

保育所における

保母の健康管理について

珠川善子

いくら優れた施設をと、のえても直接これにたずさわる人に當を得ていなくてはその効果は上らないものである。この事は世のいかなる事業にも通ずるところではあるが、特に保育に於ては、導く方も導かれる方も人である。人と人の接触の過程にその目的は齎々と進められて行くもので人対物質の世界ではない。それ故導く人の如何が大きく事業に影響し、施設その物はより効果的に事業を推進せしめてゆく役割を演ずるに過ぎない。

特に些細な外界の刺激にも鋭敏な感覚をもちしかも日々急速な成長発達をつゞけつゝ、ある幼児に接する保母の行為が、また感情が知らず知らずのうちに幼児の人格形成に大きな影響を与える事は保育事業に携る者の一時も忘れてはならない基本的な事柄である。

私共は近代的、理想的な設備を誇る保育所に於て、園児に何となく生氣がなく、こまつきやくれ、だゞ形式にあやつられて居るのではないかと思われる保育所に接する半面、施設らしい施設とてなく、青空保育に近い形で営まれて居る保育所に生き生きとした明るいしかも秩序ある生活が営まれて居る実例もしばしば接する。こうした状態は何によりもたらされたものであるか。その多くは保母の幼児に接する熱意と心がまえ、態度、そうして技術によつて生れるものである。保母自身が生活に疲れ切り、今では保育の理想と程遠いその日さえどうにか送れば良い、とたゞ形式的に保育をしているにすぎない保育所では折角の施設も死物に化し、時には伸びんとする若芽を萎縮させる役割を行つて居る場合さえ

あるのである。

子供の世界では、絶えず伸びんとする。繁らんとする。大地にしっかりと根を張り、やがては大樹となり花を咲かせんと旺盛い生々発展をこゝろみつゝあるのである。その為に外界よりありとあらゆる肥料を吸収せんとして居るのであつて、保母は良くこの要求を観察して適切な肥料を与えるべく努める。或は時に自身が肥料となつて旺盛い幼児の成長を見守らねばならない。美しさにあこがれる心、正しさを愛し正しさを追求する熱意が保母に欠けていて、どうして他の人を導くことが出来るようか。児童福祉施設の中で、その対象に最も大きな影響を及ぼす乳児幼児の保育に携る者としてこゝに深い反省がうまれる。保母が人として正しく己が道をんで歩居るかどう

か。また保母をして保育の理想に正しく歩ませるようにその環境を整えられて居るかどうか、検討されなければならない。

保母の人格的資格の第一に、先ず心身が健全である事が要求される。保母が朗らかで屈託なく仕事に打ち込まれる人、常に幼児を慈しむ愛情と鋭い観察力を有して適切に技術を發揮出来得る人を、優れたる保母の資格者と言えようが、更に保育の理論並に實際について研究する態度、これらの諸条件は何れも肉体的な健康さと不安なき環境よりうまれる事は当然である。

従来かような面は比較的なおざりにされて居たが、保育事業を正しく進めて行く為に、私共は保育事業の中核たる保母に対しあらゆる角度から検討し、保母が貴い使命に打込まれるように計らなければならぬ。

保母は疲れすぎている

私の学園の学生が本年一月中旬より二月中旬に至る約一カ月間、県下の保育所に保育実習に出て帰つての報告は「保母の仕事は余りにも忙しく疲れすぎている」と感じ更に、学窓から眺めた夢に描く保母生活と現実に見る姿の余りにもかけはなれて居て夢も抱負も情熱も消え去る思いがしたと、述懐して居るも

のさえあつた。

更に今春の卒業生のみを例にとつて見ても就職前にそれ／＼厳密な身体検査を受けたにもか、わらず数カ月にして要注意者二名を出すに至り、その何れもが過労に原因して居る事を専門家より指摘された。

こうした動機より保母の健康に関する実態調査を行い保母の実態を把握する一助とした

保母の実態調査について

調査対象と方法

調査の対象として愛知県下公私立保育所保母二七一名とし、質問紙法により回答を求めた。

調査目標

調査目標は保母の生活実態と健康調査とし更にこれを、

- 一 勤務時間の分析
 - 一 作業姿勢
 - 一 休憩時間
 - 一 疲労の量
 - 一 生理休暇
- (二)この調査の結果

を見るに勤務時間の最高十二時間最低七時間三十分平均九時間となり、全体より見て最

高位を占むるものは九時間二十分で二十六%次は十時間の十九%となり、九時間より十時間は全体の六十八%となつて居た。

勤務時間の十時間までは保育の性質上止むを得ないものとしても、十時間以上の勤務は過重労働と考えられ、更に十二時間勤務に至つては単に保母の健康問題に止らず社会問題として考慮されるべき性質のものと言えよう。

(勿論この勤務時間に通勤に要する時間は含まれて居ない)更に家庭に帰り女性としてここで行なわなければならない家事に費す時間を加えれば保母の体力の保持そのものが非常に困難となる。この十時間三十分から十二時間までの長時間勤務者は全体の十七%になり、全体から見れば多い数字とは言えないが、このような過重な勤務を継続して尙かつ明朗な情緒と、豊かな性情が維持出来ようか。

(三)休憩時間について

更に私共はこの長時間勤務中保母には休憩時間がおかれて居ない現実を直視しなければならぬ。輝峻義等氏の「疲労と休息の研究」によれば「仕事と疲労の關係で最も大切なことは、仕事中に適当な時、適当な長さの休憩時間をはさむことである。もつ一定の職業に従事して居る人に、適当な時に適当な長さの休憩時間を与えるならば、その休息中に疲労

が回復せられ疲労が起らずにすむ。ところが適當の時、適當な長さの休息を与えないで仕事をづづけるゝと疲労は次第に進んでゆき遂には仕事が出来なくなり健康が保てなくなつて、いろいろの病気を起すことになる」と誌されている。このように保育時間中に適當な休憩の時間がさしはさまれる事によつて、保母は活氣を失わず明るい心情で保育を続ける事が出来るのであるが、現状は休憩に關する何等の方法も講ぜられて居ないことが調査の結果判明した。この事は更に別な立場から考へて見る必要があるはしないか。それは保母が女性のみに果し得る重要な任務を担つて出る事である。由來女性は男性とは本質的に異なる特殊性をもつて居る。それは女性の健康が極めて動搖的で恒常性に乏しいこと、個人差が非常に大きいことが指摘されるが、更に生理的な特殊性として月経の問題がある。女性の健康は月経期と共に動搖して居るもので眞に健康な女子は常に順調な波動を來すものと言われ、精神の特殊性としてからだの健康を端的に精神に反映する鋭敏性をもつて居るか健康に非常に支配されやすい。

この調査で生理休暇日の必要の有無の問ひに對し、必要とするもの三二%、必要としなゝいもの五二%、残り一六%が無記入となつて

居た。又月経障礙の訴えとして「不順」「血量の変化」「困難」があげられ、月経前後の症状としては「腰がだるい」「ゆううつ」その他「頭が痛い」「胃腸の障礙」「貧血」などと訴えて居る。この調査に表れた三二%はこうした月経異常からくる苦痛に悩む者が含まれて居るのである。

保母には未婚の青年女子が圧倒的に多い点から考へても適當なる休養を与えて身体的發育と生理的機能の成熟が助けられるような健康管理が重視されるべきで、既婚の保母に對しても妊娠、分娩、授乳など母性としての機能を果し得るような考慮が払われるべきである。

疲労について

本調査に於て疲労について

一、疲労感に属するもの

二、身体的苦痛に属するもの

三、神経的苦悩に属するもの

の三つに分類して調べた。

(1)疲労感に属するもの、中で「朝起きるのが辛い」「通勤が苦痛である」等は特に保母のみに限つた体験ではなく、この調査を実施した時が嚴寒期として季節的な影響も多分に含まれて居ると考えられる。次に「掃宅するのにつかりする」「身の廻りの仕末がきちんと出来ない」「読書不能」「家事不能」「思考力

減退」「記憶力減退」等は疲労の影響が極めて大きく作用して居ることが窺われる。怡度長時間緊張しつづけた後では心身共にぐつたり疲れ、もう何もやり度くない、考へたくない、じつとして居たい気分支配されるが、それと似た状態に置かれて居るのでこのような緊張からくる疲労は勿論その人の體質や健康状態により影響の度合が相違し、緊張が継続的に繰返される時は疲労の回復は望まれず次第に蓄積されて、遂には睡眠が浅くなり、ぐつすり眠れない状態となる。このぐつすり眠れない訴えが十二時間勤務者に最も多く二五%を占め五カ年以上勤続者が二七%の高率を示して居ることは注目すべき現象という事が出来よう。

(2)身体症状に属するものについては「肩がこる」「手足がだるい」「腰痛」「頭痛」等女性にありがちな症状と考へとかく監視しがちとなるが、医学的な疾病とまでいかなかともこうした健康障礙は健康感の喪失を招き勤勞意欲に大きく反映する事に留意しなければならぬ。また「病氣にかゝりやすくなつた」と答えるものに十二時間勤務者が一六%の高率を示し、更に勤続年数五年以上七%に對し一年未満及び三年から五年までが一五%となつて居る。これは永年勤続者は身体的發育が

一応完成されて安定状態を保つて居る事と、長期勤務する事の出来た健康体の所有者であつた事に起因しよう。一年未満の保母は比較的年少であるが為その身体的發育が未完成であり、身体機能全体の安定が確立せられていない為に他よりの刺激に対し感度が高く表れるものと考えられる。

(3) 神経性に属するものについては「おこりつぱくなつた」「ゆううつ」は何れも蓄積疲労に原因する固疾的傾向を窺うことが出来る。

「おこりつぱくなつた」は抑圧された情緒的不均衡が怒りの形で外に発散して均整を求めようとするのに反して「ゆううつになる」は増々自分のうちにとちこめようとする作用をもたらずものであり、何れも保母の精神衛生と密接な関連を持ち当人自身の不幸である事は勿論、幼児にとつては限りない不幸であり保育の精神にもとるものと言えよう。

保母の健康管理について

以上私は私共が行つた保母の実態調査より現在の保母がどんな状態で働いてゐるか、についてそのアウトラインを知る事が出来た。ともあれ保母にとつて最も大切な事は、彼女自身の健康が常に最も良い状態に保たれること、そしてこの健康は身体的な面に止

らず精神衛生と固く結びあつて存在するものであり、この最良の状態から「真に保育へのよろこび」を感じとる事が出来るのである。

このよろこびがあつてこそ保育の意義が認識され、そこにはじめて周到な計画がたてられ充分な準備がと、のえられ、日々美しき保育が展開するのである。よりよき保育は常によりよき計画と準備、その陰に秘められたる保母の熱情より生れるものと言えよう。所が今日の保母のことごとくが生きよくした保育へ、深いあこがれを抱き真のよろこびをもつて保育に従事して居るであろうか。

それにしても保母は疲れすぎて居る。この疲れ果てた状態で常に愛情と情熱をもちつづけ保育への感激を持続する事が出来るか。こゝに保母の健康管理がゆるがせに出来ない問題として当事者に再考されなければならぬときとなつて居るのを知るのである。

保母の健康管理上注意すべき点

目下のところ保母の健康管理の基礎となるべきものは、その過勞より保母を解放する事である。保母が過勞から解放されて保育者としての職務に生甲斐を感じ、よろこびをもつ専念出来る立場におく事が急務である。て

これが具体的対策として、

一、勤務時間の合理化

二、保育時間の適正化

三、休憩時間の合理的な挿入

となりその方法としては種々あるが

- 一、保母を増員して交代制勤務を実施する
- 二、保育日課の内容を再検討する。

例えば午前中に指導の多く加わる活動を主体とし午後は自由活動を主体として実施する。

- 三、年間を通じて午睡をとらせる事を実施する。これにより保母の休憩時間を挿入せしめる。

以上が調査より引出した結論と言う事が出来る。更に詳しくは保母の社会生活ないしは家庭生活、またその経済的な面もおざりには出来ない問題であろうが、私は私共の試みた今回の調査を検討して、保母が健康にして明朗な日々を迎え、常に新しき創意と愛情を抱きつ、伸びゆく者を育て導いて行けるよう、保育者自身にもよく注意をうながすと共に保育行政に携る方々の研究を切に願ひする次第である。

(名古屋市立保育専門学園教授)