

親の社会経済的環境からみる幼児の睡眠習慣

メタデータ	言語: jpn
	出版者:
	公開日: 2017-06-19
	キーワード (Ja):
	キーワード (En):
	作成者: 冬木, 春子
	メールアドレス:
URL	所属:
	https://doi.org/10.14945/00010304

親の社会経済的環境からみる幼児の睡眠習慣

The Effect of Parental Socio-Economic Factors on Sleep Behavior of Children Attending Nursery

冬 木 春 子

Haruko FUYUKI

（平成 28 年 10 月 3 日受理）

This study examined the effect of parental socio-economic factors on sleep behavior of children attending nursery. 543 households in a provincial city contributed to research. The logistic regression analysis showed findings as follows. Mothers' education, occupation and fathers' income were significant factors affecting sleep behavior of children. Therefore, children whose mothers had higher education or profession showed much healthier sleep behavior. Also, children whose fathers had middle income showed much healthier sleep behavior compared to low income fathers. This study suggests parental socio-economic factors should be considered to improve sleeping behavior of children.

1 問題意識と目的

近年、子育て世代の所得分布が低所得層に移行し、「仕事・賃金・貯金といった生活の物質的基盤が失われ」（本田 2014）、経済格差が拡大している。その社会的背景として、1990年代初頭のバブル経済の崩壊以降、日本経済は低成長期に入りこみ、完全失業者数、非正規雇用者比率、生活保護世帯数、貯蓄非保有世帯比率が上昇していることが指摘されている（本田 2014）。就業構造基本調査では、子育て世代とされる30代の所得分布において、1997年には年収が500万円～699万円の雇用者の割合が最も多かったが、2012年には300万円台の雇用者が最も多くなっている（内閣府 2015）。

このような状況において、社会的に不利な生活を強いられる子どもが増加し、我が国の子どもの相対的貧困率が上昇している。OECDの推計によると、日本はOECD加盟国の中では2番目に高いグループに属し（子どもの貧困白書編集委員会 2009）、1990年代半ばから2000年代半ばにかけて日本の子どもの貧困率は上昇しており、2012年には16.3%となっている（厚生労働省 2012）。「貧困」という社会的不利な条件は子どもの成長・発達に多大な悪影響を及ぼし、特に人生初期における不利は成人期のアウトカムに影響を及ぼすことが指摘されている（阿部 2013）。

これまで、子どもの学力が親の学歴や職業によって規定され、近年では「学力格差」が拡大していることが明らかにされている（阿部 2008）。一方、子どもの健康が子どもの属する世帯の経済状況や社会階層に大きく影響されていることを欧米の研究は報告しているが（阿

部 2013)、わが国ではほとんど調査が行われてこなかったとの指摘がある(阿部 2008 村山 2016)。

そこで、本稿では幼児の生活習慣の一つである睡眠習慣に着目して、親の社会経済的環境による影響を検討していく。幼児の生活において適切な睡眠習慣がつくことは、食事や遊びなどの活動にも影響を及ぼし、幼児の健康にとってきわめて重要であるとされる(神山 2011)。ところが、厚生労働省「21世紀出生児縦断調査」(2006)によると、午後10時以降に就寝する3歳児は約40%にのぼり、5歳児では就寝時間が早まるものの週末には約40%の子どもが午後10時以降に就寝することが報告されている。

幼児の睡眠習慣の規定要因に関する研究では、母親の「起床時間」(新小田 2008, 冬木 2016)や「帰宅時間」(服部他 2007, 冬木 2016)、「睡眠時間の管理」(睡眠文化研究所 2003, 冬木 2016)、「母親の養育態度」(服部他 2007)が影響要因としてあげられている。一方、これらの研究では、どのような社会経済的環境に置かれた子どもが不健康な生活習慣を送るリスクが高いのかは検討されておらず、子どもの睡眠習慣の「乱れ」を「親の個人的問題」として捉え、親に対する支援の在り方を提言するに止まっている。

そこで本稿では、幼児の睡眠習慣が「乱れる」リスクが高いのは、どのような社会経済的環境におかれた場合なのかを検討し、子どもの生活習慣格差の実態と社会的支援のあり方について考察していきたい^{注1)}。

2 子どもの生活習慣と親の社会経済的環境との関連

昨今、子どもの生活習慣の乱れが指摘されているが、それを親の社会経済的環境との関連で検討した研究は少ないものの、社会医学や公衆衛生学等の分野から行われた研究を紹介する。

「富山出生コホート研究(富山スタディ)」では、1989年度生まれで、3歳児健診の時に富山県在住の子ども約1万人を対象に追跡調査を行っている。濱西・関根・立瀬(2010)は、小学校4年生の生活習慣の結果から、家族構成では「一人っ子」がテレビゲームの時間が長く、就寝時間が遅く、睡眠時間の短時間化が見られている。三世代同居家族の子どもは起床時間や就寝時間は早く、朝食欠食が少ない傾向にあった。母親の就業状況では「常勤」で働く子どもは、間食の頻度が高く、テレビの視聴時間が長く、就寝時間が遅く、短時間睡眠の傾向にあることが見いだされた。そして、3歳の特に10時以降に就寝していた子どもの42%は、小学校4年生時にでも10時以降に就寝しており、就学前の睡眠習慣はその後継続する傾向にあることが見いだされた。

同じく「富山出生コホート研究(富山スタディ)」であるが、関根(2010)、関根(2011)は中学生の子ども1万人を対象とした分析を行っている。そこでは、ひとり親世帯の子どもにおいて朝食の欠食率が高く、就寝時刻が遅い子どもが多く、望ましくない生活習慣が多いことが見いだされている。そこから、一人親世帯のような社会経済的不利のある世帯の子どもにおいて睡眠をはじめとする健康問題が多く、労働政策や家庭政策を介した子ども支援の必要性が述べられている。

村山(2016)は、日本において世帯の経済状態と子どもの食生活・栄養との関連についてほとんど行われていないことをふまえて、小学校の児童を対象にした調査を行っている。世帯収入が貧困基準以下の世帯では、そうでない世帯に比べて、子どもの欠食が多く、野菜が少なく、加工食品やインスタント麺が多く、主食に偏り、栄養素摂取面では、たんぱく質やビタミン、

ミネラルの摂取量が少ないことが明らかにされている。その背景として、食費が少ないことから必要な食品が購入しにくいこと、子どもの食事に対する保護者の知識が少ないことを指摘している。

渡部（2016）は、齲歯は生活習慣病の最たるもので、口腔の状態が生活環境の影響を受けているとして、齲歯有病者を2つのグループに分ける。第一のグループは「寝る前にものを食べる習慣がある」「歯磨きが十分でない」「甘いものが大好きだ」「だらだらと食べている」というグループである。第二のグループは「子ども（あるいは母親）が病気（障害）をもち、つい口腔衛生がおろそかになったこと」が主な理由であるが、近年は「貧困」「育児放棄」も含まれる。そして、東京都歯科医師会が行った調査（2002）から被虐待児童の永久歯齲歯所有率が全国の平均値より有意に高いことを示している。そこから、齲歯を多くもつ子どもたちの生活には、親の病気による育児放棄、家庭の貧困、両親の離婚、本人の病気・障害、望まない出産等が社会経済的環境として関与しており、口腔環境と生活環境の関係を見ていくことの重要性を述べている。

このように、子どもの食事、睡眠、衛生の生活習慣において、親の社会経済的環境との関連を分析した研究は希少であるものの、親の社会経済的環境が子どもの生活習慣を規定しているとの知見は共通に見いだされている。ただし、親の社会経済的環境の指標として用いられている変数は多様である。本研究では、喜多他（2013）が指摘する社会経済的環境の指標としてコンセンサスが得られているとされる「親の所得」「教育歴」「職業」を用いて、子どもの睡眠習慣に及ぼす影響を明らかにし、子どもの生活習慣格差の実態を明らかにしていく。

3 調査方法

3-1 調査対象者

地方都市A市におけるB地区の保育所児とその保護者が調査対象である。保育所児において夜型の生活リズムが多いとの報告（近藤 2001、冬木 2014）を踏まえ、睡眠習慣の問題を抱えやすい保育所児を調査対象とした。A市の典型的な地区の一つであるB地区には公立保育所が5か所、私立保育所が2か所あり、今回は調査協力が得られたのは公立保育所5か所、私立保育所1か所に通う保育所児とその保護者を対象とした。

調査票の配布はクラス担任を通じて封筒に入れた調査票と睡眠票を保護者に配布し、調査協力で同意を得られた場合に、回答済みの調査票を封筒に入れたまま回収した。尚、きょうだいと同じ保育所にいる場合は、年長の児童について答えてもらうことにした。白票を除く543世帯から回収され、回収率は81.0%である。

調査対象者は母親543人、平均年齢は34.36歳（SD=5.20）である。父親は412人、平均年齢は36.58歳（SD=5.75）である。母親の職業では「正規職員」168人（33.3%）、「パートタイマー・アルバイト」214人（42.5%）、「契約社員、嘱託社員」34人（6.7%）、「派遣社員」12人（2.4%）、「家業従事」29人（5.8%）等である。最終学歴では「高校」213人（40.3%）が最も多く、「短大・高専」159人（30.1%）となっている。父親の職業では「正規職員」303人（79.1%）、「パートタイマー・アルバイト」3人（0.8%）、「契約社員、嘱託社員、派遣社員」10人（2.6%）、「家業従事・自営」61人（15.9%）である。最終学歴では「高校」184人（44.8%）が最も多く、「大学以上」121人（29.4%）となっている。

調査対象となった子どもの年齢では1歳児23人（4.2%）、2歳児60人（11.0%）、3歳児89人（16.4%）、

4歳児111人（20.4%）、5歳児150人（27.6%）、6歳児110人（20.3%）である。対象児のきょうだい構成では、「一人」192人（35.4%）、「二人」251人（46.2%）、「三人以上」100人（18.4%）である。また、対象児の家族形態では「両親と子どもからなる核家族」328人（60.4%）、「三世代以上の拡大家族」111人（20.5%）、「ひとり親の核家族」39人（7.2%）、「ひとり親を含む拡大家族」51人（9.4%）である。

3-2 調査期間と調査方法

調査は2013年1月から2月にかけて行われた。調査方法は無記名式の質問紙調査（留置き法）と睡眠調査である。睡眠調査は、幼児の起床及び就寝時刻をday by day plot法（起床時刻と就寝時刻を黒く塗って表す方法）を用いて、一週間連続して記録している睡眠票のみを有効票とした。尚、記録には保育所における午睡も含み、正確な記録ができないため、全対象児については「夜間の睡眠時間」を分析対象とした。

3-3 二項ロジスティック回帰分析における変数設定

独立変数は親の社会経済的環境として、教育歴、職業、収入を設定する。「母親の教育歴」および「父親の教育歴」については、「短期大学」「高専」「大学」「専門学校」を修めている場合、「高等教育修了」とし、ダミー変数（高等教育修了=1）として扱う。「母親の職業」「父親の職業」については「事務・管理職」「販売・サービス職」「技能・運輸職」「専門・技術職」を設定し、「事務・管理職」を参照カテゴリーとし、「販売・サービス職」「技能・運輸職」「専門・技術職」と比較する。「母親収入」については、「103万円未満」を参照カテゴリーとして、「103万円～200万円未満」「200万円～300万円未満」「300万円以上」と比較する。「父親収入」については、「400万円未満」を参照カテゴリーとして、「400万円～600万円未満」「600万円以上」と比較する。

従属変数は子どもの睡眠習慣類型を「規則群」「不規則群」としてダミー変数化（規則群=1）した。子どもの睡眠習慣類型の詳細については結果で述べるが、睡眠習慣の乱れが顕著である類型Ⅲ（全体的に睡眠リズムが乱れる群）及び類型Ⅳ（夜更かし傾向のある群）を「不規則群」、類型Ⅰ（規則正しい群）及び類型Ⅱ（週末にリズムが乱れる群）を「規則群」とした。

4 倫理的配慮

質問紙調査は無記名として、調査対象者となる保護者に対して、紙面にて研究目的と趣旨、協力依頼を行い、データの取り扱いについて個人情報保護を遵守することを確約した。回答済み調査票の提出をもって調査協力の同意が得られたとした。回答は個人が特定できないようにすべて統計的処理を行った。

5 結果

5-1 睡眠票からみる幼児の睡眠習慣

子どもの睡眠-覚醒リズムにも着目し、幼児の睡眠習慣を4類型に分類した。睡眠習慣の類型化は、原田（2006）を参考に冬木（2014）が考案した類型に沿って分類した。類型Ⅰは「生活リズムが一定である群」である。この類型では毎日の起床時間及び就寝時間に大きな差が見られない幼児である（図1）。類型Ⅱは「週末に生活リズムが乱れる群」である。この類型では、

金曜日、土曜日、日曜日のいずれか、または全ての就寝時間が22時以降である、または土曜日、日曜日の起床時間が平日よりも1時間以上遅い幼児である（図2）。類型Ⅲは「全体的に生活リズムが乱れる群」である。この類型Ⅲでは、翌日の就寝時間との間に1時間以上の差が見られる日が一週間に4回以上ある幼児である（図3）。類型Ⅳは「夜更かし傾向のある群」である。この類型では、22時以降に就寝する日が1週間に4回以上ある幼児である（図4）。

図5が示すように、類型Ⅰ「睡眠リズムが一定である群」は276人（52.8%）、類型Ⅱ「週末に睡眠リズムが乱れる群」は50人（9.6%）、類型Ⅲ「全体的に生活リズムが乱れる群」は21人（4.0%）、類型Ⅳ「夜更かし傾向のある群」は176人（33.7%）である。本研究では対象児の52.8%が規則正しい睡眠習慣を送っているが、33.7%の幼児は夜型の睡眠習慣を送っており、全体として睡眠習慣の改善を要する子が約50%いることがわかる。

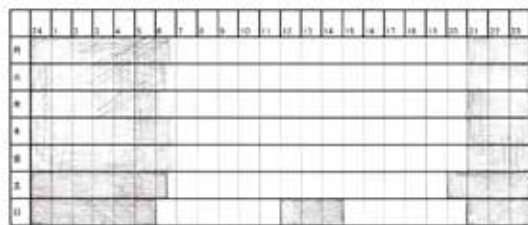


図1 睡眠リズムが一定である群（類型Ⅰ）

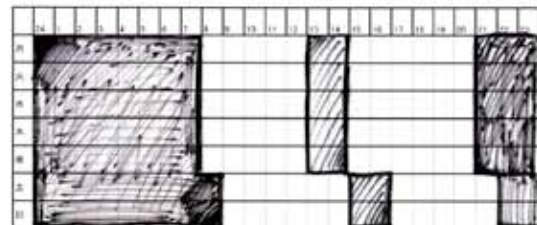


図2 週末に睡眠リズムが乱れる群（類型Ⅱ）

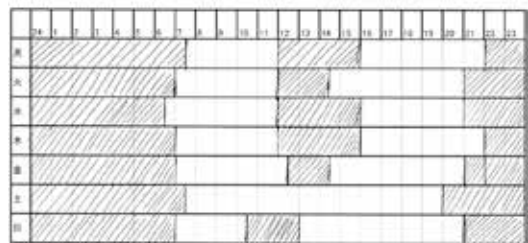


図3 全体的に睡眠リズムが乱れる群（類型Ⅲ）

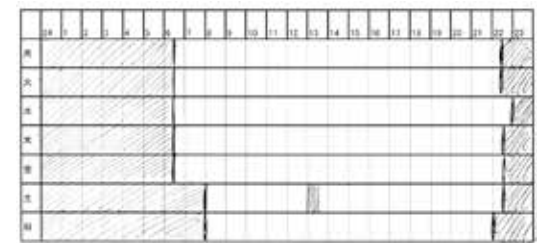


図4 夜更かし傾向のある群（類型Ⅳ）

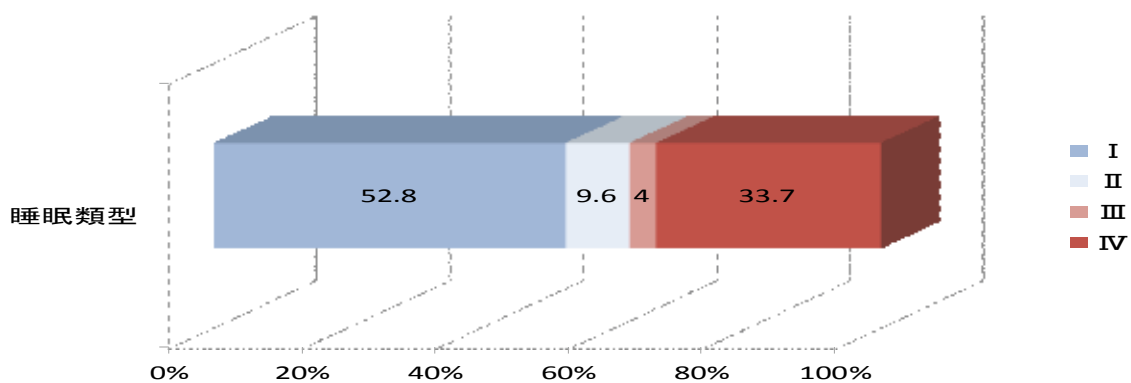


図5 幼児の睡眠習慣類型

5-2 親の社会経済的環境と幼児の睡眠習慣との関連

幼児の睡眠習慣類型について、人数が少数であった類型Ⅲ「全体的に睡眠リズムが乱れる群」を除いた類型について、親の社会経済的要因との関連を χ^2 検定を用いて検討した。「母親の教育歴」「母親の職業」「父親の収入」と睡眠習慣類型において有意な関連性が認められた(表1)。

表1 親の社会経済的環境と幼児の睡眠習慣との関連

		睡眠習慣類型				χ^2
		規則群 (I)	週末不規則群 (II)	不規則群 (IV)	計	
父親教育歴	中等教育修了	101(49.0)	20(9.7)	85(41.3)	206(100.0)	3.45
	高等教育修了	110(57.6)	19(9.9)	62(32.5)	191(100.0)	
母親教育歴	中等教育修了	102(45.5)	21(9.4)	101(45.1)	224(100.0)	10.36
	高等教育修了	168(58.9)	27(9.5)	90(31.6)	285(100.0)	
父親職業	事務・管理職	34(53.1)	7(10.9)	23(35.9)	64(100.0)	4.58
	販売・サービス職	46(60.5)	5(6.6)	25(32.9)	76(100.0)	
	技能・運輸職	83(50.3)	20(12.1)	62(37.6)	165(100.0)	
	専門・技術職	25(59.5)	6(14.3)	11(26.2)	42(100.0)	
母親職業	事務・管理職	89(54.6)	10(6.1)	64(39.3)	163(100.0)	18.13
	販売・サービス職	69(53.1)	8(6.2)	53(40.8)	130(100.0)	
	技能・運輸職	18(42.9)	5(11.9)	19(45.2)	42(100.0)	
	専門・技術職	61(61.6)	16(16.2)	22(22.2)	99(100.0)	
父親収入	400万円未満	70(46.4)	11(7.3)	70(46.4)	151(100.0)	12.52
	400万円～600万円未満	88(59.9)	19(12.9)	40(27.2)	147(100.0)	
	600万円以上	20(50.0)	5(12.5)	15(37.5)	40(100.0)	
母親収入	103万円未満	66(50.0)	15(11.4)	51(38.6)	132(100.0)	4.39
	103万～200万円未満	65(60.7)	8(7.5)	34(31.8)	107(100.0)	
	200万円～300万円未満	47(54.0)	6(6.9)	34(39.1)	87(100.0)	
	300万円以上	44(51.2)	10(11.6)	32(37.2)	86(100.0)	

* $P < .05$, ** $P < .01$

5-3 親の社会経済的環境が子どもの睡眠習慣に及ぼす影響

親の社会経済的要因が子どもの睡眠習慣に影響を及ぼすのかを明らかにするために、教育歴、職業、収入を独立変数、子どもの睡眠習慣を従属変数とする二項ロジスティック回帰分析を行った。

二項ロジスティック回帰分析結果から、子どもの睡眠習慣には母親の教育歴と職業が影響を及ぼしていた(表2)。すなわち、母親が高等教育を修了することにより子どもが規則的な睡眠習慣を送る確率が1.7倍となる。また、母親が専門・技術職であることは事務・管理職である場合と比較して、子どもが規則的な睡眠習慣を送る確率が1.9倍である。

次に、子どもの睡眠習慣には父親の収入が影響を及ぼしていた(表3)。すなわち、父親の収入が「400万円～600万円未満」の場合「400万円未満」と比較して、子どもの睡眠習慣が規則正しくなる確率は2.66倍である。一方、父親の教育歴や職業は子どもの睡眠習慣には影響を及ぼしていない。

以上から、子どもの規則正しい睡眠習慣には母親の教育歴が高等教育機関の修了であること、職業が専門・技術職であることが影響を及ぼしていた。父親については、収入のみが重要な

ファクターであり子どもの睡眠習慣に影響を及ぼしていた。つまり、子どもが属する世帯における親の教育歴や経済状況によって子どもの生活習慣が影響されており、幼児期の子どもにおいて親の社会経済的環境によって生活習慣格差が生じていると指摘できる。

表2 幼児の睡眠習慣に及ぼす母親の社会経済的要因（二項ロジスティック回帰分析）

		睡眠習慣	
		回帰係数	オッズ比
母親教育歴	高等教育修了	.558	1.746 *
母親職業 (RC = 事務・管理職)	販売・サービス職	-.052	.949
	技能・運輸職	-.010	.990
	専門・技術職	.642	1.900 *
母親収入 (RC = 103 万円未満)	103 万円～ 200 万円未満	-.027	.973
	200 万円～ 300 万円未満	-.176	.839
	300 万円以上	-.356	.701
- 2 対数		456.082	
Nagelkerke		.056	
モデル χ^2		15.060 *	
自由度		7	
N		359	

* P < .05, ** P < .01

表3 幼児の睡眠習慣に及ぼす父親の社会経済的要因（二項ロジスティック回帰分析）

		睡眠習慣	
		回帰係数	オッズ比
父親教育歴	高等教育修了	.154	1.166
父親職業 (RC = 事務・管理)	販売・サービス職	.145	1.156
	技能・運輸職	-.029	.971
	専門・技術職	.235	1.265
父親収入 (RC = 400 万円未満)	400 万円～ 600 万円未満	.976	2.654**
	600 万円以上	.279	1.322
- 2 対数		380.002	
Nagelkerke		.074	
モデル χ^2		17.767**	
自由度		6	
N		304	

* P < .05, ** P < .01

6 考察

本研究では幼児の睡眠習慣における「睡眠-覚醒リズム」に着目して幼児の生活習慣の実態を明らかにした。生活リズムとは、「寝る、起きる、食べる、排泄する、活動する、寝るという毎日の規則的なリズム」であり（斎藤 2006）、幼児にとって睡眠-覚醒リズムが規則正しく行われることは、食事や遊びなどの活動にも影響を及ぼすとされる（神山 2011）。本研究では睡眠習慣については4類型が抽出され、類型Ⅰ「睡眠リズムが一定である群」は276人（52.8%）、類型Ⅱ「週末に睡眠リズムが乱れる群」は50人（9.6%）、類型Ⅲ「全体的に生活リズムが乱れる群」は21人（4.0%）、類型Ⅳ「夜更かし傾向のある群」は176人（33.7%）であった。本研究

では「夜更かし傾向のある群」が全体の約30%を占めるという特徴があるが、全国調査（幼児健康度調査）においても「22時以降に就寝する子どもの割合」が約30%前後である（日本子ども家庭総合研究所編 2012）。近年の「早寝早起き朝ごはん」運動をはじめとする全国的な取り組みが進められているものの、幼児の「睡眠習慣の夜型化」は改善すべき社会的課題であると言える。

では、どのような社会経済的環境にいる子どもが「乱れた」睡眠習慣を送っているのかを二項ロジスティック回帰分析を用いて検討した。その結果、母親の教育歴では「高等教育機関修了」であること、母親の職業では「専門・技術職」であること^{注2)}、父親の収入では「中程度（400万円以上600万円未満）」であることが子どもの規則正しい睡眠習慣の影響要因であった。父親が「年収400万円未満」である場合、子どもの睡眠習慣が乱れるリスクは高まるものの、父親が「年収600万円以上」である場合、必ずしも子どもの睡眠習慣が規則正しくなるとは限らない。子どもの健康な生活習慣の確立には、父親の所得が高ければ高いほどいいというわけではなく、高所得者の父親がいる家庭では長時間労働などの問題が関与している可能性があるが、さらに詳細な分析をする必要があろう。

子どもの規則正しい睡眠習慣には、母親の教育歴が「高等教育修了」であることが影響していたが、父親の教育歴は影響していなかった。これは、子どもの睡眠習慣の管理や責任を主に担っているのが母親であるとの知見（冬木 2016）から考察できる。すなわち、子育てをする母親の教育歴と稼得者である父親の経済力という親の社会経済的環境が子どもの睡眠習慣に影響しており、それは子育て分担をめぐるジェンダー構造の表れとも捉えられる。

稼得者である父親の経済力や子育てをする母親の教育力を基に、親が子どもを「育てる」ための選択を行い、子どもの睡眠習慣が形成されると考えられる。子どもは生まれる家族を選択できないが、親の子育て知識や意欲、経済力、選択によって子どもの睡眠習慣が決定されると考えられ、子どもの生まれ、育つ環境によって生活習慣に格差が生じていると言える。幼児期の睡眠習慣の乱れが児童期に持ち越される可能性が高いことは指摘されており（濱西・関根・立瀬 2009）、幼児の生活習慣の「格差」が健康や学力における「格差」として成人期まで引き継がれていく可能性が懸念される。

子どもの睡眠習慣の改善は保育現場においても重要な課題であり、「保育者が睡眠に関する科学的根拠を説明し、親に睡眠記録をつけてもらうことを通して親に生活を見つめ直させ、保育者がそれをサポートすること」等が提案されている（鈴木 2005）。このような親に対する意識啓発アプローチは重要であるものの、本研究の結果をふまえると、社会経済的アプローチこそ必要である。つまり、子どもの睡眠習慣の改善は、子どもの育成環境全体を整えることが重要であり、そのためには親に対する経済的支援、福祉的あるいは教育的支援が必要である。日本では、2013年に「子どもの貧困対策の推進に関する法律」（子どもの貧困対策基本法）が成立し、ようやく子どもの貧困の連鎖を断ち切るための社会的取り組みが始められている。人生初期において、子どもの生活習慣に格差が生じることをないように、家庭、地域、国というミクロからマクロレベルでの取り組みが必要である。

7 結論と今後の課題

幼児期の子どもにとって生活の基本である睡眠習慣が、子どもが属する世帯における母親の教育歴や職業、父親の経済状況によって影響されており、親の社会経済的環境によって幼児期

の子どもの生活習慣に「格差」が生じていると指摘できる。幼児期の睡眠習慣の乱れが児童期に持ち越される可能性が高いとの指摘（濱西・関根・立瀬 2010）をふまえるならば、幼児の生活習慣の格差が「不利の蓄積」として成人期まで引き継がれないよう、家庭、地域、国という多様なレベルでの取り組みが求められる。

今後の課題では、本研究では対象児を保育所児としたが、在宅児や幼稚園児を含めたサンプルで検証を行い、知見の一般化を行うことである。それらをふまえて、子どもの生活習慣格差を解消するために、家庭、地域、国という多様なレベルでの具体的取り組みのあり方を模索することを今後の課題としたい。

注

- 1) ここで述べる「子どもの生活習慣格差」とは、幼児の健康や発達の観点から見たときに、生活習慣における「望ましさの度合い」における「格差」のことである。
- 2) 本研究において、母親の「専門・技術職」とは「保育士」「小学校教諭」「看護師」であり、「高等教育機関修了」という教育歴をもつ者が大部分であり、職業と教育歴との相関関係は強い。

謝辞

本研究を遂行するにあたり、調査にご協力頂きましたお母様、お父様、保育所の先生方には厚く御礼を申し上げます。

付記

本研究は日本家政学会第68会大会にて口頭発表した研究に加筆修正をしたものである。また本研究は科学研究費補助金（課題番号16K00747）により行われたものである。

引用文献

- 阿部彩、2008『子どもの貧困 日本の不平等を考える』岩波書店、5-9.
- 阿部彩、2013「子どもの健康格差の要因 過去の健康悪化の回復力に違いはあるか」『医療と社会』Vol.22, No.3, 255-269.
- 冬木春子、2014「保育所児の睡眠習慣と家族支援」『静岡大学教育学部研究報告』第64号、143-157.
- 冬木春子、2016「親のライフスタイルが保育所児の睡眠習慣に及ぼす影響」『静岡大学教育実践総合センター紀要』No.25, 145-151.
- 濱西島子、関根道和、立瀬剛志、2010「子どもの睡眠リズムと大人の睡眠リズム 小児期の睡眠リズムの社会背景と継続性、その健康影響について」『子どもと発育発達』日本発育発達学会、Vol.9, No.1, 4-7.
- 原田眞澄、谷本満江、2006「5・6歳児の睡眠に関する研究～睡眠リズムと就寝時に焦点をあてて～」『中國学園大学紀要』131-135.
- 服部伸一、足立正他、2007「母親の養育態度が幼児の睡眠習慣に及ぼす影響」『小児保健研究』第66巻第2号、322-330.
- 本田由紀、2014『社会を結びなおす 教育・仕事・家族の連携へ』岩波書店、5-6.

- 子どもの貧困白書編集委員会編、2009『子どもの貧困白書』明石書店, 19.
- 神山潤、2011「発達睡眠生理学」『子どもと発育発達』日本発育発達学会、Vol.8, No.4, 248-253.
- 喜多歳子、池野多美子、岸玲子、2013「子どもの発達に及ぼす社会経済環境の影響：内外の研究動向と日本の課題」『北海道公衆衛生学雑誌』27, 33-43.
- 近藤洋子、太田百合子、福島正美他、2001「幼児の生活リズムと健康に関する研究―地域差と通園状況による比較―」『保育と保健』第7巻、第1号、40-45.
- 厚生労働省、2006『第6回21世紀出生児縦断調査結果の概況』
(mhlw.go.jp/tokei/saikin/hw/syusseiji/06/index.html) 2016/9/28取得
- 厚生労働省、2012『国民生活基礎調査の概況』
(<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa12/dl/01.pdf>) 2016/9/28取得
- 村山伸子、2016『子どもの貧困と食生活・栄養』『公衆衛生』Vol.80, No.7, 470-474.
- 内閣府、2015『平成27年版少子化社会対策白書』日経印刷, 15.
- 日本子ども家庭総合研究所、2012『日本子ども資料年鑑2012』KTC出版, 16-17.
- 斎藤政子、2006「生活リズム」『保育小辞典』大月書店、184.
- 関根道和、2010「格差社会と子どもの生活習慣・教育機会・健康 社会の絆で格差の連鎖から子どもを守る」『学術の動向』82-87
- 関根道和、2011「社会経済的要因による睡眠格差 安心して眠れる社会の実現に向けて」『医学のあゆみ』Vol.236, No.1 81-85.
- 新小田春美、末次美子他、2012「幼児の遅寝をもたらす親子の睡眠生活習慣の分析」『福岡医学雑誌』103(1), 12-23.
- 睡眠文化研究所、2003『都市生活における家族の睡眠の現状 報道用資料』
(<http://www.hayaoki.jp/gakumon/tosi.pdf>) 2016/9/28取得
- 鈴木みゆき、2005「早起き・早寝・朝ごはん」芽生え社, 45.
- 渡部茂、2016「子どもの貧困と口腔疾患」『公衆衛生』Vol.80, No.7, 481-485.