

# 乳幼児の生活と育ちに関する調査 2017-2022 0歳～5歳 【ダイジェスト版：データ集】

東京大学大学院教育学研究科附属発達保育実践政策学センター（CEDEP）とベネッセ教育総合研究所は、子どもの成長のプロセスを明らかにするための縦断調査（追跡調査）を共同で進めています。  
本冊子は、0歳児期から5歳児期の主な結果をまとめたものです。

## ● 内容

1. 子どもの生活と発達…………… p.5  
生活リズム／家庭における平日の遊びの時間／メディアの時間／  
メディアとのかかわり・メディアの使い方／認知的な発達／社会情動的な発達／  
小学校についての情報収集
2. 保護者の生活と子育て…………… p.15  
子育ての時間／家事の時間／子育てに対する意識／子育ての相談先／  
保育環境への評価／教育観・家族に対する価値観／働き方／職場の環境

2023年9月

# ■調査概要

- 目的 : 2016年度に生まれた子をもつ保護者に、年1回の追跡調査を行うことで、子どもの生活や発達と保護者の子育ての変化を知り、よりよい子育て支援を考える。
- 方法 : 郵送法(自記式質問紙調査)
- 時期 : 2017年9月～10月(子どもの年齢:0歳6か月～1歳5か月)から毎年9月～10月に実施
- 対象 : 2016年4月2日～2017年4月1日生まれの子どもをもつ家庭 3,205世帯(調査モニター)から開始

	発送世帯数	回収数		回収率	分析対象数※
0歳児期 (0歳6か月～1歳5か月)	3,205	主	3,005	93.8%	2,975
		副	2,750	85.8%	2,624
1歳児期 (1歳6か月～2歳5か月)	3,021	主	2,554	84.5%	2,409
		副	2,390	79.1%	2,038
2歳児期 (2歳6か月～3歳5か月)	2,673	母	2,356	88.1%	2,119
		父	2,232	83.5%	1,754
3歳児期 (3歳6か月～4歳5か月)	2,245	母	2,057	91.6%	1,906
		父	1,949	86.8%	1,537
4歳児期 (4歳6か月～5歳5か月)	1,898	母	1,738	91.5%	1,678
		父	1,644	86.6%	1,308
5歳児期 (5歳6か月～6歳5か月)	1,667	母	1,578	94.7%	1,529
		父	1,473	88.4%	1,134

※0歳児期からの継続サンプル。

- 地域 : 全国
- 内容 : 子どもの気質、アタッチメント、発達、生活時間、習い事、養育者の養育行動、配偶者との関係性、生活時間、家事・子育ての分担比率、子育てで頼りになる人、幸福感、抑うつ、家事・子育て等の負担感など

# ■基本属性

※5歳児期調査時

子どもの性別	男子	女子	無答不明
	50.0	49.9	0.1

※このページ以降、「父親」「母親」と明記していない表・グラフは、すべて母親(1,529名)による回答の結果。  
※数値は、構成比率(%)を示している。

子どものきょうだい数	1人(ひとりっ子)	2人	3人	4人	5人以上	無答不明
	18.8	53.8	22.7	3.9	0.8	0.0

子どもの出生順位	1番目	2番目	3番目	4番目	5番目以降	無答不明
	52.2	35.3	10.7	1.2	0.5	0.2

子どもの月齢	5歳6か月	5歳7か月	5歳8か月	5歳9か月	5歳10か月	5歳11か月
	8.0	5.9	8.4	8.7	9.0	10.5
	6歳0か月	6歳1か月	6歳2か月	6歳3か月	6歳4か月	6歳5か月
	8.9	9.4	9.0	7.6	7.5	7.3

保護者の平均年齢	母親	38.2歳
	父親	40.2歳

保護者の最終学歴		中学校	高等学校	専門学校 各種学校	短期大学	大学 (四年制・六年制)	大学院	その他	無答不明
	母親	1.4	16.4	18.7	14.5	44.7	3.9	0.1	0.3
	父親	2.1	21.1	12.1	2.0	49.1	11.6	0.5	1.4

居住地域	北海道・東北	関東※	東京	中部	近畿	中四国	九州・沖縄
	4.4	25.8	13.1	20.7	18.5	6.9	10.7

※東京以外

## 子どもの就園状況(%)

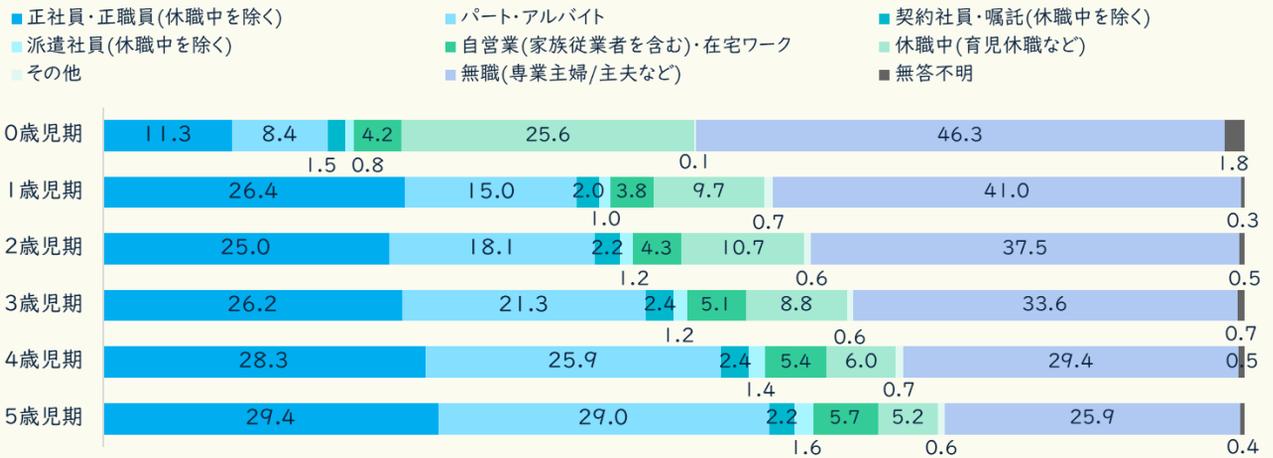
- 園や施設には通っていない
- 幼稚園
- 保育所(認可外保育施設、小規模保育室を含む)
- 認定こども園
- その他の園・施設(保育ママを含む)
- 無答不明



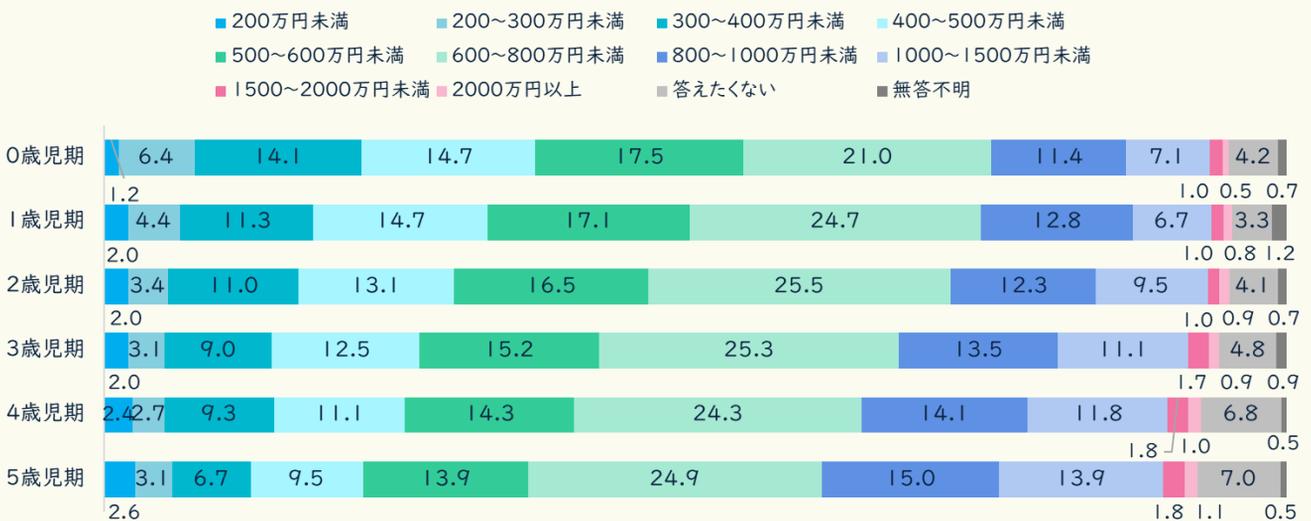
# ■基本属性

- 子どもが成長するにつれて就業する母親が増え、5歳児期で73.1%に達した。とくに、「パート・アルバイト」が増えた。
- 世帯年収も、子どもが成長するにつれて増える傾向がみられた。

## 母親の就業状況(%)



## 世帯年収(%)



# 1. 子どもの生活と発達〈要約〉

## ●生活リズム (p.6)

1歳児期から5歳児期まで、起床時刻と就寝時刻は、ほぼ変化しないが、昼寝時間は減り、5歳児期で「しない」が65.3%になる。

## ●家庭における平日の遊びの時間 (p.7)

外遊びの時間、絵本や本を読む時間は、1歳児期から5歳児期にかけて減少していく。テレビやDVDの視聴時間をみると、「4時間以上」の回答は2歳児期で最も多く、それ以降は減少している。

## ●メディアの時間 (p.8)

幼児期にスマートフォン、タブレット端末、ゲーム機を利用する子どもは全体的に少ないが、タブレット端末とゲーム機を使用する時間をみると、年齢が上がるにつれて増加している。

## ●メディアとのかかわり・メディアの使い方 (p.9~10)

スマートフォン・タブレット端末の利用アプリを5歳児期で比べると、どちらの場合も子ども向けの娯楽用動画が最も多かった。利用させる理由も、どちらの場合も子どもが使いたがるから、が最も多い回答であった。また、これらの機器を子どもが使用しているときに保護者がどうかかわっているかをみると、注意したり制限したりすることが多い一方、自分自身で使うことも多いことがわかる。

## ●認知的な発達 (p.11)

全体的に、2歳児期から5歳児期にかけて認知的な発達の変化が大きい。2歳児期から5歳児期にかけて言葉遊びができるようになり、語彙や表現を豊かに育てている。また、日常生活のなかで自分の体や身の回りの物を使って数を数え、長さや重さの順や物事の対比を少しずつ判断している。

## ●社会情動的な発達 (p.12~13)

2歳児期から5歳児期にかけて少しずつ発達している。とくに「自己抑制」や「協調性」は、年齢が上がるにつれて「あてはまる」と回答する割合が高くなり、他者の状況を意識した行動が少しずつとれるようになるといえる。また、「がんばる力」では、ねばり強く取り組む力を身につけている。好奇心は、さまざまなことに興味を示す「拡散的好奇心」の項目は低くなる一方、じっくり取り組む「特殊的好奇心」の項目は高くなる。また、「積極性」は、友だちとかかわるなかで、少しずつ自分の気持ちを伝えられるようになる様子が見られる。

## ●小学校についての情報収集 (p.14)

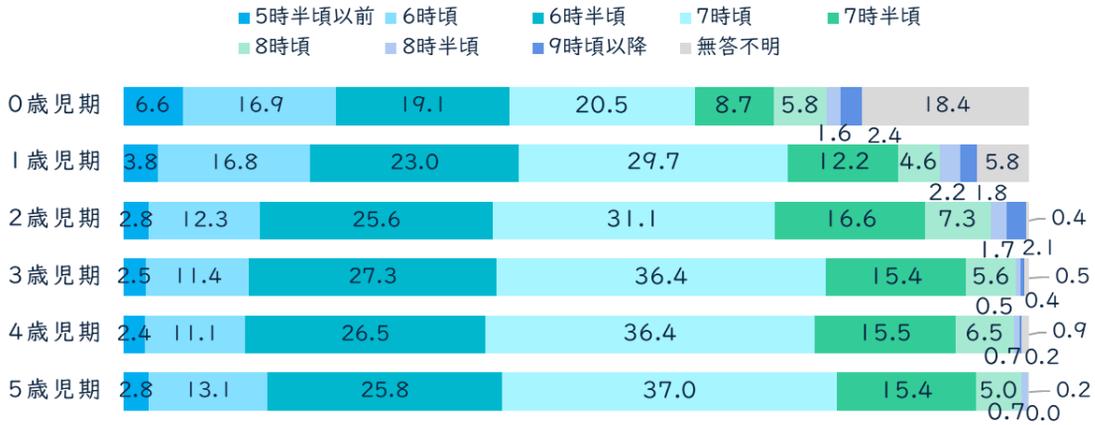
小学校に入学するにあたって、母親の6割が知人や友人との情報交換を行い、5割が預け先の情報収集、約4割が通学路の確認を行っている。小学校のGIGAスクール構想については父母とも8割程度が認知しており、父親のほうがデジタルを活用した学習を前向きに考える割合が高い。

# 生活リズム

1歳児期から5歳児期まで、起床時刻と就寝時刻は、ほぼ変化しない。  
5歳児期の78.7%が「7時半頃」までに起床、73.9%が「21時半頃」までに就寝している。また、昼寝時間は減り、5歳児期で「しない」が65.3%になる。

【図1-1】

起床時刻(%)



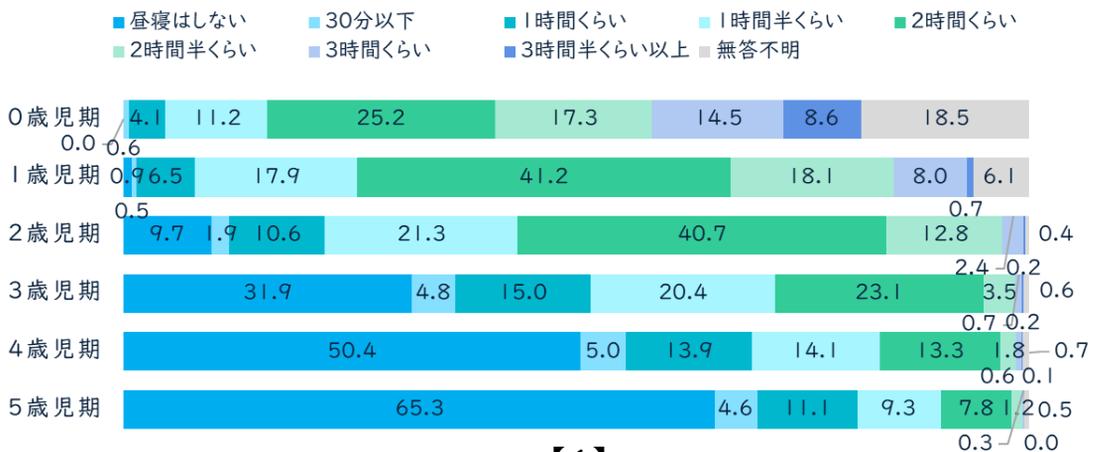
【図1-2】

就寝時刻(%)



【図1-3】

昼寝時間(%)

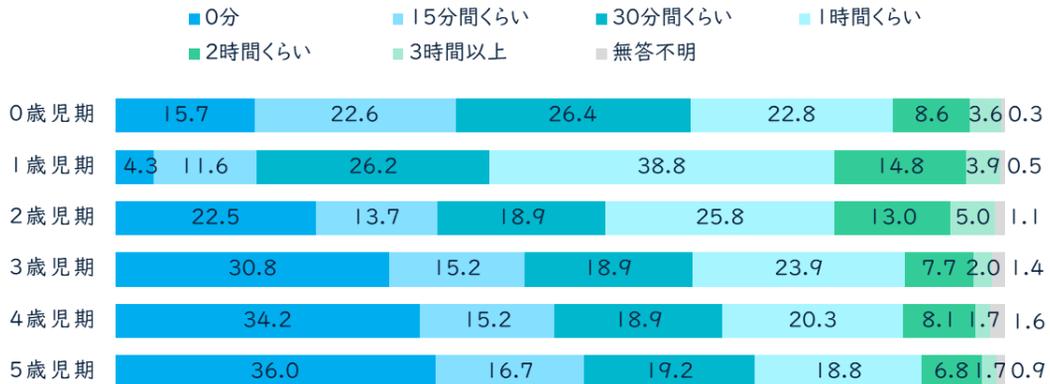


# ■家庭における平日の遊びの時間

外遊びの時間は1歳児期から5歳児期にかけて「0分」の回答が増え、5歳児期に36.0%になる。絵本や本を読む時間の「0分」という回答は、1歳児期に減少するが、その後、2～5歳児期で増える。テレビやDVDの視聴時間は、「0分」の回答は0歳児期から1歳児期にかけて大幅に減少するが、その後、5歳児期にかけて徐々に増加している。一方で、「4時間以上」の回答は2歳児期をピークに減少している。

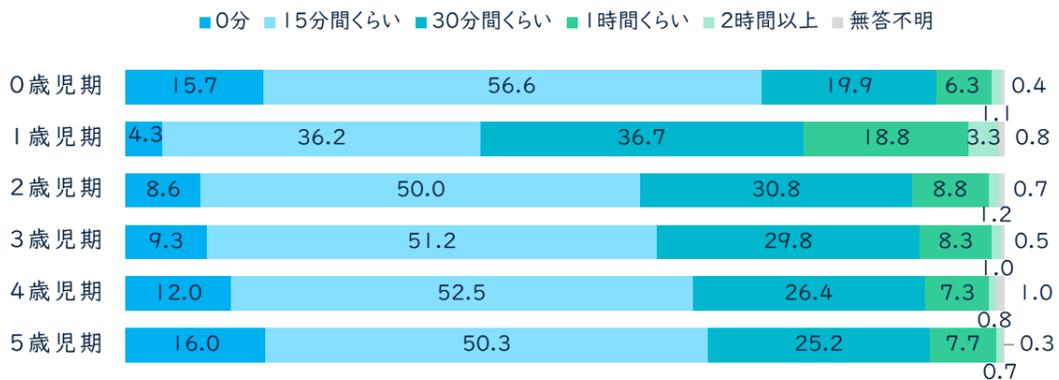
【図1-4】

## 外遊び（お散歩を含む）（%）



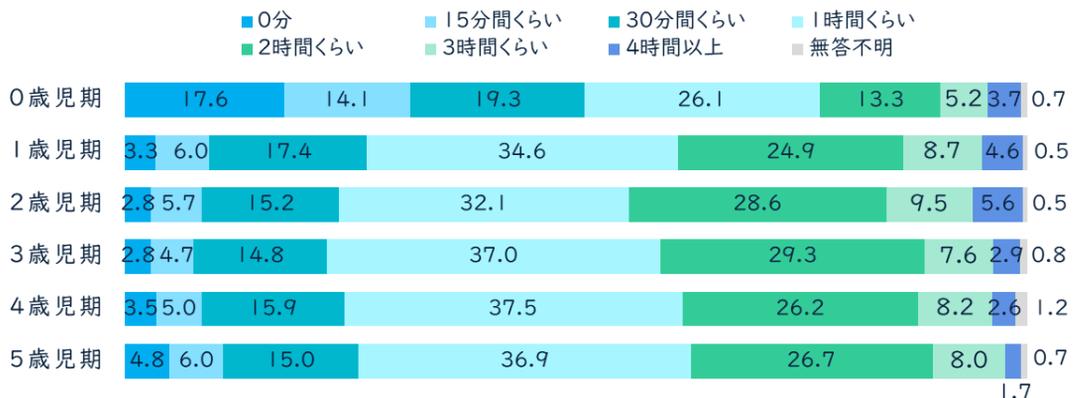
【図1-5】

## 紙の絵本や本（読み聞かせを含む）（%）



【図1-6】

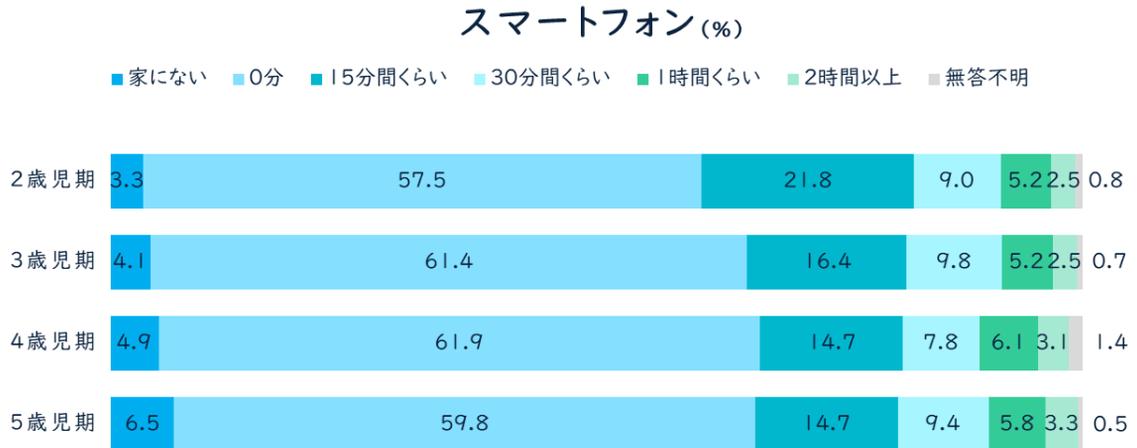
## テレビやDVD（%）



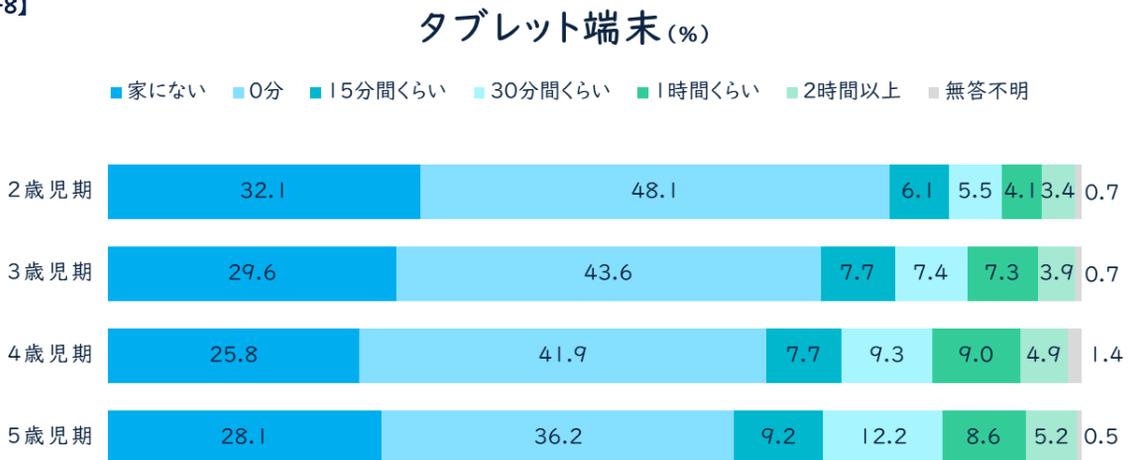
# メディアの時間

幼児期にスマートフォン、タブレット端末、ゲーム機を利用する子どもは全体的に少ないが、タブレット端末とゲーム機を使用する時間は、年齢が上がるにつれて増加する。

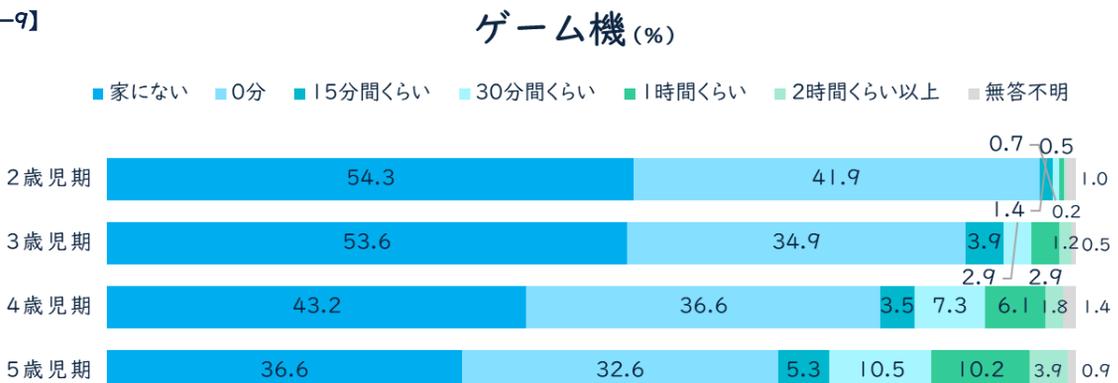
【図1-7】



【図1-8】



【図1-9】

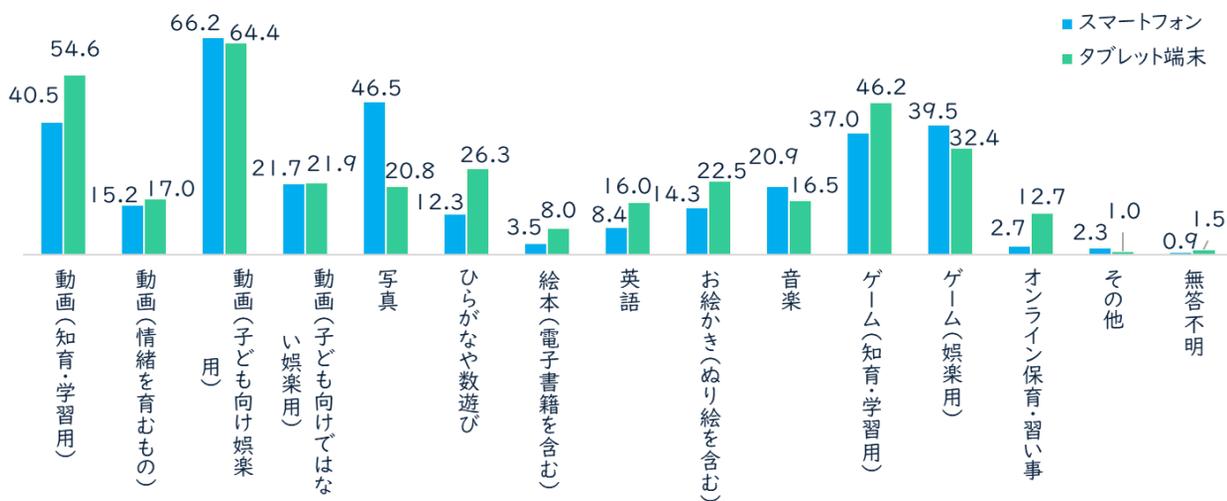


# ■メディアとのかかわり

5歳児期のメディアとのかかわり方をみると、利用するアプリやソフトの種類として最も多かったものは、スマートフォン、タブレット端末、いずれの場合においても、子ども向けの娯楽動画であった。使わせる理由についても、スマートフォン、タブレット端末、いずれも「子どもが使いたがるから」が最も多い回答であった。スマートフォンとタブレット端末の違いとして、アプリやソフトの種類、また利用理由の面からみても、スマートフォンは娯楽、タブレット端末は知育・学習目的で利用されているという傾向がみられた。

【図1-10】

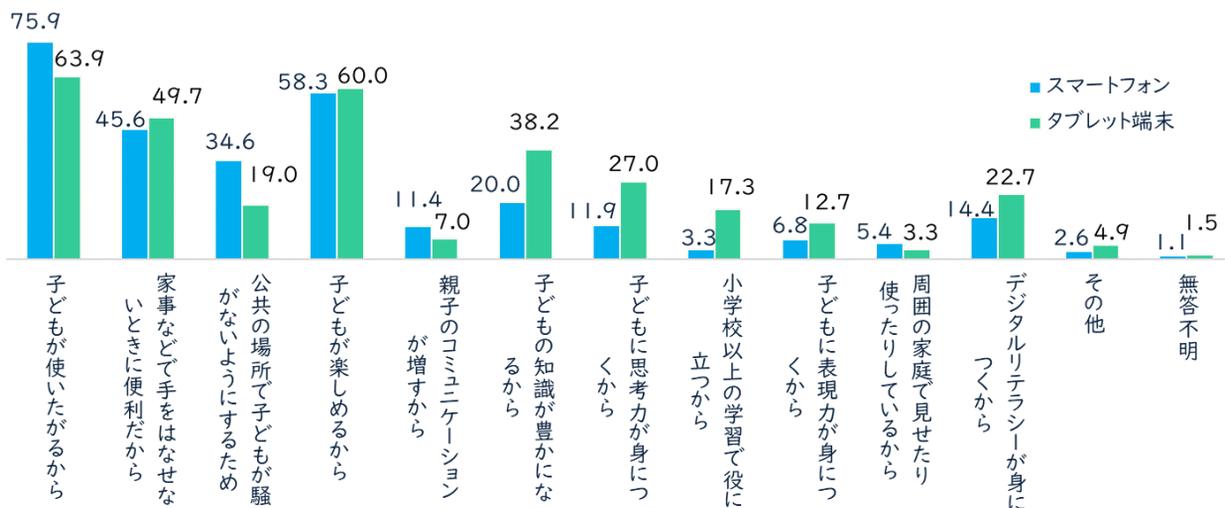
利用アプリやソフトの種類(5歳児期) (複数回答、%)



※「家がない」「0分」と回答した人を除く

【図1-11】

利用させる理由(5歳児期) (複数回答、%)



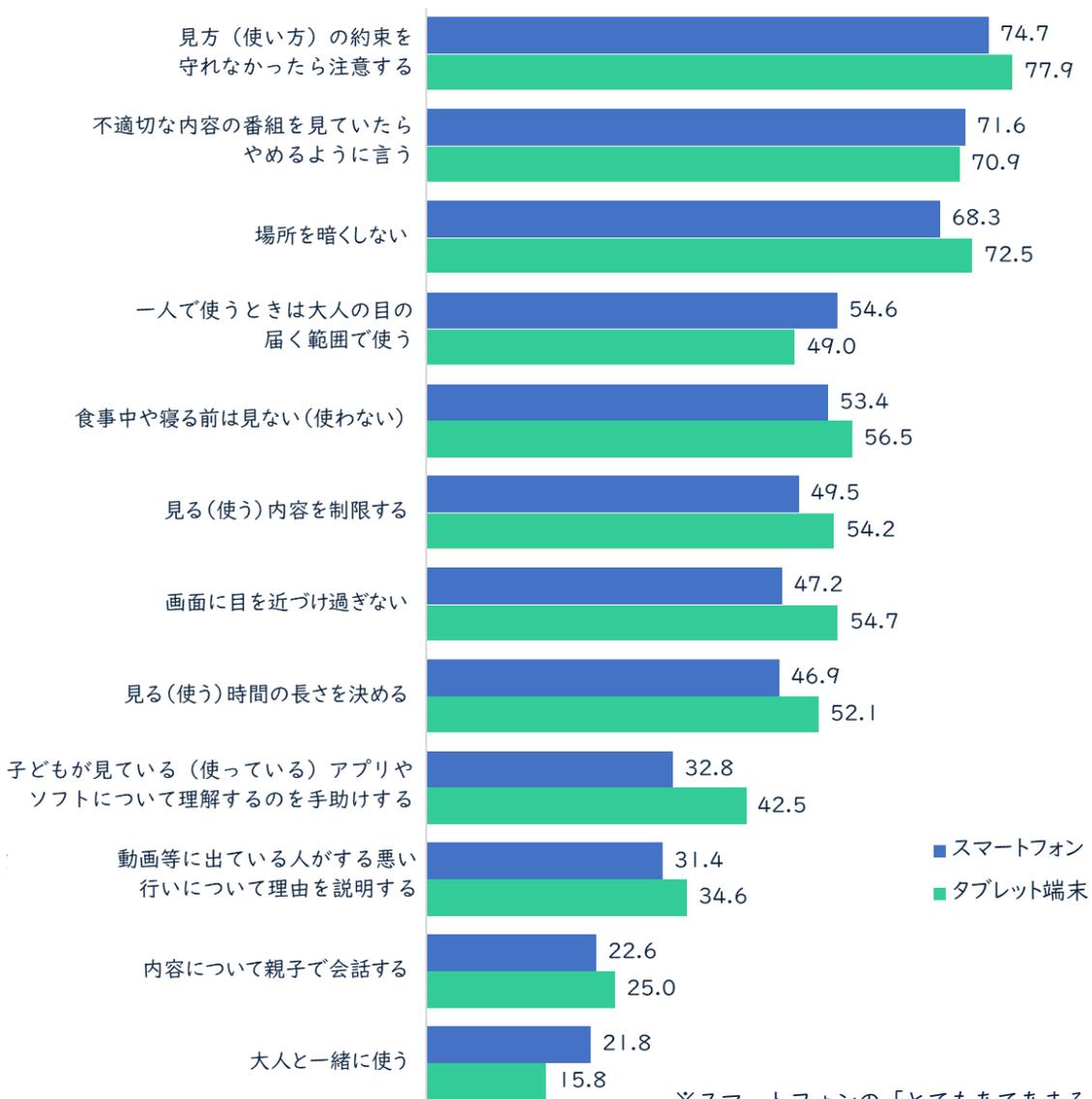
※「家がない」「0分」と回答した人を除く

# ■メディアの使い方

子どもがスマートフォンやタブレット端末を使用しているときに、保護者がどのようなかわり方をしているかについてたずねたところ、使い方に関して注意したり、制限したりするという項目では、70%以上の保護者が「とてもあてはまる」と回答していた。一方で、「大人と一緒に使う」について、「とてもよくあてはまる」と回答したのは、スマートフォンで21.8%、タブレット端末では15.8%となっており、子どもだけで使用する機会も多いことがわかる。

【図1-12】

利用時の使い方やルール(5歳児期)(%)



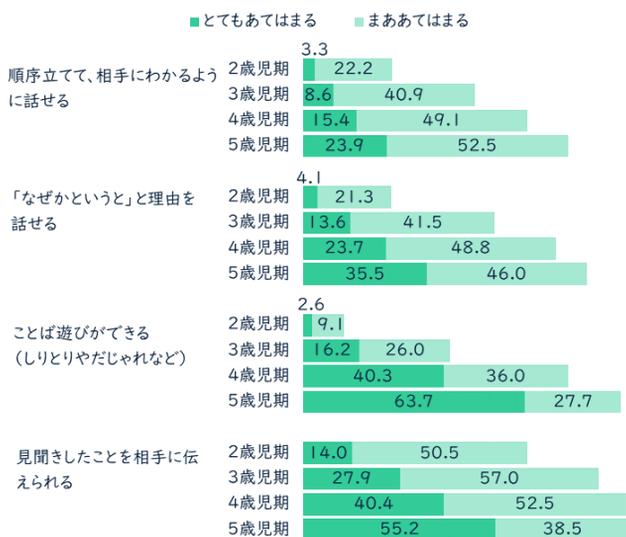
※スマートフォンの「とてもあてはまる」の回答の多い順  
※「家がない」「0分」と回答した人を除く

# ■ 認知的な発達

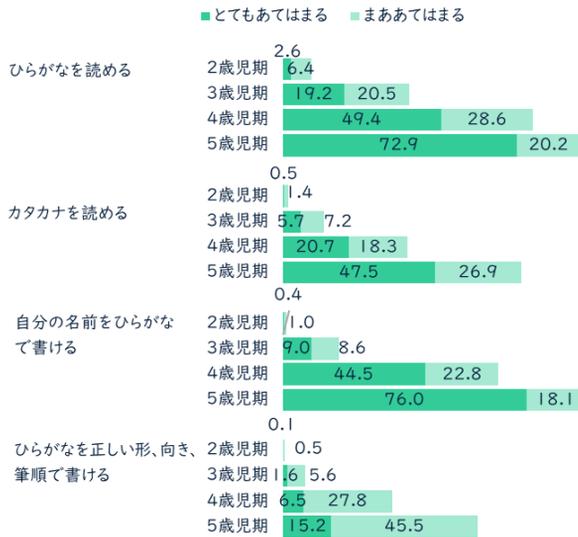
2歳児期から5歳児期にかけて、認知的な発達の変化が大きい。

「言葉」では「ことば遊びができる」が2歳児期から5歳児期にもっとも増え、語彙や表現を豊かに育てている。「文字」を見ると、ひらがなやカタカナを読んだり、書いたりすることができる割合が4歳児期以降に多くなってきている。「数」では4歳児期以降で日常生活で自分の体や身の回りの物を使って数え、「分類」では長さや重さの順や物事の対比を少しずつ理解している。

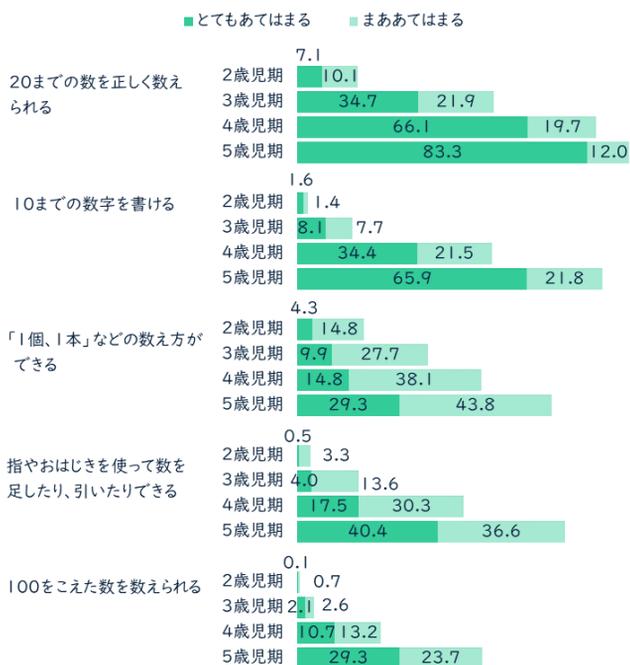
【図1-13】 言葉 (%)



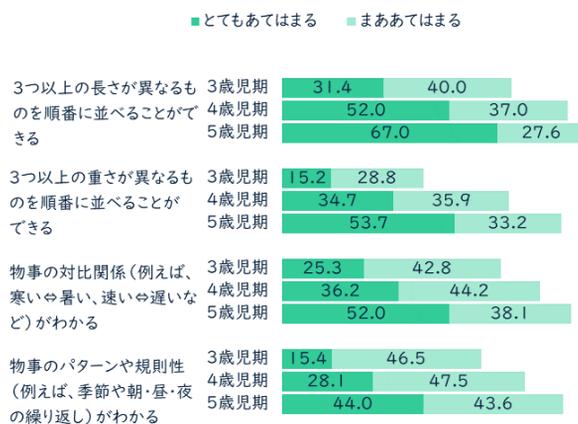
【図1-14】 文字 (%)



【図1-15】 数 (%)



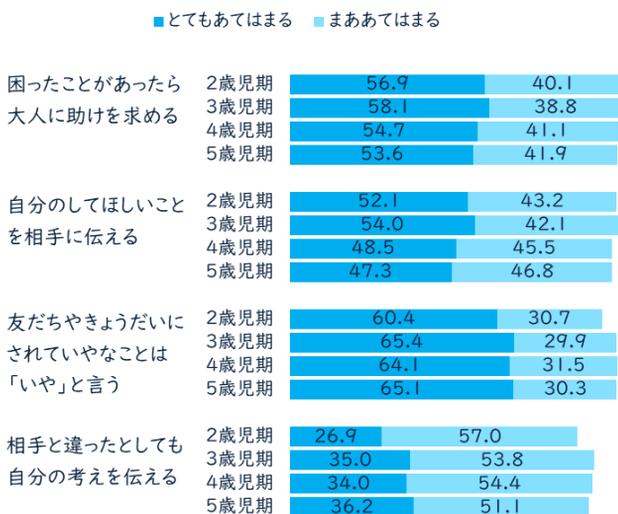
【図1-16】 分類 (%)



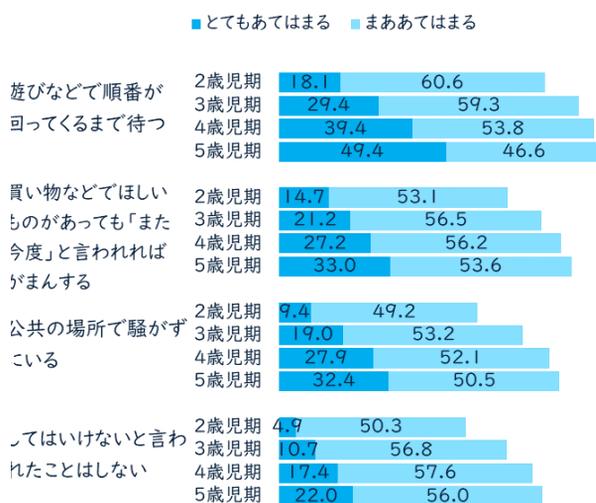
# 社会情動的な発達

社会情動的な発達は、2歳児期から5歳児期にかけて少しずつ育っていく。「自己主張」はどの調査時期においても一貫してあてはまると回答する割合が高かった。「自己抑制」は年齢が上がるにつれてあてはまると回答する割合が増え、4歳児期で8割を超えた項目が多い。「協調性」も同じような傾向がみられ、他者の状況を意識した行動が少しずつとれるようになってきている。「がんばる力」では特に、「うまくいなくてもあきらめずに取り組む」が4歳児期以降に伸びている様子が見られる。

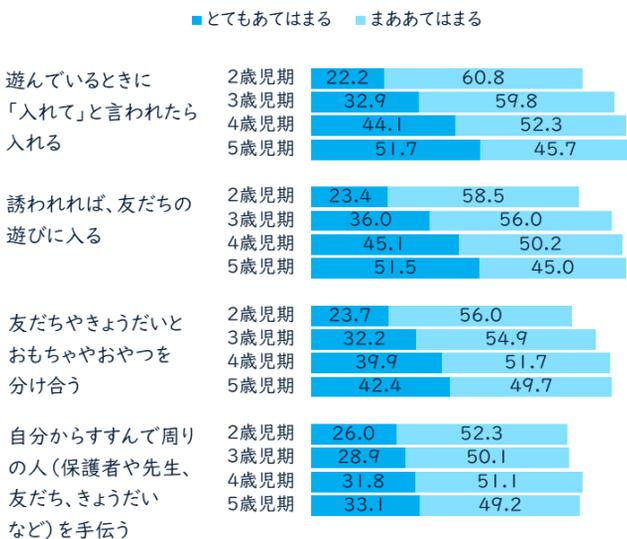
【図1-17】 自己主張 (%)



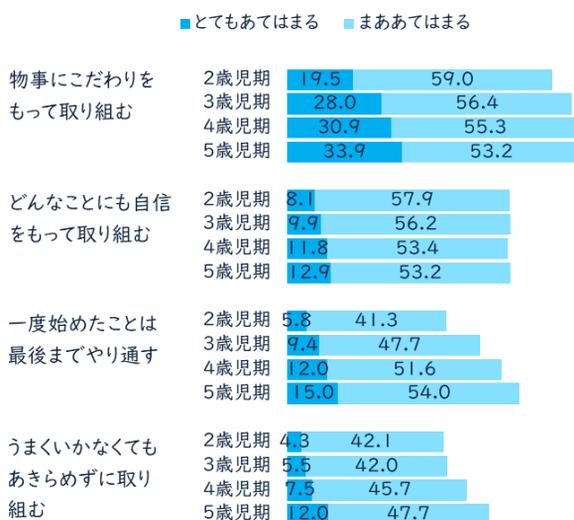
【図1-18】 自己抑制 (%)



【図1-19】 協調性 (%)



【図1-20】 がんばる力 (%)



# ■社会情動的な発達

「拡散的好奇心」は年齢が上がるにつれて、「とてもあてはまる」「まああてはまる」と回答する割合が低くなる傾向がみられる。一方、「特殊的好奇心」は年齢が上がるにつれて、「とてもあてはまる」「まああてはまる」と回答する割合が高くなる傾向がみられ、集中して取り組む力が育まれていると思われる。

「積極性」は、年齢が上がるにつれて「とてもあてはまる」「まああてはまる」と回答する割合が高くなる傾向がみられる。友だちとかかわるなかで、少しずつ自分の気持ちを伝えられる姿がうかがえる。

【図1-21】

## 拡散的好奇心 (%)

■とてもあてはまる ■まああてはまる



【図1-22】

## 特殊的好奇心 (%)

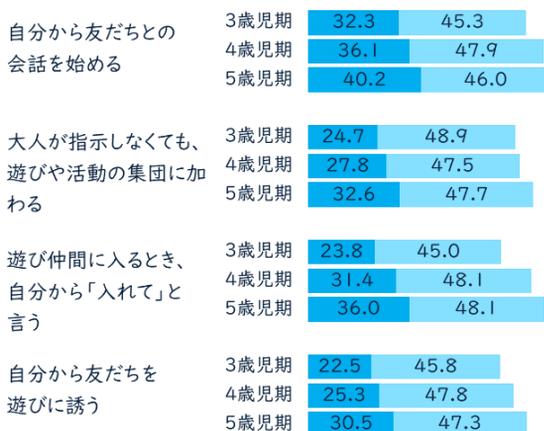
■とてもあてはまる ■まああてはまる



【図1-23】

## 積極性 (%)

■とてもあてはまる ■まああてはまる



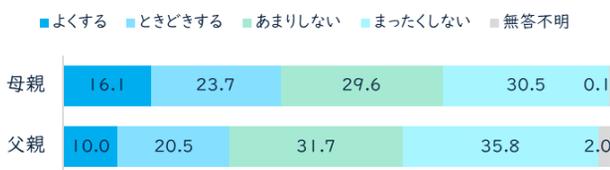
# ■小学校についての情報収集

小学校の入学に向けて、母親の約4割が「小学校までの通学路を一緒に確認している」、約6割が「知人や友人と情報交換をしている」、約5割が「放課後の預け先についての情報収集をしている」と回答している。父親より母親が小学校についての情報収集を行っている割合が高い。

小学校のGIGAスクール構想については父母とも8割程度が認知しており、「子どもの学習にデジタルメディアを活用させたい」と回答したのは母親57.3%、父親71.2%と、父親のほうがデジタルを活用した学習を前向きに考える比率が高い。

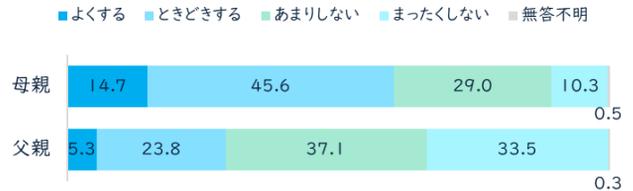
【図1-24】

小学校までの通学路を一緒に確認している (%)



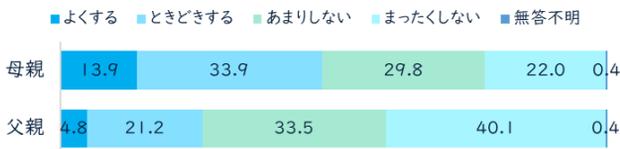
【図1-25】

入学準備について、友人や知人と情報交換をしている (%)



【図1-26】

小学校入学後の放課後の預け先(学童保育など)についての情報収集をしている (%)



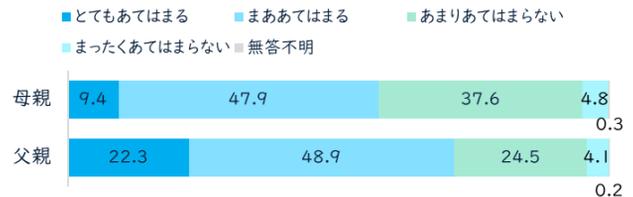
【図1-27】

GIGAスクール構想認知 (%)



【図1-28】

子どもの学習にデジタルメディアを活用させたい (%)



## 2. 保護者の生活と子育て＜要約＞

### ●子育ての時間 (p.16)

0歳児期から5歳児期までの変化をみると、母親の子育て時間は減少していく。一方、父親は4歳児期までほぼ変化せず、5歳児期に「1時間未満」が前年に比べて10ポイント以上高くなる。

### ●家事の時間 (p.17)

父親の平日の家事をみると、子どもの年齢が上がるにつれて、家事をする時間が増える。

### ●子育てに対する意識 (p.18)

「充実している」「楽しい」と、父母ともにほぼ9割以上が子育てを肯定的に捉えている一方、年齢が上がると、否定的な気持ちも増える。

### ●子育ての相談先 (p.19)

0歳児期から5歳児期を通して、父母とも、子育てで「配偶者」を頼る場合が80%以上。また、母親の親族が頼りにされる傾向にある。

### ●保育環境への評価 (p.20)

園の評価は、5歳児期で「子どもは保育者のことが好き」の「とてもあてはまる」が66.3%ともっとも多く、年齢が上がるにつれて増える。

### ●教育観・家族に対する価値観 (p.21)

教育観は、父母ともに9割以上が子どもを「幼児期は自由にのびのび遊ばせたい」と回答している。3歳児期以降、年齢が上がるにつれて「早いうちから文字や数を学ばせたい」に「とてもあてはまる」「まああてはまる」と回答する割合が増加する。

家族に対する価値観は、5歳児期に母親の93.0%、父親の88.5%が「家事・育児を夫婦で分担して行うのは当然だ」としている。

### ●働き方 (p.22)

5歳児期の労働時間をみると、母親で「15～30時間未満」と「30～40時間未満」がそれぞれ3割前後、父親で「50時間以上」が約5割でもっとも多くを占める。帰宅時間は、母親は夕方までに、父親は18時以降に帰宅する割合が高い。

### ●職場の環境 (p.23)

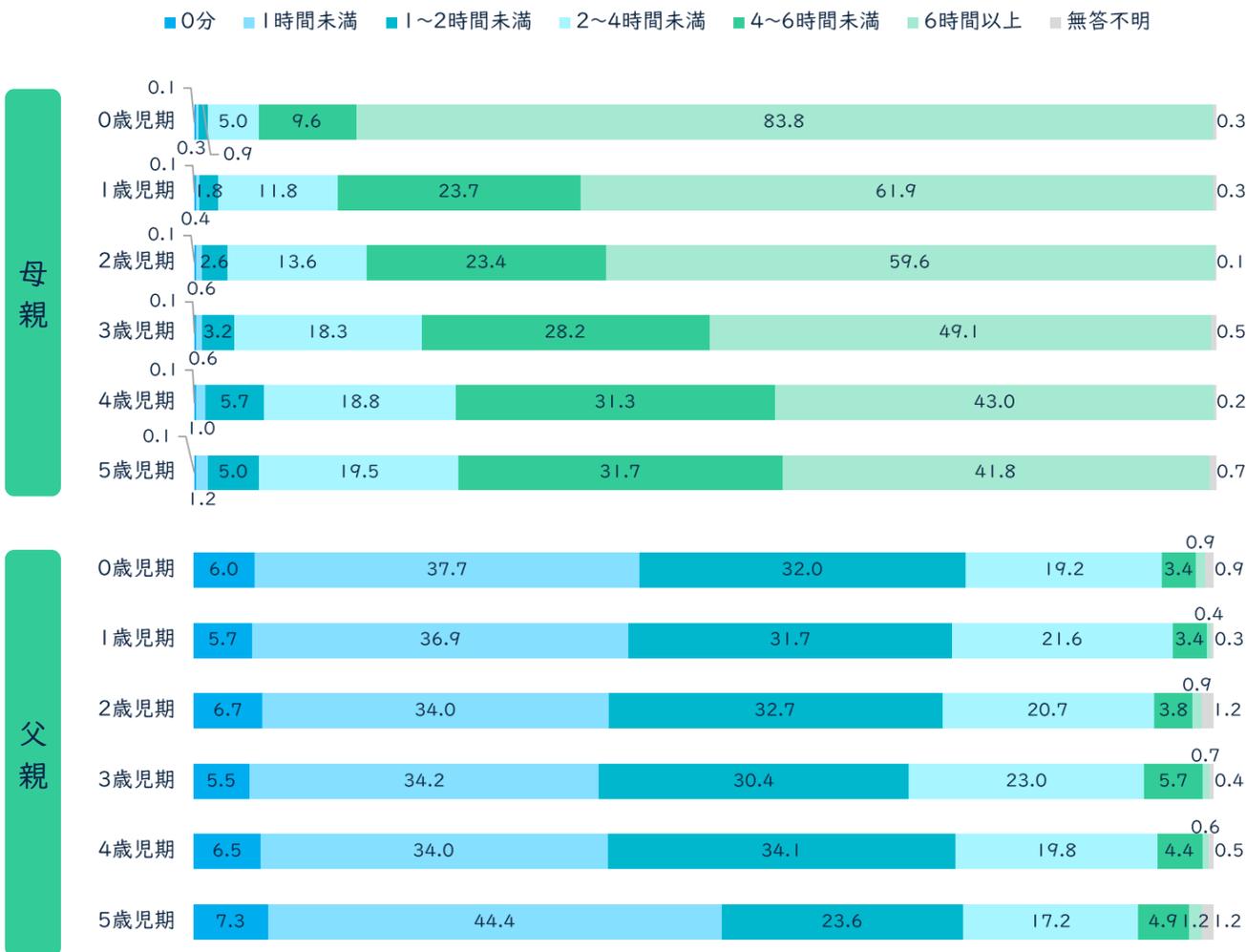
5歳児期をみると、母親と父親で差がもっとも大きいのは「定時で帰りやすい雰囲気がある」で、母親88.7%、父親55.3%である。一方、差がもっとも小さいのは「仕事を通して成長できる」で、母親78.7%、父親79.3%である。

# ■子育ての時間

平日に子育てに充てる時間は、0歳児期の8割以上が6時間以上である一方、父親の7割弱が2時間未満だった。5歳児期までの子育て時間の変化をみると、母親は「6時間以上」が減少（とくに、「15時間以上」が大幅に減少：表2-1）したが、父親は0歳児期から4歳時期までほぼ変化せず、5歳時期に「1時間未満」が前年に比べて10ポイント以上高くなる。

【図2-1】

平日の子育ての時間（%）



【表2-1】6時間以上の内訳

(全体の%)

	0歳児期		1歳児期		2歳児期		3歳児期		4歳児期		5歳児期	
	母親	父親										
6～10時間未満	10.7	0.4	13.1	0.4	19.8	0.6	36.3	0.6	31.9	0.6	33.0	1.0
10～15時間未満	33.0	0.3	25.8	0.0	21.5	0.2	6.7	0.1	7.0	0.0	4.6	0.3
15時間以上	40.1	0.2	23.0	0.1	18.3	0.1	6.1	0.0	4.1	0.0	4.2	0.0

※小数点以下の処理の違いにより、合計がグラフの該当箇所と同じ値にならないことがあります。

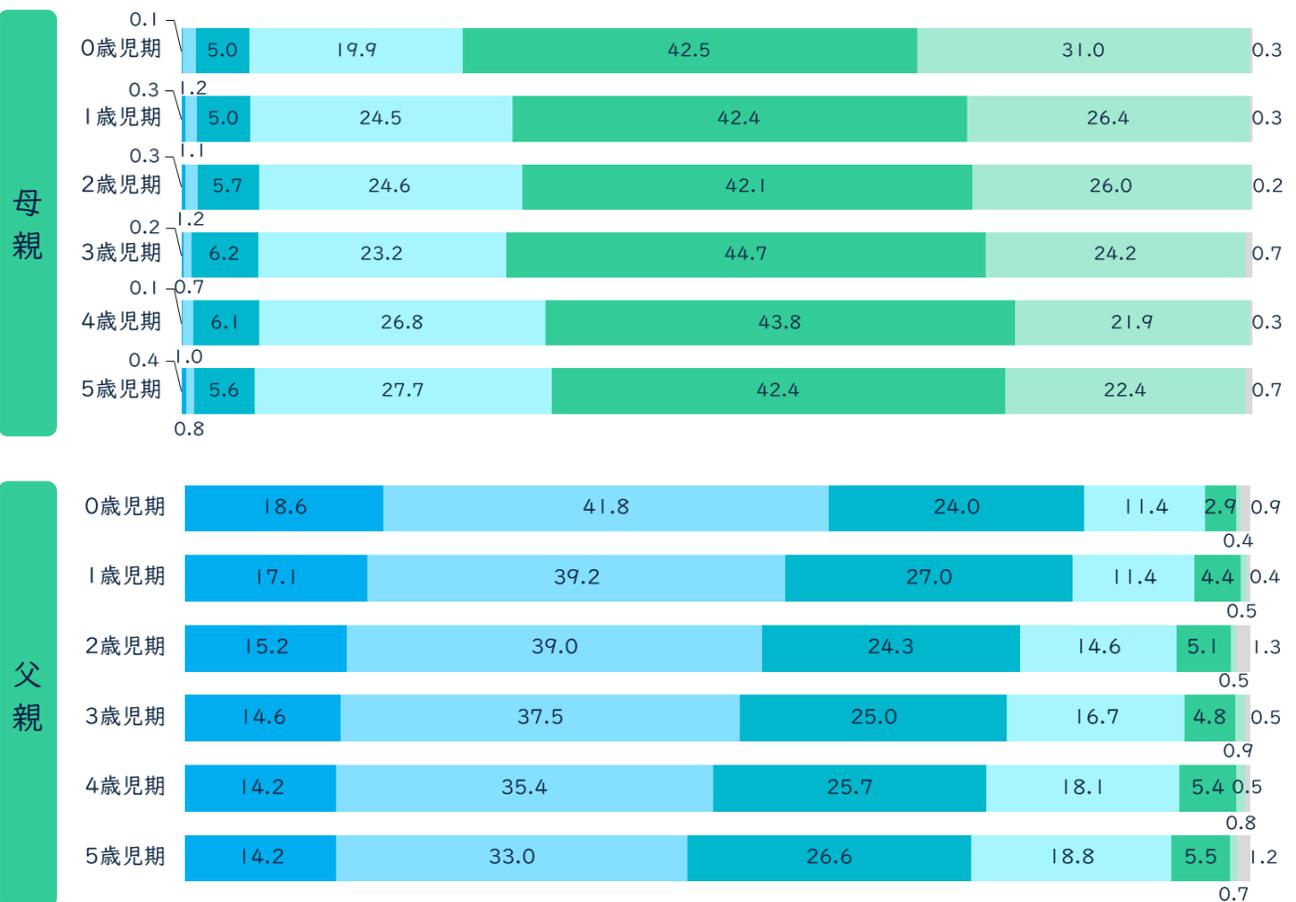
# ■家事の時間

母親の平日の家事時間をみると、0歳児期から5歳児期で大きな変化はみられず、どの調査時期においても、2～4時間未満が最も多い。一方の父親の平日の家事時間は、5歳児期では最も多いのが30分未満で33.0%、次いで「30分～1時間未満」で26.6%であった。全体として、子どもの年齢が上がるにつれて家事をする時間が増えている。

【図2-2】

平日の家事の時間(%)

■ 0分 ■ 30分未満 ■ 30分～1時間未満 ■ 1～2時間未満 ■ 2～4時間未満 ■ 4時間以上 ■ 無答不明



【表2-2】4時間以上の内訳

(全体の%)

	0歳児期		1歳児期		2歳児期		3歳児期		4歳児期		5歳児期	
	母親	父親										
4～6時間未満	20.1	0.2	16.9	0.4	16.7	0.4	17.1	0.7	15.2	0.7	15.1	0.7
6時間以上	10.9	0.3	9.5	0.2	9.3	0.1	7.1	0.2	6.7	0.1	7.3	0.0

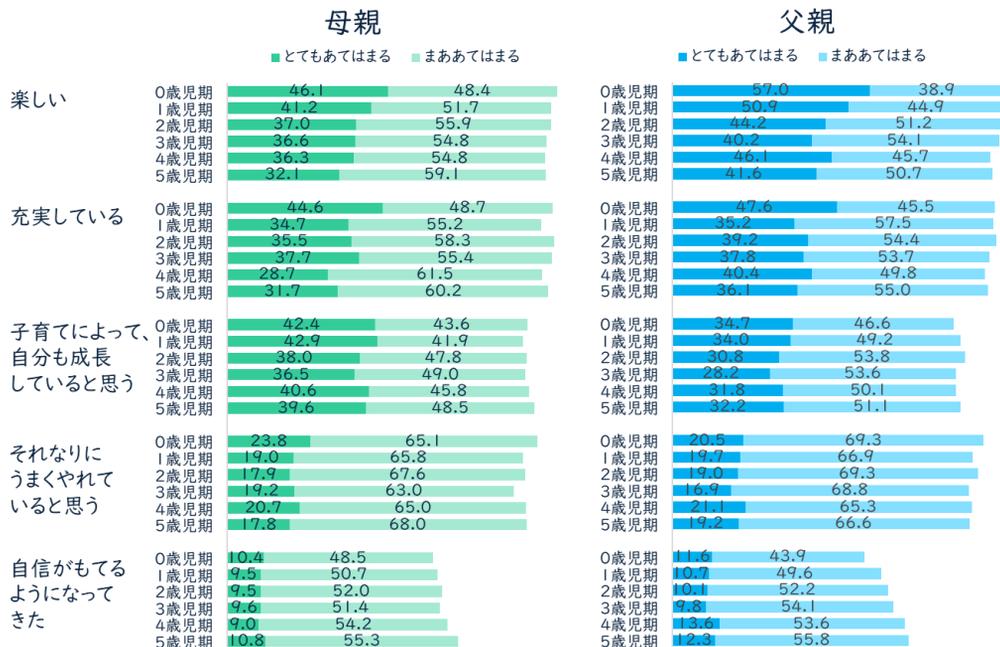
※小数点以下の処理の違いにより、合計がグラフの該当箇所と同じ値にならないことがあります。

# ■子育てに対する意識

父母ともにほぼ9割以上が子育てを「充実している」「楽しい」と肯定的に捉えている。子どもの年齢が上がると、「自信がもてるようになってきた」が増える一方、「いつも時間に追われていて苦しい」や「他の子どもと比べて落ち込むことがある」といった子育てへの否定的な気持ちも増えている。

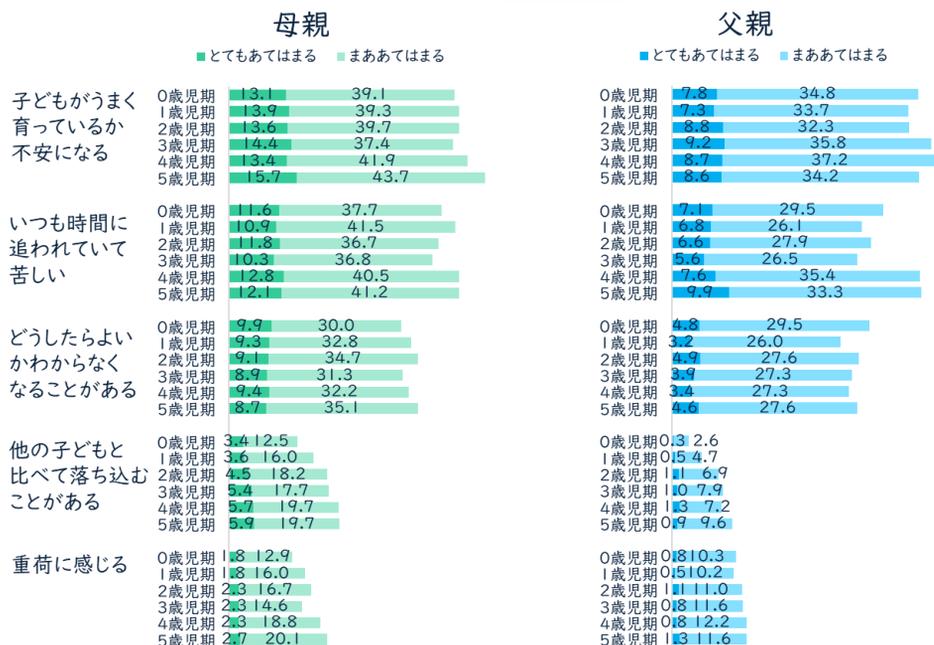
【図2-3】

子育てへの肯定的な気持ち(%)



【図2-4】

子育てへの否定的な気持ち(%)

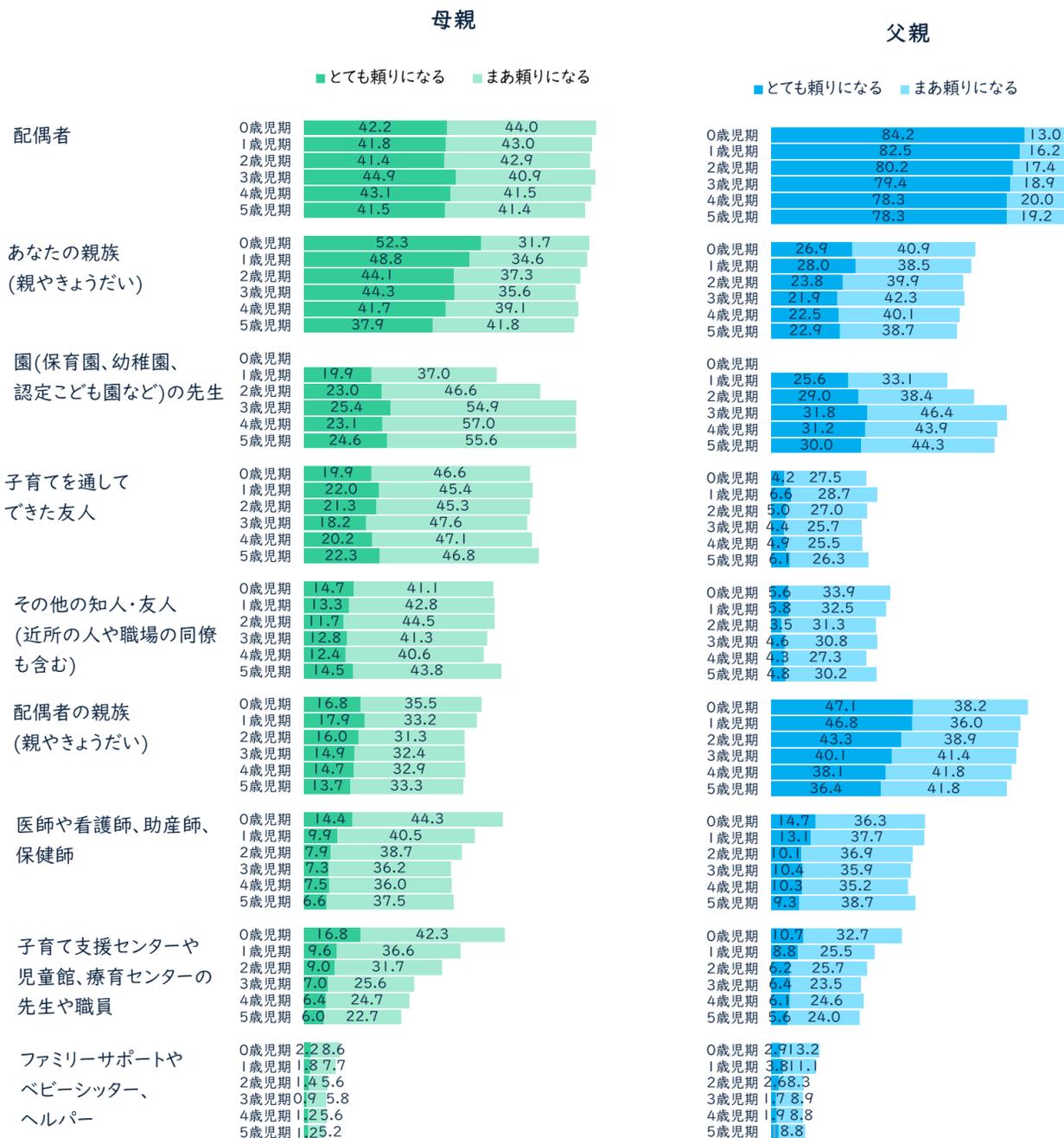


# ■子育ての相談先

0歳児期から5歳児期を通して、父母とも、子育てで「配偶者」を頼る場合が8割以上である。また、5歳児期で見ると、母親は「あなたの親族」が79.7%、父親は「配偶者の親族」が78.2%と、いずれも母親の親族が頼りにされる傾向にある。

【図2-5】

子育てで頼りにしている人(%)



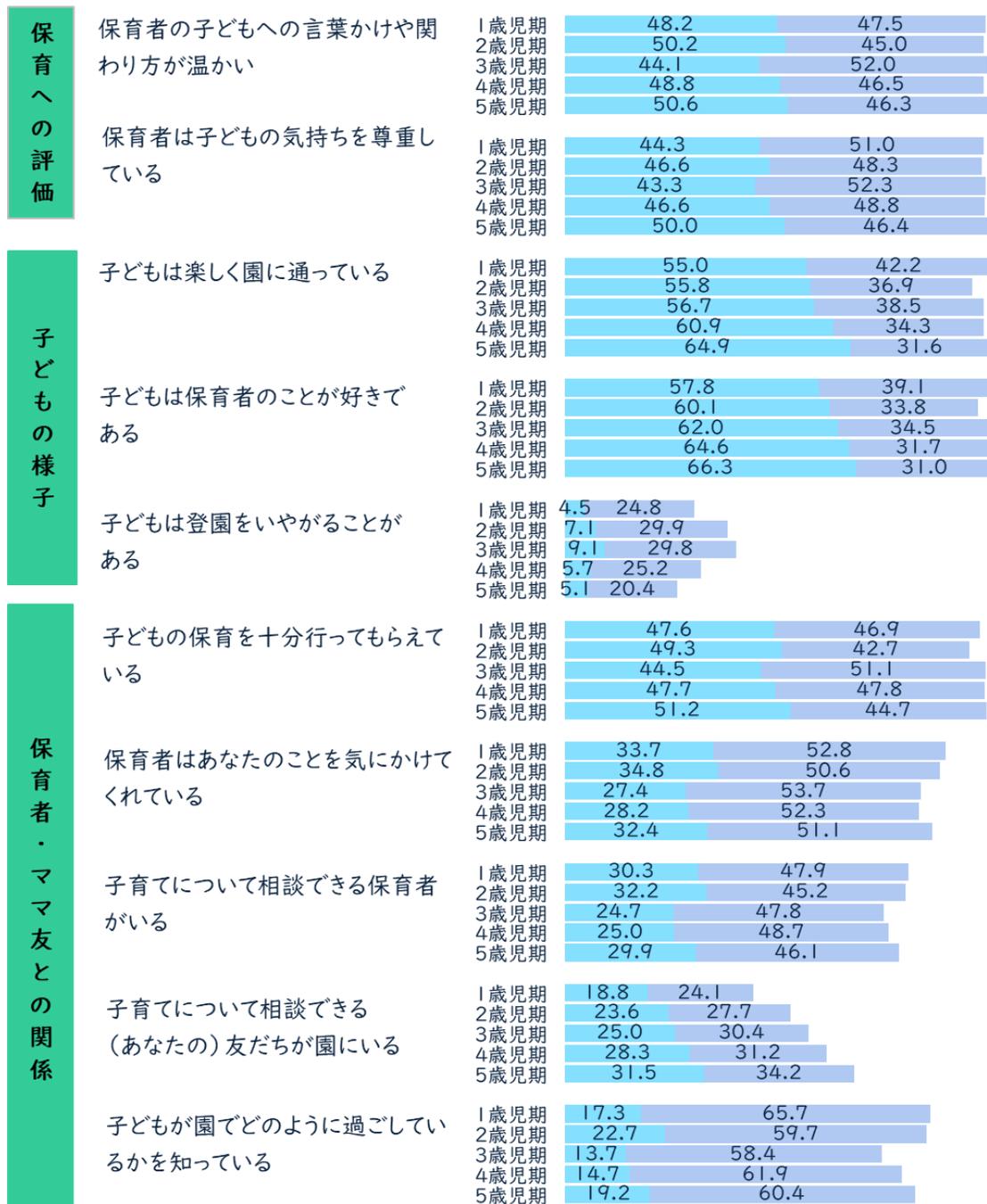
# ■ 保育環境への評価

園の評価は、5歳児期で「子どもは保育者のことが好き」の「とてもあてはまる」が66.3%ともっとも多く、年齢が上がるにつれて増えていく。また、「子育てについて相談できる友だちが園にいる」も「とてもあてはまる」「まああてはまる」と回答する割合が増えていく。

【図2-6】

## 保育環境への評価 (%)

■ とてもあてはまる ■ まああてはまる



# ■教育観・家族に対する価値観

父母ともに9割以上が子どもを「幼児期は自由にのびのび遊ばせたい」と回答しているが、3歳児期以降、年齢が上がるにつれて「早いうちから文字や数を学ばせたい」に「とてもあてはまる」「まああてはまる」と回答する割合が増加する。また、5歳児期に母親の93.0%、父親の88.5%が「家事・育児を夫婦で分担して行うのは当然だ」としている。

【図2-7】

母親

父親

(%)

■とてもあてはまる ■まああてはまる

■とてもあてはまる ■まああてはまる

幼児期は自由に  
のびのび遊ばせたい



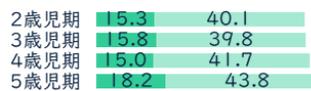
早いうちから文字や  
数を学ばせたい



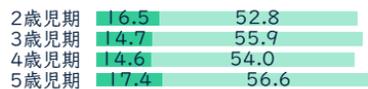
できるだけいい大学に  
入ってほしい



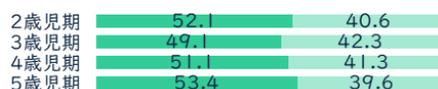
早いうちから英語を  
学ばせたい



子どもの教育のためには  
お金を惜しみたくない



家事や育児を夫婦で分担  
して行うのは当然だ



子育てをしない男性は父親  
とは呼べないと思う



家族を経済的に養うのは父  
親の役割だと思う



子どもが小さいうちは、母親  
は子育てに専念するほうが  
よい



男性は外で働き、女性は家  
庭を守るのがよい



\*2歳児期の調査ではたずねていない

教育観

家族に対する価値観

# 働き方

5歳児期の母親・父親の労働時間をみると、母親で「15～30時間未満」と「30～40時間未満」がそれぞれ3割前後、父親で「50時間以上」が約5割でもっとも多くを占める。帰宅時間は、母親は夕方までに、父親は18時以降に帰宅する比率が高い。

【図2-10】

週あたりの労働時間（有職者・母親）（%）



【図2-11】

週あたりの労働時間（有職者・父親）（%）



【図2-12】

仕事がある日の帰宅時間（有職者）（%）



# ■ 職場の環境

5歳児期を見ると、母親と父親で差がもっとも大きいのは「定時に帰りやすい雰囲気がある」で、母親88.7%、父親55.3%である。一方、差がもっとも小さいのは「仕事を通して成長できる」で、母親78.7%、父親79.3%である。

【図2-13】

## 職場の環境 (%)

### 母親

### 父親

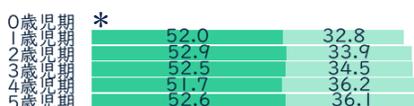
■ とてもあてはまる ■ まああてはまる

■ とてもあてはまる ■ まああてはまる

部下が子育てに時間を割くことに、  
上司は理解がある



定時に帰りやすい雰囲気がある



休みをとったり、早退しやすい



仕事を通して成長できる



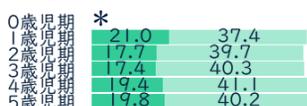
自分で仕事の順番・やり方を  
決められる



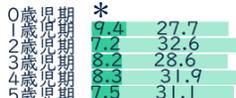
自分のペースで仕事ができる



職場の仕事の方針に  
自分の意見を反映できる



仕事の要求度が高すぎる



仕事の量が多くて  
時間内に処理しきれない



\*母親の0歳児期調査ではたずねていない

## ●研究プロジェクトのメンバー

### ●東京大学大学院教育学研究科附属発達保育実践政策学センター (CEDEP)

遠藤 利彦 (センター長・教授)  
野澤 祥子 (准教授)  
大久保 圭介 (特任助教)  
則近 千尋 (東京大学博士課程)  
江見 桐子 (東京大学博士課程)

### ●ボード会

秋田 喜代美 (学習院大学)  
佐藤 香 (東京大学社会科学研究所)  
島津 明人 (慶應義塾大学)  
小崎 恭弘 (大阪教育大学)

### ●ベネッセ教育総合研究所

野澤 雄樹 (所長)  
高岡 純子 (調査研究課・主席研究員)  
松本 聡子 (調査研究課・研究員)  
木村 治生 (調査研究課・主席研究員)  
森永 純子 (調査研究課・主任研究員)  
李 知苑 (外部研究員)



### ベネッセ教育総合研究所の webサイトのご紹介

ベネッセ教育総合研究所

検索

<https://berd.benesse.jp/>

ベネッセ教育総合研究所では、各研究室の研究の成果をwebサイトに掲載しています。

編集・発行

ベネッセ教育総合研究所

〒206-8686 東京都多摩市落合1-34

発行日：2023年9月15日

発行人：野澤雄樹

編集人：木村治生

発行所：(株)ベネッセコーポレーション ベネッセ教育総合研究所

企画・制作：ベネッセ教育総合研究所

デザイン：田村徳子