

ペップキッズこおりやま利用者の 歩数計による運動量調査

2021年12月

調査結果のご紹介



調査目的

- ・ 東日本大震災がきっかけで誕生したペップキッズこおりやまが、オープンから10周年を迎えるにあたり、存在価値を目に見える形で示す。
- ・ 子どもの、日常生活での一般的な運動量とペップアクティブでの運動量を比較し、その効果を検証する。
- ・ 現状のペップアクティブにおけるお子さまの運動量を把握し、遊び場としてさらなる進化を目指す。



調査概要

調査対象者

ペップアクティブを利用した大人とお子さまに
歩数計を装着し、計測にご協力いただきました
(2021年6月3日～6月9日実施)

ご協力者数

大人	586名
子ども	543名
計	1,129名 (有効対象者数)

調査内容

- ・性別 (子ども)
- ・年齢 (子ども)
- ・お子さまとの続き柄 (大人)
- ・歩数



要約

1

体育授業の平均歩数2,054歩（45分）に対して、ペップアクティブを利用したお子さまの平均歩数が3,335歩（60分）だった。

2

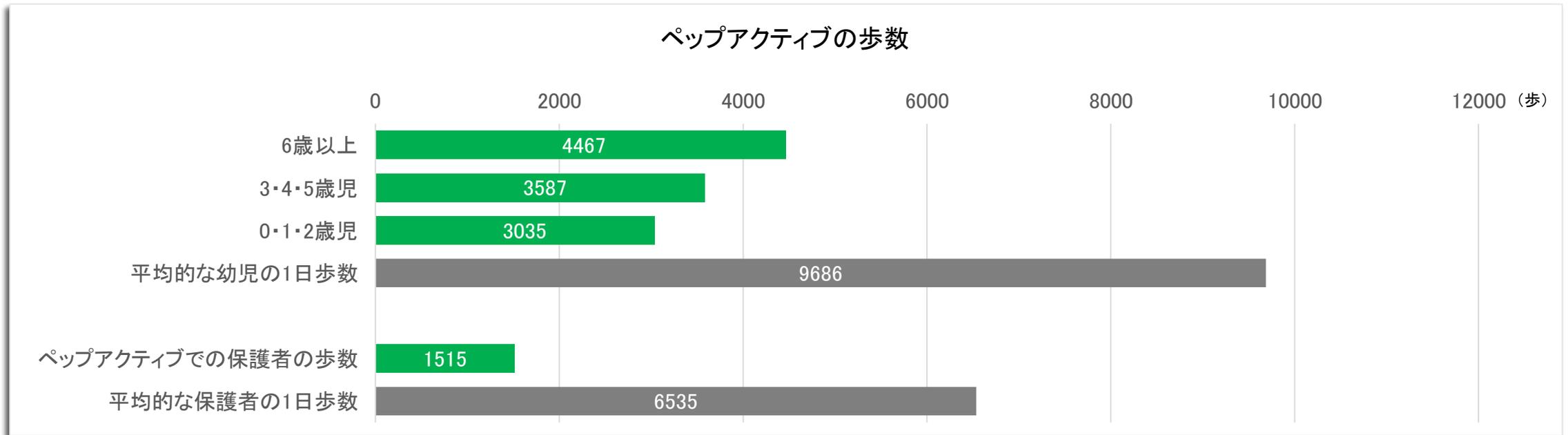
郡山市内の幼稚園・認定こども園に通う園児の保護者を対象に行ったアンケートでは、43%のお子さまが降園後は家の中で遊んでいることがわかった。習慣的にペップアクティブを利用することで運動量が確保されるといえる。

3

保護者の付き添い（特にお父さんの付き添い）があることや、兄弟姉妹と一緒に利用することでお子さまの歩数が多い傾向にあった。ペップキッズこおりやまが大切にしている「親子で遊ぶ」ことで、お子さまの運動量につながっている。

日常生活における平均歩数との比較

- 3～5歳の歩数の研究によると、平日は9,686～15,278歩、休日は8,238～11,207歩です。
- 日常生活における保護者の1日当たりの平均歩数は、厚生労働省の国民健康・栄養調査（2018年、20～39歳女性）では6,535歩です。
- 緊急事態宣言下の幼児の1日の平均歩数は1～5歳で6,938歩、3～5歳では6,702歩、保護者は5,885歩と報告されています。



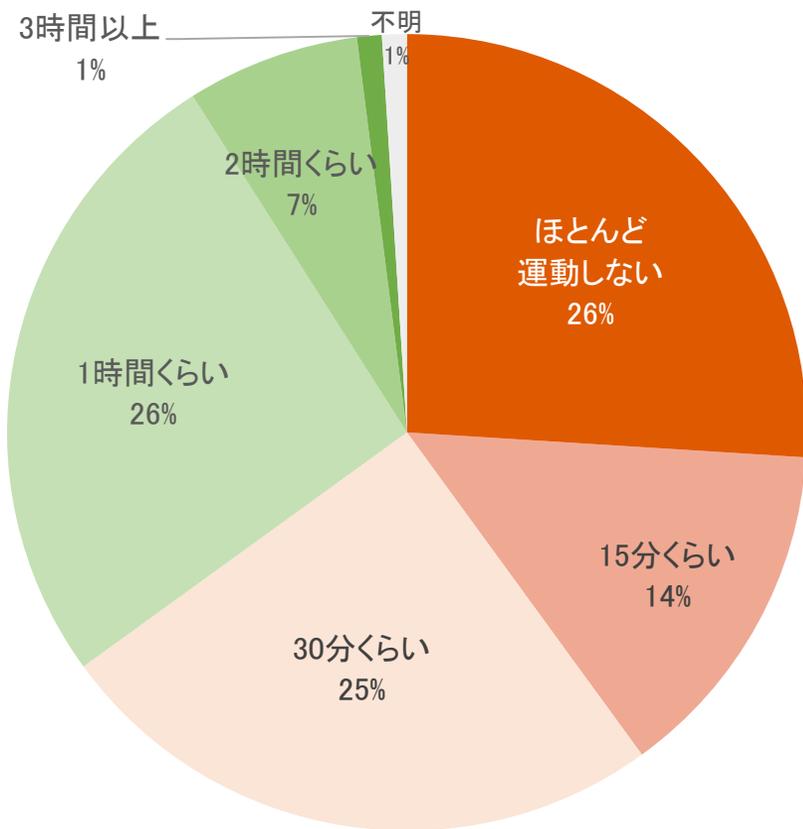
(注)ご協力対象者＝2021年6月3日～6月9日の7日間のペップアクティブご利用者、お子さま543名・付き添いの大人の方(家族等)586名



[参考] 幼稚園から帰宅後の運動状況・遊び場所

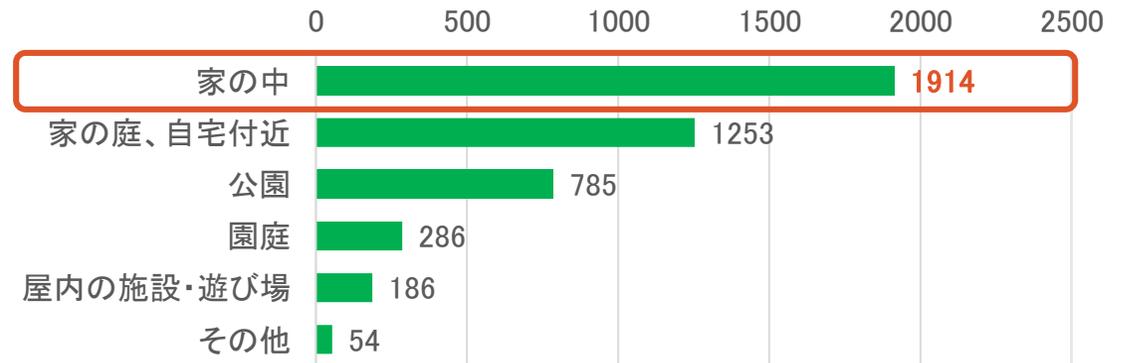
幼稚園から帰ったあと、どのくらい体を使った遊びをしていますか？

(集計対象=アンケート回答者全員 2,154名)



幼稚園から帰ったあと、どこで遊んでいますか？

(集計対象=アンケート回答者全員 2,154名) [複数回答可]



(注) グラフ内の数字は、回答者の人数を示す(複数回答可)

<アンケート調査結果>

幼稚園から帰ったあとは「ほとんど運動しない」との回答が26%を占めました。「15分くらい」と足し合わせると**合計で40%ものお子さまは帰宅後に体を使った遊びがほとんどできていないこと**がわかりました。

また、**幼稚園から帰ったあとに遊ぶ場所として最も多く挙げたのは「家の中」**です。一方で、「公園」など外の広い場所で遊ぶお子さまの数は少ないことがわかります。

(注) アンケートご協力対象者=郡山市内の幼稚園・認定こども園に通う園児の保護者2,154名



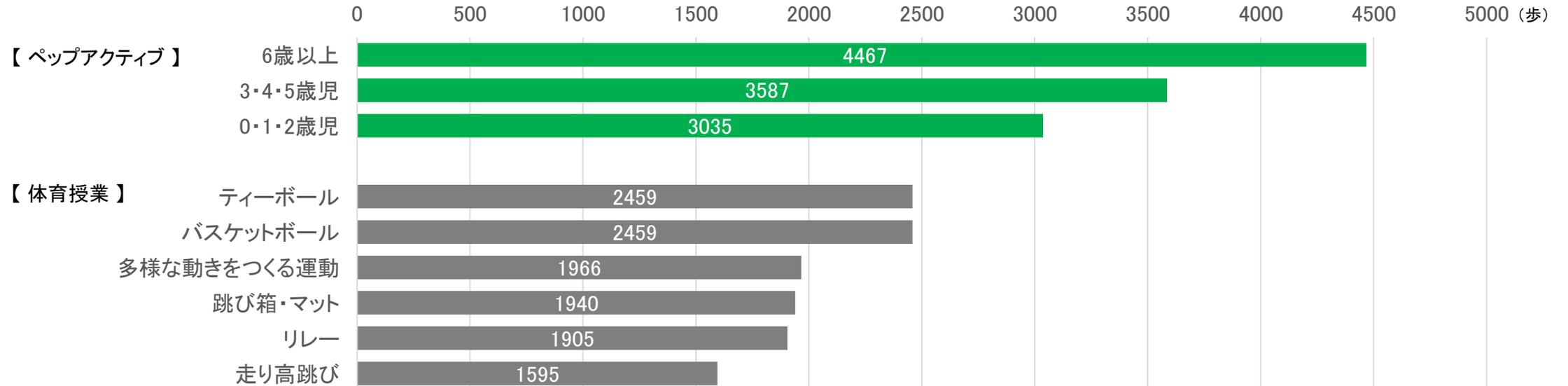
体育授業との比較

- 体育授業の歩数とペップアクティブの歩数を比べてみました。

<調査結果>

お子さまは1クール（60分）で平均3,335歩・体育授業（45分）は平均2,054歩歩いていたことがわかりました。

体育授業と比べたペップアクティブの歩数



(注)体育授業の歩数は、加賀ほか(1997)、大平・荒井(2016)、長野ほか(2020)を参照

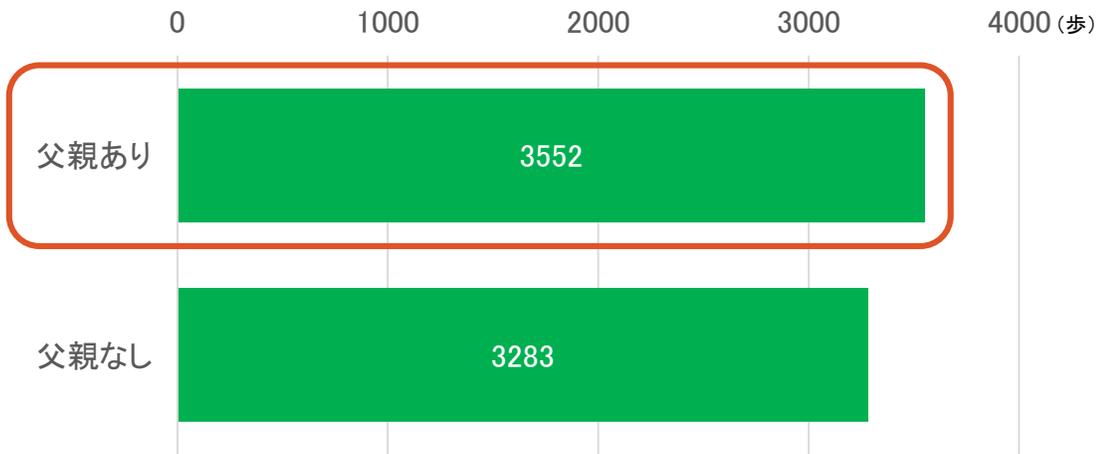
保護者の歩数とお子さまの歩数の関連

- 保護者の歩数とお子さまの歩数の関連を調べてみました。

<調査結果>

その結果、保護者とお子さまの歩数には**少なからず関係がある**ことが分かりました ($r=0.34$)。
特に、お父さんと一緒に利用されているお子さまの歩数が多い傾向にありました。
また、兄弟姉妹等と利用していると歩数が多いことも分かりました。

父親との参加とペップアクティブの歩数



兄弟姉妹等との参加とペップアクティブの歩数

