

幼児教育における生活習慣研究の動向と課題

Analysis of Current Research on Habits of Life in Early Childhood Care and Education

平野 麻衣子
Maiko HIRANO

- I はじめに
 - 1. 問題の所在
 - 2. 研究目的
 - 3. 研究方法
- II 実態調査研究—養育者・子どもの実態調査
 - 1. 養育者の調査
 - 2. 子どもの実態調査
- III 生活習慣形成の理論研究
 - 1. 「文化適応」という意義
 - 2. 子どもの自発性を重視する立場
 - 3. ナショナルカリキュラムの改訂
 - 4. 二つのしつけ論
- IV 保育の場における生活習慣形成に関する研究
 - 1. 保育の場における子どもの実態を捉えた研究
 - 2. 様々な角度から子どもの生活習慣形成を捉えた研究
- V 成果と課題

I はじめに

1. 問題の所在

幼児期における生活習慣の形成は、「子どもにとって大変重要な発達の課題」¹である。生活習慣が形成されるということは、「身の回りのことが自分でできるようになるということであり、出生時には大人の手を借りなければならなかった子どもにとっては、大きな進歩」²といえる。『保育用語辞典』によると、生活習慣とは「毎日の生活を送る中で習慣化された行為」³のことを指し、「その中でも、生命的な行為として日常的にくり返されるものを基本的な生活習慣と呼び、通例食事、排

泄、睡眠、着脱衣、清潔の5項目があげられる」⁴。また、『保育所保育指針』⁵には、基本的生活習慣の自立の目安として、おおむね3歳において、「運動能力の発達に伴い、食事・排泄・衣類の着脱などがある程度自立できるようになる」とされている。例えば、食事については「不完全ながらも箸を使って食べよう」としたり、「排泄や衣服の着脱などを自分からしよう」としたりするようになる。つまり、幼児は3歳の終わり頃までに、ある程度、身の回りのことが自分でできるようになっていくといえる。そして、おおむね5歳においては、「起床から就寝にいたるまで、生活に必要な行動のほとんどを一人でできるようになる。」とされている。要するに、「小学校入学前までには、基本的生活習慣がより洗練されて、大人に指示されなくとも自分の判断でいろいろなことができるようになっていく」⁶といえる。また、生活習慣形成において得られる「何でも自分でできる」という感覚や「自分でできた達成感」は、子どもの自己有能感や自信となり、更にやってみようとする意欲にもつながるとの指摘もあり、「生活に必要な基本的生活習慣や態度を身に付けることは、子どもが自分の生活を律し、主体的に生きる基盤となる」⁷ことから、その重要性が認識されている。

2005年の中央教育審議会の答申⁸をきっかけに、子どもの育ちの課題として挙げられた生活習慣への関心は高まっている。2005年制定の『食育基本法』以降、食を通じた心身の健康増進を視野に、食育を指導計画の中に適切に位置づけ展開すること、家庭を巻き込んだ食育計画が求められている。2006年からは、国民運動として「早寝早起き朝ごはん」運動が開始された。子どもの健やかな成長には欠かせない規則正しい生活習慣を育むために、子どもを取り巻く環境・家庭・教育機関（園や学校等）・地域社会・企業等が連携しながら取り組んでいくことが推奨されている。また、2012年には、幼児期における運動の在り方の指針として『幼児期運動指針』が策定され、幼児期の運動は、多様な動きを身に付けるだけでなく、心肺機能や骨形成にも寄与するなど、生涯にわたって健康を維持したり、何事にも積極的に取り組む意欲を育んだりするなど、豊かな人生を送るための基盤づくりとなることが示されている。

そして、その関心は、近年、幼小接続の観点から更に広がりを見せている。幼小接続の在り方を検討する会議⁹では、義務教育及びその後の学校教育の基礎を幼児期から培うことが必要であり、子どもの学びの連続性を確保する必要性が説かれている。幼児期の教育と小学校教育の特徴を明らかにしつつ、相互理解を深めながら交流・連携活動を行ったり、スタートカリキュラムの作成をしたりする等、様々な検討が続いている。生活習慣に関しては、児童期の学びの基礎力の育成を図るための「三つの自立」のうち「生活上の自立」を養うことに重点を置くことが指摘されており、幼児期の終わりにおいては、この時期にふさわしい「三つの自立」を養い、幼児期での学びがその後の育ちにどのように接続していくのかを見通すことが重要であるとされている。また、生活習慣と学力との関連も指摘されている。文部科学省は2008年に行った『全国学力・学習状況調査』¹⁰の際、朝食の摂取と学力調査の平均正答率の関係を報告し、毎日朝食を食べている群は、全く食べていない群に比べて正答率が高いことを示した。さらに、ベネッセコーポレーション『幼児期の家庭教育調査・縦断調査（3～4歳児）』¹¹において、生活習慣は、幼児期から小学校の学習生活に移行し、適応するために必要とされる力、幼児期に育てたい生涯にわたって必要な力・学習準備として捉えられている。このように、生活習慣の自立の重要性が幼児期だけではなく、児童期以降の学びとの

関連で示され、その重要性が認識されている。

さて、このような幼児の生活習慣形成に関する研究は、これまでどのように展開されてきたのであろうか。古くより、保育や子育ての中では必ず話題とされてきた生活習慣形成が、幼児教育・保育学研究においてどのように扱われ、どのような成果が見出されてきたのか、レビュー・整理する研究はこれまでのところ、行われていない。しつけ研究－しつけを中心テーマに据えた研究－については、増田¹²（2014）が研究の系譜と課題を整理しているが、幼児期の生活習慣、特に幼稚園や保育所、認定こども園などの保育施設における生活習慣形成の重要性が高まっている昨今の現状を踏まえて、幼児教育・保育学における生活習慣研究の整理をする必要があると思われる。従って、本稿では、これまでの研究において、明らかにされてきたこと、今後、解明すべき課題はどのようなことであるかを明らかにしたい。

2. 研究目的

本研究は、幼児教育・保育学において生活習慣研究がどのように展開されてきたのかを整理し、生活習慣研究の成果と課題を明らかにすることを目的とする。

3. 研究方法

本研究では、戦後、1960年代～2015（平成27）年までの期間に書かれた生活習慣および生活習慣形成に関する論文を整理し、分析する。

Ⅱ 実態調査研究－養育者・子どもの実態調査

1. 養育者の調査

従来、幼児期の生活習慣形成は、しつけとして扱われる内容であり、主に家庭教育において検討されてきた。養育者の養育方法（しつけ方法）や養育態度（しつけ態度）が子どもの性格形成にどのように影響するかとのテーマで、性格や行動を心理学的に測定し、明らかにする研究が多く行われてきた¹³。古くは、「子どもの性格形成」と「親のしつけ方」との間の「関係を明らかにすることが最近の児童心理の中心問題」だという背景のもと執筆された牛島らの『しつけと道徳』¹⁴（1964）、日本家庭のしつけ実態と子どもの性格形成との関連を明らかにしようとした児玉省『子どものしつけと性格 保育学講座6』¹⁵（1969）がある。また、しつけに関する日米比較研究では、代表格ともいえる東洋『日本人のしつけと教育』¹⁶（1994）が挙げられ、東は、柏木恵子とヘス（Robert D.Hess）との討議を経てまとめられた共同研究の中で、「子どもが逸脱行為をしたとき、どのように統制するか（しつけ方略）」について、「なすべきことを直接的明示的に述べて統制する方略が優勢」なのはアメリカであり、対して「暗示や示唆など間接的な方略で、母親は子どもと情感を共有

することでいわんとすることを伝えようとする」のが日本であるとの結果を報告している。他方、海外研究においてしつけは、Disciplineと訳され、英語圏においてのDiscipline研究は、その上位概念としてのParenting研究の中で扱われている。Parenting研究の中でも、バウムリンド (Diana Blumberg Baumrind) の3つの養育スタイル¹⁷ (1966) (後に4つ目が追加される) は、日本にも紹介され検討されてきた。バウムリンドは、親の養育態度を応答性と非応答性、厳格性と非厳格性という4つの要素から捉え、①独裁主義②寛容主義③権威主義④無関心という養育スタイルを提唱した。そのような養育態度と子どもの生活習慣形成との関連を調査したものとしては、橋本¹⁸ (1990) が、幼稚園の保護者 (母親) を対象として母親の厳格さと子どもの基本的な生活習慣の自立との関連を調べ、命令・禁止の多い厳格型の保護者 (母親) より懇切丁寧な安全型の保護者 (母親) に育てられた方が、子どもの習慣習得率が高いことを明らかにし、山城¹⁹ (1997) は、母親の配慮として子どもが自発的に身近に必要な行動ができる環境を整備し、自覚を促す配慮が有効であるとしている。

1980年代を境に、しつけ研究の主流はイギリスの社会学者バーンSTEIN (Basil Bernstein) が唱えた文化伝達コード論にもとづく「教育社会学」へ移行していった。その中で、柴山²⁰ (1989) は、「しつけは、しつけ手の個別的、恣意的な意図や動機によって行われる作用ではなくて、その社会において系統的に制度化された社会化パターンにしたがって行われる」とし、「日常的な言語、行動様式、生活習慣の習得から、当該社会に適応的な価値規範の獲得までを含む、世代間の文化伝達の行為」として捉えた。そして、現代社会におけるしつけの混乱や育児不安の背景に、「しつけの型」の喪失や価値基準の伝達方法としてはきわめて間接的、暗示的な「見えない教育方法」が要請される時代が到来していることが論じられてきている。

2000年代からは、養育者の養育方法より、養育者自身の生活への着目がなされるようになり、保護者の食習慣や食意識が幼児の食習慣に影響し (入谷²¹2007、石見²²2013・前大道ら²³2015)、母親自身の健康への関心を高め、生活習慣改善を促すことが幼児の生活習慣にも影響するとの指摘 (久野ら²⁴2007) がある。また、母親自身、孤独な中で不安な子育てを強いられているとの指摘²⁵ (今井ら1999) やしつけと虐待との関連性の検討²⁶ (李ら2012) から、養育者自身の感情への着目も増えてきている。例えば、村松²⁷ (2003) は、母親の衝動的な感情を引き起こす場面として生活習慣形成場面が38.2% (第2位) であることを指摘する。砂川ら²⁸ (2011) は、親自身の健康には関心が向けられていないが、子どもの健康や生活習慣には気を付けていたこと、親自身の時間のなさや睡眠不足は育児負担感やストレスにつながることを指摘、そのような実態を踏まえ、母親自身のメンタルヘルス対策をベースとした子育て支援の必要性²⁹ (金岡2011) の主張や母子を対象とする栄養教育の提案³⁰ (上田2013) が行われている。

以上を整理すると、幼児の生活習慣は単独で確立するものではなく、子どもを取り巻く生活の様々な要因との関連において形成されていくものという視点への着目がなされつつある。特に、養育者も社会的関係の中で生活する存在であることが認識され、養育者自身の生活や生活習慣、しつけ場面におけるしつけ者の感情体験など、関係性のなかでの子どもの習慣形成に関心が移行しつつあるといえる。

2. 子どもの実態調査

松原³¹ (1995) は、幼児が生理生活を合理的に統制し、周囲の社会生活に適応していくために必要な基本となる生活習慣を基本的な生活習慣 (Fundamental life habit) という。これには、睡眠、排泄、着脱衣、清潔、食事等の習慣がある。この基本的な生活習慣がどのように発達するか、その基本的な目安になるものがあると、育児、家庭教育、幼稚園・保育園などの教育の指針にもなろうと述べる。また、谷田貝³² (2008) は、基本的習慣は、アーノルド・ゲゼルのいう「文化適応」であり、すべて身体諸機能や生理面との関連において重大な意味をもつとし、生活習慣は、二つの基盤に立つものに分けて考えている。一つは生理的基盤、もう一つは社会的・文化的・精神的基盤に立つ習慣である。前者は、食事・睡眠・排泄の習慣であり、後者は着脱衣・清潔の習慣とされる。このように、幼児期の生活習慣に関する先行研究は、生活習慣形成を「文化適応」と捉える立場から生活習慣形成や生活の実態を調査する研究が繰り返し行われてきた経緯がある。基本的な生活習慣の発達に関する研究としては、Doll, E.A.³³ (1947) が、Social Maturity Scaleを作成し、わが国では、鈴木³⁴ (1961) が社会成熟度診断検査を、三木³⁵ (1970) が社会生活能力検査を作成し、全国的な基準を出している。生活習慣の年齢水準については、山下俊郎の調査 (1935年から1936年) による基準がわが国最初のもので、その後、西本脩³⁶ (1965)、谷田貝³⁷ (1974・1986・2003)、松原³⁸ (1989)・松原³⁹ (1990) (は全国調査に基づいて基本的な生活習慣の一部を発表) が調査を行っている。養育者を対象とした質問紙調査により、時代の変化に伴う子どもの生活習慣形成の実態を追跡し、発達基準が改訂される営みが続いている。さらには、園の職員対象の調査研究や自治体ごとの違いを調査した研究 (細矢⁴⁰1981, 鈴木⁴¹2001, 中野⁴²2009, 小島⁴³2011, 須永⁴⁴2016) も多く行われている。このような実態調査研究の成果として、幼児の身体器官やその機能の発達段階を捉えた適切な時期における生活習慣形成が可能になってきたことが挙げられる。つまり、生命的な行為との結びつきが強いと考えられる生活習慣は、子どもの身体的発達 (認知・運動・感覚機能・生理機能) との関連において捉えられてきた。特に、食事・睡眠・排泄などの習慣においては、生命の保持としての側面が強く、例えば、排泄機能が発達すると共に排泄の習慣を身につけていくという捉え方が主流とされてきた。現在も続く実態調査研究によって、現代の子ども達の発達段階に応じた適切な時期に適切な援助をすることが可能になっているといえる。

近年では、生活習慣を一括りにするのではなく、各習慣に細分化してその形成実態を調査する研究や習慣同士の関連の検討を行う研究、例えば、生活習慣の中でも特に着脱衣の習慣⁴⁵ (清水⁴⁵2008) や排泄の習慣⁴⁶ (金子⁴⁶2006) を中心に形成実態を捉えたもの、幼児の手洗い技術に関する研究⁴⁷ (原田⁴⁷2004)、幼児の運動能力 (体力) と生活習慣との関連性を検討したもの (関⁴⁸2008, 藤井⁴⁹2014)、生活習慣に影響を及ぼす就寝・起床時刻の影響を調べたもの⁵⁰ (前橋⁵⁰2002)、テレビの視聴時間の長短が生活習慣に及ぼす影響を調べたもの⁵¹ (服部⁵¹2004) などがある。食事に関する研究への関心も高く、その関心は食行動が人間の生命と健康を支える上で不可欠な行動であることから、栄養素の充足という関心によるものであったが、足立⁵²が子どもの「孤食」という実態を明らかにし、鈴木⁵³が、食生活の偏りと心の健康状況との関連を明らかにする等、食行動の背景

にある心と体との関連性や子どもが食とどのようにかかわっているかを問う研究も出てきている。例えば、関口⁵⁴ (2002) は、食事における食欲と意欲との関連を示し、親子で楽しく食事ができる取り組みの検討を行っている。河原⁵⁵ (2007) は、乳幼児の食行動における自律プロセスを養育者とのやりとりで焦点を当てて分析し、食をめぐる子どもと養育者との対人的関係性の様相を具体的に明らかにしている。外山⁵⁶ (2008) は、保育園や幼稚園の食事場面での幼児の行動には、食を他者と共に営もう、さらに進んで食を他者とのやりとりの場としてもとうとする強い指向性を見ることができるとし、他者と共に食を営むこと「共食」の意義を主張している。このように、生活習慣を各習慣に分けて捉える研究や包括的な生活の営みに基づく習慣形成を捉える研究が増えてきており、子どもの実態解明の広がりへとつながっている。

Ⅲ 生活習慣形成の理論研究

1. 「文化適応」という意義

幼児期の生活習慣をどのように形成するかという理論や考えを検討する研究は、発達心理学の立場から基本的習慣を捉えた山下俊郎によるものがその端緒で、希少なものであるといえる。他には、雑誌『幼児の教育』や『児童心理』などに掲載された論考、座談会・シンポジウム講演記録により、幼稚園や保育所等の集団保育施設における生活習慣形成の実態や課題が、主に実践者の報告という形で紹介されることがほとんどであった。例えば、千代田区富士見幼稚園 (1964)⁵⁷ の実践報告では、園でどのように生活習慣を育てるかという課題に対して、子どもの意志を尊重したのしんで経験させること、その場をとらえて指導すること、反復指導をすること、何もかもいっぺんにやらないこと、方針は一貫性をもつこと等の具体的な援助方針の手立てが事例と共に示されている。

山下俊郎は、戦前から戦後にかけて、全人格的教育を唱え、調和的発達の基礎として生活指導に重点を置き生活指導を領域として位置付けようとした人物である。その研究は、生活（習慣）指導に関して体系的な理論を整理したものであり、功績は現在にも尚、影響を及ぼすものといえる。同氏は、「幼児における基本的習慣の研究」という実態調査⁵⁸ (1935年から1936年) を開始した。その背景には、米国のゲゼルらの研究に影響を受けた山下が、1920～1930年代当時の日本には、生活指導に関する明確な基準がなかったことから、我が国の生活形態に即した発達規準を設定する必要性を強く感じていたためであった。山下⁵⁹ (1970) は、生活指導の根拠として、幼児の生活の特質を「未成熟」として挙げた。「未熟なものは常に導かれなければならないし、別の面から言えばこの未熟なるものを整えてやるのが、わたくし達子どもを育てるものの責任なのである」と言う山下は、生活指導の目標の第一を「文化適応 (acculturation)」とした。それは、幼児が社会の文化の型に規定された生活の型を身につけるように指導する意義であり、望ましい行動の習慣を身につけるようにするための生活指導の方法として、型つけの段階では、例外なしに、毎回毎回同じことをくり返し反復すること、習慣づけようとする行動を自ら進んで積極的にやろうとするように子どもの気持ちを引き立てる動機づけ、習慣形成をすべき適時期について提唱した。このような山下

の生活指導の方法を引き継いだ論考が多く発表されている。道徳性の芽ばえの育成として生活習慣形成を捉えた松村⁶⁰（1966）は、幼児の習慣は他律的に形成されるものであるため、行動の反復をさせつつ、理解や納得に導く指導方法を示した。外面的、機械的、条件反射的に行われる習慣形成論を立てている。堂野⁶¹（1979）は、山下の論を引き継ぎ、反復・型つけ・練習の法則を論考している。西本⁶²（1965）の調査による幼児のレディネスを確認し、子どもの動機を支える環境や親和的な保育者との関係、モデルとなる保育者の役割について触れている。山本⁶³（1986）は、現代の家庭・学校・社会のしつけ機能がゆるみ、子どもたちの生活習慣に乱れが生じていることから、反復・練習、動機づけ、観察学習という基本原則を整理し、幼児期にはきちんとした型つけが必要であることを主張する。玉瀬⁶⁴（1986）は、生活習慣の心理学を論じ、個人的習慣に関しては発達能力に即して反復練習させ身につけさせていかなければならないとした。社会的習慣に関しては自分の感情を抑制し、その場にふさわしい行動を選ぶ自己統制能力の重要性を指摘し、幼児期は他律的に形成される時期であることを強調している。

このような考えの系譜では、生活習慣形成における他律的な段階と自律的な段階を分け、幼児期の子どもは未成熟であるため、生活習慣は他律的に形成されるとしてきた。また、しつけの原理である反復練習（連合）、称賛と叱責（強化）による動機づけ、示範（モデリング）が示され、青年期まで繰り返していくこと、ルーティンとして定着させていくことが強調される等、保育者や大人の側から生活習慣を捉え、どのような指導方法が望ましいかという議論が展開されていた。実際に、園や家庭におけるしつけの実態が質問紙調査により、明らかにされる研究も行われた（坂口ら⁶⁵1981・⁶⁶1981、辻ら⁶⁷1986）。このような指導方法の究明により、子どもがどのように社会的発達をするのかという一側面である「文化適応」の意義が明らかになってきたといえる。生命維持行為を始め、様々なことができない状態で生まれる子どもに対して、既存の社会的行為を効率的に効果的に教え、導いていく為の大人（養育者・保育者）側の役割や指導方法の在り方の検討が重ねられてきた。

2. 子どもの自発性を重視する立場

一方、このような大人側からの生活習慣形成に疑問を呈したのが平井信義の「しつけ無用論」である。平井は、「幼児期の発達にとって重要ないたずらや遊びを通して子どもの自発性を援助し意欲を育てること、愛情に満ちた情緒的な親子関係を通して思いやりを育てることさえすれば、従来のしつけは不要であり、むしろ子どもを一定の型にはめこむ従来のしつけは子どもの発達に悪影響を及ぼしている」⁶⁸とした。生活習慣のしつけが、「型」の教育であり、一定の枠組の中に子どもをはめ込むことになるから、子どもの自発性の発達に圧力を加えることになり、しつけが成功したように見えても、その際の子どもの状態は決して「自立」したもの、すなわち「自発性」と結びついたものではないこと⁶⁹を指摘した。また、生活習慣を子どもが本当に自主的に行っているのか、親に指示されてやっているだけではないか、条件反射的にやっているだけではないか、を疑うべきであり、それが社会性の発達と捉えるべきではない⁷⁰と主張した。平井が主張したのは、習慣形成

の主体である子どもの情緒の安定と自主性の発達が順調に営まれているかどうかを観ることであった。しつけという営みを子どもの自発性や自然な発達という視点から見直すこの立場は、実は、山下の主張していたもう一つの意義「子どもの発達の要求に応ずること」とも重なっていた。山下⁷¹ (1970) は、基本的習慣形成が生活と成長の基本であり、生活指導の目標として1つに文化適応を挙げながら、もう1つに子どもの発達の要求に応ずることを挙げていた。平井の考えの系譜と重なる後者は、生活の自立を身につけるということによってやがて独立性豊かな人格の発達へとつながる意義である。この系譜の立場は、子どもの視点への共感や実践での違和感を抱いた実践者が論考を展開したり、シンポジウム⁷²を開催したりする流れにおいて継承されてきた。例えば、「園におけるしつけを考える」と題した宮原・中村⁷³ (1988) の論考では、子どもがいまもっている発達や能力のレベル、興味に即して保育者が応答的に応えることは、子どもの基本的な生活習慣を自立的に形成するうえで大きな意味をもつとし、実際の応答的保育において行動がどのように形成されていったかを考察している。成富⁷⁴ (1988) は、保育園での日常保育の実践を通して、乳幼児期の基本的生活習慣の形成についての私見を述べ、しつけは親や地域・社会が背景にあるものであることから、親や地域・社会といった社会的な子育ての基盤、特に乳幼児の生活の基本を啓発・サポートする視点の重要性を示している。安武⁷⁵ (1988) は、幼稚園での具体的な実践例として「生活がんばり表」を使用して母親自身も生活を点検し、親子で生活を見直していったことを挙げている。このように具体的な実践における指導・援助の方法が紹介され、子どもにとっての生活習慣形成の意義の検討がなされてきた。また、山下ひふみ⁷⁶ (1984) の研究のように、基本的生活習慣の自立が発達基準を検討する際には「できるようになること（行動成熟）」の意味で用いられ、健康行動の習慣化を考える際には「自分から進んで行うこと（自律化）」としてとらえられてきたと指摘し、諸氏によって示されてきた発達基準の中にも行動成熟と自律化の隔たりがあると指摘したものもあった。同氏は、幼稚園では加齢に伴って「行動のしかた」から習慣の「意味づけ」へと指導の方向性に変化している実態を挙げ、保育者が子どもの生活習慣の自立の意義を2つの側面において捉えていることを示した。

3. ナショナルカリキュラムの改訂

1989（平成元）年、幼稚園教育要領の第二次改訂、および翌年の保育所保育指針改訂により、保育施設における教育・保育のありようが大きく変革した。1989年の『幼稚園教育要領』⁷⁷では、環境を通した保育を基本として、幼児期にふさわしい生活の展開、遊びを通しての総合的指導、幼児一人ひとりの特性に応じ発達の課題に即した指導が挙げられた。生活習慣形成に関しては、領域〈健康〉に「健康、安全な生活に必要な習慣や態度を身に付ける」、領域〈人間関係〉に「社会生活における望ましい習慣や態度を身に付ける」というねらいで示されたように、具体的な記述は削られ、抽象的な保育内容として位置づけられた。それは、生活習慣を生活の流れの中から取り出し、「望ましい経験」として指導してきた従前の保育を転換し、遊びや活動との関連において捉え直したもののといえる。指導上の留意点にも「生活に必要な習慣や態度を、幼稚園生活の自然な流れの中で幼

児自身の必要感に応じて身に付けていくようにすること」が挙げられ、「生活の中で自分の感情や意志を表現しつつ、他の人々と共に生活する楽しさや大切さを知り、そうした生活のために必要な習慣や態度を身に付けていくこと」とされた。また、「個々の幼児の発達に応じて教師は適切に援助を行い、徐々に自信をもって自分でできるようにすること」が挙げられ、幼児の「自発性・自律性を促す習慣」として捉えられた。「特に留意する事項」の中にも生活習慣の指導に関する記述がみられ、「生活習慣の形成という言葉から、単にある行動様式を繰り返して行わせることによって習慣化させようとする指導が行われがちであるが、生活に必要な行動が本当に幼児に身に付くためには、自立心とともに、自己発揮と自己抑制の調和のとれた自律性が育てられていかなければならない」と強調された。

この改訂以降、生活習慣形成に関する研究の流れにも変化が生じた。斎藤⁷⁸ (1998) は、幼稚園担任保育者へのアンケート調査から、具体的な教育方針として「しつける」「厳しく」などの断定的、禁止的、訓練的なものは見られなかったとし、「個性尊重」「幼児の側に立って」という自由な保育形態への移行との関連を示唆している。中澤⁷⁹ (2000) は、排泄・着衣・食事・清潔・安全の5分野の習慣指導の実態に関して、保育者の意識調査を行い、社会生活に必要な習慣である動作（例：トイレに入る前にはドアをノックする）についてはあまり指導が行われていない実態を示した。全体的には、保育者の意図的な指導は、多くの幼児が基本的生活習慣を卒園するまでに獲得する成果につながっていることを指摘し、他方で長期的指導を必要とする幼児の増加も示している。柴田⁸⁰ (2004) は、3歳児の生活習慣を身につける事と意欲との関係を指摘し、対象児3名の事例を自身の保育実践記録から取り上げ、分析している。山崎⁸¹ (2008) は、幼稚園の園内研究の成果として、基本的生活習慣が身に付いていく過程を考察すると4つの段階があり、幼児の必要感と心の育ちの大切さと保育者のかかわりの重要性を報告した。小林⁸² (2012) は、幼児期のしつけの内実は、子どもが基本的な欲求の充足と抑制を日常的にくり返す適応の過程であるとし、日常的なしつけ体験が、自己統制という生活能力の最も重要な下位領域の発達を促す要因としての役割を果たしていることを認識する必要性を主張している。

平成元年以降の、子どもの自発的な遊びを中心とする環境による保育への転換は、生活習慣の指導においても子どもの主体性・自律性を重視し、身に付けさせる存在としてではなく、生活をつくり出し自ら習慣を身に付けていく存在として捉えた。従って研究においても、指導や援助への研究関心から生活の主体者としての子どもにとっての意義への関心の移行が見えてきている。

他方で、そのような曖昧な援助の方針に対して、発達段階に応じた指導を復活すべきであるとの立場からの研究もある。藤原⁸³ (2012) は、家庭教育で十分な形成が行われていない現代的課題を指摘している。そのような課題の背景として、戦後、幼稚園教育は「しつけ」という大人からの働きからによる習慣形成行為からの脱却を試みるため、「子どもの主体性」を重視した習慣形成が着目されてきたことを挙げ、「習慣そのものの行為の重視」よりも「子どもの気づきの重視」という生活指導の考え方の転換を現代的課題の原因として指摘する。近年の子どもの生活環境の変化から、「できない幼児が増加している」ことを基本的生活習慣形成上の課題として捉え、発達段階に応じた指導を徹底することを主張する。また、昭和23年の『保育要領』から現行の『幼稚園教育要領』、

および『保育所保育指針』における基本的生活習慣の取り扱いを分析した高橋⁸⁴ (2015) は、山下俊郎が作成に関与していた1965年の『保育所保育指針』における生活習慣に関する記載は細かく、発達に沿った内容となっていると評価する一方、現行 (2008) のナショナルカリキュラムにおいては、基本的生活習慣は幼児期の重要な発達課題であるにも関わらず、その記載内容が減少する傾向にあることを指摘している。

4. 二つのしつけ論

以上の流れは、砂上⁸⁵ (1998) による二つのしつけ論という分類によって、説明することができる。一つは、「管理的しつけ」論である。子どもに社会的に望ましい行動を身につけさせるため、大人が積極的に指示したり制限したりして、子どもをある一定の行動の型にはめていくようなしつけ観・指導観である。その根拠は、「子どもはほおっておくとなにをしでかすかわからない、だから、大人が子どもの先に立って子どもを導くべきだ」という子ども観・育児観があるとされる。その系譜を遡ると、山下俊郎らの研究における「文化適応」の意義に基づくものであるといえよう。前述のように、幼児の生活の特質を「未成熟」として挙げた山下は、生活指導の目標の第一を「文化適応」とし、幼児が社会の文化の型に規定された生活の型を身につけるように指導する意義を主張した。また、現在の心理学⁸⁶ (外山2015) においても、習慣は人に生得的に備わっているものではなく後天的に獲得するものであり、獲得するためには何らかの工夫が必要であると考えられている。その工夫は、刺激と反応 (行動) の反復、くり返しである。ある行動が習慣化するためには、その行動をくり返し、反復する必要がある、その習慣化をスムーズにするためには強化子 (ご褒美や賞賛、あるいは処罰や叱ること) が重要な役割を果たすとされている。そして、「例外なくくり返す」「自己効力感をもたせる」「子どもの発達の状態 (レディネス) に合わせる」「強化子を適切に与える」という習慣形成に関する方法が心理学の知見に基づき報告されている。このような知見から養育者には、子どもの発達段階に応じて、適切な時期に適切な指導 (反復・自己効力感の促し・適切な強化子・モデリングなど) をしていくことが求められるという指導観につながり、現在においてもなお広く一般的に受け入れられているものの一つであるといえよう。

もう一つは、平井信義の研究の系譜に基づく「しつけ無用論」である。平井は、内面的変化への着目を指摘し、しつけは大人と子どもとが共に行う生活づくりに意義があり、結果より過程を重視すべきことを主張した。山下も、生活指導の第2の意義として、「独立性豊かな人格の形成」を挙げており、この立場は、平成元年以降の幼児教育・保育の変革以降、子ども主体とする立場から習慣形成を捉える現在において、検討されるものである。このような経緯の中で、現代における生活習慣形成の意義について整理した研究もあり、安保ら⁸⁷ (1997) は、狭義と広義の意味での生活習慣、形成における4層の力として①生命維持②必要感や認識に引き付け③自立心④自律性を論じた。松田 (2006⁸⁸、2011⁸⁹、2014⁹⁰) は、「かたづけ」や「しつけ」、「生活習慣」に関する論考を展開しており、生活習慣形成を行う保育施設の役割が大きくなってきた現代の状況を捉えつつ、保育における「しつけ」の意味や基本的生活習慣の社会・文化的な側面にも着目しながら習慣形成のあり方を

考察している。その中で、幼児は、生活習慣を型から入り体で覚えるため、反復が必要であると説き、しかしながら、その型は固定ではなく、柔軟性をもつものへと展開されることを論じている。

しつけや生活習慣形成という営みを子どもと大人の関係論の視点から捉え、つまり上記の2元論を結びつけた形で、論を展開している3つの文献を以下に挙げておく。発達心理学の立場から「しつけ」を捉えた岡本夏木は『幼児期』⁹¹ (2005) の中で、幼児にとってのしつけの意義を「きわめて難しい二律背反である自己の実現と他者との関与の統合」と捉え、そこに人間として「生きる原型」を見ている。しつけの本質は、しつけ糸を「はずす」過程であること、つまり、子どもが現実の生活の場での具体的経験として、実際に苦しい模索を重ねながら「自分」で身につけてゆくことにありと指摘している。また、しつける側の大人にとっても、常に人間の生き方の原則を自らも模索しながら、子どもと共に共同生活を実現していく中で行われる営みであることを指摘する。現象学の立場に立つ中田基昭は『子育てと感受性』⁹² (2014) の中で、子育てはそもそも個別的で両義的な営みであることを論じており、現実の「しつけ」において、一貫性を徹底することの不可能さを取り上げている。同時に、柔軟なしつけのありようを提示し、その柔軟な対応を支えるのは、大人の側の子どもに対する豊かな「感受性」や「子育ての感覚」であることを説いている。教育学者の山名淳は『もじゃペーにしつけを学ぶ』⁹³ (2012) の中で、しつけを、「格闘」や「修行」と表現しながら、大人の側にとっても様々な迷いが生じるものであること、子どもの外部から強制的に衝動を規制することよりも、子どもの内側に「衝動自己監視装置」を形成することとしている。これらの文献は、生活習慣形成という営みを子どもと大人、双方がかかわり合いながら創り出していく営みであると捉える点、特に大人の側の感情や心情の変化に着目している点において示唆に富む。このように、生活習慣形成を子どもと大人双方の視点から捉え、その意義を検討することにより、営みの解明が進み始めているといえる。

Ⅳ 保育の場における生活習慣形成に関する研究

1. 保育の場における子どもの実態を捉えた研究

保育の場における生活習慣形成について、子どもの実態を観察・記録する研究方法によって実証的に捉えた研究は少なく、多くが幼稚園や保育所における事例報告にとどまっていた。例えば、柴田⁹⁴ (1972) は、5歳児一年保育のT児の事例を取り上げ、実践記録を分析している。その中で、集団生活に必要な自立と秩序、善悪の判断、他人を理解していく力と待つこと、自己の感情コントロール等、幼稚園教育の意義を再考している。柴田⁹⁵ (2004) は、3歳児・3名の生活習慣の事例を分析し、意欲との関連が深いことを考察している。

しかし、近年 (2010年頃から) 子どもの実態を観察・分析する研究も行われてきている。鈴木ら⁹⁶ (2010) は、幼稚園の帰りの集まりにおけるあいさつに着目し、ルーティン生成過程を明らかにしている。子どもと保育者、子ども同士の関係性や心情の変化に注目することで、単に決められたルーティンを反復していただくだけではなく、時にルーティンから逸脱し、再びルーティンへと戻る

といった生成過程の実態を示した。山本⁹⁷ (2013) は、登園から自由遊びに至るまでの時間帯に着目し、対象児の行動をM-GTAにより分析している。結果、登園後の身支度は、所持品の始末や服装を整えるという生活習慣を身に付けるだけにとどまらず、子どもが家庭モードから園モードへと気持ちを移行させていく役割も果たしていると考えられている。伊藤⁹⁸ (2014) は、保育所での活動移行過程、具体的には自由遊びから「お誕生会」が開始されるまでの時間に着目し、子どもたちの行動を分析している。結果、活動移行過程において、お誕生会の準備に不要な行動が多数観察された。その中の1つである子どもたちによる「呼びかけ」行動（イスに着席した子ども同士が手を振ったり、名前を呼んだりする行動）の生起状況を分析している。次の活動への参入過程を慣習の内面化として記述するだけでなく、新しい活動の即興的創造という視点から記述する重要性を指摘している。

このような研究の背景には、受け身で文化受容・文化適応させられる存在としての子ども観から能動的に文化を取り込み・文化を再構築する可能性を秘めた存在としての子ども観への変化が考えられる。上記3氏の研究は、場面と場面の間の移行に着目し、一日の生活の流れや文脈と関連づけながら幼児の経験を検討している。近年、保育の場における片付けも遊びから活動への時間的・空間的・心理的移行として捉えられ、移行における幼児の経験内容が生活そのものの質や保育の質を左右するとして注目されている。片付け研究では、永瀬ら⁹⁹ (2011) が、3歳児クラスの片付け場面を取り上げ、遊びから片付けへの移行には、遊びを満足して終わられること、片付けに楽しみを見いだしていることが必要であるとした。平野¹⁰⁰ (2014) は、主体的に生活する3歳児の姿に着目し、片付け場面における子どもの変容過程を子どもの中で「私」と「私たち」の両側面を育む過程として捉える視点を提示した。このように、生活のある一場面を取り上げ、そこで生起している現象の意味を問いつつ、他方でその場面を包括的な生活に位置づけ、幼児の生活習慣形成の意義を問う研究が生まれてきているといえるであろう。

2. 様々な角度から子どもの生活習慣形成を捉えた研究

保育の場における生活習慣の研究は、Ⅲ－1. で確認したように、保育者に対する意識調査を基に、指導の実態の解明に焦点が当てられきた。平成元年教育要領改訂 (1998) により、受容・共感型の指導の方向性へと変換したことにより、研究の方向性にも変化が見られ、様々な角度から子どもの生活習慣形成を捉えた研究へと展開している。様々な角度というのは、特別支援の視点から、家庭連携の視点から、環境構成の視点から、幼小接続の視点からに大別できる。

まず、気になる子・配慮を必要とする子への支援（特別支援）の視点からは、生活習慣形成における個別の指導の重要性の指摘がなされている。七木田ら¹⁰¹ (2011) は、発達に課題のある幼児の排泄習慣の形成過程を事例により取り上げ、習慣化＝スクリプト形成における家庭の影響、保育者の働きかけを分析している。幼児の支援には、「幼児の姿→保育者の捉え→捉えに基づく支援→支援後の幼児の姿→支援の修正」という日常の保育において当たり前に行われている循環が特段細やかに行われる必要性を指摘した。栞見ら¹⁰² (2011) は、盲学校幼稚部の保護者対象アンケート調査

により、盲幼児の日常生活動作獲得の発達的特徴を明らかにしている。特徴として、日常生活動作の意味や目的を生活場面の文脈の中で理解し、他児や周囲の大人の様子を見ながら生活習慣として獲得していく動作における困難さを挙げた。金子¹⁰³（2013）は、気になる幼児2名への援助について事例を挙げて分析している。「気になる子」のためにしている対策が他児にとっても有効であり、学級の育ちを促すこと、幼児の困り感を明確化する必要性を挙げた。松本¹⁰⁴（2014）は、3歳時に年齢相応の生活習慣の遅れなどの行動が見られた際は、後の社会能力の獲得に困難を示す可能性があり、早期から社会能力を育む支援が求められるとしている。

次に、家庭連携の視点からは、具体的な家庭連携の実践事例が報告されている。金山¹⁰⁵（2006）は、幼稚園・保育所における排泄の習慣形成のための保育者の援助と家庭連携に関する意識を明らかにしている。幼児一人ひとりに対して直接的な援助がなされ、家庭への働きかけにおいても、幼児の実態に応じて個々の家庭に合わせて行われていることを示した。高橋¹⁰⁶（2008）は、3年保育3歳児の実践を通して、具体的にどのような家庭連携が行われているか、という実態を報告している。連携の対象を「学級の保護者全員」と「個々の保護者」に分けて実践を行ったことにより、伝え方と内容が明確になり、家庭連携を充実させることができたと考察している。小鴨¹⁰⁷（2015）は、お弁当を通じた食育プログラムとして、親子のつながりが強い幼児期に保護者に対して正しい知識と改善方法を提示する食育プログラムの有効性を検証している。食育プログラムにより、保護者の食に対する意識変容が子どもの食環境の改善に有効であることが示唆された。

環境構成の視点からは、研究の数は少ないが、子どもが自律的に生活習慣を身に付けるためにはどのような環境を整えるべきかという視点への着目や様々な施設形態への着目が少しずつなされている。宮本・中尾¹⁰⁸（2007）は、建築学の観点から、幼稚園における生活習慣行動を支援する空間づくりについて、調査・検討を行っている。佐野¹⁰⁹（2015）は、3歳未満児の健康生活に関わる家庭的保育者の支援を分析し、個々の子どもに対するきめ細やかな配慮と家庭や地域との連携を密にしながら、子どもの健康的な生活習慣形成を支援していることが明らかになった。新制度施行に伴い、このような家庭的保育の場等、新たな保育の場での検討は今後も増えていくものと思われる。また、幼児の生活習慣と地域特性との関連を調べる研究（五月女ら2008）¹¹⁰等、生活習慣形成の検討の幅に広がりが見られ始めている。

幼小接続の視点からは、進野¹¹¹（1999）が、幼稚園教諭と小学校教員への質問紙調査を行い、幼稚園教育における重要なことについて、幼稚園教諭は遊び中心・個の重視と捉えるのに対して、小学校教師は基本的生活習慣のしつけ・協調性を重視するという形で、両者の間に不一致が見られることを示した。小1プロブレム問題の子どもたちの行動の背景を探った長谷部¹¹²（2015）は、幼児期において「目的調整力の低位」「内発的活力の低位」「行動・防衛体力の低位」「生命維持力の低位」が抽出され、生来備わっているはずの健やかな育ちを求める機能が幼児期においてすでに十分に育まれず、心身共に脆弱性を抱えている傾向を明らかにした。木山¹¹³（2007）は、新入児童の現状と保育所・幼稚園・小学校の連携の課題を探る調査を行い、幼児期から児童期への移行期の成長・発達を保障するための具体的内容及び方法として、教科学習の素地よりも基本的生活習慣や性格形成を重視する傾向があるとの報告をしている。角谷¹¹⁴（2015）は、幼児期から小学校への

移行に関して、2つの小学校の授業分析を行い、生活習慣等の社会的段差に対応するため、学校ごとに様々な支援がなされていることを報告し、どのような支援の在り方であっても、児童が認められていると感じることのできる環境を提供することで大きな混乱は生じないという可能性を示唆した。

V 成果と課題

本稿では、幼児教育・保育学において生活習慣研究がどのように展開されてきたのかを整理し、生活習慣研究の成果と課題を明らかにすることを目的としてきた。

以上を整理すると、〔実態調査研究〕において、養育者の養育スタイルと子どもの形成実態との関連、子どもの発達段階と形成実態を調査する研究により、幼児の身体器官やその機能の発達段階を捉えた適切な時期における生活習慣形成が可能になってきたこと、現在も続く実態調査研究によって、現代の子ども達の発達段階に応じた適切な援助への指針となることが成果として挙げられた。近年では、幼児の生活習慣は単独で確立するものではなく、子どもを取り巻く生活や社会環境との関係において形成されていくものという視点への着目がなされつつある。養育者と子ども両者は共に、社会的関係の中で生活する存在であることが認識され、関係性の中で生活習慣形成を捉える研究へと移行しつつあることが明らかになった。

〔生活習慣形成の理論研究〕では、戦後、発達心理学の立場から基本的習慣を捉えた山下俊郎の研究を端緒とし、子どもにとっての「文化適応」の意義に傾斜した研究が多く行われ、子どもの発達段階に応じた適切な指導（反復・自己効力感の促し・適切な強化子・モデリングなど）の探求がなされてきた経緯を確認した。他方、子どもの自発性を重視する立場の系譜においては、保育実践の場における論考や検討はあったものの、保育理論として成立するには至らなかった経緯が明らかになった。その後、平成元年の幼稚園教育要領改訂以降、子どもの自主性・主体性を重視する保育への転換により、生活習慣形成を支える理論形成は混迷している現状が明らかになった。そのような中で、わずかながら、生活習慣形成という営みを子どもと大人、双方の視点から捉え、その意義を検討する文献も確認された。

〔保育の場における生活習慣形成に関する研究〕において、近年では、子どもの実態を観察・分析する研究が増えてきており、その背景には、文化適応させられる受け身の存在としての子ども観から能動的に文化を取り込み・文化を再構築する可能性を秘めた存在としての子ども観への変化が考えられた。また、生活場面間の移行への着目から、子どもの移行経験の意義を問うと共に、一つひとつの生活場面をつないでいき、かつ日々連続していく包括的な生活の捉えという特徴が見られた。さらに、様々な側面から子どもの生活習慣形成を捉えた研究においては、共通して個々の子どもの形成過程や発達過程を考慮する重要性が指摘され、個々の形成過程に即した形での援助・支援のありようの検討が課題として提示された。

しかしながら、幼児教育・保育学における生活習慣研究において、個々の子どもの習慣形成実態

を実証的に示してはいないという課題も明らかになった。また、生活習慣形成を子どもの属性としてではなく、他者や社会的環境との関係において捉え、保育の場における形成過程の実態を捉えた研究は行われていない。従って、個々の子どもの生活習慣形成や形成過程という現象を質的に分析し、その意義を社会的関係性の中で問うていくことは課題であると考えられた。

【引用文献】

- ¹ 松田純子（2014）幼児期における基本的生活習慣の形成：今日的意味と保育の課題．実践女子大学生生活科学部紀要．51． 67-76
- ² 同上
- ³ 森上史朗・柏女霊峰編（2016）保育用語辞典 第8版．ミネルヴァ書房． 72
- ⁴ 同上
- ⁵ 厚生労働省編（2008）保育所保育指針解説書．フレーベル館
- ⁶ 松田純子（2011）幼児の生活をつくる－幼児期の「しつけ」と保育者の役割－．実践女子大学生生活科学部紀要．48． 95-105
- ⁷ 同上
- ⁸ 中央教育審議会答申（2005）子どもを取り巻く環境の変化を踏まえた今後の幼児教育の在り方について
- ⁹ 文部科学省 初等中等教育局幼児教育課（2010）幼児期の教育と小学校の円滑な接続の在り方について（報告）
- ¹⁰ 文部科学省（2008）平成19・20年度全国学力・学習状況調査追加分析報告書
- ¹¹ ベネッセコーポレーション（2014）『第1回幼児期の家庭教育調査・縦断調査（3～4歳児）』報告書
- ¹² 増田翼（2014）しつけ研究の系譜と課題．仁愛女子短期大学研究紀要． 46． 47-82
- ¹³ 同上
- ¹⁴ 牛島義友・森脇要・長島貞夫ら編（1964）しつけと道徳．金子書房
- ¹⁵ 児玉省（1969）子どものしつけと性格 保育学講座6．フレーベル館
- ¹⁶ 東洋（1994）日本人のしつけと教育．東京大学出版会
- ¹⁷ Baumrind, D. (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior, *Child Development*, 37(4), 887-907／Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs*, 75(1), 43-88
- ¹⁸ 橋本信子（1990）母親の厳格さと幼児の基本的生活習慣の自立について．日本教育学会大会研究発表要項． 49． 70
- ¹⁹ 山城真紀子（1997）幼児の基本的生活習慣におけるデモクラティック要因の影響：3歳～5歳の就園児を対象に．日本保育学会大会研究論文集． 50． 574-575
- ²⁰ 柴野昌山（1989）しつけの社会学．世界思想社

- ²¹ 入谷仁士 (2007) 幼児の朝食摂取習慣の要因に関する研究：母親の生活習慣を中心として. 日本体育学会大会予稿集. 58. 311
- ²² 石見百江 (2013) 保護者の生活習慣が幼児の食生活におよぼす影響. 岐阜市立女子短期大学研究紀要. 63. 31-36
- ²³ 前大道教子ら (2015) 幼児への食教育と幼児の生活習慣・健康状態・食習慣および保護者の食意識との関わり. 比治山大学紀要. 21. 209-220
- ²⁴ 久野一恵ら (2007) 食育の観点からみた幼児の生活習慣と親の知識・意識の関連. 佐賀大学文化教育学部研究論文集. 11. 2. 15-29
- ²⁵ 今井靖親ら (1999) 保育所における子育て支援の現状と課題 (1)：子育てに関するアンケート結果より育児困難の実態を探る. 桜花学園大学研究紀要. 1. 1-18
- ²⁶ 李 媛・山下亜紀子・津村美穂 (2012) しつけと虐待に関する認識と実態—未就学児の保護者調査に基づいて—. 日本家政学会誌. 63. 7. 379-390
- ²⁷ 村松十和 (2003) 育児場面における母親の衝動的な感情と行動の分析. 岐阜医療技術短期大学紀要. 19. 17-24
- ²⁸ 砂川友美・宮崎美砂子 (2011) わが国における乳幼児をもつ親世代の生活習慣の実態と乳幼児をもつ親世代を対象とした生活習慣病予防と生活習慣改善への支援についての文献検討. 千葉看会誌. 17. 2. 47-54
- ²⁹ 金岡緑 (2011) 乳幼児をもつ母親の生活習慣と精神的健康および育児に対する自己効力感との関連. 日本助産学会誌. 25. 2. 181-190
- ³⁰ 上田由香理 (2013) 幼児期からの生活習慣病予防を目的とした母子を対象とする栄養教育の試み—食事バランスガイド診断を活用して—. 日本栄養士会雑誌. 56. 5. 355-363
- ³¹ 松原達哉ら (1995) 幼児の基本的生活習慣の発達の研究. 鶴見大学紀要 第4部 人文・社会・自然科学篇. 32. 207-236
- ³² 谷田貝公昭 (2008) 子どもの生活習慣はどう変化したか. 児童心理. 62. 11. 37-42
- ³³ Doll, E.D. (1947) Vineland Social Maturity Scale, Manual of Direction. Educational test Bureau.
- ³⁴ 鈴木清 (1961) 社会成熟度診断検査手引. 日本文化科学社
- ³⁵ 三木安正 (1970) 社会生活能力検査手引. 日本文化科学社
- ³⁶ 西本脩 (1965) 幼児における基本的生活習慣の自立の年齢基準. 大阪樟蔭女子大学論集. 3. 42-80
- ³⁷ 谷田貝公昭・高橋弥生 (2007) データでみる幼児の基本的生活習慣—基本的生活習慣の発達基準に関する研究. 一藝社
- ³⁸ 松原達哉・二宮玲子・和泉沙稚子 (1989) 子どもの生活能力の情報量規準AICに基づく要因分析. 日本保育学会保育学年報
- ³⁹ 松原達哉 (1990) 生活能力の発達と育て方. 幼児の成長とその導き方 (村山貞雄編著). サンマーク出版. 203-221
- ⁴⁰ 細矢静子・大島恒子 (1981) 子どもの基本的生活習慣の自立に関する研究. 児童研究所紀要. 5. 1-7
- ⁴¹ 鈴木えり子 (2001) 乳幼児の生活習慣及び能力に関する一考察 (Ⅱ). 研究紀要. 46. 25-38
- ⁴² 中野貴博・春日晃章・村瀬智彦 (2009) 幼児の基本的生活習慣獲得の実態と領域別獲得状況の検討. 日本体育学会大会予稿集. 61. 182

- 43 小島由記子・山田浩平（2011）幼児の生活習慣の実情と課題—附属幼稚園における園児を対象として—。愛知教育大学保健環境センター紀要。10。15-21
- 44 須永進・青木知史・堀田典生（2016）子どもの成育と健康度に関する研究Ⅲ：基本的生活習慣の獲得。三重大学教育学部研究紀要（自然科学・人文科学・社会科学・教育科学・教育実践）。67。169-174
- 45 清水敦彦・板場昌栄ら（2008）幼児の基本的生活習慣の研究Ⅳ—特に着脱衣を中心に—。足利短期大学研究紀要。28。31-34
- 46 金山 美和子（2006）幼稚園・保育所における排泄の習慣形成に関する考察：保育者の意識調査から見た幼児の援助と家庭連携について。児童文化研究所所報。28。15-26
- 47 原田眞澄（2004）幼児の手洗い技術に関する研究。中国学園紀要。3。97-102
- 48 関豪・辻とみ子・関巖（2008）幼稚園児における体力と生活習慣ならびに食育との関連性。名古屋文理大学紀要。8。75-86
- 49 藤井望美・小林秀昭・蔵満保幸（2014）幼児の運動の能力に対する生活・運動習慣の複合的関連。札幌国際大学紀要。45。87-89
- 50 前橋明・島田ミチコ（2002）幼児期の健康管理に関する研究—生活習慣に及ぼす就寝ならびに起床時刻の影響—。聖和大学論集。30。89-98
- 51 服部伸一・足立正ら（2004）テレビ視聴時間の長短が幼児の生活習慣に及ぼす影響。小児保健研究。63。516-523
- 52 足立美幸（1996）看護栄養学。医歯薬出版
- 53 鈴木雅子（1998）新・今「子供」が危ない。学研
- 54 関口コノエ（2002）幼児の食習慣と生活習慣の関連性の検討。盛岡大学短期大学部紀要。12。49-59
- 55 河原紀子（2007）乳幼児の食行動における自律プロセス—養育者との対立と調整を中心に—。京都大学博士学位論文
- 56 外山紀子（2008）発達としての共食。新曜社
- 57 千代田区富士見幼稚園（1964）基本的生活習慣をどのようにして育てるか。幼児の教育。64。4
- 58 山下俊郎（1970）保育学講座5 幼児の生活指導。フレーベル館
- 59 同上
- 60 松村真代（1966）幼稚園教育における道徳性の芽えの育成としての基本的生活習慣の形成。奈良学芸大学教育研究所紀要。2。113-124
- 61 堂野恵子（1979）基本的生活習慣の確立と教育。児童心理。33。13。78-86
- 62 前掲36
- 63 山本多喜司（1986）いま、なぜ「生活習慣」か。児童心理。40。9。1-10
- 64 玉瀬耕治（1986）生活習慣はどのように身にについていくか—生活習慣の心理学—。児童心理。40。9。11-19
- 65 坂口りつ子・北村洋子・豊永家壽子（1981）幼児の生活習慣形成に関する保育者の意識（第1報）—しつけの現状—。日本家庭教育学会誌。24。2。42-48
- 66 坂口りつ子・北村洋子・豊永家壽子（1981）幼児の生活習慣形成に関する保育者の意識（第2報）—しつけの時

期と内容一. 日本家庭教育学会誌. 24, 2. 50-54

- ⁶⁷ 辻禎子・藤原節子・前田タケ子・立石睦子(1986) 家庭におけるしつけの実態と問題点—幼児の基本的な生活習慣を中心として—, 日本家庭教育学会誌. 29, 3. 24-28
- ⁶⁸ 砂上史子(1998) “管理的しつけ”と“しつけ無用論”, 幼児教育への招待(森上史朗編), ミネルヴァ書房. 230
- ⁶⁹ 平井信義(1987) 子ども学研究・1. 建帛社. 77
- ⁷⁰ 平井信義(1987) 「基本的な生活習慣」のとらえ方を再検討する, 子ども学研究・1. 70-80
- ⁷¹ 前掲58
- ⁷² 第34回教育と医学大会シンポジウム「しつけを見直す—自主性と幼児教育—」1987年開催. 発言要旨. 教育と医学. 36. 144-73
- ⁷³ 宮原和子・中村尋子(1988) 子どもの自立と応答的保育—園におけるしつけを考える—, 教育と医学. 36, 1. 33-38
- ⁷⁴ 成富清美(1988) 乳幼児期における基本的な生活習慣の形成の見直し, 教育と医学. 36, 1. 39-44
- ⁷⁵ 安武智里(1988) 幼稚園の立場からのしつけの問い直し—幼児期の基本的な生活習慣の形成という観点から—, 教育と医学. 36, 1. 45-50
- ⁷⁶ 山下ひふみ(1984) 家庭と幼稚園における健康生活習慣の指導, 日本保育学会大会研究論文集. 37. 260-261
- ⁷⁷ 文部省(1989) 幼稚園教育要領解説. フレーベル館
- ⁷⁸ 斎藤美知子(1998) 基本的な生活習慣の確立について—幼稚園にいきたくない子との関連から—, 日本保育学会大会研究論文集. 51. 70-71
- ⁷⁹ 中澤明美・本多譲(2000) 幼稚園における基本的な生活習慣の指導—保育者の意識調査を中心に—, 日本保育学会大会研究論文集. 53. 826-827
- ⁸⁰ 柴田智世(2004) 生活習慣の自立と意欲, 日本保育学会大会発表論文集. 57. 722-723
- ⁸¹ 山崎紀子(2008) 自立の芽生えを促す指導・援助の工夫—基本的な生活習慣の育成を通して—第6回教育研究大会報告, 創大教育研究. 17. 34-36
- ⁸² 小林芳郎(2012) 幼児期における生活能力に関する発達の研究—生活習慣と生活能力の相関関係—, 大阪総合保育大学紀要. 7. 15-34
- ⁸³ 藤原八重子(2012) 幼稚園における基本的な生活習慣の現代的課題—保育実践の分析からの一考察—, 大阪総合保育大学紀要. 7. 269-288
- ⁸⁴ 高橋弥生(2015) 幼稚園教育要領・保育所保育指針における基本的な生活習慣の取り扱いの変遷, 目白大学総合科学研究. 11. 1-18
- ⁸⁵ 前掲68
- ⁸⁶ 外山紀子(2015) 習慣形成の心理学, 児童心理. 69, 8. 46-52
- ⁸⁷ 安保理香・藤田輝夫(1997) 幼児期における基本的な生活習慣の形成について, 秋田大学教育学部研究紀要. 教育科学. 52. 147-157
- ⁸⁸ 松田純子(2006) 子どもの生活と保育—「かたづけ」に関する一考察—, 実践女子大学生生活科学部紀要. 43. 61-71

- 89 前掲6
- 90 前掲1
- 91 岡本夏木（2005）幼児期 - 子どもは世界をどうつかむか-. 岩波新書
- 92 中田基昭（2014）子育てと感受性 - 乳幼児との豊かな関係をめざして. 創元社
- 93 山名淳（2012）「もじゃべー」にくしつけ>を学ぶ一日常の「文明化」という悩みごと. 東京学芸大学出版会
- 94 柴田いつ（1972）幼児のあそびと生活習慣：T児の記録をととして. 幼児の教育. 71, 6. 14-21
- 95 前掲80
- 96 鈴木幸子・岩立京子（2010）幼稚園の帰りのあいさつ場面におけるルーティン生成の過程—3歳児の分析から—. 保育学研究. 48, 2. 74-85
- 97 山本聡子（2013）幼稚園の移行時間に関する研究—登園後の時間に着目して—. 日本乳幼児教育学会第23回大会研究発表論文集. 182-183
- 98 伊藤崇（2014）保育所での活動移行過程における子どもたちによる呼びかけ行動の分析. 子ども発達臨床研究. 5. 1-11
- 99 永瀬祐美子・倉持清美（2011）集団保育における遊びと生活習慣行動の関連—3歳児クラスの片付け場面から—. 保育学研究. 49, 2. 73-83
- 100 平野麻衣子（2014）片付け場面における子どもの育ちの過程—両義性に着目して—. 保育学研究. 52, 1. 68-79
- 101 七木田敦・林よし恵ら（2011）発達に課題のある幼児の幼稚園適応に関する実践的研究—適応過程とその関連要因の検討を中心に—. 広島大学学部・附属学校共同研究機構研究紀要. 39. 45-50
- 102 枅見瑛莉佳・佐島毅（2011）盲幼児の日常生活動作獲得の発達的特徴に関する研究—食事・着脱衣・清潔領域における視点から—. 障害科学研究. 35. 65-78
- 103 金子亜由美（2013）幼稚園における一人ひとりの育ちにに応じた指導の在り方. 埼玉大学教育学部教育実践総合センター紀要. 12. 29-36
- 104 松本美佐子ら（2014）5歳時の社会能力を予測する3歳時の気になる行動に関する縦断研究. 日本保健福祉学会誌. 20, 2. 3-13
- 105 金山美和子（2006）幼稚園・保育所における排泄の習慣形成に関する考察：保育者の意識調査から見た幼児の援助と家庭連携について. 児童文化研究所所報. 28. 15-26
- 106 高橋順子・首藤敏元（2008）保育の展開と家庭との連携—3年保育3歳児の実践を通して—. 埼玉大学教育学部附属教育実践総合センター紀要. 7. 315-324
- 107 小鴨治鈴・堀奈美ら（2015）幼稚園のお弁当を通じた食育プログラム—保護者の食に対する意識の変容に着目して—. 広島大学 学部・附属学校共同研究機構研究紀要. 43. 43-51
- 108 宮本文人・中尾友子（2007）幼稚園における園児の生活習慣行動と生活支援空間. 日本建築学会計画系論文集. 611. 45-51
- 109 佐野裕子・高尾公矢（2015）3歳未満児の健康生活に関わる家庭的保育者の支援—生活習慣形成を手がかりとして—. 聖徳大学研究紀要（聖徳大学26・聖徳大学短期大学部48）. 47-53
- 110 五月女裕之・大森玲子（2008）幼児の生活習慣と地域特性との関連：東京都文京区と栃木県宇都宮市における比較調査から. 宇都宮大学教育学部教育実践総合センター紀要. 31. 129-135.

- ¹¹¹ 進野智子・小林 小夜子 (1999) 幼稚園から小学校への移行に関する発達心理学的研究I. 長崎大学教育学部紀要 (教育科学). 56. 63-70
- ¹¹² 長谷部比呂美・池田裕恵・日比暁美・大西頼子 (2015) 保育者評定による最近の幼児に見られる変化：小1プロブレムの背景要因. 淑徳短期大学研究紀要. 54. 31-48
- ¹¹³ 木山徹哉・山田英俊ら (2007) 新入児童の状況と保・幼・小連携の課題：福岡県行橋市の小学校教員を対象とした質問紙調査の分析を中心に. 九州女子大学紀要 (人文・社会科学編). 44, 3. 31-49
- ¹¹⁴ 角谷詩織・井上 久祥 (2015) 小学1年生が積極的に取り組む授業の特性. 上越教育大学研究紀要. 34. 101-110