

排便と学校トイレ環境に関する一考察

安岡 昌子
(愛知教育大学附属名古屋中学校)
神戸 規代
(名古屋市立高蔵小学校)

熊谷 好乃
(愛知教育大学附属名古屋小学校)
渡辺 民奈子
(名古屋市立神の倉小学校)

鎌田 美千代
(愛知教育大学附属幼稚園)
天野 敦子
(愛知教育大学 養護教育講座)

A Study on the Consciousness of the Relationship Between Enviroments of School Toilets and Excretion

Masako YASUOKA (Junior High School attached to A.U.E.)
Yoshino KUMAGAI (Elementary School attached to A.U.E.)
Michiyo KAMADA (Kindergarden attached to A.U.E.)
Kiyo KANBE (Elementary School of Takakura)
Minako WATANABE (Elementary School of Kaminokura)
Atsuko AMANO (Aichi University of Education)

要約 規則的な排便習慣は児童の健全な発育に必要な不可欠であり、学校現場において児童生徒の健康をつかさどる養護教諭にとっては子どもたちの排便状況は見逃せないものである。そこで本研究では児童の排便の実態と、排便状況と排便に対する意識の関連、学校トイレ環境に注目した調査結果をうけ、各校で環境改善のために取り組み、子どもたちに排便を肯定的に捉えられるような働きかけを行った。

キーワード：排便，学校，トイレ環境

I はじめに

排便は食事や睡眠とともに人が生活していく上で最も基本的な生理作用である。そして、それは日常生活における健康管理の指標のひとつであると言われており、特に子どもにとって、その心身の健全な発育に対して大きな影響力を与えていると考えられる¹⁾。

排便が順調に行われない状態を「便秘」というがその定義^{2) 3)}は広く、排便回数や排便量が少ない、便が固い、あるいは残便感などの排便困難を伴うほか、腹部膨満感などが症状としてあげられている。また、便秘は日常生活習慣（ライフスタイル）との間に大きな因果関係があると考えられている¹⁾。

児童生徒が健全に発育していくためには、規則的な排便習慣が必要不可欠である⁴⁾。そのためには、小児の排便やトイレに対する不衛生的なイメージ、排便に対する羞恥心や抵抗感の払拭などの心理的な問題とともに、学校トイレ環境の改善など、衛生管理上の問題

の両面から今後時間をかけて取り組んでいかななくてはならない。

そこで本研究では、附属幼稚園児、附属名古屋小・中学校の児童生徒を対象に、排便の実態、排便および学校トイレに対する意識などの調査を行った結果をもとに、各校で環境改善のために取り組み、子どもたちに「排便は当たり前の生理現象」という意識をもたせるための働きかけを行った。そして、その実践をもとに、学校における排便教育と学校トイレ環境について検討したので報告する。

II 研究方法

1) アンケート調査

2000年11月20日から11月28日にかけて附属幼稚園の全園児（127名）、附属名古屋小学校2年生（152名）・4年生（117名）・6年生（160名）、附属名古屋中学校2年生（161名）を対象に質問紙調査を行った。

表1 毎日の排便の有無

	毎日排便する	毎日排便しない	人数 (%)
幼稚園	96 (76.2)	30 (23.8)	126 (100.0)
小学校	289 (68.3)	134 (31.7)	423 (100.0)
中学校	62 (52.1)	57 (47.9)	119 (100.0)
合計	447 (66.9)	221 (33.1)	668 (100.0)

df=2 P<0.01

表2 毎日の排便の有無と排便に対する意識〈小学校〉

	毎日の排便あり N=287	毎日の排便なし N=133	全体 N=420	人数 (%) χ^2 検定 df=1
大切なこと	282 (98.3)	121 (91.0)	403 (96.0)	P<0.01
健康的なこと	283 (98.6)	132 (99.2)	415 (98.8)	N. S.
当たり前のこと	264 (92.0)	117 (88.0)	381 (90.7)	N. S.
汚いこと	96 (33.4)	46 (34.6)	142 (33.8)	N. S.
めんどうなこと	50 (17.4)	38 (28.6)	88 (21.0)	P<0.01
恥ずかしいこと	51 (17.8)	32 (24.1)	83 (19.8)	N. S.

表3 毎日の排便の有無と排便に対する意識〈中学校〉

	毎日の排便あり N=61	毎日の排便なし N=56	全体 N=117	人数 (%) χ^2 検定 df=1
大切なこと	61 (100.0)	55 (98.2)	116 (99.1)	N. S.
健康的なこと	61 (100.0)	54 (96.4)	115 (98.3)	N. S.
当たり前のこと	61 (100.0)	54 (96.4)	115 (98.3)	N. S.
汚いこと	24 (39.3)	26 (46.4)	50 (42.7)	N. S.
めんどうなこと	21 (34.4)	28 (50.0)	49 (41.9)	N. S.
恥ずかしいこと	18 (29.5)	26 (46.4)	44 (37.6)	N. S.

附属小・中学校については無記名自己記入方式とし、担任を介して調査票を配布・回収した。ただし、幼稚園児については保護者が調査に回答する形式とし、幼稚園に設置した回収箱によって回収した。

調査結果のうち今回は排便頻度・排便に対する意識・学校での排便について検討した。

2) 実践

調査結果に基づいて2001年1月から11月にかけて幼稚園・小学校では、トイレトペーパーのホルダーの取り替を行った。中学校では学校保健委員会を中心とした活動により、トイレ環境の改善・呼びかけを行った。また、幼稚園、小・中学校合同で排便に関する掲示物を作成し、個別指導に役立てた。

III アンケートの結果及び考察

毎日排便があるかどうかを調査した結果、年齢が上がるとともに毎日排便している子どもの割合が有意に減少していた(表1)。これは、幼稚園では子どもの健康管理に対する保護者の意識が高いので、毎日排便をさせるように子どもに働きかけているためであり、その習慣が小学校でも身に付いているためこのような結果が得られたと考えられる。中学校で毎日排便している子どもの割合が減少していることに関しては、排便を毎日することが望ましいという知識はあるものの、排便のリズムが乱れ、その結果便秘を起こしてしまう

のではないと思われる。

排便を毎日しているものとしていない子どもが排便をどう捉えているかを調べ、結果を表2・3に示した。小学校では毎日排便がある子どもの方が毎日排便がない子どもよりも有意に排便を大切だと思っていることが認められた。逆に毎日排便しない子どもは毎日排便がある子どもよりも有意に排便を面倒なものだと捉えていることが分かった。これは、排便が毎日ある子どもは排便に対してよいイメージをもっているのに対し、毎日排便がない子どもは、便が固くなることで排便が困難になり、痛みを伴ったり便がすっきり出ずに苦しい思いをしたりという経験から排便に対して、「面倒くさい」といった意識を持ってしまったのではないかと考えられる。しかし、中学校では毎日の排便の有無と排便に対する意識に関連は認められなかった。

学校のトイレ環境に対する子どもたちの意識調査の結果を表4に示した。トイレが明るいと思っていないものが小学校では64.8%、中学校では68.9%であった。学校のトイレがきれいだと思っていないものは、小学校では80.7%、中学校では80.7%であった。トイレのにおいが気になるものは小学校では54.8%、中学校では77.3%であった。以上のことから、アンケートを採った時点でのトイレ環境に関して、半数以上の子どもたちが望ましい環境だとは思っていないことが明らか

表4 トイレ環境に対する意識調査

		小学校	中学校
明るさ	十分である	37 (8.8)	12 (10.1)
	十分でない	272 (64.8)	82 (68.9)
	どちらでもない	111 (26.4)	25 (21.0)
広さ	十分である	33 (7.9)	6 (5.0)
	十分でない	309 (73.6)	87 (73.1)
	どちらでもない	77 (18.3)	26 (21.8)
清潔	十分である	22 (5.2)	4 (3.4)
	十分でない	339 (80.7)	96 (80.7)
	どちらでもない	58 (13.8)	19 (16.0)
におい	におわない	145 (34.5)	6 (5.0)
	におう	230 (54.8)	92 (77.3)
	どちらでもない	45 (10.7)	20 (16.8)

になった。これは、照明が不十分で暗いこと、掃除がしっかりできないこと、清掃方法を知らないため、汚れがそのままの状態になったり、臭気が消えない状態になったりすることが原因と思われる。このように、良くないイメージのトイレでは子どもたちは排便することをさげたり我慢したりすることにつながってしまうと思われる。このようなことから子どもたちの健康管理のためにトイレ環境を見直していくことが大切であり、学校に対して改善を呼びかけていく必要があると考えた。

IV 各校での取り組み

幼稚園では、芯棒式のトイレットペーパーホルダーを押し上げ式のものにした。これによって改善前よりもトイレットペーパーが床に落ちていることが少なくなった。

また、休養のため保健室に来ている子どもを対象に排便に関する絵本の読み聞かせを行い、「うんち」や「排便」に関する知識を与え、排便が当たり前のことであるというイメージをもてるように言葉がけを行った。腹痛で来室した子どもには「今日の朝うんちをした？」と必ず聞き、腹痛と排便には関連があることの意識付けを行った。

小学校でも芯棒式のトイレットペーパーホルダー(写真1)だったため、トイレットペーパーを芯棒にうまくつけられず、床に落ちていることがよく見られた。また、使い切ったトイレットペーパーの芯がそのまま残り、新しいトイレットペーパーがサニタリーボックスやペーパーホルダーの上に置かれていて不衛生な状態になっていることもしばしばあった。そこでトイレットペーパーホルダーを押し上げ式(写真2)のものに変えた。その結果、子どもでも簡単にトイレットペ

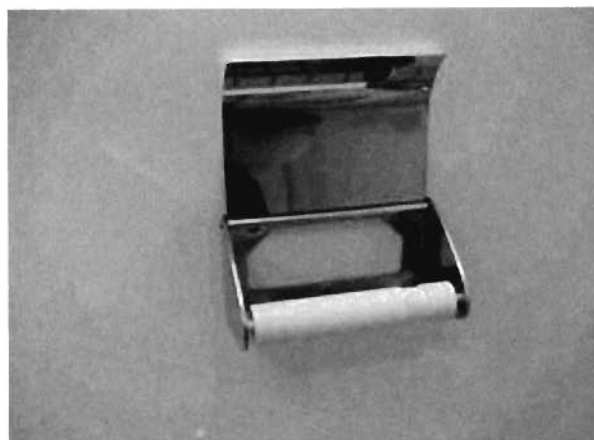


写真1 芯棒式ホルダー

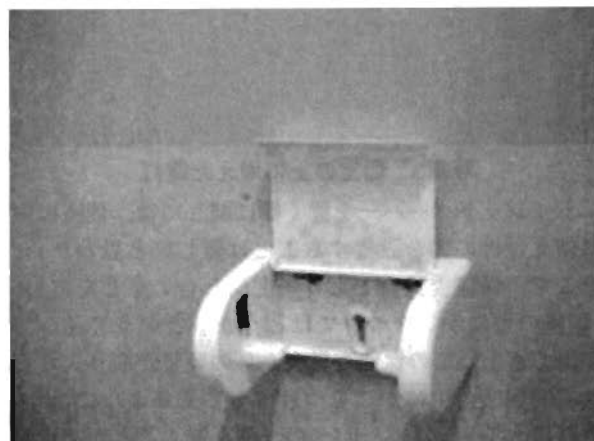


写真2 押し上げ式ホルダー

ーパーが取り替えられるようになり、床に落ちていることが少なくなった。現在多くの家庭でトイレットペーパーの芯棒は押し上げ式のものになっているため、子どもたちは芯棒式のつけ方そのものが分からず困惑していたようである。学校側としても常に子どもたちの実態を把握するように務め、それに合わせた対応をとっていくことが望ましいと実感した。

また、子どもたちがトイレを嫌がる理由の一つに「トイレが暗い」ことがあげられる。実際にトイレの個室の中は照度の基準を下回る結果がでているため、今後改善していきたい。

中学校では保健委員会の場でトイレを利用しやすい環境にするための話し合いを行った。その結果、子どもたちからは「トイレが暗いので電灯を増やしてほしい」、「個室の中に予備のトイレットペーパーを置く棚がほしい」、「トイレットペーパーホルダーを押し上げ式にしてほしい」、「トイレ掃除をきれいにしてほしい」、「みんなにトイレをきれいに使ってほしいのでそのための呼びかけをしたい」という意見があげられた。今までの電灯では通路の上には電灯がなかったため個室まで十分に明かりが届かなかったが、保健委員会からの要望が取り入れられて、個室の上に電灯をつけてもらうことができた(写真3)。これにより、個室の中でも十分な照度が確保されるようになった。



写真3 個室の上へ増えた電灯

トイレトーパーを置く棚に関しては、個室の中に備え付けの棚を設置することは難しいと思われた。そこで、保健委員会でもう一度話し合いをした結果、「個室の壁にかごをつけてはどうか」というアイデアが出てきた。この保健委員会からの要望が取り入れられて、個室の中にかごをつけてもらえるようになり、そこにトイレトーパーの予備を置くことができるようになった(写真4)。



写真4 個室のかご

トイレトーパーホルダーは幼稚園や小学校と同じく、トイレトーパーを芯棒にうまくつけられない子どもが多いことが話し合いの中で分かってきた。そのため、トイレトーパーホルダーを順次押し上げ式のものに変えるように働きかけている。

次に、保健委員会でトイレをきれいにするためのスローガン考えた。そして全校朝礼の時間を利用し、トイレを使うときの注意事項や掃除のポイントに関する呼びかけを行った。呼びかけの内容やスローガンが分かりやすかったためか、トイレをきれいにしようとする意識や関心は高まったように感じられる。そのた

めか、トイレ掃除に意欲的に取り組む姿が少しずつみられるようになってきた。また、トイレの異常を発見した生徒が、保健委員や養護教諭に報告してくれるようになったため、早く対応ができるようになった。保健委員会でトイレの環境について話し合い、自分たちの意見が取り入れられたことや、自分たちの呼びかけによりトイレの環境が改善されたことなどが保健委員の子どもたちの励みになったようである。

松永初子⁵⁾は、壁画トイレにより悪質ないたずらや落書きがなくなり、マナーがよくなり、汚れも減ったこと、トイレの使用者がただ所用のために利用するだけでなく、トイレがいたずらされていないかチェックしたり、清掃の具合を点検するような者が現れるようになったりしたことを述べている。従って、附属中学校に関してもトイレの環境を改善することで、トイレを大切にしようという意識が子どもたちの中に生まれたからと考えられる。今後は、トイレをきれいにしようという意識を持続させ、トイレを使いやすい・居心地の良い空間としていくための活動を継続していくことが必要だと思われる。

以上の活動のほかに、9月に幼稚園、小・中学校の養護教諭で、排便に関する掲示物を作成した(写真5)。絵や題名は統一し、説明文の内容などは幼稚園、小・中学校それぞれの発達段階に合わせて指導できるように、内容を少しずつ変えることにした。その掲示物を保健室内や廊下の目に付くところに掲示し、来室した子どもたちに話をしたり、体調が悪い子どもに個別指導を行うときに利用したりした。この掲示物によって今までは排便のことを恥ずかしがって語りたがらなかった子どもたちも、掲示物も見ながら自分の便の状態を話すことができるようになった。このように排便のことを子どもたちに分かりやすく・楽しく・明るく話す雰囲気を作り出すことにつながることができた。



写真5 排便指導用掲示物

小・中学校には保健室に来室した際に記入する来室カードの中に、排便の様子を質問する項目がある。来室した日の朝の排便の有無を聞き、排便があった子ど

もにはそのときの便の状態を聞いている。便の状態を言葉で説明できない子どもには前述の掲示物を利用し、自分の便がどれに近かったかを考えさせるようにしている。便の状態を観察していない子どもには、流す前に自分の便をしっかりと見るように話している。また、朝の排便がなかった子どもには、昨日の排便の有無を聞いている。こういった問診や個別指導の中で、排便は大切なものであり、自分の健康状態を知る手がかりになるのだということを子どもたちに伝えている。これらの活動から、少しずつではあるが、排便は当たり前前の生理現象であり恥ずかしいものではないのだ、便は自分の健康状態を知らせてくれている大切なからだの中からの手紙なんだ、という意識が子どもたちの中に広がりつつあるを感じている。

V 今後の課題

今回の研究から、子どもたちは排便が健康にとって大切である、ということは理解できていても、一方で汚いことや恥ずかしいことという意識をもっており、その傾向は小学生よりも中学生に多くみられた。また、学校のトイレ環境について子どもたちは決してよいイメージをもっていないことも分かった。この点について、今後も改善への取り組みを続けていく必要がある。

養護教諭が排便に関する指導を保健室で積極的に行うことで、排便についてオープンに話すことができるような雰囲気を作り出し、排便は恥ずかしいことではないんだという気持ちを子どもたちにもたせることが大切であると考えます。

教員の排便に対する意識や態度が子どもたちに与える影響は大きい。したがって、子どもたちが排便を肯定的にとらえられるためには養護教諭だけでなく、子どもをとりまくすべての教員が排便は当たり前前の生理現象であり、恥ずかしいものではないのだという考えをもって子どもたちに接することが望まれる。

<参考文献>

- 1) 国本 正雄・川尻 明『小学生の便通とトイレに関する意識調査』日本医事新報No. 3781 1996 P. 49
- 2) 小野 栄一郎『便秘』小児内科vol. 25 1993 P. 285-P. 287
- 3) 野末富男・小林 昭夫『便秘』小児内科vol. 24 1992 P. 249-P. 251
- 4) 深井 喜代子他『日本語版便秘評価尺度による小学生の便秘評価』日本看護研究学会雑誌vol. 20 1997 P. 57-P. 63
- 5) 松永初子『トイレのお仕事』集英社 2000 P. 70-P. 82