び、第4章:6ヶ月から1歳3ヶ月未満児の保育の内容)、「個々の子どもの状態に応じて、睡眠など適切な休息(後略)」(第5章:1歳3ヶ月から2歳未満児の保育の内容)など個別対応が記載された。また、「集団生活による緊張を緩和」と目的も加えられた。(第6章:2歳児の保育の内容、以下、第7章3歳児、第8章:4歳児、第9章:5歳児、第10章:6歳児と同様)それらは、1966年までに重要視された子どもの成長発達に重要な教育内容が多様な表現によりあいまいになったと考える。

特筆すべきは、保育全般に関する第12章が加筆されたことである。「必ずしも午睡に限定することなく、心身の安静が保てるような環境の設定に配慮する」とある。これらの加筆によって保育者のかかわりが、直接的なかかわりから環境を整える役割に変わったと考える。(表4)。

(表4) 1990(平成2)年 保育所保育指針

記載箇所	保育者のかかわりに関する記載内容
第1章 総則 1保育の原理 (3)保育の環境	施設では、採光、換気、保温、生活など環境保健の向上に努め、特に危険の防止と災害時における安全の確保について十分に配慮する。また、 <u>昼寝・休息</u> が必要に応じて行えるようにする。(*1999(平成11)年『指針』は下線部が <u>午睡・休息</u> その他は同様の記載)
第3章 6か月未満児の保育の内容 2 ねらい(2)	<u>個々の子どもの生活のリズムを重視して、食事、睡眠、排泄などの生理的欲求を満たし、生命の保持と生活の安定を図る</u> とある(*1999(平成11)年『指針』は 3 ねらい(2)に同様の記載)
第6章 2歳児の保育の内容 2 ねらい(4)	<u>昼寝など適切に休息の機会をつくり、心身の疲れを癒して、集団生活による緊張を緩和する</u> (*1999(平成11)年『指針』は 下線部が <u>午睡など</u> 他は同様の記載)
第12章 健康・安全に関する留意事項 1 日常の保育における保健活動 (5)	ウ 季節や活動状況に応じて、子どもの疲労に注意して、適切な休養がとれるように配慮する。また、休養の方法は、一人一人の子どもに適したものとし、必ずしも午睡に限定することなく、心身の安静が保てるような環境の設定に配慮する。 エ <u>昼寝の時には、個々の子どもの状態に応じて、寝つきや睡眠中及び起床時の状態を、適宜観察するなどの配慮をする。</u> (*1999(平成11)年『指針』は 下線部が <u>午睡の時には一人一人の</u> 他は同様の記載)

第2期かかわりの「多様性」の時期に保育所等に通う乳児の利用率は高まり<sup>53</sup>、1999年の『指針』は、食育、アトピー性皮膚炎、虐待対応など多くの加筆がなされた。午睡に関しては、「保育士の姿勢とかかわりの視点」が加えられた。同じく第3章と、保育全般に関する章の第12章には、「乳幼児突然死症候群（SIDS）」<sup>54</sup>について書かれた。これらの加筆は、1990年に加筆された個別のリズムを重視した環境の設定から、さらに午睡場面では危機管理に集中させた監視と管理の意識を強くもたせたと考える（表5）。

（表5） 1999(平成11)年 保育所保育指針

記載箇所	おとなとかかわりに関する記載内容
第3章 6ヶ月未満児の保育の内容 2 保育士の姿勢とかかわりの視点	子どもの心身の機能の未熟性を理解し、家庭との連携を密にしながら、保健・安全に十分配慮し、個人差に応じて、欲求を満たし、次第に睡眠と覚醒のリズムを整え、健康な生活リズムを作っていく。
第3章 6か月未満児の保育の内容 5(7) 配慮事項	睡眠に当たっては、保育室から離れることなく、環境条件や衣服、寝具のかけ方などに注意するとともに、仰向けに寝かせ、呼吸や顔色、嘔吐の有無など睡眠時の状態をきめ細かに観察し、記録する。特に乳児の死亡原因として、それまで元気であった子どもが何の前ぶれもなく睡眠中に死亡する乳幼児突然死症候群があり、保育中にも気配りする。
第12章 健康・安全に関する留意事項 4 疾病以上等に関する対応 (5) 乳幼児突然死症候群(SIDS)の予防	ア 乳幼児期、特に生後6ヶ月未満の乳児の重大な死亡の原因として、それまで元気であった子どもが何の前触れもなく睡眠中に死亡する乳幼児突然死症候群があり、保育中にも十分留意する必要がある。 イ この予防には、その危険因子をできるだけ少なくすることが重要であり、特に寝返りのできない乳児を寝かせる場合には、仰向けに寝かす。(後略)

（5）第3期【かかわりの緊張感】に述べられる午睡の意味

第3期の2008年の『指針』は、記載方法が大きく変更して1999年の13章構成から、7章構成となり簡略化した。午睡に関しての記述も「第3章 保育の内容」内に2か所のみと少ない（表6）。

（表6） 2008(平成20)年 保育所保育指針

記載箇所	保育者のかかわりに関する記載内容
第3章保育の内容 1 保育のねらい及び内容 (1) 養護に関するねらい及び内容	イ ④子どもの発達過程等に応じて、適切な運動と休息を取ることができるようにする。また、食事、排泄、睡眠、衣類の着脱、身の回りを清潔にすることなどについて、子どもが意欲的に生活できるよう適切に援助する。
第3章保育の内容 2 保育の実施上の配慮事項 (3) 3歳未満児の保育に関する配慮事項	イ 食事、排泄、睡眠、衣類の着脱、身の回りを清潔にすることなど、生活に必要な基本的な習慣については、一人一人の状態に応じ、落ち着いた雰囲気の中で行うようにし、子どもが自分でしようとする気持ちを尊重すること。

2008年『指針』の第3章保育の内容にあった午睡の記載は、2017年『指針』においては、第1章総則3「保育の計画及び評価」(2)指導計画の作成 オに個別配慮の重要性が記載された。また、第3章健康及び安全(2)「事故防止及び安全対策」の中に「睡眠中の事故防止の取り組み」として記載された（表7）。第3章は、虐待防止、疾病等への対応、食育、事故防止に加えて災害への備えなどの記載が加筆されて、危機管理業務が強調された。

（表7） 2017(平成29)年 保育所保育指針

記載箇所	保育者のかかわりに関する記載内容
第1章 総則 3 保育の計画及び評価 (2) 指導計画の作成	オ 午睡は生活のリズムを構成する重要な要素であり、安心して眠ることのできる安全な睡眠環境を確保するとともに、在園期間が異なることや、睡眠時間は子どもの発達の状況や個人によって差があることから、一律とならないよう配慮すること。
第3章 健康及び安全 3 環境および衛生管理並びに安全管理 (2) 事故防止及び安全対策	イ 事故防止の取り組みを行う際には、特に、睡眠中、プール活動・水遊び中、食事中の場面では、重大事故が発生しやすいことを踏まえ、子どもの主体的な活動を大切にしつつ、施設内外の環境の配慮や指導の工夫を行うなど、必要な対策を講じること。

まとめ

筆者らは本論を「触れること」の重要性を明らかにする一段階目として位置付けている。それは、保育者の「触れること」に対する意識について探るための『指針』の記載の整理であった。社会状況の変化に対応して改編されてきた『指針』の整理から、午睡場面における保育者のかかわりの意味は3種読み取れた。第1は、かかわりの重要

性、第2は、かかわりの多様性、第3はかかわりの緊張感とまとめられた。すなわち研究当初の筆者らの午睡場面では「触れること」が行われているという予想に反して、『指針』によって午睡場面に「触れない」かかわりも認められて、「触れること」という人間的な援助よりも機械的な管理主義の援助が推奨されている可能性がみえてきた。

現在勤務する保育者らは、どの『指針』の意味を自覚してかかわっているのだろうか。一般的に保育者らは、養成校時代に発刊される前後の『指針』を学習して保育者になっていく。年代でみると、現在園長職や、主任職に就く保育者の世代は、1990年の『指針』からの第2期のかかわりの多様性の意識を持っていると考える。それより若い保育者らは、乳幼児突然死症候群や災害時の危機管理など子どもの命を守るための学習が強調されてきた世代である。そのように考えると、若い保育者らは、多様な考えの先輩たちに出会い、危機管理センターの緊張感をもった午睡を実践していると考えられる。

したがって現場には午睡に関する多様な考えが存在しているのではないかと。多様の種類は、「午睡に限らない休息」(1990)の記載から、子どもへの個別対応という名目をもって寝ることの選択を子どもにゆだねる対応と、保育者は保育室の物的環境や時間的環境を提供して直接的に触れてかかわらない対応が含まれると考える。

また、近年の『指針』(1990以降)の記載のように災害対応、危機管理が求められる午睡場面においては、一人一人の感情の要求に応えることは保育業務の負担となることが安易に予想できる。そこで安心感にとってかわる自立を育むという大義名分が多様な考え方の一つにあるのではな

いか。個人の心の安心感は、例えば、2歳だから自分で寝る、4歳だから友達を配慮して静かに過ごすなどの年齢別の発達水準を当てはめるより、個人の生活スタイルに沿った複雑性が尊重されるべきだろう。安心感を自立に置き換えるのは子どもにとっては受け入れがたいことである。

本論ではまとめられていないが、保育者らの午睡に関する意識調査が喫緊の課題であることが明らかになった。保育所等の午睡場面の保育者らの本音には、行動的で寝ない子どもや、緊張度が高く眠れない子どもなど、個人差に寄り添う保育を望む心があると考えられる。危機管理の責任感や緊張感、多忙感や疲弊感を改善して、同僚や保護者と話し合いたい、おとな中心の午睡軽視の意識を改善したいという保育者らがいると筆者らは考えている。また社会的養護関連施設の保育者にも、「他者との距離を学習するために腕一本分離れる」指導に対して、触れることで他者との関係を構築するよりも、問題を回避する事なかれ指導であると異議を唱える保育者がいると予想する。保育者らの本音を聴くインタビュー調査と現場観察調査を、研究の2段階目としている。

保育者らが「触れること」や午睡の対応について本音を語るための一方法として、社会的養護関連施設を含めた子どもに寄り添う保育者らとともに、「触れること」の体験を意図的に実践していく予定である。これらを実践して「触れること」で得られる安心感や安全を確認していきたい。

最後に他者との社会的距離を求められる現在、保育者こそが、次世代の子どもたちに「触れること」の心地よさを伝えられる重要な人たちだと筆者らは考えている。

## (註)

- (1) 白川静 (2003) 常用字解 平凡社.p.182.349.
- (2) 民秋言 (2009)『幼稚園教育要領・保育所保育指針の設立と変遷』萌文書林.p.11.
- (3) 平成15年版厚生労働白書 (2021年2月13日参照)  
[https://www.mhlw.go.jp/toukei\\_hakusho/hakusho/kousei\\_roudou/2003/dl/04.pdf](https://www.mhlw.go.jp/toukei_hakusho/hakusho/kousei_roudou/2003/dl/04.pdf)
- (4) 著者不明 (1910)『夫人と子ども』
- (5) 酒井幹夫. (1935) 學童の睡眠調査. 家事と衛生. 11(4). p.8-16.
- (6) 福島忠見. (1937)「子供の習慣 立派に躰けませう」『家事と衛生』13 (10). p.39-43.
- (7) 田坂重元. (1958)「乳幼児の睡眠状態と発育について：発育と環境に関する研究 第6報」『北星学園女子短期大学紀要』(4). p.21-32.
- (8) 中川ちえ 小松卓郎 米山やえ (1959)「児童の睡眠 (第2報) 殊に午睡についての研究」研究発表『日本保育学会第十二回大会特集号 幼児の教育』58(9). p.31.
- (9) 津島忠 広田実 (1959)「遺尿症の原因とその治療について」(社会福祉学・児童学・公衆衛生学)『京都府立大学学術報告 理学及び家政学』3(1). p.155-163.
- (10) 小川信子 石井順子 齊藤幸子 穴沢久美子 (1977) 保育施設の空間に関する研究 午睡・食事・絵画の行為について『日本建築学会学術講演梗概集計画系』52. p.945-946.
- (11) 小川信子 石井順子 斎藤幸子 (1979) 保育所における生活と保育室の使われ方 保育所の平面計画に関する研究 (2)『日本建築学会論文報告集』276. p.123-131.
- (12) 内海裕美 (2019)「保育の『なぜ?』を考える～午睡～」『保育の友』8月号. p.9.
- (13) 神山潤「子どもの睡眠について」(2008)『月間地域と保健』9. p.23.
- (14) 佐伯胖 黒崎勲 佐藤学 田中孝彦 浜田寿美緒 藤田英典「岩波講座 現代の教育 第7巻 ゆらぐ家族と地域」(1998) 岩波書店. p.133.
- (15) 同上 p.14.

- (16) 白石大介・編 (1999)『子どもの悲鳴, 大人の動揺 教育病理にえる臨床教育学』中央法規. p.63.
- (17) 鳥海順子 小林育子 木村俊子 近喰晴子 (1984) 5歳児の午睡に関する調査研究I 保育所の保育内容の再検討『日本保育学会大会研究論文集』(37). p.170-171.
- (18) 櫻井慶一『保育制度改革の諸問題—地方分権と保育園—』(2006) 新読書社. p.99.
- (19) 神山潤p.22.
- (20) 豊田充『葬式ごっこ』(1986) 朝日新聞社
- (21) 本橋豊 (2008) 「24時間社会と健康」『月間地域と保健』2008年9月号. p.8.
- (22) 宮本晶恵 伊藤孝 林北見 原美智子 福山幸夫光 (1993) 「過敏性でんかん児における血中メラトニン動態の研究 長期暗室療法中の1例における circadian rhythm の変化も含めて」『脳と発達』25 (5). p.405-411.
- (23) 高橋正也 (1996) 「短い午睡のすすめ」(特集:現代の社会生活と『すいみん』)『労働の科学』51 (12). p.772-775.
- (24) 高橋正也 有藤平八郎 (1998) 「短縮睡眠後の昼休みに取る午睡 覚醒度・パフォーマンスに与える影響」(第10回産業神経・行動学研究会)『産業衛生学雑誌』40(5). p.227.
- (25) 金澤妙子 (1997) 「保育者の枠組みに関する一考察 M子の午睡を例に」『県立新潟女子短期大学研究紀要』34. p.41-44.
- (26) 入江礼子 (1998) 「保育所の『午睡』に関する一考察 保育実習生の「素人」性の視点から」『日本保育学会大会研究論文集』51. p.508-509.
- (27) 佐伯胖 黒崎勲 佐藤学 田中孝彦 浜田寿美緒 藤田英典. p.158.
- (28) 長田泰公 (2002) 「老人の午睡(シエスタ)が睡眠, 覚醒, 作業能率, サーカディアンリズムに及ぼす影響」(海外文献紹介)『人間と生活環境』9 (2). p.94.
- (29) 永瀬つや子 村木敏明 小松美穂子 [他] 加納尚美 (2003) 「出産後の女性の日常生活身体活動量と不安・疲労に関する予備的研究」『茨木県立医療大学紀要』p.109-118.
- (30) 山岡多恵 近藤美月 (2004) 「検査当日に午睡を行う睡眠導入方法の検討『遅寝・早起き』を行う睡眠導入方法との比較」『日本看護学会論文集 小児看護』35. p.116-118.
- (31) 太田裕子 研攻一 桑秀郎 (2009) 「幼児の生活リズムに関する実証的研究I 運動遊びと睡眠の関連について」『羽陽学園短期大学紀要』8 (3). p.339-352.
- (32) 伊豆千栄美 柳昌子 (2008) 就学前教育における規律化のための音楽(第2報) 曲の種類と用い方について『九州女子短期大学紀要・人文・社会科学編』44 (3). 51-65.
- (33) 神山潤p.22.
- (34) 永島麻美 浜谷直人 (2011) 「保育所における午睡空間と午睡の快適さ」『季刊保育問題研究』250. p.120-135.
- (35) 田中哲郎 (2013) 子どもの視座に立った保育—安全・安心・望ましい保育施設—『保育科学研究』4. p.81-94.
- (36) 中永真吾 黒沢寿美 椿武 朝野幹也 (2014) 「幼児が午睡を必要とする睡眠時間」『環太平洋大学短期大学部紀要』26. p.69-74.
- (37) 高橋美登梨 川端博子 鳴海多恵子 (2015) 「集団保育における衣生活の実態—衣生活指導に対する保育者の意識と着脱の習得状況—」『日本家政学会研究発表要旨集』67. p.146.
- (38) 原田眞澄 (2017) 子どもへのタッチングに関する考察『中国学園紀要』16. p.51-57.
- (39) 利根川智子 音山若穂 織田栄子 上村裕樹 三浦主博 (2019) 「対話的アプローチによる保育実習の振り返りの授業実践とその課題」『教職研究』. p.143-162.
- (40) 梅沢秀監 (2017) 「教育の危機管理 保育園児の午睡中の死亡事故につき, 園長らの不法行為責任が認められた事例」[仙台高裁平成27. 12. 9判決]『週刊教育資料 = Educational public opinion (1438)』p.21-23.
- (41) 馬場耕一郎 (2018) 「保育施設における午睡中の安全確認について」『聖和短期大学紀要』4. p.51-53.
- (42) 関川芳孝 (2019) 「実践に活かそう! リスクマネジメント講座PART II (第9回) 事例から事故予防・防止対策を考える: 午睡時の嘔吐(おうと) (1)」『保育の友』全国社会福祉協議会67(1). p.30-32.
- (43) 和田智子 (2019) 「子どもの発達や体調を考慮した午睡とは(ゼロ・1・2歳児)」(特集保育の「なぜ?」を考える: 午睡)『保育の友』全国社会福祉協議会67 (10). p.17-19
- (44) 住本克彦 加藤由美 金山時恵 岡京子 (2019) 保育現場における人型ロボットの活用可能性に関する研究『新見公立大学紀要』第40巻. p.71-76.
- (45) 関川芳孝 (2020) 「実践に活かそう! リスクマネジメント講座PART II (第30回) 午睡後の保育室における事故(0歳児): 事故の経緯」『保育の友』68 (12) 巻. p.34-36.
- (46) 田村佳世 鈴木裕子 (2020) 保育における安全・危険に対する保育者と保護者の判断根拠の相違—保護者対応と安全教育を焦点として『愛知教育大学研究報告. 教育科学編』第69巻. p.49-57.
- (47) 玉木博章 (2020) 「指導主体としての保育士・幼稚園教諭のキャリア形成に関する研究(5)—人生の岐路での心理的葛藤に生じるジェンダー観・人生観・若者文化に着目して」『瀬木学園紀要』16. p.94-105.
- (48) 大久保めぐみ (2020) 「子ども理解を深めるための視点についての一考察— 作業療法士とのコンサルテーションによる保育者の子ども理解の事例研究—」『大阪総合保育大学紀要』14. p.143-152.
- (49) 小島千恵子 (2020) 「学生は『保育実習』から何を学ぶのか」『名古屋短期大学研究紀要』第58巻. p.59-69.
- (50) 實川慎子 北田沙也加 栗原ひとみ 高木夏奈子 山田千愛 高野良子 (2020) 「保育の周辺業務における保育現場の負担軽減と地域ボランティアの連携の可能性」『植草学園大学研究紀要』12. p.49-60.
- (51) 昼寝の時間, 園児に敷布団を落下…世田谷の区立保育園 野田枝里子 2020年12月5日9時53分 (2021年2月13日参照)  
<https://www.asahi.com/articles/ASND534R0ND4UTIL02M>
- (52) 保育要領— 幼児教育の手引き  
<https://erid.nier.go.jp/files/COFS/s22k/chap6.htm> (2021年2月13日参照)
- <https://erid.nier.go.jp/files/COFS/s22k/chap6.htm>
- (53) 厚生労働省 保育をめぐる現状資料2  
[https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-12601000-Seisakutoukatsukan-shitsu\\_Shakaihoshoutantou/02siryou.pdf](https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-12601000-Seisakutoukatsukan-shitsu_Shakaihoshoutantou/02siryou.pdf) (2021年2月13日参照)
- (54) 乳幼児突然死症候群 (SIDS) について  
<https://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/sids.html> (2021年2月13日参照)

