川崎医療福祉学会誌　Vol. 15　No. 2　2006　601–605

短　報

岡山県の小学校養護教諭の姿勢への関心と姿勢教育実施現状について

橋本昌栄[*1]　藤原禎子[*1]　米谷正造[*2]　木村一彦[*2]

要　　約

体の歪みは中学生期で最も生じやすいと言われている．姿勢教育の第一段階と考える小学校において主に姿勢教育を行う養護教諭の姿勢に対する考え及び学校での取り組みの実態について明らかにすることを目的とした．2005年７月から８月にかけて，岡山県内全校の小学校養護教諭を対象に行った．「姿勢に関する教育・指導」についての質問紙法による調査を行った．

① 中央教育審議会答申に記載されている子どもの姿勢の内容に必要を感じている教諭は感じていない教諭より児童に対して姿勢教育を行っている者が有意に多かった．

② 姿勢教育実施の有無は教諭の年齢や児童数に関係なく行われていた．

③ 姿勢教育実施校は机・椅子の適合も行われていた．

以上の結果より，養護教諭が児童の姿勢に対して関心を持ち，机・椅子の適合と連動させて姿勢教育を行うことで一層の効果が期待できると考えられた．

緒　　言

子どもの姿勢について正木[1]は20年も前に「最近増えていると実感されている問題のワースト３の中に必ず姿勢が含まれているのが現状問題」と述べており，戎[2]によって机にうつぶせになる，椅子にもたれ掛かるといった不良姿勢の子どもについて述べられている．このように子どもの姿勢について問題視している文献は少なくない．また，野井ら[3]は中学生の時に体の歪みが最も生じやすいことを述べている．

著者ら[4]が大学生を対象として，大学内で使用している一定の高さの机・椅子に対する使用感について調査したところ，身長の高低に関わらず多くの学生が机・椅子を「ちょうど良い高さ」と意識していることが明らかとなった．この背景として身長に適した机・椅子の高さが分からない，正しい姿勢の保持が不十分である，姿勢で机・椅子の高さに合わせていることが考えられる．身長に合わない机・椅子の使用や机・椅子の高さに合わせた姿勢での利用は肩こりや腰痛の原因になることが考えられる．

このような結果にならないよう，正しい姿勢を獲得するためには不良姿勢によって体に歪みが生じてしまう前に，姿勢保持や姿勢が体に及ぼす影響などについて理解しておく必要があると考える．そこで本研究は，姿勢教育の第一段階と考える小学校において行われている姿勢教育について，小学校養護教諭の姿勢への関心と養護教諭が学校で取り組んでいる姿勢教育の現状について明らかにすることを目的とした．

研 究 方 法

１．調査対象と方法

岡山県に所在する436校全ての小学校勤務の養護教諭を対象とし，「姿勢に関する教育・指導についてのアンケート」について自己記入方式の質問紙法調査を１校に１部郵送法で実施した．2005年７月下旬から８月上旬にかけて行った．養護教諭の複数配置校においては，養護教諭全体の取り組みを回答してもらっている．

193校から回答が得られ，データの揃っていた有効回答数は192部（44.0%）であった．

２．調査内容

質問内容は属性，姿勢に対する考え，今年度の姿勢教育実施の有無，机・椅子の適合等に関する内容から構成されている．なお，姿勢教育の実施につい

*1 川崎医療福祉大学大学院　医療技術研究科　健康体育学専攻　*2 川崎医療福祉大学　医療技術学部　健康体育学科
（連絡先）橋本昌栄　〒701-0193　倉敷市松島288　川崎医療福祉大学
E-Mail: w6304007@mw.kawasaki-m.ac.jp

ては，養護教諭が担当したもののみの回答となっている．

3．倫理的配慮

川崎医療福祉大学倫理委員会で許可の得られた藤原[5]の方法と同様の手法を用いた．すなわち調査にあたっては研究目的，調査内容，データの使用方法，データ廃棄処理法，提出後は撤回できない旨についての説明文を同封し，アンケート冒頭に承諾書をつけ，承諾を得られた者にのみ回答してもらった．

4．分析

検定にあたってはSPSS 12.0 for windowsを用い，単純集計，χ二乗検定，クロス集計を行った．統計学的有意水準は5%以下とした．

結　　果

1．回答者及び回答校の属性

（1）性別

回答者192人，全員が女性であった．

（2）年齢

年齢を「20代」「30代」「40代」「50代」の4つに分けた．各年代の人数は「20代」36人（18.8%），「30代」32人（16.7%），「40代」79人（41.1%），「50代」45人（23.4%）であった．

（3）児童数

学校教育法施行規則第二十条[6]に記載されている「一学級の児童数は，四十以下を標準とする」に基づいて，1校あたりの児童数を「240人以下」「241–480人」「481人以上」の3群に分けた．

「240人以下」113校（63.4%），「241–480人」33校（18.5%），「481人以上」32校（18.0%）であった．

2．養護教諭の姿勢に対する考え（図1）

児童の姿勢については研究誌や機関誌だけでなく中央教育審議会答申（以下、中教審）（2002）「子どもの体力向上のための総合的な方策」[7]においても取り上げられている．この答申に記載されている姿勢に関する内容「家庭や学校で子どもがきちんとした姿勢で過ごすことができるようにしていくとともに地域でも子どもの姿勢を気にかけ，声をかけていくなど地域ぐるみで取り組むことが必要である」について必要性を感じるかどうかを質問したところ，「とても感じる」67人（35.1%），「少し感じる」98人（51.3%），「どちらともいえない」13人（6.8%），「あまり感じない」11人（5.8%），「全く感じない」0人（0.0%），「分からない」2人（1.0%）であった．

3．学校で行われている姿勢教育について

（1）児童に対する姿勢教育の実施（図2）

県内の小学校で行われている姿勢教育の実施状況について知るために「本年度、児童生徒に対して姿勢に関する教育・指導を行いましたか」と質問し，「はい」「9月以降に行う」「いいえ」「分からない」の4つの選択肢を設けた．結果は「はい」38人（19.7%），「9月以降に行う」96人（49.7%），「いいえ」48人（24.9%），「分からない」11人（5.7%）であった．

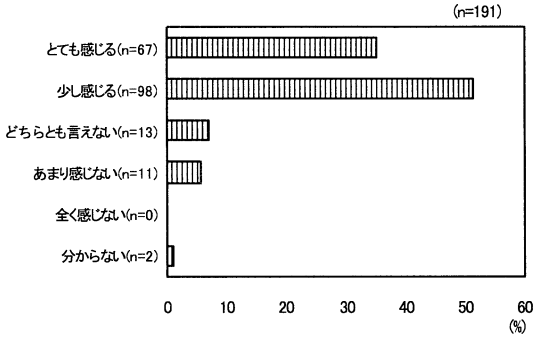

図1　中教審の内容に必要性を感じる場合

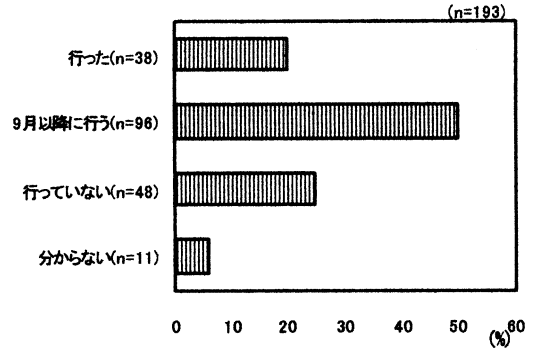

図2　本年度の児童に対する姿勢教育実施の有無

姿勢教育の実施の有無とその要因について検討するため，「分からない」と回答した11名を除く181名の回答のみを用いて以下の比較，検討を行った．

（2）中教審に対する考えと学校で取り組んだ姿勢教育との関係（図3）

中教審に記載されている姿勢に関する内容に対する必要性と本年度に学校で行われた児童を対象とした姿勢教育との関係について比較を行った．

中教審の内容に必要性を「とても感じる」と回答したもので本年度，姿勢教育を「行った」21人（32.3%），「9月以降に行う」34人（52.3%），「行っていない」10人（15.4%）であった．「少し感じる」ものでは，姿勢教育を「行った」13人（14.3%），「9月以降に行う」51人（60.0%），「行っていない」27人（29.1%）であった．「どちらともいえない」ものでは姿勢教育を「行った」2人（15.4%），「9月以降に行う」7人（53.8%），「行っていない」4人（30.8%）であった．「あまり感じない」と回答したものでは姿勢教育を「行った」1人（11.1%），「9月以降に行う」2人（22.2%），「行っていない」6人（66.7%）

であり,「分からない」と回答したものでは姿勢教育を「行った」0人(0.0%),「9月以降に行う」及び「行っていない」1人(50.0%)であった.

中教審の内容に対して必要性を「とても感じる」「少し感じる」と回答した教諭は姿勢教育を「行った」「9月以降に行う」が合わせて84.6%と74.3%であったのに対して,必要性を「あまり感じない」と回答した者では33.3%と低率であったことから,中教審の内容に対する必要性と姿勢教育の取り組みとの間に有意な関係が認められた.

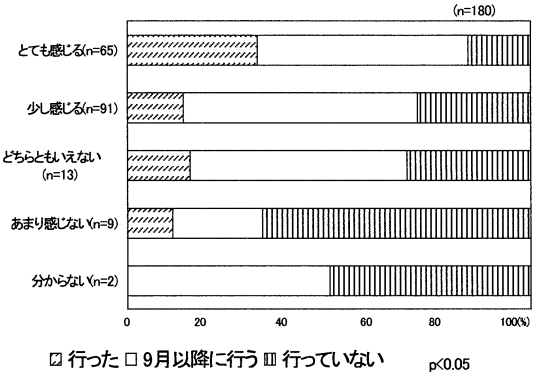

図3　中教審の必要性と姿勢教育実施の関係

4．姿勢教育の実施の有無と児童数,養護教諭の年齢との関係

(1)姿勢教育の実施の有無と児童数

姿勢教育実施の有無と先に分けた3群の児童数との関係をみた.その結果,姿勢教育の実施の有無と児童数との間には有意な関係は認められなかった.

(2)姿勢教育の実施の有無と養護教諭の年齢

養護教諭の年齢を小・中・高等学校のいずれかで正しい姿勢に対する関心を高めることを目的に含んだ徒手体操の経験の有無によって「30代以下」「40代以上」の2群に分けた.姿勢教育実施の有無と養護教諭の年齢との関係を比較したところ,児童数と同様に有意な関係は認められなかった.

また,年齢と勤務年数は相関関係にあり,姿勢教育の実施の有無と養護教諭勤務年数との間もに有意な関係は認められなかった.

5．姿勢教育実施の有無と児童が使用する机・椅子の適合との関係(図4)

「机・椅子どちらか一方でも児童の身長に適合させていますか」と質問し「はい」「いいえ」「分からない」の選択肢を設け,姿勢教育実施の有無と机・椅子適合との関係を比較した.

姿勢教育を「行った」と回答したもので「適合させていますか」の質問に「はい」37校(97.4%),「いいえ」0校(0.0%),「分からない」1校(2.6%)であった.「9月以降に行う」と回答したものでは「はい」82校(85.4%),「いいえ」10校(10.4%),「分からない」4校(4.2%)であり,「行っていない」の回答では「はい」37校(78.7%),「いいえ」1校(8.5%),「分からない」2校(12.8%)であった.

姿勢教育を「行った」学校では机・椅子の適合がなされているところが多く,反対に姿勢教育を「行っていない」学校ではその割合は低く,有意差が認められた.

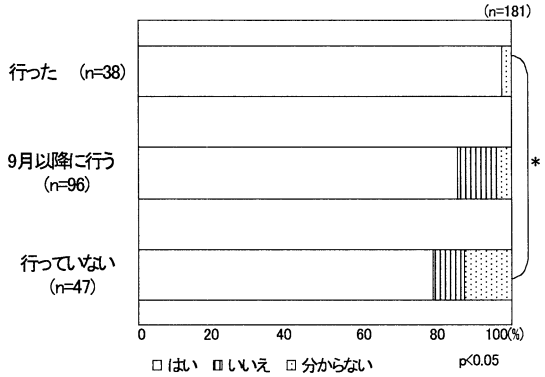

図4　姿勢教育実施の有無と机・椅子適合作業の有無

6．机・椅子の適合作業の有無と児童数,養護教諭の年齢,中教審に対する考えとの関係

(1)机・椅子の適合作業の有無と児童数(図5)

机と椅子を児童の身長に適合させているかどうかと先に分けた児童数との関係をみた.

適合させていると回答した154校の児童数は「240人以下」109校(70.8%),「241–480人」27校(17.5%),「481人以上」18校(11.7%)であった.適合させていない12校の児童数は「240人以下」2校(16.7%),「241–480人」2校(16.7%),「481人以上」8校(66.7%)であり,分からないと回答した11校の児童数は「240人以下」2校(18.2%),「241–480人」3校(27.3%),「481人以上」6校(54.6%)であった.

適合が行われている学校は児童数が少なく,反対に行われていない学校は児童数が多く,有意差が認められた.

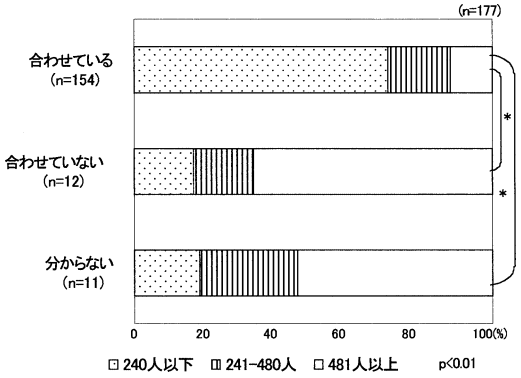

図5　机・椅子適合作業の有無と児童数の関係

（2）机・椅子の適合作業の有無と養護教諭の年齢

机・椅子の適合作業の有無と2群に分けた教諭の年齢との関係を比較したところ，有意差は認められなかった．

（3）机・椅子の適合作業の有無と中教審に対する考え

この二つの関係を比較したところ，有意な関係は認められなかった．

考　　察

1．養護教諭の姿勢に対する意識と姿勢教育

中央教育審議会答申では体力向上のための一つの対策として正しい姿勢で生活を送ることが重要であり，そのためには学校でも家庭でも地域でも日常生活の中で子どもに姿勢の大切さを教える事が重要であると述べられている．

姿勢を正しく保つことは容易でないが，正しく保つことで見た目が美しいだけでなく立位・座位問わず体に掛かる負担は軽減され，不良姿勢から起こる腰痛や肩こりを防ぐことができる[8−9]．つまり，姿勢を正しく保つことは多くの利点がある．

しかし，前述したように，子どもの姿勢に関する文献の中で姿勢の悪さが述べられているものを多く目にし，結果2で示したように中教審の記載内容に必要性を「とても感じる」35.1%，「少し感じる」51.3%と全体の85%以上の養護教諭がいるものの，残りの者はあまり必要性を感じていなかったり，必要かどうか分からない結果となった．

中教審の内容への関心と養護教諭が行った姿勢教育との関係については，中教審の内容に必要性を「感じる」と回答した養護教諭の学校ほど姿勢教育の実施は74.3–84.6%と高率であったのに対して，養護教諭が必要性を「あまり感じない」学校では姿勢教育実施は33.3%と低率であった．

児童に対して姿勢教育が行われるかどうかは養護教諭の姿勢に対する関心や意識が関係していることが伺える．重ねて，姿勢教育実施の有無と教えられる側の児童数，教える側の養護教諭の年齢，勤務年数とは有意差が認められなかったことから，姿勢教育実施には養護教諭の姿勢に対する考えが重要であることが言える．

2．姿勢教育と机・椅子の適合

小学校における机・椅子の適合率は加藤ら[10]によると，机3.4%，椅子4.8%であり，福田ら[11]によって机と椅子の完全適合率は5%という極めて低率であることが述べられている．また，緒言でも述べたように，著者ら[4]が大学で調査した結果では身長に適していない机・椅子を使用していても，その高さが自身に合っていると感じている学生が50–75%いることが明らかになっている．

これも姿勢教育を行っている学校では97.4%が，また9月以降に行う学校では85.4%が机・椅子のどちらか一方でも適合を行っていた．机・椅子の適合は結果6でみたように適合させている学校の70.8%が児童数240人以下の学校であり児童数によって大きく左右されている．しかしながら，養護教諭の年齢や中教審への考えとの間に有意な関係は認められず，学校規模の問題であるとすれば，大規模校の困難があることは承知しているが，担任や保護者，児童と連携を図って適合させることで解消できるのではないだろうか．机・椅子を適合させることで姿勢教育が広い範囲で行え，姿勢に対する意識も高まることになる．

姿勢教育はただ教えるだけでなく学校や家庭で身近に使用している机・椅子とを関連づけることで姿勢の大切さ，身長に適した机・椅子の使用の重要さを児童がより理解できるのではないかと考える．

今回の調査より，小学校で行われている姿勢教育は教える側の養護教諭が姿勢に関心があるかどうかによって左右されていることが明らかとなった．これより姿勢教育は教える側の教諭が姿勢に対して関心や意識を持つことから始まるといえる．姿勢教育を行うことと連動して机・椅子の適合作業も行い，より一層姿勢に対して理解を深めたり重要さを理解することができ良い循環ができることを期待する．

文　　献

1）正木健雄：体型・姿勢・構えの科学　―体験的段階からみた子どもの姿勢―．体育の科学，**35**(11)，815–819，1985．
2）戎利光：子どものからだの健康科学．初版，不味堂出版，東京，242–247，2000．
3）野井真吾，岡崎勝博，小沢治夫，正木健雄：中学生の考える“よい姿勢”に関する研究　―全身5カ所の姿勢角及びアンケートからの分析―．学校保健研究，**38**(5)，425–433，1996．
4）橋本昌栄，藤原禎子，藤塚千秋，藤原有子，米谷正造，木村一彦：高さが一定の机と椅子を使用する学生の使用感と姿勢について．川崎医療福祉学会誌，**15**(1)，309–315，2005．
5）藤原有子，橋本昌栄，藤原禎子，米谷正造，木村一彦：小学校教諭の水泳経験と児童・生徒への月経時の水泳に対する

指導について．岡山体育学会・日本体育学会岡山支部研究発表会抄録集，5－6，2005．
6）学校教育法施行規則（抄）（1947．5．23）第二十条一学級の児童数
（http://kescriv.kj.yamagata-c.ac.jp/shokai/takahashi/lowgksk.htm） 2005．9．7取得
7）中央教育審議会答申（2001．1）子どもの体力向上のための総合的な方策について
http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo0/toushin/02001a.htm 2005．2．15取得
8）作田学：頭痛と肩こりの医学．東京内科医会誌，**20**(1)，31–32，1992．
9）河端正也：腰痛テキスト—正しい理解と予防のために．初版，南江堂，東京，20–23，1992．
10）加藤昌彦，大内一雄：学校用家具の実態調査 NO．2．福島大学教育研究所所報，(39)，75–80，1976．
11）福田英昭，小仙敏彦：学校用家具の現状と改善点—普通教室用机・椅子に関する実態調査．琉球大学教育学部紀要，**55**，207–220，1999．

（平成17年12月10日受理）

School Nurse's Interest in a Students' Correct Posture and the Actual Conditions of Working on Correct Student Posture in Elementary Schools in Okayama Prefecture

Masae HASHIMOTO, Sachiko FUJIWARA, Syozo YONETANI and Kazuhiko KIMURA

(Accepted Dec. 10, 2005)

Key words : elementary school, a school nurse, posture education, Okayama prefecture

Abstract

It is known that body contortion occurs frequently in junior high school students.The purpose of this study was to make clear [1)]the school nurse's interest in students' correct posture and [2)]the actual conditions of working on students' correct posture in elementary schools.

The questionnaire on student posture was carried out at all elementary schools with school nurses in Okayama prefecture in 2005.

As for the results, [1)]the school nurses who "?" work with the Central Education Council, concentrate on instilling correct posture in students, [2)]there is no relationship between working on correct posture and a school nurse's age or number of students, and [3)]while the school had a posture educator, they often only worked on fitting desks and chairs to student body size.

These results suggest that a school nurse's emphasis on student posture is important.If posture can be connected with the fitting of desks and chairs, it seems that students may become interested in their own posture themselves.

Correspondence to : Masae HASHIMOTO
Master's Program in Health and Sports Science
Graduate School of Health Science and Techology
Kawasaki University of Medical Welfare
Kurashiki, 701-0193, Japan
E-Mail: w6304007@mw.kawasaki-m.ac.jp
(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.15, No.2, 2006 601–605)