

# 夜型化社会の中での幼児の生活リズムと 体力、身体活動量との関係

研究種目： 基盤研究(C)

研究期間： 2015年度～2017年度

研究分野： 家政・生活学一般

生活福祉文化学部 生活福祉文化学科

准教授 石井 浩子



本研究では、保育園幼児の生活習慣の調査とともに、身体状況として体格(カウプ指数)、身体活動量(歩数)の測定、体力として両手握力値の測定を行い、それらの関連性を分析し、健康管理の面から問題点やその誘因を見いだすこととした。

身体活動量は、ライフコーダや歩数計を幼児に1日装着してもらい、運動量や歩数、運動強度を把握し、これを1週間測定し、生活習慣との関連を分析していく。

これら個々の幼児の調査・測定結果を整理して、学期ごとに各家庭に知らせるとともに、子どもが抱える健康上の問題点の改善策をまとめ、保育園での改善や健康づくりの取り組みとして保育計画に取り入れ、保育実践に結び付けていく。そして、調査・測定結果を反映させた幼児の健康づくりのシステム化を図っていく。

主な著書

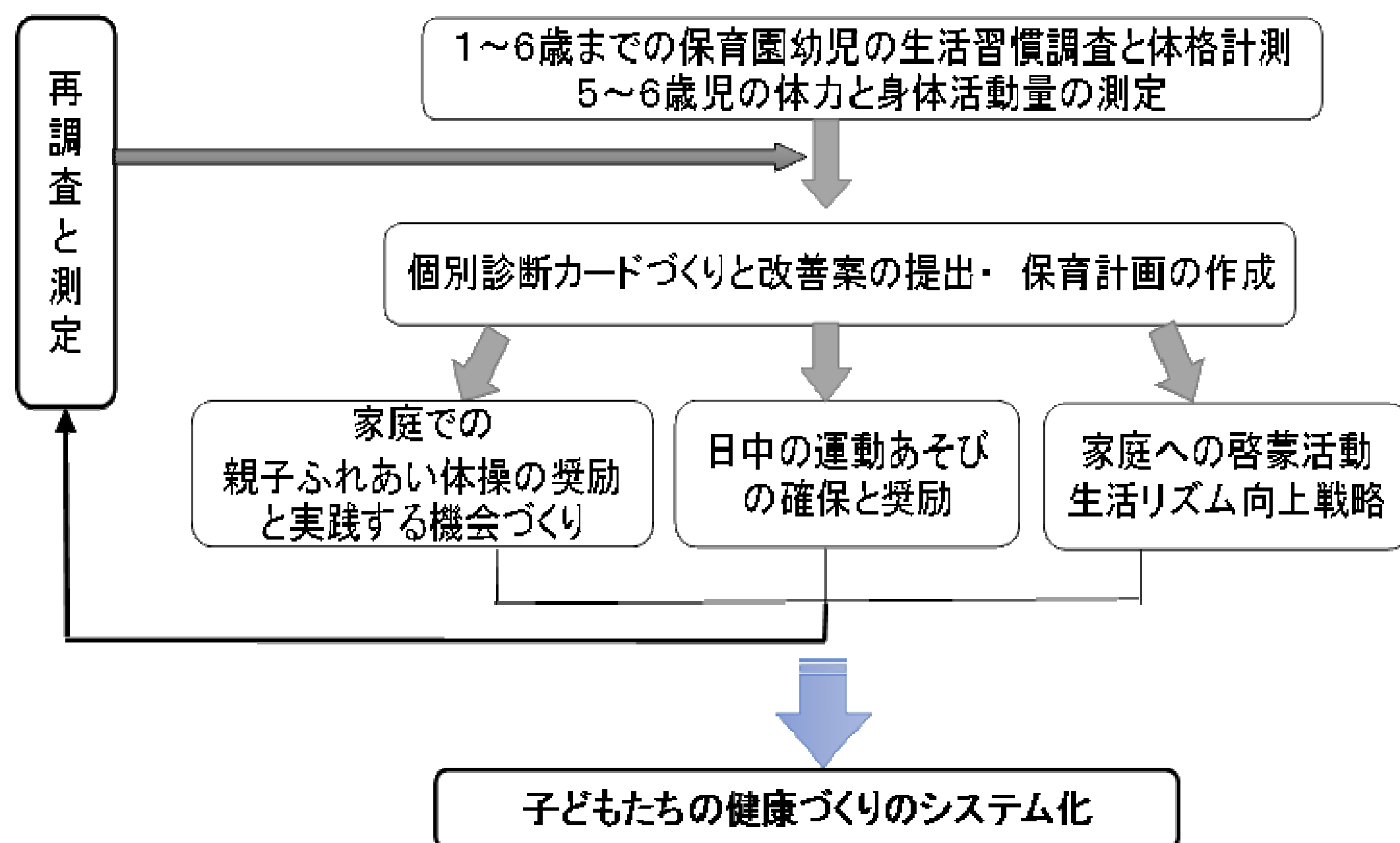
「広島市の保育園幼児の体格、体力・運動能力—2011年～2013年の実態—」『幼児体育学研究』6(1) pp.53-60 2014  
金 賢植・馬 佳濛・松尾瑞穂・石井浩子・前橋 明

「子どもの育つ生活環境と人のかかわり」『生活福祉文化資源の探求 これからの日本の生活様式を求めて』ナカニシヤ出版 pp.89-102 2013 京都ノートルダム女子大学生生活福祉文化学部編(石井浩子他14名で執筆, 第6章担当)

「幼稚園幼児の生活状況と体力・運動能力との関連—テレビ・ビデオ視聴時間の分析を中心に—」『幼児体育学研究』5(1) pp.21-28 2013 金 賢植・松尾瑞穂・馬 佳濛・石井浩子・前橋明

『手あそび・ゲーム・体操 ふれあいあそび大集合』ひかりのくに pp.11-57, 59-79, 111-127 2011 前橋 明編著, 石井浩子

「子どもの心身の発達と心の健康」『乳幼児の健康』 大学教育出版 pp.38-62 2010 前橋 明編, 石井浩子・岩城淳子・佐野裕子



京都ノートルダム女子大学  
研究・情報推進課

電話：075(706)3789  
FAX：075(706)3793

電子メール：kenkyu@notredame.ac.jp