PART 1 全体の調査結果

# 第1章 幼児の生活

鈴木　尚子

# 第1節 生活の時間

**北京、上海、東京は早寝早起き型である。一方、台北、ソウルは就寝時刻が遅い。どの地域においても、就園児と未就園児の生活パターンには違いがみられたが、通園する施設別に比較した場合には、生活パターンに相違がある地域と相違がない地域がある。**

## 平日朝、起きる時刻

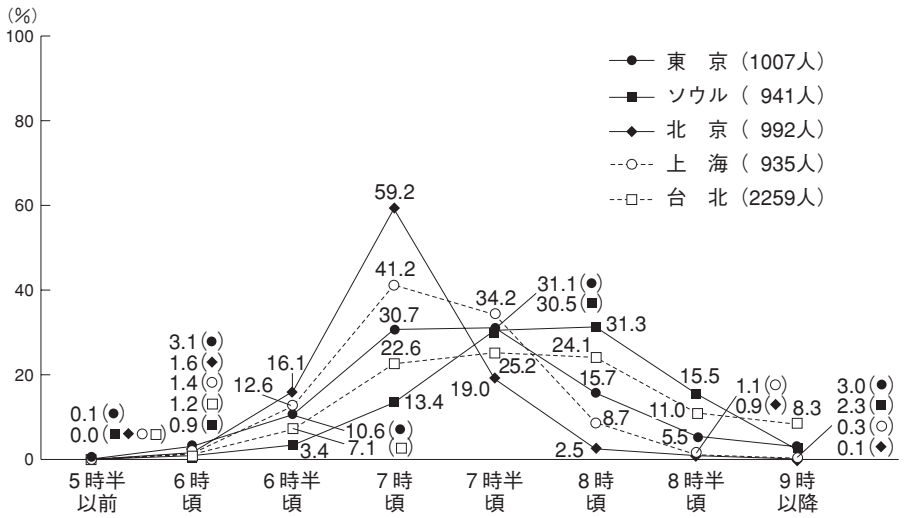
東アジア５都市の３～６歳くらいの子どもは、どんな生活を送っているのだろうか。日本では、昨今、幼児の生活の夜型化や大人化がいわれているが、他の地域の幼児はどうだろう。そこでまず、起床や就寝、食事などの基本的な生活の時間からみてみたい。

北京と上海の子どもの朝は早い。平日朝、何時に起きるかたずねたところ、北京では「７時頃」の早い時間帯に59.2%と半数以上が集中している（**図１－１－１**）。上海は、北京ほどではないが、やはり「７時頃」に起床する子どもが41.2%であり、北京に次ぐ早さだ。

比較的早いと考えられる「７時頃」以前に起床する幼児の割合をみると、北京や上海の早起きが際立つ（**図１－１－２**）。「７時頃」以前に起床する幼児は、北京では76.9%、上海では55.2%と半数を超えている。また、東京では44.5%と比較的早めだが、台北では30.9%、ソウルでは17.7%となっており、都市によって子どもの起床時刻には差があることがわかる。

また、他都市と比べて、起床時刻が「７時頃」の時間帯のほぼ１点に集中しているのは、北京の特徴である。次に早い上海も、ほとんどが「７時頃」または「７時半頃」に集中している。その一方で、他の都市ではそれぞれの時間帯の比率を表す折れ線の山はなだらかで、比較的分散が大きい。

■図１－１－１　平日の起床時刻



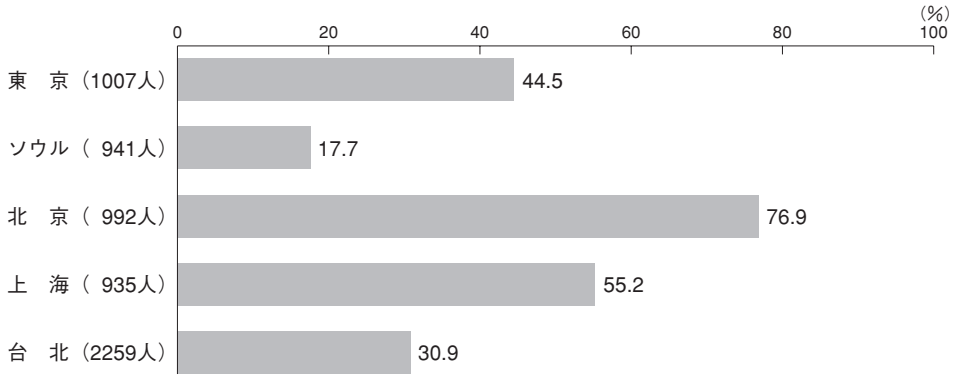

注）無答不明は図から省略した。

## 食事をする時刻

次に、朝食をとる時刻をみてみよう（**図1－1－3**）。東京の子どもは大体「7時半頃」（31.9%）から「8時頃」（28.4%）に朝食をとる。ソウルの子どもは、それよりも少し遅く、「8時頃」（29.4%）から「8時半頃」（33.5%）の様子だ。北京の子どもはほとんどが「8時頃」（79.0%）にとり、上海では「7時半頃」（47.1%）が半数を占める。台北の子どもは、およそ「7時半頃」（18.6%）から「8時半頃」（21.7%）に分散している。北京の子どもは朝起きる時刻が一番早かったものの、朝食をとる時刻をみると東京や上海のピークよりも遅い「8時頃」に集中している。

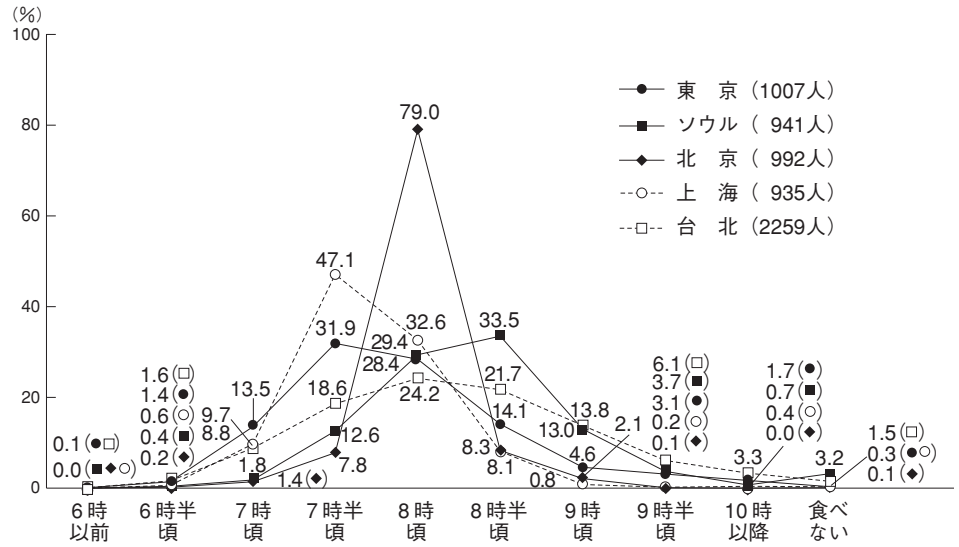
では、夕食の時刻はどうだろうか。夕食をとる時刻を折れ線グラフで表したのが、次の**図1－1－4**である。全体的な分布から傾向

■図1－1－2 「7時頃」以前に起床する幼児




注）「5時半以前」＋「6時頃」＋「6時半頃」＋「7時頃」の%。

■図1－1－3 朝食の時刻



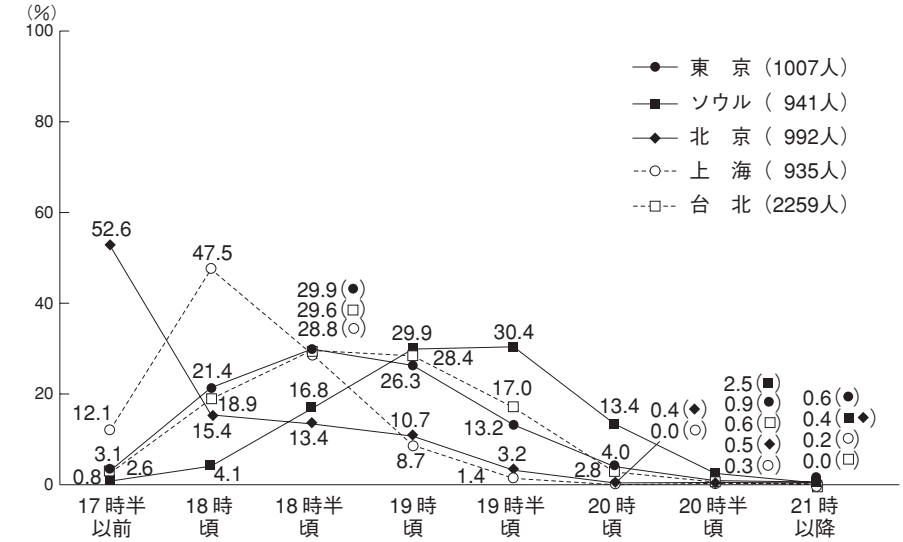

注）無答不明は図から省略した。

をとらえてみると、朝食をとる時刻同様、北京、上海では、時間帯の山が早い時間帯に集中している。北京では約半数（52.6%）が「17時半以前」に、また上海では、約半数（47.5%）が「18時頃」に夕食をとると回答している。東京、台北は「18時頃」から「19時頃」の時間帯に夕食をとる。また、ソウルは「19時頃」から「19時半頃」と相対的に遅めのようだ。

## 平日の就寝時刻

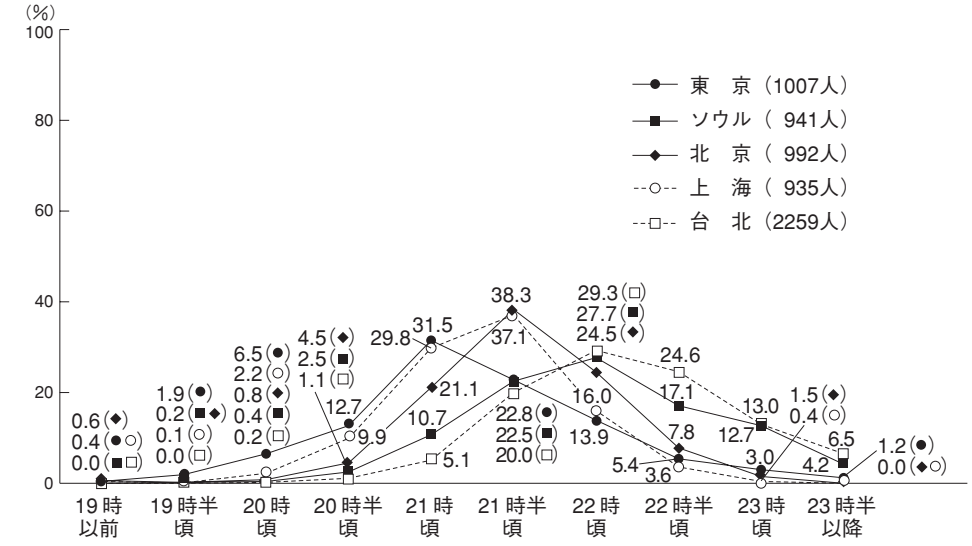
さらに、平日の就寝時刻をみてみよう（**図1－1－5**）。東京の子どもは比較的早寝のようで、「21時頃」に寝る幼児が31.5%と他の時間帯と比較して最も多い。北京、上海は「21時半頃」がピークで（「21時半頃」の比率、北京38.3%、上海37.1%）、ほとんどの子どもがこの時間帯前後に就寝しているようだ。ソ

**■図1－1－4　夕食の時刻**




注）無答不明は図から省略した。

**■図1－1－5　平日の就寝時刻**




注）無答不明は図から省略した。

ウルと台北は他の都市に比べて遅寝の様子で、「22時頃」に寝る子どもが最も多い（「22時頃」の比率、ソウル27.7%、台北29.3%）。

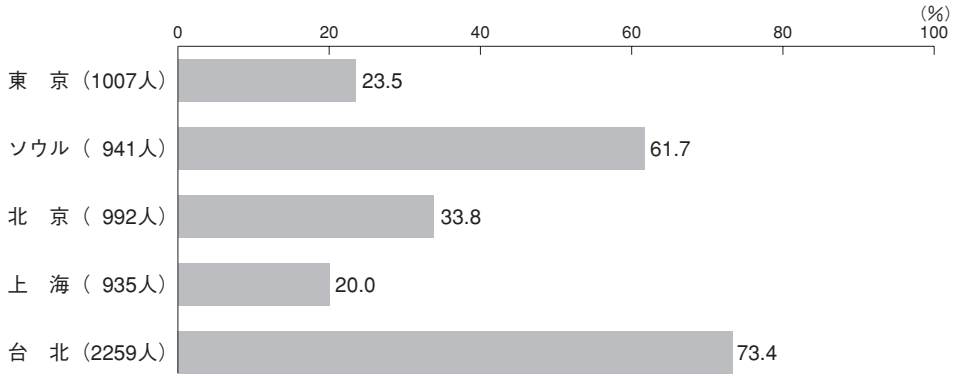
「22時頃」以降の比較的遅いと考えられる時間帯に寝る幼児の割合をみると（**図1－1－6**）、ソウルと台北の子どもの遅寝の傾向がさらに顕著にあらわれる。東京、北京、上海がそれぞれ2～3割であるのに対して、ソウル、台北はそれぞれ6～7割と大多数が「22時頃」以降の遅い時間に就寝している。

## 通園のために家を出る時刻

現在、子どもが幼稚園、幼児園、保育園、保育施設、託児所などに通っていると回答した人に対して、通園のために家を出る時刻をたずねた（**図1－1－7**）。子どもが家を出る時刻の分布をみると、都市によるはっきりし

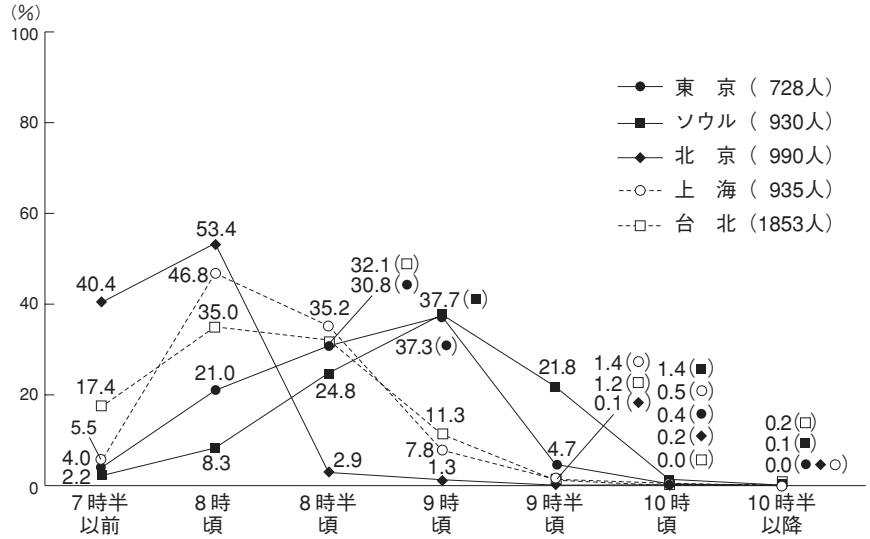


**■図1－1－6 「22時頃」以降に就寝する幼児**




注）「22時頃」＋「22時半頃」＋「23時頃」＋「23時半以降」の%。

**■図1－1－7 家を出る時刻**




注1）就園児の保護者の回答のみ分析。
注2）無答不明は図から省略した。

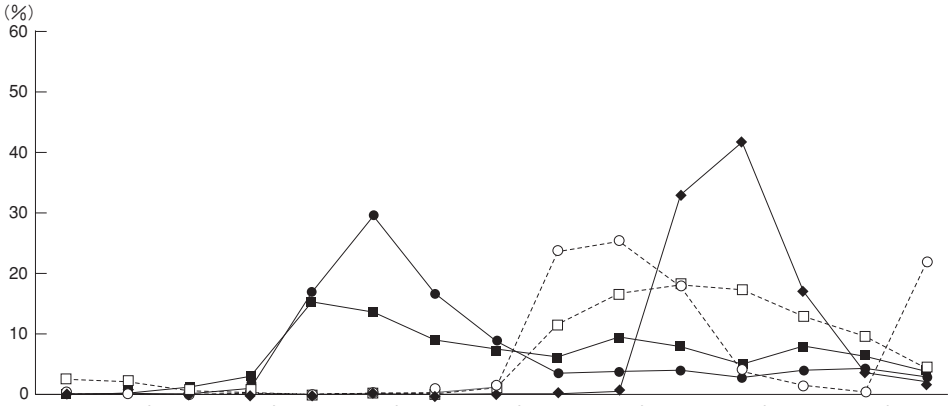
た傾向があらわれている。北京、上海、台北は、比較的早めの様子だ。北京では、「7時半以前」（40.4%）から「8時頃」（53.4%）の早い時間帯に集中している。上海は、「8時頃」が一番多く（46.8%）、次に「8時半頃」（35.2%）である。台北は「7時半以前」（17.4%）、「8時頃」（35.0%）、「8時半頃」（32.1%）に分布している。東京では、「8時頃」（21.0%）、「8時半頃」（30.8%）、「9時頃」（37.3%）に家を出るようだ。ソウルでは「8時半頃」（24.8%）、「9時頃」（37.7%）、「9時半頃」（21.8%）の少し遅めの時間帯に家を出る。

## 園から家に帰る時刻

家を出る時刻と同様に、就園児の保護者に対して、子どもが家に帰る時刻をたずねた（**図1－1－8**）。家に帰る時刻について、5%以上回答がある時間帯をみると、東京は「14時頃」から「15時半頃」であるが、家に帰る時刻が「16時頃」以降の子どもも30%近くと少なくない。ソウルは、「14時頃」から「18時半頃」のすべての時間帯に分布している。北京は17時台の時間帯に集中しており（74.7%、「17時頃」＋「17時半頃」）、上海はそれよりも1時間ほど早く16時台が多いが（48.9%、「16時頃」＋「16時半頃」）、およそ5人に1人は「19時以降」の遅い時間帯に家に帰っている。台北の就園児も家に帰る時刻は遅めであり、「16時頃」から「18時半頃」に分布している。

このような各都市の子どもの帰宅時刻の違いは、就学前機関の制度の相違も大きいが、保護者の就労状況や家族構成などさまざまな要因による影響も考えなくてはならない。

**■図1－1－8　家に帰る時刻**




| | 12時以前 | 12時半頃 | 13時頃 | 13時半頃 | 14時頃 | 14時半頃 | 15時頃 | 15時半頃 | 16時頃 | 16時半頃 | 17時頃 | 17時半頃 | 18時頃 | 18時半頃 | 19時以降 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 東京（728人） | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 1.0 | 16.9 | 29.5 | 16.7 | 8.8 | 3.5 | 3.8 | 4.0 | 2.8 | 4.0 | 4.3 | 2.9 |
| ソウル（930人） | 0.0 | 0.2 | 1.2 | 3.0 | 15.3 | 13.6 | 9.0 | 7.5 | 6.2 | 9.5 | 7.9 | 5.0 | 8.0 | 6.3 | 3.8 |
| 北京（990人） | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 33.0 | 41.7 | 17.0 | 3.6 | 2.1 |
| 上海（935人） | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 1.2 | 23.6 | 25.3 | 17.8 | 3.8 | 1.5 | 0.4 | 21.8 |
| 台北（1853人） | 2.5 | 2.1 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 1.1 | 11.6 | 16.7 | 18.1 | 17.3 | 12.9 | 9.6 | 4.3 |

注1）就園児の保護者の回答のみ分析。
注2）無答不明は図から省略した。

## 各都市の幼児の生活パターン

これまでみてきた時間帯別の選択項目を時間に置き換えて、起床、就寝などの平均時刻を計算し、各都市の生活パターンを比較してみよう（**図1－1－9**）。

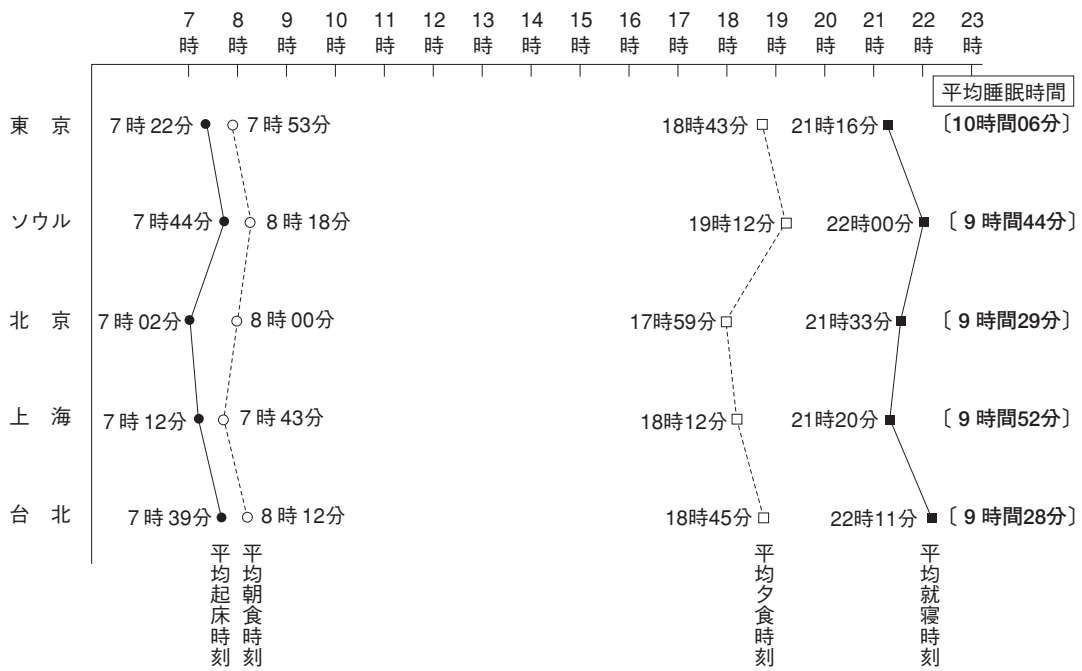
東京の子どもは、平均就寝時刻が21時16分であり、他都市と比較すると早めの就寝といえる。さらに、平均起床時刻が7時22分であり、就寝時刻と起床時刻の差をとって計算した睡眠時間をみると、10時間06分と、他都市と比べた場合に、東京の子どもは睡眠時間が長めのようだ。

北京、上海の子どもは、起床時刻がそれぞれ7時02分、7時12分と非常に早起きだ。睡眠時間は、それぞれ9時間29分、9時間52分である。これらの都市では、夕食の時刻が他都市と比べて早いのが特徴的だ。北京では、朝7時02分に起床するにもかかわらず、ようやく8時00分に朝食をとっている。その間、約1時間、何をしているのだろうか。これは、園に行くために家を出る時刻と合わせてみると合点がいくだろう。詳しくは次の就園状況別の分析で述べるが、北京の幼児園では、朝食を園で食べることが多いためである。

台北の子どもは、平均就寝時刻が22時11分であり、他都市と比較すると遅い。そのため、睡眠時間が9時間28分と短くなっている。

また、ソウルの子どもも平均就寝時刻が22時00分と比較的遅めだ。ソウルの特徴としては、朝食、夕食の時刻が他都市の子どもよりも若干遅い点である（朝食の時刻：8時18分、夕食の時刻：19時12分）。

**■図1－1－9　平日の生活時間**




注）起床、朝食、夕食、就寝の平均時刻は、「21時頃」を21時、「23時半以降」を23時30分のように置き換えて算出した。また、平均睡眠時間は、就寝時刻と起床時刻から算出した。なお、いずれかの質問に対して無答不明のあった人は分析から除外している。

## 各都市の幼児の生活パターン（就園状況別）

日本の幼児の起床や就寝などの生活のパターンは、就園しているか否か、また、どんな施設に通っているかなど、就園状況によって大きく異なるということが国内調査の結果の分析から明らかになっている（ベネッセ教育研究開発センター、『第３回幼児の生活アンケート報告書・国内調査』2006）。

就園状況が幼児の生活パターンに大きく影響するという傾向は、国や地域を変えても同様にあてはまるのだろうか。そこで、就園状況別に就寝、起床、食事の生活時間を比較してみた（**図１－１－10**）。就園児については、家を出る時刻と家に帰る時刻も示している。

子どもの通う施設の形態が１つではない、東京、ソウル、台北について、就園状況別のこれらの時間（主に起床時刻、就寝時刻）の違いをみてみよう。

東京では、前述した国内調査の分析で明らかになったとおり、就園状況による生活パターンの差がはっきりしている。起床時刻が遅く（７時49分）、朝食の時刻も遅いのが東京の未就園児の特徴だ。また、就寝時刻が未就園児、幼稚園児よりも遅く、起床時刻が早いため、睡眠時間が短い（９時間19分）のが東京の保育園児の特徴だ。就園児の在園時間を比べると、幼稚園児６時間02分、保育園児９時間22分と、３時間20分の差がみられた。

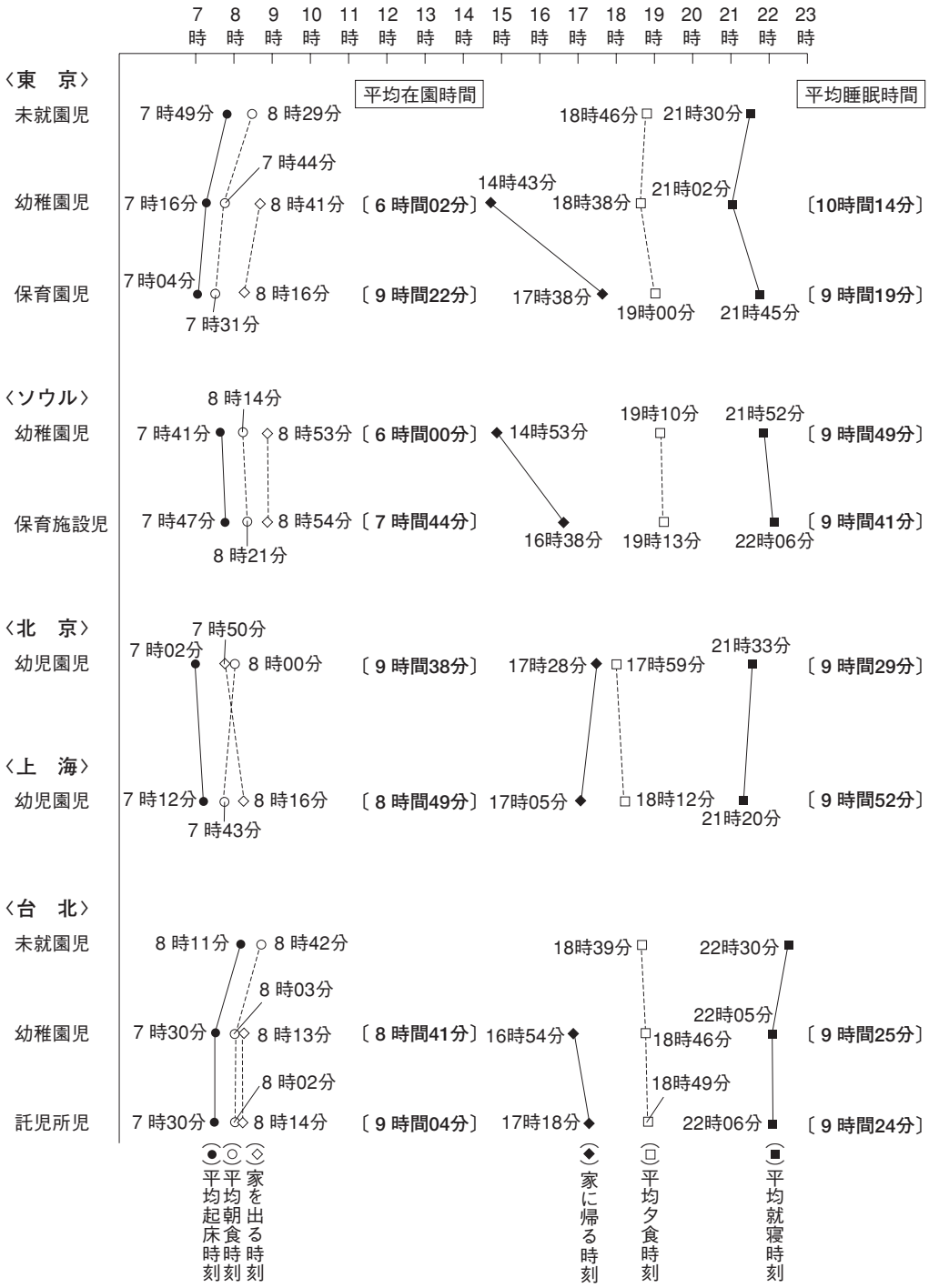
ソウルでは、園を通した調査となっているため、実際にはソウルの３～６歳の３割程度にあたる未就園児のサンプルが含まれていない。幼稚園児と保育施設に通う幼児を比べてみよう。幼稚園児も保育施設に通う幼児も在園時間の相違こそあるものの（平均在園時間、幼稚園児：６時間00分、保育施設児：７時間44分）、起床や就寝、朝食や夕食の時刻については、大きな差異がみられない。

園へ行くために家を出る時刻と朝食の時刻を合わせて図に示すと、北京では、これらの時刻に逆転の現象が起こっていることがわかる。北京では、多くの幼児園で３食を用意しているためである。したがって、幼児園に着いてから、朝食をとるのが一般的なようである。

台北についても、幼稚園児と託児所へ通う幼児では、あまり大きな差がみられない。在園時間は幼稚園児８時間41分、託児所児９時間04分と23分の差があるにすぎない。起床や就寝、朝食や夕食の時刻もほぼ同時刻といえる。一方、就園児と未就園児では、生活パターンに違いがみられた。就園児は他の都市より遅めではあるが、22時05分頃には就寝するのに対し、未就園児は22時30分とさらに夜更かしであるようだ。また、起床時刻も就園児が７時30分であるのに対し、未就園児は８時11分と遅い。

東京でも台北でも就園児と未就園児には、就寝や起床、食事などの生活パターンに違いがみられた。さらに、就園児のうち、幼稚園へ通う幼児と保育園（または保育施設、託児所）に通う幼児を比較すると、東京では通う施設の形態によって在園時間に大きな差がみられ、生活パターンにも違いがみられた。ソウルでは、通う施設の形態によって在園時間には差がみられたものの、生活パターンには差がみられない。台北では、在園時間にはほとんど差がみられず、生活パターンにもまったく差がみられない。

■図１－１－10　平日の生活時間（就園状況別）




注１）起床、朝食、夕食、就寝、家を出る、家に帰る時刻は、「21時頃」を21時、「23時半以降」は23時30分のように置き換えて算出した。平均睡眠時間は、就寝時刻と起床時刻から算出した。また、平均在園時間は家を出る時刻と家に帰る時刻から算出したため、通園時間を含む。なお、いずれかの質問に対して無答不明のあった人は、分析から除外している。

注２）家を出る時刻、家に帰る時刻は、就園児の保護者の回答のみ分析。