

研究課題：子どもの元気向上計画立案に関するアクション・リサーチ

研究代表者：野井真吾

近年、子どもの元気が心配されている。だが一方で、この問題を解決するための第一段階の作業として実施した『学校保健統計調査報告書』や『体力・運動能力調査報告書』の分析では、子どもの元気を心配させるような結果は示されなかった。すなわち、疾病・異常被患率では、「う歯」と「裸眼視力 1.0 未満の者」の割合が比較的高く、5 歳では 42.95%と 25.48%、11 歳では 48.45%と 42.31%、14 歳では 51.88%と 54.46%に至っているものの、それ以外の項目は高くても 10%程度に止まっている。また、新体力テスト合計点の年次推移においても、低下どころか小学生では緩やかに、中学生以上では明らかに上昇し続けている。ならば、子どもの元気は心配ないのかというと、必ずしもそうとはいえない。そこで本研究では、心配されている子どもの元気に対する心配として自律神経機能、前頭葉機能、睡眠・覚醒機能の問題を想定し、その実態把握に努めることを目的とした。対象は、首都圏の公立小学校 2 校に在籍する小学 1～6 年生 720 名（男子 361 名、女子 359 名）であり、すべての調査は、2012 年 10 月に実施された。本研究の結果、対象者の自律神経機能、選択反応能力、睡眠・覚醒機能は、多くの日本の子どもたちのそれらと大差がない様子を確認することができた。また、そのような対象者に対して行われた睡眠状況、登校前活動別の各測定指標の比較では、記号記憶検査による想起個数と go/no-go 実験による不活発型の出現率で特徴的な結果が導かれ、前者では「勉強」や「外活動」といった登校前の活動が、後者では「寝つき」や「目覚め」といった睡眠状況が短期記憶能力や選択反応能力といった機能を左右する可能性を推測させるものであった。そのため、本研究の結果を踏まえて行われた調査対象校の教諭との協議では、登校前の時間帯に注目した実践の創造が今後の課題であり、そのための次のステップとして、学校現場における種々の朝活動実施日と非実施日におけるその後の覚醒水準の比較検討が次年度の研究課題であるとの見解で一致した。