

幼児期における基本的生活習慣の形成 —今日の意味と保育の課題—

松田 純子

生活文化学科

Forming Fundamental Habits of Daily Living in Early Childhood: Its Meanings of Today
and the Issues for Early Childhood Care and Education

Junko MATSUDA

Department of Human Sciences & Arts

Forming fundamental habits of daily living is one of the most important developmental tasks for early childhood. Japanese parents, in recent years, are busy with their daily work, and their children's upbringing is left heavily to early childhood caregivers and teachers. Consequently, the caregivers and teachers have come to take weighty responsibility and to have great influence on young children's daily living. It is however difficult that the caregivers and teachers fulfill all parents' every expectation.

Japanese traditional performing arts, such as 'Kabuki' and 'Noh,' teach us what the meanings of 'form' and 'routine' are and how they are handed down to next generation. It may be useful to learn from their wisdom for understanding of forming habits and handing them down.

Today, we should recognize that the context of daily living is very significant for young children's development and learning. Kurahashi Sozo, who was a prominent leader in the field of early childhood in Japan, pointed it out almost a hundred years ago.

The quality of early childhood care and education settings should become an issue of public concern, and it should also be given special consideration now.

Key words : fundamental habits of daily living (基本的生活習慣), early childhood (幼児期),
early childhood care and education (保育), form (型)

1. はじめに

基本的生活習慣の形成は、乳幼児期の子どもの発達や保育を考える時、大変重要な課題の一つである。養育者の立場からすれば、子どもの基本的生活習慣の形成は、幼児期の「しつけ」の一環とも言える。幼児教育の研究で大きな功績を残した児童心理学者の山下俊郎は、幼児のしつけについて、「幼児を正しく、よくしつけるということは、その幼児にいい習慣をつけるということに外ならない」（山下、1951、p.196）と述べている。基本的生活習慣の形成は、文字通り、幼児のしつけの最も基本にあたる営みと言ってもよいだろう。

現在の日本では、多様な価値観や生活様式が存在

し、個人の自己実現や経済的理由などから女性の社会進出も進み、働く両親を持つ子どもはごく幼い時期から保育所に通うことが当たり前になってきた。かつて家庭でなされることが前提であった子どもの基本的生活習慣の形成は、今では集団保育の場に任される割合が大きくなってきている。それに伴い、それぞれの家庭で当然子どもたちが身につけているはずと思われていた基本的生活習慣は、保育現場でよりいっそう真剣に取り組んでいかなければならない重要課題となっている。

昨今の知育や特別な技能に特化した教育に対する親たちの強い関心や支持の傾向の陰で、保育現場に期待されることは、乳児保育、障害児保育、病児・病後児

保育、延長保育や休日保育、地域の子育て支援などに見られるように多岐にわたり、保育の専門家である保育者の担う役割は、より幅広く、しかも重くなっている。乳幼児期の子どもの健全な成長発達の保障は、もはや家庭や親だけで担いきれるものではなく、集団保育の場にある保育者が主となって支えるものとなってきたと言っても過言ではないだろう。

習慣化された行動様式（型）としての生活習慣は、家庭や地域の中で生活文化として伝承されてきた。その生活習慣を伝えることが、今、困難になりつつあるように思われる。たとえば国を挙げての「早寝早起き朝ごはん」キャンペーンや、食育の推進は、子どもの生活習慣や食生活の乱れに端を発したものであるし、最近では、幼稚園の新入園児（3歳児）でオムツを着用している子どもがめずらしくなくなった。乳幼児を持つ保護者が、基本的な生活習慣の形成に関心がないわけではない。むしろ子育てで力を入れていることの上位に入る事柄である（ベネッセ次世代育成研究所、2011）。しかし、日々の生活の中で子どもの習慣づけ（しつけ）を行っていくことは、根気のいる仕事であり、合理性や効率性が求められる現代社会で生活する大人たちにとって、習慣づけ（しつけ）に対する苦手意識もあるかもしれない。また、もともと国や文化により生活習慣に関する考え方は異なり、それが時代とともに変化することを考えると、急激に変化する時代にあって多様化・複雑化する社会環境の中で、私たち日本人も共通した価値観や信念を持つことは難しくなっている。社会規範とともに子どものしつけの指針もあいまいにならざるをえない。そうした中で、乳児期から他者による長時間の保育を受ける子どもが増え、習慣づけ（しつけ）が保育現場に委ねられ、保育者が担う役割が増大すれば、保育現場や保育者の考え方や価値観が子どもに大きく影響することになる。保育現場で保育者が直面する習慣づけ（しつけ）をめぐる課題や困難は、子どもの成長発達に関わる社会的な問題として捉える必要があるのではないだろうか。

本論文では、幼児期における基本的な生活習慣の形成について、現代の日本の社会状況の中で改めて捉え直すことを目的としている。基本的な生活習慣の形成とは、幼児にとって、また大人にとってどのような経験であるのか。発達上また社会的・文化的にどのような意味を持つのか。基本的な生活習慣形成の今日的な意味

を探るとともに、それがこれからの保育現場に対して何を示唆するのかを論考する。

2. 基本的な生活習慣

2-1. 習慣とは

基本的な生活習慣とは何か。まずは、「習慣」という語の意味することから考えてみよう。『大辞泉』（小学館）によれば、習慣とは、「①長い間繰り返して行ううちに、そうするのがきまりのようになったこと。〔早寝早起きの一〕②その国やその地方の人々のあいだで、普通に行われる物事のやり方。社会的なしきたり。ならわし。慣習。〔盆暮れに贈り物をする一がある〕③心理学で、学習によって後天的に獲得され、反復によって固定化された個人の行動様式」とある。さらに慣用語として、「習慣は自然の如し」（『孔子家語』）と「習慣は第二の天性なり」の二つが挙げられており、それぞれ「習慣は深く身について、天性のようになる」、「習慣の力は大きなもので生まれつきの性質と変わらないほど日常の行動に影響を及ぼす」と説明されている。

このように、「習慣」という語は、広義には、慣習やならわしという語と同じような意味で用いられ、ある社会や文化において、そこに暮らす人々によって広く認められており、伝統的に習得され伝承されていく行動様式や精神的態度であると説明される。また狭義では、ある環境条件下で、意識的な努力を伴わず、容易に行うことのできる習得的な行動様式を指す。

改めて「習慣」という語の意味する事柄を本論文のテーマとの関連で見直してみると、次のような事項が重要となってくるだろう。

- (1) 習慣は後天的に獲得する行動様式であり、人に自然に備わっているものではない。
- (2) 習慣は「繰り返し」「反復」により習得される。
- (3) 習慣は国や地域により異なり、社会・文化・時代により変化する。
- (4) 習慣は社会化の過程を通して伝承される。
- (5) 習慣化により、そのことに対する興味・関心は減少するが、少ない心的努力で繰り返すことができ、そのことに費やす時間とエネルギーが節約される。
- (6) 習慣化した行動様式を破ると不快感が生じ、その行動を行わなければならない。

これらを踏まえて、さらに基本的生活習慣について考察する。

2-2. 基本的生活習慣とは

生活習慣とは、日常の生活に必要な行動が一定の型で繰り返し行われていくことであり、人が健康で文化的な規律ある生活を日々滞りなく送っていくための基礎となっている（久世、1980）。

生活習慣の中でも、特に生命的な行為として日常的に繰り返されるものを基本的生活習慣と呼び、食事、睡眠、排泄、着脱衣、清潔の五つが挙げられている。厳密に言えば、食事、睡眠、排泄の習慣は、生理的基盤に立つものであり、着脱衣と清潔の習慣は、社会的・文化的・精神的基盤に立つものと捉えられる（谷田貝・高橋、2009）。生活習慣には、このような基本的生活習慣の他に、人との関わり方や、ものや生きものとの関わり方、安全に関するものなど、社会人として生きるためのルールにそった基本的な行動である社会的生活習慣がある。

先に述べたように、習慣化される行動様式は、所属する集団や文化から大きな影響を受ける。基本的生活習慣の形成でも、所属する集団や文化に適応したものであることが望ましく、子どもが家庭や社会環境に適応した生活ができるように、またその中で子どもの心身が健全に発達するために、大人は必要な生活習慣を子どもに身につけさせるのである。

3. 幼児期と基本的生活習慣

3-1. 発達課題としての基本的生活習慣

発達課題という概念を最初に導入したのは、アメリカの教育社会学者ハヴィガースト（Havighurst、1953）と言われる。発達課題とは、個人が社会的に健全に成長するために乳幼児期から老年期までの人生のそれぞれの時期に習得が必要な課題であり、その起源は身体的成熟・社会の文化的圧力・個人的価値や動機と、これらの相互作用によるものとされる（田中、1995）。

ハヴィガーストは、人生全体を 6 段階に分け、各段階に発達課題を設定しているが、第 1 の発達段階は、就学前の乳幼児期（0～6 歳）にあたり、その発達課題は次のとおりである。

- (1) 睡眠と食事における生理的リズムの達成
- (2) 固形食を摂取することの学習

- (3) 親ときょうだいに対して情緒的な結合の開始
- (4) 話すことの学習
- (5) 排尿排便の学習
- (6) 歩行の学習
- (7) 正・不正の区別の学習
- (8) 性差と性別の適切性の学習

（井上、1992、p.410-411）

ハヴィガーストは、一つの段階の課題が達成されれば、次の段階への移行も順調であり、もしその達成が妨げられると適応の障害が生じ、次の段階の課題の達成も困難になると考えた（井上、1992）。第 1 の発達段階（乳幼児期）の 8 課題の中で、(1) 睡眠と食事における生理的リズムの達成、(2) 固形食を摂取することの学習、(5) 排尿排便の学習の三つは、本論文が取り上げる基本的生活習慣に関わる課題である。社会的期待が含まれるため、ハヴィガーストの発達課題には、西欧社会の価値観が反映されていることは否めないが、現代の日本人の乳幼児期における発達課題としても、基本的生活習慣の形成が主要な位置を占めることは確かであろう。そして、それが次の発達段階にも影響を及ぼす可能性があることは、乳幼児期の保育を考える際にもまずは十分に留意されなければならない。

食事、睡眠、排泄、着脱衣、清潔などの基本的生活習慣の形成は、言うまでもなく子どもの成長発達においても非常に大きな意義を持っている。それは身の自立（自分の身の回りのことを自分でできること）を意味するからであり、そのことは子どもが社会に適応して生きていく最初の過程とみなすことができる。『保育所保育指針解説書』では、おおむね 3 歳で基本的運動機能の発達に伴い、食事、排泄、衣類着脱など、ある程度自立できるようになり、おおむね 5 歳で一日の生活に必要な行動のほとんどを一人でできるようになっているとしている（厚生労働省、2008）。身の自立により、子どもは自己有能感を得て、自信を持って遊びや活動にも取り組むことができるようになる。大人に依存する存在であった子どもが、自らの生活の主人公となっていくのである。

3-2. 幼児の特性と習慣形成

乳児期の原始反射が消え、随意運動による行動が可能となる幼児期は、生活全般にやってみたいという

興味や意欲が生まれる時である。また可塑性に富む時期であるので、基本的生活習慣については行動形成が容易であると考えられる（昇地、1980）。その一方で、この時期をはずすと習慣化しにくくなるということや、逆に好ましくない習慣が形成されると後の修正が困難になるという点も認識しておく必要がある（久世、1980）。基本的生活習慣の形成においては、幼児期は大変重要な意味を持っている。

保育の実際には、具体的に、何を、いつ、どのような方法で行うかが問題となるが、幼児期における基本的生活習慣の形成を考える際にまず重要な点は、幼児のその行動へのレディネス（readiness）の状況である。レディネスとは、教育や学習が効果的に行われるための準備性のことであるが、一人一人の幼児の発達状況をよく考慮し、基本的生活習慣の形成に必要な発達の土台、心身の準備が整っているかどうか配慮しながら習慣化を進めていく必要がある。準備が十分に整わないうちに強制することは、非能率であるばかりでなく、幼児に無理をさせた上に失敗経験を多くして、その後の劣等感や消極的な態度につながる可能性があるからである。保育者の経験知として、例えば文字の習得などのように、子どもが興味関心を持つ時期が、そのことの習得に適した時期と合致することは知られている。もちろん、子どもの興味関心を引き出すための日頃の保育環境の構成や働きかけは、保育者の役割である。

食事、睡眠、排泄、着脱衣、清潔などの基本的生活習慣は、それぞれが独立した行動を示すのではなく、さまざまな能力や行為を複合した行動として捉えられる（久世、1980）。たとえば、食事行動では、一定の時間座っている、目と手と口の協応動作ができる、咀嚼して飲み込む、一定の時間食事に集中する、というような要素が含まれている。したがって、幼児が獲得している運動能力や知的能力等の水準に合わせて、無理なく幼児の発達にそって段階的に習慣形成を行っていくことになる。食事について言えば、一人で食べられるだけではなく、食前食後のあいさつをする、偏食をしない、食べながら歩き回らない、物を口を含みながら話さないなどのマナーを身につけることも含めて、食事の習慣が確立したことになる。

幼児のしつけについて、山下俊郎（1951）は、大きい子どものしつけ方とは根本的に違っていると述べて

いる。そして、「真正面から子どもにぶっつけるのではなくて」、環境を整え、機会を作って、「間接法で、まわり道をして、仕向けるようにする」というのが幼児のしつけ方の根本原理としている（山下、1951、p.60-61）。また幼児期には、情緒性、興味性、具体性、模倣性などの精神発達の特徴が見られる（久世、1980）。幼児に対して、大人の意向にそうように一方的に言葉で言い聞かせることは難しい。幼児の特性を踏まえ、情緒が安定している時に（情緒性）、幼児が興味を示す事柄に関して（興味性）、実際に大人がやってみせながら（具体性・模倣性）、幼児を仕向けていくというやり方が効果的である。そこには大人の密接な介入や関わりなど、意図的な習慣化の働きかけが求められる。幼児の方から進んで、楽しく、しかも先に期待を持って取り組んでいくような雰囲気を作ることや、周囲の大人もいっしょになって実践していくことが習慣づけには必要となる（久世、1980）。

習慣づけに関して、山下（1951）は特に幼児の模倣性に注目した。幼児の生活を見てみると、模倣の傾向が非常に強いことが分かる。すでに乳児期から、子どもはまわりの大人がやって見せることを真似し、模倣することによってそれを覚えていく。象徴機能の発達に伴い、「見立て」や「ふり」、やがて「ごっこ遊び」も始まり、日常生活の中で目にすることをよく真似をして再現して遊ぶようになる。スイスの心理学者ピアジェ（Piaget, J）による「同化」と「調整」という考え方では、その対象に自分に合うように変化させて自分の内部に取り入れる働きである「同化」が子どもの行動の中で優勢になる時に遊びが出現し、自分の方をその対象に合わせて修正する働きである「調整」が優勢になる時に模倣が出現すると説明する（滝沢、1995）。遊びと同様に、模倣は子どもにとって積極的な学びの手段である。一般に、「学（まな）ぶ」は「まねぶ」とも読み、「真似（まね）る」と同源であることはよく知られている。幼児は、模倣の働きによって、まわりの生活に自分を合わせることをしながら、自分の生活を作っていく。基本的生活習慣の形成は、この幼児の模倣性を抜きにして考えることはできないだろう。

また、幼児の模倣では、「同一視」あるいは「同一化」という心理学的な働きも重要である。幼児においては、同一視は愛着し信頼を寄せ憧れる大人や周りの

子どもたちの行うさまざまな行為を取り入れるかたちで働き、その結果、さまざまな行動が形成されるようになると考えられる（鯨岡、2000）。模倣の対象となる人物は誰でもよいわけではなく、幼児にとって意味ある他者（significant other）がモデルとなり、習慣形成に大きな影響を持ちうる。つまり、家庭においては親が、保育現場においては担任保育者が子どものモデルであり、習慣形成の担い手であることが確認されよう。また、一つの保育形態として近年改めて注目されている「縦割り保育」は、異年齢の子どもたちを一つの集団として保育するものであるが、生活の中での異年齢児の存在や異年齢児との活動の意義も、基本的生活習慣の形成において、今後さらに検証される必要がある。

幼児期の特性として、「繰り返し」や「反復」に対する志向性も習慣化との関連で注目されるべきであろう。大人にとってはわずらわしく感じられる「繰り返し」や「反復」であるが、幼児にとっては必ずしもそうではない。この点に関して、たとえば昔話の読み聞かせに対しても、子どもは話の中の繰り返しを喜び、幼ければ幼いほどその反応が顕著であることが指摘されている（松岡、1987）。子どもにとっての「繰り返し」や「反復」の意味については、さらなる探求が期待される。

4. 「型」としての基本的生活習慣

4-1. 「型」をめぐる

先述のとおり、習慣は、同じことを繰り返して習得される行動様式である。毎日子どもが同じことを繰り返す中で型ができあがることになる。山下俊郎（1951）は、この繰り返しの二つの種類があると述べている。まず型ができるまでの繰り返しを「型つけ」、次に型を固めるための繰り返しを「練習」とした。ある一つの行動が「型つけ」されて習慣となっていくためには、その行動の中に含まれている一つ一つ細かい部分が、順序立てられて型ができなければならない。そして習慣化するためには、毎日同じことを同じ手順で繰り返させる「型つけ」と、そのようにしてできた型（行動）が意識しなくても自然にできるようになるための「練習」が例外なく一貫して行われることが必要となる。

「型」は、芸能や武道などでは、規範となる動作・

方式を意味し、一般的にも、きまったやり方、伝統的なしきたり、慣例というような意味を持つ語である。先に、生活習慣とは、日常生活に必要な行動が一定の「型」で繰り返し行われていくことと述べた。基本的生活習慣の形成を考える上で、「型」は重要なテーマであるように思われる。

私たちは、日常的に「型にはまる」や「型にはめる」という言葉を使うが、それは「決まりきった形式や方法どおりにする」ということと同時に、個性や独創性がない、あるいは個性や独創性を認めないという、どちらかという否定的な意味も含んでいる。

無藤隆（2005）は、型は人間行動の基本として、「型どおり」ということが重要であるとし、一方において①人間の身体の構造、②文化の要請、③物理的環境の三つを型の規定要因として挙げている。そして、「一定の身体の動かし方を習得することは、余分なエネルギーや注意のリソースを節約し、もっと高次のことに振り向けられるから、仕事でも遊びでも有用である」（無藤、2005、p.24）と述べている。しかし、型があっても型そのもののだけで生きていくことは難しい。つまり、型を臨機応変に使えることが必要となるのである。

型を作り育てる一方で、一つの型は次の型へと変貌していくものと捉える視点も重要であろう。型をしつければ、一つの型から次の型をどのように作り出すかを含んでおり、型をいかに使うかをいろいろな場面で試すことを通して発展可能なものにする（無藤、2005）。

遊びは、型に束縛されない自由なものとして捉えられる。しかし、昨今、“遊べない子ども”が保育現場の話題にあがることがある。「遊びは子どもの仕事」と言われ重要視されてきた一方で、集団保育の遊びの場面で、「何をすればいいのか」「どうすればいいのか」と保育者に頼ってくる子どもが見られるというのである。このことは、子どもの経験不足とともに、その子どもの持つ「型」の脆弱さを意味していないだろうか。現代社会に育つ子どもたちの問題として、実際の子どもの生活環境や人間関係が極めて狭いものになってきていることが指摘される（無藤、2005）。一つの型を学んでも、それを試す場や関係に乏しい状況があり、一つの型からそれを発展させていくような経験が得られにくい。そして、今日、子どもが型を試す

場や関係を豊富に得られるのが、遊びを中心とした生活が展開する集団保育の現場ではないだろうか。遊べない子どもも、集団保育の経験を重ねていく中で、次第に自ら遊ぶことができるようになっていく。

しかしながら、型は言葉で教えられることではない。具体的な場面で、個別的な状況の中で、実際にやってみないと分からない。しかも、それを応用し発展させるためには、経験を重ねると同時に、その経験を振り返り自覚化する必要も生じてくる。

4-2. 日本の伝統芸能に見られる「型」の習得

「型」の形成やその伝承について考察を深めるために、少し飛躍するようであるが、歌舞伎などの日本の伝統芸能の世界に目を向けてみたいと思う。世襲制を基本として何百年にもわたり伝統を継承してきた伝統芸能の世界では、型は芸の継承上、重要な鍵となっている。伝統芸能の継承者たちが伝統芸をどのように受け継ぎ、次の世代にどのように伝えているかを学ぶことは、型の役割や人の育ちにおける型の意味についての理解の手がかりとなるように思われるからである。

ここでは、光森忠勝のインタビューによる『伝統芸能に学ぶ一翳と父親一』（2003）を参考にしながら、日本の伝統芸能の型の伝承の仕方を、特に幼少期に注目して概観する。

歌舞伎、文楽、狂言、能楽、京舞などの日本の伝統芸能の世界では、体系化された理論や訓練方法は存在しない。習得の基本は模倣であり、師匠から弟子へ、多くの場合は父から子へ、体で教え体で覚えるという方法論が代々受け継がれている。長い年月をかけて練り上げられてきた「型」を師匠が演じ、弟子がそれを模倣する。模倣しているうちに自然と型が身についていき、それが繰り返され、やるべきことがスムーズにやれるようになってくる。興味深いことに、物心がつく前の幼児期から模倣による修業を始めること、型から入り体で覚えること、反復する稽古を大切にしていることでは、どの伝統芸能も共通している。

このような方法論のもとに、日本の伝統芸能の稽古は、例えば歌舞伎であれば、いきなり踊り、長唄、三味線、義太夫を習い、実際の舞台に立って、芸の基本を身につけていく。そして、長い時間をかけて一つ一つの完成された作品を演じながら、体験を積み重ねて芸を完成させていく。舞の稽古にしても、練習用の曲

はなく、幼児であっても、最初から大人が舞う曲を稽古するという。そのことは、幼児が実際に生活することと似ている。大人の援助を必要としてはいても、幼児の生活も本物の生活であることには変わりはない。練習用の生活はないのである。

対照的に、西洋の舞台芸術の学校方式の訓練方法には、体系化された理論があり、それが言語化されていて教科書もある。完成された作品を演じながら基本を習得する日本の伝統芸能に比べて、欧米の舞台芸術では、基本的に大人が学ぶための理論が体系的に構築されている。日本でも新劇などの現代演劇は、役の心理やテーマを分析した上でそれを表現しようとするが、それは西洋の舞台芸術の影響が強いと思われる。言葉に重きを置く西欧の文化と異なり、日本はまず型から入り、内容を考えていく文化であると言われる。型は表面だけを見れば形式にすぎないが、型に心をこめることによって意味が生じる。心が乱れると型がくずれるというのは、日本人として育った者の感覚であろう。

日本の伝統芸能において唯一、能には理論書と言えるものが存在する。一般に『花伝書』として知られている『風姿花伝』である。能役者であり能作者である世阿弥が亡父観阿弥の教えをもとに著した書物である。そこには、稽古は概ね七歳（数え歳）で始めるとされ、今でいう5、6歳にあたる幼児の特徴をよく捉えた無理のない進め方が記されている。

一、この藝において、大方、この比の能の稽古、必ず、その者自然とし出だす事に、得たる風體あるべし。舞・働きの間、音曲、もしくは怒れる事などにてもあれ、ふとし出さんかかりを、うちまかせて、心のままにせさすべし。さのみ、よき、あしきとは教ふべからず。餘りにいたく諫むれば、童は氣を失ひて、能ものぐさくなり立ちぬれば、やがて能は止まるなり。（世阿弥、1958、p.12）

最初は無理強いをせず、教え込むのでもなく、子どもの興味にまかせ好きなようにさせるのがよいとする。これは、先に触れた山下俊郎のいう幼児期の特性を踏まえたしつけの方法にも通じるものである。現在の能の世界では、3歳頃から稽古が始まり4歳前後で

初舞台を踏むという。なおさら、子どもがいやにならないような稽古への入り方が大切となるだろう。特に幼児期から修業を始める伝統芸能では、模倣から入る修業は実に理にかなっていると言える。言葉の意味も理屈も分からない幼児は、体で型を覚えた方がはるかに型を身につけやすいだろう。

物心がつくまでは徹底してこの方式で稽古をしているが、しかし、芸の修業も成長するにつれて質が変わるという。物心がつく段階になると、型の意図を説明するなど、理由づけや意味づけも行われるようになる。型の模倣から始まり、段階を踏んで役の心理やテーマを教えてもらいながら、型に心を込めていく。

日本の伝統芸能の幼児期からの型の習得については、芸（技術）の習得の他にも重要な意味があることが考えられる。長年にわたる修業の意味、それは社会化を助けるということである。稽古は、芸だけではなく、共同体で暮らすためのモラルを教え、大人の社会を一人の人間として経験をつませる教育でもある。そして、ここで重要と思われることは、子どももそれが嫌いではないらしいということである。むしろ、自分が一人前と認められたような感じがしてうれしい、興味がわいてくるという。つまり、稽古は子どもの成長を後押しするような効果を持っていると考えられる。また同時に、幼児期からの稽古は忍耐力も自然に身につける訓練となっている。自己抑制を体で覚える社会訓練として捉えることもできる。伝統にそって子どものころから一つ一つの曲を稽古し、実際の舞台を経験していくうちに、基本が身につく仕組みであると同時に、芸を通してどう生きればいいのかという生活の規範まで含んだ修業が行われている。長い年月にわたって伝統芸能が継承されてきた理由は、このような伝承の仕組みによると考えられる。

初舞台は、伝統芸能の世界で生きる子どもにとって、家庭の枠から離れ、初めて社会と接点を持つ場と考えられる。そのなかに入っていくためには、「我慢」という試練が関門の一つになっている。先にも述べたように稽古を通した「我慢」（自己抑制）によって共同体を意識し、他人の振舞いを認め、自分自身の有り様を身体で感じる訓練になる。初舞台は、現代の一般社会で考えると、保育所や幼稚園などへの就園に似ている。しかし、保育所や幼稚園は同年齢の子どもたちの集団生活の場である。伝統芸能の世界では、子どもだ

けの社会ではなく、大人の中に入って見様見真似で覚えて一つの役を担う。欧米方式のように技術中心ではなく、共同体のなかに入り、他を見て学び、規範を覚える稽古を積み重ねる。そのお膳立てが、幼児にとっての安全基地である母親ではなく、父親のもとでの稽古であることも興味深い。

このように見てくると、伝統芸能という特別な世界で伝承されている芸とその習得方法は、大変示唆に富んでいる。型は、すぐれた身体言語であり、価値判断の基準にもなる。そして、必ずしも固定化されるものではなく、進化していくための一つの具体例として捉えられる。表面的には同じように演じているようでも、中味がだんだん進化していくのである。基礎が植えられるということは、基礎から出発できるということでもある。初めから何もない中で、自分を抛り所にするのではなく、まず尺度にする物指しを身につけ、そこからスタートする。伝統芸能の世界でも、成長の段階に合わせ、時代に合わせて、対応を変えているという。「型」は伝統が積み重ねた極致ではあるが、再創造の礎でもある。

伝統芸能の継承は、特別なことではあるが、本論文のテーマである幼児期の基本的生活習慣の形成ということに引き付けて考えてみれば、物心がつく前の幼児期から模倣による習得が始まること、型から入り体で覚えること、反復する稽古を行うことが大事であることは、基本的生活習慣の形成にもあてはまることである。また、型は固定化されるものではなく、進化していくための具体例となるという見方も、先述の発展可能な型という考え方に重なる。ただし、芸の習得と大きく異なるのは、基本的生活習慣は、母性の養護の下で子どもが身につけていくということである。どの子どもにも必要な基本的生活習慣の形成、つまり生きるために最も基本となる生活習慣形成の営みは、芸の習得や社会的な生活習慣の形成が始まる以前に、すでに乳児期から日常生活という文脈で行われている。

5. 基本的な生活習慣と保育

5-1. 生活という文脈

日常の生活は、人が発達していく際の最も基本的な文脈と考えられる（無藤、1995）。生活への適応それ自体が、発達の過程となり、その発達の有り様にも大きな影響を与えることになる。

無藤隆（1995）は、「生活」の特徴として、次の4つを挙げている。第一に、生活は日常的に維持されなければならない。必ずしも最良の形でなくとも、周囲の人に受け入れられ、最低限必要な活動が実行されればよい。第二に、生活では、日々同じようなことを繰り返す。そして、それはあまり手間や思考を必要としないルーティン（同一の手順）により実行される。私たちが生活習慣と呼ぶものである。第三に、生活は完全にルーティンによってのみ成り立つものではない。日々の生活活動に遊びや余分な思考が組み入れられる。そして第四に、ルーティンを大きく崩す動きも生活には起こりうる。しかし、生活の大きな変化はあっても、また新たなルーティンが作られる。

保育の場合は、子どもにとって生活の場である。保育者は、子どもとの生活の中で子どもの発達を考え、適切な援助をしていかなければならない。実際の生活経験の乏しさが指摘される現代の子どもたちの育ちを考える時、発達の基盤を築く子どもの生活はどのような状況にあるのか、改めて検討されなければならないだろう。保育の現場においても、異なる経験の機会を豊富に用意するばかりでなく、日々の生活を安定したルーティン（習慣）的な活動を中心に構成し営む中で、子どもがどのようにそのルーティンを習得し、それを作りかえたり、その意味を把握したりするのか、また新たなルーティンをどのように作り出すかを、保育者は自らが子どもと生活をしながら理解しなければならない。

5-2. 教育の生活化

前述のとおり、系統的な学習が始まる前の幼児保育の場は、子どもにとってまず生活の場である。このことは、保育関係者にとっては当然のこととして了解されているが、一般には、よく理解がなされていない事柄と言ってよいであろう。

戦前・戦中・戦後を通じての日本の保育界の代表的指導者であった倉橋惣三は、幼児教育（保育）の基本を「生活を生活で生活へ」という言葉で表している（倉橋、1976）。その意味は、幼児の教育は、幼児のさながらの生活を、具体的な生活を十分に営ませることによって、さらに充実した生活へと導くことに尽きるということである。

また倉橋（1996）は、「教育と生活」という論考の

中で、教育と生活の関係について、もともと人間の生活の中で幼い子どもに対する教育が行われていたのであり、今日のように教育が特別の位置を占めるようになったのは、時代の変化に伴い、大人の生活が子どもの生活と離れ、子どもを大人にするために経済的方法が考えられた結果、教育と生活が分離したものと説明している。

そして、教育の生活からの分離に関して、教育の人・場所・方法の三つの要素を挙げて論じている。まず人については、生活即教育の場合には、すべての人が教育者であったのが、分離した教育では、子どもの教育のみを担担する「教師」というものが必要になる。次に場所については、生活即教育の場合においては、野も森も山も街もすべてが教育の場であったのに対して、特に教育のための「学校」が造られるようになった。そして、生活から分離した人（教師）が、生活から分離した場所（学校）において、その専門知識を専門知識として発展させ徹底させていくところに、生活から分離した特別の教育方法というものができてきたと指摘している。初めは一体となっていたものが、やむを得ず分離したはずの教育と生活は、全く関係が見いだせないほどになっていると述べている。倉橋は、教育を生活に帰すべきと考え、その中心問題は方法にあるとした。そして、人間の生活が生活としての本質的現実味を有するためには、現実の必要と人間の相互的必要という二つの条件を具えていることが必要であるという。教育が現実生活の本質を失わないためには、この二つ条件について考慮しなければならないというのである。

倉橋の指摘は、特に幼児保育に対するものではなく、当時（20世紀初頭）の学校教育に向けたものであったと考えられるが、今日の幼児の保育においては、いっそう重要な問題として検討しなければならないように思われる。特に早期教育や小学校の前倒し的な教育が保育現場の生活を侵食しようとする現状が見られるからである。幼児期の「教育」は「養護」と一体化しており、日本では意識的に「保育」という言葉が使われてきた。幼児期は、系統学習以前の、基礎学力の基盤となる自立した生活の力を身につけることにまず重きを置く必要がある。幼児の特性と発達を踏まえ、「現実の必要」と「人間の相互的必要」という二つの条件を具えた生活を保育の場で展開していくこ

とは、現代の保育において重要な課題ではないだろうか。幼児期の基本的生活習慣の形成をめぐる本論文の議論は、まさにこの「教育の生活化」に重なる問題提起とも言えるのである。

5-3. 幼稚園教育要領と保育所保育指針

基本的生活習慣の形成について、わが国の保育のガイドラインである「幼稚園教育要領」と「保育所保育指針」の中では、どのように扱われているだろうか。

幼稚園教育要領では、基本的生活習慣に関しては、保育内容の五つの領域の中の「健康」の領域で主たる記述が見られる。三つのねらいの中の(3)として「健康、安全な生活に必要な習慣や態度を身に付ける」があり、その内容では、10項目のうち、「(6) 健康な生活のリズムを身に付ける」「(7) 身の回りを清潔にし、衣服の着脱、食事、排泄などの生活に必要な活動を自分でする」「(8) 幼稚園における生活の仕方を知り、自分たちで生活の場を整えながら見通しをもって行動する」が、基本的生活習慣に関わるものである。また、内容の取扱いにおいては、「(5) 基本的な生活習慣の形成にあたっては、家庭での生活経験に配慮し、幼児の自立心を育て、幼児が他の幼児とかかわりながら主体的な活動を展開する中で、生活に必要な習慣を身に付けるようにすること」とされる。

さらに『幼稚園教育要領解説』には、「幼稚園と家庭が連携し、基本的な生活習慣の形成に当たって必要な体験や適切な援助などについて共通理解を図ることが大切である」とした上で、「基本的な生活習慣の形成に当たっては、幼稚園生活の流れの中で、幼児が一つ一つの生活行動の意味を確認し、必要感をもって行うようにすることが大切である」と書かれており、「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なければならない」と解説されている(文部科学省、2008、p.88)。そして幼児期は、周囲の行動を“模倣”しながら自分でやろうとする気持ちが芽生える時期であるとし、保育者は、「幼児が自分でやろうとする行動を温かく見守り、励ましたり、手を添えたりしながら、自分でやり遂げたという満足感を味わわせる

ようにして、自立心を育てることが大切である」として、さらに「自分たちの生活にとって必要な行動やきまりがあることに気付かせたりすることなどにより、幼児自身に生活に必要な習慣を身に付けることの大切さに気付かせ、自覚させるようにして、自律性を育てることが大切である」と記されている(文部科学省、2008、p.88)。これらの記述の中でも、「意味の確認」や「必要感」などの言葉からは、次第に“物心がつきはじめる”幼児期後期の子どもたちの、単なる繰り返しの習慣化ではない自律的な基本的生活習慣の形成が意識されていることが分かる。

保育所保育指針でも、幼稚園教育要領と整合性が図られ、ほぼ同じ内容が記されている。但し、身近の自立になる前の3歳未満児の保育も行われる保育所においては、養護面の占める割合も大きく、保育所保育指針では、3歳未満児の保育に関わる配慮事項として、「一人一人の状態に応じ、落ちついた雰囲気の中で行うようにし、子どもが自分でしようとする気持ちを尊重すること」という記述がある。自立に向けての地道な、しかし重要な援助である。乳児期や幼児期前期は、幼児期後期における生活活動の「意味の確認」や「必要感」以前の、「心地よさ」の体験を十分に保障する時期であろう。

6. おわりに

子育ての営みも含め、保育はより意識化され、その意味を考えて実践されていく必要が生じてきている。基本的生活習慣の形成についても、日常的な生活のなかで子どもが自然にいつの間にか身につけるものではない。大人が子どもとしっかりと向き合い、自らもモデルとなりながら、子どもの将来のために現実の生活を子どもとともに営む必要がある。特に幼児期における生活という文脈の重要性を再認識すると同時に、この時期の生活が遊びを中心とする生活であるという点にも注意が必要である。設定された活動が園生活の大きな割合を占め、学校の時間割のようなスケジュールの下で生活を送るような幼稚園や保育所が散見される現在、倉橋が1世紀前に提唱した「教育の生活化」は、今日いっそう重要な課題として突きつけられているように思われる。基本的生活習慣の形成という重要な発達課題を抱えた幼児期の子どもたちにとって必要なのは、「生活する」ことである。一方で、家庭に

においては、生活の空洞化が指摘される。そうであれば、保育の場は学校化ではなく、家庭に次ぐ生活の場として子どもの成長発達を支援していくことを課題として重要視しなければならない。

家庭という生活の場で、きょうだいがいたとしても、基本的に一人一人の子どもに対して行われてきた基本的生活習慣の形成であるが、核家族化や女性の社会進出が進む中で、親に代わり保育者が集団保育の場で基本的生活習慣形成に携わるようになったことは当然のなりゆきであり、保育現場は、現状ではその役割を果たす最もふさわしい場であると言えるかもしれない。しかし、もしそうであるならば、われわれはそのことをしっかりと認識した上で、集団保育の場と保育者の役割に見合う人的配置等の条件整備を行う必要がある。待機児童の解消は焦眉の社会問題として認知されているが、次世代を担う子どもたちの成長発達の基盤を培う幼児保育の場の確保には、十分な保育条件を具えた環境を保障することが必須条件である。そのことの社会的共通理解が得られなければならない。

幼児期の基本的生活習慣については、健康面やしつけの面から注目されることが多いが、本論文では、その社会・文化的な側面にも着目しながら、今日的意味を探り、保育現場の新たな課題として基本的生活習慣の形成を位置付けた。保育の基盤としての「生活」の見直しは、個々の保育現場の問題としてだけではなく、子どもの発達保障の問題として、社会全体で考えていかなければならない。

参考文献

- 久世妙子 (1980) : 「生活習慣」、松村康平・浅見千鶴子編、『児童学事典』、155-156、光生館
- 鯨岡峻 (2000) : 「同一視」、森上史朗・柏女霊峰編、『保育用語辞典』〔第6版〕、280、ミネルヴァ書房
- 松岡享子 (1987) : 『えほんのせかい こどものせかい』、日本エディタースクール出版部
- 光森忠勝 (2003) : 『伝統芸能に学ぶ一膳と父親一』、恒文社
- 文部科学省 (2008) : 『幼稚園教育要領解説』、フレーベル館
- 無藤隆 (1995) : 「生活」、岡本夏木・清水御代明・村井潤一監修、『発達心理学辞典』、380-381、ミネルヴァ書房
- 無藤隆 (2005) : 「型にはめることと個性を育てること」、『児童心理』、第59巻 (第13号)、22-27、金子書房
- 昇地三郎 (1980) : 「習慣」、松村康平・浅見千鶴子編、『児童学事典』、211、光生館
- 滝沢武久 (1995) : 「同化と調節」、岡本夏木・清水御代明・村井潤一監修、『発達心理学辞典』、489、ミネルヴァ書房
- 田中みどり (1995) : 「発達課題」、岡本夏木・清水御代明・村井潤一監修、『発達心理学辞典』、554、ミネルヴァ書房
- 山下俊郎 (1951) : 『幼児の家庭教育』、東洋書館
- 谷田貝公昭・高橋弥生 (2009) : 『データでみる幼児の基本的生活習慣 第2版—基本的生活習慣の発達基準に関する研究—』、一藝社
- 世阿弥〔野上豊一郎、西尾実校訂〕(1958) : 『風姿花伝』、岩波文庫
- ベネッセ次世代育成研究所 (2011) : 『第4回幼児の生活アンケート報告書 (国内調査) —乳幼児をもつ保護者を対象に—』、ベネッセコーポレーション
- Havighurst, R. J. (1953) : “Human Development and Education,” Longmans & Green
- 井上勝也 (1992) : 「生涯発達の視点」、東洋・繁多進・田島信元編、『発達心理学ハンドブック』、第22章 401-415、福村出版
- 厚生労働省 (2008) : 『保育所保育指針解説書』、フレーベル館
- 倉橋惣三 (1976) : 『幼稚園真諦』、フレーベル新書
- 倉橋惣三 (1996) : 「教育と生活」、『倉橋惣三選集』第5巻、77-84、フレーベル館