

## 幼児の睡眠(第2報)

殊に午睡についての研究

長野県保育専門学院

中川ちえ  
小松卓郎

駒ヶ根市立北割保育園

米山やえ

園児の睡眠について追究してみた場合、その手がかりとしては、季節および環境をも含めて、第一には「ねつき、ねおき」の問題、第二に「睡眠時間の問題」第三に「昼寝の問題」と、およそこの三点に集約されてくる。とくに、午睡——昼寝の問題については、実際に午睡をしてみた場合、多くの疑問点や困難があり、これらの疑問に対して若干の資料をうべく着手したのが、本研究の目的となっている。第2報は、第1報に引き続き、とくに家庭における園児の睡眠時間、就床および起床時刻、「ねつき、ねおき」の問題、就床時の影響、園の午睡についての家庭や幼児の意見、園における状態などを三三年6月から、三四年1月までの八か月について、一般の観点、および小坂動態的体質学の立場から追究してみたものである。その結果として得られたことは、やはり気候や環境を異にする各地域での午睡時間の設定は、一律標準的なものでなく(長野県下のように夏でも夜の涼しい地域では、園児は必要睡眠量が、ないしはそれに近い睡眠を一般的にはとっている)、各地域の家庭における睡眠状態調査の上に立てられなければならない、ということ、体質学的にS.E・M・W.Mの三種類にそれぞれの特質があり、耐寒質、暑さ負け型のW.Mでは相当の夏期睡眠量の減少があるのに対し、耐暑性、暑さ負け型では年間を通し、ことに夏期でもほとんどその

睡眠量の減少をきたしていないということ、(Mではほぼその中間の様相)またS.Eでは、睡眠環境に対して、また「ねつきの悪さ」などで相当の問題があることなどにより、体質学の面からも家庭・園での睡眠ことに午睡の取り扱い方に考慮されねばならぬものがあることなどの成果の一端を報告した。

## 疾病時における欲求食品の調査

昭和女子大学

村松功雄  
森脇玲子

私は都内一部の幼・小・中・高の児童および生徒総数一二一六名を対象として、疾病中に欲求・摂取する食品はいかなるものが多いか、それらの食品が疾病とどのような関係にあるかを明らかにするため、左記の三項目について調査をおこなった。

- (1) 園児と学童との間に病氣中欲求する食品に差異があるかどうか。
- (2) かり易い病氣と病氣中欲求する食品との関係。
- (3) 性別・年齢別によって病氣中欲求する食品の間に差異があるかどうか。

以上調査した結果、病氣中欲求する食品と年齢・性別との間に特異な関係はみられない。しかし、水溶性の食品が主に選ばれていることおよび年長になるにつれて平生しげく摂取出来ないような食品がみられることは、アチドーシスおよび肝機能不全時の嗜欲傾向に類似しておられると思われる。(プリントを参照されたい)