

## 審 査 結 果 の 要 旨

報告番号	乙 第 2976 号	氏名	須田 正男
審 査 担 当 者	主 査	内 村 直 尚	(印)
	副主査	西 昭 徳	(印)
	副主査	田 中 永 一 郎	(印)
主論文題目： Association between children's sleep patterns and problematic behaviors at age 5 (5 歳児の睡眠様式と問題行動の関連)			

### 審査結果の要旨（意見）

今回の研究で、就寝時間が遅い子どもと睡眠時間が短い子どもは、そうでない子どもより問題行動が多いこと、また、起床時間が遅い子（7 時以降）は、習癖で症状の悪化がみられることが明らかになった。さらに、テレビ視聴時間、出生時の異常、父親のサポートの欠如が、子どもの問題行動に影響を与える重要な因子であり、1 日の長いテレビ視聴時間と出生時の異常が、より遅い就寝時間に大きく影響した。したがって、子どもの睡眠様式と環境因子の改善（テレビ視聴時間の短縮と父親のサポートの増加）は、子どもの問題行動の改善につながる可能性が示唆された。一方、第 1 子より第 2 子以降が問題行動が少ないことより、兄弟関係の中で協調性が育っていく可能性も推察された。

本研究結果は、睡眠様式と個人および環境因子は、5 歳児の問題行動と有意に関連があり、これらを改善することで問題行動を減らせる可能性が示唆された価値のある論文である。今後、添い寝や子どもの家族構成、スマートフォンなどのメディア機器を含め、未就学児の睡眠様式と問題行動の関連のさらなる研究が期待される。

### 論文要旨

生活の夜型化は、子どもにも影響し、子どもの睡眠と問題行動に関連している。この研究の目的は、5 歳児の睡眠様式、個人/環境因子、問題行動の関連を調査することである。

8689 人の 5 歳児の睡眠習慣、個人/環境要因、問題行動に関するデータを健診記録から収集した。調査された問題行動は、不安行動（こわがり、母親から離れることの困難さ）、発達行動（暴力、落ち着きのなさ、反抗的な行動、偏食、遊びの偏り）、習癖行動（親指しゃぶり、爪かみ、チック、性器いじり）、排泄問題であった。睡眠様式（就寝時間、睡眠時間）とこれらの行動の関連を分析した。問題行動に影響を与えた個人/環境因子は、ツリー形式モデルを使用して特定された。

遅い就寝時刻と短い睡眠時間は、子どもの問題行動に著しい悪影響を示した。テレビの長時間視聴、出生時の異常、および父親のサポートの欠如も、問題行動に重大な悪影響を及ぼし、遅い就寝時間と短い睡眠時間に重大な影響を与えた。

5 歳児の睡眠様式、個人/環境因子、問題行動には有意な関連があった。子どもの睡眠様式の改善、テレビ視聴時間の短縮、父親のサポートを改善すると、問題行動を減らせるかもしれない。