

# 午睡チェックの解説動画の制作とその効果

## Production of Video Explaining of Check of Child's Condition during Nap and Their Effects

高井 由佳<sup>\*1</sup>, 増田 陸<sup>\*1</sup>, 平沼 博将<sup>\*2</sup>, 服部 敬子<sup>\*3</sup>  
Yuka TAKAI<sup>\*1</sup>, Riku MASUDA<sup>\*1</sup>, Hiromasa HIRANUMA<sup>\*2</sup>, Keiko HATTORI<sup>\*3</sup>

<sup>\*1</sup>大阪産業大学デザイン工学部

<sup>\*1</sup>Faculty of Design Technology, Osaka Sangyo University

<sup>\*2</sup>大阪電気通信大学共通教育機構

<sup>\*2</sup>Institute for Liberal Arts and Sciences, Osaka Electro-Communication University

<sup>\*3</sup>京都府立大学公共政策学部

<sup>\*3</sup>Faculty of Public Policy, Kyoto Prefectural University

Email: takai@ise.osaka-sandai.ac.jp

**あらまし**：保育所で保育士が子どもの安全な睡眠環境を守るため、子ども一人ひとりの睡眠状態を確認する作業を午睡チェックと呼ぶ。本研究では保育士のための午睡チェック最適手法解説動画を制作し、動画の効果を検証することを目的とした。保育士による動画視聴後のアンケートから、今回対象とした保育士らは午睡チェックを重要な作業だと認識しているが、動画を視聴したことで知識・方法の更新や定期的な視聴に対するニーズも引き出されたことから、本研究で制作した動画は教材として意義が見いだせた。

**キーワード**：保育，保育所，事故，午睡，午睡チェック，動画教材，アンケート

### 1. はじめに

保育所は保育を必要とする未就学児を保育する施設である。保護者の仕事の間の保育を想定しており保育所の開所時間は7時から19時までが多い。この長い時間を子どもが安全安心に過ごすために様々な工夫がなされているが、一方で保育所での死亡事故や重大事故は後を絶たない。保育所で事故が起きやすい場面の一つとして午睡が挙げられる。事故防止を目的としたガイドライン<sup>(1)</sup>が発行されており、午睡中の保育は子どもの体調変化や漏れのない確認を目的とし「睡眠時観察表」などと称されるチェック表を使用した確認作業を行っている。この確認作業は午睡チェックと呼ばれている。図1に大阪市が公開している睡眠時観察表<sup>(2)</sup>を示す。この観察表の中では、チェックポイントを①顔・状況、②呼吸の有無、③呼吸の様子、④熱感、⑤体位(寝姿勢)としている。その他にチェック間隔や部屋の温湿度などの指示も書かれている。このように細かに指定された観察表の見本があるにも関わらず、保育施設における睡眠中の死亡事故の報告件数は、近年でも2019年が4件、2020年が1件、2021年が1件、2022年が2件であり<sup>(3)</sup>、この間に毎年死亡事故が起こっていることが分かる。さらに、事故からは午睡のチェック体制およびチェック方法の不備が示唆されている。これはチェック方法が最終的には各保育所に委ねられた状態でその方法の意義が周知徹底されていないことが一つの要因であると考えられる。また、チェック表を用いた午睡チェックは3歳児以上のクラスでは行っていない場合が多く、担任するクラスによっては保育士の午睡チェックの経験が乏しい場合もあり、定期的な知識の更新や再確認が必要とされる。しかしながら、非正規雇用や短時間勤務の保育者が増加しており、定期的な研修が困難である場合も少なくない。このような状況においては、場所を限定せず個別に視聴して学べる動画教材も求められていると考えられる。そこで本研究では、保育士に向けて午睡チェックの最適な手法を解説する動画教材を制作し、動画の効果を明らかにすることを目

的とした。

図1 睡眠時観察表<sup>(2)</sup>

### 2. 動画制作

#### 2.1 データの選定

動画制作にあたり、午睡チェックの記録として使用されている「睡眠時観察表」のチェック項目を一つずつ解説することとした。本研究では大阪市が公開している「睡眠時観察表」<sup>(2)</sup>を用いることとした。解説の内容には、先行研究<sup>(4)</sup>や冊子「睡眠中の保育を見直そう」<sup>(5)</sup>のデータを用いた。

#### 2.2 動画の制作

動画の制作には、プレゼンテーションソフト(PowerPoint2016, Microsoft社製)と動画編集ソフト(Premiere Pro, ver.23.5.0, Adobe社製)および日本語音声読み上げソフト(音読さん, COMOMO社製)を用いた。PowerPointで動画に用いるスライドを作成し、スライドを動画として出力した。Premiere Proは動画のモザイク加工に使用した。音読さんはナレーションの音声ファイルの作成に使用した。音読さんの音声は「ななみ(案内)」とし、音声の速度を1倍に、音声の高低を0に設定した。

#### 2.3 動画

動画の題名は「正しい午睡チェックの行い方」とした。動画内に「午睡チェックを行う理由」「午睡チェック項目の確認方法」「子どもにとって適切な温度・湿度」「子どもの体温調節」「午睡チェックを行う心がまえ」の5つの項目を盛り込んだ。「午睡チェックを行う理由」は午睡チェックの実行間隔についてドリンカーの救命曲線<sup>(6)</sup>のデータを示すことによって5分ごとの確認の必要性を説明した。「午睡チェ

ック項目の確認方法」は睡眠時観察表と認可保育所で測定した午睡チェック中の保育の様子<sup>(4)</sup>の動画を示すことで呼吸、体位、熱感などをどのように確認するのかを示した。「子どもにとって適切な温度・湿度」は、午睡中の適切な気温と湿度を「京都府 Web サイト[子育て Q&A]<sup>(7)</sup>」を用いて解説した。「子どもの体温調節」は「睡眠中の保育を見直そう」<sup>(5)</sup>のデータを示し、大人と異なる体温調節であることを解説した。「午睡チェックを行う心がまえ」は教育・保育施設等における事故報告集計<sup>(3)</sup>と先行研究にて認可保育所で撮影した午睡チェック中の保育の様子<sup>(4)</sup>のデータを示した。

### 3. 動画の公開と評価

#### 3.1 動画の公開

動画は動画プラットフォームである YouTube (Google 社製) にて公開した。動画のリンクを知っているユーザーが視聴できる限定公開とした。

#### 3.2 動画の評価方法

動画を視聴した認可保育所に勤務する保育士を対象とし、Google フォームを用いたアンケートを 2023 年 12 月 25 日から 2024 年 2 月 18 日の期間で実施した。年齢と職歴、今後自身の午睡チェックで「変えたい」あるいは「取り入れたい」と感じた点を尋ねた。さらに、ドリンカーの救命曲線を見て自身が蘇生できると考えていた時間とどのような差があったかや、動画を見た前後での午睡チェックの作業への印象を尋ねた。加えて、動画を定期的に視聴し直したいと思ったか、他の人にも勧めたいと感じたかを尋ねた。

#### 3.3 アンケート結果

アンケート回答者は 30 名であり、全てが有効回答であった。平均年齢は 42.8 歳 (±9.5 歳)、平均職歴は 14 年 5 カ月 (±10 年 5 カ月) であった。

図 2 に『動画を視聴し、今後ご自身の午睡チェックで「変えたい」あるいは「取り入れたい」と感じた項目を全て選択してください』(複数回答)への回答を示す。「熱感の確認の方法(触り方)」が 12 件 (12.5%) で最も多く選択された。次いで「体位変更のタイミング」が 11 件 (11.5%) であった。5 件 (5.2%) は「変えたい点はない」と回答していた。

『動画を見る前の午睡チェックの作業への印象』は、「重要な作業である」が 25 件 (83.3%) で最も多く、次に「やや重要な作業である」が 4 件 (13.3%)、「どちらでもない」が 1 件選択された。「やや重要ではない作業である」と「重要でない作業である」は選択されなかった。『動画を見た後の午睡チェックの作業への印象』は、「重要な作業である」が 28 件 (93.3%) で最も多く、次に「やや重要な作業である」と「どちらでもない」が 1 件 (3.3%) ずつ選択された。「やや重要ではない作業である」と「重要でない作業である」は選択されなかった。動画を見る前後を比較すると「やや重要な作業である」が 3 件減り、「重要な作業である」が 3 件増えた。

『ドリンカーの救命曲線を見て自身が考えていた蘇生できる時間とどのような差があったか』では、「自身が考えていた蘇生可能時間と同程度」が 22 件 (73.3%)、次に「自身が考えていた蘇生可能時間のほうが長い」が 6 件 (20.0%)、「自身が考えていた蘇生可能時間のほうが短い」が 2 件 (6.7%) 選択された。

『動画を定期的に視聴し直したいか』では、「年に 1 度の間隔で視聴したい」が 18 件 (60.0%)、「数年

に 1 度の間隔で視聴したい」が 6 件 (20.0%)、「数か月に 1 度の間隔で視聴したい」が 5 件 (16.7%)、「月に数回の間隔で視聴したい」が 1 件 (3.3%) 選択された。「1 度の視聴で十分」は選択されなかった。

『動画を他の人にも勧めたいか』は、「勧めたい」が 25 件 (83.3%)、「どちらともいえない」が 5 件 (16.7%) 選択された。「勧めたくない」は選択されなかった。

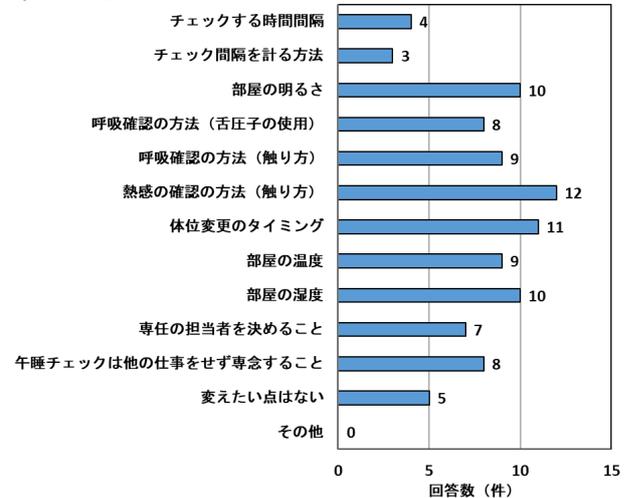


図 2 今後の午睡チェックで「変えたい」あるいは「取り入れたい」と感じた項目

### 4. 考察

図 2 の結果から、動画を通して保育士が午睡チェックで変えたい、取り入れたいと考える項目が多くあることが明らかになった。また、動画を見る前から午睡チェックの重要性は認識されており、ドリンカーの救命曲線を見て自身が考えていた蘇生できる時間と「同程度」との回答が多かったが、動画を年に 1 度視聴し直したいとの回答が多かった。これらのことから、今回対象とした保育士らは午睡チェックを重要な作業だと認識しているが、今回の動画を視聴したことで知識・方法の更新や定期的な視聴に対するニーズも引き出されたことから、本研究で制作した動画は教材として意義があると考えられる。

### 謝辞

本研究は JSPS 科研費 JP20K02715 の助成を受けて行われた。

### 参考文献

- (1) 内閣府: “教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン～施設・事業者向け～” (2016)
- (2) 大阪市子ども青少年局: “睡眠時観察表の参考様式及び睡眠中の死亡等の重大事故防止対策について” (2018)
- (3) 子ども家庭庁: “令和 4 年教育・保育施設等における事故報告集計” (2023)
- (4) 樋口大士: “認可保育園における午睡チェックの比較”, 大阪産業大学卒業論文 (2022)
- (5) 春本常雄: “睡眠中の保育を見直そう～SIDS・窒息死を防ぐために～”, 大阪保育運動連絡会・大阪保育研究所, 大阪, p.10 (2013)
- (6) Drinker P: “WHO 報告書” (1966)
- (7) 京都府: “部屋の温度と湿度 [子育て Q&A]”, [https://www.pref.kyoto.jp/kosodateqa/sewa\\_03.html](https://www.pref.kyoto.jp/kosodateqa/sewa_03.html) (参照 2024.5.27)