

幼児の生活習慣と家庭環境の年齢別分析  
—福岡県筑豊地方における 3 歳児調査と 4 歳児調査の比較—

垂見 直樹 (近畿大学九州短期大学) 立石 力斗 (近畿大学九州短期大学)

原口 喜充 (近畿大学九州短期大学) 橋本 翼 (近畿大学九州短期大学)

高木 義栄 (近畿大学九州短期大学) 上田 浩平 (近畿大学九州短期大学)

堀田 亮 (近畿大学九州短期大学)

An Age-Specific Analysis of Infants' Lifestyle and Home Environment : A Comparison of a Survey of 3-Year-Olds and a Survey of 4-Year-Olds in Chikuho Area in Fukuoka Prefecture

Naoki Tarumi (Kyushu Junior College of Kindai University) · Rikito Tateishi (Kyushu Junior College of Kindai University) · Hisami Haraguchi (Kyushu Junior College of Kindai University) · Tsubasa Hashimoto (Kyushu Junior College of Kindai University) · Yoshihide Takaki (Kyushu Junior College of Kindai University) · Kohei Ueda (Kyushu Junior College of Kindai University) · Ryo Hotta (Kyushu Junior College of Kindai University)

要旨

本研究の目的は、幼児の生活習慣と家庭環境の関連を年齢別に分析することである。特に、家庭の SES (社会経済的地位)、母親の養育態度、母親の就労状況が、幼児の生活習慣 (睡眠・食事・メディア習慣) に与える影響を検討した。調査は、福岡県筑豊地方において、3 歳児クラス (実年齢 3-4 歳) および 4 歳児クラス (実年齢 4-5 歳) の保護者を対象に Web 質問紙を用いて実施し、有効回答数は 3 歳児 262 名、4 歳児 313 名であった。

分析の結果、3 歳児では生活習慣と家庭環境の関連は限定的で、睡眠習慣と母親の養育態度にのみ有意な関連が確認された。一方、4 歳児では、睡眠・食事・メディア習慣のすべてにおいて、家庭の SES、母親の養育態度、母親の就労状況と有意な関連が認められた。これにより、幼児の生活習慣と家庭環境の関連が、3 歳から 4 歳にかけて形成される可能性が示唆された。

睡眠習慣については、SES が低い家庭の幼児ほど就寝時間が遅い傾向があった。また、母親の養育態度との関連では、「無関心」群の子どもの方が「指導的」群よりも平日の就寝時間が有意に早いという結果が得られた。これは、午睡が一般的な保育園児が多く含まれる調査の特性が影響している可能性がある。

食事習慣については、朝食の摂取頻度が母親の養育態度と関連し、「無関心」群の子どもは「指導的」群よりも朝食を摂る頻度が低い傾向がみられた。一方、夕食時間については、「指導的」群の子どもが「無関心」群の子どもよりも遅い時間に夕食をとる傾向が確認された。これは、子どもとの関わりを重視する保護者が、帰宅後に子どもと一緒に食事をとるため、食事時間が後ろ倒しになる可能性が考えられる。

メディア習慣については、4 歳児では SES が低い家庭の幼児ほど視聴時間が長い傾向がみられた。また、母親の就労状況との関連では、「就労なし」群の子どもの方が「フルタイム」群の子どもよりも夕食時間が遅い傾向がみられた。本研究の調査対象の多くが保育園児の保護者であり、「就労なし」群には、育児以外の要因 (介護・病気など) で保育の必要性が認定された家庭が含まれる可能性がある。こうした家庭では、生活リズムが一定でなく、夕食時間が遅くなるケースが考えられる。

## 幼児の生活習慣と家庭環境の年齢別分析

本研究の結果は、子どもの年齢が4歳から5歳のあいだに、家庭環境と子どもの生活習慣との関連が強まる可能性を示唆するが、家庭環境が子どもの成長に応じて変化する可能性もある。今後の研究では、家庭環境と子どもの生活習慣との関連について、縦断的なデータを用いて検討することが求められる。

**キーワード：**子どもの生活習慣、社会経済的地位、養育態度、母親の就労状況、質問紙調査

### Abstract

The purpose of this study is to analyze the relationship between young children's lifestyle habits and their home environment by age. Specifically, it examines the impact of household socioeconomic status (SES), maternal parenting attitudes, and maternal employment status on children's lifestyle habits, including sleep, eating, and media consumption. The study was conducted using an online questionnaire targeting parents of children in the 3-year-old class (actual age 3–4 years) and the 4-year-old class (actual age 4–5 years) in Chikuho area in Fukuoka Prefecture. The number of valid responses was 262 for the 3-year-old survey and 313 for the 4-year-old survey.

The analysis revealed that, for 3-year-olds, the relationship between lifestyle habits and home environment was limited, with significant associations observed only between sleep habits and maternal parenting attitudes. In contrast, for 4-year-olds, significant associations were found between all aspects of lifestyle habits (sleep, eating, and media consumption) and all home environment factors (SES, maternal parenting attitudes, and maternal employment status). These results suggest that the relationship between children's lifestyle habits and home environment may become more pronounced between ages 3 and 4.

Regarding sleep habits, children from lower-SES households tended to have later bedtimes. Additionally, in terms of maternal parenting attitudes, children in the "uninvolved" group had significantly earlier bedtimes on weekdays compared to those in the "directive" group. This result may be influenced by the characteristics of this study, which included many children attending daycare centers where naps are common.

For eating habits, breakfast frequency was associated with maternal parenting attitudes, with children in the "uninvolved" group having breakfast less frequently than those in the "directive" group. Meanwhile, for dinner time, children in the "directive" group tended to eat later than those in the "uninvolved" group. This may be because parents who prioritize engagement with their children delay mealtime to ensure they eat together after returning home.

Regarding media consumption, 4-year-olds from lower-SES households tended to have longer screen time. Additionally, in terms of maternal employment status, children in the "non-employed" group had later dinner times compared to those in the "full-time employment" group. Given that most participants in this study were parents of daycare children, it is possible that the "non-employed" group included families who required daycare for reasons other than employment, such as caregiving or health issues. These factors may contribute to irregular family schedules and later dinner times.

The results of this study suggest that the relationship between home environment and children's lifestyle habits strengthens between the ages of 4 and 5. However, it is also possible that the home environment itself changes in response to children's development. Future research should use longitudinal data to further investigate the relationship between home environment and children's lifestyle habits.

### Keywords

Young children's lifestyle habits, SES (Socio-Economic Status), Parenting attitudes, Maternal employment status, Questionnaire survey.

## 1. 問題と目的

幼児期の生活習慣は、その後の心身の発達や学習・社会的適応に大きな影響を及ぼすことが、多くの研究で示されている。文部科学省は、食事・睡眠を基本的な生活習慣と捉え、基本的な生活習慣の確立を家庭に促している。その背景には、子どもの生活習慣が家庭環境によって規定されるという認識がある。

一方で、高橋（2017）はペアレントクラシー化という概念を提唱し、子育てや教育における保護者の介入・干渉の強まりを指摘している。松岡（2019）はその帰結としての「教育格差」について、幼児期より子どもの言語発達に格差が生じること、家庭のSES（Socio-Economic Status；社会経済的地位）により習い事の頻度や、テレビ視聴時間の制限等、子どもの生活習慣に差異があることを指摘する。森口（2021）は、幼児期

## 幼児の生活習慣と家庭環境の年齢別分析

に生じるこれらの差を「発達格差」と呼び、子どもの非認知的スキルや社会・情動的スキルの格差が、長期的に健康や経済力の差となって現れると指摘している。

これらの課題に対し、適切な介入を行うためには、子どもの生活実態に関する十分なデータ収集と分析が必要だが、日本ではこのようなデータが不足しているのが現状である。松岡（2019）は、日本における未就学児を対象とした階層格差に関する研究が米国に比べて少なく、「教育制度内部で意味のあるデータを回収・保存していない」ため、「政策・実践を分析可能なデータは極めて少ない」としている。さらに、日本では三大都市圏（関東・関西・中部）とそれ以外の地域における地域間格差が指摘されており、例えば保育施設の数や質、保護者の就労環境、経済状況など、都市圏とは異なる特有の問題がそれ以外の地方には存在している可能性がある。このため、多様な地方のデータを蓄積することが重要となる。

以下で詳細に見る通り、先行研究においては睡眠、食事、メディアの各習慣が幼児期の子どもの発達や健康に重要であることが示されているが、多様な家庭環境との関連については十分に明らかにされていない。また、家庭環境の特定の側面が、子どもの生活習慣形成に影響を及ぼす可能性が指摘されているが、多様な地域のデータの蓄積が求められる。このような問題意識に基づき、本研究では睡眠習慣、食事習慣、メディア習慣という生活習慣の3つの側面に注目し、家庭環境を保護者のSES、養育態度、就労状況と捉え、これらとの関連についてアンケート調査を実施した。調査結果の分析は限定的であるが、多様な地方におけるデータの蓄積が重要との観点から、データを提示することを目的とする。

## 2. 先行研究

### 1) 幼児の睡眠習慣

服部ほか（2007）は、母親の養育態度について、第一因子として受容・関与得点（子どもの意図・要求に気づき、愛情ある言語や身体的表現を用いて、子どもの意図をでき

る限り充足させようとする行動）と第二因子として厳格・管理得点（子どもの意志と関係なく、母親が子どもにとって良いと思う行動を決定し、それを強制する行動）という2軸をクロスさせ、「無関心（受容・関与・低×厳格・管理・低）」「寛大（受容・関与・高×厳格・管理・低）」「権威的（受容・関与・低×厳格・管理・高）」「指導的（受容・関与・高×厳格・管理・高）」の4群に分類している。そして、それら養育態度と幼児（4～6歳）の就寝時刻との関連を分析している。それによれば、「指導的」群が、「無関心」群および「寛大」群に比べ、平日と休日の差が極めて短く、「親が子どもの生活時間を強く規制している」こと、厳格・管理得点の低い「無関心」群と「寛大」群においては、「子どもの起床・就寝時刻とも遅くなる傾向」が報告されている。ただし研究の限界として、調査対象が1幼稚園の保護者115名と限定的であり、第2因子の信頼性係数が十分な値を示していないため、より詳細な実態把握が必要であるとされている。

稲嶋ほか（2016）は、幼稚園の3～6歳の保護者に実施した質問紙調査で、455名の回答を分析している。服部ほか（2007）による研究と同様に、保護者の養育態度と睡眠習慣との関連を分析しており、母親の「厳格・監督」因子の得点が高いほど、「睡眠時間が長くなる可能性がある」とされ、幼児の睡眠習慣には母親の養育態度が影響し、「厳格・監督」因子のみが関与しているとされる。

母親の就労状況との関連については、冬木ほか（2019）は140人の1歳児、43人の2～3歳児、86人の4～6歳児の保護者の回答を分析している。それによれば、母親が無職の場合に子どもの就寝時刻が相対的に早くなる点、就労している母親の午後6時以降の帰宅時間の遅さが子どもの就寝時刻の遅れや夜間の睡眠時間の短さにつながる点が指摘されている。一方父親は、子どもの睡眠習慣の形成に関連しないとされている。

以上の研究群は、幼児の睡眠習慣形成における家庭環境（特に母親の養育態度および就労状況）の重要性を示している。しかし、これらの研究では幼児期の詳細な年齢別分

## 幼児の生活習慣と家庭環境の年齢別分析

析に関する知見は十分ではないといえる。次に、食事習慣についての先行研究を概観し、家庭環境との関連性について整理する。

### 2) 幼児の食事習慣

緒方ほか（2021）は、経済格差と3歳児の食生活習慣についての関連について分析している。具体的には朝食接種の状況、好き嫌いの有無や野菜の摂取頻度、甘いお菓子の摂取頻度など、食事の内容に関する項目である。結果として、相対的貧困群の幼児は、非相対的貧困群の幼児と比較して、週6日未満の野菜の摂取の割合が高く、かつ、週6日以上のお菓子の摂取の割合が高いなど、経済的困難を抱える家庭に対し、好ましい食事内容を伝達し、改善に向けた支援の重要性が指摘されている。

また寺崎（2022）は、保育所を通じて配布された1830件の回答を分析し、回答者の学歴（教育年数）、世帯所得、家庭の所有物の3要素を用いた合成尺度を用いた家庭のSESと、子どもの食習慣の関連について分析している。結果として、食事内容だけではなく、朝食の頻度についてSESによって差があり、最も高いグループと低いグループでは10ポイント以上の差がある（SESが高いグループの子どもが毎日食べている割合が高い）ことが報告されている。

冬木ほか（2019）では、母親の就労状況と幼児の食事習慣に対する影響が分析され「母親の就労形態によって子どもの朝食及び夕食時刻、献立バランス、栄養バランス、共食環境のいずれも有意差が認められなかった」とされている。

このように、食事習慣もまた家庭のSESや養育態度などの家庭環境要因と深く関連していることが先行研究により示されている。次節では、さらに幼児のメディア習慣に焦点を当て、家庭環境との関連について検討する。

### 3) 幼児のメディア習慣

松岡（2019）が「21世紀出生児縦断調査」の分析に基づき指摘するように、学力や学歴の獲得と親和的な「意図的養育」と、自由放任で子育てしようとする「放任的養育」については、SESが高いほど意図的養育に該

当し、低いほど放任的養育となりがちであることが報告されている。意図的養育を行う親は子どもの生活時間を管理し、構造化しようとするため、メディアの視聴時間は短くなる。また、ゲームについては性差も大きく、女兒は5.5歳時点でも両親大卒であると62%が全くゲームをしないとされている。

これらのレビューから、メディア習慣も睡眠・食事習慣と同様に、家庭環境の影響を強く受けることが確認された。以上を踏まえ、本研究においては睡眠・食事・メディアの3つを子どもの生活習慣とし、家庭環境（SES、養育態度、就労状況）との関連を非都市部に焦点をあてて検討する。

## 3. 方法

### 1) 対象と調査方法

福岡県の筑豊地方にある保育施設（保育所、幼稚園、認定こども園）に通う子どもの保護者を対象とした。まず2022年度（2～3月）に、3歳児クラスの保護者（子どもの実年齢3～4歳）への調査を実施した（以下、3歳児調査）。そして2023年度（2～3月）に、4歳児クラスの保護者（子どもの実年齢4～5歳）への調査を実施した（以下、4歳児調査）。それぞれ、web調査による横断研究とし、web調査にはGoogle Formを用いた。研究の概要とweb調査用のURL、パスワードを記載した、調査に関する用紙を保育施設の担任保育者経由で対象者に配布し、調査に協力する意思がある場合に調査画面にアクセスするよう依頼した。有効回答数は3歳児調査262、4歳児調査313であった。

### 2) 質問項目

#### ① 幼児の生活習慣（表1）

睡眠習慣については、平日および休日における、就寝時間・起床時間・睡眠時間について尋ねた。就寝時間については、5つの選択肢から回答を求めた。回答の数値が大きいほど、睡眠時間が長いとみなした。起床時間についても同様に、5つの選択肢から回答を求めた。回答の数値が大きいほど、起床時

## 幼児の生活習慣と家庭環境の年齢別分析

間が遅いとみなした。

食事習慣については、朝食・夕食の頻度と、朝食・夕食をとる時間について尋ねた。朝食・夕食頻度については、4つの選択肢から回答を求めた。回答の数値が大きいほど、朝食・夕食の頻度が不規則であるとみなした。朝食時間については、5つの選択肢から回答を求めた。回答の数値が大きいほど、朝食時間が遅いとみなした。夕食時間についても5つの選択肢から回答を求めた。回答の数値が大きいほど、夕食時間が遅いとみなした。

メディア習慣については、1日あたりの「テレビ視聴時間」「ゲーム使用時間」について平日・休日ごとに尋ねた。「テレビ視聴時間」については、「ビデオ・DVD・パソコン・スマートフォン・タブレット型端末など

での動画視聴を含みますが、テレビゲームは含みません」とした上で、6つの選択肢から回答を求めた。回答の数値が大きいほど、テレビ視聴時間が長いとみなした。「ゲーム使用時間」については、6つの選択肢から回答を求めた。回答の数値が大きいほど、ゲーム使用時間が長いとみなした。

### ②保護者学歴 (SES)

家庭のSES (Socio-Economic Status) を特定する質問として、保護者の学歴を尋ねた。これは、日本においては親学歴と世帯収入が大きく重なっているため、親学歴をSESの代理指標とした先行研究に従っている(松岡 2019: 82)。保護者のうち、大学卒業(短期大学を含む)の学歴を有する人数を「大卒者0人、大卒者1人、大卒者2人」の3つの選択肢から回答をもとめた。

表 1 幼児の生活習慣に関する質問項目

睡眠習慣		食事習慣		余暇習慣	
項目	選択肢	項目	選択肢	項目	選択肢
就寝時間 (平日・休日)	1 8時より前	朝食頻度	1 毎日	テレビ視聴時間 (平日・休日)	1 テレビは見ない/ない
	2 8時~9時		2 週2~3日食べない		2 1時間未満
	3 9時~10時		3 週4~5日食べない		3 1~2時間未満
	4 10時~11時		4 ほとんど食べない		4 2~3時間未満
	5 11時以降	1 7時より前	5 3~4時間未満		
睡眠時間 (平日・休日)	1 6時間未満	朝食時間	2 7時から7時半		6 4時間以上
	2 6時間~7時間		3 7時半から8時	1 ゲームはしない/ない	
	3 7時間~8時間		4 8時から8時半	2 30分未満	
	4 8時間~9時間		5 8時半以降	3 30分~1時間未満	
	5 9時間以上		1 毎日	4 1時間~1時間30分未満	
起床時間 (平日・休日)	1 6時より前	夕食頻度	2 週2~3日食べない	ゲーム使用時間 (平日・休日)	5 1時間30分~2時間未満
	2 6~7時		3 週4~5日食べない		6 2時間以上
	3 7~8時		4 ほとんど食べない		
	4 8~9時		1 6時より前		
	5 9時以降	2 6時から7時			
		夕食時間	3 7時から8時		
			4 8時から9時		
			5 9時以降		

## 幼児の生活習慣と家庭環境の年齢別分析

### ③保護者の養育態度

本研究で、用いた保護者の養育態度項目は、服部ほか（2007）で用いられていた16項目（表2）を用いた。因子分析から、2因子構造が妥当であることを確認している。これらの項目について、「あてはまる」（5点）から「あてはまらない」（1点）の5件法で回答を求めた。服部ほか（2007）の分類に準じて、「因子1の平均より上」かつ「因子2の平均より上」を「指導的」、「因子1の平均より上」かつ「因子2の平均より下」を「寛大」、「因子1の平均より下」かつ「因子2の平均より上」を「権威的」、「因子1の平均より下」かつ「因子2の平均より下」を「無関心」とみなした（図1）。

なお、本調査では、服部ほか（2007）に準じ、母親が回答したデータを使用した。

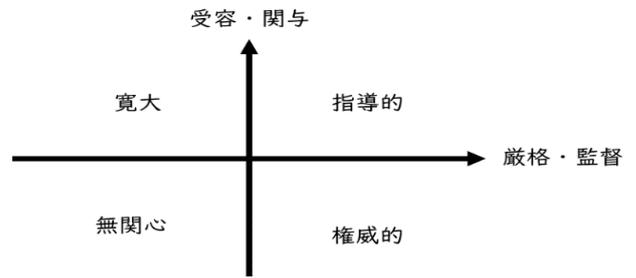


図1 養育態度のスタイル

### ④母親の就労状況

母親の就労状況については、「フルタイム就労、パートタイム就労、就労していない（以下、就労等無）」の3つの選択肢から回答を求めた。

### 3) 分析

家庭環境の違いによって、幼児の生活習慣の違いが生じるかどうかを検討するため、生活習慣を従属変数、SES・母親の養育態度・母親の就労状況を独立変数として分析した。データの分布が正規性を満たさなかったため、ノンパラメトリック検定であるKruskal-Wallis検定を用いて分析を実施

表2 養育態度に関する質問項目（参照：服部ほか、2007）

質問項目
第1因子「受容・関与」
1)子どもが求めればできるだけ相手をするようにしている
2)ままごとや怪獣ごっこなど、ごっこ遊びを一緒にしている
3)子どもと1対1の接触をするように心がけている
4)いろいろなおもちゃを使って子どもと一緒に遊んでいる
5)子どもをだっこしたり、身体接触を多くすることは楽しいことだと思っている
6)安定して子どもに肯定的な気持ちをもつことができる
7)家の外を散歩したり、砂場で土、石、砂で遊ばせたりしている
8)子どもが参加するイベントにはなるべく参加している
9)子どもには絵本をできるだけ読み聞かせている
10)少し高いところに上がったり下りたり、とんだりして遊ばせている
第2因子「厳格・監督」
11)食事の時間をあまり長くだらだらしないように気をつけている
12)子どもの寝る時刻を決めている
13)子どもにはひとりで寝る習慣をつけている
14)子どもの健康を考えて室内の清潔には十分気をつけている
15)子どもの様子がおかしいときには体温を計っている
16)子どもの身体に危険なことが起きない環境を常につくっている

## 幼児の生活習慣と家庭環境の年齢別分析

した。さらに、群間の差異を詳細に検討するため、多重比較も併せて行った。全ての統計的検定において、有意水準は 5% ( $p < 0.05$ ) に設定した。分析は、3 歳児調査と 4 歳児調査のそれぞれで行い、2 つの横断調査の結果を比較し、考察した。分析には、SPSS Statistics ver29 (IBM 社製) を用いた。

### 4) 倫理的配慮

調査への協力は任意であり、協力しないことで不利益を被ることはないこと等を依頼文にて説明した。また、調査の返信を以って調査への同意を得ることとした。本研究は、近畿大学九州短期大学研究倫理委員会の審査・承認を得て実施された (承認番号 2022-1)。

## 4. 結果

### 1) 幼児の睡眠習慣と家庭環境

3 歳児調査では、母親の養育態度の違いによる休日の就寝時間の有意な違いが明らか

になった (表 3)。「指導的」群が「寛大」群に比べて、就寝時間が有意に遅かった ( $p=0.010$ )。SES および母親の就労状況の違いによる睡眠習慣の有意な違いは確認されなかった。

4 歳児調査では、SES・母親の養育態度・母親の就労状況の全てにおいて、有意な違いが明らかになった (表 4)。SES との関連については、「大卒 0 人」が「大卒 2 人」群に比べて、平日の就寝時間が有意に遅かった ( $p=0.014$ )。また、「大卒 1 人」群が「大卒 2 人」群に比べて就寝時間が有意に遅かった ( $p=0.024$ )。さらに、「大卒 0 人」群が「大卒 2 人」群に比べて休日の就寝時間が有意に遅かった ( $p=0.013$ )

養育態度との関連については、平日の就寝時間については、「指導的」群が「無関心」群に比べて ( $p=0.000$ )、「寛大」群が「無関心」群に比べて ( $p=0.015$ )、「権威的」群が「無関心」群に比べて ( $p=0.000$ )、有意に遅かった。「無関心」群が、養育態度群の中で、平日の就寝時間が有意に早いという結果と

表 3 3 歳児調査の睡眠習慣と保護者の SES、母親の養育態度、就労状況

	就寝時間				睡眠時間				起床時間			
	平日		休日		平日		休日		平日		休日	
	中央値 (IQD, 平均)	p 値	中央値 (IQD, 平均)	p 値	中央値 (IQD, 平均)	p 値	中央値 (IQD, 平均)	p 値	中央値 (IQD, 平均)	p 値	中央値 (IQD, 平均)	p 値
【3歳時点】 SES	大卒0人 [N=117 (44.6%)]	3 (2-3, 2.86)	3 (2-3, 2.98)	4 (4-5, 3.97)	4 (4-5, 4.1)	2 (2-3, 2.5)	3 (3-4, 3.09)					
	大卒1人 [N=89 (33.9%)]	3 (3-3, 3)	3 (3-4, 3.2)	4 (4-5, 4.01)	4 (4-5, 4.21)	3 (2-3, 2.64)	3 (3-4, 3.35)					
	大卒2人 [N=56 (21.3%)]	3 (2-3, 2.8)	3 (2-3, 2.91)	4 (4-5, 4.2)	4 (4-5, 4.34)	2.5 (2-3, 2.52)	3 (2-3, 2.95)					
【3歳時点】 母親の 養育態度	「指導的」群 [N=79 (30.1%)]	3 (2-3, 2.95)	3 (3-4, 3.15)	4 (3-5, 3.95)	4 (4-5, 4.19)	3 (2-3, 2.57)	3 (3-4, 3.27)					
	「寛大」群 [N=45 (17.1%)]	3 (2-3, 2.62)	3 (2-3, 2.71)	4 (4-5, 4.07)	4 (4-5, 4.16)	2 (2-3, 2.47)	3 (3-3, 3.04)					
	「権威的」群 [N=61 (23.2%)]	3 (3-3, 3.02)	3 (3-3, 3.13)	4 (4-5, 4.02)	4 (4-5, 4.21)	3 (2-3, 2.61)	3 (3-4, 3.21)					
	「無関心」群 [N=77 (29.3%)]	3 (3-3, 2.91)	3 (3-3, 3.05)	4 (4-5, 4.12)	4 (4-5, 4.19)	3 (2-3, 2.55)	3 (2-4, 3.03)					
【3歳時点】 母親の 就労状況	就労なし [N=127 (48.4%)]	3 (2-3, 2.85)	3 (2-3, 2.96)	4 (4-5, 4.12)	4 (4-5, 4.25)	3 (2-3, 2.6)	3 (3-4, 3.13)					
	パートタイム [N=23 (8.7%)]	3 (2.5-3, 2.83)	3 (3-3, 2.91)	4 (3-5, 3.96)	4 (4-5, 4.17)	2 (2-3, 2.39)	3 (2-3.5, 2.91)					
	フルタイム [N=112 (42.7%)]	3 (2.75-3, 2.96)	3 (3-4, 3.16)	4 (3-4.25, 3.96)	4 (4-5, 4.13)	2 (2-3, 2.54)	3 (3-4, 3.21)					

\*  $p < 0.05$

表 4 4 歳児の睡眠習慣と保護者の SES、母親の養育態度、就労状況

	就寝時間			睡眠時間			起床時間		
	平日	休日	p 値	平日	休日	p 値	平日	休日	p 値
<b>【4歳時点】</b>									
大卒0人 [N=143 (45.6%)]	3 (2-3, 2.99)	3 (3-4, 3.17)		4 (4-5, 4.17)	4 (4-5, 4.33)		2 (2-3, 2.57)	3 (3-4, 3.24)	
大卒1人 [N=110 (35.1%)]	3 (3-3, 2.93)	3 (3-3, 3.07)	*	4 (4-5, 4.22)	4 (4-5, 4.43)		3 (2-3, 2.55)	3 (3-4, 3.18)	
大卒2人 [N=60 (19.1%)]	3 (2-3, 2.6)	3 (2-3, 2.8)	*	4 (4-5, 4.32)	5 (4-5, 4.52)		2 (2-3, 2.48)	3 (3-3.75, 3.03)	
<b>【4歳時点】</b>									
「指導的」群 [N=95 (30.3%)]	3 (3-4, 3.11)	3 (3-4, 3.28)		4 (4-5, 4.18)	4 (4-5, 4.37)		3 (2-3, 2.63)	3 (3-4, 3.35)	
「寛大」群 [N=51 (16.2%)]	3 (3-3, 2.92)	3 (3-4, 3.25)		4 (3-5, 4.08)	4 (4-5, 4.29)		2 (2-3, 2.49)	3 (3-4, 3.1)	
「権威的」群 [N=76 (24.2%)]	3 (3-3, 3)	3 (3-3, 3.11)	**	4 (4-5, 4.18)	4 (4-5, 4.39)	**	3 (2-3, 2.62)	3 (3-4, 3.36)	**
「無関心」群 [N=91 (29.0%)]	3 (2-3, 2.56)	3 (2-3, 2.69)	*	4 (4-5, 4.35)	5 (4-5, 4.49)	**	2 (2-3, 2.42)	3 (2-3, 2.91)	**
<b>【4歳時点】</b>									
就労なし [N=67 (21.4%)]	3 (2-3, 2.79)	3 (2-4, 3.01)		4 (4-5, 4.4)	5 (4-5, 4.57)		3 (2-3, 2.87)	3 (3-4, 3.39)	
パートタイム [N=112 (35.7%)]	3 (2-3, 2.85)	3 (3-3, 3.02)	*	4 (4-5, 4.31)	5 (4-5, 4.46)	**	3 (2-3, 2.64)	3 (3-4, 3.27)	**
フルタイム [N=134 (42.8%)]	3 (3-3, 2.98)	3 (3-4, 3.13)	*	4 (4-5, 4.04)	4 (4-5, 4.27)	*	2 (2-3, 2.3)	3 (2-3, 2.5, 3.01)	**

\*\* p<0.001 \* p<0.05

## 幼児の生活習慣と家庭環境の年齢別分析

なった。休日の就寝時間についても、「指導的」群が「無関心」群に比べて ( $p=0.000$ )、「寛大」群が「無関心」群に比べて ( $p=0.000$ )、「権威的」群が「無関心」群に比べて ( $p=0.005$ )、有意に遅いことが明らかになった。「無関心」群が、養育態度群の中で、休日の就寝時間が有意に早い結果となった。

母親の就労状況との関連については、休日の起床時間については、「指導的」群が「無関心」群に比べて ( $p=0.002$ )、「権威的」群が「無関心」群に比べて ( $p=0.006$ )、有意に遅いことが明らかになった。平日の睡眠時間については、「フルタイム」群が「就労等なし」群に比べて ( $p=0.012$ )、「フルタイム」群が「パートタイム」群に比べて ( $p=0.004$ )、有意に短いことが明らかになった。「フルタイム」群が、母親就労状況の中で、平日の睡眠時間が有意に短いといえる。休日の睡眠時間については、「フルタイム」群が「就

等なし」群に比べて ( $p=0.011$ ) 有意に短いことが明らかになった。平日の起床時間については、「フルタイム」群が「就労等なし」群に比べて ( $p=0.000$ )、「フルタイム」群が「パートタイム」群に比べて ( $p=0.000$ )、有意に早いことが明らかになった。「フルタイム」群が、母親就労状況の中で、平日の起床時間が有意に早いという結果となった。休日の起床時間については、「フルタイム」群が「就労等なし」群に比べて ( $p=0.006$ ) 有意に早いことが明らかになった。

### 2) 幼児の食事習慣と家庭環境

3歳児調査では、SES・母親の養育態度・母親の就労状況の違いによる食事習慣の有意な違いは確認されなかった(表5)。4歳児調査では、母親の養育態度と母親の就労状況において、食事習慣の有意な違いが明らかになった(表6)。母親の養育態度との関連において、朝食頻度については、「指導

表5 3歳児の食事習慣と保護者のSES、母親の養育態度、就労状況

		朝食頻度		朝食時間		夕食頻度		夕食時間	
		中央値 (IQD, 平均)	p値						
【3歳時点】 SES	大卒0人 [N=117(44.6%)]	1(1-1, 1.09)		2(2-3, 2.64)		1(1-1, 1)		2(2-3, 2.48)	
	大卒1人 [N=89(33.9%)]	1(1-1, 1.1)		2(2-3, 2.46)		1(1-1, 1.02)		2(2-3, 2.46)	
	大卒2人 [N=56(21.3%)]	1(1-1, 1.04)		2(2-3, 2.5)		1(1-1, 1.02)		2(1.75-3, 2.25)	
【3歳時点】 母親の 養育態度	「指導的」群 [N=79(30.1%)]	1(1-1, 1.1)		2(2-3, 2.52)		1(1-1, 1.01)		2(2-3, 2.38)	
	「寛大」群 [N=45(17.1%)]	1(1-1, 1.04)		2(2-3, 2.62)		1(1-1, 1)		2(2-3, 2.47)	
	「権威的」群 [N=61(23.2%)]	1(1-1, 1.1)		3(2-3, 2.57)		1(1-1, 1.03)		2(2-3, 2.46)	
	「無関心」群 [N=77(29.3%)]	1(1-1, 1.08)		2(2-3, 2.52)		1(1-1, 1)		2(2-3, 2.42)	
【3歳時点】 母親の 就労状況	就労なし [N=127(48.4%)]	1(1-1, 1.09)		3(2-4, 2.91)		1(1-1, 1.01)		2(2-3, 2.25)	
	パートタイム [N=23(8.7%)]	1(1-1, 1.13)		3(2-3, 2.78)		1(1-1, 1.04)		2(2-3, 2.17)	
	フルタイム [N=112(42.7%)]	1(1-1, 1.06)		2(1-3, 2.09)		1(1-1, 1.01)		3(2-3, 2.67)	

\*\*  $p < 0.001$  \*  $p < 0.05$

## 幼児の生活習慣と家庭環境の年齢別分析

表 6 4 歳児の食事習慣と保護者の SES、母親の養育態度、就労状況

		朝食頻度		朝食時間		夕食頻度		夕食時間	
		中央値 (IQD, 平均)	p値						
【4歳時点】 SES	大卒0人 [N=143 (45.6%)]	1 (1-1, 1.13)		2 (2-3, 2.58)		1 (1-1, 1)		2 (2-3, 2.4)	
	大卒1人 [N=110 (35.1%)]	1 (1-1, 1.09)		2 (2-3, 2.55)		1 (1-1, 1)		2 (2-3, 2.47)	
	大卒2人 [N=60 (19.1%)]	1 (1-1, 1.02)		2 (2-3, 2.47)		1 (1-1, 1)		2 (2-3, 2.35)	
【4歳時点】 母親の 養育態度	「指導的」群 [N=95 (30.3%)]	1 (1-1, 1.16)	**	2 (2-3.5, 2.66)		1 (1-1, 1)		2 (2-3, 2.55)	**
	「寛大」群 [N=51 (16.2%)]	1 (1-1, 1.12)		2 (2-3, 2.58)		1 (1-1, 1)		2 (2-3, 2.55)	
	「権威的」群 [N=76 (24.2%)]	1 (1-1, 1.09)		2.5 (2-3, 2.64)		1 (1-1, 1)		2 (2-3, 2.39)	
	「無関心」群 [N=91 (29.0%)]	1 (1-1, 1.09)		2.5 (2-3, 2.64)		1 (1-1, 1)		2 (2-3, 2.39)	
【4歳時点】 母親の 就労状況	就労なし [N=67 (21.4%)]	1 (1-1, 1.09)		2 (2-2.5, 2.11)		1 (1-1, 1)		2 (2-3, 2.57)	**
	パートタイム [N=112 (35.7%)]	1 (1-1, 1.07)		2 (2-3, 2.68)		1 (1-1, 1)		2 (2-3, 2.34)	
	フルタイム [N=134 (42.8%)]	1 (1-1, 1.13)		3 (2-4, 3.21)		1 (1-1, 1)		2 (2-3, 2.24)	

\*\*  $p < 0.001$  \*  $p < 0.05$

的」群が「無関心」群に比べて、不規則である傾向が明らかになった ( $p=0.018$ )。夕食時間については、「指導的」群が「無関心」群に比べて、食事の時間が有意に遅いことが明らかになった ( $p=0.014$ )

母親の就労状況との関連については、夕食時間について、「就労なし等群」が「フルタイム」群に比べて、食事の時間が有意に遅いことが明らかになった ( $p=0.006$ )

### 3) 子どものメディア習慣と家庭環境

3 歳児調査では、SES・母親の養育態度・母親の就労状況の違いによるメディア習慣の有意な違いは確認されなかった。4 歳児調査では、母親の養育態度と母親の就労状況において、余暇習慣の有意な違いが明らかになった (表 7)。母親の養育態度との関連では、平日のテレビ視聴時間については、「指導的」群が「無関心」群に比べて ( $p=0.002$ )、「権威的」群が「無関心」群に

比べて ( $p=0.011$ )、有意に長いことが明らかになった。休日のテレビ視聴時間については、「指導的」群が「無関心」群に比べて有意に長いことが明らかになった ( $p=0.025$ )。

母親の就労状況との関連では、平日のテレビ視聴時間について、「フルタイム」群が「就労なし等」群に比べて ( $p=0.030$ )、「フルタイム」群が「パートタイム」群に比べて ( $p=0.008$ )、有意に長いことが明らかになった。

### 5. 考察

本研究では、家庭環境 (SES・母親の養育態度・母親の就労状況) と子どもの生活習慣の関連について分析を行った。しかし両者の関係は一方的なものではなく、双方向的な影響がある可能性がある。例えば、子どもが成長するにつれて、自律性が高まり、保

幼児の生活習慣と家庭環境の年齢別分析

表 7 4 歳児のメディア習慣と保護者の SES、母親の養育態度、就労状況

		テレビ視聴時間				ゲーム使用時間			
		平日		休日		平日		休日	
		中央値 (IQD, 平均)	p値	中央値 (IQD, 平均)	p値	中央値 (IQD, 平均)	p値	中央値 (IQD, 平均)	p値
【4歳時点】 SES	大卒0人 [N=143 (45.6%)]	3 (2-3, 2.84)		4 (3-4, 3.74)		2 (1-3, 2.27)		3 (1-4, 3.08)	
	大卒1人 [N=110 (35.1%)]	3 (2-3, 2.25, 2.99)		4 (3-5, 3.94)		2 (1-3, 2.1)		3 (1-4, 2.84)	
	大卒2人 [N=60 (19.1%)]	3 (2-3, 2.73)		4 (3-4, 3.67)		1.5 (1-3, 1.85)		2 (1-3, 2.45)	
【4歳時点】 母親の 養育態度	「指導的」群 [N=95 (30.3%)]	3 (2-4, 3.09)	* **	4 (3-5, 3.99)	* **	2 (1-3, 2.03)		3 (1-4, 2.85)	
	「寛大」群 [N=51 (16.2%)]	3 (2-3, 2.71)		4 (3-4, 3.8)		2 (1-3, 2.27)		3 (1-4, 3.08)	
	「権威的」群 [N=76 (24.2%)]	3 (2-3, 3.01)		4 (3-5, 3.89)		2 (1-3, 2.32)		3 (1-5, 3.08)	
	「無関心」群 [N=91 (29.0%)]	2 (2-3, 2.62)		4 (3-4, 3.51)		2 (1-3, 2)		3 (1-4, 2.6)	
【4歳時点】 母親の 就労状況	就労なし [N=67 (21.4%)]	3 (2-3, 2.79)	* **	4 (3-4, 2.5, 3.88)		2 (1-3, 2.07)		3 (1-4, 2.95)	
	パートタイム [N=112 (35.7%)]	3 (2-3, 2.77)		4 (3-4, 3.69)		2 (1-3, 2.15)		3 (1-4, 2.82)	
	フルタイム [N=134 (42.8%)]	3 (2-4, 3.21)		4 (3-5, 3.81)		2 (1-3, 2.22)		3 (1-4, 2.81)	

\*\* p<0.001 \* p<0.05

護者の関与が減少することが考えられる。また、子どもの睡眠習慣や食習慣の変化に伴い、親がそれに適応する形で就労時間や育児方針を調整することもあり得る。これらの点を考慮すると、家庭環境は静的なものではなく、子どもの成長・発達に伴って動的に変化する要素を含んでいるといえる。上記を踏まえつつ、以下考察を行う。

1) 子どもの年齢と生活習慣、家庭環境について

本研究は非都市部における3歳児調査(3歳児クラスの保護者への調査)と、4歳児調査(4歳児クラスの保護者への調査)のそれぞれを分析し、結果を比較したものである。

3歳児調査においては、幼児の睡眠習慣と母親の養育態度に有意な差が見られた以外

は、生活習慣と保護者学歴・養育態度については有意差が見られなかった。それに対し、4歳児調査においては、幼児の生活習慣(睡眠習慣・食事習慣・メディア習慣)のすべてにおいて、家庭のSES・母親の養育態度・母親の就労状況のいずれとの関連においても有意差が確認された。

全体として、3歳児調査の際には検出されなかった要因との関連が4歳児調査において明確になった。従来の研究では、幼児期における家庭環境の差異について年齢別に詳細に検討されることは少なく、どの年齢の段階で家庭環境が生活習慣に影響を及ぼし始めるのか、また家庭環境自体がどのように変化し、それが生活習慣に影響を与えるのかについては十分に明らかにされていない。本研究の結果からは、家庭環境と生

活習慣の関係が特に明確になるのは、3歳児クラス（実年齢4歳）から4歳児クラス（実年齢5歳）への移行期である可能性が示唆された。ただし、本研究は因果関係の検証を目的としたものではなく、また子どもの成長という変数自体について独立した分析は行っていないため、慎重な解釈が求められる。

### 2) 4—5歳の幼児の生活習慣と関連する要因について

#### ①睡眠習慣

睡眠習慣については、SESによる有意差が確認され（平日、休日ともに大卒0人群が優位に就寝時間が遅い）、家庭環境が睡眠習慣に一定の影響を及ぼしていることが示唆された。しかし、母親の養育態度に関連し、「無関心」群が養育態度群の中で平日の就寝時間が有意に早いという結果は、先行研究を支持しないものであった。

午睡の有無や実施時間は保育施設によって異なるため、単にSESや養育態度のみを要因として睡眠習慣を説明するのではなく、子どもが通う保育施設の影響も考慮した分析が必要である。今後の研究では、保育施設の種類（幼稚園・保育園・認定こども園など）や保育時間の違いが、家庭環境と睡眠習慣の関係にどのような影響を与えているかをより詳細に検討することが求められる。

#### ②食事習慣

母親の養育態度に関連して、朝食頻度について、「無関心」群が「指導的」群に比べて不規則である傾向は、先行研究を支持する結果であった。しかし、夕食時間に関しては、「指導的」群が「無関心」群に比べて有意に遅いという結果が得られた。

また、母親の就労状況に関連して、夕食時間について、「就労なし等群」が「フルタイム」群に比べて有意に遅いことが明らかになった。しかし、この結果は単に「就労していない」ことの影響ではなく、「就労なし等群」の背景にある家庭環境の多様な要因（例：介護、病気、育児以外の生活課題）が関与している可能性がある。例えば、育児以外の負担が大きい家庭では、食事の時間が

結果的に後ろ倒しになることもあり得るだろう。

#### ③メディア習慣

テレビ等動画の視聴時間については、平日・休日ともに、母親の養育態度が「指導的」群の子どもが、「無関心」群の子どもより有意に長くなり、平日については「指導的」群の子どもが「権威的」群の子どもより有意に長くなるという結果となった。SESによる有意差は検出されなかった。有意ではないが、「寛大」群もやや視聴時間が短くなっており、「厳格・監督」得点が低いと子どもの動画視聴時間が短くなるという結果となった。

本研究においては、どのような動画を視聴しているか、その詳細は尋ねていない。近年では、インターネットを通じた動画コンテンツの多様化が顕著である。従来型のテレビのように、決められた時間に決められたコンテンツを受動的に視聴するだけでなく、動画コンテンツを選択し、能動的に視聴するというメディア経験が可能となっている。その結果として、「厳格・監督」得点の高い保護者が、知育的なコンテンツを保護者が子どもにあえて見せることで、動画視聴時間が長くなる可能性などが考えられる。

意図的養育を行う家庭の子どもほど、メディア視聴時間をコントロールされ、短くなりがちであるという先行研究の指摘も踏まえれば、SESの高低と養育態度との関連についてより詳細に分析する必要があるといえる。つまり、松岡（2019）による「高SES＝意図的養育」「低SES＝放任的養育」という2元的な枠組み自体を分析の俎上に載せる必要がある。

### 3) 限界と今後の課題

本研究では、SES・母親の養育態度・母親の就労状況を独立変数として扱ったが、それらの変数間の相互関係について詳細な分析を行うことができなかった。したがって調査結果に説得力の高い推論や考察を加えることが十分にできなかった点は今後の課題である。独立変数間の関連を分析し、SESが母親の養育態度や就労状況にどのような

## 幼児の生活習慣と家庭環境の年齢別分析

影響を与えるのかを統計的に検討することで、子どもの生活習慣の形成についてのより包括的な理解が可能になると考えられる。今後の研究では、より大規模なサンプルを用いた因果推論のアプローチや、パネルデータを活用した分析を行うことが課題である。

本研究は福岡県筑豊地方を対象としているが、結果に示された生活習慣の特徴には、都市圏とは異なった、地方特有の社会的・経済的要因が影響している可能性がある。例えば、都市圏に比べて交通アクセスが限定され、保護者の就労時間や通勤距離が子どもの睡眠時間や食事時間の確保に困難を生じさせている可能性がある。本研究の結果において、SESや養育態度によるグループ間の差異が明確に示されたことから、地方の環境が生活習慣の形成に何らかの影響を与えていることは否定できない。ただし、本研究では都市圏との直接比較を行っていないため、これらの考察は推察の域に留まる。今後の研究では、都市圏のデータと比較分析を行い、地方特有の生活習慣形成プロセスをさらに明確化する必要があるだろう。

### 【参考文献】

- 服部伸一・足立正・三宅孝昭・北尾岳夫・嶋崎博嗣「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、2007、pp.322-330.
- 堀口美智子「乳幼児をもつ親の夫婦関係と養育態度」『家族社会学研究』第17巻第2号、2006、pp.68-78.
- 冬木春子・佐野千夏「母親の就労が幼児の生活習慣におぼす影響」『日本家政学会誌』Vol.70, No.8, 2019, pp.512-521.
- 稲嶋修一郎・佐藤つばさ・堀尾良弘「幼児の睡眠習慣と母親の養育態度の関連」『人間発達学研究』第7号、2016、pp.25-30.
- 松岡亮二『教育格差一階層・地域・学歴』、2019、筑摩書房.
- 森口佑介『子どもの発達格差ー将来を左右する要因は何か』、2021、PHP研究所.
- 緒方靖恵・横山美江・秋山有佳・山縣然太郎「経済格差と3歳児の食生活習慣との関連」

『日本公衆衛生雑誌』第68巻第7号、2021、pp.493-502.

高橋均「ペアレントクラシー化と「子ども社会」の現在ー保護者の子育て・教育意識調査からー」『子ども社会研究』23号、2017、pp.23-39.

寺崎里水「社会経済的背景からみる子育ての様子：「幼児期の家庭環境と保護者の養育態度に関する調査」の基礎的分析」『法政大学キャリアデザイン学部紀要』第19巻、2022、pp.93-116.

### 謝辞・付記

本調査にご協力いただきました保護者の皆さま、保育者の先生方に深く感謝申し上げます。なお本研究は、JSPS 科研費 JP20K02672「幼児期の経験と発育・発達との関連に関する研究」（日本学術振興会科学研究費助成事業基盤研究（C）（研究代表者：堀田亮））の助成を受け実施されました。