

## 2. 0 - 1 歳児の生活や発達

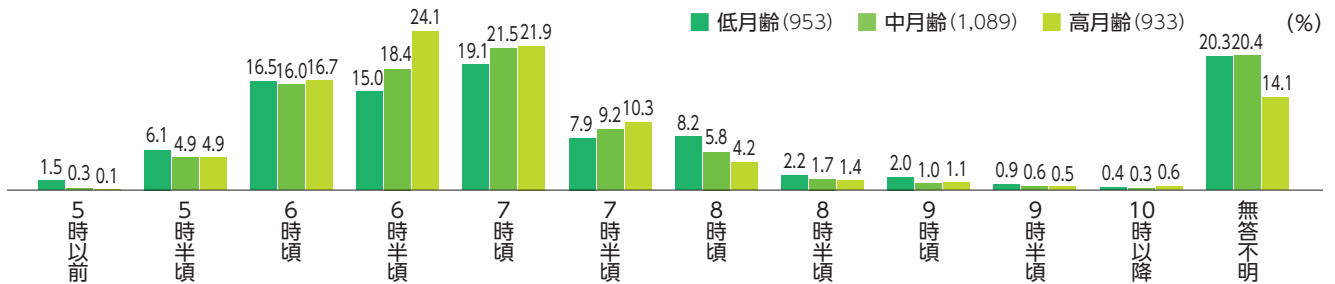
### 生活リズム

0 - 1 歳児は、生活リズムの個人差が大きい。高月齢では、起床は「6時半頃」、昼寝は「2時間くらい」、就寝は「21時頃」をピークにしたゆるやかな分布となる。

0 - 1 歳児の起床時刻・昼寝の時間・就寝時刻は他の項目に比べて「無答不明」が1 - 2割と高い(図2-1-1~3)。これは、子どもの生活リズムがまだ整っていないために時間帯を選択できなかったとも考えられる。起床時刻は低月齢では「6時頃」「6時半頃」「7時頃」が1割台ずつであり、分布の中心となる時間帯がみられない。高月齢になると「6時半頃」が24.1%となり、ゆるやかに分布の中心をなしている。こうした傾向は昼寝の時間、就寝時刻も同様である。背景として、高月齢になるにつれて生活リズムが整っていくことと、就園率の高まりとともに、園生活に合わせた時間で生活する子どもが増えることが考えられる。

**Q** 対象のお子様は平日、何時頃に起きますか。

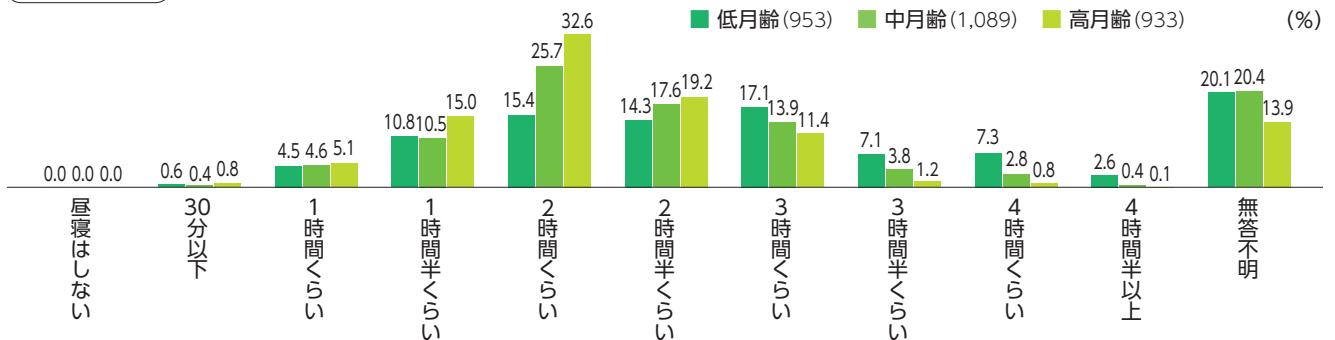
図2-1-1 起床時刻(月齢3区分別)



※ 月齢区分の低月齢は0歳6か月~0歳9か月、中月齢は10か月~1歳1か月、高月齢は1歳2か月~1歳5か月である ※ 母親の回答

**Q** 対象のお子様は平日、どれくらい昼寝をしますか。(夜間以外の睡眠を合計してください)

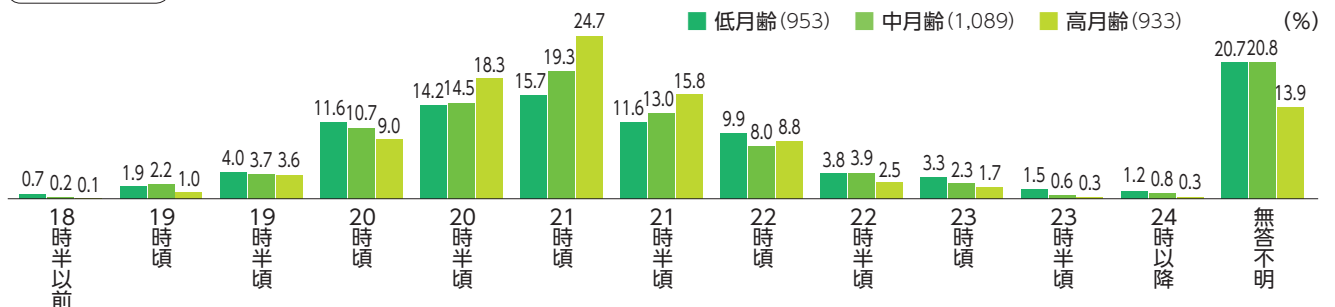
図2-1-2 昼寝の時間(月齢3区分別)



※ 月齢区分の低月齢は0歳6か月~0歳9か月、中月齢は10か月~1歳1か月、高月齢は1歳2か月~1歳5か月である ※ 母親の回答

**Q** 対象のお子様は平日の夜、何時頃に寝ますか。

図2-1-3 就寝時刻(月齢3区分別)



※ 月齢区分の低月齢は0歳6か月~0歳9か月、中月齢は10か月~1歳1か月、高月齢は1歳2か月~1歳5か月である ※ 母親の回答

半数以上の家庭で、絵本の読み聞かせは1日「15分間くらい」している。スマートフォンの利用は2割以下である。

子どもと、外遊びや絵本の読み聞かせ、メディアの利用を平日にどれくらいの時間しているかをたずねた。「外で遊ぶ(お散歩を含む)」は、約7割が「1時間くらい」までである。「紙の絵本や本」の読み聞かせは「15分間くらい」が5割であり、高月齢になると「30分間くらい」以上が増える。「テレビやDVD」は中月齢で「1時間くらい」「2時間以上」が合わせて51.0%となる。「スマートフォン」は高月齢で「15分間くらい」が12.5%と中月齢までよりやや増えるものの、使っていない家庭が8割以上である。

**Q** 対象のお子様と平日に、以下のことをしたり、見たり、使ったりする時間は、1日だいたいどれくらいですか。

図2-2 外遊び、読み聞かせ、テレビやDVDを見る時間など(月齢3区分別)



※ 「0分」と無答不明は省略

※ 「2時間以上」は「2時間くらい」+「3時間くらい」+「4時間以上」。「30分以上」は「30分間くらい」+「1時間くらい」+「2時間くらい」+「3時間くらい」+「4時間くらい」

※ 月齢区分の低月齢は0歳6か月～0歳9か月、中月齢は10か月～1歳1か月、高月齢は1歳2か月～1歳5か月である

※ 母親の回答

社会性にかかわる発達には、特定の月齢でよくみられるものや月齢による変化があまりないものもある。

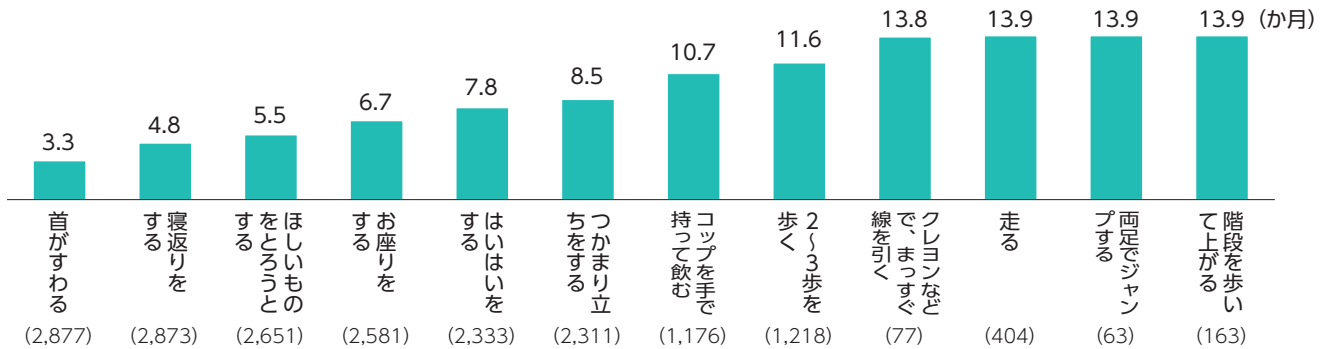
2.

0-1歳児の生活や発達

0-1歳児の運動発達について、初めてできた月齢の平均は「首がすわる」3.3か月、「はいはいをする」7.8か月、「2-3歩を歩く」11.6か月などであった(図2-3-1)。言葉にかかわる発達では、「『バイバイ』や『さよなら』の言葉に身ぶりで反応する」のは低月齢の6.0%から中月齢では51.1%に大きく増える(図2-3-2)。社会性にかかわる発達の「身ぶりをまねする」は低月齢7.3%から中月齢49.3%へと増える。「あなたの後を追う」は、中月齢が75.9%ともっとも高く、高月齢では68.8%へやや減少する。「人見知りをする」は月齢による変化はあまりみられない(図2-3-3)。

**Q** 対象のお子様の発達や普段の様子について、あてはまる番号に○をつけてください。「できる」に○をつけた場合は、最初にそれができた月齢を覚えている範囲でお書きください。

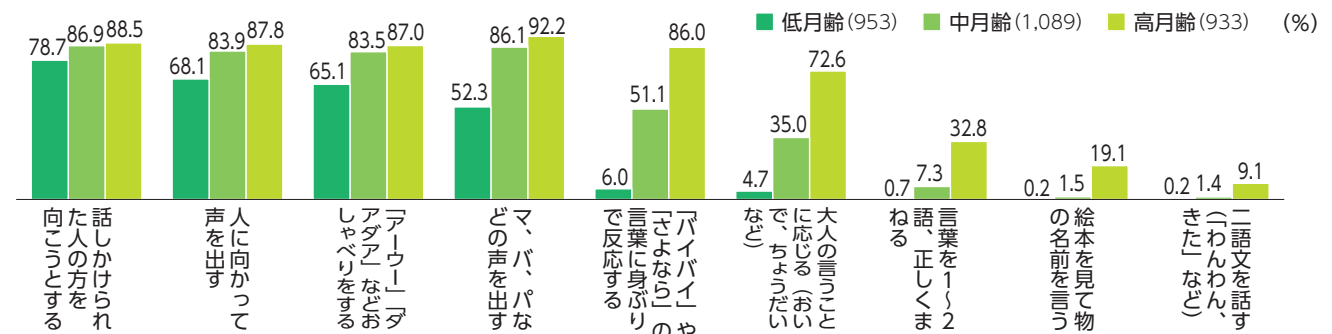
図2-3-1 初めてできた月齢の平均(運動発達)



※「できる」人のみ分析 ※ 平均は無答不明を除いて算出 ※ 母親の回答

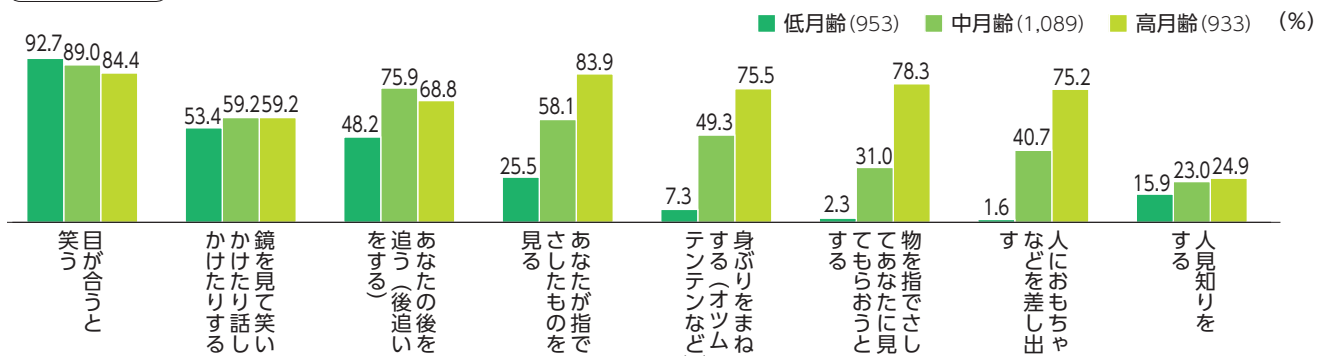
**Q** 対象のお子様の発達や普段の様子について、あてはまる番号に○をつけてください。

図2-3-2 言葉にかかわる発達(月齢3区分別)



※「よくする」 ※ 月齢区分の低月齢は0歳6か月~0歳9か月、中月齢は10か月~1歳1か月、高月齢は1歳2か月~1歳5か月である ※ 母親の回答

図2-3-3 社会性にかかわる発達(月齢3区分別)



※「よくする」 ※ 月齢区分の低月齢は0歳6か月~0歳9か月、中月齢は10か月~1歳1か月、高月齢は1歳2か月~1歳5か月である ※ 母親の回答