

新型コロナウイルス感染拡大防止対策を行いながらの身体づくり

発表者 鳥取福祉会津ノ井保育園 新 茂雄

1. 問題提起

2020年初頭から新型コロナウイルス（SARS-CoV-2）の感染によって引き起こされる急性呼吸器疾患（COVID-19）が世界的に流行し始めた。その特徴である潜伏性の高さから、人類の経済活動を利用して急速に感染を拡大し、全世界が感染症の危険に晒され、ロックダウンや入国制限、オリンピック延期など、人類が過去に経験していない事態に陥った。

日本でも警戒を高め徹底的な感染ルートの解明や行動自粛要請（ソフトロックダウン）で感染拡大の抑止を行ってきた。感染状況や社会情勢を踏まえながら、徐々に解除されながらも、基本的な感染対策に加えて密閉、密集、密接の「3密」を避ける事を中心とした施策を取りながら、感染拡大防止をしている現状がある。保育現場でも感染拡大を防ぐため、消毒・換気・出来る限りの「3密」を避ける対策を行っている。

筆者が所属する社会福祉法人鳥取福祉会では、鳥取福祉会新型コロナウイルス対策ガイドライン（鳥取福祉会, 2020）や鳥取福祉会新型コロナウイルス感染拡大に伴うBCP（鳥取福祉会, 2020）を作成し感染対策を行っている。乳幼児は、感覚的に人との接触で情緒の安定をはかったり、情動的に行動したりするなどの特性上、園児同士・保育士等との密を避けられない状況にあることから、完全な3密を避ける事は非常に困難である。そして、自助力確立途中、また身体の形質的、機能的発達途中であることから、大人のような対策が出来ない事も多い事を考慮する内容になっている。保育園の役割として一番大切な事は生命の保持であり、集団生活の場である特性上、行事・活動の縮小・自粛や活動場所の制限がやむなく行われている。

筆者が勤務する津ノ井保育園ではR元年度の園内研究『「主体性を育むための運動遊び」が実践される組織をめざして』（新, 2019）を実践している最中である。しかし、活動が中止・延期や換気・消毒・3密を徹底していく事で遊びの時間・空間・仲間（鳥取県, 2013）の確保が難しくなっているため、経験の場が不足している。スポーツ庁（2020）は感染症対策による活動制限・運動不足の長期化の影響として、子どもの場合、発育・発達不足を指摘している。保育園は子どもの健やかな成長保証をしていかなければならないと考え、保育園職員一丸となって感染対策を行いながらの健全な身体づくりに取り組んでいる。

2. 目的

新型コロナウイルス感染拡大防止対策を行いながら、主体性を育む運動遊びが実践できるように時間・場所・人との関わり方を工夫した保育の検証をしていきたい。

3. 研究方法

3-1 「感染症流行期での身体づくり」における保育の検証

研究参加者は、津ノ井保育園園児0歳児から5歳児までの119名、保育士等23名。園内感染対策委員会等各種会議を行いながら実践してきた感染症流行期での身体づくりを実践記録・保育週日案・職員アンケートを基に評価検証する。

3-2 「運動遊び時間の変化」

研究対象は津ノ井保育園（令和元年度と令和2年度）の3歳以上児が行った運動遊び実施時間。保育週日案と保育士への聞き取りで1日平均の運動遊びの時間を算出し、比較していく。

3-3 「子どもの体力面の変化」

研究対象は、津ノ井保育園5歳児26名。体力測定における4歳児から5歳児にかけての伸び率を津ノ井保育園過去2年間（R1年度・H30年度）の5歳児データと比較し考察していく。

4. 成果・課題

4-1 「感染症流行期での身体づくり」における保育の検証

4-1-1 感染対策の基本方針

筆者が所属する鳥取福祉会では、国や県、各種行政団体からのガイドラインや通知を元に「鳥取福祉会新型コロナウイルス対策ガイドライン」を作成し、「鳥取福祉会新型コロナウイルス感染拡大に伴うBCP」の作成や関連する「プールや感染症対策等のマニュアル」の見直しを行ってきた。新型コロナウイルス感染症は、発生段階や状況に応じて柔軟に対応して行く必要がある。そのため、鳥取県新型コロナウイルス感染症対策行動計画（令和2年4月8日改正）の発生段階に従い、国内発生期（県内感染未確認期・県内感染確認期）と県内発生期（県内感染拡大警戒期・市中感染又は身近な関係者の感染確認時）に分け、感染拡大防止対策を行っている。標準予防策としてマスクの着用、消毒、換気の配慮を行い、保育に伴う場面では、園児、保育士が密にならないような配慮を行った（表1）。また、夏季はマスク着用による熱中症が心配されていたため、運動遊びの配慮として、マスクを着用しなくても良い環境づくり（表2）と運動遊具等の消毒を行った。

【表1：鳥取福祉会新型コロナウイルス感染拡大に伴うBCP. 保育部（抜粋）】

内容
【国内発生期】（県内感染未確認期・県内感染確認期） ○標準予防策 ・マスク着用（3歳以上児）、手洗い、手指消毒 ・換気は2カ所以上の窓を開け1時間に5分から10分（季節により常時開放） ・環境消毒は次亜塩素酸Na（500ppm）で手すり、ドアノブなど子どももの触れる場所・保育室・廊下等を行う。 ・玩具消毒は給食用アルコール・次亜塩素酸Na溶液・洗濯と天日干しで行う。 ○保育に伴う活動 ・園児同士の距離を出来るだけ開ける、遊具や活動場所の配分を分散させる等、密にならない工夫を行う。 ・運動を伴う活動や暑い時期の外での活動時はマスクを外す（熱中症予防） ・プール使用・水遊びは可能な限り少人数で行う。待機は間隔を開ける。使用後は環境消毒を行う。 ・遊戯室の使用は使用前後10分間の換気と使用後の運動遊具の消毒を行う。
【県内発生期】（県内感染拡大警戒期・市中感染又は身近な関係者の感染確認時） ○保育に伴う活動 ・他クラスとの交流禁止（小単位保育） ・プール遊びは予防対策を徹底した上で行う。（少人数） ・沐浴は密を避ける・水をためない・1回ごとの消毒等、工夫をして行う。

【表2：夏季の運動遊びに係る対応について：のびのびキッズ主任運動指導員より通知（抜粋）】

内容
○マスクの着用等について ・屋外の活動時においてマスクの着用はしない。 ・屋内の活動時についてマスクの着用はしない。ただし、少人数で実施をする、順番待ちなどではフープやビナールテープを使い間隔を取りながら行うなど密にならない配慮をすること。 ・待機中の園児はマスクを着用する。 ・エアコン使用中も換気を行う。 ・咳、鼻水、微熱（37度台前半）、活気がない等の症状のある園児は遊びに参加せず、マスクを着用し保育室で過ごす。 ○プール使用について ・園の状況に合わせて、できるだけ少人数での使用とする。プールサイドで見学するときは子ども同士の距離を開ける。 ・健康チェックをしっかりと行う。咳、鼻水、微熱（37度台前半）、活気がない等の症状のある園児は遊びに参加せず、マスクを着用し保育室で過ごす。 ・未満児クラスでは小プールの使用はしない。密にならないよう距離をあける工夫をして水遊びを行う。

4-1-2 「感染症流行期での身体づくり」の方法

4-1-1で述べた感染症対策を実施していくために、園内感染対策委員会・職員会・園内リスク委員会・以上児会、未満児会などで職員が話し合いをしながら「運動遊びにおける感染症拡大防止対策」を考えてきた。表3は運動遊びにおける感染拡大防止対策をまとめたものである。「活動する場所・時間の確保」「密を避ける」「人との関わり」「基本的な感染対策」で区分をしている。「活動する場所・時間の確保」は、保育園が出来る身体作りの基本である体を動かした遊びをより多く経験させていく事という意味でとても大切な事だと言える。しかし、コロナ期の感染対策で密を避けるため少人数での活動を多くしようとする、集団の個数が増え活動場所が足りなくなる。その事から、園庭を区切りクラス単位・小集団単位で複数箇所に分かれて遊べる工夫や保育室で安全性を確保しながら狭い空間でも運動遊びができる工夫を行うようにした。「密を避ける」では、職員連携を図りながら少人数で過ごせるようにし、運動遊びをするときは遊具の間隔をあけて設置し、間隔をあけて並んで待つ方法などを考えていった。「基本的な感染対策」では、子どもたちの主となる活動をする午前中の短い時間を阻害しないように、消毒や換気の仕方を工夫し午前中の活動が円滑に行くようにした。「人との関わり」は、主体的な運動遊びをしていく上でとても重要である。仲間意識を運動遊びの視点に入れ

ていく事が、子どもの心理を外発的動機づけから内発的動機づけを促し、身体を動かす事が大好きな子ども、自ら意欲的に身体を動かす子どもを育てていく（新茂雄，2019）。その観点から、十分な接触が出来ない中でも友だちへの応援の仕方や交流の工夫、ICTの活用など人と関わったり感じたり出来るようにしていった。

【表3 運動遊びにおける感染症拡大防止対策】

運動遊びにおける感染症拡大防止対策			
区分	内容	方法	詳細・備考
活動する場所・時間の確保	活動場所の工夫	・園庭・遊戯室・保育室等園内で運動遊びが出来る工夫をしていく。	・園庭はコーンなどで区切り、クラス単位で活動できる場所を作る。 ・安全面に配慮しながら保育室でもできる運動遊びをする。
	活動時間の工夫	・園庭や遊戯室が多く使用出来るように保育士同士連携をとる。 ・消毒を行う時間を合理化する。	・その週のクラス主が中心となり、連携を図る。場合によっては主任保育士が中心となり調整を図る。 ※消毒に関しては消毒項目に記述。
密を避ける環境作り	少人数活動	・少人数で遊ぶ。（できるだけクラス間の接触を避ける。）	・複数担任の場合、クラスを分け活動する。 ・プール遊びや大がかりな運動遊びをする場合は、他クラスや事務室職員が応援に入る。
	運動遊具の設置方法	・遊具の間隔をあける。	・全体スペースを考えながら、遊具と遊具の距離をあけて設置できるようにする。
		・密になると予想される遊具は、複数用意する。	・子どもの興味関心を考え、密になり様な遊具を予想する。密になる場合途中からでも増設する。
		・クラス間での同じ運動遊具の使用は控える。	・クラス間で連携を図り、使用遊具が重ならないようにする。続けて使用する場合は消毒をする。消毒は午後からまとめて行う。
		・にこにこキッズ運動遊び集を参考にする。	・密になりにくい遊びを探し実践していく。（クラスで相談し、付箋などをつけておくとよい。）
		・積極的に設置する。	・運動遊具は設置に時間がかかる。その上消毒まですると大きな時間と労力がかかるが、感染症予防の弊害で子どもたちは経験不足になりがち。日々の遊びの積み重ねが成長につながるので積極的に設置していく。
	間隔をあけて遊んだり、並んで待つたりする方法	・間隔をあけて次の子どもをスタートさせる。	・平均台の真ん中に印をつけ、前の子どもがそこを通過してから次の子どもをスタートさせる。 ・未満児平均台はある程度、間隔をあけてからスタートさせる。
・間隔をあけ並んで待つ工夫をする。		・フープ、ビニールテープ、丸形スポンジマットなどを使用し、間隔をあけて並べる環境を作る。 ・並んで待つ所も、運動遊びの一環として楽しめるように設置する。（ケンパ仕様・曲線仕様・間隔の長短高低）	
方待ち	・子どもの間隔をあけて待てるように配慮する。	・人数に合わせて2か所以上を待機スペースにする。（ステージ側・窓際・壁側・ピアノ側を上手に使う。）	
人との関わり	交流方法	・異年齢児交流は発生段階に合わせて行う。	・発生段階に合わせて行う。（県内発生期は基本的に行わない。） ・密や接触が出来るだけおこらないような活動にする。 ・園庭での運動遊びで異年齢クラスの応援をする。
		・同年齢での関わりを深めていく。	・運動遊びをする子ども、応援する子どもに分かれて活動をする。
		・アクティブ津ノ井交流（老人施設）	・アクティブ津ノ井の利用者との交流では接触が避けられないため、基本的に中止。
	遊びふれあい	・発生段階に合わせて行う。	・発生段階に合わせて行う。（県内発生期は基本的に行わない。） ・1対1を基本とし、密にならないように配慮する。
		・3歳以上児は、ゲーム遊びや集団遊び等に遊びを変更して行う。	・できるだけ戸外で行う。 ・保育室でも密にならずに行えるよう遊び方を工夫する。
活用	・動画を活用する。	・運動遊びを頑張っている姿の動画を取り、他クラスの子どもに見せ意欲を高めていく。 ・動画を見ている姿を対象の子どもへフィードバックする。	
換気方	・使用中は常時窓を開ける。 ・遊戯室を使用した場合10分以上の換気を行う。	・網戸は必ず閉め、子どもの飛び出し防止をする。 ・2か所以上窓を開ける。 ・使用後は次のクラスに活動が終わったことを伝える。	

基本的な感染対策	消毒方法	<ul style="list-style-type: none"> ・使用した遊具は消毒を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの邪魔にならないように消毒をする。 ・午前中に使用した遊具は、午後の消毒時間にまとめて消毒を行う。 ・マット等使用頻度が高いものは、アルコールスプレーを使い素早く消毒を行う。（遊戯室にアルコールスプレーを常備する。） ・使用前に子どもは手洗い又は消毒を行う。 ・ビブスや鉢巻等を使用した場合は洗濯をする。
	マスクの着用	<ul style="list-style-type: none"> ・運動遊び中に屋外の活動時においてマスクの着用はしない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・密な活動にならないよう配慮する。
		<ul style="list-style-type: none"> ・運動遊び中に屋内の活動時についてマスクの着用はしない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・少人数で実施をする。 ・順番待ちなどではフープやビナールテープを使い間隔を取りながら行うなど密にならない配慮をする。

4-1-3 「感染症流行期での身体づくり」の実践・評価

前述した方法を各クラスが工夫しながら実践を行ってきた。実践と評価は「活動する場所・時間の確保」「密を避ける環境づくり」「人との関わり方」の3点で行う。また、その中に「基本的な感染対策」の実践と評価を入れていきたい。

【活動する場所・時間の確保】

活動する場所・時間の確保は、運動の経験や量を確保し健全な成長を促していく事にとっても重要である。また、体を動かすことで心を開放させ情緒の安定につながっていくものである。活動の場所と時間を確保するために、保育園内の体を動かして遊ぶ場所を具体的にどうすればより多くの時間使うことができるか話し合い実践をしていった。

表4は「活動する場所・時間の確保」の実践評価を簡単にまとめたものである。戸外活動となる園庭は感染リスクが室内に比べ低いため最も多く利用していきたい場所である。今までのように遊ぶと他クラスとの交流が避けられない課題が出てきた。そのため、三角コーン等でクラス又はクラスの半分ごとの使用場所を制限して実施するようにしていった。最初は2スペースまでとしていたが、使用場所を工夫し、3スペースまで使用できるようにした。しかし、様々なクラスが使おうとすると交代して使用することになり、園庭で遊ぶ時間が減少した。そこで、週のクラス主や主任（リーダー）保育士が、毎朝クラス同士の連携を取ることで徐々に交代にかかる時間も減らすことが出来、時間や空間の確保につながった。園庭と同じく戸外である未満児テラスは、空間的に狭いが遊びを複数用意しコーナー遊びにすることで密を避けR1年度と同じように遊ぶことができた。

雨天時など園庭が使えない時に室内で思いきり身体を動かせる空間である遊戯室は、1ヶ所しかなく交代で使用しても換気を行う時間がかかり、使用時間が減少するという課題があった。朝の活動開始時間を早める・クラス間で保育士同士の連携を図るなどの配慮をしながら、午前中の使用回数が1日最大3回から1日最大4回までになった。雨天時でも広いスペースで体を動かして遊ぶ事ができたが、1回の使用時間は減少した。運動遊具を使うとその消毒が必要となるという課題も出たが、子どもの邪魔にならないように時として遊びの一つとして消毒をしたり（写真1）、午前中に使用した遊具は午後の消毒時間にまとめて消毒を行ったりし、効率良く消毒をすることができた。

普段は運動遊びの場として使用しない保育室は、狭く机や棚、玩具などが設置してあり運動遊びをするには危険を伴う場所である。机や棚などを片づけ保育室を広い空間にし、棚の角などに危険防止のコーナーガードクッションを取り付けたり、マットや手作り段ボールカバーを設置したりし環境面を整備（図表1）することで安全面を確保できた。その環境を生かせるように保育室でもできる運動遊び（図表2）を保育士同士話し合い工夫しながら実践する事で運動遊びの空間として使用できた。年長児は室内で運動遊びが活発にできるように室内用の鉄棒を追加購入し保育室で活用する事ができた。そして、保育室でもできる運動遊びを保育士同士伝達し合い共有していく事で様々なクラスでの実践につながった。また、廊下や玄関などフリースペースも運動遊びができるように環境を整えてきた。しかし、共有スペースなので使用ごとに消毒が必要になったため、当初はその空間を使う事を中止にしていた。共有スペースを朝・昼・夕と消毒（写真2）を行うことで、午前中に1クラスのみ簡単な運動遊具での使用が可能となった。場所と時間の確保につながった。

戸外活動をするために園外保育の実施を計画していたが、住宅街で園外の人との接触が懸念されたため実施しにくかった。前期はほとんど出られなかったが、下見・下調べを十分に行い、園外の人との接触がある場合は、マスクを着用するなどの対応を取ることで徐々に出かけるようになった。

活動する場所・時間の確保をするために、園内の様々な場所を効率よく有効活用できるように話し合い実践してきた。場所の確保一番大事だったのは保育士同士の連携であり、毎日その日の計画をすり合わせいく事だった。クラス間の担任同士だけでは上手にすり合わせが出来ない場合でも主任（リーダー）保育士が全体の動きを把握しアドバイスをしていく事でどのクラスも年齢に合わせた場所で保育実践することが出来ていた。また、限られたスペースの中で運動遊びが出来るように保育士が工夫していく事もとても重要であった。保育士

一人一人のアイデアを他の保育士と共有していく事が遊びの幅を広げていく事につながった。しかし、換気には一定の時間がかかり遊び時間の減少につながった。また、消毒には多くの労力がかかり園長・副園長を始め保育園が一丸となって行って初めて実践できたことだと考える。

【表4：活動する場所・時間の確保】

活動する場所・時間の確保			
場所	課題	改善	評価
園庭	<ul style="list-style-type: none"> 他クラスとの交流が避けられない。 時間を区切ると遊ぶ時間が少なくなる。 	<ul style="list-style-type: none"> コーン等を使い、クラスごとの使用場所の制限を行う。 各クラス連携を取ることで時間ロスを減らす。(主に内線を使って連携)(その週のクラス主や主任の役割) 	<ul style="list-style-type: none"> 最初は2クラスまでとしていたが、使用場所を工夫し、3クラスまで使用可とする。時間や空間の確保につながった。 他クラスの動きを理解することが、習慣となり徐々に時間ロスも少なくなる。
未満児テラス	<ul style="list-style-type: none"> 他クラスとの交流を避ける。 	<ul style="list-style-type: none"> 1回に1クラス又は1クラスの半分が実施する。 遊びをコーナー遊びにする。 	<ul style="list-style-type: none"> コーナー遊びにすることで、1クラス全員が密を避けながら遊ぶことができた。 2歳児クラスが園庭に出ることを多くしたことで、時間的に昨年度と同じように遊ぶ事が出来た。
遊戯室	<ul style="list-style-type: none"> 交代で使用、換気を行う時間もおり、使用時間が減少する。 	<ul style="list-style-type: none"> 大まかな使用時間表を作りながら保育士同士連携を図りながら使用する。 	<ul style="list-style-type: none"> 朝の活動時間を早めるなどの配慮をしながら、午前中の活動1日最大3交代から1日最大4交代までになった。雨天時でも広いスペースで体を動かして遊ぶ事ができた。しかし、1回の使用時間は減少した。
保育室	<ul style="list-style-type: none"> 保育室内の安全面で怪我のリスクが高い。 未満児クラスは運動遊具を持ちこんで遊ぶ事は出来るが、3歳以上児は動きが大きく危険を伴う。 	<ul style="list-style-type: none"> 保育室の環境を広く取れるようにする。 安全を確保するため、角にカバーをする。マット、ダンボールでクッション材を設置する。 新しい運動遊びの創造。 	<ul style="list-style-type: none"> 園庭や遊戯室などが使用できない時に環境改善した部屋でゲーム遊びや、椅子体操、リトミック遊びなど実施することが出来た。しかし、机を片付けたり、クッションを設置したりすることで遊ぶ時間は短くなった。
あつまれ広場(玄関) フリースペース	<ul style="list-style-type: none"> 共有スペースなので活動ごとに消毒が必要になる。 大がかりな運動遊びができにくい。 	<ul style="list-style-type: none"> 朝・昼・夕の消毒を実施。 年齢に合わせ実施可能な運動遊びを行っていく。 	<ul style="list-style-type: none"> 1日に朝の消毒後に1クラスでの実施をすることができた。準備が比較的簡単なミニカー遊び(未満児)を多く実施した。 ダイナミックな運動遊具を使っでの運動遊びは出来なかった。
廊下 フリースペース	<ul style="list-style-type: none"> 共有スペースなので活動ごとに消毒が必要になる。 4・5歳児のトイレがあり、交流・接触が避けられない。 	<ul style="list-style-type: none"> 他クラスとの接触が避けられないため、運動遊びの場としては中止。 	<ul style="list-style-type: none"> 運動遊びの場としては使用しなかった。
園外	<ul style="list-style-type: none"> 住宅街で園外の人との接触が懸念されたため、実施しにくい。 	<ul style="list-style-type: none"> 下見・下調べを十分に行う。 園外の方との接触がある場合は、マスクを着用する。 	<ul style="list-style-type: none"> 前期はほとんど出られなかったが、徐々に出かけようになった。 計画しても感染地域となると中止になることもあり、保育士は進んで計画を立てることが出来ていなかった。

【写真1：消毒も遊びの中で】



足あげ遊びをさせながらの消毒

【写真2：共有スペースの消毒】



朝・昼・夕に共有スペースを消毒する。

【図表1：保育室の安全環境】

<ul style="list-style-type: none"> 机や椅子を押し入れスペースに片付けたり、必要ない棚などを保育室外に移動させたりして、広いスペースを確保する。 		<ul style="list-style-type: none"> 角にはクッションカバーを取り付ける。 マットやダンボールクッションで危険箇所をカバーする。
--	--	--

【図表 2：保育室でできる運動遊び】

<p>【リトミック遊び】（2・3歳児）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゆったりとした曲を多く取り入れることで、落ち着いてリトミック遊びが出来る。 ・子どもたちが興味を持っているので意欲的に活動できる。 	
<p>【椅子で体操】（3歳児）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保育士が作った椅子体操。 ・椅子で間隔をあけ設置し密を避けながら体操を楽しむ。 ・走る跳ぶことをしないことで危険が少ない。 	
<p>【ゲームあそび】（3歳以上児）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・椅子取りゲームの椅子やひっくり返しゲームの円盤の間隔を広めに設置し密を避けながら遊ぶ。 ・グループ対抗にすることで、待つ時も応援を楽しめる。 	
<p>【ごっこ遊びの中で】3歳以上児</p> <ul style="list-style-type: none"> ・お店屋さんごっことして、商品の売り買いを楽しむだけでなく、的あてなどゲームコーナーも増設することで、身体を動かして遊べる。 	
<p>【鉄棒あそび】5歳児</p> <ul style="list-style-type: none"> ・室内用鉄棒を追加購入し室内で鉄棒遊びができる環境を整える。 ・設置した時は必ず近くで保育士が補助や見守りをしていく。 ・壁際に設置し逆上がりの練習が自然にできるようにする。 	
<p>【運動遊具を使って】3歳未満児</p> <ul style="list-style-type: none"> ・3歳未満児では、3歳以上児に比べ動きが小さいため運動遊具を保育室に持ち込んで運動遊びをすることが出来る。 ・運動遊具置き場の遊戯室倉庫から距離があるため、設営片付け消毒と労力がかかる。 	
<p>【にこにこキッズ運動遊び集を参考にする】 0・1・2・3歳児</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鳥取福祉会の運動指導員が作った0・1・2・3歳児の運動遊び集から、密にならない遊びを探し実践していく。 ・年齢に適しねらいが明確になっている遊びが数多く乗っている。また、保育園にある運動遊具のみですることができる。 	

【密を避ける環境づくり】

乳幼児は感覚的に人との接触で情緒の安定を図る事が多く、保育士に抱っこを求めたり、友だちとじゃれて遊んだりする姿が多く見られる。その発達の特性上、大人のような完全に密を避けることは難しい。また、集団保育をしているため困難な事も多いが、保育園で出来る最大限の密を避ける感染対策を話し合い実践してきた。

表5は「運動遊びにおける密を避ける工夫」の実践評価を簡単にまとめたものである。密を避けるためにできるだけ小集団で活動するようにしてきた。小集団にする場合、3歳未満児は複数担任で担当制を行っていることもありスムーズに移行する事が出来ていた。半分のグループは遊戯室で遊び、もう半分のグループは保育室で遊ぶ等が出来ていた。3歳以上児の場合は基本的にどのクラスも2名保育士を配置しているが、1人は障がい児加配やフリー保育士であり、全体の職員動態が足りない場合や対象児が休みの場合は1人で保育をする時間もある。そのため、活動を分けることが難しく遊戯室で運動遊びをする場合、半分のグループがサーキット遊び等の運動遊びをし、もう半分のグループはマスクを着け応援をする事が多かった。体を動かす時間は減ったが、応援をしたり、されたりする事が運動遊びの挑戦意欲につながったように感じる。

サーキット遊びやコーナー遊びでは、運動遊びを並んで待つ場所で密が起こるため、間隔をあけて待つ工夫を行った。フープや丸形スポンジマット、ビニールテープで印をつける(図表3)など、子どもが待つ場所を分かりやすく示していった。運動量を確保するために「並んで待つ所も運動遊びの環境」ととらえ、ケンパ並べや曲線・間隔の長短高低(図表4)で工夫をし、楽しみながら待てるようにした。その事で、待つ時間も楽しみながら体を動かすことになり運動遊びの量の増加につながった。サーキット遊びは遊戯室を迷路のような動線で順番に運動遊具を設置していくため、時間がかかる運動遊具が1カ所でもあると待つ所で密が起こりやすい。その為、間隔を空け複数運動遊具を設置し興味のある遊びを楽しむコーナー遊びを取り入れる事で、待つところでの密になりにくい環境を整え実施していく事ができた。コーナー遊びでは苦手意識のある遊びに挑戦しようとしめない姿もみられ、個々へは誘い掛ける配慮はしたが、誘いに応じない子どもの姿もあった。総合的な身体の成長を促していくために、一人一人の間隔を空ける配慮をしながら、設定した遊びをすべて経験できるサーキット遊びも行い、コーナー遊びをバランスよく取り入れていった。どの子どもも意欲的に挑戦しようとする姿が見られていた。しかし、主体的な運動遊びという視点では課題が見られた。主体的な運動遊びとは子どもたち自身で遊びを選び自由な発想で遊びを発展させる事に楽しさを感じ、自分自身の気持ちで意欲的に取り組む事である。遊びの途中で設置した遊具を子どもたち自身が再構成すると密の状態になる事が多く、感染予防の配慮から子どもたち自身が自由に環境を変える事をさせてあげられなかった。本来は間隔をあけて待つ環境で設置したフープや丸形スポンジマットは、子どもでも危険なく自由に動かせ自分たちが思い思いに遊びを発展させやすい運動遊具である。子どもが自らもっと楽しめるように環境を工夫している姿を保育者が止めてしまった事も多かった。そこで、遊び始めの環境を設営していく時に子どもたちの思いを聞き、子どもたち自身で環境を整えていく事に重点を置く事にした。主となる遊びを設置した後に子どもたちに「ここはどんな遊びにする?」「待つところはどどうする?」など問いかけるとたくさんの意見やつぶやきが聞かれ、友だち同士で話し合ったり協力したりしながら主体的に設置する姿が見られていた。

夏季に行うプール遊びは遊び中・着替え中の密が避けられない課題がある。3歳以上児は入水を一クラスの半分ずつに人数制限をする事で使用する事ができた。しかし、少人数にすることで時間の確保が出来ず、R元年度までは1日に全クラス入水出来ていたが、R2年度は1日最大2クラス(4交代)しか入水することができなかった。また、3歳以上児のプール遊びには監視員やプールに入らない子どもを見る役・消毒役等、例年以上に保育士等の人員がかかり、日によって人員が足りず入水ができない事があった。そのことにより、R元年度よりも回数が減った。3歳未満児のプールはとても狭く密が避けられないので中止とし、水遊びを楽しむ事になった。水につかる経験は出来なかったが、密にならないように遊びを複数用意しコーナー遊びで実施する事ができた。入水以外は例年通り遊び内容はできたが、3歳以上児と同じように人員が足りない事で水遊びができない事もあり実施日数・実施時間が少なくなった。

密を避ける環境づくりをした事で、意欲的に楽しみながら体を動かせる運動遊びを実施することが出来た。しかし、少人数で過ごすことが理想ではあるが、国と県の基準より約2名多い職員配置(合算人数)がしてある自園でも十分に少人数で過ごす事は出来なかった。また、運動遊びの場面で密を避ける環境の工夫をする事が、子どもたちが自ら考え主体的に遊びを進め行くことの妨げになっていた。そして、密を避けるために遊びの回数や時間が減少していく事が避けられなかった。

【表5：運動遊びにおける密を避ける工夫】

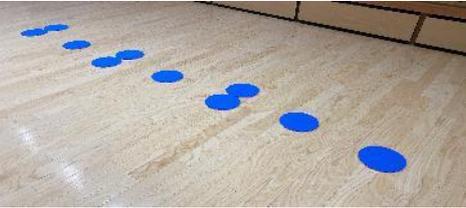
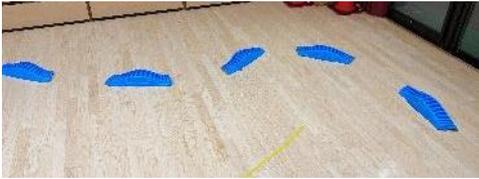
運動遊びにおける密を避ける工夫			
感染対策	課題	改善	結果
集団を少集団にする	<ul style="list-style-type: none"> ・待ち時間がある。 ・保育士等の動態が厳しくなる。(継続した活動が難しくなる。) 	<ul style="list-style-type: none"> ・待ち時間は、他の活動が楽しめるようにする。 ・3歳以上児では、応援するグループと活動するグループに分ける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・待ち時間の児は運動遊び以外の遊びを楽しむ事が多かった。 ・子どもは活動に意欲を持つことができたが、身体を動かす時間は減少した。

		<ul style="list-style-type: none"> 遊びによって、主任職員が職員動態を見直す配慮を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> プール遊びの時は、未満児職員が以上児の保育に応援に行く事で、プール遊びを実施することが出来た。しかし、入水する時間、日数共に昨年と比べ減少した。 通常保育を行う場合は、他クラスから応援に行く事は難しく、待ち時間が増えた。また、あまり大がかりな運動遊びはできなかった。
サーキット遊びを密になりにくいコーナーあそびへ移行していく。	<ul style="list-style-type: none"> 子ども同士の間隔を空ける配慮が必要。 苦手意識のある遊びは、挑戦しようとしめない。総合的な身体の成長を促していく。 	<ul style="list-style-type: none"> 間隔を空け並んで待つ方法を使ってサーキット遊びも実施。 コーナー遊び時は、個々の様子を観察し、苦手な遊びへ誘う配慮をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ある程度間隔をあけて遊ぶ事は出来たが、十分でない場面も見られた。 個々へは誘い掛ける配慮はしたが、誘いに応じない子もあった。そのため、一人一人の間隔を空ける配慮をしながら、サーキット遊びも行い、コーナー遊びとバランスよく行う様にした。
コーン等で遊びスペースを区切る（園庭の使用人数制限、同時に2クラスまで）	<ul style="list-style-type: none"> クラスの使用時間の確保の仕方に工夫が必要。 	<ul style="list-style-type: none"> 主任職員が中心となり、クラス間の連携を図り無駄なく園庭が使用できるようにする。 園庭スペースの使用の仕方を工夫する。 	<ul style="list-style-type: none"> 毎日、職員連携を密にしていく事で、時間差をつけ、晴天時はどのクラスも園庭に出ることができるようになった。しかし、使用時間は減少した。 国内発生期は、スペースを工夫し、3つのスペース確保し、同時に3クラス使用出来るようにした。使用時間が増えた。
広い場所で活動出来るようにする。	<ul style="list-style-type: none"> 遊戯室使用時間の確保の仕方に工夫が必要。 フリースペースの活用方法に工夫が必要。 	<ul style="list-style-type: none"> 主任職員が中心となり、クラス間の連携を図り無駄なく遊戯室が使用できるようにする。 <p>※表4 運動遊びの活動場所・活動時間の確保を参照。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 朝の活動時間を早めるなどの配慮をしながら、午前中の活動1日最大3交代から1日最大4交代までになった。 <p>※表4 運動遊びの活動場所・活動時間の確保を参照。</p>
運動遊具を使う時は、並ぶ時に間隔をあける。	<ul style="list-style-type: none"> 運動遊具の設置環境の工夫が必要。 設置した遊具を途中で移動させることが出来ず、子どもが主体的に環境を変えていく事が出来ない。 	<p>※表4 感染症予防のための運動遊具の設置の仕方を参照。</p> <ul style="list-style-type: none"> 遊び始めの環境を設営していく時に子どもたちの思いを聞き、子どもたち自身で環境を整えていく 	<ul style="list-style-type: none"> サーキット遊び・コーナー遊びで実践された。しかし、十分でない場面も見られた。 保育士の問いかけにたくさんの意見やつぶやきが聞かれ、友だち同士で話し合ったり協力したりしながら主体性に設置する姿が見られていた。
プール遊び・水遊びの仕方	<ul style="list-style-type: none"> プールではマスクの着用が出来ず、接触の危険が増す。 水遊び中に密がおこりやすい。 プール内・着替え中の密がおこる。 保育士の人数が通常保育より多く必要になる。 水遊びの道具の消毒に時間がかかる。 	<ul style="list-style-type: none"> 3歳以上児は少人数で実施する。（クラスの半分・10数名ずつ） 未満児のプールはととても狭く密が避けられないので中止とし、水遊びを楽しむ。 着替えは部屋を別れたり、仕切りで間隔をあけたりする。 プール遊び（3歳以上児）時は、事務室職員や未満児職員が応援に入る。 消毒の必要ないスプリンクラーや消毒が簡単なウォータースライダーを中心に一人一人が使う水鉄砲などの道具は1種類にする。 使用後は手すり等を消毒し洗い流す。 時間差をつけて水遊びを実施する。 	<ul style="list-style-type: none"> 一人一人が広い空間でプール遊びをする事が出来、のびのびと楽しむ事ができた。 3歳未満児はプール遊びを中止し水遊びを行う。水につかる経験はできなかったが、水遊びは密にならないように遊びを複数用意しコーナー遊びで実施し楽しむ事ができた。昨年と比べ実施日数・実施時間が少なかった。 3歳以上児は慣れるまでは、着替えの仕方に戸惑う子どももあったが、慣れると密を避けながらスムーズに着替える事ができた。3歳未満児は順番に着替えることで密になる事を防ぐ事ができた。 プール遊びには監視員やプールに入らない子どもを見る役・消毒役等、例年以上に保育士等の人員がかかり、昨年と比べ実施日数・実施時間が少なかった。 大きなスペースを使ってスプリンクラーで水遊びをしたり、水鉄砲などでかけ合ったりするなど体を動かしながら楽しむ事が出来た。消毒をしなくてはいけない道具は減らしたが、一つ一つするので時間がかかった。 時間差をつけたり、道具の消毒をしたりする事で遊びの時間が減少した。

【図表 3：待ち方の工夫】

<p>【フープ・丸形スポンジマットで間隔をあける】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フープ・丸形スポンジマットで間隔をあけて並べるようにする。 ・遊んでいる間にずれてくるので、定期的に直す。 ・フープが重なると、足の指を挟むリスクにつながるので気を付ける。 	<p>丸形スポンジマット (使用例)</p> 
<p>【ビニールテープで間隔をあける】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ビニールテープで作った目印を間隔をあけて複数個貼る。 ・ビニールテープで作った目印は、常時貼っておきその前に子どもの興味関心がある遊びを設置する。 	<p>ビニールテープの印は変えずに遊具を変える</p> 

【図表 4：並んで待つ所も運動遊びの環境】

<p>【ケンパ並び】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ケンパ遊びのように設置することで、楽しみながら間隔をあけ待つことが出来る。 	
<p>【曲線並び】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・直線的に並べるだけよりも、時として曲線にすることで子どもの気持ちが高くなる。 	
<p>【間隔の長短高低】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・並んで待つ場所の間隔を長短や高さの高低をつけることで、運動遊びの一つとして楽しむことが出来る。 ・主となる遊びの前に設置することで期待感が持てる。 ・「川の石渡り」「山登り」など、子どもたちはイメージしやすくなる。 	<p>長短 (使用例)</p>  <p>高低 (使用例)</p> 

【人との関わり】

津ノ井保育園は保育のテーマを「自ら関わり思いを伝え合う仲間を目指して～思いが通じあうってうれしいね～」とし、人との関わりに保育の重点をおいている。異年齢児交流をはじめ隣接老人施設（アクティブ津ノ井）との日常的な交流、高校生、中学生、小学生、地域の方、リトミックの講師等様々な交流を保育の中に数多く取り入れている。感染対策は人との接触を出来るだけ持たないようにする方法でもあるので、矛盾した保育の方向性をどう折り合いをつけていくのか保育士同士が話し合いをしながら実践をしてきた。

表6は「人との関わり方」の実践評価を簡単にまとめたものである。異年齢交流は他クラスとの接触となるため県内感染拡大期は中止とした。国内発生期では出来る範囲での交流ができるように縮小したり感染対策を十分にしたりして行った。毎朝の3歳以上児合同ののびのびタイム（かけっこ・体操・運動遊び）は、年下の子どもは年上の友だちを見て憧れの気持ちを持ち挑戦意欲を育む。年上の子どもは年下の友だちに見られ、応援されながら自己抑制をし、いつも以上に頑張ろうとする心の成長に繋がる。しかし、コロナ期は県内感染拡大期に1クラスずつ園庭・遊戯室に分かれて実施、国内発生期は4・5歳児合同（ソーシャルディスタンスをとって）と3歳児で園庭・遊戯室に分かれて実施した。県内感染拡大期の期間も多く、クラス単位で行う事が多かった。のびのびタイムでは縄跳びの八の字跳び（写真3）やみんなでジャンプ（写真4）に毎年挑戦し、鳥取県の取り組みである「遊びの王様ランキング」に参加している。主に年長児が実践していくのだが、縄跳びは主に遊戯室で行い、今年度は密を避けるため直接応援することができなかった。年長児の縄跳びに挑戦する姿を動画撮影し年中児・年少児に見せ（写真5）意欲に繋げていくことはできたが、年長児へのフィードバックは保育士からの「ほし組さんとつき組さんがみんなの縄跳びとっても上手だった。と言っていたよ。」と第三者からのものになり、意欲は持てたものの直接の応援ほどは持てなかったと感じた。縄跳びの記録も過去2年間（R元年度・H30年度）の年長児の記録と比べ低い記録となった（表7）。

ふれあい遊びは接触や密が避けられない遊びである。しかし、低年齢児にとって愛着や信頼関係を築き、情緒の安定を図る為にも必要な活動なため、3歳未満児では顔の密着や抱き合う遊びを避け、お腹のくすぐりや手のひらを合わせるなどの触れ合いを実施していく。また、職員が間隔をあけ、少人数でふれあい遊びを実施していく事で、出来る限りの密を避けて実施することが出来たが、例年よりは実施回数が減った。3歳以上児では代替えの遊びとして集団遊びを多く取り入れるようにしていった。ある程度、密を避けながら遊ぶ事は出来たが、十分でない場面も見られ、密を避けるため遊び中に注意の声掛けをしなくてはいけない場面が多く見られた。のびのびと自由に集団遊びができなかったことで満足感や主体性が例年より持ちにくかったのではないかと考える。また、感染対策を行うことで道具の消毒や洗濯等で手間が増え、遊ぶ時間も減少することが多かった。

隣接する機能訓練型デイサービスアクティブ津ノ井（老人施設）との交流は、接触が避けられないため普段の交流は中止としたが、園庭で運動遊びをしている様子を窓越しで見てもらったり、大きな声や身振り手振りでコミュニケーションをとったりした。国内発生期の場合、園庭では距離を大きくあけながらアクティブ利用者に運動遊びをしている姿を応援してもらう事もできたが、回数は大きく減った。夏の水遊びの場面では、窓際でアクティブ津ノ井の利用者が絵に描いた的を子どもたちに見せ、子どもたちが水鉄砲でねらって打つ遊び（写真6）など、直接接触しない交流をしながら運動遊び実施できた。アクティブ津ノ井職員と日頃から連携をとりお互いの事をよく理解していくことで生まれたアイデアからの実践だった。

感染対策を行いながら実践していく中で一番難しかったのは人との関わりであった。直接的な交流や触れ合いが制限され、愛着や信頼関係、情緒の安定などが例年のように育めなかったように感じられた。保育士に行ったアンケートからも、「昨年までできていたことができず、子どもに触れ合う事の楽しさを伝えにくかった」という意見が上がっていた。しかし、保育園の一番重要なねらいは生命の保持である。コロナ期の保育はできる範囲で最大限工夫し努力していく事が大事だと考える。

【表6：人との関わり方】

人との関わり方			
内容	課題	改善	結果
異年齢児交流	<ul style="list-style-type: none"> 他クラスとの接触を出来るだけ避けるため、異年齢児交流の縮小や感染対策が必要。 応援するときに密や接触をなくす対策が必要。 	<ul style="list-style-type: none"> 毎朝の3歳以上児合同でののびのびタイムは、1クラスずつ園庭・遊戯室に分かれて実施する。 園庭での運動遊びで異年齢クラスの応援をする。 距離を取って応援する。応援時も密がおこらないように配慮する。 クラス間の保育士で連携を取り、応援が出来る時間を作る。 	<ul style="list-style-type: none"> 国内発生期は4・5歳児合同で毎朝ののびのびタイムを行う。一人ひとりの距離を保ちながらすることが出来た。そのため、朝の体操で十分に身体を動かすことを楽しむ事ができた。県内発生期は時間が大きく減少した。 異年齢で実施する事が少なかったため、高い意欲が持てなかったように感じる。特に年長児は年下の子が見ていることで頑張ろうとする意欲が高まるので、集団でする縄跳びみんなでジャンプや八の字跳びはR元年度の記録と比べ低かった。 一緒に遊ぶ事は出来なかったが、園庭などの戸外では異年齢児を応援する事ができた。しかし、遊戯室での応援はとても限定的だった。

ふれあい遊び	<ul style="list-style-type: none"> ・接触や密が避けられない遊び。しかし、低年齢児にとって愛着や信頼関係を築き、情緒の安定を図る為にも必要な活動。 	<ul style="list-style-type: none"> ・顔の密着や抱き合う遊びを避け、お腹のくすぐりや手のひらを合わせるなどの触れ合いを実施していく。(3歳未満児) ・保育士等が間隔をあけ、少人数でふれあい遊びを実施していく。(3歳未満児) ・しっぽ取りや椅子取りゲームなど集団遊びで代替えしていく。(3歳以上児) 	<ul style="list-style-type: none"> ・実施前後に手洗いや消毒を行いながら実施する。ある程度密を避けながら遊ぶ事は出来たが、十分でない場面も見られた。前年度より実施回数は減った。 ・ある程度密を避けながら遊ぶ事は出来たが、十分でない場面も見られた。密を避けるため、遊び中に注意をしなくてはならない場面が多く見られた。主体性が損なわれないような遊びの工夫が必要。
集団遊び ゲーム遊び	<ul style="list-style-type: none"> ・接触や密になることが多い遊びは対策が必要。 	<ul style="list-style-type: none"> ・開始前に手洗い・手指消毒を行う。使った道具は毎回消毒・洗濯する。 ・椅子取りゲームやリバーゲームは、椅子の距離を広くあける等遊びの工夫をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもたちは友だちとの遊びを楽しめた。しかし、感染対策を行う事で手間は増え、遊ぶ時間も減少する事が多かった。
アクティブ津ノ井(機能訓練型デイサービス)交流	<ul style="list-style-type: none"> ・アクティブ津ノ井の利用者との交流では接触が避けられない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・交流が避けられないため普段の交流は中止としたが、園庭で運動遊びをしている様子を窓越しで見てもらったり、大きな声や身振り手振りでコミュニケーションをとったりする。 ・国内発生期の場合、園庭で距離を取ってアクティブ利用者さんに応援をしてもらう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・連絡通路のドアを締め切る。 ・窓際交流は日々できたが、園庭での自由遊び時しかできないので交流回数は極端に減った。 ・国内発生期は距離をとって応援してもらう事が出来、子どもたちのやる気や満足感に繋がった。 ・窓際でアクティブ津ノ井の利用者が絵に描いた的を子どもたちに見せ、子どもたちが水鉄砲でねらって打つ遊びなど、直接接しない交流をしながら運動遊びを実施した。
ICTの活用	<ul style="list-style-type: none"> ・接触を避けるため動画をクラス間で見せ合う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動会練習や縄跳び遊びの様子を見せ合う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・年中児、年少児は見たことで意欲に繋げていくことはできたが、年長児へのフィードバックは保育士からになり第三者からのものだったので、意欲は持てた物の例年のような力強い意欲にはならなかった。

【写真3：八の字跳び】



【写真4：みんなでジャンプ】



【表7：縄跳び結果】

	八の字跳び (3分間)	8人一斉跳び (3分間)
H30年度	192回	124回
R1年度	175回	105回
R2年度	131回	102回

【写真5：ICTの活用】



【写真6：アクティブ交流】



4-2 「運動遊び時間の変化」

文部科学省が出している幼児期運動指針(文部科学省,2012)によると「幼児は様々な遊びを中心に、毎日、合計60分以上、楽しく体を動かすことが大切です!」としている。R2年度は感染流行期での身体づくりに取り組み、活動する場所・時間の確保や密を避ける環境づくりをしながらの保育を行ってきた。どれぐらいの楽しく体を動かす時間が確保できたか検証した。なお、幼児期運動指針における幼児とは3歳から6歳の小学校就学前の子どもを指しているため3歳以上児で検証をする。

表7は、3歳以上児の体を動かして遊んだ時間を簡単にまとめたものである。R元年度3歳以上児は朝の時間に合同で「のびのびタイム」としてかけっこ・体操・運動遊びを実施していた。体操以外は自由度が高い活動のため休憩を取りながら平均50分間意欲的に楽しみながらする事が出来ていた。R2年度、県内感染拡大

期はクラスごとで行い、国内発生期は4・5歳児と3歳児が分かれて行ったため、平均30分間となり平均20分間の減少であった。設定保育では体育指導員が行う月2回ののびのびキッズデイ（体育教室）を含めサーキット遊びやドッジボール・鬼ごっこ・ゲーム遊び・リトミックなど平均週2回程度実施した。これはR元年度と同等の回数だった。自由遊びでの戸外遊びは、R元年度が平均30分、R2年度は平均20分と10分間の減少だった。朝夕の保育で行った戸外遊び、遊戯室での遊びは晴天時R元年度R2年度共に1週間平均にすると15分程度だった。総合的に1日の体を動かして遊んだ時間は晴天時R元年度120分R2年度70分だった。雨天時は、R元年度70分R2年度40分だった。

R元年度に比べ晴天時では45分、雨天時では30分の減少となり体を動かして遊ぶ時間が大きく減少したことが分かった。また、R2年度の雨天時は平均40分と幼児期運動指針が示している望ましい運動時間60分に比べ20分足りてなく、子どもの健やかな成長が危ぶまれていると感じる。しかし、対策をすることで体を動かして遊ぶ時間を最小限に抑える事ができた。

【表7：体を動かして遊んだ時間】

○3歳以上児の体を動かして遊ぶ時間の実態		R元年度		R2年年度		
		晴天時	雨天時	晴天時		雨天時
				4・5歳児	3歳児	
のびのびタイム R1年度は、3歳以上児合同	かけっこタイム	10分（毎日）	中止	10分（毎日）	5分（毎日）	中止
	体操	20分（毎日）	20分（毎日）	10分（毎日）	10分（毎日）	10分（毎日）
	運動遊び	20分（毎日）	30分（毎日）	10分（毎日）	15分（毎日）	10分（毎日）
設定保育	運動遊び	50分（週に2回）1日平均にすると20分	50分（週に2回）1日平均にすると20分	50分（週に2回）1日平均にすると20分	50分（週に2回）1日平均にすると20分	50分（週に2回）1日平均にすると20分
自由あそび	戸外遊び	平均30分	中止	平均20分		中止
朝夕の保育	自由遊び（園庭・遊戯室）	15分～ ・登降園時間によって差。	・遊戯室のみ、一クラスずつ週に1回程度 ・登降園時間によって差。	・15分～ ・登降園時間によって差。 ・分散して（園庭2クラスまで）（遊戯室1クラス）		・遊戯室のみ、一クラスずつ週に1回程度 ・登降園時間によって差。
1日平均の運動時間		120分	70分	75分		40分

4-3 「子どもの体力面の変化」

筆者が所属する鳥取福祉会保育園は独自の体力測定を毎年秋に行っている。その体力測定は4歳児から5歳児にかけての伸び率を中心に使用し子どもの体力面の変化を検証していきたい。種目は25メートル走・立ち幅跳び・ソフトボール投げ・握力の4種目である。体力測定は走る、跳ぶ、投げる等の基礎的運動能力と筋力、持久力、瞬発力等基礎的運動要因を測るものである。評価は運動能力評価と体力評価があるが、今回は体力評価の視点を重視して考察評価をしていきたい。また、幼児期の特性を踏まえ運動特性を使って評価をしていきたい。

25メートル走はすばやさ、力強さ（下半身の筋力）を見ることが出来る測定方法である。R2年度は全体の記録伸び率平均112%、過去2年間（H30・R元年度卒園児）の全体の記録伸び率平均114%であった。過去2年間に比べ2%低かった。広い空間で思い切り走って遊ぶ時間が減ったことで、すばやさ（下半身の筋力）の伸びが上らなかったことが考えられる。特に女子はR2年度の伸び率平均108%、過去2年間の全体伸び率平均113%と、過去2年間に比べ5%低く、女子の体力の成長が伸びていないことが分かる。保育士への聞き取りから男子は普段から走って遊ぶ事を好み、自由遊びで鬼ごっこなどの遊びをしていることが多く、女子は砂遊びや鉄棒が好きな傾向があることが分かった。全体的な体力面の成長を促すため設定保育で走る遊びを取り入れる配慮をしたが、R2年度は感染対策で運動遊び場の使用制限があり広いスペースを使えない事も多く思いきり走る経験が不足したことが原因ではないかと考えた。広いスペースで思いきり遊ぶ経験が足りなかったと思われる。

立ち幅跳びは力強さ（下半身の筋力・瞬発力）、タイミングの良さを見ることが出来る測定方法である。タイミングの良さとは、巧緻性・運動を調整する能力の事である。R2年度は全体の記録伸び率平均115%、過去2年間の全体の記録伸び率平均125%であった。過去2年間に比べ10%低かった。運動を調整する能力や瞬発力は神経系の反復によって育まれる。保育園では運動遊具を使っての運動遊びの経験によって差が生まれると考えられる。R1年度までは、遊戯室に運動遊具を設置しクラス間で順番に使用していく事が出来て

いたが、消毒が毎回必要な運動遊具は、基本的に1日1クラスしか使用できず、大がかりな運動遊具を使った遊びが不足していた事が原因だと考えられる。しかし、全体の動作得点伸び率平均はR2年度123%、過去二年間117%と6%高かった。これから、跳躍力を使った遊びの経験をたくさんしていた事が分かる。興味ある運動遊びを遊ぶ中で繰り返し運動を楽しんでいた成果だと考える。また、遊ぶ空間が限られていたため、広いスペースや大がかりな運動遊具を使う事が出来なかったため筋力面は育まれなかったと考察できる。

ボール投げは力強さ（上半身の筋力・瞬発力）、タイミングの良さを見る事ができる測定方法である。R2年度は全体の記録伸び率平均150%、過去二年間の全体の記録伸び率平均152%であった。過去二年間に比べ2%低かった。しかし、全体の動作得点伸び率平均はR2年度126%、過去二年間115%と11%高かった。これから、投げる遊びの経験をたくさんしていた事が分かる。今まで遊戯室で行っていたドッジボールを園庭で子どもたちが主体的に遊ぶ姿が多く見られ、室内でも的あてなどの遊びをお店屋さんごっこなどで遊ぶ姿も見られていた。主体的に遊ぶ中で繰り返し運動を楽しんでいた成果だと考えるが、室内では遊び空間が限られていたため、今まで使っていたゴムボールやクッションボールは使う機会は減り、狭い空間でも遊べる軽いプラスチック製のボールを使って遊ぶ事多かった。これが、動作得点の伸びに合わせて記録が伸びなかった原因だと考える。

握力は力強さ（筋力・大きな力を出す能力）を見る事ができる測定方法である。R2年度は全体の記録伸び率平均156%、過去二年間の全体の記録伸び率平均117%であった。過去二年間に比べ39%高かった。R2年度は感染対策で運動遊び場の使用制限があり広いスペースを使えない事が多かったため、年長児は室内鉄棒を追加で1台購入し、今まであったものを含め2台を使って保育室や遊戯室の端で逆上がりを楽しんでいた。限られたスペースを活かした遊びを楽しんできた成果だと考える。

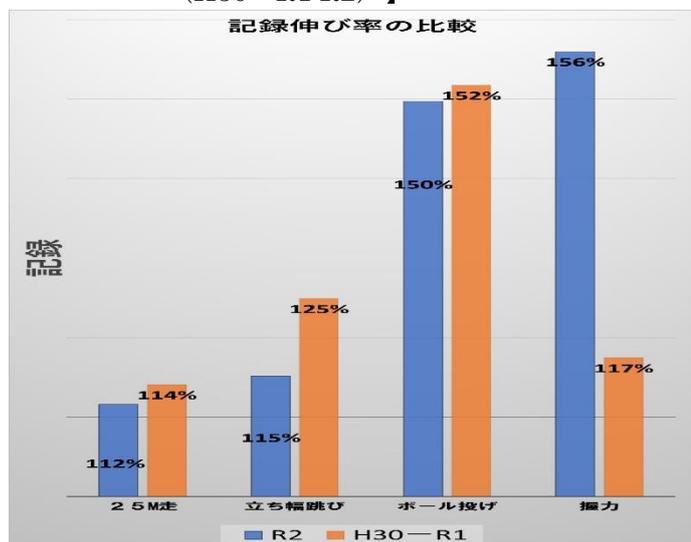
全体の記録伸び率（図1）を通して、限られた空間を使っていたため、思いきり走る、跳ぶといった経験が不足していたため下半身の筋力の成長が例年に比べ緩やかであった。また、大きな体育遊具を使う経験が不足していたため、瞬発力の成長も緩やかであった。しかし、保育士が限られた空間の中で遊び工夫していく事で、例年のない上半身の成長が見られた。全体の動作得点伸び率（図2）を通して、巧緻性・運動を調整する能力の向上が見られた。限られた空間の中で、保育士が保育を工夫し主体的に遊ぶ中で繰り返し運動を楽しんでいたと考える。

【表8：体力測定 伸び率 (H30～R1：R2)】

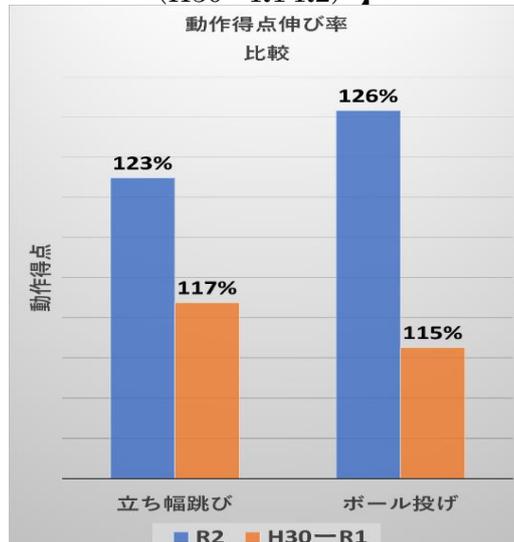
		体力測定値 4歳児～5歳児の伸び率 (R2：R1・H30)																											
時期	項目	25m走 (秒)					立ち幅 (cm)					ボール投げ(m)					握力 (kg)												
		年中		年長		伸び率	年中		年長		伸び率	年中		年長		伸び率	年中		年長		伸び率								
		25m走(秒)	記録	25m走(秒)	記録		立ち幅(cm)	動作	立ち幅(cm)	動作		記録	動作	記録	動作		記録	動作	記録	動作		記録	動作						
R2	全体平均	6.4	4.0	5.8	4.0	112%	105.2	2.8	4.0	120.7	3.5	4.0	115%	123%	4.9	2.2	3.4	7.1	2.8	3.8	150%	126%	6.7	5.9	6.3	9.8	9.4	9.6	156%
	男子平均	6.4	3.9	5.6	4.3	115%	112.3	3.3	4.3	127.8	3.5	4.2	114%	106%	5.7	2.4	3.3	8.2	3.1	3.7	146%	128%	7.2	6.3	6.8	10.3	10.2	10.3	154%
	女子平均	6.4	4.1	6.0	3.8	108%	99.1	2.5	3.9	114.7	3.6	3.8	116%	142%	4.1	2.0	3.5	6.1	2.5	3.9	153%	125%	6.4	5.6	6.0	9.3	8.7	9.0	158%
2力年 R1 H30	全体平均	6.5	4.0	5.7	4.1	114%	104.1	2.8	3.9	127.6	3.3	4.3	125%	117%	5.4	2.7	3.5	7.8	3.1	3.8	152%	115%	8.0	7.6	7.8	9.3	8.6	9.0	117%
	男子平均	6.3	4.0	5.6	4.1	114%	108.1	2.8	3.9	130.6	3.4	4.3	123%	121%	6.0	2.9	3.4	8.8	3.5	3.7	154%	119%	8.4	8.1	8.3	9.9	9.2	9.5	118%
	女子平均	6.7	3.8	5.8	4.0	115%	98.4	2.8	3.8	123.1	3.1	4.2	127%	110%	4.5	2.5	3.6	6.3	2.6	3.9	148%	106%	7.3	6.8	7.0	8.5	7.8	8.2	117%

注：伸び率は個人の伸び率の平均であり、平均値の伸び率ではない。

【図1：体力測定 記録伸びの率比較 (H30～R1：R2)】



【図2：体力測定 動作得点伸びの率比較 (H30～R1：R2)】



5. まとめ

新型コロナウイルスの登場により、生活様式が大きく変わっていった。保育園の役割として一番大切な事は生命の保持であり、そのため感染拡大させないために子どもたちの活動制限や保育士等によるこまめな消毒や換気などの対策を行ってきた。しかし、感染対策を行う事での経験不足・運動不足が、発育・発達不足を懸念させている。保育士等は子どもの成長保証をしていくために、話し合いを何度も持ち工夫しながら保育の中の新しい生活様式を模索してきた。保育士等の人数と子どもが生活するスペースには限りがあり、感染拡大を防ぎながら子どもの成長・発達を保証していく事は非常に困難な事も多く、最高ではなく最善をめざして保育にあたってきた。

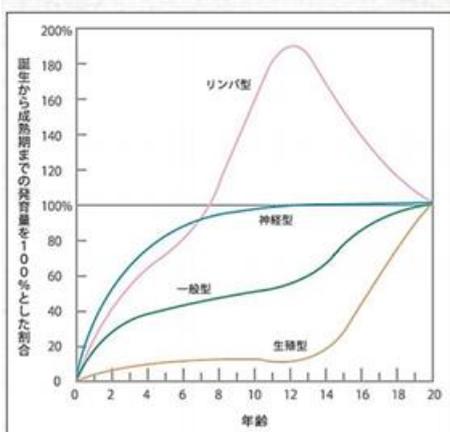
活動する場所・時間の確保をしていくために、遊びの空間の安全面を確保するためにどうすればよいのか保育士同士が出し合っていく事で様々なアイデアが生まれ保育実践につなげることができた。また、保育士同士が日々の連携を細かく何度もとっていく事で、時間のロスをなくし遊ぶ時間を確保することが出来た。密を避ける工夫では、乳幼児の特性上、人との接触で情緒の安定をはかったり、情動的に行動したりするなど完全に密を避けられない状況にあるが、少人数で保育を行い、遊びの密になりにくい方法を具体化し共有していきながら保育にあたってきた。人との関わりは、非常に困難を極めたが、地域の感染状況を踏まえながら子どもの自助力（成長発達）にあわせ出来る限りの関わり方を模索し保育をしてきた。

日々工夫しながら最善の保育活動を行ってきたが、運動遊びの時間は昨年に比べ晴天時で50分、雨天時で30分減少してしまいました。特に雨天時の場合1日平均40分しか体をおもいきり動かす事が出来なかった。これは幼児期運動指針で言われている1日60分以上を大きく下回る数字となり、コロナ期の運動不足を十分に解消できていない結果となってしまった。また、体力測定の結果から、経験不足による特に下半身の筋力や瞬発力の低下が感じ取れる結果となり、体力の低下が避けられない結果となりとても残念であった。

しかし、コロナ期だからこそ保育士が限られた空間の中で遊び工夫した事で、例年にない上半身の成長も見られていた。また、限られた空間の中で保育士が保育を工夫し主体的に遊ぶ中で繰り返し運動を楽しんでいた事が巧緻性・運動を調整する能力の向上につながった。巧緻性や運動を調整する能力が向上するという事は、神経系が成長したことを意味する。神経系の成長は6歳でおおよそ90%発達する（図5）といわれ、乳幼児期に育んでいく事がこれからの成長に大きな影響を与える。狭い空間でも神経系の成長が促せたのは非常に良かった。

これを通して言えることは、コロナ期の制限がある生活の中保育士が話し合いアイデアを出し合い保育を工夫しながら実践していく事、そして、実践の仕方を保育士同士共有し園全体として取り組んでいく事が、最善の成長保証につながっていくと考える。また、保育士同士の円滑なコミュニケーションはとても大事で、毎日のスケジュールをクラス間で伝え合い調節していく事も時間を確保していく上でとても大事なことだと考える。コロナ期は消毒・換気・環境改善・少人数保育にするための保育士動態等、様々な労力が必要となったが、子どもたちの健やかな成長を願い実践しようとする保育士の意欲や使命感に支えられ実践できている事だと感じる。

【図5：スキャモンの発育曲線（1930）】



7. 参考文献

鳥取福祉会感染対策委員会（2020）「鳥取福祉会新型コロナウイルス対策ガイドライン」社会福祉法人鳥取福祉会。

鳥取福祉会感染対策委員会（2020）「鳥取福祉会新型コロナウイルス感染拡大に伴うBCP」社会福祉法人鳥取福祉会。

新茂雄（2019）『「主体性を育むための運動遊び」が実践される組織をめざして』保育所・幼稚園・認定こども園リーダー養成研修 研修報告書—第17期生—P91~P104。

鳥取県教育委員会（2013）「鳥取県幼児教育振興プログラム（改訂版）」鳥取県教育委員会事務局小中学校課・スポーツ庁（2020）「新型コロナウイルス感染対策 スポーツ・運動の留意点と、運動事例について」コロナ禍の健康二次被害とは？ https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop05/jsa_00010.html（参照2020-12-12）。

文部科学省 幼児期運動指針作成委員会（2012）「幼児期運動指針ガイドブック～毎日、楽しく体を動かすために～」文部科学省。

スキヤモンの発育曲線（1930）日本発育発達学会 子どもと発育発達 第12巻 第4号 杏林書院（2015-01）。