

エコチル調査で わかってきたこと

福島ユニットセンターへの
エコチル調査質問票回答から



この冊子について

この冊子は、これまでのエコチル調査によって得られたデータの中から、お母さんとパートナー（配偶者など）の生活習慣、育児をとりまく環境、乳幼児の生活と子育ての様子に関する項目の中から、わかりやすくグラフ化し、成果集としてまとめたものです。

※福島ユニットセンターへの質問票回答結果に基づく暫定的な結果です。

グラフ・集計表の数値は、四捨五入のために合計が100%にならないことがあります。

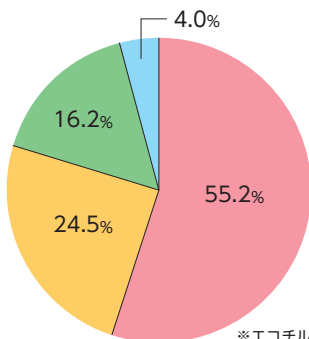
お母さんとパートナー（配偶者など）の生活習慣

●お母さんの喫煙習慣

妊娠中後期

Q. あなたご自身の喫煙についてお答えください

（お母さんからの回答の集計）



- 喫煙したことはない
- 以前は吸っていたが、今回の妊娠に気づく前から止めていた
- 以前は吸っていたが、今回の妊娠に気づいて止めた
- 喫煙を続けている

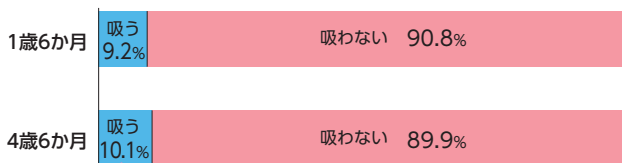
回答数：12,813
無回答数：499

※エコチル調査出産時全固定データ（jecs-ag-20160424）より

幼児期

Q. あなた（記入者）は、現在たばこを吸いますか

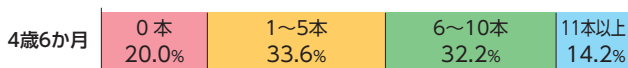
（質問票記入者が、「母」とご回答いただいた方の集計）



回答数：11,479
無回答数：53

回答数：4,604
無回答数：52

Q. 吸う場合は、自宅（室内）で1日に何本ぐらい吸うかお答えください



回答数：459
無回答数：6

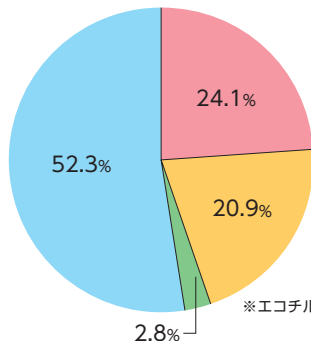
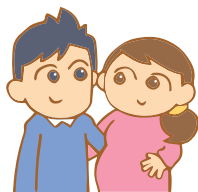
※ 2018年5月31日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

●パートナー（配偶者など）の喫煙習慣

妊娠中後期

Q. 喫煙についておたずねします。お子さまの父親（あなたの夫・パートナー）についてお答えください

（お母さんからの回答の集計）



- 喫煙したことはない
- 以前は吸っていたが、今回の妊娠に気づく前から止めていた
- 以前は吸っていたが、今回の妊娠に気づいて止めた
- 喫煙を続けている

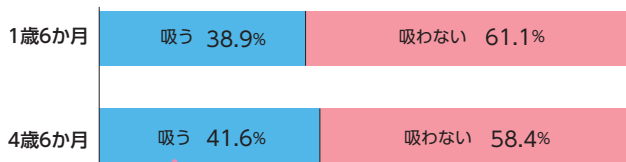
回答数：12,530
無回答数：782

※エコチル調査出産時全固定データ（jec5-ag-20160424）より

幼児期

Q. パートナー（配偶者など）や他の同居している方は、現在たばこを吸いますか

（質問票記入者が、「母」とご回答いただいた方の集計）



回答数：11,380
無回答数：152

回答数：4,521
無回答数：135

Q. 吸う場合は、自宅（室内）で1日に何本くらい吸うかお答えください

（複数の方が吸っている場合は、おおよその合計本数をお答えください）



回答数：1,823
無回答数：58

※ 2018年5月31日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

全国のエコチル調査のデータを使って妊娠中の喫煙状況と赤ちゃんの出生時の体重との関連を分析した論文が発表されています。（24ページ「成果発表一覧」。参照）

パートナー（配偶者など）の喫煙の割合は、お母さんに比べて高くなっています。

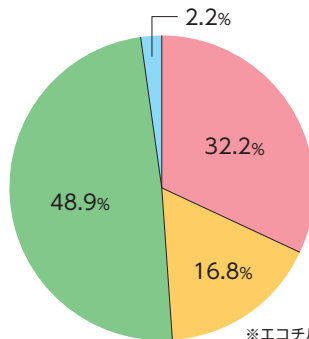
*喫煙が子どもへ与える影響については、「エコチル調査だより」第7号の健康コラム「タバコの無い社会で子育てをしませんか？」でご確認いただくことができます。（24ページ参照）

●お母さんの飲酒習慣

妊娠中後期

Q. あなたご自身のお酒についておたずねします

(お母さんからの回答の集計)



- もともと飲まない
- 以前は飲んでいましたが、今回の妊娠に気づく前から止めていた
- 以前は飲んでいましたが、今回の妊娠に気づいて止めた
- 現在も飲んでいる

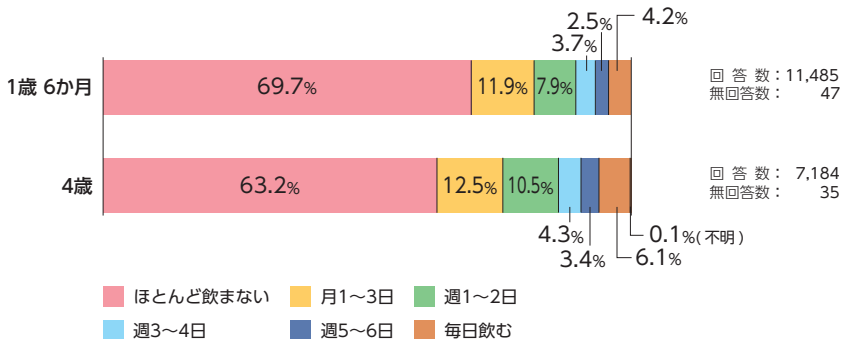
回答数：12,852
無回答数：460

※エコチル調査出産時全固定データ (jecs-ag-20160424) より

幼児期

Q. あなたはお酒をどのくらいの頻度で飲んでいますか

(質問記入者が、「母」とご回答いただいた方の集計)



回答数：11,485
無回答数：47

回答数：7,184
無回答数：35

※ 2018年5月31日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

妊娠中の女性のうち、飲酒習慣がある人は、「以前は飲んでいましたが妊娠中は止めた」割合が高かったです。

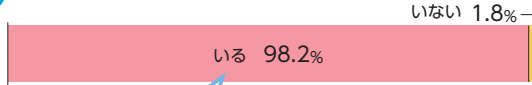
* 「エコチル調査だより」第8号には、全国の妊娠中の飲酒の頻度の集計をお知らせしています。(24ページ参照)

育児をとりまく環境

●子育ての環境

3 歳

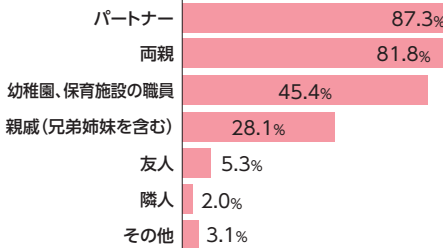
Q. お母さん以外に、お子さんの面倒を見てくれる人がいますか



回答数：10,427
無回答数：30

【「いる」と回答した方】

Q. あてはまる方（お母さんから見た続柄）を全て選んでください。（複数選択）



*「エコチル調査より」
第12号には、お子さんの面倒を見てくれる人について全国の集計をお知らせしています。
(24ページ参照)

3 歳

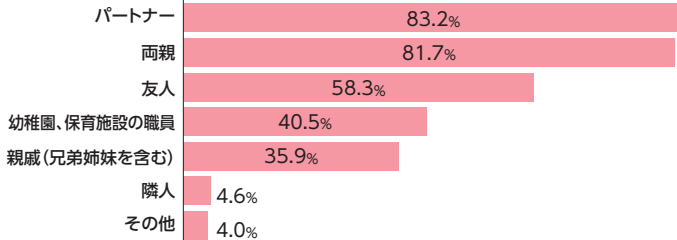
Q. お母さんが、子育てについて相談できる人がいますか



回答数：10,407
無回答数：50

【「いる」と回答した方】

Q. あてはまる方（お母さんから見た続柄）を全て選んでください。（複数選択）



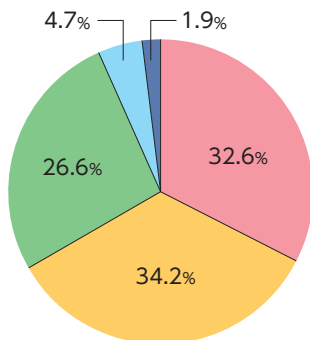
1 歳から 1 年毎の質問票で同じ質問をしています。多くの方のパートナー（配偶者など）、ご両親がお母さんと一緒にお子さんの面倒を見ていらっしゃいます。年齢が上がるにつれて、「幼稚園、保育施設の職員」の割合が高くなっていました。

※ 2018 年 5 月 31 日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

●育児・家事の協力状況

2 歳

Q. パートナー（配偶者など）は、育児にどのくらい協力してくれますか

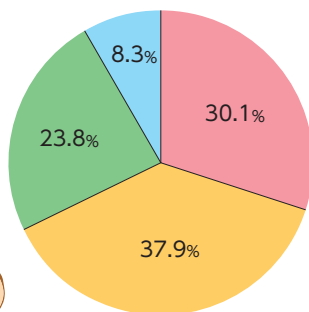


- とてもよくしてくれる
- よくしてくれる
- ときどきしてくれる
- ほとんどしない
- まったくしない

回答数：10,971
無回答数：201

2 歳

Q. あなたは、パートナー（配偶者など）の育児や家事の状況に満足していますか



- 満足している
- ほぼ満足
- 少し不満
- 不満

回答数：10,872
無回答数：300

パートナー（配偶者など）の多くがお母さんと協力して子育てしている様子がわかりました。そして、70% 近くのお母さんが、パートナー（配偶者など）の協力に満足されている様子が見えます。

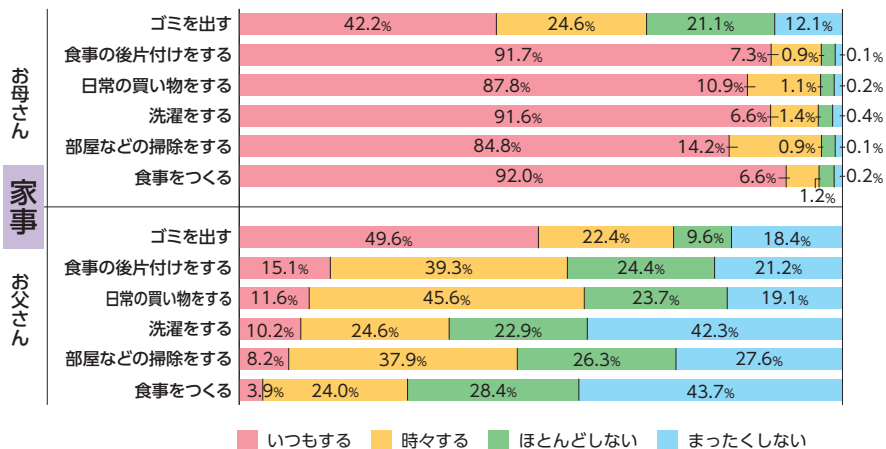
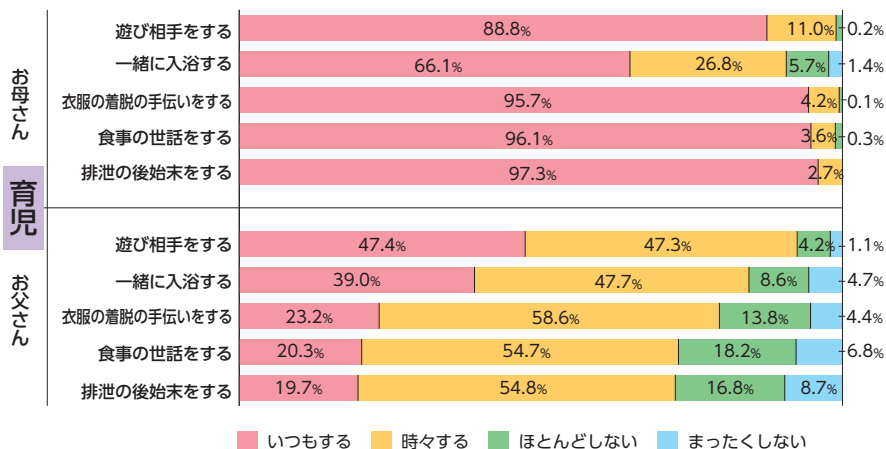
※ 2018 年 5 月 31 日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。



●育児・家事の役割分担の状況

2 歳

Q. お母さんとお父さんの育児や家事の分担状況についてうかがいます



2歳質問票を提出していただいた11,172件のうち、それぞれの項目に無回答が86~709件あります。

育児と家事の分担について、お父さんが「いつもする」と回答された割合の高い項目から並べました。家事は、お母さんが主に分担されていますが、「ゴミ出し」はお父さんも担当している方が多かったです。お父さんの育児の分担は、家事と比べ「ほとんどしない」、「まったくしない」割合が少なく、家事よりも育児で、より多くの役割をお父さんが担っている様子がうかがわれます。

* 「エコチル調査だより」第6号、第8号には、お父さんの全国の育児状況の集計をお知らせしています。(24ページ参照)

※ 2018年5月31日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

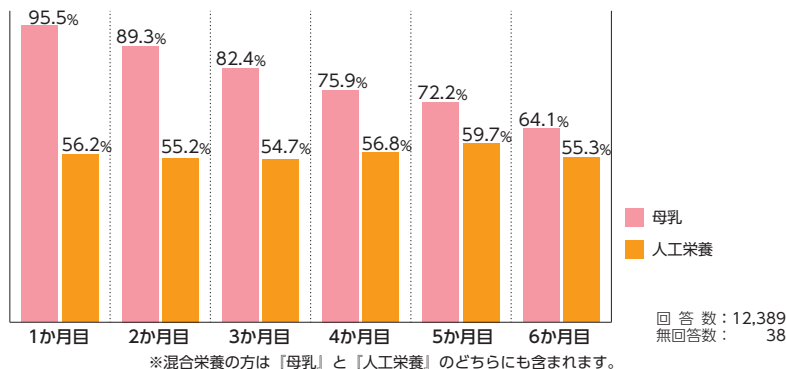
乳幼児の生活や子育ての様子

●乳児期の授乳

6 か月

Q. 母乳あるいは人工栄養（粉ミルク）を与えた状況を教えてください

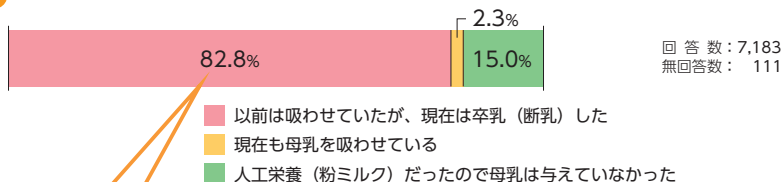
（母乳が出ていなくても寝る前に吸わせた、泣いたときだけ吸わせたなども含みます）



●卒乳の時期

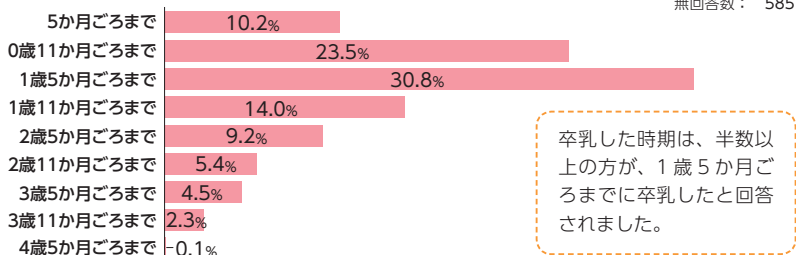
4 歳

Q. 現在、母乳を吸わせていますか



【「以前は吸わせていたが、現在は卒乳（断乳）した」と回答した方】

Q. 最後に母乳を吸わせたのは、お子さんがいくつの頃ですか

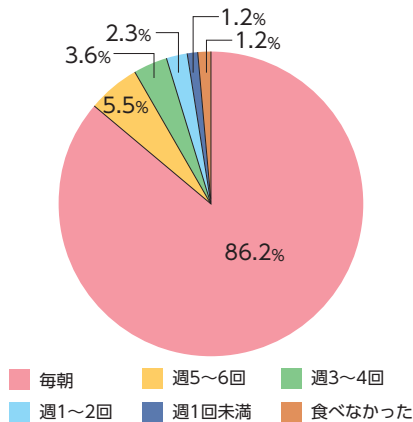


※ 2018年5月31日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

● 幼児の食生活 （「最近 1 ヶ月間について」お答えをいただいたものです）

4 歳 6 か月

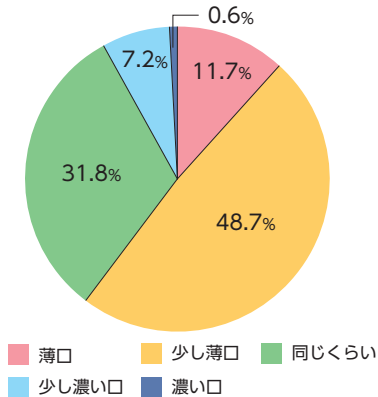
Q. 「主食（ごはん・パン・麺・コーンフレーク等）のある朝ごはん」を食べた頻度



回答数：4,642
無回答数：67

4 歳 6 か月

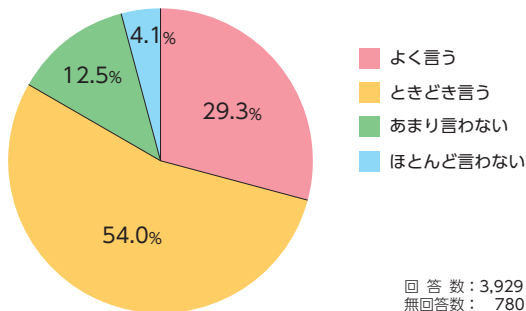
Q. 家庭での味付けは外食に比べて



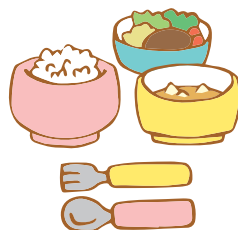
回答数：4,688
無回答数：21

4 歳 6 か月

Q. 「お腹がすいた・早くごはんにして」と言いますか



回答数：3,929
無回答数：780



子どもたちが元気で一日がんばるためには、朝ごはんを食べることがとても大切です。皆さんのご家庭のお食事の様子はいかがでしょうか？

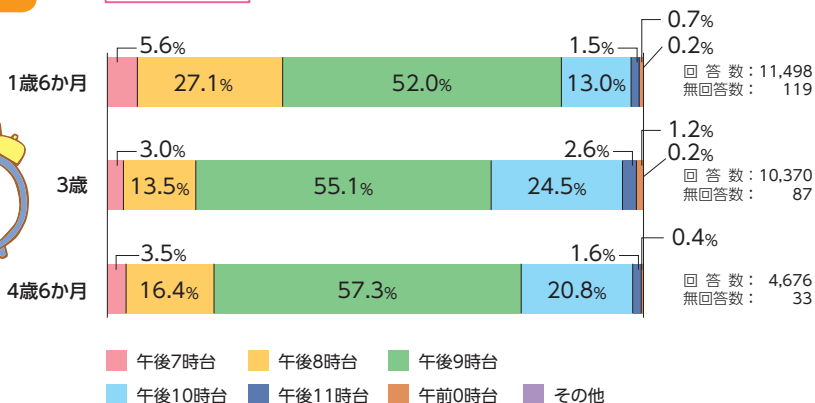
エコチル調査では、4 歳 6 か月時の「幼児のための食事質問票」をご記入いただいた方へ、お子さんの食事、栄養の特徴などの簡単な結果をお届けしています。

※ 2018 年 5 月 31 日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

●睡眠について（「昨日、お子さんが寝ていた時間について」の回答より集計）

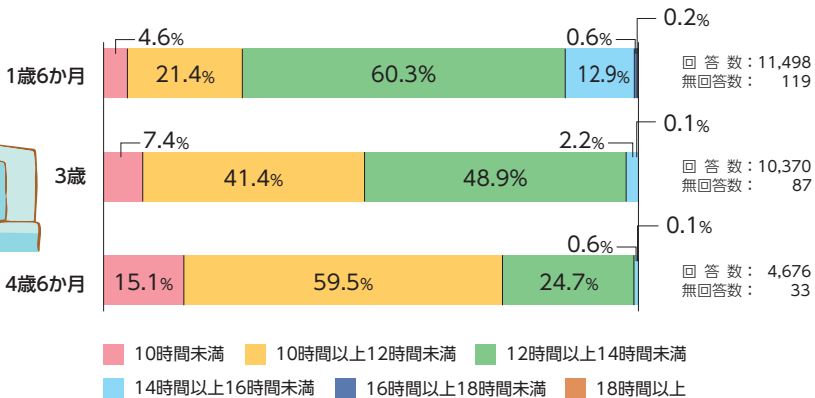
幼児期

就寝時刻



幼児期

睡眠時間



アメリカの全米睡眠財団が提案している3歳から5歳の望ましい睡眠時間は、10～13時間ですが、回答からは、睡眠時間が10時間未満の子どもが、3歳ごろで7%、4歳6か月ごろで15%にのびりました。

日本小児保健協会学校保健委員会「子どもの睡眠に関する提言」（2003.11.9）では、規則正しい睡眠覚醒のリズムをつくり、よい睡眠をとることは、子どもの健やかな発育・発達と健康の維持のためにとても大切であること、特に、乳幼児期はお子さんの成長に必要なホルモンが寝ている間にたくさん分泌される重要な時期であることが説明されています。

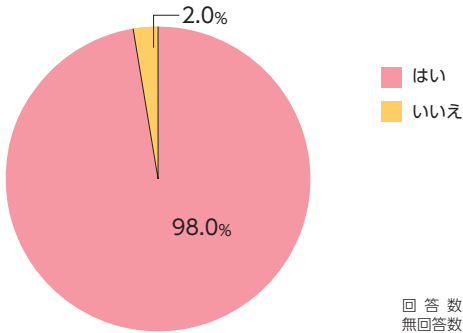
*「エコチル調査だより」第10号には、赤ちゃん・子どもの睡眠時間について全国の育児状況の集計をお知らせしています。（24ページ参照）

※ 2018年5月31日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

● 歯の健康

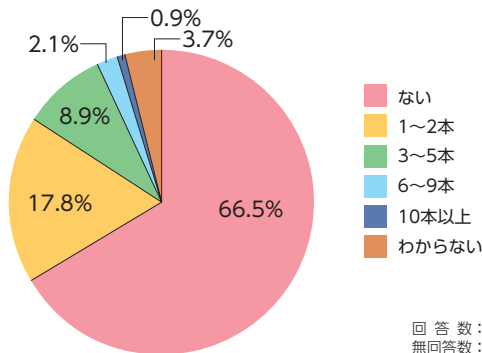
2 歳

Q. 保護者が歯の仕上げ磨きをしていますか



4 歳 6 か月

Q. 治療済みも含めて、虫歯はいま何本ありますか



エコチル調査の回答からは、3分の2のお子さんにはむし歯が「ない」でした。福島県統計課が公表している平成29年度学校保健統計（学校保健統計調査報告書）で報告されているむし歯被患率（治療済みのものを含む）は、幼稚園で42.7%となっています。また、最近、県内のむし歯被患率は減少傾向にありますが、学校保健統計で集められたデータの全国の平均に比べると平成29年度は幼稚園で7.3ポイント高いという結果が報告されています。お子さんの歯の健康状況はいかがでしょう。

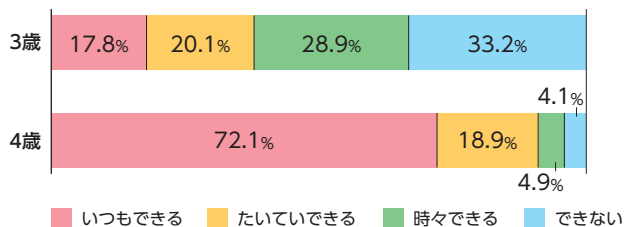
* 「エコチル調査だより」第11号の健康コラムでは、「子どもの歯の健康」について取り上げられています。（24ページ参照）

※ 2018年5月31日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

●子どもの排尿、排便の自立

幼児期

Q. 日中、1人で排尿できますか



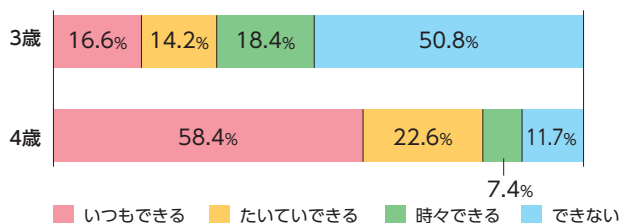
回答数：10,457
無回答数：50

回答数：7,285
無回答数：9



幼児期

Q. 日中、1人で排便できますか



回答数：10,409
無回答数：48

回答数：7,278
無回答数：16

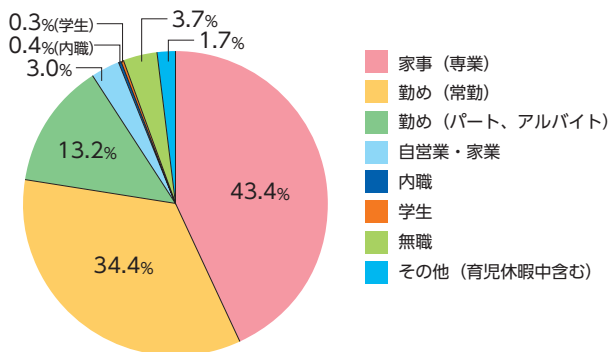
4歳では3歳時と比べて、日中におしっこが一人で「できる」、「だいたいできる」お子さんが、38%から91%、うんちは31%から81%と高くなっていました。

※ 2018年5月31日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

● 1 歳時のお母さんの就業状況

1 歳

Q. 現在、お母さんは仕事をされていますか

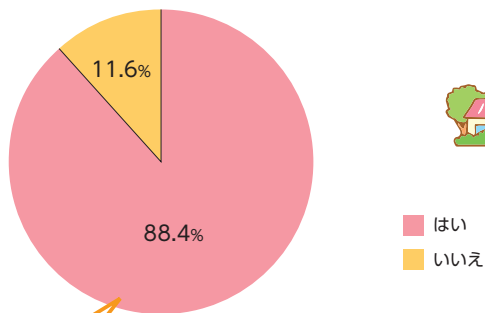


回答数：11,802
無回答数：31

● お子さんが通園、通所を開始した時期

4 歳

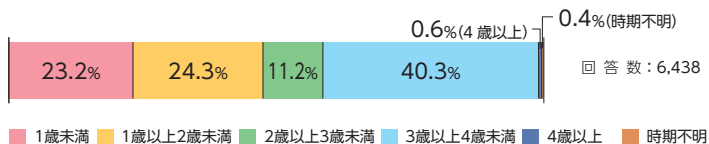
Q. お子さんは幼稚園または保育施設に行っていますか



回答数：7,281
無回答数：13

【「はい」と回答した方】

Q. 通園・通所を開始した時期はいつですか



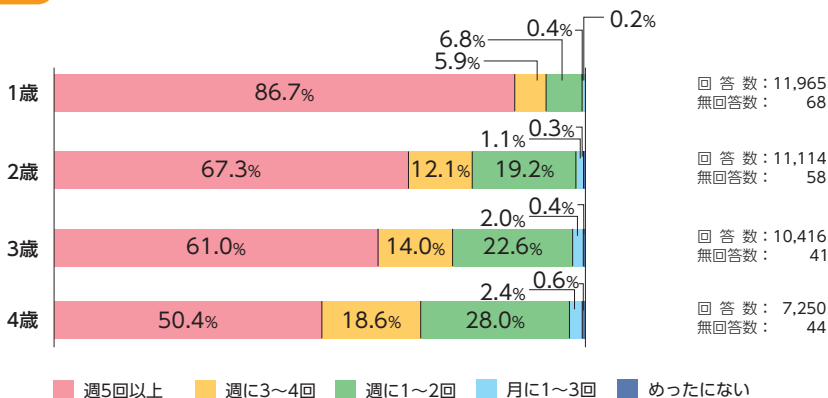
4 歳質問票回答時に、通園・通所しているお子さんは、88% となっていました。通園・通所を開始した時期は、3 歳以上 4 歳未満が 40% と最も多い回答でした。

※ 2018 年 5 月 31 日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

●親子で過ごす時間の状況

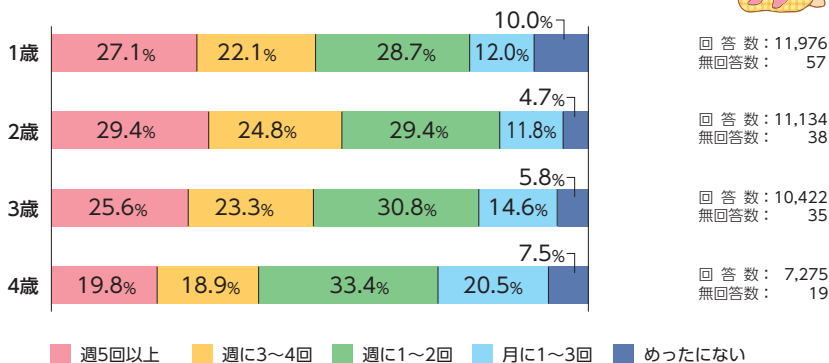
幼児期

Q. お子さんと一緒に遊ぶ機会はどのくらいありますか



幼児期

Q. お子さんに絵本を見せながら、話かける機会はどのくらいありますか

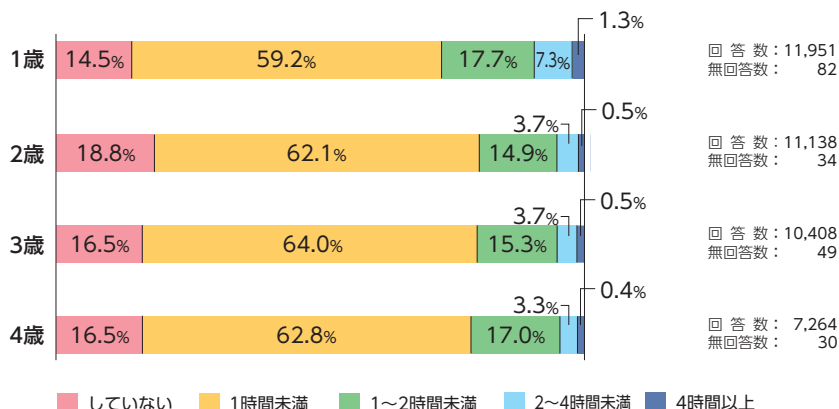


* 「エコチル調査だより」第8号では、子どもと関わる時間について全国のデータの集計結果が掲載されています。(24ページ参照)

※ 2018年5月31日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

幼児期

Q. お子さんと一緒に過ごしている時間のうち、あなたが、パソコン、携帯電話、携帯情報端末や電子ゲーム機などを使用している時間はどのくらいですか



保護者の方の約 2 割は、お子さんが起きている時間にパソコンや携帯電話を操作している時間が 1 時間以上でした。日常生活に欠かせなくなったスマートフォンやパソコン。子育てに関する情報の検索にも便利な一面があります。一方で、子育て世代の保護者のスマートフォンやパソコンの行き過ぎた利用には、悪い影響も指摘されています。

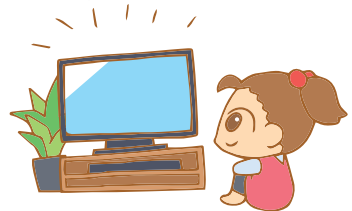
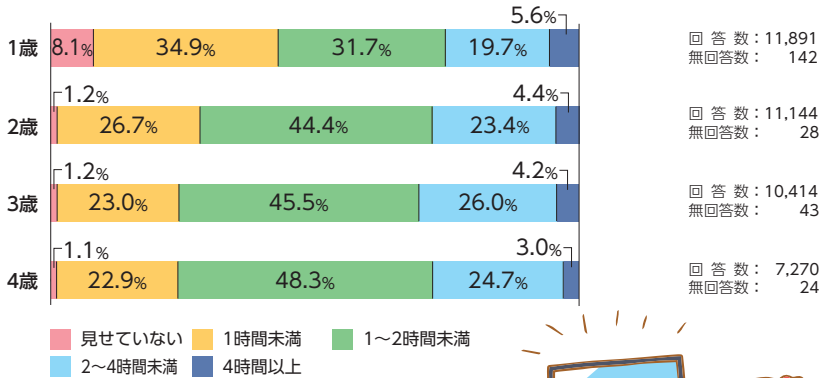
日本小児科医学会子どもとメディア委員会から、「スマホに子守りをさせないで！」というメッセージが出されています。この中で、親子の会話や体験を共有する時間（絵本の読み聞かせ、遊びなど）がうばわれてしまうため、親も子どももメディア機器への接触時間の調整が大切だと説明されています。日常から、上手に便利なメディアやシステムを活用したいですね。

※ 2018 年 5 月 31 日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

●子どもとメディアの関わり

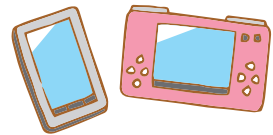
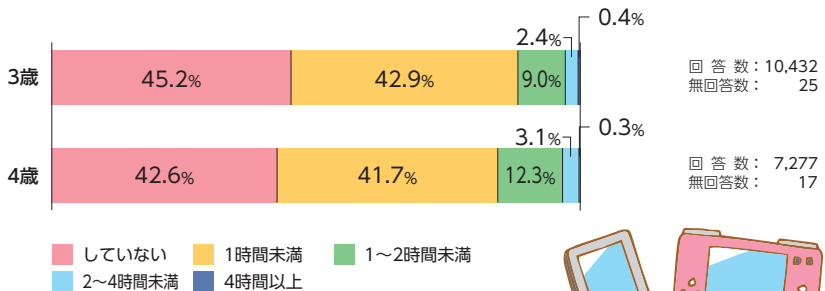
幼児期

Q. ふだんの1日、お子さんにテレビやDVDなどを何時間くらい見せていますか



幼児期

Q. ふだんの1日、お子さんが、携帯電話、携帯情報端末や電子ゲーム機などを触ったりいじったりしているのは、何時間くらいですか



お子さんの約2割が2時間以上テレビやDVDを見ていました。また、3～4歳のお子さんの4割は、これらの端末を1時間未満触ったりしていました。

※ 2018年5月31日時点の福島ユニットセンターのデータに基づく暫定的な結果です。

子どものそれぞれの成長や発達の段階によって、携帯電話やスマートフォンなどメディアとの関わりの課題が変化します。日本小児科医学会子どもとメディア対策委員会の『子どもとメディア』の問題に対する提言』では、乳児や幼児期ではテレビやビデオの視聴、学童期ではそれに加えてテレビゲームや携帯用ゲームの使用、思春期以降ではインターネットや携帯電話の利用が課題となると述べられています。そして、子どもとメディアのより良い関係を築けるよう、5つの具体的な提案をしています。(日本小児科医学会子どもとメディア対策委員会の『子どもとメディア』の問題に対する提言』 2004)

『「子どもとメディア」の問題に対する提言』

日本小児科医学会 子どもとメディア委員会 資料より

2歳までの
テレビ・ビデオ視聴
は控えましょう

授乳中、食事中的
テレビ・ビデオの視聴
はやめましょう

すべてのメディアへ
接触する総時間を制
限することが重要で
す。1日2時間まで
を目安と考えます

子ども部屋にはテレビ、
ビデオ、パーソナルコ
ンピューターを置かな
いようにしましょう

保護者と子どもで
メディアを上手に
利用するルールを
つくりましょう

また、日本小児連絡協議会（現、日本小児医療保健協議会）「子どもとICT～子どもたちの健やかな成長を願って～」委員会では、「子どもとICT（スマートフォン・タブレット端末など）の問題についての提言」のなかで、子どもがインターネットに関わることで生じやすい問題点を以下の4点にまとめています。

- 1) 情報管理が十分にできないこと
- 2) 日常生活リズムの障害が生じやすいこと
- 3) 親子の絆や実体験不足により社会性獲得の機会が欠如する危険性
- 4) 一般に子どもたちにはスマホなどを購入し、維持管理する経済能力がないこと

そして、保護者のみなさんへ、「不適切なICT利用が子どもの健やかな成長発達や心身の健康に悪影響を及ぼしうることを認識し、責任をもってスマホやタブレット端末を管理しましょう」と呼びかけています。

ご家庭でメディアの適正な使用について、これらを参考に一度振り返ってみてはいかがでしょうか？

※ここでいう「メディア」とは、テレビ、ビデオ、テレビゲーム、携帯用ゲーム、インターネット、携帯電話などを意味します。