

幼児の添い寝に関する実態調査

Research on nighttime co-sleeping of parents and kindergartener

吉田美奈 浜崎隆司 黒田みゆき
Yoshida Mina Hamazaki Takashi Kuroda Miyuki

キーワード：添い寝、実態調査、幼児、KH Coder、理想と現実

1. 問題と目的

添い寝に関する主要な先行研究からは、近代以降の日本において乳幼児の就寝形態の主流が時期により変動していたことが読み取れる。Caudill & Plathの調査によれば、1～5歳児の91%が添い寝をしていた⁽¹⁾。しかし、約10年後に出された小澤・上田の調査報告では、地域差のあることが述べられているものの、2歳児で添い寝をしていたのは約40%とその割合が大きく下がる⁽²⁾。さらに、上田・中村が3歳児を対象に行った調査では、添い寝をしている子どもの割合が約49%であり⁽³⁾、吉田・山中・巷野・中村・山口・中澤の調査結果によれば25～36カ月の子どものうち添い寝をしていたのは65%と、回復する兆しを見せている⁽⁴⁾。

添い寝をしている子どもの割合が大きく落ち込んだ1960年代から1970年代にかけては、子どもに触れない育児法が推奨されていた外国に倣い、一人寝をさせようという考え方が主流になったとみられる。この時期、梶によれば「日本においては、戦後、高度成長期といわれる時期に欧米流の育児法が推奨され、従来の「抱っこ」「添い寝」は子どもの自立心の発展を損ない、育児に手間もかかると否定的に考えられた。」ということである⁽⁵⁾。しかし、このような傾向も1980年代を境に変化し、添い寝に対する肯定的な考えが広がっていったようである。この変化の背景について、吉田ら⁽⁴⁾は1980年に発足した厚生省の母子相互作用研究班が6年にわたって展開した、子どもの心身の発達における母子関係の重要性に関する研究が育児様式に及ぼした影響について指摘している。また、園部・上田⁽⁶⁾及び梶⁽⁵⁾は、1985年に大幅改訂された母子手帳副読本『赤ちゃん』により、抱っこやそれまで批判的に捉えられていた添い寝が乳幼児に与える安心感が積極的に評価され、母子関係の情緒的側面から必ずしも否定できないとの見方が出現したことを指摘している。

親子が添い寝をすることについて、日本では乳児が相互依存的な関係を持つことができるよ

うな人間へと変容していくことを促す働きをされると考えられていると指摘する先行研究⁽⁷⁾があり、部屋数があっても家族が寄り添って寝る傾向にあるといった報告もなされている⁽⁸⁾⁽⁹⁾。また、親子の関わり方に関して、岡田は、アメリカで生み出された概念であるスキンシップが日本において欧米以上に受け入れられた理由として、「日本の子育てが母子密着型であり、自然な形でスキンシップが行われ、スキンシップを受け入れる素地があった」と指摘している⁽¹⁰⁾。これらの先行研究からは、日本においては密接な親子関係が好まれるとともに、添い寝が居住スペースといった環境的要因とは関係なく、子どもの就寝時における親の関わり方として重視されてきたことが示唆される。

ただ、2000年代に入ってから添い寝の割合や添い寝に対する保護者の考え方など、添い寝の実態に関する調査がほとんどされていない。しかし、上述したように日本では添い寝が環境的要因に左右されない親子のコミュニケーションの一つとして選択されている様子が見られることから、添い寝が現在でも子どもの主流な就寝形態であることが容易に推測できる。そのため、添い寝の割合など現状および保護者が抱く添い寝に対する考えを探り、子どもとの添い寝が保護者にとってどのような意味を持つものであるのかを明らかにすることには意義があるのではないだろうか。

本研究では、幅広く調査をするため公立幼稚園に通わせることが第一の選択肢となる地方都市と、同じく私立の幼稚園に通うことが第一の選択肢となる都市化の進んだ地域の幼稚園児の保護者を対象に添い寝の実態を調査・分析した。結果は今後、望ましい添い寝のあり方を明らかにするための足がかりとしたい。

2. 手続き

2.1 対象

T県N市の公立幼稚園およびH県A市内の私立幼稚園に通う4歳～5歳の子どもの保護者495名。質問紙は各園において教諭を通じ、各家庭に頒布された。回収方法については、各家庭において保護者が質問紙に記入後、個人用回収封筒に入れて封をし、それを各園で取りまとめてもらい当方に返送してもらう形式をとった。その結果、374名からの回答を得た。実際にデータ分析に用いたのは、T県139名、H県235名の計372名分であった。495通を分母とする回収率は75.6%であった。

2.2 方法および手続き

質問紙法。質問紙(無記名)を配布し、選択式の設問については2個～7個の選択肢から最も当てはまるものを選択するよう、また記述式の設問については例を示して回答を記入するよう依頼した。調査時期は2013年11月～2014年6月であった。

2.3 質問紙

質問項目は選択式12問、記述式6問の計18問用意した。まず、子どもの年齢・性別、保護者自

身の添い寝経験について質問した。そして現在、子どもと夜間添い寝をしているか尋ねた。現在添い寝をしていると回答した者には子どもと添い寝をしている人物や添い寝の頻度など添い寝の状況、保護者が望ましいと考える添い寝の頻度や添い寝をする人物、添い寝をやめる時期など添い寝のありかた、添い寝をしていてよかったことや困ったことおよび就眠儀式について質問した。現在添い寝をしていないと回答した者のうち、過去に添い寝をしていた者には添い寝をいつまでしていたか、その頻度および添い寝をやめたきっかけについて質問した。

2.4 分析

回答を年齢別、性別、保護者の添い寝経験の有無、望ましい添い寝についての考え方などで分け、選択または記述された項目の割合の多少を比較した。

3. 結果と考察

3.1 添い寝と一人寝の割合

まず、分析対象となった回答全体について、現在子どもと添い寝をしている親の回答と添い寝をしていない親の回答に分け、さらに子どもの年齢別、性別、そしてA市(都市部)とN市(地方)で分けた(Table1)。

Table 1 子どもの年齢別にみた添い寝と一人寝の割合(人数)

	4歳0か月～4歳11か月						5歳0か月～5歳11か月					
	全体(<i>n</i> =169)		都市部(<i>n</i> =103)		地方(<i>n</i> =66)		全体(<i>n</i> =191)		都市部(<i>n</i> =125)		地方(<i>n</i> =66)	
	男児 (<i>n</i> =85)	女児 (<i>n</i> =84)	男児 (<i>n</i> =47)	女児 (<i>n</i> =56)	男児 (<i>n</i> =38)	女児 (<i>n</i> =28)	男児 (<i>n</i> =95)	女児 (<i>n</i> =96)	男児 (<i>n</i> =63)	女児 (<i>n</i> =62)	男児 (<i>n</i> =32)	女児 (<i>n</i> =34)
添い寝 している	87.1(74)	91.7(77)	85.1(40)	92.9(52)	89.5(34)	89.3(25)	89.5(85)	89.6(86)	92.1(58)	91.9(57)	84.4(27)	85.3(29)
添い寝 していない	12.9(11)	8.3(7)	14.9(7)	7.1(4)	10.5(4)	10.7(3)	10.5(10)	10.4(10)	7.9(5)	8.1(5)	15.6(5)	14.7(5)

4歳児、5歳児ともに、夜間に添い寝をしている子どもの割合は、男児で84.4～92.1%、女児で85.3～92.9%と、吉田ら(1997)の25～36か月児の調査における添い寝の割合(65%)および吉田・浜崎⁽¹¹⁾の大学生を対象とした調査における幼少時の添い寝の割合(74.4%)より高かった。

4歳児について、「添い寝している」と「添い寝していない」という回答の比率の差を、直接確立法による検定(Java Script Star internet版)により分析した。その結果、都市部の男児と女児、地方の男児と女児、都市部の男児と地方の男児、また都市部の女児と地方の女児の添い寝の割合のいずれにも有意差は見られなかった。5歳児についても同様の検定を行ったところ、都市部の男児と女児、地方の男児と女児、都市部の男児と地方の男児、また都市部の女児と地方の女児の添い寝の割合のいずれにも有意差は見られなかった。4歳児と5歳児の添い寝の割合についても、地域別・男女別に同様の分析を行った。その結果、都市部・地方とも4歳児と5歳

児で添い寝の割合に有意差はみられなかった。

上田・小澤・渡辺の調査では、添い寝の割合に地域差があり、沖縄群と岩手群と東京群で添い寝の頻度を比較したところ、沖縄群と岩手群の添い寝の頻度が高かったことが報告されている⁽¹²⁾。つまり、都市部に比べ地方の添い寝の割合が高いことが指摘されているのであるが、本調査では、4歳児・5歳児ともに、都市部と地方で添い寝の割合に有意差は見られず、先行研究とは異なる結果となった。

この結果から、添い寝する理由の一つとして日本の家族の添い寝に対する考え方があげられる。森岡、飯長らの報告では、部屋数があっても家族が一つの部屋で寄り添って寝る傾向にあると指摘されている⁽⁸⁾⁽⁹⁾。この指摘からは、日本では、添い寝が居住スペースといった環境的な要因とは無関係に、子どもの就寝時における親の関わり方として重視されていることがうかがえる。

添い寝の割合に性差がみられなかったことについて、一般的に、男性は女性に比べ早期の自立を奨励されることが推測できるため、添い寝の割合も男児の方が低いと予想されたのだが、添い寝に関しては、性役割よりも添い寝を通じて子どもと関わりを持つことの方が重視されているのであろう。子どもの年齢で添い寝の割合に差が見られなかったことから、添い寝が習慣化していることが考えられる。

3.2 添い寝経験の伝承

分析対象となった回答全体について、親自身に添い寝をしてもらった経験がある場合とない場合に分け、さらに都市部と地方、また現在子どもと添い寝をしている親、過去に添い寝をしていたが現在はしていない親、そして子どもと添い寝をしたことがない親に分けた(Table2)。

Table2 親の添い寝経験の有無と添い寝と一人寝の割合(人数)

	親に添い寝経験あり			親に添い寝経験なし		
	全体 (<i>n</i> =271)	都市部 (<i>n</i> =189)	地方 (<i>n</i> =82)	全体 (<i>n</i> =60)	都市部 (<i>n</i> =40)	地方 (<i>n</i> =20)
添い寝している	91.5(248)	91.5(173)	91.5(75)	78.3(47)	87.5(35)	60.0(12)
過去に添い寝していた	8.5(23)	8.5(16)	8.5(7)	15.0(9)	10.0(4)	25.0(5)
添い寝したことがない	0.0(0)	0.0(0)	0.0(0)	6.7(4)	2.5(1)	15.0(3)

親自身に添い寝をもらった経験がある場合、都市部と地方の両地域ともに「子どもと添い寝している」、または「過去には添い寝をしていた」と答えた者を合わせると100%であった。一方、親に添い寝経験がない場合には、子どもと添い寝をした経験がないと答えた者が少数ながら存在する。

園部・上田によると、母親の子ども時代の就寝形態が添い寝に関連していることが指摘されており⁽⁶⁾、調査結果はこの指摘を裏付けるものとなった。

また、親に添い寝経験がない場合について、「添い寝している」と「過去に添い寝していた」を合わせて「子どもとの添い寝経験あり」とし、都市部と地方の「子どもとの添い寝経験あり」と「(子どもと)添い寝したことがない」という回答の比率の差を直接確立法による検定により分析した。その結果、都市部と地方で有意差はみられなかった。

3.1の分析と同様、親に添い寝経験がある場合もない場合も、子どもとの添い寝の割合に地域差はなく、子どもの就寝形態の選択においては、親の子ども時代の就寝形態が1つの要因となっていることがうかがえる。

3.3 添い寝の現状

3.3.1 誰と添い寝しているか

分析対象となった回答全体について、子どもと添い寝をしている人物ごとに分け、さらに性別に分けた(Table3)。回答は日常的に子どもと添い寝をしている人物とし、複数回答可とした。

Table3 子どもと添い寝している人物の割合(人数)

	全体(<i>n</i> =389)		都市部(<i>n</i> =238)		地方(<i>n</i> =151)	
	男児 (<i>n</i> =186)	女児 (<i>n</i> =203)	男児 (<i>n</i> =106)	女児 (<i>n</i> =132)	男児 (<i>n</i> =80)	女児 (<i>n</i> =71)
両親	23.1(43)	13.8(28)	24.5(26)	15.9(21)	21.3(17)	9.9(7)
母	52.2(97)	56.7(115)	53.8(57)	55.3(73)	50.0(40)	59.2(42)
父	8.1(15)	12.8(26)	9.4(10)	13.6(18)	6.3(5)	11.3(8)
きょうだい・祖父母	16.7(31)	16.7(34)	12.3(13)	15.2(20)	22.5(18)	19.7(14)

(複数回答, 回答者数 324 名)

全体でみると、半数以上の子どもが「母親の隣」で添い寝していることが明らかになった。男児については、それに次いで「両親の間」で添い寝をしているケースが20%超となった。女児については、「両親の間(13.8%)」「父親の隣(12.8%)」「きょうだい・祖父母の隣(16.7%)」がほぼ同率で「母親の隣」に続いた。

都市部と地方の男児について、添い寝をしている人物の割合を χ^2 検定(Java Script Star internet版)により比較すると、全体的な傾向が同じであり、有意な差はみられなかった。女児についても同様であった。また、都市部の男児と女児、地方の男児と女児についても同様の検定を行ったところ、割合に有意な差はみられなかった。

これにより、子どもの性別や居住する地域にかかわらず、添い寝をしている人物がほぼ同じであることが示された。どの群においても母親の隣で添い寝をしている子どもが半数以上を占めることから、添い寝は主に、就寝時における母親と子どもの関わり方として選択されているといえよう。また、この結果は母親が母子関係を重視して就寝形態を決定しているという片山の指摘⁽¹³⁾を裏付けるものでもある。

3.3.2 添い寝の頻度

分析対象となった回答全体について、添い寝の頻度ごとに分け、さらに都市部と地方、性別で分けた(Table4)。

	全体(<i>n</i> =368)		都市部(<i>n</i> =238)		地方(<i>n</i> =151)	
	男児 (<i>n</i> =193)	女児 (<i>n</i> =175)	男児 (<i>n</i> =123)	女児 (<i>n</i> =122)	男児 (<i>n</i> =70)	女児 (<i>n</i> =53)
	毎日	72.0(139)	79.4(139)	71.5(88)	81.1(99)	72.9(51)
ほぼ毎日	24.4(47)	13.7(24)	24.4(30)	13.1(16)	24.3(17)	15.1(8)
子どもが必要とする時のみ	3.6(7)	6.9(12)	4.1(5)	5.7(7)	2.9(2)	9.4(5)

都市部と地方で、添い寝の頻度ごとの人数の割合を χ^2 検定(Java Script Star internet版)により分析した。その結果、都市部と地方の比較では、男児・女児とも添い寝の頻度ごとの人数に有意な偏りがみられなかった。同様の検定を都市部の男児と女児、地方の男児と女児について行ったところ、地方については有意な偏りが見られなかったが、都市部については男児と女児で添い寝の頻度ごとの人数に有意な偏りがみられた($\chi^2(2)=5.24$, $p<.10$)。そこで残差分析を行ったところ、「毎日(添い寝をする)」および「ほぼ毎日(添い寝をする)」という回答において有意な偏りがみられ、都市部で「毎日」添い寝をする女児は期待値より多い傾向にあり、都市部で「ほぼ毎日」添い寝をする男児は期待値より有意に多いことが示された。

結果からは、男児に比べ、女児の添い寝の頻度がやや高いことがわかる。一般的に、男性に比べて女性は幼い頃から親とより密接な関係にあり、男性ほど早期の自立を求められることはあまりないと推測される。そのため、親が女児の添い寝の求めに応じやすく、添い寝の頻度が高くなったのであろう。

また、都市部でも地方でも、「毎日(添い寝をする)」「ほぼ毎日(添い寝をする)」という回答を合わせると90%超となり、添い寝が習慣化していることがうかがえる。

3.3.3 添い寝をする理由

分析対象となった自由記述による回答を都市部と地方に分け、計量テキスト分析ソフトKH Coderを用いて、自動抽出された語から添い寝をする理由を示す語の出現頻度および関連性について分析したところ、回答内容に傾向の差はほぼ見られなかった。そのため、都市部と地方のデータを合わせて分析した。分析手続は、『社会調査のための計量テキスト分析』⁽¹⁴⁾に準拠し実施した。

計量テキスト分析とは、「計量的分析手法を用いてテキスト型データを整理または分析し、内容分析(content analysis)を行う手法⁽¹⁴⁾」である。この手法を用いることにより、頻出語の確認、語句間の結びつき、テキストの部分ごとの特徴などについての詳細な分析が可能となる。

KH Coderを用いて内容分析を行うにあたり、テキスト型データからはまず助詞・助動詞などを省いた語が自動抽出され、文書にどのような言葉が何回出現していたのか自動的に整理されて『文書×抽出語』表が出力される。KH Coderでは、各文書からコンピュータが自動的に語を抽出するため、分析対象となる語を選択するなどの手作業が取り除かれ、分析者の予断や理論によるバイアスなどからくる恣意性が極力排除される仕様となっている。

『文書×抽出語』表の出力にあたっては、まずテキストデータの誤字脱字を修正し、「子ども」と「子供」など同じ意味を持つが表記の異なる語について表記を統一した。その際には発達心理学の研究者2名および発達心理学専攻の大学院生1名の計3名が必要に応じて原文を確認し、コーディングルールが原文に即したものとなっていることを確認しつつ進めるという手続きをとった。集計単位は「段落」とし、添い寝をする理由とは直接関わりのない「思う」を使用しない語として指定した。ここで、出現語をすべて用いると解析が難しくなることから、整理の対象となる語の数のみコントロールし、出現回数が平均出現回数の半分に満たない4回以下の語(93語)を削除した。結果として回答全体で1355語が分析対象となり、語の出現回数の平均は9.1回であった。この処理を経て、データの全体像を探る手段の一つとして語と語の結びつきを表した図(共起ネットワーク)が作成される。

図1は、添い寝をする理由の共起ネットワークを描画したものである(サブグラフ検出)。出現パターンの似通った語(=共起関係が強い語)同士が線で結ばれるのであるが、実線は同グループであること、破線は他グループにあることを示している。また、共起関係の強弱はJaccard係数を用いて計算され、共起関係が強いほど線が太く、添付の数字が大きくなる。円のサイズは出現回数に応じて変化し、出現回数が多いほど大きな円で表示される。語が線で結ばれておらず、単に近くに配置されていることは共起関係の存在を意味しない。この図によれば、添い寝をする理由は大きく9つに分類される。

A・Bグループでは、「コミュニケーション」を読み取ることができる。たとえば、「今日あったことを聞いたり本の読み聞かせをするため」「子どもとのコミュニケーションが増える」というような内容の回答があげられる。

Cグループでは、「体調管理」を読み取ることができる。「体調の変化にすばやく気付くため」など、添い寝をすることで夜子どもが体調を崩した場合にもすぐ気づけるといった内容の記述が見られた。

Dグループでは、「居住スペースの都合」を読み取ることができる。回答からは、「スペースがない」「1つの部屋を寝室としているので一緒に寝ている」など、部屋数が限られているために1つの寝室を家族で共有している様子がうかがえた。

Eグループでは、「親自身の添い寝経験」を読み取ることができる。「(親自身が)幼い頃から家族みんなで寝ていたから」など、添い寝をしている親自身に添い寝をしてもらっていた経験があり、同じように自分の子どもと添い寝をしているようである。

Fグループでは、「子どもの幼さ」を読み取ることができる。「小さな子どもと一緒に寝ることは当たり前だと思っている」「まだ幼いので」などの回答が見られた。

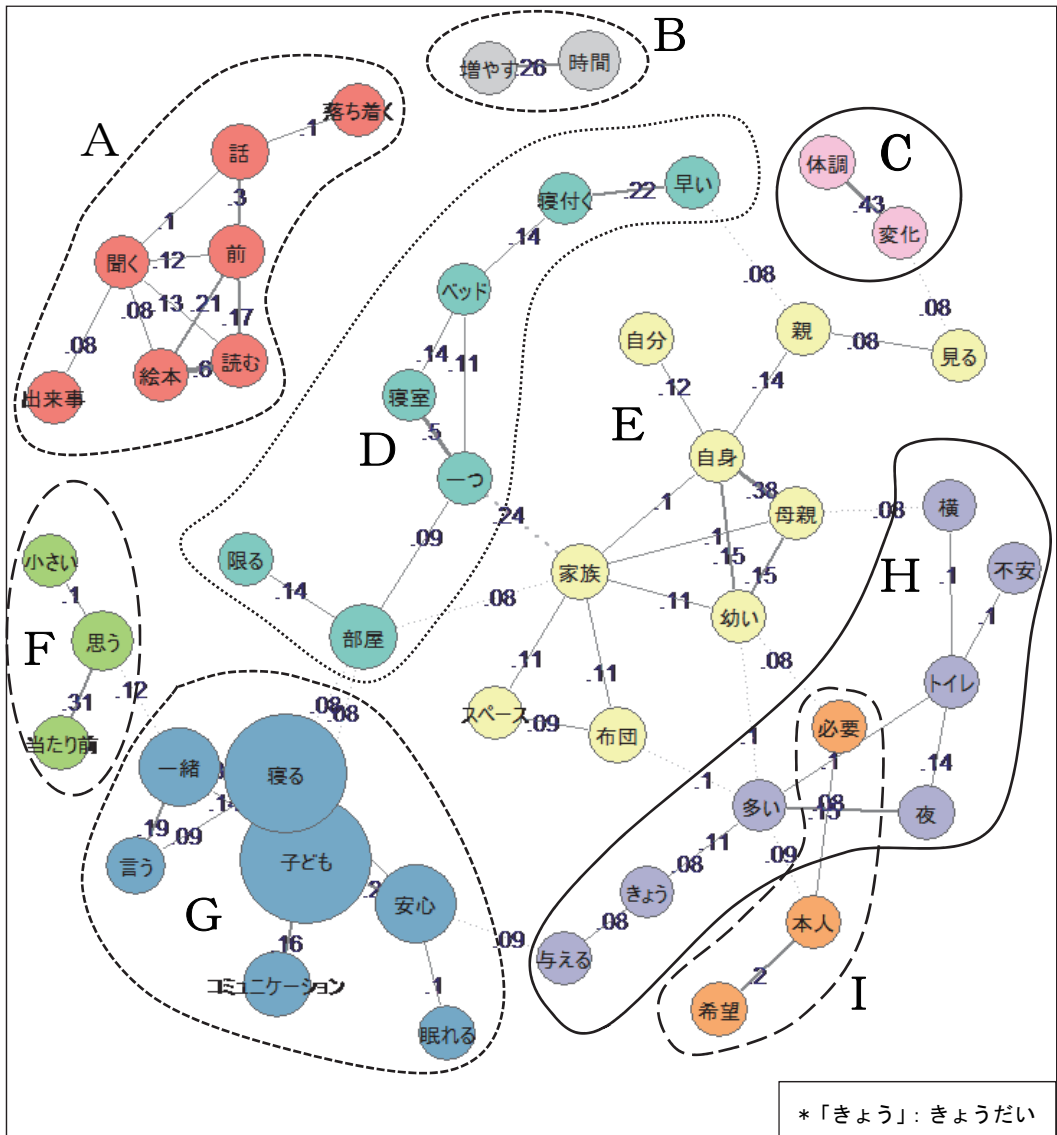


図1 添い寝をする理由を示す語の関係性

Gグループは、「安心感」を読み取ることができる。「子どもが安心して寝られるように」など、就寝時に子どもに安心感を与えることを目的とする内容の回答に加え、「小さい時は一緒に寝た方が安心」など、親自身も子どもと一緒に寝ることで安心感を得ているようである。

Hグループは、「就寝への備え」を読み取ることができる。「夜起きた時に不安がったりトイレに行ったりするため」「夜のトイレや病気が多いので」など、子どもが夜目を覚まして起きた時に対応することを考慮に入れた上で添い寝を選択している様子が感じられる。

Iグループは、「子どもの希望」を読み取ることができる。「本人たちの希望で」「本人が必要としている為」など、添い寝が子どもの希望を受け入れた上での選択であることが示唆される。

図1では、添い寝の理由がA～Iまでのグループに分かれる様子が示されたのであるが、これらを特性ごとにまとめてみると、A・B・G「コミュニケーションをとり子どもが安心して眠れるようにする」C・H「夜子どもが体調を崩したり目を覚ましたりしたときに対応する」D「居住スペースの都合」E「(母親)自身の経験を再現」F・I「まだ子どもが幼いと考える」というように大きく分類できるのではないだろうか(Table5)。

Table5 添い寝の理由の特性別分類

グループ	添い寝の理由の特性
A・B・G	コミュニケーションをとり子どもが安心して眠れるようにする
C・H	夜子どもが体調を崩したり目を覚ましたりしたときに対応する
D	居住スペースの都合
E	(母親)自身の経験を再現
F・I	まだ子どもが幼いと考える

最も出現回数が多かった語はGグループの「子ども」で、それに「寝る」「安心」「一緒」が続く。また、「子ども」と強い共起関係にあったのは「寝る」「コミュニケーション」「安心」であった。Aグループでも、その日あった出来事を話したり、絵本の読み聞かせをしたりしてコミュニケーションをとることが添い寝の選択理由になっていることが示されている。片山は、母親が物理的要素よりも人間関係、特に母子関係を重視して就寝形態を決定することを指摘しているのであるが⁽¹³⁾、本調査結果でも添い寝という就寝形態の選択時において子どもに安心感を与えること、コミュニケーションをとることを重視している様子が示されており、先行研究を支持する結果になったといえる。

添い寝をしている親自身が同じように子どもに添い寝をしている様子もうかがえた。3.2では、親に添い寝経験がある場合、子どもとの添い寝経験があると答えた親が100%であった。親に添い寝経験がない場合は、子どもとの添い寝経験がないという回答が少数ながら存在することから、親の子ども時代の就寝形態が添い寝に関連していることが示された。一方で、「寝室」と「一つ」が強い共起関係にあることから、家族の緊密な関係を望んで寝起きを一つの部屋で行っているという状況のほか、居住スペースの都合上、1つの寝室で添い寝する以外の選択が難しいといった家庭も少なくない状況が推察される。問題提起の部分で述べたように、先行研究からは添い寝という就寝形態が環境的要因とは関係なく就寝時における親の関わり方として重視されてきたことが示唆されるのであるが、分析結果からはこのように住宅事情の悪さも要因として推測された。しかし、国土交通省の統計からは持ち家、借家とも年月と共に一戸あたりの述べ床面積が狭くなってきている、といった様子うかがえなかった⁽¹⁵⁾。このことについては、集合住宅の入居者についてはあるが、新田が子持ち世帯の住生活に対する不満は少なくないと指摘していることから⁽¹⁶⁾、今回の回答にも子育て世代が持つ住環境への不満が少なからず表れたのではないかと考えられる。

「まだ子どもが幼い」や「夜子どもが体調を崩したり目を覚ましたりしたときに対応する」という理由について、添い寝時の幼児の就眠儀式を調査した浜崎・吉田は、特に女兒の就眠儀式に「トイレ」など就寝に備えて準備をしている様子や、「指しゃぶり」で自分が眠りについた後に親が自分のそばを離れてしまうかもしれないといった不安を解消している様子が読み取れることを報告している⁽¹⁷⁾。また、子どもの性別にかかわらず、母親の隣で添い寝をしている場合にも同じように不安を解消するような就眠儀式が見られることも指摘している。つまり、夜目を覚ましてしまったときに親が横にいないと不安になるため、眠る前に不安を解消するための儀式をしたり、尿意で目が覚めないようにトイレに行っておいたりするということなのであろう。このような子どもの生理面や心理面の動きに迅速に対応しようとする母親の姿がうかがえる結果ではないだろうか。

3.4 理想とする添い寝のあり方

3.4.1 誰と添い寝をするのが理想か

分析対象となった回答全体について、都市部と地方、性別で分け、子どもと添い寝をするのが望ましいと考える人物ごとに集計した(Table6)。回答は日常的に夜間、子どもと添い寝をするのが望ましいと考える人物とし、複数回答可とした。

	%(人数)					
	全体(<i>n</i> =382)		都市部(<i>n</i> =252)		地方(<i>n</i> =130)	
	男児(<i>n</i> =187)	女児(<i>n</i> =195)	男児(<i>n</i> =122)	女児(<i>n</i> =130)	男児(<i>n</i> =65)	女児(<i>n</i> =65)
両親	43.9(82)	39.5(77)	42.6(52)	43.8(57)	46.2(30)	30.8(20)
母親	34.8(65)	39.5(77)	33.6(41)	36.9(48)	36.9(24)	44.6(29)
父親	6.4(12)	7.7(15)	7.4(9)	6.2(8)	4.6(3)	10.8(7)
きょうだい・祖父母	13.9(26)	11.8(23)	14.8(18)	11.5(15)	12.3(8)	12.3(8)
誰でも望ましくない	1.1(2)	1.5(3)	1.6(2)	1.5(2)	0.0(0)	1.5(1)

(複数回答, 回答者数315名)

全体としては、男児の場合「両親(43.9%)」が最も望ましく、次いで「母親(34.8%)」が理想であると考えられる主要な人物であり、女兒の場合は「両親」と「母親」が同率(39.5%)で主要な人物であったが、どちらも添い寝に母親が介在するのが理想であると考えているようである。

都市部では、男児、女兒ともに理想であると答えた人物の順序が同じである。割合にもほぼ差がなく、添い寝に母親が介在するスタイルが理想とされていることがわかる。

地方では、男児の場合「両親(46.2%)」「母親(36.9%)」の順に理想とする主要な人物として挙げられているが、女兒の場合、最も理想的な人物は「母親(44.5%)」であり、次いで「両親(30.8%)」が挙げられている。しかし、理想とする人物ごとの人数の割合を χ^2 検定(JavaScript Star internet版)により比較したところ、有意な偏りは見られなかった。また、都市部と地方の

男児、都市部と地方の女兒についても同様の検定を行ったところ、有意な偏りは見られなかった。

地方の女兒を除き、本調査では両親の間で子どもが就寝する、いわゆる「川の字」が理想的であるという回答の割合が最も高かった。数井は、日本的な養育条件として子どもとの密接感を重視することをあげている⁽⁴⁸⁾。本調査の結果は、この指摘を裏付けるものとなった。また、3.3.1において実際に添い寝をしている人物は母親が半数以上を占めることから、添い寝に父親の参加が望まれていることも示唆された。

地方の女兒に限って母親との添い寝が最も理想的であるとされている。都市部の男児・女兒、地方の男児については、実際に子どもと添い寝をしている人物の割合は母親が最も高いのに対し、理想は父親も介在する川の字であった。しかし、地方の女兒については、実際に添い寝をしている人物の割合も理想とする人物の割合も、母親が最も高く、理想と現実がほぼ合致しているようである。

3.4.2 理想とする添い寝の頻度

分析対象となった回答全体について、都市部と地方、性別で分け、理想とする添い寝の頻度ごとに集計した (Table7)。

Table7 理想とする添い寝の頻度 %(人数)

	全体(<i>n</i> =310)		都市部(<i>n</i> =201)		地方(<i>n</i> =109)	
	男児(<i>n</i> =155)	女兒(<i>n</i> =155)	男児(<i>n</i> =98)	女兒(<i>n</i> =103)	男児(<i>n</i> =57)	女兒(<i>n</i> =52)
毎日	51.0(79)	45.8(71)	53.1(52)	49.5(51)	47.4(27)	38.5(20)
ほぼ毎日	16.1(25)	20.0(31)	20.4(20)	18.4(19)	8.8(5)	23.1(12)
子どもが必要とするときのみ	32.9(51)	34.2(53)	26.5(26)	32.0(33)	43.9(25)	38.5(20)

全体としては、男児、女兒ともに「毎日(51.0%;45.8%)」の割合が最も高く、次いで「子どもが必要とするときのみ(31.0%;31.6%)」そして「ほぼ毎日(16.1%;20.0%)」と続いた。男児と女兒について、理想とする添い寝の頻度ごとの人数の割合を χ^2 検定 (Java Script Star internet 版)により比較したところ、有意な偏りは見られなかった。

都市部と地方の男児について、同様の検定を行ったところ、理想とする添い寝の頻度に有意な偏りが見られた($\chi^2(2)=6.544, p<.05$)。そこで残差分析を行ったところ、「ほぼ毎日」および「子どもが必要とするときのみ」という回答において有意な偏りが見られ、都市部の男児は「ほぼ毎日」添い寝をするのが理想であるとする親が期待値より多い傾向にあり、地方の男児は「子どもが必要とするときのみ」添い寝をするのが理想であるとする親が期待値より有意に多いことが示された。

都市部の男児について、「ほぼ毎日」を理想とする親が多い傾向にあるのは、住宅事情に加え、親が子どもとの密接感を重視する姿勢がより強く表れているからではないだろうか。地方

の男児について、「子どもが必要とするときのみ」を理想とする親が多いのは、都市部に比べ、親が子どもの成長を捉えてやや心理的距離をとっている可能性が考えられる。3.3.2において、男児の実際の添い寝の頻度が都市部・地方とも「毎日」は70%超であることから、親がもう少し添い寝の頻度が低くてもよいのでは、と考えているようである。

都市部と地方の女兒、都市部の男児と女兒、地方の男児と女兒についても同様の検定を行ったが、有意な偏りは見られなかった。女兒については、居住地域にかかわらず「毎日」＝「子どもが必要とするとき」という状態にあると推測される。都市部の男児と女兒、地方の男児と女兒の比較で有意な偏りが見られなかったことについては、添い寝に関して、親が「男の子は女の子に比べて早期の自立が望まれる」などの性役割よりも、添い寝を通じて子どもと関わりを持つことの方を重視していること、また親の考えに地域性が表れていることが要因として考えられる。

また、すべての条件群において、「ほぼ毎日」に比べ「子どもが必要とするときのみ」の割合が高い。3.3.2の添い寝の頻度の分析において「毎日(添い寝をしている)」という回答の割合が最も高いことから、どの条件群においても、もう少し添い寝の頻度が低くてもよいのではないかと親が考えていることがうかがえる。

3.4.3 いつまで添い寝をするのが理想か

分析対象となった回答全体について、都市部と地方、性別で分け、理想とする添い寝の期間ごとに集計した(Table8)。

全体としては、男児、女兒ともに「小学校にあがるまで」の割合が最も高く(54.5%;46.9%)、次いで「中学校にあがるまで(38.3%;42.5%)」で、両項目で約90%を占めている。男児と女兒について、理想とする添い寝の期間ごとの人数の割合を χ^2 検定(Java Script Star internet版)により比較したところ、有意な偏りは見られなかった。

	全体(n=314)		都市部(n=204)		地方(n=110)	
	男児 (n=154)	女兒 (n=160)	男児 (n=96)	女兒 (n=108)	男児 (n=58)	女兒 (n=52)
幼稚園にあがるまで	4.5(7)	2.5(4)	5.2(5)	0.9(1)	3.4(2)	5.8(3)
小学校にあがるまで	54.5(84)	46.9(75)	54.2(52)	51.9(56)	55.2(32)	36.5(19)
中学校にあがるまで	38.3(59)	42.5(68)	39.6(38)	39.8(43)	36.2(21)	48.1(25)
中学生以上まで	1.9(3)	6.3(10)	1.0(1)	5.6(6)	3.4(2)	7.7(4)
添い寝が望ましいとは思わない	1.6(1)	1.9(3)	0.0(0)	1.9(2)	1.7(1)	1.9(1)

添い寝の期間に関しても、親が性役割より添い寝を通じて子どもと関わりを持つことの方を重視していることが要因として考えられる。

都市部については、男児・女兒ともに「小学校にあがるまで」の割合が最も高く(54.2%;51.9%)、

次いで「中学校にあがるまで(39.6%;39.8%)」で、両項目で90%超となった。それぞれの割合にはほぼ差がなく、添い寝に関しては、親が性役割をそれほど重視していないと思われる。

地方については、男児が「小学校にあがるまで」の割合が最も高く(55.2%)、次いで「中学校にあがるまで(36.2%)」であったのに対し、女児は「中学校にあがるまで」が最も高く(48.1%)、次いで「小学校にあがるまで(36.5%)」であった。しかし、男児と女児について、理想とする添い寝の期間ごとの人数の割合を χ^2 検定(Java Script Star internet版)により比較したところ、有意な偏りは見られなかった。このように、理想とする添い寝の期間については、都市部・地方ともに性差が見られなかった。都市部の男児と地方の男児、都市部の女児と地方の女児についても同様の検定を行ったが、有意な偏りは見られなかった。

理想とする添い寝の期間については、理想とする添い寝の頻度のように居住地域による差も、性差も見られなかった。3.3.2で子どもと添い寝をする頻度は「毎日」が最も高かったこと、3.3.3で、子どもと添い寝をする理由に「子どもの希望」が挙げられていることを考えると、ほとんどの親が子どもの求めに応じて毎日習慣的に添い寝に応じているが、早ければ幼稚園児の間に、遅くとも小学生の間に一人寝を始めさせたいと考えていることがわかる。

地方の女児については「中学校にあがるまで」が最も高く(48.1%)、次いで「小学校にあがるまで(36.5%)」であった。3.3.1の子どもと添い寝をしている人物の分析では「母親」と添い寝をしている割合が最も高く、3.4.1の誰と添い寝をするのが望ましいかについての分析では、地方の女児のみ他の条件群とパターンが異なり、「母親」と添い寝をするのが理想的であるとする割合が最も高い。ここからは地方の女児と母親との結びつきが特に強いことがうかがえる。さらに、3.3.3の添い寝の理由の分析においては「まだ子どもが幼いと考える」ことが挙がっており、子どもと密接した関係を保ちたい母親の意向が感じられる。

4. まとめ

今回の調査では、添い寝の割合が男児で84.4~92.1%、女児で85.3~92.9%と、Caudill & Plathの調査結果⁽¹⁾に次ぐ高い割合を示し、添い寝が主流な就寝形態であることが確認できた。

添い寝と一人寝の割合および子どもと添い寝をする人物の割合には、地域差および性差が見られなかった。この結果からは、日本において添い寝が居住スペースといった環境的な要因とは無関係に、子どもの就寝時における親の関わり方として重視されていることがうかがえる。また、添い寝に関しては、「男性は女性に比べ早期の自立を奨励される」などの性役割よりも、添い寝を通じて子どもと関わりを持つことの方が重視されているのであろう。また、どの群においても母親の隣で添い寝をしている子どもが半数以上を占めることから、添い寝は主に、就寝時における母親と子どもの関わり方として選択されているといえよう。図1では、添い寝の理由が特性ごとにA~Iまでのグループに分かれる様子が示されたのであるが、ここでも添い寝という就寝形態の選択時において子どもに安心感を与えること、コミュニケーションをとることを重視している様子が示された。また、子どもが夜、目を覚ましてしまった時や体調を崩してしまった時に迅速に対応できるように、といった母親の思いを読み取ることもできた。

その一方で、本研究では住宅事情の悪さも添い寝という就寝形態を選択する一要因であることが示されたのであるが、統計や先行研究などを鑑みるに、住宅事情が年を追って悪化しているというよりは子育て世代特有の不満が表れた結果であるとも解釈できる。

誰と添い寝をするのが理想かについての考えには、地域差・性差が見られなかった。しかし、地方の女兒を除き、本調査では両親の間で子どもが就寝する、いわゆる「川の字」が理想的であるという回答の割合が最も多かったことや、実際に添い寝をしている人物は母親が半数以上を占めることから、添い寝に父親の参加が望まれていることが示唆された。篠田は、「幼児の発達にとって、母と子の距離は近ければ近いほど好ましい。そして、母と子の距離が近ければ、たとえ父子の距離が遠くても影響は少ない⁽¹⁹⁾」、さらに「幼児の発達にとって、父と子の距離は近いほど好ましいとはいえ、その位置は適度な距離が望ましい⁽¹⁹⁾」と指摘している。これらを鑑みるに、本調査で理想であると最も多く挙げられていた「川の字」でなくとも、現状で最も多かった「母親」の隣での添い寝でも十分ではないかと考えられる。また、篠田は、幼児期の発達には母親に愛されている安心感、満足感が重要であることを指摘しているが⁽¹⁹⁾、数井は、日本的な養育条件として子どもとの密接感を重視することをあげ、実質的には子どもの依存を奨励する傾向が否めないと指摘している⁽¹⁸⁾。これらの指摘から、就寝時における身体的距離は近ければ近いほど好ましく、子どもに安心感や満足感を与えることは何より重要であるが、同時に適度な心理的距離を保ち、過干渉にならないように配慮する必要があるといえよう。

理想とする添い寝の頻度については、都市部と地方の男児の間で有意な偏りが見られた。都市部の男児は「ほぼ毎日」添い寝をするのが理想であるとする親が期待値より多い傾向にあり、地方の男児は「子どもが必要とするときのみ」添い寝をするのが理想であるとする親が期待値より有意に多いことが示された。都市部の男児について、「ほぼ毎日」を理想とする親が多い傾向にあるのは、都市部ならではの住宅事情に加え、親が子どもとの密接感を重視する姿勢がより強く表れているからではないだろうか。地方の男児について、「子どもが必要とするときのみ」を理想とする親が多いのは、都市部に比べ、親が子どもの成長を捉えて、または自立の後押しのためにやや心理的距離をとる姿勢の表れであると推察する。ただ、男児の実際の添い寝の頻度は、都市部・地方とも「毎日」が70%超であることを鑑みると、親はもう少し添い寝の頻度が低くてもよいのでは、と考えているようである。

5. 今後の課題

今回は質問紙という形式で調査を行ったが、保護者と信頼関係を築いた上でインタビュー形式をとることにより、母親が有職か無職か、また勤務形態はフルタイムかパートタイムかなど職業の状態、部屋数など住居の状態、子どもの数や家族構成など、もう少し踏み込んだ質問をすることができるのではないかと推測している部分の裏付けができるであろう。これについては今後の課題としたい。

本調査は今後、さらに添い寝の実態調査を行う上での予備的調査という位置づけで行われたものであり、今回の調査で添い寝は現在も主流な就寝形態であることが明らかになった。子ど

もが誰と添い寝するか、いつまで添い寝するか、添い寝の理想像とはどのようなものであるかについての一端を明らかにしたといえるであろう。今後の研究では、望ましい添い寝のあり方について具体的に明らかにすることにつながるデータの蓄積が不可欠となるであろう。

引用文献

- (1) Caudill, W. & Plath, D.W.(1966). Who sleeps by whom ? Parent-child involvement in urban Japanese families. *Psychiatry*, 29, 344-366.
- (2) 小澤道子・上田礼子. (1979). 幼児の就寝形態に関する縦断的研究(2). 第44回日本民族衛生学会.
- (3) 上田禮子・中村朋子. (1991). 幼児の添い寝：その時代差について. 茨城大学教育学部紀要(人文・社会科学, 芸術), 40, 41-49.
- (4) 吉田弘道・山中龍宏・巷野悟郎・中村 孝・山口規容子・中澤恵子. (1997). 乳幼児の添い寝に関する実態調査. *小児保健研究*, 56(3), 466-470.
- (5) 梶美保. (2008). 乳児保育におけるベビーマッサージの可能性に関する一考察. *高田短期大学紀要*, 26, 73-82.
- (6) 園部真美・上田礼子. (1999). 幼児の添い寝：心理相談受診者の時代差を中心に. *民族衛生*, 65(3), 129-135.
- (7) Caudill, W., & Weinstein, H. (1969). Maternal care and infant behavior in Japan and America. *Psychiatry*, 32, 12-43.
- (8) 森岡清美. (1973). 家族周期論. 培風館.
- (9) 飯長喜一郎・篠田有子・大久保孝治・中野由美子・大八木美枝. (1985). 家族の就寝形態の研究. *家庭教育研究所紀要*, 6, 43-64.
- (10) 岡田みゆき (2002). スキンシップの視点から見た日本の子育ての変遷. 香川大学教育学部研究報告第 I 部117, 15-31.
- (11) 吉田美奈・浜崎隆司. (2013). 添い寝が愛着および自尊感情へ及ぼす影響. *応用教育心理学研究*, 30(2), 29-37.
- (12) 上田礼子・小澤道子・渡辺恭子. (1980). 養育行動に関する実証的研究. *母性衛生*, 20(4), 139-144.
- (13) 片山勢津子. (2006). 親子の就寝形態と子ども部屋について. *日本建築学会近畿支部研究報告集*, 46, 25-28.
- (14) 樋口耕一. (2014). 社会調査のための計量テキスト分析:内容分析の継承と発展を目指して. ナカニシヤ出版.
- (15) 国土交通省「平成28年度 住宅経済関連データ」http://www.mlit.go.jp/statistics/details/t-jutaku-2_tk_000002.html(2017. 6. 29閲覧)

- (16) 新田米子(1992). 集合住宅における幼児・児童のいる世帯向け十個計画について:神宮東パークハイツ(住宅・都市整備公団における事例研究. 聖徳学園女子短期大学紀要18, 91-101.
- (17) 浜崎隆司・吉田美奈. (2015). 添い寝時における就眠儀式についての研究:テキストマイニング法による自由記述の分析, 学習開発学研究8, 182-191.
- (18) 数井みゆき・遠藤利彦. (2005). アタッチメント:生涯にわたる絆. ミネルヴァ書房.
- (19) 篠田有子. (2009). 子どもの将来は「寝室」で決まる. 光文社.