

アンケートへのご協力をお願い

乳幼児の健全な発達には良質な睡眠をとることが重要ですが、24 時間社会が一般化し、情報機器の利用が広く普及している現代において、子どもの睡眠をどのように確保するかは大きな課題となっています。

現在、厚生労働科学研究費補助金・健やか次世代育成総合研究事業において「未就学児の睡眠・情報通信機器使用の実態把握と早期介入に関する研究」を実施しているところですが、乳幼児においては、夜の睡眠だけではなく、昼の睡眠（午睡）をどのように取るかも重要な課題と考えています。そこでこの度、保育所での午睡の現状を調査することを目的として、本アンケート調査を実施することとなりました。

本調査では、全国の保育所から無作為に抽出した施設にアンケートの回答を依頼させていただき、乳幼児の午睡の現状・午睡環境について調査するとともに、睡眠中に起こることが多いとされる乳幼児突然死症候群（SIDS）をどのように防ぐことができるか、また、乳幼児において情報通信機器をどのように有効活用できるかについても、検討したいと考えています。アンケートにお答えいただき返送していただく事で、回答の内容を研究に使用することに同意していただいたとみなす事をご了承ください。

信頼できる実態把握と検討のためには、より多くのご施設から回答をいただくことが重要であり、調査へのご協力の程、宜しくお願い申し上げます。

ご回答期限： 平成 28 年 3 月 10 日頃まで にご返送をお願いいたします。

問合せ先： 愛媛大学医学部附属病院 睡眠医療センター

実施責任者 岡 靖哲（睡眠医療センター長）

電話：089-960-5971（夜間・休日の場合：090-2890-0275）

※研究の概要については裏面に記載しておりますのでご一読ください。

本研究は、厚生労働科学研究費補助金・健やか次世代育成総合研究事業「未就学児の睡眠・情報通信機器使用の実態把握と早期介入に関する研究」の一貫として、愛媛大学医学部附属病院臨床研究倫理審査委員会の承認を得て、愛媛大学医学部附属病院長の許可を受けて実施しております。

研究への同意と同意の撤回について

この研究への参加は任意です。研究への参加はいつでも撤回することができます。同意を撤回された場合は、アンケートの回答を破棄します。ただし、既に集計・解析された後にはデータは削除されませんが、撤回の申し出以降の新たな解析には使用されません。

個人情報の管理について

アンケートはID番号により管理し、データの集約・解析にあたっては、施設名の情報は含まれません。データは愛媛大学医学部附属病院内にて施錠管理いたします。また、園での午睡状況の写真の提供を受ける場合は、個人が特定できる部分を含む可能性があることから、得られたデータはパスワードを付したメディアにて院内で厳重に管理します。研究の結果は、厚生労働科学研究報告書、学会、学術誌への発表を予定していますが、園や個人の情報は保護されます。研究で得られた結果を研究以外の目的で使用することはありません。この研究で得られたデータは、将来行う可能性のある小児睡眠研究の為に保管します。

研究費用

研究のための費用は、厚生労働科学研究費補助金を用いて行います。研究の実施や報告の際に、金銭的利益やそれ以外の個人的利益のために結果がゆがめられることは一切ありません。

研究組織・連絡先

厚生労働科学研究班の研究組織は以下の通りです。

愛媛大学医学部附属病院	睡眠医療センター	岡 靖哲 (研究代表者)
	子どものこころセンター	堀内史枝
	周産母子センター	松原圭一, 松原裕子
	小児科	福田光成
	精神神経科学講座	上野修一
上越教育大学		山本隆一郎
宇部フロンティア大学		伊藤一統
愛媛県立医療技術大学		高田律美, 山崎宮英子
広島文化学園大学		上西孝明

研究の内容について知りたいことや心配なことがございましたら、遠慮なく表面記載の連絡先にご連絡ください。

事 務 連 絡

平成 28 年 2 月 5 日

各保育施設の設置者の皆様

厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課

厚生労働省雇用均等・児童家庭局保育課

保育所での睡眠環境等に関する調査の協力依頼について

拝啓 時下ますますご清祥の段、お慶び申し上げます。平素は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、厚生労働省では、就学前の児童における睡眠や情報機器使用がもたらす成長・発達への影響とその対策について、包括的な研究を行っているところであり、全国の保育所における睡眠環境等の詳細な実態把握を目的として、その調査を「未就学児の睡眠・情報通信機器使用の実態把握と早期介入に関する研究：保健指導マニュアルの構築」として、愛媛大学医学部附属病院睡眠医療センターにお願いしたところです。

当該調査は、厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課所管の厚生労働科学研究費補助金（健やか次世代育成総合研究事業）に基づく調査であり、今回、貴施設あてに調査票等を送付させていただいております。

つきましては、お忙しいところ誠に恐縮ですが、本調査について御協力いただきますようお願いいたします。

厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課

〒100-8916 東京都千代田区霞が関 1-2-2

TEL : 03-5253-1111 (代) 内線 7933 (田中)

03-3595-2544 (直通)

はじめに、ご施設についての状況をおたずねします。

あてはまる○を●のように塗りつぶしていただき、下線部_____については回答をご記入ください。

回答される方： ○ 保育所長・園長 ○ その他 (_____)

園の運営： ○ 自治体 ○ 社会福祉法人 ○ 株式会社 ○ その他 (_____)

園の形式： ○ 保育所 (保育所児のみ) ○ 認定こども園 (保育所・幼稚園両方)
○ その他 (_____)

スタッフ数： 保育士 (____) 名、保育補助者 (____) 名、その他スタッフ (____) 名

※非常勤の方については、勤務日数を常勤換算してご回答ください。

(例：常勤が週5日の施設の場合、週2日勤務であれば0.4人と換算)

I. 午睡の状況についての以下の項目について、ご回答ください。別紙の表にもご回答いただく項目があります。

1) 午睡時の保育室の使用状況 (部屋割り) と各保育室の利用人数について別紙の表にご回答ください。

2) 午睡をどのようにさせているかお答えください。

○ 全年齢で一律に午睡をとる

○ 全員が午睡をとらない

○ 保育室や年齢毎に寝方は違うが全員が午睡をとる

↳ どのように午睡のしかたを変えていますか？

○ 年齢毎にかえている ○ 部屋毎に変えている

○ その他 (_____)

○ 午睡をとらない年齢や部屋がある

↳ 午睡をやめるのはどの時期ですか

(個人毎に対応の場合) _____ 歳の誕生日頃, その他: _____

(クラス毎に対応の場合) _____ 歳の学年の _____ 月頃, その他: _____

3) 午睡時に、ふだん児童が生活している保育室とは別の保育室を使いますか。

○ 全員同じ保育室を使う

○ 一部別の保育室を使う

↳ どのように分けているか、別紙の表にご回答ください。

4) 午睡をさせるにあたり、どのように誘導・補助をしていますか。月齢・年齢別にお書きください。

※ 午睡をしている各部屋の状況について、別紙の表にご回答ください。

II. 乳幼児突然死症候群 (SIDS) についておたずねします。

1) 乳幼児の突然死あるいは危険を感じた事例が園において過去にありましたか

- 事例があった 突然死の危険を感じた事例があった なかった

↳ 事例あるいは危険を感じた事例があった場合 (以下より複数回答可)

- 乳幼児突然死症候群(SIDS)の事例があった
 窒息の事例があった
 その他の突然死の事例があった (_____)
 SIDSの危険を感じた事例があった
 窒息の危険を感じた事例があった

2) SIDS 対策として園で実施していることがありますか (複数回答)

- 朝の視診 (健康状態の確認)
 保育中の検温 (体温測定)
 保護者からの情報確認 (体調など)
 午睡中の保育士による監視
 午睡中のカメラによる監視
 午睡中の児にセンサーをつける
 午睡中の児の体位がどうなっているかに注意を払う
 午睡中の児の状態 (バイタルサイン) を確認する
 午睡中の児に刺激を与える
 その他 (_____)

III. 午睡時の児童の確認や体位の変更についておたずねします。

1) SIDS 対策としてどのような方法を聞いたことがありますか (複数回答)

- 監視する 呼吸などを確認する うつ伏せ寝になったら元に戻す
 刺激する 体を少し動かす 寝返りさせる 起こす
 その他 (_____)

2) これらの SIDS 対策の情報はどこから得ましたか (複数回答)

- 研修会 市町村の監査事項 弁護士 他の園・保育士 専門家
 インターネット情報 書籍・雑誌 厚生労働省 SIDS 対策強化月間ポスター
 その他 (_____)

3) 以下 (次ページ) の方法のうち、施設で実施している方法がありますか。実施している場合は、対象となる児童、実施間隔のそれぞれについて○をマークし、該当箇所に記入してお答えください。また各保育室における対応内容の違いについて、別紙にご記入ください。

	対象となる児童			各対応を実施する間隔	
	全員	寝返り できる まで	一定の 月齢・年齢 まで	一定の間隔	随時
実施しているものに マーク(複数回答)	実施している場合は いずれか一つの○をマーク(記入)			実施している場合は いずれか一つの○をマークし記入	
○ 監視する	○	○	○()歳()ヶ月まで	○()分間隔	○()の時
○ 呼吸などを確認する	○	○	○()歳()ヶ月まで	○()分間隔	○()の時
○ うつ伏せ寝になったら 元に戻す	○	○	○()歳()ヶ月まで	○()分間隔	○()の時
○ 刺激する	○	○	○()歳()ヶ月まで	○()分間隔	○()の時
○ 体を少し動かす	○	○	○()歳()ヶ月まで	○()分間隔	○()の時
○ 寝返りさせる	○	○	○()歳()ヶ月まで	○()分間隔	○()の時
○ 起こす	○	○	○()歳()ヶ月まで	○()分間隔	○()の時
○ その他 ()	○	○	○()歳()ヶ月まで	○()分間隔	○()の時

4) 各保育室における寝具や部屋の環境について、別紙にご回答ください。

IV. 情報通信機器使用について

1) 保育所での保育におけるメディア利用の状況はどうか

(テレビ、タブレット、パソコン、スマートフォン、携帯型ゲーム機、携帯型以外のゲーム機のそれぞれについてお答えください)

テレビ
 児童がいる部屋に ○ ある ○ ない
 使用する年齢層 (_____ ~ _____ 歳児)
 1週間に使う平均の回数 (週に _____ 回)
 1回につかう平均の時間 (平均 _____ 分)

タブレット
 児童がいる部屋に ○ ある ○ ない
 使用する年齢層 (_____ ~ _____ 歳児)
 1週間に使う平均の回数 (週に _____ 回)
 1回につかう平均の時間 (平均 _____ 分)

パソコン
 児童がいる部屋に ○ ある ○ ない
 使用する年齢層 (_____ ~ _____ 歳児)
 1週間に使う平均の回数 (週に _____ 回)
 1回につかう平均の時間 (平均 _____ 分)

(※ 次ページにも続きがあります)

スマートフォン

児童がいる部屋に ○ ある ○ ない
使用する年齢層 (_____ ~ _____ 歳児)
1週間に使う平均の回数 (週に _____ 回)
1回につかう平均の時間 (平均 _____ 分)

携帯型ゲーム機

児童がいる部屋に ○ ある ○ ない
使用する年齢層 (_____ ~ _____ 歳児)
1週間に使う平均の回数 (週に _____ 回)
1回につかう平均の時間 (平均 _____ 分)

ゲーム機 (携帯型以外)

児童がいる部屋に ○ ある ○ ない
使用する年齢層 (_____ ~ _____ 歳児)
1週間に使う平均の回数 (週に _____ 回)
1回につかう平均の時間 (平均 _____ 分)

2) 保育士の立場から、児童の様子を見ていて、家庭でのメディア利用について気になっている点がありますか。

【お願い】

児童の午睡の実情をより正確に把握するため、園での午睡の様子の写真のご提供をお願いいたします。写真の提供は任意です。寝ている部屋全体の様子、寝ている児の寝具や隣の児との間隔などを含めた様子がわかるものであれば、ホームページやパンフレットに掲載されているような写真でも結構です（複数でも構いません）。個人が特定される情報があれば、加工してお送り頂くか、当方でも個人情報に配慮した処理を行います。画像は学術的検討の目的のみに使用しますが、午睡の実情を紹介する目的で、園の個別の情報を含まない形で、報告書・論文・学会発表に使用することがあります。写真は同封いただくか、データをお送り頂く場合は、専用アドレス (photo@sleepresearch.jp) にファイルでお送りいただいても結構です。

保育園児の午睡や睡眠について、本アンケートの調査内容・調査方法など、お気づきの点がありましたら、ご記入ください。

ご協力有難うございました。

添付の返信用封筒にて 3月10日頃までにご返送お願いします。

【別紙】

午睡の実施状況について、下部の記入見本を参考にして、午睡時の各保育室ごとの状況について詳細をご記入ください。
部屋数が多く記入欄が不足する場合は、本用紙をコピーして2枚以上でご回答ください。

I. 午睡の状況について													III. 午睡時の児童への対応							
午睡時の部屋割り	午睡時の各保育室の児の人数	各部屋における年齢毎の児の人数 (調査時点での利用人数で記入してください)								午睡時に担当する保育士人数	午睡時に担当する保育補助者数	各保育室の午睡設定時間帯 (複数の時間帯があれば複数ご回答ください)	午睡時の部屋 普段生活している保育室と同じ保育室で昼寝をするか	原則全員寝かせるか	各保育室における午睡時の対応		寝具の使用(複数回答)			照明 温度 湿度 換気
		0歳児			1歳児	2歳児	3歳児	4歳児	5歳児以上						対応のタイミング	対応内容 (複数回答)	敷き	掛け	枕	
		0~4か月	5~6か月	7~12か月																
1	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___時___分~ ___時___分	○同室 ○別室	○全員 ○一部起きても良い	○一定間隔 (___分) ○その他 (___)	○監視する ○呼吸などを確認する ○うつ伏せ寝になったら元に戻す ○刺激する ○体を少し動かす ○寝返りさせる ○起こす ○その他(___)	○布団 ○マットレス ○ベビーベッド ○タオル ○その他 (___)	○布団 ○毛布 ○タオル ○その他 (___)	○まくら ○折ったタオル ○その他 (___)	○電灯を消灯 ○カーテンを閉める ○温度調整 ○湿度調整 ○換気
2	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___時___分~ ___時___分	○同室 ○別室	○全員 ○一部起きても良い	○一定間隔 (___分) ○その他 (___)	○監視する ○呼吸などを確認する ○うつ伏せ寝になったら元に戻す ○刺激する ○体を少し動かす ○寝返りさせる ○起こす ○その他(___)	○布団 ○マットレス ○ベビーベッド ○タオル ○その他 (___)	○布団 ○毛布 ○タオル ○その他 (___)	○まくら ○折ったタオル ○その他 (___)	○電灯を消灯 ○カーテンを閉める ○温度調整 ○湿度調整 ○換気	
3	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___時___分~ ___時___分	○同室 ○別室	○全員 ○一部起きても良い	○一定間隔 (___分) ○その他 (___)	○監視する ○呼吸などを確認する ○うつ伏せ寝になったら元に戻す ○刺激する ○体を少し動かす ○寝返りさせる ○起こす ○その他(___)	○布団 ○マットレス ○ベビーベッド ○タオル ○その他 (___)	○布団 ○毛布 ○タオル ○その他 (___)	○まくら ○折ったタオル ○その他 (___)	○電灯を消灯 ○カーテンを閉める ○温度調整 ○湿度調整 ○換気	
4	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___名	___時___分~ ___時___分	○同室 ○別室	○全員 ○一部起きても良い	○一定間隔 (___分) ○その他 (___)	○監視する ○呼吸などを確認する ○うつ伏せ寝になったら元に戻す ○刺激する ○体を少し動かす ○寝返りさせる ○起こす ○その他(___)	○布団 ○マットレス ○ベビーベッド ○タオル ○その他 (___)	○布団 ○毛布 ○タオル ○その他 (___)	○まくら ○折ったタオル ○その他 (___)	○電灯を消灯 ○カーテンを閉める ○温度調整 ○湿度調整 ○換気	

【記入見本】

I. 午睡の状況について													III. 午睡時の児童への対応							
午睡時の部屋割り	午睡時の各保育室の児の人数	各部屋における年齢毎の児の人数 (調査時点での利用人数で記入してください)								午睡時に担当する保育士人数	午睡時に担当する保育補助者数	各保育室の午睡設定時間帯 (複数の時間帯があれば複数ご回答ください)	午睡時の部屋 普段生活している保育室と同じ保育室で昼寝をするか	原則全員寝かせるか	各保育室における午睡時の対応		寝具の使用(複数回答)			照明 温度 湿度 換気
		0歳児			1歳児	2歳児	3歳児	4歳児	5歳児以上						対応のタイミング	対応内容 (複数回答)	敷き	掛け	枕	
		0~4か月	5~6か月	7~12か月																
見本1	13名	2名	2名	2名	7名	0名	0名	0名	0名	1名	1名	13時 00分~ 15時 15分	○同室 ●別室	●全員 ○一部起きても良い	●一定間隔 (5分) ○その他 ()	●監視する ○呼吸などを確認する ○うつ伏せ寝になったら元に戻す ●刺激する ○体を少し動かす ●寝返りさせる ○起こす ○その他()	○布団 ●マットレス ●ベビーベッド ○タオル ○その他 ()	●布団 ○毛布 ○タオル ○その他 ()	○まくら ●折ったタオル ○その他 ()	●電灯を消灯 ○カーテンを閉める ●温度調整 ●湿度調整 ●換気
見本2	14名	0名	0名	0名	0名	6名	8名	0名	0名	1名	0名	13時 30分~ 15時 00分	●同室 ○別室	○全員 ●一部起きても良い	●一定間隔 (30分) ○その他 ()	○監視する ●呼吸などを確認する ○うつ伏せ寝になったら元に戻す ○刺激する ●体を少し動かす ○寝返りさせる ○起こす ○その他()	●布団 ○マットレス ○ベビーベッド ○タオル ○その他 ()	○布団 ○毛布 ○タオル ○その他 ()	●まくら ○折ったタオル ○その他 ()	●電灯を消灯 ●カーテンを閉める ○温度調整 ○湿度調整 ○換気

