

5. 睡眠と発達

Ⅲ-1-6表 朝の排便状況と睡眠等の生活実態 (平成17~19年)

〈男児〉

排便状況	夕食開始時刻	就寝時刻	睡眠時間	起床時刻	朝食開始時刻	起床～朝食	朝食～通園	起床～通園	通園時刻
朝、いつも排便をする (1,556人)	18時40分	21時20分	9時間31分	6時51分	7時19分	28分	1時間01分	1時間29分	8時21分
たいてい、朝、排便する (2,302人)	18時44分*	21時23分*	9時間32分	6時56分***	7時22分**	27分	1時間01分	1時間27分*	8時23分
半々 (3,507人)	18時44分**	21時29分***	9時間31分	6時59分***	7時25分***	26分***	55分***	1時間21分***	8時21分
朝、あまり排便しない (3,515人)	18時48分***	21時39分***	9時間26分**	7時05分***	7時30分***	25分***	50分***	1時間14分***	8時20分
朝、排便しない (1,557人)	18時50分***	21時47分***	9時間24分***	7時11分***	7時35分***	24分***	45分***	1時間09分***	8時20分

〈女児〉

排便状況	夕食開始時刻	就寝時刻	睡眠時間	起床時刻	朝食開始時刻	起床～朝食	朝食～通園	起床～通園	通園時刻
朝、いつも排便をする (944人)	18時41分	21時17分	9時間34分	6時51分	7時18分	27分	1時間04分	1時間31分	8時22分
たいてい、朝、排便する (1,793人)	18時44分	21時22分**	9時間33分	6時56分**	7時21分*	26分	1時間01分**	1時間27分**	8時22分
半々 (2,680人)	18時44分	21時28分***	9時間31分	7時00分***	7時25分***	26分	56分***	1時間22分***	8時21分
朝、あまり排便しない (3,502人)	18時48分***	21時37分***	9時間30分*	7時07分***	7時30分***	24分***	50分***	1時間14分***	8時20分
朝、排便しない (1,347人)	18時49分***	21時47分***	9時間24分***	7時11分***	7時33分***	22分***	46分***	1時間08分***	8時19分

(注) 調査対象は、18都道府県の5・6歳の保育園児23,904人(5歳男児9,474人・女児8,838人、6歳男児3,179人・女児2,413人)の保護者。
平成17年～19年調査。

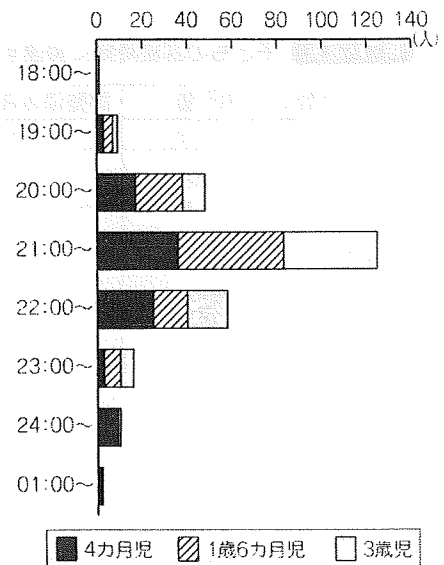
表内の*はp<0.05, **はp<0.01, ***はp<0.001で、「朝、いつも排便する」と回答した子どもの生活実態の差の有意性を表す。

資料：研究者 泉秀生・新橋明「朝の排便状況別みた保育園5・6歳児の生活実態」2009

Ⅲ-1-7表 子どもの年齢区分にみた就寝時刻の頻度 (平成19年)

(人、%)

就寝時刻(就寝時)	4カ月児	1歳6カ月児	3歳児	合計
18:00~18:59 (18.0~18.9)	0	0	1 (1.3)	1 (0.4)
19:00~19:59 (19.0~19.9)	3 (3.1)	4 (4.3)	2 (2.5)	9 (3.4)
20:00~20:59 (20.0~20.9)	17 (17.9)	21 (22.3)	10 (12.5)	48 (17.8)
21:00~21:59 (21.0~21.9)	36 (37.9)	47 (50.0)	42 (52.5)	125 (46.5)
22:00~22:59 (22.0~22.9)	25 (26.3)	15 (16.0)	18 (22.5)	58 (21.6)
23:00~23:59 (23.0~23.9)	3 (3.2)	7 (7.5)	6 (7.5)	16 (6.0)
24:00~00:59 (24.0~24.9)	9 (9.5)	0	1 (1.3)	10 (3.7)
01:00~ (25.0~)	2 (2.1)	0	0	2 (0.7)
平均時刻 (標準偏差(分))	21:36 (76.9)	21:13 (52.0)	21:22 (55.9)	21:24 (63.7)

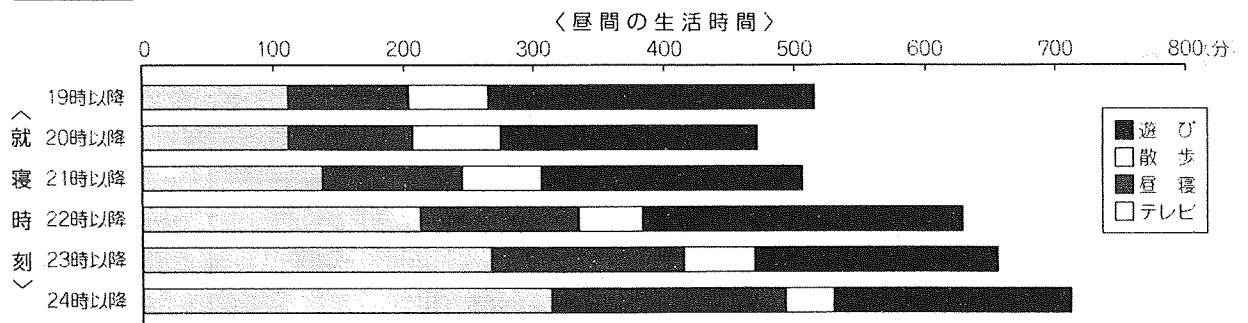


(注) 調査対象は、福岡市内の3箇所の保健福祉センターにおいて平成19年9~10月に乳幼児健診(4カ月児、1歳6カ月児、3歳児健診)に来所した保護者509人。回答者は272人(4カ月児96人、1歳6カ月児93人、3歳児83人、以上すべて保護者)。調査票手渡しによる留め置き法。

資料：研究代表者 新小田春美

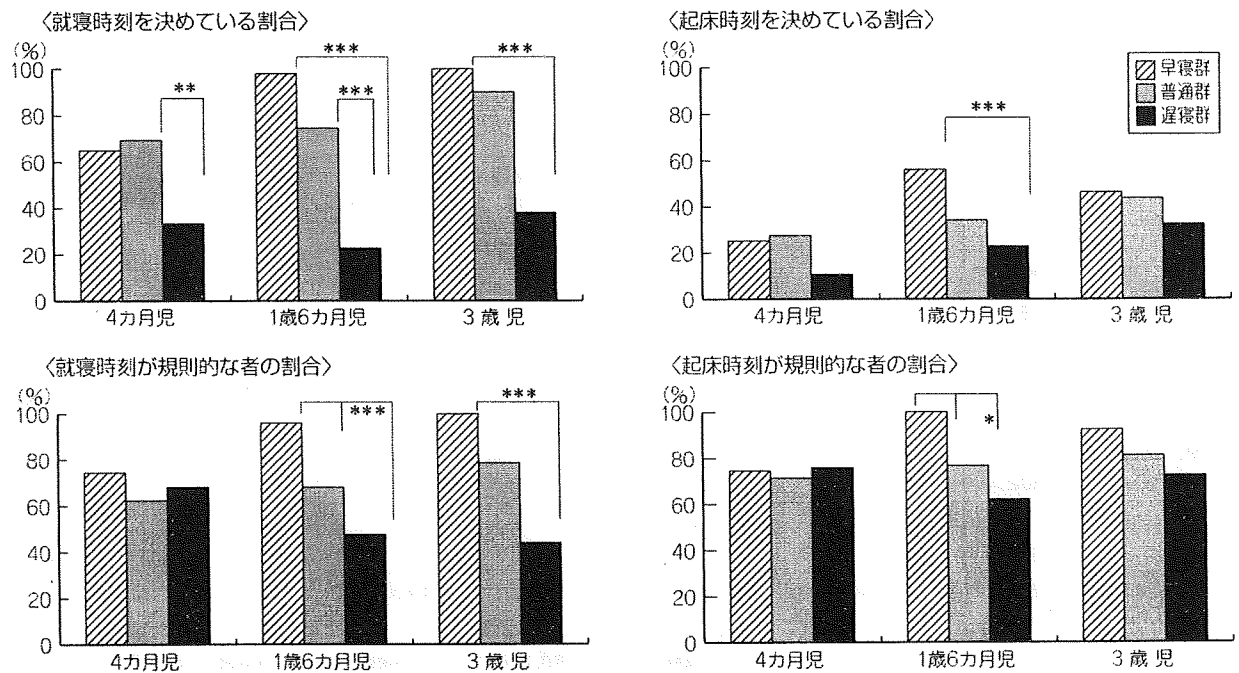
「平成20年度厚生労働科学研究 夜型社会における子どもの睡眠リズムによる心身発達の前方視的研究と介入法に関する研究」2009

Ⅲ-1-9図 子どもの就寝時刻と主要な生活時間との関係 (平成19年)



(注) 調査対象は、Ⅲ-1-7表 (注) に同じ。

Ⅲ-1-10図 就寝時刻・起床時刻の規則性 (平成19年)



(注) 調査対象は、Ⅲ-1-7表 (注) に同じ。

子どもの就寝時刻により、21時未満を「早寝群」、21~22時未満を「普通群」、22時以降を「遅寝群」と分類している。

***は $p < 0.0001$ 、*は $p < 0.05$ を表す (有意性を表す記号)。

Ⅲ-1-8表 子どもの就寝時刻に関連する要因 (ステップワイズ法による重回帰解析の結果) (平成19年)

ステップ数	R ² 値	調整済みR ² 値	独立変数	標準化係数β	t 値	p 値
1	0.119	0.115	母親の平日起床時刻	0.345	5.491	0.0001
2	0.202	0.195	母親の平日起床時刻	0.311	5.144	0.0001
			子どもの昼寝時間	0.289	4.793	0.0001
3	0.251	0.241	母親の平日起床時刻	0.280	4.727	0.0001
			子どもの昼寝時間	0.243	4.050	0.0001
			テレビ視聴時間	0.230	3.817	0.0001
4	0.277	0.284	母親の平日起床時刻	0.320	5.330	0.0001
			子どもの昼寝時間	0.259	4.377	0.0001
			テレビ視聴時間	0.242	4.074	0.0001
			母親の年齢	0.169	2.827	0.005
5	0.294	0.279	母親の平日起床時刻	0.283	5.884	0.0001
			子どもの昼寝時間	0.254	4.186	0.0001
			テレビ視聴時間	0.224	3.680	0.0001
			母親の年齢	0.179	2.814	0.005
			母親の平日睡眠時間	0.141	-2.373	0.019

(注) 調査対象は、Ⅲ-1-7表 (注) に同じ。子どもの就寝時刻 (従属変数) に影響を与える要因を検討するため、15項目 (母親の就寝・起床時刻、睡眠時間の長さ、年齢、子どもの昼寝・散歩・テレビ視聴・遊び時間、外出回数、寝がしつけ、就寝時の睡眠環境の配慮) を独立変数とした。

Ⅲ-1-9図・10図・8表 資料: 研究代表者 新小田春美「平成20年度厚生労働科学研究

夜型社会における子どもの睡眠リズムによる心身発達の前方視的研究と介入法に関する研究」2009

Ⅱ. 分担研究者 - 本件関連業績報告 -

・H19年度

1. 縦断調査における追跡調査項目開発に関する研究
加藤 則子 国立保健医療科学院生涯保健部長
2. 子どもの生活リズム改善の取り組み
生活リズム調査がもたらす養育者の行動変容に関する研究
中村加奈重 (保健師) **, 肥田有紀子 (保健師) **, 沢口茂代 (保健師) **,
関口久恵 (保健師) **, 山下益美 (保健師) **, 北川ゆかり (保健師) **,
神山潤 (医師、副院長) *
3. 昼寝 (午睡) のススメ～15分間の午睡で頭も身体もリフレッシュ～
内村 直尚 精神神経医学 助教授
4. 「コミュニティヘルスの立場からみた睡眠教育の啓発法と施策化」(進捗報告)
西岡 和男 大牟田保健所 所長
5. 近畿圏A市における3歳児の睡眠事情と健康支援に関する基礎調査
浅見 恵梨子 千里金蘭大学 看護学部 看護学科

・H20年度

- 1 乳幼児の睡眠問題と精神気質との関連に関する広域的横断研究
浅見恵梨子 千里金蘭大学 看護学部 看護学科
新小田春美 九州大学大学院 医学研究院保健学部門 看護学分野
松本 一弥 広島文教女子大学大学院
2. 「コミュニティヘルスの立場からみた睡眠教育の啓発法と施策化」(進捗報告)
西岡 和男 大牟田保健所 所長
3. 子どもの睡眠習慣に対する行動科学による支援 (トリプルP) の試み
加藤 則子 国立保健医療科学院生涯保健 部長
4. ADHDのケース事例からみた睡眠治療成績
内村 直尚 久留米大学医学部精神神経医学 教授
5. 乳児・子ども睡眠の質的評価と標準化 新たな疾患概念「失同調」の提案
神山 潤 東京北社会保険病院 院長

・H21年度

1. ADHD(注意欠陥/多動性障害)患者の睡眠・覚醒リズムの検討
内村 直尚 久留米大学医学部精神神経科医学 教授
2. 平成21年度活動報告
浅見 恵梨子 千里金蘭大学看護学部
3. 平成21年度 大牟田市報告
西岡 和男 大牟田保健所長
4. トリプルP(前向き子育てプログラム)と睡眠教育
加藤 則子 国立保健医療科学院生涯保健部長

分担研究課題：縦断調査における追跡調査項目開発に関する研究

分担研究者 加藤 則子 国立保健医療科学院生涯保健部長

研究要旨 成育コホートのデータベースを有効に生かして質の良い縦断研究を行うにはどのような方策があるか、1年度目に当たる本年度はフォローアップ調査を行ってゆく上でどのような設問項目が可能であるのか、設問例を提案するために、把握している標準化された尺度を整理し、フォローアップ項目として使える領域を取り出してまとめた。これを応用することにより、実際のフォローアップ調査研究に役立てることが出来ると考えた。

研究協力者

安藤寿康 慶應義塾大学教授

野中浩一 和光大学教授

大木秀一 石川県立看護大学准教授

A. 研究目的

子どもの睡眠と発達に関する前向きコホート調査においては数百例に上るデータベースが構築される予定であり、これをもとに3年間フォローしてゆくコホート研究が展開されることが予定されている。これを質の良いものにしてゆくためには、適切な追跡調査項目を開発してゆく必要があり、かつそれは用いる疫学・生物統計手法を見越しての考慮を含んだものである必要がある。このような必要性の中で、追跡調査項目について整理検討してゆくのが本研究の目的である。

B. 研究方法

コホートデータを追跡してゆく上で重要と思われる調査項目を、把握されている諸尺度の中から整理検討してゆく。すでに標準化されていて本研究の目的に合致すると思われる標準化尺度をリストアップし、さらにそれらの中で設定されている設問項目をもとにして、具体的な設問を、睡眠と発達に関するコホート研究で活用出来るような形にまとめる。

C. 研究結果

コホートデータを追跡してゆく上で重要かつ関連が深いと考えられる標準化尺度とその付随事項をまとめると参考資料1の様になる。さらにそれらの尺度から特に追跡調査に必要となってくると思われる尺度から設問項目をリストアップすると、参考資料2～11の様になった。

D. 考察

コホートデータを追跡してゆく上で重要かつ関連が深いと考えられる標準化尺度を整理することが出来たが、コホートデータベースにおいて追跡調査項目を設定するに当たっては、留意点がある。リサーチクエスチョンを明確に設定し、そのリサーチクエスチョンに取ってどのような設問項目が必要になってゆくのかというような方向性で設問項目を絞ってゆくような方向性が重要である。睡眠コホート研究においては、問題行動や行動の特性等が焦点となる。

E. 結論

睡眠に関するコホート追跡調査を行うにあたって、把握している標準化された尺度を整理し、設問項目例を取り出してまとめた。これを応用することにより、実際のフォローアップ調査研究に役立てることが出来ると考えた。

参考資料1

略称など	名称	考案者	項目数	対象年齢
行動				
CBCL	Child Behavior Checklist	Achenbach		2歳から可能
CAS	Child Assessment Scale			7-16歳
QOL				
CHQ			多い	
PedsQOL				
KINDL				
TAPQOL			43	就学前乳幼児
パーソナリティ				
Y-G			100<	
MMPI			100<	
TEG	東大式エゴグラム 小児 AN エゴグラム		55	小一～高2
EITQ(1か月)→RITQ→TTQ→BSQ→MCTQ(12か月)		Carey		
PTCI(24か月)→TCI		Croninger		
略称など	名称	考案者	項目数	対象年齢
不安・うつ(保護者)				
育児不安		牧野カ ツ子		
育児不安		川井尚 都精神 研	55	
STAI	State-Trait Anxiety Inventory		20	
MAS	Manifest Anxiety Scale			
PAS	Pregnancy Anxiety Scale			
SDS	Self-relating Depression Scale		20	
DASS	Depression Anxiety Stress Scale		19	
疲労・ストレス				
PSI	Parenting Stress Index 蓄積疲労兆候	Abidin 越川三	81	

SRT	性役割・職業観 母親の身体又は精神的不適応観	郎 坂間伊 津美 国立精 神研
-----	---------------------------	-----------------------------

親子関係

PBI		Parker
NCATS	Nursing Child Assisment Teaching Scale (あそび、母子相互作用)	
MAI	Maternal Attachment Inventory (かわいさ、かかわり、うれしさなど)	
	田研式親子関係診断テスト (愛着-拒否 支配-服従)	品川不 二郎

略称など	名称	考案者	項目数	対象年齢
------	----	-----	-----	------

養育

PBI	養育態度尺度 Parenting Scale (しつけ場面でどう機能しているか)	Simons Arnold	30	
	Being a Parent Scale (親としての満足度)	Johnston	16	
HOME	Home Observation for Measurement of the Environment	Caldwell		
HSQ	Home Screening Questionnaire (質問紙による家庭育児環境評価法)	Coon		
EES	Evaluation of Environment Scale (日本語版 HSQ)	安梅		

略称など	名称	考案者	項目数	対象年齢
------	----	-----	-----	------

夫婦関係

ML	Marital Love (夫婦の関係の良さ悪さ)	菅原	
	Parent Problem Checklist (子育てに関する夫婦の不一致)	Sanders	16
	Relationship Quality Index (パートナーとの関係の満足度)	Norton	6

発達

	KIDS-A, B, C (乳幼児発達スケール)		130
	Bayley (~4歳) → McCarthy (発達テスト)		

参考資料2

気質に関する設問項目

IBQ-R による設問例

以下には、いろいろな場面と、その場面における赤ちゃんのさまざまな様子が述べてあります。この1週間に経験したそれらの場面のうち、お子さんはどのくらいの頻度でそれぞれの様子を示したか、お答え下さい。もっとも近いと思われる数字を○でかこんでください。

1. いつもそうでなかった
2. めったにそうでなかった
3. そうでないほうが多かった
4. そうである時、そうでない時と半々だった
5. そうであるほうが多かった
6. たいていはそうだった
7. いつもそうだった
- X. そのような場面を経験することがなかった

(たとえば、設問172“なじみのある親せきや友人が訪れた時、興奮する”に対して、この1週間親せきや友人が訪れなかった場合、Xを○で囲んでください。)

食事(授乳)について

飲ませたり食べさせたりする時

- | | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (1)おとなしくしている | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |
| (2)もがいたり、足をバタバタさせたりする | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |
| (3)腕をふりまわす | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |
| (4)食べ物(離乳食など)の中に、ざらざらした舌ざわりのものがあるのに気づく | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |

抱っこして飲ませたり食べさせたりする時

- | | | | | | | | | |
|----------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (5)くっついていられることを喜ぶ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |
| (6)食べ終わった後もすりよってくる | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |
| (7)食べ終わるとすぐに離れようとする | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |
| (8)ベビーチェアで食べ物や飲み物を待っている時、呼びかけてくる | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |
| (9)おかわりを待っている時、呼びかけてくる | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |
| (10)おなかがいっぱいになった時、呼びかけてくる | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |

睡眠について

夜、寝つく前

- | | | | | | | | | |
|------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (11)ぐずったり、泣いたりする | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |
|------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|

睡眠中

- | | | | | | | | | |
|-------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (12)寝返りをうつ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |
| (13)ベビーベッド(ふとん)の中央から端のほうへ移動する | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |
| (14)同じ位置で眠っている | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |

目覚めた後

- | | | | | | | | | |
|----------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (15)すぐにぐずったり、泣いたりする | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |
| (16)寝ていたところで静かに遊んでいる | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |
| (17)2~3分以内に誰かがこないと泣く | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | X |

(18)寝かせておいてあなたが立ち去ると、怒る (泣いたりぐずったりする)	1	2	3	4	5	6	7	X
(19)寝る場所に一人残されて、満足そうにしている	1	2	3	4	5	6	7	X
(20)昼寝の時、寝つく前に泣いたりぐずったりする	1	2	3	4	5	6	7	X

夜、寝る時

(21)10分以内に眠る	1	2	3	4	5	6	7	X
(22)なかなかおとなしくならず、寝つかない	1	2	3	4	5	6	7	X
(23)すぐおとなしくなり、寝つく	1	2	3	4	5	6	7	X

夜、目が覚めた時

(24)なかなか、もう一度寝つかない	1	2	3	4	5	6	7	X
(25)すぐに、もう一度寝つく	1	2	3	4	5	6	7	X

昼寝をさせる時

(26)長い間起きている	1	2	3	4	5	6	7	X
(27)すぐに寝つく	1	2	3	4	5	6	7	X
(28)すぐにおとなしくなる	1	2	3	4	5	6	7	X
(29)なかなかおとなしくならない	1	2	3	4	5	6	7	X

寝かせようとしても寝たがらない時

(30)めそめそしたり、泣きじゃくったりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(31)涙ぐむ	1	2	3	4	5	6	7	X

入浴と着替えについて

服を着せたり脱がせたりする時

(32)腕をふりまわしたり、足をバタバタさせたりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(33)もがいたり、転げ回ろうとしたりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(34)ほほえんだり、笑ったりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(35)心地よさそうにアー、クーなどの音を出したり、声をあげたりする	1	2	3	4	5	6	7	X

湯ぶねに入れられた時

(36)ほほえむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(37)声を出して笑う	1	2	3	4	5	6	7	X
(38)水をバシャバシャやったり、足をバタバタさせたりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(39)体をひねったり、もがいたりする	1	2	3	4	5	6	7	X

顔を洗ってもらう時

(40)ほほえんだり、笑ったりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(41)ぐずったり、泣いたりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(42)心地よさそうにアー、クーなどの音を出す	1	2	3	4	5	6	7	X

頭を洗ってもらう時

(43)ほほえむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(44)ぐずったり、泣いたりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(45)声をあげる	1	2	3	4	5	6	7	X

遊びについて

(46)本または雑誌に載っている絵や写真を2~5分間ずっと見ている	1	2	3	4	5	6	7	X
(47)本または雑誌に載っている絵や写真を5分以上ずっと見ている	1	2	3	4	5	6	7	X
(48)つるしてあるメリーゴーランドやベビーベッドの枠、または絵や写真を5分以上見つめている	1	2	3	4	5	6	7	X

(49)ひとつのおもちゃやもので、5~10分間遊んでいる	1	2	3	4	5	6	7	X
(50)ひとつのおもちゃやもので、10分以上遊んでいる	1	2	3	4	5	6	7	X

(51) オモチャをただ見つめている	1	2	3	4	5	6	7	X
(52) 同じ声を何度も出す	1	2	3	4	5	6	7	X
(53) 遊んでいる時に声をあげて笑う	1	2	3	4	5	6	7	X
(54) ひとつのものを使った同じ行動（ブロックをコップに入れるなどを2分以上繰り返す）	1	2	3	4	5	6	7	X
(55) 絵本を見ている時、あなたがそのお話を読んでいる間、ほとんど注意を向けている	1	2	3	4	5	6	7	X
(56) 何かをやりとげた後（ブロックを積み上げるなど）ほほえんだり、笑ったりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(57) オモチャをあげると、ほほえんだり笑ったりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(58) くすぐられると、ほほえんだり笑ったりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(59) 歌を歌ってもらうと喜ぶ	1	2	3	4	5	6	7	X
(60) 本を読んでもらうと喜ぶ	1	2	3	4	5	6	7	X
(61) 童謡にあるようなことばの音（「あんたがたどこサ」など）を聞いて楽しむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(62) 絵本を見るのを楽しむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(63) ゆるやかでリズムのある動き（抱いてゆすってもらったり、ゆりかごをゆすってもらったりするなど）を楽しむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(64) 静かに横になって、手足の指をじっと見るのを楽しむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(65) あなたや家族のだれかにくすぐられると喜ぶ	1	2	3	4	5	6	7	X
(66) 荒っぽい遊びをしてもらうと喜ぶ	1	2	3	4	5	6	7	X
(67) あなたや他の大人が、ふざけてしかめ面をするのを見て喜ぶ	1	2	3	4	5	6	7	X
(68) 動物のぬいぐるみにさわったり、そばに寝ころんだりして楽しむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(69) やわらかい毛布の感触を楽しむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(70) 暖かい毛布にくるまれると喜ぶ	1	2	3	4	5	6	7	X
(71) ベビーベッド（ふとん）の上でオモチャから出る音を聴いて喜ぶ	1	2	3	4	5	6	7	X

お気に入りのオモチャで静かに遊んでいる時

(72) 楽しそうにしている	1	2	3	4	5	6	7	X
(73) ベビーベッド（ふとん）の上で5分以上横になって楽しんでいる	1	2	3	4	5	6	7	X
(74) ベビーベッド（ふとん）の上で10分以上横になって楽しんでいる	1	2	3	4	5	6	7	X

遊んでいたものを取り上げられた時

(75) しばらく泣いたり不満そうにしたりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(76) 特に気にしない	1	2	3	4	5	6	7	X

「高い高い」をしてもらった時

(77) ほほえむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(78) 声を出して笑う	1	2	3	4	5	6	7	X

「いないいないばあ」をしてもらった時

(79) ほほえむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(80) 声を出して笑う	1	2	3	4	5	6	7	X

(81) あなたのひざの上でピョンピョンとはずんで楽しむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(82) ベッドやふかふかの椅子、オモチャなどの上でピョンピョンとはずんで楽しむ	1	2	3	4	5	6	7	X

遊んでいる時

(83) 電話が鳴ると、顔をあげる	1	2	3	4	5	6	7	X
(84) 隣の部屋から人の声が聞こえると、顔をあげる	1	2	3	4	5	6	7	X

欲しいオモチャを見かけた時

(85) それをもらうととても興奮する	1	2	3	4	5	6	7	X
(86) すぐにそれを欲しがらる	1	2	3	4	5	6	7	X

新しいおもちゃを与えられた時

(87) それをもらってとても興奮する	1	2	3	4	5	6	7	X
(88) すぐにそれを欲しが	1	2	3	4	5	6	7	X
(89) たいして興奮しない	1	2	3	4	5	6	7	X

日常の活動について

(90) 親の見かけが変わった時 (メガネをはずしたり、シャワーキャップをかぶるなど) 泣いたり不安そうにする	1	2	3	4	5	6	7	X
(91) テレビが見える場所にいると、2~5分間ずっと見ている	1	2	3	4	5	6	7	X
(92) テレビが見える場所にいると、5分以上見ている	1	2	3	4	5	6	7	X
(93) 動きを制限されるような場所 (ベビーチェア、ベビーサークル、チャイルドシートなど) に置かれると抵抗する	1	2	3	4	5	6	7	X
(94) 急に姿勢が変わるとびっくりする (不意に動かされた時など)	1	2	3	4	5	6	7	X
(95) とても静かな音でも聞いているようだ	1	2	3	4	5	6	7	X
(96) 外にいる時、景色や音 (噴水や床屋のクルクル回る標識、鳥の声など) に注意を向ける	1	2	3	4	5	6	7	X
(97) 目新しい物にとびつく	1	2	3	4	5	6	7	X
(98) 欲しい物を強く求める	1	2	3	4	5	6	7	X
(99) 突然の音や大きな音にびっくりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(100) 子どもたちが公園や広場で遊んでいるのを、5分以上見ている	1	2	3	4	5	6	7	X
(101) 大人が家事 (料理など) をするのを、5分以上見ている	1	2	3	4	5	6	7	X
(102) 興奮するとキーキー言ったり、大きな声を出したりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(103) あなたが発した声をまねる	1	2	3	4	5	6	7	X
(104) あなたや他の大人が、赤ちゃんの周りで興奮してふるまうと、赤ちゃんも興奮する	1	2	3	4	5	6	7	X

抱かれている時

(105) そり返ったり、足をバタバタさせたりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(106) 楽しそうにしている	1	2	3	4	5	6	7	X
(107) あなたにぴったりくっつく	1	2	3	4	5	6	7	X
(108) もがく	1	2	3	4	5	6	7	X

あおむけに寝かされた時

(109) ぐずったり、抵抗したりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(110) ほほえんだり、笑ったりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(111) 腕をふりまわしたり、足をバタバタさせたりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(112) もがいたり、体の向きを変えたりする	1	2	3	4	5	6	7	X

何か欲しい時

(113) 欲しいものを手に入れられないと、ひどく不機嫌になる	1	2	3	4	5	6	7	X
(114) 欲しいものが手に入らないと、かんしゃくを起こす (泣いたり、わめいたり、顔を真っ赤にする、など)	1	2	3	4	5	6	7	X

ベビーチェアやチャイルドシートに座らされた時

(115) 腕をふりまわしたり、足をバタバタさせたりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(116) もがいたり、体をひねったりする	1	2	3	4	5	6	7	X
(117) 静かに横になっている、または座っている	1	2	3	4	5	6	7	X
(118) はじめは不快そうにしているが、やがて落ち着く	1	2	3	4	5	6	7	X

欲求が満たされない時

(119) 5分以内に落ち着く	1	2	3	4	5	6	7	X
-----------------	---	---	---	---	---	---	---	---

何かに動揺した時

(120) 10分以上落ち着かないままている	1	2	3	4	5	6	7	X
(121) 20分以上落ち着かないままている	1	2	3	4	5	6	7	X
(122) 何か他のもの (動物のぬいぐるみや毛布など) で気持ちを落ち着かせる	1	2	3	4	5	6	7	X

ゆすられたり、抱きしめられたりした時

(123) 楽しそうにしている	1	2	3	4	5	6	7	X
(124) しきりに離れようとする	1	2	3	4	5	6	7	X
(125) 抵抗して騒ぐ	1	2	3	4	5	6	7	X

あなたがしばらく離れていて、赤ちゃんの元に戻ってきた時

(126) 抱かれると喜ぶ	1	2	3	4	5	6	7	X
(127) 近くにいることに関心を示すが、抱かれると抵抗する	1	2	3	4	5	6	7	X
(128) 抱かれると不快そうにする	1	2	3	4	5	6	7	X

抱いて歩く時

(129) 楽しそうにしている	1	2	3	4	5	6	7	X
(130) おろされるまであなたを押す	1	2	3	4	5	6	7	X

あなたのひざの上に座っている時

(131) 楽しそうにしている	1	2	3	4	5	6	7	X
(132) 動き回らないと満足しない	1	2	3	4	5	6	7	X

(133) 低い音（例えばクーラーや暖房器具、冷蔵庫の運転音や始動音など）に注意を向ける	1	2	3	4	5	6	7	X
(134) 遠くで鳴っている消防車や救急車のサイレンに注意を向ける	1	2	3	4	5	6	7	X
(135) 室温の変化に気づく	1	2	3	4	5	6	7	X
(136) 雲が太陽を通り過ぎる時の明るさの変化に気づく	1	2	3	4	5	6	7	X
(137) 頭上を通り過ぎる飛行機の音に注意を向ける	1	2	3	4	5	6	7	X
(138) 木の上の鳥に気づく	1	2	3	4	5	6	7	X
(139) ちくちくする布地（ウールなど）を気にとめる	1	2	3	4	5	6	7	X

疲れた時

(140) 泣きそうになる	1	2	3	4	5	6	7	X
(141) ぐずる	1	2	3	4	5	6	7	X

興奮した一日の終わりに

(142) 涙ぐむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(143) ぐずる	1	2	3	4	5	6	7	X

はっきりした理由もなく

(144) 悲しそうにする	1	2	3	4	5	6	7	X
(145) 反応が鈍くなる	1	2	3	4	5	6	7	X

(146) 車に乗っている時、話しているような声をあげる	1	2	3	4	5	6	7	X
(147) ショッピングカートに乗っている時、話しているような声をあげる	1	2	3	4	5	6	7	X
(148) あなたが話しかけた時、赤ちゃんも話しているような声をあげる	1	2	3	4	5	6	7	X

これ以降は、この2週間に経験したいろいろな場面のうち、お子さんはどれくらいの頻度でそれぞれの様子を示したかお答えください。

あなたが離れていて戻ってみると、赤ちゃんが目を覚ましていて

(149) ほほえんだり、笑ったりする	1	2	3	4	5	6	7	X
---------------------	---	---	---	---	---	---	---	---

よく知らない大人と顔を合わせた時

(150) 親にしがみつく	1	2	3	4	5	6	7	X
(151) 知らない人の方へどうしても行こうとしない	1	2	3	4	5	6	7	X
(152) 知らない人に近づくのをおためらう	1	2	3	4	5	6	7	X

(153)知らない人を受け入れない	1	2	3	4	5	6	7	X
<u>よく知らない大人が何人かいる前で</u>								
(154)親にしがみつく	1	2	3	4	5	6	7	X
(155)泣く	1	2	3	4	5	6	7	X
(156)10分以上落ち着かないままている	1	2	3	4	5	6	7	X
<u>初めての場所を訪れた時</u>								
(157)最初の数分間、不安そうにする	1	2	3	4	5	6	7	X
(158)10分以上落ち着かないままている	1	2	3	4	5	6	7	X
(159)周囲の探索に興奮する	1	2	3	4	5	6	7	X
(160)周囲を探索する時、活発に動き回る	1	2	3	4	5	6	7	X
<u>あなたと外出する(例えば買物に行く)時、よく知らない人が近づくと</u>								
(161)不安そうにする	1	2	3	4	5	6	7	X
(162)泣く	1	2	3	4	5	6	7	X
<u>よく知らない大人が家に来た時</u>								
(163)抵抗せずにその人に抱き上げられる	1	2	3	4	5	6	7	X
(164)その人が抱き上げようとする時泣く	1	2	3	4	5	6	7	X
<u>人ごみの中にいる時</u>								
(165)楽しそうにしている	1	2	3	4	5	6	7	X
(166)世話をしてくれる人がいつになく長い間いなくなった時、悲しむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(167)長い間ベビーベッドやベビーサークルにひとりぼっちにされた時、悲しむ	1	2	3	4	5	6	7	X
<u>あなたが他のことで忙しく赤ちゃんに注意を向けられない時</u>								
(168)悲しそうにする	1	2	3	4	5	6	7	X
(169)泣く	1	2	3	4	5	6	7	X
<u>他の赤ちゃんが泣いているのを見た時</u>								
(170)涙ぐむ	1	2	3	4	5	6	7	X
(171)ぐずる	1	2	3	4	5	6	7	X
<u>なじみのある親せきや友人が訪れた時</u>								
(172)興奮する	1	2	3	4	5	6	7	X
(173)無関心である	1	2	3	4	5	6	7	X

これ以降は赤ちゃんのいろいろななだめ方と、そのなだめ方をしたときの赤ちゃんのさまざまな様子(「すぐに～」、「2分くらい」、「10分～」)が3つずつ述べてあります。この2週間でそれらのなだめ方をしたとき、お子さんはどのくらいの頻度でそれぞれの様子を示したかお答え下さい。3つの様子それぞれの頻度についてすべてお答えください。下線のなだめ方をしていない時はXに○をして下さい。

なだめ方について

<u>赤ちゃんを抱いてゆすると</u>								
(174)すぐになだめることができた	1	2	3	4	5	6	7	X
(175)すぐではないが、2分くらいでなだめることができた	1	2	3	4	5	6	7	X
(176)なだめるのに10分以上かかった	1	2	3	4	5	6	7	X

赤ちゃんに歌を歌ったり、話しかけたりすると

(177)すぐになだめることができた	1	2	3	4	5	6	7	X
(178)すぐではないが、2分くらいでなだめることができた	1	2	3	4	5	6	7	X
(179)なだめるのに10分以上かかった	1	2	3	4	5	6	7	X

赤ちゃんと一緒に散歩すると

(180)すぐになだめることができた	1	2	3	4	5	6	7	X
(181)すぐではないが、2分くらいでなだめることができた	1	2	3	4	5	6	7	X
(182)なだめるのに10分以上かかった	1	2	3	4	5	6	7	X

赤ちゃんにオモチャを与えると

(183)すぐになだめることができた	1	2	3	4	5	6	7	X
(184)すぐではないが、2分くらいでなだめることができた	1	2	3	4	5	6	7	X
(185)なだめるのに10分以上かかった	1	2	3	4	5	6	7	X

赤ちゃんに何かを見せると

(186)すぐになだめることができた	1	2	3	4	5	6	7	X
(187)すぐではないが、2分くらいでなだめることができた	1	2	3	4	5	6	7	X
(188)なだめるのに10分以上かかった	1	2	3	4	5	6	7	X

赤ちゃんの体を軽くたたいたり、やさしくすると

(189)すぐになだめることができた	1	2	3	4	5	6	7	X
(190)すぐではないが、2分くらいでなだめることができた	1	2	3	4	5	6	7	X
(191)なだめるのに10分以上かかった	1	2	3	4	5	6	7	X

参考資料3

自閉傾向スクリーニングの設問項目

M-CHAT による設問例

○ちゃんの日頃の様子について、あてはまる選択肢を○で囲んでください。

※ この質問群における「お母さん」とは、あなたご自身のことを指します。

(1) ○ちゃんをブランコのように揺らしたり、ひざの上で揺ると喜ぶですか。

はい いいえ

(2) ほかに子どもに興味がありますか。

はい いいえ

(3) 階段など、何かの上へのぼることが好きですか。

はい いいえ

(4) イナイナイバーをすると喜ぶですか。

はい いいえ

(5) オモチャのコップでお茶を飲むまねをしたり、人形の世話などのごっこ遊びをしたりしますか。

はい いいえ

(6) 何か欲しいものがある時、指をさして要求しますか。

はい いいえ

(7) 何かに興味を持った時、指をさして伝えようとしますか。

はい いいえ

(8) クルマや積木などのオモチャを、口に入れたり、さわったり、落としたりする遊びではなく、オモチャに合った遊び方をしますか。

はい いいえ

(9) お母さんに見てほしいものがある時、それを見せに持ってきますか。

はい いいえ

(10) 1、2秒より長く、お母さんの目を見つめますか。

はい いいえ

(11) ある種の音に、とくに過敏に反応して不機嫌になりますか。(耳をふさぐなど)

はい いいえ

(12) お母さんと顔があったり、お母さんが笑いかけると、笑顔で反応しますか。

はい いいえ

(13) お母さんのすることをまねしますか。(たとえば、口をとがらせてみせると、顔まねをしようとしますか)

はい いいえ

(14) お母さんが名前を呼ぶと、反応しますか。

はい いいえ

(15) お母さんが部屋の中の離れたところにあるオモチャを指でさすと、その方向を見ますか。

はい いいえ

(16) ○ちゃんは歩きますか。

はい いいえ

(17) お母さんが見ているものを一緒に見ますか。

はい いいえ

(18) 顔の近くで指をひらひら動かすなどの変わった癖がありますか。

はい いいえ

(19) お母さんの注意を、自分の方にひこうとしますか。

はい いいえ

(20) ○ちゃんの耳が聞こえないのではないかと心配されたことがありますか。

はい いいえ

(21) 言われた言葉をわかっていますか。

はい いいえ

(22) 何もない宙をじいっと見つめたり、目的なくひたすらうろうろすることがありますか。

はい いいえ

(23) いつもと違うことがある時、お母さんの顔を見て反応を確かめますか。

はい いいえ

(24) お母さんが言った音 (マママ、ブブブなど) をまねしますか。

はい いいえ

参考資料4

保護者の精神的健康に関する設問項目

STAI-S による設問例

下の各々の文章を読んで、最近のあなたの状態に最もよく当てはまると思われる段階を1~4の中から1つだけ選んで、選んだ番号を○で囲んでください。あまり考えないで、最近感じている通りにつけて下さい。

1 あてはまらない
2 あまり
あてはまらない
3 少しあてはまる
4 あてはまる

- | | |
|------------------------------|---------|
| (1) 気分が沈んで憂うつだ | 1 2 3 4 |
| (2) 朝方は一番気分がよい | 1 2 3 4 |
| (3) 泣いたり、泣きたくなる | 1 2 3 4 |
| (4) 夜よく眠れない | 1 2 3 4 |
| (5) 普通に食欲がある | 1 2 3 4 |
| (6) 異性に対する興味がある | 1 2 3 4 |
| (7) やせてきたことに気がつく | 1 2 3 4 |
| (8) 便秘している | 1 2 3 4 |
| (9) 普段よりも動悸がする | 1 2 3 4 |
| (10) 何となく疲れる | 1 2 3 4 |
| (11) 気持ちはいつもさっぱりしている | 1 2 3 4 |
| (12) いつもと変わりなく仕事をやれる | 1 2 3 4 |
| (13) 落ち着かず、じっとしてられない | 1 2 3 4 |
| (14) 将来に希望がある | 1 2 3 4 |
| (15) いつもよりいらいらする | 1 2 3 4 |
| (16) たやすく決断できる | 1 2 3 4 |
| (17) 自分は役に立つ、働ける人間だと思う | 1 2 3 4 |
| (18) 生活はかなり充実している | 1 2 3 4 |
| (19) 自分が死んだほうがほかの者は楽に暮らせると思う | 1 2 3 4 |
| (20) 日頃していることに満足している | 1 2 3 4 |

参考資料5

育児ストレスに関する設問項目

PSI (保護者側) による設問項目例

M-I(H). 育児中にあなたの感じるストレスについておたずねします。注意深く内容を読んでいただき、今回の対象であったお子さんについて、それぞれの質問に対し最もあなたの気持ちを反映していると思われる番号に○をしてください。それぞれの質問に対し、答えは一つでお願いします。

- 質問の内容がわかりにくい場合や、あなたの気持ちに正確にあてはまる答えがない場合でも、質問を読んで最初に感じたとおりでいいので、最も近いものどれかに○をしてください。
- **質問 (13)** については、あなたの気持ちに最もあてはまると思われる番号を選んで、数字に○をしてください。

強くそう思う
そう思う
どちらでもない
そう思わない
まったく
そう思わない

- (1) 私は物事をうまく扱えないと感じることが多い…………… 1 2 3 4 5
- (2) 私は○ちゃんの要求を満たすために、思っていたより自分の生活を犠牲に
していると思う…………… 1 2 3 4 5
- (3) 私は親としての責任にとらわれていると感じる…………… 1 2 3 4 5
- (4) ○ちゃんを産んでから、私は新しいことを始めることができない…………… 1 2 3 4 5
- (5) ○ちゃんを産んでから、私はやりたいことがほとんどできないと感じている…………… 1 2 3 4 5
- (6) 私は、もっとも最近購入した自分の服に満足していない…………… 1 2 3 4 5
- (7) 私の生活で心配なことはたくさんある…………… 1 2 3 4 5
- (8) ○ちゃんを産んだことにより、私の夫や友人との関係で思っていたよりも
問題が多くなった…………… 1 2 3 4 5
- (9) 私は孤独で、友達がいないと感じている…………… 1 2 3 4 5
- (10) パーティー (友人宅の訪問、食事会) に行っても、私はいつも楽しめないように思う…………… 1 2 3 4 5
- (11) 私は以前のように、人々に興味がない…………… 1 2 3 4 5
- (12) 私は以前のように物事を楽しめない…………… 1 2 3 4 5
- (13) 私は親として、
(1 非常によい親だと思う 2 ふつうの親よりよい方だと思う 3 ふつうの親だと思う
4 私は親としてやや問題がある 5 私は親として、あまりよくない)

参考資料6

育児ストレスに関する設問項目
PSI(子ども側)による設問例

MT-D. 育児中にあなたの感じるストレスについておたずねします。注意深く内容を読んでいただき、〇ちゃんについて、それぞれの質問に対し最もあてはまると思われる番号に〇をしてください。それぞれの質問に対し、答えは一つでお願いします。

※質問の内容がわかりにくい場合や、あなたの気持ちに正確にあてはまる答えがない場合でも、質問を読んで最初に感じたとおりでいいので、最も近いものどれかに〇をしてください。質問(22)、(23)については、あなたの気持ちに最もあてはまると思われる番号を選んで、数字に〇をしてください。

- 1 まったく
そう思わない
- 2 そう思わない
- 3 どちらでもない
- 4 そう思う
- 5 強くそう思う

- (1) 〇ちゃんは、私が喜ぶことはほとんどしない…………… 1 2 3 4 5
- (2) 〇ちゃんは私が嫌いで、私のそばにいたがらなく感じる事が多い…………… 1 2 3 4 5
- (3) 〇ちゃんは、思っていたよりもずっと笑わない…………… 1 2 3 4 5
- (4) 〇ちゃんのために何かする時、〇ちゃんにあまり喜ばれていないと感じる…………… 1 2 3 4 5
- (5) 〇ちゃんは、遊んでいる時にあまり笑わない…………… 1 2 3 4 5
- (6) 〇ちゃんは、他の子どものように物覚えが早くない…………… 1 2 3 4 5
- (7) 〇ちゃんは、他の子どものように笑わない…………… 1 2 3 4 5
- (8) 〇ちゃんは、私が期待していたほどのことができない…………… 1 2 3 4 5
- (9) 〇ちゃんは新しいものに慣れるのに時間がかかり、すんなりいかない…………… 1 2 3 4 5
- (10) 〇ちゃんともっと親密で暖かい感情をもてると期待していたので、そのことが気になる…………… 1 2 3 4 5
- (11) 〇ちゃんは、時々恥ずかしくて困るようなことをする…………… 1 2 3 4 5
- (12) 〇ちゃんは、他の子どもよりもずっと泣きやすく、むずがりがやすい…………… 1 2 3 4 5
- (13) 〇ちゃんは、目覚める時に大体機嫌が悪い…………… 1 2 3 4 5
- (14) 〇ちゃんは、とても気分屋で、気が動転しやすいと感じる…………… 1 2 3 4 5
- (15) 〇ちゃんがすることで、私がとても気になることがいくつかある…………… 1 2 3 4 5
- (16) 〇ちゃんは、何かいやなことがあると、非常に強く反応する…………… 1 2 3 4 5
- (17) 〇ちゃんは、小さなことにも腹をたてやすい…………… 1 2 3 4 5
- (18) 〇ちゃんの睡眠や食事の習慣づけは、私が思っていたよりもむずかしい…………… 1 2 3 4 5
- (19) 〇ちゃんがすることで、私を本当にイライラさせるようなことがある…………… 1 2 3 4 5
- (20) 〇ちゃんは、思った以上に問題を起こした…………… 1 2 3 4 5
- (21) 〇ちゃんは、他の子どもよりも私への要求が強い…………… 1 2 3 4 5
- (22) 〇ちゃんに何かをさせたり、何かするのを止めさせるのは、思ったよりも
1. とてもやさしい 2. いくらかやさしい 3. ほとんど同じ 4. いくらかむずかしい 5. とてもむずかしい
- (23) 〇ちゃんがすることであなたが気になることはいくつあるか、注意深く考えて、数えてください。
(例：ぐずぐずする、聞こうとしない、活発すぎる、泣く、邪魔をする、けんかする、泣き言をいう、など)
あなたが今数え上げた項目数が含まれる番号に〇をしてください。
1. 1～3個の項目をおもいついた 2. 4～5個の項目をおもいついた 3. 6～7個の項目をおもいついた
4. 8～9個の項目をおもいついた 5. 10個以上の項目をおもいついた

参考資料7

子どもへの愛着に関する設問項目

MAIに基づいた設問例

○ちゃんに対するお母さまのお気持ちについておたずねします。質問にもっともあてはまるものを○で囲んでください。

	あまりない	時々ある	ほぼ常にある	かなりある
(1) ○ちゃんと一緒に過ごすことを楽しみにしている	1	2	3	4
(2) ○ちゃんと一緒にいるとうれしい	1	2	3	4
(3) ○ちゃんと一緒に過ごす時間をもちたい	1	2	3	4
(4) ○ちゃんを抱いてかわいがるのが楽しい	1	2	3	4
(5) ○ちゃんを抱くのが楽しい	1	2	3	4
(6) ○ちゃんを見ているだけでうれしくなる	1	2	3	4
(7) ○ちゃんがそばにいてほしいと思う	1	2	3	4
(8) ○ちゃんといると暖かさと幸せを感じる	1	2	3	4
(9) ○ちゃんに愛情を感じる	1	2	3	4
(10) ○ちゃんが自慢だ	1	2	3	4
(11) ○ちゃんに特別な注意を払っている	1	2	3	4
(12) ○ちゃんが眠るのを見守る	1	2	3	4
(13) ○ちゃんのことを他の人に話す	1	2	3	4
(14) ○ちゃんを愛することは容易だ	1	2	3	4
(15) 頭の中は○ちゃんのことです	1	2	3	4
(16) ○ちゃんの性格がわかる	1	2	3	4
(17) ○ちゃんを目をみつめるのが好きだ	1	2	3	4
(18) ○ちゃんに私のことを信頼してほしい	1	2	3	4
(19) ○ちゃんがないとあやうい	1	2	3	4
(20) ○ちゃんにとって私が重要な存在であることが分かる	1	2	3	4
(21) ○ちゃんの出すサインを理解できる	1	2	3	4
(22) ○ちゃんがかわいと思う	1	2	3	4
(23) ○ちゃんが私の赤ちゃんであることが嬉しい	1	2	3	4
(24) ○ちゃんが新しいことをするのを見るのが好きだ	1	2	3	4
(25) ○ちゃんが私を必要としているのが分かる	1	2	3	4
(26) ○ちゃんがほほえむととてもうれしくなる	1	2	3	4