

里山における幼児保育がもたらす森林セラピー効果 —里山保育の実施状況と課題—

総谷珠美 (千葉県森研セ)・川島秀一 (千葉県みどり推進課)

要旨：里山における幼児保育の実施状況と課題を把握するために、県内の認可保育所(園) 537ヶ所に意識調査を実施したところ187ヶ所から回答が得られた(回答率34.8%)。その結果、回答が得られた保育所の中の66%が里山での保育を現在実施しており、実施場所は公園や田・畑が多かった。里山保育の目的としては、動植物の採集や散歩が多く、その効果として園児が自然環境に興味・関心を持つようになるだけでなく、言動が伸び伸びとし体力がつくというセラピー効果があることが確認された。一方、現在実施していない保育所の中でも78%が実施を希望しており、実施場所として雑木林という希望が多かった。里山での保育を実施していない理由として「近くにない」という回答が73%あり、身近な里山を整備し活用を促進する必要があると考えられた。さらに、里山保育を実施するための条件としては、里山の整備や指導者の派遣が求められており、園児の安全確保や保育士の増加などの社会的な問題点も明らかになった。

キーワード：里山, 保育, 森林セラピー, 意識調査

I はじめに

近年、森林セラピーという言葉が生まれ、緑の有する癒し効果に注目が集まっている。そこで、千葉県では里山の有する癒し効果に着目し、平成16年度から「健康と癒しの森整備事業」において、高齢者及び幼児を対象とした森林セラピー効果の検証を実施している。

ストレス社会といわれる近年では、子ども達も様々な原因からストレスを受けており、緑の癒し効果を活用してストレスを解消する必要があると考えられる。また、都市での生活者が増加する中で、幼児期において意識的に自然環境に触れることは、命の大切さや四季を感じる感性を発達させ、情操教育上も望ましいと考えられる。

しかし、一方では凶悪犯罪が増加し、園外保育の危険性が高まっている。また、かつては整備されていた里山は、生活様式の変化により放置され荒廃しており、幼児が活用するには森林が暗く危険が多いのが現状である。

そこで、幼児期の保育における里山利用の可能性を探るために、現在の利用状況、利用に向けての課題や問題点、保育現場で求めているもの等を把握することを目的として、保育現場における里山に対する意向調査を実施した。

II 調査方法

県内の認可保育所(園) 537ヶ所を対象に質問紙を郵送し、保育現場における里山の利用状況や問題点等を調査した。里山における保育を実施している保育所、実施していないが実施したいと思っている保育所、実施したくないと思っている保育所に分け、実施している場合は、

実施場所、実施回数、実施内容等を回答いただいた。また、実施していない場合は、実施できない理由や実施するための条件について解答いただいた。

III 結果及び考察

調査対象保育所537ヶ所のうち、187ヶ所の保育所から回答いただいた(回答率は34.8%)。

1. 里山での保育の実施状況 「これまでに里山での保育を実施したことがあるか」という問いに対し、「ある」が66%、「ない」が34%となり、回答いただいた保育所のうち約2/3で里山を活用した保育事例があることが明らかになった(図-1)。

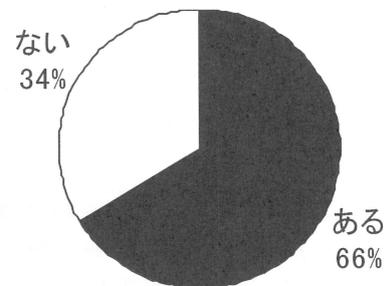


図-1 里山における保育の実施経験

2. 里山での保育を実施したことがある保育所への質問

(1)実施場所及び回数 「保育を実施した里山はどのようなところか」という問いに対し、「公園」が75%と最も多く、次いで「畑」が51%、「田んぼ」が49%、「雑木林」が38%、「社寺林」が36%となり、代表的な里山景観を有する空間を1/3以上の保育所が利用しているこ

とが明らかになった（図-2）。

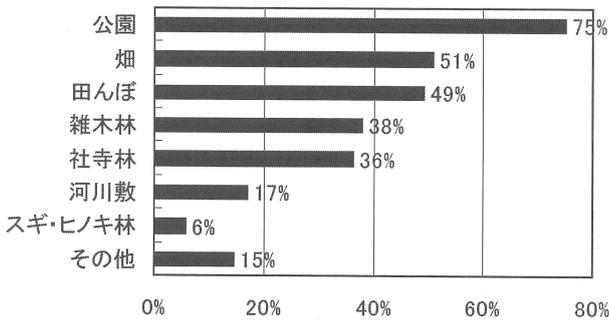


図-2 保育を実施した場所（複数回答可）

実施回数をたずねたところ、年間1～5回が23%、5～20回が27%となり、保育所の約半数が年間20回未満であることが明らかになった。一方で年間100回以上実施するという保育所が6%みられ、これらの保育所では、毎日の散歩に里山を活用している例が多かった（図-3）。

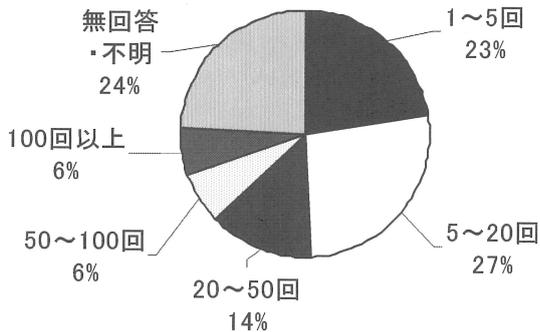


図-3 平成17年度に実施した里山での保育の年間回数

(2)里山での保育内容 里山での保育内容としては、木の実や花摘みなどの植物採取や、昆虫やザリガニとりなどの小動物採集、あるいは、散歩または体を伸び伸びと動かせる鬼ごっこなどの遊びが30%以上の保育所で回答された。さらに、野菜作りや芋掘りなどの畑作業という回答も27%と多かった（図-4）。

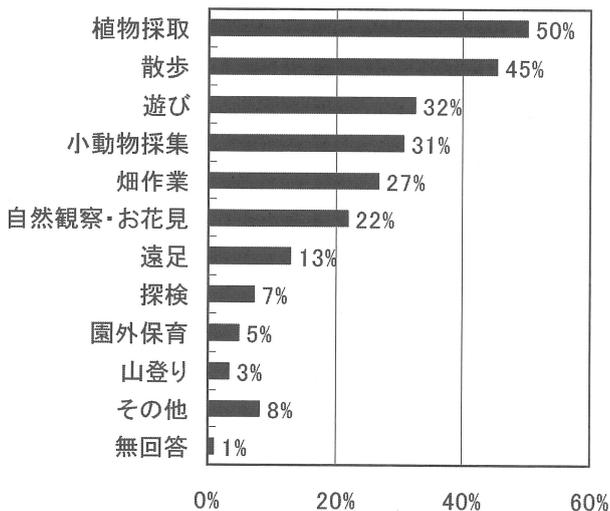


図-4 里山での保育内容（複数回答可）

(3)里山での保育による園児の変化 里山保育により園児に変化がみられたという回答が88%あり、里山保育の効果が確認された。変化の内容は、動植物に興味・関心をもつが最も多く、次いで、自然に興味・関心を持つ、伸び伸びする等があげられている。採取した動物を飼育することで命を大切にする気持ちが生まれたという回答もあった。また、園外で伸び伸びと活動することでストレスがなくなり、体力がつくという回答も多かった（図-5）。

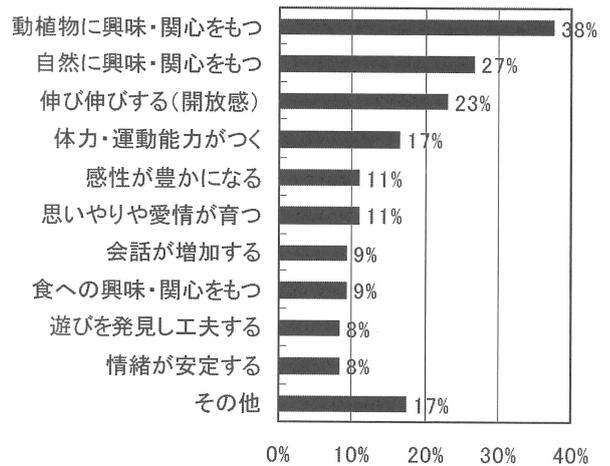


図-5 里山での保育による園児の変化（複数回答可）

3. 里山保育を実施していない保育所に対する希望調査

回答いただいた187保育所のうち63保育所では、里山の保育を実施していない。そこで、その理由や改善すべき問題点を質問した。現在、里山での保育を実施していない保育所のうち、78%の保育所において、実施したいという意向があることが明らかになった（図-6）。

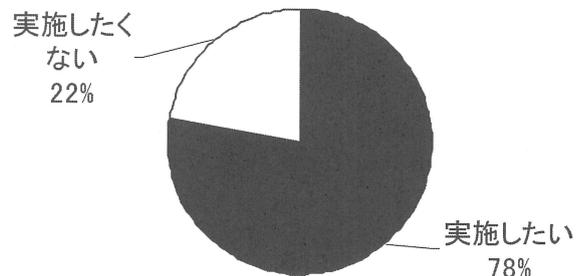


図-6 里山での保育に対する実施希望

(1)里山での保育が実施できない理由 里山での保育を実施したいが実施できない理由として、近くにないという回答が73%あり、身近な緑地が不足あるいは見つけられずにいることが明らかになった。また、里山での怪我が不安、指導者がいない、保育士の数が足りないという回答が2割程度あり、次いで、里山までの行程が危険、何をしてもよいかわからないという回答が得られた（図-7）。これらのことより、里山の利活用を進めていく上で身近な緑地の普及に努め、指導者の派遣等の援助を進めていく必要があることが推察された。

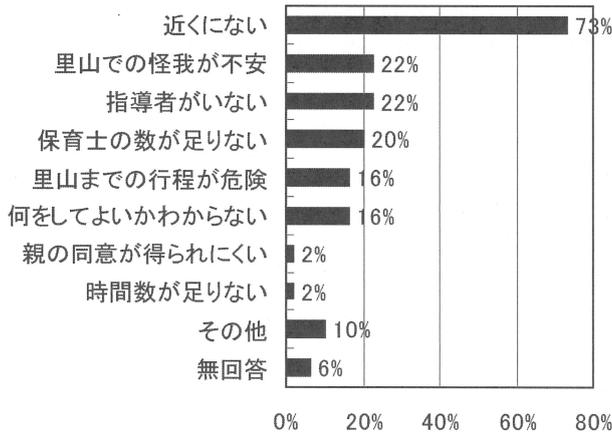


図-7 里山での保育が実施できない理由 (複数回答可)

(2)里山での保育を実施したい場所 里山での保育を実施したい場所としては、雑木林が59%と最も多かった。次いで、田・畑が35%となり、農地での栽培・収穫等の要望もあることが明らかになった。一方では、安全面や利用しやすさなどから、公園も35%と高い要望があることが示された (図-8)。

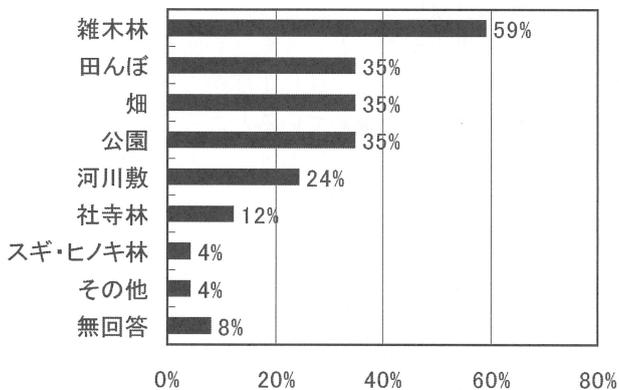


図-8 里山での保育を実施したい場所 (複数回答可)

(3)自然に詳しい指導員の必要性及び指導内容 指導者が必要であるという回答が49%あり、約半分の保育所で指導員を求めていることが明らかになった。指導者を必要な場合に派遣できるシステム作りが必要であると考えられた。さらに、指導してもらいたい内容については、動植物や自然に対する知識が46%で最も多く、次いで、里山における危険やそれらの回避方法及び里山での活動をすすめるうえでのルール、里山での遊び方や楽しさを教えて欲しいという要望が多くみられた (図-9)。

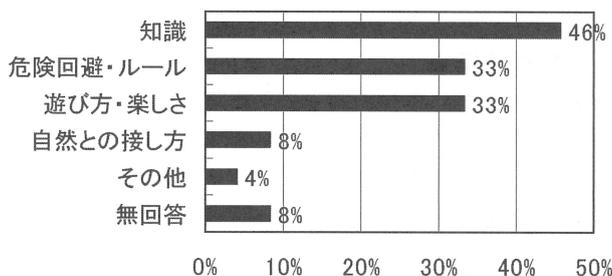


図-9 指導員に教えて欲しいこと (複数回答可)

(4)里山での保育に期待すること 里山保育によってどのような効果が期待されるかという質問に対し、自然への関心が高まりいたわりの心をもつようになるという回答が33%で最も多い回答であった。次いで、五感を使うようになり感性が豊かになるという回答や、心が癒され情緒が安定するなどのストレス改善効果を期待する回答も多くみられた (図-10)。

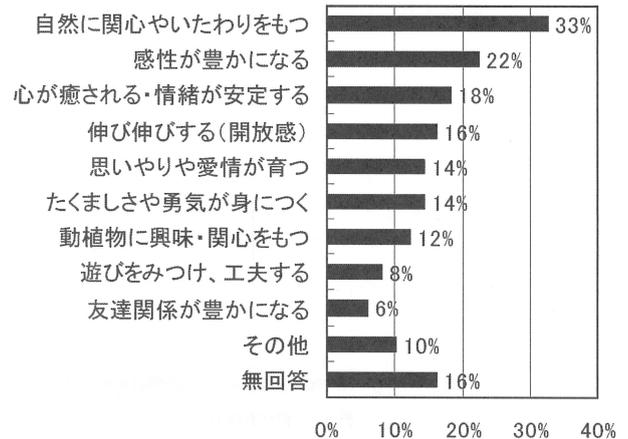


図-10 里山での保育に期待すること (複数回答可)

(5)里山で保育を実施するための条件 里山で保育を実施するためにどのような条件を整える必要があるかを質問したところ、里山の整備が必要であるという回答が71%も得られた。近隣に里山があっても、草刈がされておらず中に入れない場合や、暗くて利用できない等の現状が反映されているものと思われる。次いで、指導者の派遣や活動プログラムの提供が多く回答された (図-11)。

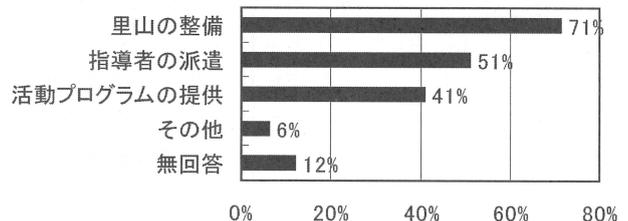


図-11 里山での保育を実施するための条件 (複数回答可)

保育士自体が自然環境で遊んだ経験の少ない世代へと移行しており、子ども達にどのように働きかけたらよいかわからないことが原因の一つと推察された。

(6)里山での保育を実施したくない理由 里山での保育を実施したくない理由としては、園児の安全確保が困難だからという回答が93%となり、実施したくないというほとんどの保育所から回答された。変質者や交通事故等の園外保育に付随する危険が拡大する中で、里山という未知の危険が潜む場所には連れて行けないという考えから得られた結果であると推察された。さらに、危機管理の問題と関係が深いと考えられるが、親の同意が得られにくいや保育士の数が足りないという回答も多くみられた (図-12)。

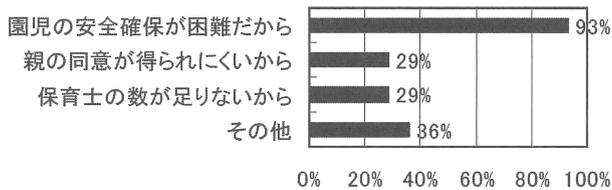


図-12 里山での保育を実施したくない理由（複数回答可）

(7)里山での保育を検討するための条件 里山での保育を実施したくないという保育所に、どのような条件が整えば里山での保育を検討していただけるか質問したところ、保育士の増加と回答した保育所が50%あり、保育士数不足であることが推察された。また、危機管理の観点からか、里山の管理方法の改善や自然に詳しい指導員の派遣があれば検討すると回答した保育所も多くみられた。さらに、親からの要望や社会的ニーズの高まりなどがあれば、実施を検討するという保育所も多かった（図-13）。

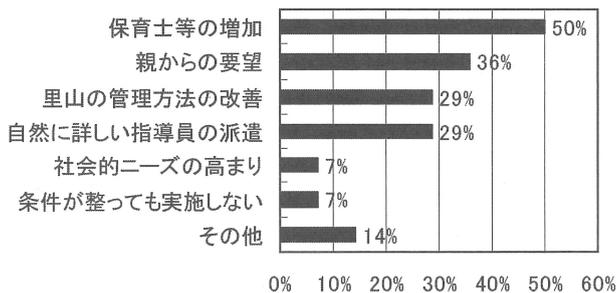


図-13 里山での保育の実施を検討するための条件（複数回答可）

4. 総合考察 生活空間が都市化し、犯罪の無差別化が指摘される現代において、子ども達は常に危険にさらされている。しかも一方で、核家族化が進み、経済的理由から共稼ぎ世帯も多い中で、保育所の担う役割は増大している。このような背景の中で、子ども達の遊び場は制限され、子ども達や保育士達は様々なストレスを受けていると考えられる。このような中で、子どもをいかに安全にかつ伸び伸びと育てるか、保育士の方々は様々な工夫をしているが、多くの問題を抱えているのが現状である。

今回の質問紙に回答いただいた187保育所の中で、里山での保育の実施経験がある保育所が約2/3あることが明らかになり、想像していた以上に里山保育の重要性を感じていただけていることが示された。特に、現在実施している保育所では、遠足や運動会、芋掘りなどの年中行事に利用する場合と、日常の散歩に利用する場合に分けられるようである。前者では遠くの山や海、公園や畑を利用しており、後者では身近な緑地をほぼ毎日利用しており、0歳児から実施している保育所もあった。

日常的に里山へ連れて行く保育所では、里山に行ったことによる変化が捉えにくいという回答もあったが、そ

の効果として園児が自然環境に興味・関心を持つようになるだけでなく、言動が伸び伸びとし体力がつくというセラピー効果があることが示された。また、年間に数回であるが里山に行くという保育所では、野菜嫌いの子どもが自分で収穫した野菜をおいしそうに食べていたなど食に関する意識の向上や、採集した昆虫を飼育することにより思いやりや命の大切さに気づくようになったという回答をいただき、情緒の安定などの精神的なセラピー効果が期待されていた。さらに、少子化により子どもの数が減少し、コミュニケーション能力の低下が懸念されているが、里山は子ども達が力を合わせて向かう冒険地であり、そこでの共通の思い出によって、友人関係に広がりを持つものと推察された。

一方で、里山での保育を実施したいが何らかの理由で実施できずにいる保育所が、回答いただいた保育所の中の約1/4を占めており、本調査において回答しただけなかった保育所の中にも多く含まれていると推察される。

実施できない要因として、近くに里山がないという回答が顕著に多くみられ、近くに里山はあるが土地所有者がわからず入れないという回答もあった。また、きれいに整備された里山がないという意見も聞かれた。千葉県では、千葉県里山条例を平成15年度から施行し、里山の保全、整備及び活用を進めているところである。今後、里山整備が進み、多くの園児が野山を走り回れるようになることで、より多くの園児に森林セラピー効果の提供が可能になると思われる。

一方では、自然に詳しい指導員を求める声も多く、知識だけでなく、自然の中での遊び方や危険回避などのルールについても指導してほしいという要望があった。これらの対応については今後の検討課題であるが、千葉県森林インストラクター会などの専門的知識を有する団体と関係を深めることで、積極的に協力していく仕組みができてくると考える。

里山での保育を実施することで、自然に対して興味を持つようになり、感性が磨かれ、情操教育にも役立つだけでなく、情緒が安定し体力がつくという健康面での利点が本調査によって現場からの声として確認できたことは、子どもに対しても森林の有するセラピー効果は有用であり、今後の新たな森林の利活用を検討するうえで非常に有意義であったと考える。

IV おわりに

本調査を実施するにあたり、千葉県保育協議会会長様及び各市町村担当者様に多大なるご理解とご協力をいただいた。また、木更津社会館保育園（木更津市）宮崎栄樹園長及び和光保育園（富津市）鈴木真廣園長には、アンケート内容に関するご指導ご助言をいただいた。関係者の皆様に深く感謝している。