

審査結果の要旨

報告番号	乙 第 2865 号	氏名	家村明子
審査担当者	主査	内村 直尚	(印)
	副主査	石竹 達也	(印)
	副主査	益舟 ひづき	(印)
主論文題目 : Influence of sleep-onset time on the development of 18-month-old infants: Japan Children's cohort study. (18 か月児における入眠時刻が発達に及ぼす影響 : JCS コホートより)			

審査結果の要旨 (意見)

本研究は 18 か月の発達パターンに影響を与える要因を睡眠項目、発達指数関連項目、神経行動観察項目などから検討を行い、平日の入眠時刻が 22 時以降で発達に関する非定型児が増え、また、休日前の夜間睡眠時間の割合と発達に関連がみられることから本人の特性からくる問題だけではなく、養育者の睡眠習慣などの環境的な要因が発達に重要であることを明らかにした。

この結果は、学校や家庭など社会全体で睡眠の重要性を共有し、子どもだけではなく大人の睡眠環境の改善も求められていることを示唆している。本論文は 18 か月での不適切な睡眠習慣は子どもの発達リスクの要因で、スクリーニング指摘になりえることを示した意義ある研究であり、今後、母子手帳に睡眠質問項目を記載し、3 歳、5 歳、就学とコホートをつなげることによって発達の指標として確立されることが期待される。

論文要旨

近年、子どもの睡眠習慣は大きく変化しており、就寝時刻の遅れや夜間睡眠時間の短縮などが、世界的な問題となっている。我々は、Japan Children's Study の乳幼児コホート研究にて、日本の 2 か所の地域において 18 か月児の発達に睡眠のリズムがどのように影響を及ぼしているかの研究を行った。コホート調査は、保護者・同居家族の属性、児の生活、育児環境、研究協力者の心理的・行動的特性、行動発達について質問票にて調査を行った。18 か月児の発達評価には、Kinder Infant Developmental Scale にて発達指数を算定するのみではなく、小児神経科医に神経学的診察や行動観察も加え、定型児、非定型児の評価を行った。非定型児には、発達の偏りのある児、すなわち注意欠如多動性障害や自閉症スペクトラム障害などの発達障害の児も含まれると推測される。睡眠については、Japan Children's Study Sleep Questionnaire によりデータの集積を行った。これらのデータより統計解を行った結果、平日の入眠時刻が 22 時以降で非定型児が増えるという入眠時刻と発達を関連付ける結果と、休日前の夜間の総睡眠時間の割合と児の発達を関連付ける結果が得られた。これらは、児の本質的な課題と共に、保護者の生活習慣などの環境的な要因も影響し得ると考えられる。これらより、18 か月児における適切な睡眠習慣は、児の発達において大変重要と考えられた。