

保育所等における午睡に関する研究

〈研究代表者〉	千葉 武夫	(聖和短期大学学長・教授)
〈共同研究者〉	清水 益治	(帝塚山大学教授)
	西村 重稀	(仁愛大学名誉教授)
	吉岡 眞知子	(東大阪大学学長・教授)
	碓氷 ゆかり	(聖和短期大学教授)
	森 俊之	(仁愛大学教授)
	成田 朋子	(名古屋柳城短期大学名誉教授)
	波田埜 英治	(聖和短期大学准教授)
	水上 彰子	(富山福祉短期大学非常勤講師)
	青井 夕貴	(仁愛大学准教授)
	中島 一	(あまのこどもえん副園長)
	岡村 季光	(奈良学園大学教授)

研究の概要

本研究の目的は、①保育所等における午睡に関する全国調査を行い、昭和59年（1984年）の日本保育協会の調査と比較することで、午睡に関して、変わるもの、変わらないものを明確にすること、②内閣府や厚生労働省によるガイドライン等にそった事故防止の実施程度とそれに影響する要因を明らかにすること、③寝具などの物的環境について、園が求める要件について明らかにすることであった。

園長用と各年齢児担当者用の調査表を作成し、無作為に選んだ全国の1,587園に郵送した。回収された調査票は390園分で回収率は24.6%であった。

本研究で得られた主な結果は、次の通りであった。①実際の午睡の時間や保育士等が適当と考える午睡時間は、39年前の調査の結果とほぼ同じであった。午睡中の観察について、観察内容は39年前よりも大きく増えていた。②午睡に関するマニュアルは、園独自で整備が39.2%、自治体のマニュアルの参照が25.6%、マニュアルはないが19.7%であった。マニュアルに「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」の内容が含まれていた割合は、おおよそ80%を超えていたが、「保育所における感染症ガイドライン」の内容は高いものでも60%、低いものでは40%程度しか含まれていなかった。保育所保育指針では、指導計画に午睡を位置づけることが求められているが、最も高かった0歳児でも約75%であった。③寝具の準備は保護者の持参が約65%、業者委託は約15%であった。衛生管理は保護者が約85%、園が約20%であった（複数回答）。④保育者の午睡前、午睡中、午睡後の業務に関して感じている負担感は、園外研修への参加や園内研修の実施、業務委託で軽減していた。

これらの結果には、①現行の保育所保育指針やガイドラインに基づく午睡の実施状況を示したこと、②午睡に関する実態を過去のデータと比較したこと、③保育者の負担軽減に影響する要因を探る方法の例を示したことの3つの意義がある。この意義を受けて、2つの提言をした。①各園が午睡に関する適切なマニュアルを作成すること。②午睡に関して、保育者の負担軽減を図るための方策の提案につながる研究やその効果を測定するための尺度を開発する研究を推し進めること。

キーワード：保育所等の睡眠・午睡、午睡の実施状況、午睡環境、午睡ガイドライン・マニュアル、保育者の負担感

1. 研究の目的と背景

午睡は、長時間保育所で過ごす子どもにとって、生活リズムを調整し、情緒の安定を図るとともに、休息をとるために欠かせない習慣である。保育所保育指針では「午睡は生活のリズムを構成する重要な要素である」と述べられ、保育所等には「安心して眠ることのできる安全な睡眠環境を確保するとともに、在園時間が異なることや、睡眠時間は子どもの発達の状況や個人によって差があることから、一律とならないよう配慮すること」が求められている。一方で、睡眠中は、乳幼児突然死症候群（SIDS）や窒息事故などに十分な注意が必要である。

睡眠中の事故を防止するために、内閣府は平成26年（2014年）に「教育・保育施設等における重大事故の再発防止策に関する検討会」を立ち上げた。そして平成28年（2016年）に「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」を発出している。また、同年から「教育・保育施設等における重大事故防止策を考える有識者会議」を開催し、事故情報データベースを運用して、その発生状況をWebにて公表し注意喚起や、自治体に検証報告を求めてヒアリングを行い、その結果を会議の年次報告として公表している。厚生労働省も平成30年（2018年）に「保育所における感染症ガイドライン」を発出し、寝具の衛生管理について言及している。

このような近年の社会的背景があるものの、学術的背景として保育所等における午睡に関する全国調査はほとんどない。昭和60年（1985年）に日本保育協会が「保育所午睡・健康実態調査報告書」を作成し、これに基づいて平成元年（1989年）巷野らが「保育所の午睡・健康管理」を出版している。当時の調査は、年齢別に午睡の実施状況（月別、曜日別、開始時刻、終了時刻、午睡の間の保育者の仕事等）や午睡の必要性の認識（全員に必要である／必要でないとする理由、必要な午睡時間等）等に焦点を当てている。

平成21年（2009年）には、全国社会福祉協議会は、専用の食事室を設置している園とそうでない園、そうでない園の中でも食寝が別室の園と同室の園を比較した。その結果、「子どもの布団を保育士が歩ける程度間を空けて並べることができる」園は食事室がある園に多いこと、「午睡をしない子どもが過ごせる場所がある」園は、食寝別室の園に多いこと、「午睡時以外でも子どもが眠れる場所がある」園は、食寝同室の園に少ないことを見出した。

株式会社インターリスク総研は平成27年（2015年）に、先述の「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」等に関する調査研究事業の一貫として事業者向けの全国調査を実施した。具体的には、睡眠時の安全確認行動として、0歳児クラスと1歳児クラスの入眠時の体位、うつ伏せになった（なっている）時の対応、うつぶせ寝の子どもの体位を変える時期、午睡チェックと記録、安全確認のための行動を尋ねた。その結果、入眠時の体位は「全員あおむけで」と「その子に合わせる（うつぶせ寝で入眠する子は保育士がつく）」が多かった。うつ伏せ時の対応は「体ごとあおむけにする」が多かったが、熟睡しているかどうかで違いがみられた。午睡チェックは「間隔を決めて」が多く、その間隔は0歳児は5～10分未満、1歳児は10～15分未満が最も多かった。

これらの研究はそれぞれ興味深いが、日本保育協会の調査（昭和60年（1985年））は、35年以上前であり、SIDS等午睡中の事故の防止に対する視点や、一律にならないための配慮、寝具の管理の実態については調査していない。社会福祉協議会（平成21年（2009年））の研究は空間に焦点を当てており、保育者の関わりや寝具などの物的環境については調べていない。株式会社インターリスク総研（平成27年（2015年））は、事故防止に焦点を当てており、睡眠全体の実態は明らかにしていない。また、他の研究との比較は困難である。

本研究の第1の目的は、保育所等における午睡に関する全国調査を行い、昭和60年（1985年）の日本保育協会の調査と比較することで、午睡に関して、変わるもの、変わらないものを明確にすることである。第2の目的は、内閣府や厚生労働省による幼保連携型認定こども園教育・保育要領や保育所保育指針及び午睡に関わるガイドラインにそった事故防止等の実施程度とそれに影響する要因を明らかにすることである。第3の目的は、寝具などの物的環境について、園が求める要件について明らかにすることである。

本研究では、日本保育協会の調査項目をベースに調査票を作成する。またガイドライン等で求められている内容や寝具などの物的環境に対する調査項目等を含める。こうすることで、ガイドラインにそった取組の程度に関する情報や将来的に保護者の寝具に対するニーズ調査を実施するための基礎資料を得る。

II. 調査方法

午睡の実施状況（開始時刻、終了時刻など）、午睡時の保育者の仕事や配慮事項などを調査し、よりよい午睡環境について検討することを目的として、保育所及び幼保連携型認定こども園を対象としたアンケート調査を実施した。

1. 調査対象

全国の保育所及び認定こども園から無作為抽出した1,598園を調査対象とした。調査票は、園長、0歳児、1歳児、2歳児、3歳児、4歳児、5歳児担当保育者用を作成した。園長用については、園長など園全体を把握している方に、0歳児、1歳児、2歳児、3歳児、4歳児、5歳児担当保育者用については、それぞれの年齢を担当している保育者から1名の方を選び、回答してもらうよう依頼した。

2. 調査内容

調査票を作成する際に、「保育所保育指針」「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」「保育所における感染症対策ガイドライン」の午睡に関する内容を設定したことや、日本保育協会が昭和59年（1984年）に実施した調査票を参考にした。

園長用の調査票では、まず園の概要である①園の所在地、②運営主体、③④施設種別、⑤在籍数、保育者の人数などを尋ねた。そして、⑥午睡マニュアルの有無・内容、⑦午睡時の寝具の管理、⑧業者委託の料金、⑨寝具の洗濯、⑩寝具の洗濯の頻度、⑪睡眠に関する研修、⑫ガイドラインの活用、⑬保護者からの午睡時間要望、⑭保護者からの布団管理要望などについて尋ねた。

0歳児担当保育者用の調査票では、①午睡時の保育士等の配置、②午睡中の職務（付き添う・付き添わない）、③午睡中の観察内容、④記録の時間間隔、⑤午睡用品（布団、ベッド）、⑤-2ベビーベッド選択理由、⑥午睡に使用する寝具布団やシーツ（夏期、冬期）、⑦午睡時の保育室の配慮、⑧室温や湿度の基準の有無、⑧-2設定温度・湿度、⑨午睡（睡眠）時の子どもの状態把握方法、⑩午睡（睡眠）に関しての負担、⑪「午睡」に関する指導計画について尋ねた。さらに回答者の⑫職位、⑬キャリアアップ研修受講の有無、⑭通算勤務経験について尋ねた。

1歳児、2歳児、3歳児、4歳児、5歳児担当保育者用の調査票では、0歳児担当者用の質問に午睡

の実施状況や具体的な時間に関する設問を加えた。具体的には、①午睡の月別の実施状況、②午睡の開始・終了時間、③午睡の時間数、④午睡をしない子どもの対応、⑤午睡時の保育士等の配置、⑥午睡中の職務（付き添う・付き添わない）、⑦午睡中の観察内容、⑧記録の時間間隔、⑨午睡の場所、⑩午睡用品（布団、ベッド）、⑩-2コットベッド選択理由、⑪午睡に使用する寝具布団やシーツ（夏期、冬期）、⑫午睡時の服装（夏期、冬期）、⑬午睡時の保育室の配慮、⑭室温や湿度の基準の有無、⑭-2設定温度・湿度、⑮午睡（睡眠）時の子どもの状態把握方法、⑯午睡（睡眠）に関しての負担、⑰「午睡」に関する指導計画について尋ねた。さらに回答者の、⑱職位、⑲キャリアアップ研修受講の有無、⑳通算勤務経験について尋ねた。

3. 手続き

依頼文書と「アンケート用紙の配付・回収について」の文書、園長用調査票、0歳児、1歳児、2歳児、3歳児、4歳児、5歳児担当保育者用の調査票、返信用封筒を、全国の保育所・認定こども園から無作為抽出した1,598の園に令和5年（2023年）2月9日に郵送にて発送した。締め切りを3月4日（土）としたが、3月17日（金）までに着いたものを分析対象とした。

このうち11の園には郵便が不達であり、実質の調査対象は1,587園であった。回収されたのは390園であり、回収率は24.6%であった。回収された調査票は園長用が385票、0歳児用が346票、1歳児用が369票、2歳児用が374票、3歳児用が390票、4歳児用が390票、5歳児用が390票であった。

4. 倫理的配慮

調査票への回答の依頼にあたっては、この研究は、日本保育協会保育科学研究倫理委員会の承認を受けていること、アンケートにご協力いただけない場合でも不利益を受けることはないこと、匿名にて回答いただき個人情報を守られること、データは厳重に保管し研究目的以外に利用しないことなどを依頼状に明記し、同意いただいた上で回答をしてもらうようにした。

Ⅲ．調査結果

A．園長対象の調査結果

1．回答者の施設の基本属性

（1）回答施設の所在地

今回の調査で回答のあった施設の所在地について、表Ⅲ-A-1にまとめた。最も多かったのは関東地方であったが、ほぼ全国にわたって回答があった。なお、園長対象のアンケート回収数は385であり、園長対象の調査結果に記載の％については、とくに記載がない限り、385を母数として算出した。

表Ⅲ-A-1 回答施設の所在地の分布

	施設数	割合（％）
北海道地方	16	4.2
東北地方	36	9.4
関東地方	106	27.5
中部地方	74	19.2
近畿地方	59	15.3
中国地方	20	5.2
四国地方	16	4.2
九州地方	56	14.5
無回答	2	0.5

表Ⅲ-A-3 回答された幼保連携型認定こども園の以前の施設種別（N=87）

	施設数	割合（％）
保育所	49	56.3
幼稚園	20	23.0
新設	9	10.3
その他	9	10.3

（2）回答施設の施設種別と運営主体

今回の調査で回答のあった施設の施設種別や運営主体について表Ⅲ-A-2、表Ⅲ-A-3、表Ⅲ-A-4にまとめた。回答施設の施設種別としては、保育所が最も多く、67.5％であった。次いで、幼保連携型認定こども園が多く22.6％であった。幼保連携型認定こども園については、もともとは保育所だった施設が多かった。運営主体は、「社会福祉法人」が最も多く、半数を占めていた。次いで「市区町村」が多かった。

表Ⅲ-A-2 回答施設の施設種別

	施設数	割合（％）
保育所	260	67.5
幼保連携型認定こども園	87	22.6
認定こども園（保育所型）	20	5.2
認定こども園（幼稚園型）	12	3.1
認定こども園（地方裁量型）	3	0.8
無回答	3	0.8

表Ⅲ-A-4 回答施設の運営主体

	施設数	割合（％）
市区町村	96	24.9
社会福祉法人	210	54.5
学校法人	37	9.6
企業	27	7.0
その他	14	3.6
無回答	1	0.3

表Ⅲ-A-5 在園児数で分類した回答施設の分布

人数	0歳児		1歳児		2歳児		3歳児		4歳児		5歳児	
	施設数	割合（％）	施設数	割合（％）	施設数	割合（％）	施設数	割合（％）	施設数	割合（％）	施設数	割合（％）
0人	13	3.4	2	0.5	2	0.5	0	0.0	1	0.3	2	0.5
1～5人	78	20.3	22	5.7	20	5.2	15	3.9	13	3.4	14	3.6
5～10人	160	41.6	85	22.1	56	14.5	36	9.4	37	9.6	42	10.9
11～15人	61	15.8	107	27.8	86	22.3	66	17.1	72	18.7	48	12.5
16～20人	17	4.4	74	19.2	99	25.7	84	21.8	62	16.1	75	19.5
21～25人	7	1.8	35	9.1	52	13.5	58	15.1	65	16.9	71	18.4
26～30人	1	0.3	16	4.2	14	3.6	37	9.6	44	11.4	39	10.1
31～35人	1	0.3	1	0.3	11	2.9	20	5.2	19	4.9	16	4.2
36～40人	1	0.3	2	0.5	4	1.0	9	2.3	7	1.8	14	3.6
41～45人	0	0.0	3	0.8	5	1.3	5	1.3	8	2.1	6	1.6
46～50人	0	0.0	0	0.0	1	0.3	5	1.3	7	1.8	5	1.3
51人以上	0	0.0	2	0.5	3	0.8	15	3.9	13	3.4	16	4.2
無回答	46	11.9	36	9.4	32	8.3	35	9.1	37	9.6	37	9.6

表Ⅲ-A-6 保育士・保育教諭数で分類した回答施設の分布

人数	0歳児		1歳児		2歳児		3歳児		4歳児		5歳児	
	施設数	割合(%)	施設数	割合(%)	施設数	割合(%)	施設数	割合(%)	施設数	割合(%)	施設数	割合(%)
0人	11	3.2	1	0.3	1	0.3	1	0.3	2	0.6	2	0.6
1人	20	5.9	17	5.0	9	2.6	51	14.9	109	31.9	117	34.2
2人	78	22.9	58	17.0	75	22.0	149	43.6	122	35.7	122	35.7
3人	72	21.1	102	29.9	103	30.2	52	15.2	43	12.6	41	12.0
4人	54	15.8	58	17.0	66	19.4	30	8.8	22	6.4	10	2.9
5人	25	7.3	31	9.1	26	7.6	12	3.5	2	0.6	6	1.8
6人以上	30	8.8	35	10.3	24	7.0	9	2.6	4	1.2	4	1.2
無回答	51	15.0	39	11.4	37	10.9	38	11.1	38	11.1	40	11.7

(3) 回答施設の規模

年齢ごとの在園児数、担当年齢ごとの保育士・保育教諭数にもとづいて施設の規模を分類した分布を表Ⅲ-A-5、表Ⅲ-A-6に示した。年齢ごとの在園児数を5名単位で分類すると、0歳児は6～10人という施設が最も多く、1歳児は11～15人、2歳児と3歳児は16～20人、4歳児は11～15人、5歳児は16～20人や21～25人という施設が多かった。担当年齢ごとの保育士・保育教諭数で分類すると、0歳児は2人と3人、1歳児と2歳児は3人、3歳児と4歳児は2人、5歳児は2人と1人という施設が多かった。

2. 午睡マニュアルの有無と内容

「午睡(睡眠)に関するマニュアルはありますか」という問いかけで、4つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ施設数と回答者全体の中での割合(%)を表Ⅲ-A-7に示した。園独自のマニュアルを整備している施設が39.2%で最も多かった。一方、マニュアルがない施設は約2割であったことから、多くの施設では何らかのマニュアルが整備あるいは参照されていた。

「園独自のマニュアルを整備している」「自治体のマニュアル等を参照している」を選択した回答者に対して「マニュアルに次の内容が入っていますか。入っているものすべてに○をつけて下さい(複数回答可)」という問いかけで、16の選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ施設数と回答者全体の中での割合(%)を表Ⅲ-A-8に示した。「定期的に子どもの

呼吸・体位・睡眠状態を確認する」「仰向けに寝かせる」を含めている施設が9割を超えており、次いで「口の中に異物がないか確認する」「柔らかい布団やぬいぐるみ等が側がないことを確認する」「ヒモ、またはヒモ状のものが側がないことを確認する」「ミルクや食べたものなどの嘔吐物がないことを確認する」「子どもの顔色が確認できるように部屋の明るさを調整する」が多かった。逆に、「睡眠時間が一律にならないように配慮する」を含めている施設は最も少なく、「定期的に布団を乾燥させる」「午睡時に寝ない子どもへの関わり方」も4割程度に留まった。

表Ⅲ-A-7 マニュアルの有無

	施設数	割合(%)
園独自のマニュアルを整備している	151	39.2
自治体のマニュアル等を参照している	110	28.6
マニュアルはない	76	19.7
その他	29	7.5
複数回答	10	2.6
無回答	9	2.3

表Ⅲ-A-8 マニュアルに含まれている内容

	施設数	割合(%)
仰向けに寝かせること	262	96.7
柔らかい布団やぬいぐるみ等が側がないことを確認すること	223	82.3
ヒモ、またはヒモ状のものが側がないことを確認すること	216	79.7
口の中に異物がないか確認すること	225	83.0
ミルクや食べたものなどの嘔吐物がないことを確認すること	212	78.2
定期的に子どもの呼吸・体位・睡眠状態を確認すること	264	97.4
衛生的な寝具を使用すること	169	62.4
個別の寝具には布団カバーを掛けて使用すること	127	46.9
布団カバーは定期的に洗濯すること	157	57.9
定期的に布団を乾燥させること	112	41.3
尿、糞便、嘔吐物等で汚れた場合には消毒(熱消毒等)を行うこと	156	57.6
睡眠時間が一律にならないように配慮すること	95	35.1
換気に配慮すること	188	69.4
子どもの顔色が確認できるように部屋の明るさを調整すること	207	76.4
午睡時に寝ない子どもへの関わり方	117	43.2
その他	11	4.1

3. 午睡で使用する寝具の管理

「お昼寝布団などの寝具は、どこが準備していますか」という問いかけで、5つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ施設数と回答者全体の中での割合（％）を表Ⅲ-A-9に示した。保護者が持参している施設が63.9％と最も多く、次いで園で準備している施設が13.2％であった。さらに、お昼寝布団レンタルや衛生に関するサービスを業者に委託している施設に対して「料金はいくらですか。月額か、日額かを選んで（ ）内に金額をお書きください。また、他に委託しているものはありますか。委託している場合は、それぞれの料金を教えてください。」という問いかけを設けた。業者に委託している内容別の料金形態と平均金額を表Ⅲ-A-10、表Ⅲ-A-11に示した。委託の内容としてはお昼寝布

団のレンタルが最も多く、費用は月額平均で5,260円であった。次いで、紙おむつサブスクリプション（月額平均2,634円）、保育施設での使用済み紙おむつ回収（月額平均5,768円）となっていた。

「午睡で使用するお昼寝布団等の洗濯などの衛生管理は誰がしていますか」という問いかけで、4つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ施設数と回答者全体の中での割合（％）を表Ⅲ-A-12に示した。保護者が行っている施設が85.7％と最も多かった。「午睡で使用するお昼寝布団等の洗濯などの衛生管理の頻度はどの程度ですか」という問いかけで、4つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ施設数と回答者全体の中での割合（％）を表Ⅲ-A-13に示した。週に1回の施設が70.6％と最も多かった。

表Ⅲ-A-9 寝具の準備

	施設数	割合（％）
保護者の持参	246	63.9
業者への委託（費用は保護者負担）	10	2.6
保護者の準備、業者への委託（費用は保護者負担）のいずれかを保護者が選ぶ	12	3.1
園で準備（費用を園が負担して、業者に委託）	51	13.2
その他	36	9.4
複数回答	24	6.2
無回答	6	1.6

表Ⅲ-A-10 業者に委託している内容と料金形態

	月額		日額		無回答	
	施設数	割合（％）	施設数	割合（％）	施設数	割合（％）
お昼寝布団レンタル	30	7.8	2	0.5	353	91.7
紙おむつサブスクリプション	17	4.4	0	0	368	95.6
食事エプロンレンタル	2	0.5	0	0	383	99.5
保育施設での使用済み紙おむつ回収	12	3.1	0	0	373	96.9
タオルレンタル（口拭き・おしぼり等）	5	1.3	0	0	380	98.7
その他	8	2.1	0	0	377	97.9

表Ⅲ-A-11 業者に委託している場合の費用の平均金額

	平均金額		施設数	
	月額	日額	月額	日額
お昼寝布団レンタル	5,260	212	27	2
紙おむつサブスクリプション	2,634	0	15	0
食事エプロンレンタル	1,323	0	3	0
保育施設での使用済み紙おむつ回収	5,768	0	8	0
タオルレンタル（口拭き・おしぼり等）	227	0	3	0
その他	4,200	0	8	0

表Ⅲ-A-12 衛生管理をする人（複数回答）

	施設数	割合（％）
保護者	330	85.7
園	79	20.5
業者	50	13.0
その他	6	1.6
無回答	4	1.0

表Ⅲ-A-13 衛生管理の頻度

	施設数	割合（％）
週に1回	272	70.6
2週に1回	39	10.1
月に1回	27	7.0
半年に1回	7	1.8
その他	23	6.0
複数回答	8	2.1
無回答	9	2.3

4. 午睡（睡眠）に関する研修等

「午睡に関する内容を含む園外研修を、園として受講したことがありますか。午睡に関する内容を含む園内研修を実施したことはありますか。いずれも「ある」場合は、過去5年間の回数をお答え下さい」という問いかけで、「経験がある」「経験がない」の選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ施設数と回答者全体の中での割合（％）を表Ⅲ-A-14に示した。さらに、過去5年間の実施（経験）回数別の施設数と「ある」と回答した施設数を母数（園外研修は117、園内研修は141）とした割合（％）を表Ⅲ-A-15に示した。園外研修を受講した経験のある施設は30.4％であり、受講した経験のない施設より少なかった。園外研修の受講回数としては、1回が32.5％と最も多かった。園内研修を実施している施設は36.6％であり、実施していない施設よりも少なかった。園内研修の実施回数としては、5回が35.5％と最も多かった。

「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドラインと保育所における感染症対策ガイドラインを読んだことがありますか。また、読んだ経験がある場合は、実際に活用していますか」という問いかけで、「経験がある」「経験がない」の選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ施設数と回答者全体の中での割合（％）を表Ⅲ-A-16に示した。両ガイドラインにおいて、読んだ経験がある施設が9割を超えていた。

さらに、「読んだ経験がある」と回答した施設に対しては、各ガイドラインを「活用している」「活用していない」の選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ施設数と「経験がある」と回答した施設数を母数（事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドラインは362、感染症対策ガイドラインは357）とした割合（％）を表Ⅲ-A-17に示した。各ガイドラインを活用している施設も、両ガイドラインにおいて9割を超えていた。

表Ⅲ-A-14 午睡に関する園内・園外研修受講経験の有無

	経験がある		経験がない		無回答	
	施設数	割合(%)	施設数	割合(%)	施設数	割合(%)
園外研修受講経験	117	30.4	219	56.9	49	12.7
園内研修実施経験	141	36.6	187	48.6	57	14.8

表Ⅲ-A-15 午睡に関する園内・園外研修の受講経験回数

	園外研修受講経験		園内研修実施経験	
	施設数	割合(%)	施設数	割合(%)
1回	38	32.5	27	19.1
2回	22	18.8	23	16.3
3回	9	7.7	12	8.5
4回	1	0.9	4	2.8
5回	18	15.4	50	35.5
6回以上	3	2.6	3	2.1
無回答	20	17.1	17	12.1
その他	6	5.1	5	3.5

表Ⅲ-A-16 各ガイドラインを読んだ経験

	経験がある		経験がない		無回答	
	施設数	割合(%)	施設数	割合(%)	施設数	割合(%)
教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン	362	94.0	7	1.8	16	4.2
保育所における感染症対策ガイドライン	357	92.7	3	0.8	25	6.5

表Ⅲ-A-17 各ガイドラインの活用

	活用している		活用していない		無回答	
	施設数	割合(%)	施設数	割合(%)	施設数	割合(%)
教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン	334	92.3	14	3.9	14	3.9
保育所における感染症対策ガイドライン	334	93.6	10	2.8	13	3.6

5. 保護者からの要望

「保護者から午睡時間に関する要望はありますか」という問いかけに対して、「ある」「ない」の選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ施設数と回答者全体の中での割合（％）を表Ⅲ-A-18に示した。「保護者から布団等の管理に関する要望はありますか」という問いかけに対して、「ある」「ない」の選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ施設数と回答者全体の中での割合（％）を、表Ⅲ-A-19に示した。保護者から午睡の時間に関して要望を受けたことがある施設は47.5％、受けたことがない施設は49.1％であり、ほぼ半数に分かれていた。保護者からの布団等の管理に関する要望については、なかった施設が9割を超えていた。

表Ⅲ-A-18 保護者からの午睡時間に関する要望の有無

	施設数	割合（％）
ある	183	47.5
ない	189	49.1
無回答	13	3.4

表Ⅲ-A-19 保護者からの布団等の管理に関する要望の有無

	施設数	割合（％）
ある	15	3.9
ない	356	92.5
無回答	14	3.6

B. 0～5歳児担当保育者対象の調査結果

1. 午睡の月別の実施状況

0歳児を除く各年齢における午睡の月別の実施状況について、「あなたのクラスでの午睡の月別の実施状況について1（全員実施）、2（一部実施）、3（実施せず）のいずれかを選んで下さい。」という問いかけで回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と無回答者を除く回答者全体の中での割合（％）を表Ⅲ-B-1に示した。1歳児はほぼすべての園で全員実施または一部実施をしているが、年齢が高くなると実施率が下がる傾向であった。特に、5歳児においては、10月から全員実施の割合（％）が半数を下回り、1月以降は一部実施も含めても半数を下回る傾向であった。なお、4歳児以下においても、3月は無回答の割合（％）がやや高くなる傾向があるが、これは調査実施日が2月中旬から3月末日にかけて行われたことにより、3月の部分が回答できないと判断された可能性が考えられる。

表Ⅲ-B-1 各年齢における午睡の月別の実施状況

		回答者数				割合（％）*		
		全員実施	一部実施	実施せず	無回答	全員実施	一部実施	実施せず
1歳	4月	343	15	0	11	95.8	4.2	0.0
	5月	354	4	0	11	98.9	1.1	0.0
	6月	356	2	0	11	99.4	0.6	0.0
	7月	357	1	0	11	99.7	0.3	0.0
	8月	356	2	0	11	99.4	0.6	0.0
	9月	357	1	0	11	99.7	0.3	0.0
	10月	356	2	0	11	99.4	0.6	0.0
	11月	357	1	0	11	99.7	0.3	0.0
	12月	357	1	0	11	99.7	0.3	0.0
	1月	356	2	0	11	99.4	0.6	0.0
	2月	353	4	0	12	98.9	1.1	0.0
	3月	338	2	1	28	99.1	0.6	0.3
2歳	4月	357	9	1	7	97.3	2.5	0.3
	5月	362	5	1	6	98.4	1.4	0.3
	6月	360	7	1	6	97.8	1.9	0.3
	7月	359	7	1	7	97.8	1.9	0.3
	8月	359	8	1	6	97.6	2.2	0.3
	9月	359	8	1	6	97.6	2.2	0.3
	10月	358	8	1	7	97.5	2.2	0.3
	11月	358	8	1	7	97.5	2.2	0.3
	12月	360	8	1	5	97.6	2.2	0.3
	1月	358	9	2	5	97.0	2.4	0.5
	2月	352	13	2	7	95.9	3.5	0.5
	3月	330	14	3	27	95.1	4.0	0.9
3歳	4月	315	21	16	38	89.5	6.0	4.5
	5月	318	18	16	38	90.3	5.1	4.5
	6月	319	17	16	38	90.6	4.8	4.5
	7月	324	19	11	36	91.5	5.4	3.1
	8月	325	17	12	36	91.8	4.8	3.4
	9月	313	19	17	41	89.7	5.4	4.9
	10月	303	26	21	40	86.6	7.4	6.0
	11月	294	26	30	40	84.0	7.4	8.6
	12月	291	28	30	41	83.4	8.0	8.6
	1月	283	29	35	43	81.6	8.4	10.1
	2月	279	27	41	43	80.4	7.8	11.8
	3月	264	33	37	56	79.0	9.9	11.1
4歳	4月	259	23	60	48	75.7	6.7	17.5
	5月	263	25	58	44	76.0	7.2	16.8
	6月	274	23	53	40	78.3	6.6	15.1
	7月	311	22	29	28	85.9	6.1	8.0
	8月	310	26	27	27	85.4	7.2	7.4
	9月	265	30	55	40	75.7	8.6	15.7
	10月	243	38	66	43	70.0	11.0	19.0
	11月	239	30	76	45	69.3	8.7	22.0
	12月	236	34	74	46	68.6	9.9	21.5
	1月	228	37	78	47	66.5	10.8	22.7
	2月	223	36	84	47	65.0	10.5	24.5
	3月	215	39	83	53	63.8	11.6	24.6
5歳	4月	211	27	98	54	62.8	8.0	29.2
	5月	210	28	97	55	62.7	8.4	29.0
	6月	215	34	91	50	63.2	10.0	26.8
	7月	253	45	55	37	71.7	12.7	15.6
	8月	261	44	50	35	73.5	12.4	14.1
	9月	206	36	96	52	60.9	10.7	28.4
	10月	165	45	122	58	49.7	13.6	36.7
	11月	141	42	148	59	42.6	12.7	44.7
	12月	123	49	161	57	36.9	14.7	48.3
	1月	49	75	204	62	14.9	22.9	62.2
	2月	29	68	231	62	8.8	20.7	70.4
	3月	20	43	254	73	6.3	13.6	80.1

* 無回答を除く回答者数で算出

2. 午睡の開始・終了時刻

「午睡の時間を教えてください。個人差が大きく時刻を書きにくい場合は「決まっていない」に○をつけて下さい。」という問いかけで、「昼食終了」「午睡開始」「午睡終了」各時刻の回答を求めた。0歳児を除く年齢別の平均値を表Ⅲ-B-2に示した。昼食終了及び午睡開始時刻は、1・2歳児は3歳児以上と比して早い傾向があるが、午睡終了時刻は各年齢間で差を見いだせなかった。一方、午睡の開始・終了時刻が「決まっていない」と回答した園を年齢別に集計した結果を表Ⅲ-B-3に示した。割合(%)は4.6%～11.9%の範囲であった。

表Ⅲ-B-2 各年齢における昼食終了・午睡開始・午睡終了各時刻及び平均午睡時間

	昼食終了	午睡開始	午睡終了	平均時間
1歳	11:50	12:14	14:41	2:27
2歳	12:01	12:23	14:39	2:16
3歳	12:18	12:50	14:41	1:51
4歳	12:22	12:58	14:40	1:42
5歳	12:23	13:03	14:40	1:37

表Ⅲ-B-3 各年齢における午睡の開始・終了時刻が「決まっていない」と回答した人数

	人数	割合(%)
1歳	44	11.9
2歳	27	7.2
3歳	18	4.6
4歳	22	5.6
5歳	37	9.5

3. 午睡時間

「午睡はどのくらいの時間が適当と考えていますか。1つに○をつけて下さい。」という問いかけで、0歳児を除く各年齢における午睡時間について、6つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合(%)を年齢別に集計した結果を表Ⅲ-B-4に示した。1・2歳児は120分ぐらいが適当とする回答が最も多く、3歳児以上は90分ぐらいが適当とする回答が最も多かった。なお、無回答の割合(%)について、年齢が高くなるにつれて多くなる傾向にあった。これは午睡自体を実施していないため回答不能と判断された可能性が考えられる。

4. 午睡をしない子どもの対応

「午睡をしない子どもがいた場合、その間保育をどのように進めていますか。1つだけ○をつけて下さい。」という問いかけで、5つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合(%)を、0歳児を除く年齢別に集計した結果を表Ⅲ-B-5に示した。各年齢ともに「他の園児に迷惑なので、静かに休息の状態にさせている」の選択の割合(%)が最も高く、午睡の環境に配慮しようとする傾向が伺える。なお、無回答の割合(%)について、年齢が高くなるにつれて多くなる傾向にあった。これは、先述と同様、午睡自体を実施していないため、回答不能と判断された可能性が考えられる。

表Ⅲ-B-4 各年齢における適当と考えられる午睡時間

	1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
1. 30分くらい	1	0.3	1	0.3	6	1.5	9	2.3	21	5.4
2. 45分くらい	1	0.3	2	0.5	6	1.5	20	5.1	23	5.9
3. 60分くらい	4	1.1	10	2.7	48	12.3	88	22.6	88	22.6
4. 90分くらい	57	15.4	110	29.4	192	49.2	153	39.2	140	35.9
5. 120分くらい	230	62.3	213	57.0	98	25.1	63	16.2	40	10.3
6. 150分くらい	70	19.0	30	8.0	5	1.3	2	0.5	2	0.5
無回答	6	1.6	8	2.1	35	9.0	55	14.1	76	19.5
合計	369	100.0	374	100.0	390	100.0	390	100.0	390	100.0

表Ⅲ-B-5 各年齢における午睡をしない子どもの対応

	1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
	回答者数	割合（％）	回答者数	割合（％）	回答者数	割合（％）	回答者数	割合（％）	回答者数	割合（％）
1. 他の園児に迷惑なので、静かに休息の状態にさせている	187	50.7	246	65.8	245	62.8	236	60.5	218	55.9
2. 午睡を必要とする園児の迷惑にならない範囲で、自由に遊ばせている	93	25.2	61	16.3	45	11.5	37	9.5	44	11.3
3. 屋内の遊戯室、決められた保育室で過ごさせる	22	6.0	18	4.8	16	4.1	10	2.6	17	4.4
4. 屋外の園庭または園外で過ごさせる	1	0.3	0	0.0	1	0.3	1	0.3	1	0.3
5. その他	51	13.8	38	10.2	48	12.3	55	14.1	35	9.0
無回答	15	4.1	11	2.9	35	9.0	51	13.1	75	19.2
合計	369	100.0	374	100.0	390	100.0	390	100.0	390	100.0

5. 午睡時の保育士等の配置

午睡時の保育士等の配置について、以下の年齢別に集計した。

（1）0歳児の配置人数

「あなたのクラスでは午睡（睡眠）の間、保育士等が一人当たり何人の乳児を観察していますか。回答日現在でお答えください。」という問いかけで、人数の回答を求めた。各回答人数と回答者全体の中での割合（％）を表Ⅲ-B-6に示した。なお、幅のある数字の回答の場合は、その幅の平均値を算出し、小数点以下の数値は切り上げて集計した。保育士等が1人あたり3人の乳児を観察していると回答する割合（％）が最も高く、次いで6人の乳児と回答する割合（％）が高かった。

表Ⅲ-B-6 0歳児における午睡時の配置人数

	回答者数	割合（％）		回答者数	割合（％）
0人	2	0.6	6人	57	16.5
1人	8	2.3	7人	11	3.2
2人	31	9.0	8人	7	2.0
3人	116	33.5	9人	15	4.3
4人	32	9.2	10人以上	22	6.4
5人	33	9.5	無回答	12	3.5
			合計	346	100.0

表Ⅲ-B-7 1～5歳児における午睡時の配置人数

	1歳			2歳			3歳			4歳			5歳		
	回答者数	平均	標準偏差	回答者数	平均	標準偏差	回答者数	平均	標準偏差	回答者数	平均	標準偏差	回答者数	平均	標準偏差
クラス担当の保育士等の総人数	364	3.4	1.4	365	3.0	1.2	343	2.3	1.2	328	1.9	0.6	297	1.6	0.9
午睡に付き添う保育士等の数	347	2.1	1.1	350	2.0	1.0	330	1.8	0.9	315	1.5	0.5	266	1.4	0.5
起きている子どもを見る保育士等の数	315	1.4	0.9	291	1.3	0.9	248	1.2	0.5	245	0.9	0.7	208	1.1	0.7

（2）1～5歳児の配置人数

「午睡時の保育士等の配置はどのようになっていますか。回答日現在でお答えください。」という問いかけで、クラス担当の保育士等の総人数、午睡に付き添う保育士等の数、起きている子どもを見る保育士等の数について、年齢別の平均人数及び標準偏差を表Ⅲ-B-7に示した。いずれの項目も、年齢が高くなるにつれて人数は減る傾向であった。

6. 午睡中の職務

「午睡の間、保育士等は主に何をしていますか。午睡に付き添う保育士等と付き添わない保育士等について、主なもの3つ以内を選んで○印をつけて下さい。」という問いかけで、それぞれ7つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、保育士等及び年齢別に表Ⅲ-B-8に示した。午睡に付き添う保育士等については、各年齢ともに「午睡の子どもの見まわり、観察」の選択の割合（％）が最も高く、次いで「資料・記録の整理・作成」「眠らない子どもの世話・保育」と続いた。午睡に付き添わない保育士等については、各年齢ともに、ほぼ同じ割合（％）で「休憩」「資料・記録の整理・作成」の選択の割合（％）が最も高く、次いで「会議・打ち合わせ」の選択の割合（％）が高かった。

7. 午睡中の観察・記録内容

「午睡中の子どもの状態について、観察する内容はどのようなものですか。観察しているものすべてに○印をつけてください。また記録しているものすべてに○印をつけて下さい。」という問いかけで、11の選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、年齢別に表Ⅲ-B-9に示した。観察については、年齢別にやや順位の変動はあるものの、「呼吸の状態」「睡眠中の体位」「顔色」「睡眠中の動き」の選択の割合

（％）が高く、次いで「発汗」と続いた。共通して、乳幼児突然死症候群（SIDS）のリスク低減をはじめとする生命の保持に配慮した項目に最も注意深く観察をしていることが伺えた。記録については、0～2歳児では「睡眠中の体位」「呼吸の状態」、3～5歳児では「呼吸の状態」「睡眠中の体位」の順に選択の割合（％）が高かった。次いで、年齢別にやや順位の変動はあるものの、「睡眠中の動き」「体温」「顔色」の選択の割合（％）が高かった。

表Ⅲ-B-8 午睡中の職務

		0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
		回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
付き添う 保育士等	休憩	30	8.7	37	10.0	46	12.3	40	10.3	46	11.8	33	8.5
	保育士相互の話し合い	78	22.5	117	31.7	121	32.4	108	27.7	96	24.6	85	21.8
	資料・記録の整理・作成	219	63.3	243	65.9	242	64.7	209	53.6	206	52.8	196	50.3
	午睡の子どもの見まわり、観察	328	94.8	356	96.5	328	87.7	312	80.0	295	75.6	268	68.7
	眠らない子どもの世話・保育	202	58.4	187	50.7	169	45.2	152	39.0	156	40.0	147	37.7
	午睡後の保育の準備	52	15.0	66	17.9	72	19.3	66	16.9	65	16.7	50	12.8
	会議・打ち合わせ	20	5.8	22	6.0	41	11.0	38	9.7	28	7.2	39	10.0
		0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
		回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
付き添わない 保育士等	休憩	212	61.3	224	60.7	220	58.8	197	50.5	192	49.2	169	43.3
	保育士相互の話し合い	112	32.4	125	33.9	138	36.9	124	31.8	108	27.7	115	29.5
	資料・記録の整理・作成	191	55.2	208	56.4	221	59.1	195	50.0	190	48.7	167	42.8
	午睡の子どもの見まわり、観察	23	6.6	39	10.6	39	10.4	29	7.4	26	6.7	16	4.1
	眠らない子どもの世話・保育	99	28.6	86	23.3	61	16.3	63	16.2	50	12.8	54	13.8
	午睡後の保育の準備	81	23.4	83	22.5	63	16.8	59	15.1	64	16.4	61	15.6
	会議・打ち合わせ	164	47.4	168	45.5	171	45.7	166	42.6	159	40.8	140	35.9

表Ⅲ-B-9 午睡中の観察・記録内容

		0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
		回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
観察	顔色	323	93.4	340	92.1	346	92.5	328	84.1	307	78.7	287	73.6
	発疹や傷	121	35.0	128	34.7	132	35.3	114	29.2	91	23.3	80	20.5
	体温	156	45.1	164	44.4	177	47.3	130	33.3	104	26.7	97	24.9
	尿や便	77	22.3	79	21.4	118	31.6	120	30.8	91	23.3	75	19.2
	発汗	255	73.7	262	71.0	255	68.2	234	60.0	210	53.8	177	45.4
	機嫌	154	44.5	157	42.5	155	41.4	124	31.8	110	28.2	82	21.0
	呼吸の状態	339	98.0	348	94.3	361	96.5	315	80.8	294	75.4	265	67.9
	脈拍	35	10.1	29	7.9	32	8.6	23	5.9	24	6.2	19	4.9
	睡眠中の動き	310	89.6	321	87.0	303	81.0	276	70.8	261	66.9	244	62.6
	睡眠中の体位	331	95.7	349	94.6	341	91.2	292	74.9	267	68.5	232	59.5
	ひきつけ	158	45.7	166	45.0	181	48.4	143	36.7	132	33.8	123	31.5
		0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
		回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
記録	顔色	94	27.2	89	24.1	69	18.4	45	11.5	38	9.7	29	7.4
	発疹や傷	32	9.2	29	7.9	27	7.2	21	5.4	12	3.1	13	3.3
	体温	99	28.6	98	26.6	90	24.1	52	13.3	46	11.8	43	11.0
	尿や便	38	11.0	36	9.8	32	8.6	20	5.1	15	3.8	13	3.3
	発汗	29	8.4	29	7.9	25	6.7	18	4.6	9	2.3	9	2.3
	機嫌	56	16.2	47	12.7	30	8.0	19	4.9	13	3.3	11	2.8
	呼吸の状態	216	62.4	203	55.0	140	37.4	79	20.3	62	15.9	68	17.4
	脈拍	12	3.5	10	2.7	5	1.3	4	1.0	5	1.3	5	1.3
	睡眠中の動き	115	33.2	91	24.7	66	17.6	35	9.0	24	6.2	28	7.2
	睡眠中の体位	243	70.2	219	59.3	160	42.8	60	15.4	49	12.6	48	12.3
	ひきつけ	38	11.0	34	9.2	32	8.6	24	6.2	15	3.8	15	3.8

8. 午睡中の記録の時間間隔

「記録に残すための時間間隔は、何分ですか。」という問いかけで、時間の回答を求めた。年齢別の平均値を表Ⅲ-B-10に示した。特に2歳児から3歳児になると時間間隔が急に長くなる傾向が伺える。具体的な時間間隔の分布をみるため、年齢別及び5分間隔の階級別に集計した結果を表Ⅲ-B-11に示した。0歳児では5分、1・2歳児では6～10分の階級が最も割合（％）が高いが、3歳児以降では26～30分の階級が最も割合（％）が高かった。特に、3歳児以上では無回答の割合（％）が半数を超える傾向であった。

表Ⅲ-B-10 午睡中における記録の時間間隔の平均（分）

0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
6.4	10.7	13.6	23.1	22.6	23.2

9. 午睡の場所

「午睡の場所についてお尋ねします。1つに○印をつけて下さい。その他の場合は具体的にお書きください。」という問いかけで、4つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、0歳児を除く年齢別に表Ⅲ-B-12に示した。各年齢ともに「保育室で午睡している」の選択の割合（％）が最も高かった。なお、無回答の割合（％）について、年齢が高くなるにつれて多くなる傾向にあった。これは、先述と同様、午睡自体を実施していないため、回答不能と判断された可能性が考えられる。

10. 午睡用品

午睡に使用する用品について、以下の年齢別または用品選択理由について集計した。

（1）0歳児の午睡用品

「午睡は布団ですか、ベッドですか。その他の場

表Ⅲ-B-11 午睡中の記録の時間間隔

	0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
5分未満	4	1.2	1	0.3	4	1.1	6	1.5	18	4.6	10	2.6
5分	264	76.3	79	21.4	23	6.1	7	1.8	2	0.5	3	0.8
6～10分	43	12.4	190	51.5	107	28.6	19	4.9	15	3.8	11	2.8
11～15分	27	7.8	38	10.3	89	23.8	35	9.0	29	7.4	27	6.9
16～20分	0	0.0	4	1.1	6	1.6	5	1.3	7	1.8	8	2.1
21～25分	0	0.0	0	0.0	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0
26～30分	1	0.3	8	2.2	17	4.5	52	13.3	51	13.1	45	11.5
30分以上	0	0.0	4	1.1	4	1.1	8	2.1	9	2.3	9	2.3
無回答	7	2.0	45	12.2	123	32.9	258	66.2	259	66.4	277	71.0
合計	346	100.0	369	100.0	374	100.0	390	100.0	390	100.0	390	100.0

表Ⅲ-B-12 午睡の場所

	1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
1. 保育室で午睡している	330	89.4	328	87.7	276	70.8	256	65.6	241	61.8
2. 保育室の一部に午睡用の場所を確保している	29	7.9	27	7.2	19	4.9	15	3.8	18	4.6
3. 午睡専用の部屋がある	3	0.8	5	1.3	24	6.2	21	5.4	15	3.8
4. その他	5	1.4	13	3.5	42	10.8	53	13.6	43	11.0
無回答	2	0.5	1	0.3	29	7.4	45	11.5	73	18.7
合計	369	100.0	374	100.0	390	100.0	390	100.0	390	100.0

合は具体的にお書きください」という問いかけで、4つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、項目別に表Ⅲ-B-13に示した。「布団」が最も選択の割合（％）が高かった一方、「ベビーベッド」「布団とベビーベッドの両方」を選択する割合（％）が約4分の1であった。

（2）1～5歳児の午睡用品

「午睡は布団ですか、ベッドですか。1つに○をつけてください。その他の場合は具体的にお書きください」という問いかけで、3つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、項目別及び年齢別に表Ⅲ-B-14に示した。各年齢ともに「布団」が最も選択の割合（％）が高かった一方、「コットベッド（お昼寝ベッド）」を選択する割合（％）が17.2～22.7％の範囲であった。なお、無回答の割合（％）について、年齢が高くなるにつれて多くなる傾向にあった。

た。これは、先述と同様、午睡自体を実施していないため、回答不能と判断された可能性が考えられる。

（3）ベビーベッドまたはコットベッド選択理由

先述の質問について、0歳児は「ベビーベッドを選ばれた場合」、1歳児以上は「コットベッド（お昼寝ベッド）を選ばれた場合」は、「採用した経緯のすべてに○印をつけて下さい。」という問いかけで、9つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、項目別及び年齢別に表Ⅲ-B-15に示した。0歳児では「安心して過ごせるため（個人の居場所の確保）」「他児との接触を避けるため（いたずら防止を含む）」「衛生的であるため（ホコリ・ダニ対策を含む）」の順に選択の割合（％）が高かった。一方、1歳児以上は「衛生的であるため（ホコリ・ダニ対策を含む）」「通気性が良いため」「安心して過ごせるため（個人の居場所の確保）」の順に選択の割合（％）が高かった。

表Ⅲ-B-13 0歳児が使用する午睡用品

	回答者数	割合(%)
1. 布団	222	64.2
2. ベビーベッド	13	3.8
3. 布団とベビーベッドの両方	71	20.5
4. その他	37	10.7
無回答	3	0.9
合計	346	100.0

表Ⅲ-B-14 1～5歳児が使用する午睡用品

	1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
1. お昼寝布団	292	79.1	282	75.4	263	67.4	240	61.5	217	55.6
2. コットベッド（お昼寝ベッド）	71	19.2	85	22.7	88	22.6	82	21.0	67	17.2
3. その他	3	0.8	5	1.3	8	2.1	20	5.1	26	6.7
無回答	3	0.8	2	0.5	31	7.9	48	12.3	80	20.5
合計	369	100.0	374	100.0	390	100.0	390	100.0	390	100.0

表Ⅲ-B-15 午睡にベビーベッドまたはコットベッド（お昼寝ベッド）を選択した理由

	0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
1. 衛生的であるため（ホコリ・ダニ対策を含む）	23	27.4	63	88.7	63	74.1	67	76.1	59	72.0	56	83.6
2. 通気性が良いため	17	20.2	62	87.3	56	65.9	60	68.2	51	62.2	53	79.1
3. 午睡の準備が容易であるため（保育士の負担軽減）	7	8.3	17	23.9	17	20.0	15	17.0	15	18.3	16	23.9
4. 保護者の負担軽減になるため	5	6.0	26	36.6	17	20.0	20	22.7	24	29.3	22	32.8
5. 安心して過ごせるため（個人の居場所の確保）	69	82.1	32	45.1	24	28.2	31	35.2	27	32.9	26	38.8
6. 場所を取らないため	3	3.6	10	14.1	6	7.1	7	8.0	5	6.1	5	7.5
7. 他児との接触を避けるため（いたずら防止を含む）	42	50.0	15	21.1	18	21.2	21	23.9	18	22.0	17	25.4
8. 全園児の午睡環境を統一できるため	3	3.6	13	18.3	15	17.6	18	20.5	17	20.7	15	22.4
9. その他	7	8.3	4	5.6	4	4.7	4	4.5	5	6.1	4	6.0

11. 午睡に使用する寝具布団やシーツ

「午睡時に使用している布団やシーツなどについて、夏期と冬期にわけて使用しているものすべてに○印をつけて下さい。」という問いかけで、8つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、季節別、項目別及び年齢別に表Ⅲ-B-16に示した。夏期については、各年齢ともに「タオルケット・バスタオル」が最も選択の割合（％）が高く、次いで年齢別にやや順位の変動はあるものの、「敷布団」「シーツカバー」の選択の割合（％）が高かった。冬期については、各年齢ともに「掛布団」が最も選択の割合（％）が高く、次いで年齢別にやや順位の変動はあるものの、「敷布団」「シーツカバー」の選択の割合（％）が高かった。

12. 午睡時の服装

「午睡時の服装について、夏期と冬期にわけて該当するものに○印をつけて下さい。」という問いかけで、「着替えなし」「パジャマに着替える」「その他」のいずれかの回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、季節別、項目別及び0歳児を除く年齢別に表Ⅲ-B-17に示した。本質問項目については、「その他」と他項目との重複回答があったため、「その他」の自由記述内容か

ら以下の通り分類を行った。具体的には、高温時に一部の服を脱がせる行為はあるものの、原則着替えをしていないと判断できたら「着替えなし」に分類した。また、ズボンのみなど、一部分でもパジャマに着替えていると判断できたら「パジャマに着替える」に分類した。さらに、パジャマ以外の服に着替える、昼食後または午睡後に着替える等、「着替えなし」「パジャマに着替える」のいずれも分類できないものはすべて「その他」に分類して集計を行った。その結果、季節を問わず各年齢ともに「着替えなし」を選択する割合（％）が最も高かった。

13. 午睡時の保育室の環境への配慮

「午睡時は普段の保育室と比べてどのようなことをしていますか。該当するものすべてに○印をつけてください」という問いかけで、8つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、担当年齢別に表Ⅲ-B-18に示した。いずれの年齢でも、「カーテンで外からの光を遮る」や「部屋全体の電気を消す」と回答するものが多かった。「換気をする」という回答も次いで多かった。

14. 午睡時の保育室の室温や湿度

「室温や湿度の基準を決めていますか」という問

表Ⅲ-B-16 午睡に使用する寝具布団

		0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
		回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
夏期	敷布団	208	60.1	218	59.1	211	56.4	177	45.4	156	40.0	148	37.9
	マットレス	14	4.0	5	1.4	21	5.6	21	5.4	9	2.3	16	4.1
	シーツカバー	193	55.8	200	54.2	205	54.8	188	48.2	151	38.7	144	36.9
	タオルケット・バスタオル	313	90.5	330	89.4	335	89.6	322	82.6	298	76.4	275	70.5
	掛布団	39	11.3	42	11.4	33	8.8	39	10.0	53	13.6	30	7.7
	掛布団カバー	23	6.6	30	8.1	21	5.6	24	6.2	22	5.6	13	3.3
	おねしょシーツ	19	5.5	52	14.1	146	39.0	116	29.7	64	16.4	31	7.9
	その他	42	12.1	25	6.8	32	8.6	32	8.2	25	6.4	25	6.4
冬期		0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
		回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
	敷布団	213	61.6	226	61.2	219	58.6	177	45.4	145	37.2	135	34.6
	マットレス	15	4.3	5	1.4	21	5.6	23	5.9	8	2.1	13	3.3
	シーツカバー	194	56.1	205	55.6	212	56.7	188	48.2	146	37.4	134	34.4
	タオルケット・バスタオル	149	43.1	148	40.1	154	41.2	142	36.4	130	33.3	103	26.4
	掛布団	225	65.0	231	62.6	227	60.7	218	55.9	184	47.2	155	39.7
	掛布団カバー	126	36.4	144	39.0	139	37.2	126	32.3	97	24.9	80	20.5
	おねしょシーツ	19	5.5	52	14.1	154	41.2	114	29.2	61	15.6	27	6.9
	その他	114	32.9	94	25.5	103	27.5	94	24.1	77	19.7	67	17.2

いかけて、「はい」か「いいえ」のいずれかの回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、担当年齢別に表Ⅲ-B-19に示した。0歳では「はい」という回答がおおよそ3分の2を占めており多かったが、年齢が上がるにつれて「はい」という回答は少なくなっていた。ただ、年齢が上がるにつれて「いいえ」という回答が増えるわけではなく、無回答のものの割合が多くなっていた。

室温や湿度の基準を決めていると回答したものに対して、具体的な設定温度や湿度を夏期と冬期にわけて回答してもらった。その平均を表Ⅲ-B-20に示した。温度については、夏期はおおむね26℃前後、冬期はおおむね22℃前後であり、季節による違いがみられた。湿度については夏期および冬期ともに55％前後であり、季節による違いはみられなかった。年齢による違いはみられなかった。

表Ⅲ-B-17 午睡時の服装

		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
		回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
夏期	着替えなし	219	59.3	224	59.9	206	52.8	203	52.1	199	51.0
	パジャマに着替える	61	16.5	92	24.6	107	27.4	100	25.6	86	22.1
	その他	83	22.5	56	15.0	30	7.7	36	9.2	29	7.4
	無回答	6	1.6	2	0.5	47	12.1	51	13.1	76	19.5
	合計	369	100.0	374	100.0	390	100.0	390	100.0	390	100.0
		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
		回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
冬期	着替えなし	219	59.3	208	55.6	195	50.0	178	45.6	162	41.5
	パジャマに着替える	70	19.0	104	27.8	107	27.4	87	22.3	69	17.7
	その他	76	20.6	55	14.7	36	9.2	34	8.7	26	6.7
	無回答	4	1.1	7	1.9	52	13.3	91	23.3	133	34.1
	合計	369	100.0	374	100.0	390	100.0	390	100.0	390	100.0

表Ⅲ-B-18 午睡時の保育室の環境への配慮

	0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
1. カーテンで外からの光を遮る	260	75.1	281	76.2	294	78.6	295	75.6	276	70.8	252	64.6
2. 部屋全体の電気を消す	281	81.2	305	82.7	329	88.0	327	83.8	312	80.0	278	71.3
3. 部屋の一部の電気を消す	65	18.8	60	16.3	41	11.0	27	6.9	29	7.4	29	7.4
4. 音楽をかける	166	48.0	176	47.7	175	46.8	141	36.2	126	32.3	105	26.9
5. 空気清浄機を運転する	169	48.8	169	45.8	195	52.1	171	43.8	153	39.2	145	37.2
6. 加湿器を運転する	168	48.6	166	45.0	177	47.3	150	38.5	126	32.3	111	28.5
7. 換気をする	188	54.3	192	52.0	221	59.1	207	53.1	203	52.1	195	50.0
8. その他	35	10.1	26	7.0	17	4.5	15	3.8	19	4.9	15	3.8

表Ⅲ-B-19 室温や湿度の基準の有無

	0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
1. はい	223	64.5	198	53.7	185	49.5	182	46.7	150	38.5	136	34.9
2. いいえ	113	32.7	148	40.1	144	38.5	150	38.5	148	37.9	146	37.4
無回答	10	2.9	23	6.2	45	12.0	58	14.9	92	23.6	108	27.7
合計	346	100.0	369	100.0	374	100.0	390	100.0	390	100.0	390	100.0

表Ⅲ - B -20 室温や湿度の基準の平均

		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
温度（℃）	夏期	26.0	26.1	26.1	26.1	25.7	25.7
	冬期	21.2	21.0	21.1	21.1	21.5	23.2
湿度（％）	夏期	54.5	54.5	54.8	57.7	54.6	56.5
	冬期	54.1	53.6	53.1	53.8	54.5	54.8

15. 午睡時の子どもの様子を把握する方法

「午睡（睡眠）時の子どもの様子を把握するためにしていることについて、該当するものすべてに○印をつけてください」という問いかけで、6つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、担当年齢別に表Ⅲ -B-21に示した。いずれの年齢の担当者も、最も回答が多かったのは「午睡中に見回りをしている」であり、次いで多かったのは「午睡の様子を記録している」であった。ビデオカメラ、センサーマット（子どもの体動を感知する装置）、午睡モニター（カメラで捉えた映像をもとに異常を伝える装置）など、なんらかの機器を使用しているものは少なかった。午睡中に見回りについては、いずれの年齢の担当者も見守りをしているという回答が多かったが、4歳、5歳と年齢があがると、見回りをしているという回答はやや少なくなっていた。午睡の様子を記録については、0歳や1歳など低年齢の子どもにおいては記録しているという回答が多いのに対し、4歳や5歳など年齢があがると、記録しているという回答は極端に少なくなっていた。

16. 午睡に伴う業務に関する負担感

午睡（睡眠）に伴う業務をいくつか挙げ、それらの業務に関する負担感をどの程度感じているかを尋ねた。取り上げた業務は、午睡前の業務として5つの業務、午睡中の業務として8つの業務、午睡後の業務として7つの業務の計20であった。それぞれの業務に対して、「非常に負担を感じる」「負担を

感じる」「少し負担を感じる」「あまり負担を感じない」「負担を感じない」「全く負担を感じない」の6つの選択肢から最も当てはまるものを選んでもらった。当該業務がない場合は「業務なし」を選んでもらった。6段階の負担感に関して回答があったものを、「非常に負担を感じる」を6点、「負担を感じる」を5点、「少し負担を感じる」を4点、「あまり負担を感じない」を3点、「負担を感じない」を2点、「全く負担を感じない」を1点として得点化し、業務毎、担当年齢毎にその平均得点を求め、表Ⅲ - B -22に示した。この平均負担感得点は数値が大きい（6点に近い）ほど負担感を感じており、数値が小さい（1点に近い）ほど負担感を感じていないこととなる。また、実際のそれぞれの選択肢の回答者数を回答者全体の中での割合（％）として求めた結果も、表Ⅲ - B -23、表Ⅲ - B -24、表Ⅲ - B -25に示した。

0歳児や1歳児など年齢の低い児の担当者にとって負担感が高い項目は、「睡眠中に泣いてしまった子への対応」「なかなか眠りにつかない子への対応」「（午睡中）すぐに目覚める子への対応」「（午睡後）早く起きる子への対応」などであった。これらはいずれも、周囲の子が眠っている状況において周囲の子と異なって眠っていない状態にあるということで、いわば周囲の子と異なる対応を求められるものといえる。このうち、「なかなか眠りにつかない子への対応」は4歳児や5歳児など年齢の上だった児の担当者にとっても負担感が高い項目であった。一方で、年齢の大きな児（とくに4歳児）の担当者にとっては「寝具を汚した子への対応」「寝具が汚れたこと

表Ⅲ - B -21 午睡時の子どもの様子を把握する方法

	0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
	回答者数	割合（％）	回答者数	割合（％）	回答者数	割合（％）	回答者数	割合（％）	回答者数	割合（％）	回答者数	割合（％）
1. 午睡中に見回りをしている	315	91.0	345	93.5	349	93.3	349	89.5	324	83.1	308	79.0
2. 午睡の様子を記録している	289	83.5	263	71.3	187	50.0	89	22.8	74	19.0	68	17.4
3. ビデオカメラで録画している	40	11.6	35	9.5	37	9.9	26	6.7	26	6.7	18	4.6
4. センサーマットを使用している	39	11.3	6	1.6	1	0.3	0	0.0	0	0.0	2	0.5
5. 午睡モニターを使用している	1	0.3	1	0.3	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0
6. その他	22	6.4	10	2.7	12	3.2	8	2.1	15	3.8	8	2.1

表Ⅲ-B-22 午睡に関する業務の負担感得点の平均

		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
午睡前	1. 場所の清掃	2.43	2.47	2.59	2.61	2.59	2.59
	2. 寝具を置く場所の確保	2.43	2.49	2.72	2.80	2.81	2.84
	3. 寝具の準備	2.40	2.66	2.83	2.87	2.80	2.80
	4. 子どもの着替え	2.30	2.60	2.65	2.61	2.39	2.26
	5. 読む絵本等の準備	1.94	1.98	2.01	1.92	2.01	1.99
午睡中	1. 睡眠状況の確認	2.64	2.64	2.64	2.31	2.43	2.42
	2. 睡眠状況の記録	2.83	2.86	2.79	2.39	2.58	2.58
	3. 睡眠中に泣いてしまった子への対応	3.38	3.21	3.05	2.63	2.67	2.55
	4. なかなか眠りにつかない子への対応	3.33	3.40	3.38	3.31	3.26	3.13
	5. すぐに目覚める子への対応	3.57	3.40	3.13	2.80	2.90	2.81
	6. 環境整備（温度管理）	2.21	2.27	2.27	2.14	2.33	2.25
	7. 環境整備（換気）	2.08	2.14	2.22	2.03	2.21	2.17
	8. 環境整備（明るさ）	2.03	2.12	2.21	2.03	2.19	2.13
午睡後	1. 寝具の片付け	2.44	2.87	2.89	2.92	2.91	2.79
	2. 早く起きる子への対応	3.20	3.07	2.93	2.67	2.77	2.65
	3. 寝具を汚した子への対応	2.70	2.82	2.92	2.96	3.01	2.98
	4. 寝具を汚した子の周囲の子への対応	2.63	2.55	2.70	2.59	2.72	2.70
	5. 寝具が汚れたことへの対応	2.71	2.75	2.89	2.96	3.00	2.93
	6. 寝具の保管	2.27	2.39	2.49	2.40	2.58	2.67
	7. 寝具の衛生管理	2.43	2.48	2.56	2.51	2.66	2.73

への対応」なども比較的負担感が高い項目であった。年齢が大きくなると、睡眠中の夜尿が減る傾向になる一方で、オムツを使用しないことで、ときおり寝具を汚してしまうことが影響していると考えられる。また、寝具の準備や保管などは、年齢が小さい児よりも年齢が大きい児の担当のほうがやや負担感が高い傾向もみられた。年齢が大きい児ほど、保育者一人当たりの担当する子どもの人数が多くなることが影響しているかもしれない。

そもそも業務として実施していない項目としては、30%前後のものが「子どもの着替え」をしていないと回答していた。また、0歳や1歳などの低年齢の担当のものは「読む絵本等の準備」を30%前後のものが実施していないと回答していた。

17. 指導計画の記載事項

「あなたが作成する指導計画には、「午睡」に関する次のことが含まれていますか。含まれているものすべてに○をつけて下さい」という問いかけで、6つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、担当年齢別に表Ⅲ-B-26に示した。含まれている内容という点で比較すると、いずれの年齢の担当者も、「援助・配慮」や「環境構成」が指導計画に含まれてい

ると回答するものが多く、「ねらい」が指導計画に含まれていると回答するものは他の項目より多くなかった。年齢という点で比較すると、低年齢の担当者ほど、いずれの内容も指導計画に含まれているという回答が多かった。

18. 回答した保育者について

（1）回答者の職位

「あなた自身のことについてお尋ねします。職位は何ですか」という問いかけで、6つの選択肢を設けて回答者の職位について尋ねた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、担当年齢別に表Ⅲ-B-27に示した。設問としてはいずれか一つを選択することを想定していたが、複数の選択肢を選んだものが数名いたため、割合（％）の合計値は100を超えたところもある。いずれの担当年齢においても、「保育士・保育教諭」という回答が多く、約3分の2を占めていた。「職務分野別リーダー」「副主任保育士・保育教諭」「専門リーダー」「主任保育士・主幹保育教諭」など何らかの役職・肩書をもっているものも一定数存在した。

表Ⅲ-B-23 午睡前の業務に関する負担感の回答の割合（％）の分布

1. 場所の清掃		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	1.4	1.1	0.5	0.8	0.3	0.3
	負担を感じる	2.6	2.4	3.2	3.6	2.8	3.1
	少し負担を感じる	8.7	10.6	11.5	12.1	11.3	9.0
	あまり負担を感じない	26.0	27.6	31.0	30.5	30.3	26.7
	負担を感じない	26.3	21.7	27.3	17.9	17.9	18.7
	全く負担を感じない	20.5	20.9	14.2	17.9	16.2	13.1
	業務なし	12.4	14.1	11.0	8.7	9.7	11.0
	無回答	2.0	1.6	1.3	8.5	11.5	18.2
2. 寝具を置く場所の確保		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	2.3	0.8	1.6	1.8	1.3	2.1
	負担を感じる	3.8	5.4	7.0	6.4	6.9	4.9
	少し負担を感じる	11.3	14.1	16.6	17.7	17.7	17.9
	あまり負担を感じない	25.7	26.8	28.3	26.4	24.4	22.6
	負担を感じない	26.6	24.4	25.4	19.7	18.5	14.9
	全く負担を感じない	27.5	26.3	18.7	17.2	16.4	15.6
	業務なし	2.0	1.6	2.1	3.1	3.3	5.1
	無回答	0.9	0.5	0.3	7.7	11.5	16.9
3. 寝具の準備		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	1.2	2.2	1.3	1.3	0.5	0.8
	負担を感じる	3.5	3.8	6.1	7.4	6.9	5.1
	少し負担を感じる	9.0	16.3	20.1	19.7	17.7	15.9
	あまり負担を感じない	31.5	31.2	32.1	25.1	24.9	23.6
	負担を感じない	27.5	24.7	22.7	19.5	19.0	16.7
	全く負担を感じない	25.4	19.5	15.0	15.4	15.4	13.6
	業務なし	1.2	1.6	1.9	3.1	3.6	6.4
	無回答	0.9	0.8	0.8	8.5	12.1	17.9
4. 子どもの着替え		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	0.3	0.3	1.3	0.8	0.3	0.3
	負担を感じる	2.6	3.8	2.1	3.6	0.5	0.8
	少し負担を感じる	6.9	12.7	11.5	10.3	5.4	4.4
	あまり負担を感じない	23.4	18.4	21.9	17.4	20.8	16.4
	負担を感じない	23.4	17.9	20.1	13.8	15.1	13.1
	全く負担を感じない	22.3	15.2	12.0	14.9	12.6	15.4
	業務なし	20.5	30.1	29.7	30.5	33.3	31.5
	無回答	0.6	1.6	1.3	8.7	12.1	18.2
5. 読む絵本等の準備		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	0.3	0.0	0.5	0.3	0.0	0.3
	負担を感じる	0.0	0.5	0.3	0.3	0.8	0.5
	少し負担を感じる	1.4	2.2	1.3	1.5	2.1	1.8
	あまり負担を感じない	16.2	19.0	22.5	20.3	20.3	19.7
	負担を感じない	26.3	19.5	26.5	24.4	25.4	20.5
	全く負担を感じない	24.3	26.3	27.0	31.8	26.2	26.9
	業務なし	29.5	30.6	20.3	13.1	12.3	12.6
	無回答	2.0	1.9	1.6	8.5	13.1	17.7

表Ⅲ-B-24 午睡中の業務に関する負担感の回答の割合（％）の分布

1. 睡眠状況の確認		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	1.2	1.4	0.8	1.0	0.5	0.5
	負担を感じる	3.2	4.9	2.4	1.0	1.8	1.0
	少し負担を感じる	19.1	16.3	16.0	7.2	7.9	8.7
	あまり負担を感じない	30.6	32.5	37.4	31.3	32.3	28.5
	負担を感じない	23.1	21.7	24.3	26.7	23.1	22.1
	全く負担を感じない	20.5	22.0	17.4	24.4	19.0	18.2
	業務なし	0.0	0.0	0.5	0.8	2.8	2.3
	無回答	2.3	1.4	1.1	7.7	12.6	18.7
2. 睡眠状況の記録		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	2.3	1.6	0.5	0.5	0.8	1.0
	負担を感じる	5.2	6.0	3.7	0.5	2.1	1.0
	少し負担を感じる	23.4	23.8	15.2	5.9	6.2	6.2
	あまり負担を感じない	29.8	25.2	29.7	17.4	17.2	16.4
	負担を感じない	18.5	16.5	18.7	14.4	14.9	13.1
	全く負担を感じない	19.7	18.7	11.0	12.8	9.5	9.0
	業務なし	0.6	7.0	18.4	38.5	35.1	33.8
	無回答	0.6	1.1	2.7	10.0	14.4	19.5
3. 睡眠中に泣いてしまった子への対応		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	3.5	1.6	1.9	1.0	0.5	1.0
	負担を感じる	13.3	11.4	6.4	2.1	3.8	2.6
	少し負担を感じる	35.0	33.9	25.1	18.2	15.6	10.3
	あまり負担を感じない	21.7	24.7	38.0	29.5	26.4	25.1
	負担を感じない	16.8	15.4	17.6	21.0	22.8	21.0
	全く負担を感じない	8.7	12.5	10.4	19.2	14.9	15.9
	業務なし	0.0	0.0	0.3	1.0	3.1	6.4
	無回答	1.2	0.5	0.3	7.9	12.8	17.7
4. なかなか眠りにつかない子への対応		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	3.5	2.4	4.3	3.1	2.6	2.6
	負担を感じる	12.7	11.7	10.4	9.2	9.0	6.9
	少し負担を感じる	32.4	39.0	34.8	35.1	27.7	22.6
	あまり負担を感じない	25.4	23.3	27.5	18.7	24.4	21.8
	負担を感じない	16.5	13.8	15.0	15.6	15.1	17.4
	全く負担を感じない	9.2	8.4	7.8	9.5	7.9	8.2
	業務なし	0.0	0.0	0.3	1.0	1.3	3.3
	無回答	0.3	1.4	0.0	7.7	12.1	17.2
5. すぐに目覚める子への対応		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	4.3	2.2	1.6	1.3	1.3	1.0
	負担を感じる	17.1	11.9	7.8	4.6	3.8	4.1
	少し負担を感じる	37.0	39.6	29.4	19.2	21.3	15.9
	あまり負担を感じない	21.1	22.2	33.7	30.0	29.7	27.9
	負担を感じない	12.7	15.4	17.1	21.5	19.2	17.9
	全く負担を感じない	7.5	7.6	9.6	14.4	11.3	12.3
	業務なし	0.0	0.5	0.3	1.3	1.5	3.3
	無回答	0.3	0.5	0.5	7.7	11.8	17.4
6. 環境整備（温度管理）		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	1.2	1.1	0.0	0.3	0.0	0.3
	負担を感じる	0.9	0.5	1.1	0.5	0.8	0.5
	少し負担を感じる	2.9	4.9	4.5	5.1	5.6	3.1
	あまり負担を感じない	35.0	37.1	37.4	27.9	33.8	32.1
	負担を感じない	32.1	27.6	32.9	28.5	25.4	22.1
	全く負担を感じない	26.9	26.6	22.7	27.9	19.5	21.0
	業務なし	0.6	1.4	1.3	1.8	3.1	3.1
	無回答	0.6	0.8	0.0	7.9	11.8	17.9
7. 環境整備（換気）		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	0.3	0.5	0.0	0.5	0.0	0.3
	負担を感じる	0.6	0.8	0.8	0.3	0.3	0.3
	少し負担を感じる	2.0	2.7	3.5	1.8	3.3	1.8
	あまり負担を感じない	32.4	34.4	36.4	26.9	34.4	31.3
	負担を感じない	31.8	28.5	34.8	30.5	25.6	24.9
	全く負担を感じない	31.8	30.6	24.1	30.5	23.3	22.6
	業務なし	0.9	1.6	0.5	1.5	1.5	1.5
	無回答	0.3	0.8	0.0	7.9	11.5	17.4
8. 環境整備（明るさ）		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	0.6	0.8	0.0	0.8	0.0	0.3
	負担を感じる	0.6	1.6	1.1	0.5	0.5	0.3
	少し負担を感じる	2.3	3.3	5.1	1.8	3.6	2.8
	あまり負担を感じない	29.5	29.5	33.4	26.2	32.6	28.2
	負担を感じない	30.9	31.2	33.2	30.8	25.9	24.6
	全く負担を感じない	35.0	32.5	26.2	32.1	24.6	24.9
	業務なし	0.6	0.3	0.3	0.5	1.3	1.3
	無回答	0.6	0.8	0.8	7.4	11.5	17.7

表Ⅲ-B-25 午睡後の業務に関する負担感の回答の割合（％）の分布

1. 寝具の片付け		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	1.4	2.7	1.9	1.8	0.5	1.0
	負担を感じる	2.6	4.6	6.4	7.7	7.2	5.6
	少し負担を感じる	12.4	23.3	21.7	22.8	19.2	14.9
	あまり負担を感じない	29.5	29.8	32.4	24.4	29.0	26.2
	負担を感じない	29.8	23.0	22.2	19.0	17.4	18.5
	全く負担を感じない	23.7	15.4	14.4	15.9	12.6	13.6
	業務なし	0.0	0.0	0.3	0.5	1.5	2.6
	無回答	0.6	1.1	0.8	7.9	12.6	17.7
2. 早く起きる子への対応		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	4.0	1.1	1.6	1.3	1.3	0.8
	負担を感じる	9.0	7.3	4.5	3.6	3.6	2.3
	少し負担を感じる	30.6	31.2	22.2	15.9	16.2	12.3
	あまり負担を感じない	25.1	29.8	38.5	30.8	32.1	30.5
	負担を感じない	20.2	17.6	22.2	22.1	21.0	21.0
	全く負担を感じない	10.4	12.2	10.4	17.7	13.3	13.1
	業務なし	0.0	0.0	0.5	0.5	1.0	2.6
	無回答	0.6	0.8	0.0	8.2	11.5	17.4
3. 寝具を汚した子への対応		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	1.7	1.1	2.4	2.1	1.3	1.0
	負担を感じる	2.9	5.7	4.0	5.6	7.4	5.4
	少し負担を感じる	18.8	21.7	21.7	25.6	21.8	21.3
	あまり負担を感じない	31.2	33.1	38.8	26.7	30.0	27.7
	負担を感じない	24.3	20.6	20.6	17.2	14.4	14.1
	全く負担を感じない	17.3	16.5	12.0	14.9	12.6	11.3
	業務なし	3.2	0.5	0.5	0.3	0.8	1.8
	無回答	0.6	0.8	0.0	7.7	11.8	17.4
4. 寝具を汚した子の周囲の子どもへの対応		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	1.4	0.8	2.4	1.3	1.3	0.5
	負担を感じる	2.9	3.0	1.6	1.5	2.1	2.3
	少し負担を感じる	15.6	12.5	14.4	13.1	16.4	13.3
	あまり負担を感じない	32.9	37.4	40.9	37.4	33.6	34.6
	負担を感じない	24.3	24.4	24.1	19.7	19.0	16.2
	全く負担を感じない	8.2	20.3	15.2	19.0	15.1	13.6
	業務なし	4.3	1.1	0.8	0.3	0.8	1.5
	無回答	0.3	0.5	0.5	7.7	11.8	17.9
5. 寝具が汚れたことへの対応		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	0.9	0.8	2.4	1.5	1.5	1.0
	負担を感じる	3.2	4.9	3.5	6.9	6.2	4.9
	少し負担を感じる	19.1	19.2	21.7	24.9	23.8	20.8
	あまり負担を感じない	32.9	35.2	38.0	27.2	27.4	27.4
	負担を感じない	24.0	20.9	21.1	16.2	15.6	14.4
	全く負担を感じない	16.2	17.3	12.6	15.4	12.6	12.3
	業務なし	2.6	0.3	0.5	0.5	0.8	1.8
	無回答	1.2	1.4	0.3	7.4	12.1	17.4
6. 寝具の保管		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	0.9	1.1	0.8	0.5	0.0	1.0
	負担を感じる	2.9	3.8	2.7	2.8	3.1	3.8
	少し負担を感じる	6.4	7.6	8.6	9.2	11.8	11.3
	あまり負担を感じない	29.2	33.3	38.0	30.8	32.8	30.3
	負担を感じない	32.1	28.2	30.5	23.8	22.8	17.9
	全く負担を感じない	27.7	25.2	18.2	23.6	15.9	15.4
	業務なし	0.0	0.3	1.1	1.5	1.8	3.1
	無回答	0.9	0.5	0.3	7.7	11.8	17.2
7. 寝具の衛生管理		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
	非常に負担を感じる	1.2	1.4	1.1	1.5	0.5	1.5
	負担を感じる	3.2	3.5	1.6	3.8	3.3	3.8
	少し負担を感じる	8.4	9.5	11.2	9.5	13.3	12.3
	あまり負担を感じない	32.7	34.1	38.8	30.0	32.3	29.2
	負担を感じない	30.9	26.6	27.8	23.3	21.8	18.5
	全く負担を感じない	21.7	22.5	16.0	21.3	14.6	13.6
	業務なし	1.4	1.6	3.2	2.3	2.6	3.6
	無回答	0.6	0.8	0.3	8.2	11.5	17.4

(2) 回答者の受けた研修

「キャリアアップ研修について、これまでに受講したすべての研修に○をつけて下さい」という問いかけで、8つの選択肢を設けて回答を求めた。各選択肢を選んだ人数と回答者全体の中での割合（％）を、担当年齢別に表Ⅲ-B-28に示した。0、1、2歳の担当者は「乳児保育」、3、4、5歳の担当者は「幼児教育」の研修を受けているという回答が最も多く、次いでいずれの年齢の担当者も「障害児

保育」の研修を受けているという回答が多かった。いずれの年齢の担当者も、「保育実践」の研修を受けているという回答が最も少なかった。

表Ⅲ - B -26 指導計画の記載事項

	0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
1. ねらい	143	41.3	133	36.0	111	29.7	71	18.2	62	15.9	59	15.1
2. 内容	187	54.0	162	43.9	140	37.4	97	24.9	86	22.1	90	23.1
3. 環境構成	228	65.9	215	58.3	207	55.3	155	39.7	142	36.4	139	35.6
4. 援助・配慮	262	75.7	246	66.7	239	63.9	167	42.8	155	39.7	136	34.9
5. 個別配慮	233	67.3	210	56.9	196	52.4	124	31.8	102	26.2	91	23.3
6. その他	3	0.9	7	1.9	6	1.6	17	4.4	18	4.6	19	4.9

表Ⅲ - B -27 回答者の職位

	0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
1. 保育士・保育教諭	223	64.5	258	69.9	244	65.2	254	65.1	255	65.4	248	63.6
2. 職務分野別リーダー	23	6.6	27	7.3	23	6.1	24	6.2	20	5.1	15	3.8
3. 副主任保育士・保育教諭	33	9.5	28	7.6	39	10.4	34	8.7	33	8.5	35	9.0
4. 専門リーダー	27	7.8	19	5.1	28	7.5	24	6.2	20	5.1	20	5.1
5. 主任保育士・主幹保育教諭	31	9.0	22	6.0	29	7.8	23	5.9	21	5.4	18	4.6
6. その他	6	1.7	4	1.1	5	1.3	5	1.3	4	1.0	4	1.0
無回答	6	1.7	12	3.3	6	1.6	26	6.7	37	9.5	51	13.1

表Ⅲ - B -28 回答者の受けた研修

	0歳		1歳		2歳		3歳		4歳		5歳	
	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)	回答者数	割合(%)
1. 乳児保育	220	63.6	214	58	187	50.0	150	38.5	133	34.1	117	30.0
2. 幼児教育	110	31.8	123	33.3	134	35.8	185	47.4	185	47.4	176	45.1
3. 障害児保育	143	41.3	140	37.9	162	43.3	164	42.1	151	38.7	161	41.3
4. 食育・アレルギー	102	29.5	113	30.6	109	29.1	89	22.8	87	22.3	96	24.6
5. 保健衛生・安全対策	93	26.9	108	29.3	107	28.6	93	23.8	88	22.6	88	22.6
6. 保護者支援・子育て支援	136	39.3	129	35.0	154	41.2	136	34.9	124	31.8	156	40.0
7. 保育実践	46	13.3	48	13.0	62	16.6	59	15.1	52	13.3	48	12.3
8. マネジメント	120	34.7	115	31.2	114	30.5	101	25.9	105	26.9	106	27.2

(3) 回答者の経験年数

「保育所等での通算勤務経験は何年ですか」という問いかけで、回答者の保育経験年数を尋ねた。担当年齢別に平均経験年数を計算し、表Ⅲ - B -29に示した。回答者の経験年数は、表に示されるとおりおおむね13年前後であったが、勤務1年目のものもいれば、30年以上の勤務経験者もあり、回答者の経験年数はさまざまであった。

表Ⅲ - B -29 回答者の平均経験年数

	平均年数
0歳	14.4
1歳	13.0
2歳	13.5
3歳	11.7
4歳	12.7
5歳	13.0

IV. 考察

ここでは、次の視点から午睡について考察する。
1つめは、昭和59年（1984年）に実施した「日本保育協会の調査」との比較、2つめは、現行の「保育所保育指針（2017年告示）」に示された午睡に関する内容との比較、3つめは、「感染症ガイドライン」「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」に示された午睡に関する内容との比較、4つめは、園のマニュアルのガイドラインへの対応状況に影響を及ぼす要因からの考察、最後に、本調査で実施した「保育者の感じる負担感」からの考察と、5つの面から考察する。

1. 日本保育協会の調査（昭和59年（1984年））との比較

「保育所午睡・健康調査」を、全国の保育所数10分の1を対象に調査を行っている。ここでは、39年前の午睡結果と今回の調査結果を比較する。

日本保育協会がこのような調査を実施した背景として、保育に欠ける乳幼児に代わって育てる保育所の機能や能力の充実改善を図るため、健康と安全に関連する内容を中心に昭和56年から毎年、児童の体位の状況、健康の状況、生活の状況を把握するために「保育所入所児童健康調査」を実施していた。

そのような経過を経て、昭和59年（1984年）には保育所の機能と役割を踏まえた「午睡・健康の特徴」と保育所生活に即した「午睡・健康が行われるための環境条件・要点」など明確にし、保育所の午睡・健康体制づくりの基礎資料を得るためにこの調査は行われた。

調査時期：昭和59年（1984年）10月

調査対象：2,291箇所（全国保育所数の10分の1抽出）

調査方法：郵送によるアンケート調査

回収数：1,151票（50.2%）有効解答1,140票

今回この調査と比較するにあたり、現在の保育所保育の制度とは異なっていることを理解していなければならない。例えば、乳児保育に関しては、昭和44年（1969年）からはじまった事業で特別対策として順次拡大していた時期で平成10年（1998年）に一般化される前であったこと、延長保育に関しても時間数が違っていることなどを考慮しなければならない。

表Ⅳ-1 午睡時間の比較

	1984年	2023年
1歳児	2時間15分	2時間27分
2歳児	2時間07分	2時間16分
3歳児	1時間50分	1時間51分
4歳児	1時間43分	1時間42分
5歳児	1時間41分	1時間37分

表Ⅳ-1の午睡時間については、昭和59年（1984年）とほぼ同じ時間数であった。保育士等が午睡時間として適当と考える時間（表Ⅳ-2）もほぼ同じであった。

表Ⅳ-3午睡中の観察に関しては、観察しているとの回答が、昭和59年（1984年）よりも令和5年（2023年）が多いことがわかる。また、記録に残すことも求められており、保育士の業務量が多く負担が増えていることがわかる。

表Ⅳ-2 各年齢における適当と考えられる午睡時間の比較

	1歳児		2歳児		3歳児		4歳児		5歳児	
	1984年	2023年	1984年	2023年	1984年	2023年	1984年	2023年	1984年	2023年
30分くらい	0	0.3	0	0.3	0.2	1.5	0.5	2.3	1.1	5.4
45分くらい	0.1	0.3	0	0.5	0.7	1.5	5.2	5.1	8.2	5.9
60分くらい	1.8	1.1	4.3	2.7	16.4	12.3	35.9	22.6	41.5	22.6
90分くらい	18.0	15.4	32.3	29.7	53.0	49.2	44.4	39.2	28.9	35.9
120分くらい	78.0	62.3	61.8	57.0	27.3	25.1	8.9	16.2	5.1	10.3
150分くらい	-	19.0	-	8.0	-	1.3	-	0.5	-	0.5
無回答	2.1	1.6	1.6	2.1	2.4	9.0	5.1	14.1	15.2	19.5

注：「150分くらい」の選択肢は、2023年の調査のみ

表Ⅳ-3 午睡中の観察の比較

	0歳児		1歳児		2歳児		3歳児		4歳児		5歳児	
	1984年	2023年	1984年	2023年	1984年	2023年	1984年	2023年	1984年	2023年	1984年	2023年
顔色	-	93.4	61.4	92.1	64.5	92.5	67.1	84.1	67.1	78.7	60.0	73.6
発疹や傷	-	35.0	14.0	34.7	15.0	35.3	14.2	29.2	14.3	23.3	13.2	20.5
体温	-	45.1	38.7	44.4	33.9	47.3	27.7	33.3	27.2	26.7	23.9	24.9
尿や便	-	22.3	28.8	21.4	28.0	31.6	23.8	30.8	17.7	23.3	13.8	19.2
発汗	-	73.7	41.4	71.0	42.3	68.2	46.9	60.0	47.1	53.8	42.8	45.4
機嫌	-	44.5	37.0	42.5	34.9	41.4	28.9	31.8	24.3	28.2	20.9	21.0
呼吸の状態	-	98.0	17.2	94.3	15.6	96.5	13.5	80.8	12.9	75.4	11.4	67.9
脈拍	-	10.1	0.6	7.9	0.3	8.6	0.4	5.9	0.5	6.2	0.2	4.9
睡眠中の動き	-	89.6	29.6	87.0	30.8	81.0	37.3	70.8	39.1	66.9	37.5	62.6
睡眠中の体位	-	95.7	-	94.6	-	91.2	-	74.9	-	68.5	-	59.5
ひきつけ	-	45.7	3.3	45.0	2.5	48.4	2.2	36.7	2.2	33.8	1.2	31.5

注：1984年の調査では、0歳児は調査対象ではなかった。
「睡眠中の体位」の設問に関しては、2023年の調査のみ

2. 保育所保育指針および幼保連携型認定こども園教育・保育要領の視点からの考察

現行の保育所保育指針や幼保連携型認定こども園教育・保育要領には午睡に関する記載がいくつか示されているので、これらの視点から、今回の調査結果を考察する。

まず、保育所保育指針の中で、午睡や睡眠に関する記載をまとめてみると、「第1章 総則」の「3 保育の計画及び評価」の中で、「(2) 指導計画の作成」の留意点を記載している中に「オ 午睡は生活のリズムを構成する重要な要素であり、安心して眠ることのできる安全な睡眠環境を確保するとともに、在園時間が異なることや、睡眠時間は子どもの発達の状況や個人によって差があることから、一律とならないよう配慮すること」と規定されている。同様の規定は、幼保連携型認定こども園教育・保育要領においても、「第1章 総則」の「第3節 幼保連携型認定こども園として特に配慮すべき事項」における「4 指導計画作成上の特に配慮すべき事項」の「(4) 午睡」において規定されている。

また、具体的な保育の内容を定めている保育所保育指針の「第2章 保育の内容」においては、「1 乳児保育に関わるねらい及び内容」の中では「ア 健康やかに伸び伸びと育つ」の内容として「④ 一人一人の生活のリズムに応じて、安全な環境の下で十分に午睡をする」という項目が挙げられ、「2 1歳以上3歳未満児の保育に関わるねらい及び内容」の中では「ア 健康」の内容として「② 食事や午睡、遊びと休息など、保育所における生活のリズムが形

成される」という項目が挙げられている。また、内容の取扱いとして、「④ 食事、排泄、睡眠、衣類の着脱、身の回りを清潔にすることなど、生活に必要な基本的な習慣については、一人一人の状態に応じ、落ち着いた雰囲気の中で行うようにし、子どもが自分でしようとする気持ちを尊重すること。また、基本的な生活習慣の形成に当たっては、家庭での生活経験に配慮し、家庭との適切な連携の下で行うようにすること」という点に留意することが求められている。幼保連携型認定こども園教育・保育要領においても、「第2章 ねらい及び内容並びに配慮事項」の「第2節 乳児期の園児の保育に関するねらい及び内容」や「第3節 満1歳以上満3歳未満の園児の保育に関するねらい及び内容」に、同様のことが規定されている。

保育所保育指針の「第3章 健康及び安全」においては、「3 環境及び衛生管理並びに安全管理」の「(2) 事故防止及び安全対策」の中で、「イ 事故防止の取組を行う際には、特に、睡眠中、プール活動・水遊び中、食事中等の場面では重大事故が発生しやすいことを踏まえ、子どもの主体的な活動を大切にしつつ、施設内外の環境の配慮や指導の工夫を行うなど、必要な対策を講じること」という記載があり、睡眠中は重大事故が起りやすい場面として、安全への配慮が必要であることが記載されている。幼保連携型認定こども園教育・保育要領においても、「第3章 健康及び安全」の「第4節 環境及び衛生管理並びに安全管理」の「2 事故防止及び安全対策」において、同様のことが規定されている。

すなわち、これらを要約すると、事故が起きないように安全な睡眠環境を確保することと、一人一人の子どもに合わせた関わりをすることを、指導計画として立案した上で、計画に基づいて適切に遂行することが保育所保育指針や幼保連携型認定こども園教育・保育要領では求めている。この視点から、今回の調査結果を考察する。

まずは指導計画を適切に作成することが求められるが、今回の調査結果では、午睡に関して指導計画の中に位置づけているという回答は、もっとも高かった項目で0歳児担当者の援助・配慮の記載の75.7%であった。0歳児担当であっても全員が指導計画として記載しているわけではなく、担当年齢が上がるとさらに指導計画として記載しているものの割合は低くなるという結果であり、午睡についての指導計画の記載はあまり十分なものとはいえなかった。指導計画をきちんと立てることで、大切なことを意識しながら、その場に流されない保育を実践することができる。その意味で、午睡に関しても指導計画にもう少しきちんと記載されることが望まれる。保育所保育指針や幼保連携型認定こども園教育・保育要領では、指導計画に、午睡に関する安全確保に関する内容と、個別の配慮に関する内容の両方が含まれることが求められるが、今回の質問紙調査では、両者をわけて尋ねなかったため、午睡に関する安全確保と、個別の配慮のそれぞれがどの程度記載がされているかはわからない。この点は、さらなる分析が期待される。

大切なことを意識しながら、その場に流されない保育を実践するという点では、マニュアルを作成し、そのマニュアルに沿った実践をすることも大切である。園独自のマニュアルを整備している、または自治体のマニュアルを参照しているという園は約7割であったが、マニュアルに記載されている内容としては、「定期的に子どもの呼吸・体位・睡眠状態を確認する」「仰向けに寝かせる」をはじめ、「口の中に異物がないか確認する」「柔らかい布団やぬいぐるみ等が側になことを確認する」「ヒモ、またはヒモ状のものが側になことを確認する」「ミルクや食べたものなどの嘔吐物がないことを確認する」「子どもの顔色が確認できるように部屋の明るさを調整する」など、睡眠時の安全確保に関するものは比較的記載が多かった。一方で、「睡眠時間が一律にならないように配慮する」「午睡時に寝ない子どもへの関わり方」など、個別の配慮に関するものは記載が少なかったことから、安全確保という視点だけでなく、個別の配慮という視点をもっと意識され

る必要があるだろう。

今回の調査では、午睡時の保育室の環境として「カーテンで外からの光を遮る」「部屋全体の電気を消す」という回答が多く、「部屋の一部の電気を消す」という回答は少なかった。眠りやすい環境として部屋を暗くすることは大事である一方で、部屋を暗くすることは視認性が悪くなり子どもの安全を見守るという点ではむしろマイナスとなる。今回の調査の回答者が、どの程度の明るさをイメージしながら回答していたかはわからないが、安全確保という視点で部屋の明るさを考えることも大事であろう。

午睡時の着替えについては、「パジャマに着替える」という回答は多くなく、「着替えない」という回答や「その他」という回答が多くみられた。「その他」に書かれた自由記述によれば、「パジャマ以外のものに着替える」という回答が多くあり、非常時でもすぐに避難等ができることをねらって「パジャマに着替える」という回答が少なかったものと考えられる。その意味では睡眠時の安全確保を意識していることの表れといえる。一方で、活動と休みのリズムを意識し、生活に必要な習慣の獲得という点ではパジャマに着替えるという行為は意味をもっており、安全面との両立は難しいところである。

午睡時の保育室の室温や湿度の基準について、決めているという園は、もっとも多かった0歳児でも64.5%と高い割合ではなかった。年齢が高くなるとその割合はさらに低くなっていた。室温や湿度も、安全な睡眠環境という点では大切なことであり、基準を定めて意識をもってもよいであろう。

3. 「保育所における感染症対策ガイドライン」「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」の午睡に関連する内容からの考察

保育所等の午睡に関連する内容が含まれているガイドラインは、「保育所における感染症対策ガイドライン」と「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」がある。ここでは、この2つのガイドラインに関する設問を設定した。ガイドラインに示された内容の実施状況を明らかにしたい。

（1）「保育所における感染症対策ガイドライン」

「保育所における感染症対策ガイドライン」は、乳幼児期の特性を踏まえた保育所における感染症対策の基本を示すものとして平成21年（2009年）に発出された。このガイドラインは平成24年（2012年）

の学校保健安全法施行規則の一部改正により改定し、平成29年（2017年）の保育所保育指針（告示）や近年の感染症対策の知見を加え、感染症拡大防止等に関する記載の充実を図っている。

園長用の調査票では、「保育所における感染症対策ガイドライン」の寝具に関する項目（2. 感染症の予防（2）衛生管理 ア）施設内外の衛生管理）を、0歳児、1歳児、2歳児、3歳児、4歳児、5歳児担当保育者用の調査票では、保育室環境の目安として示されている温度・湿度についての設問を設定した。

まず、「保育所における感染症対策ガイドライン」を読んだ経験については92.7%、そのうち活用している園は93.6%であった。

ガイドラインに示されている内容が園のマニュアルに入っているかを尋ねたところ、「衛生的な寝具を使用すること」が62.7%、「布団カバーは定期的に洗濯すること」が57.9%、「尿、糞便、嘔吐物等で汚れた場合には消毒（熱消毒等）を行うこと」が57.6%、「個別の寝具には布団カバーを掛けて使用すること」が46.9%、「定期的に布団を乾燥させること」が41.4%となっており、ガイドラインを読んだ経験や活用しているとの数値が異なっていることがわかる。

また、換気に関する設問を設けた。これは同ガイドラインの感染症対策のなかに具体的な対策として「部屋の換気」を述べているからである。「換気に配慮すること」は、69.4%であり、本調査は令和2年（2020年）から新型コロナウイルス感染症対策に取り組み3年目の時期であるのに気になる数値となっている。

さらに、ガイドラインには、保育室環境の目安として室温は夏26～28℃、冬20～23℃、湿度は60%と示されている。今回の調査において、「室温や湿度の基準を決めていますか」という問いに対し、0歳では「はい」という回答がおおよそ3分の2をしめていたが、年齢が上がるにつれて「はい」という回答は少なくなっていた。ただ、年齢が上がるにつれて「いいえ」という回答が増えるわけではなく、無回答のものの割合が多くなっていた。室温や湿度の基準を決めていると回答したものに対して、具体的な設定温度や湿度を夏期と冬期に分けて尋ねたところ、温度については、夏期はおおむね26℃前後、冬期はおおむね22℃前後、湿度については夏期および冬期ともに55%前後であり、ほぼガイドラインに沿った結果となっていた。

0歳児から集団で生活をしている保育所は、午睡

や食事、遊び等で子ども同士が濃厚に接触することが多いため、飛沫感染や接触感染が発生しやすい。また感染症が施設内に持ち込まれた場合、乳幼児は免疫力や体力も弱く発達途上にあるため、感染症の流行を防ぐことは困難である。保育所はこれらのことを念頭において感染症対策を行い、子どもを注意深く観察することが必要である。

午睡時の感染症対策としては、上記の項目に加え、寝具を共用しない、布団を隙間をあけて敷くなど、子ども同士が接触することのないように工夫すること、咳・鼻水などの呼吸器症状が出ている子どもがいれば、他の子どもが飛沫を浴びないように別室に移動させたり、部屋の換気をこまめに行うなど、安全な睡眠環境を確保することが求められる。

また、機会がある度に研修会や講演会などに参加し、常に新しい知識を身につけ、園全体で共通認識のもと、組織的・計画的に感染症対策に取り組むことが重要である。

（2）「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」

「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」は、死亡や重篤な事故への対応のために平成28年（2016年）に発出している。このガイドラインは平成27年（2015年）4月に施行された子ども・子育て支援新制度の「特定教育・保育施設及び特定地域型保育事業の運営に関する基準」第32号第1項第1号及び第50号の規定において、特定教育・保育施設及び特定地域型保育事業事業者は、事故が発生した場合の対応等が記載された事故発生防止のための指針を整備することが示され、施設・事業者・地方自治体が、それぞれの実情に応じて体制整備や教育・保育等を実施するための参考としてこのガイドラインが作成された。

園長用の調査票では、「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」の睡眠中に関する項目（1. 事故発生予防の取り組み（1）安全な教育・保育環境を確保するための配慮点等 ①重大事故が発生しやすい場面ごとの注意事項 ア）睡眠中）を設定した。

まず、「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」を読んだ経験については94.0%、活用している園は92.3%であった。

ガイドラインに示されている内容が園のマニュアルに入っているかを尋ねたところ、「6. 定期的に子

どもの呼吸・体位・睡眠状態を確認すること」が97.4%、「仰向けに寝させること」が96.7%、「口の中に異物がないか確認すること」が83.0%、「柔らかい布団やぬいぐるみ等が側になことを確認すること」が82.3%、「ヒモ、またはヒモ状のものが側になことを確認すること」が79.7%、「ミルクや食べたものなどの嘔吐物がないことを確認すること」が78.2%であった。各項目についておおよそ80%をこえている。ガイドラインに即したマニュアルが整備されていることがわかる。

（3）「保育所における感染症対策ガイドライン」「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」の比較

「保育所における感染症対策ガイドライン」の内容にあわせて本調査では、園のマニュアルに含まれているかについて6項目を設けている。これらの項目が園のマニュアルに含まれていると回答した項目の平均値は55.9%であった。また、「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」の内容にあわせて本調査では、園のマニュアルに含まれているかについて6項目を設けている。これらの項目が園のマニュアルに含まれていると回答した項目の平均値は86.2%であった。

設問の内容も違うので一概には言えないが、この2つのガイドラインの内容が園のマニュアルに反映しているかについて、差があることがわかった。こ

のことから、特に「保育所における感染症対策ガイドライン」の研修の方法や内容などについて、工夫する必要があると考えられる。

4. 園のマニュアルの「保育所における感染症対策ガイドライン」「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」への対応状況に影響を及ぼす要因からの考察

園長対象の調査では午睡に関する園外研修受講経験や園内研修実施経験の有無を尋ねていた（表Ⅲ-A-14）。そこでこれらの研修経験と、マニュアルのガイドライン等への対応状況（表Ⅲ-A-8）の関係を調べてみた。その結果が表Ⅳ-4である。 χ^2 乗検定を行い、有意差（ $p<.05$ ）があったところのみ割合（%）の数値を示した。

園外研修受講経験では15項目中10項目で有意差があり、いずれの項目でも受講経験ありの園のマニュアルの方が、なしの園のマニュアルよりも含まれている割合が高かった。園内研修実施経験では15項目中6項目で有意差があり、いずれの項目でも受講経験ありの園のマニュアルの方が、なしの園のマニュアルよりも含まれている割合が高かった。

表Ⅳ-4 研修経験別にみたマニュアルのガイドライン等への対応の割合（%）

	園外研修受講		園内研修実施	
	あり	なし	あり	なし
1. 仰向けに寝させること				
2. 柔らかい布団やぬいぐるみ等が側になことを確認すること	87.4	75.2		
3. ヒモ、またはヒモ状のものが側になことを確認すること				
4. 口の中に異物がないか確認すること	90.5	76.5	87.6	74.6
5. ミルクや食べたものなどの嘔吐物がないことを確認すること	84.2	71.2	81.0	69.7
6. 定期的に子どもの呼吸・体位・睡眠状態を確認すること				
7. 衛生的な寝具を使用すること			66.1	52.5
8. 個別の寝具には布団カバーを掛けて使用すること	57.9	36.0	52.1	37.7
9. 布団カバーは定期的に洗濯すること				
10. 定期的に布団を乾燥させること	49.5	32.7		
11. 尿、糞便、嘔吐物等で汚れた場合には消毒（熱消毒等）を行うこと	65.3	48.4		
12. 睡眠時間が一律にならないように配慮すること	49.5	22.2	43.8	20.5
13. 換気に配慮すること	76.8	60.8		
14. 子どもの顔色が確認できるように部屋の明るさを調整すること	83.2	68.0		
15. 午睡時に寝ない子どもへの関わり方	51.6	35.3	47.9	35.3

これらの項目は上で見てきたように、保育所保育指針や幼保連携型認定こども園教育・保育要領並びに「保育所における感染症対策ガイドライン」「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」の午睡に関連する内容を反映したものである。そこでこれらを含めることが適切なマニュアルの必要条件になる。この必要条件を満たすためには、研修が必要であることが明らかになった。

なお、保育所保育指針や幼保連携型認定こども園教育・保育要領は、おおむね10年に一度、改定（改訂）される。これに対してガイドラインは、これより短い期間で改訂されることもある。この改定（改訂）こそが質の向上につながる。そこで午睡に関する保育の質の向上のためには、適切なマニュアル作りと、それに基づく保育、さらに定期的なマニュアルの見直しが必要であると言えよう。

5. 保育者が感じる負担感に影響を及ぼす要因

園外研修受講経験や園内研修実施経験の有無と保育者が感じる負担感（表Ⅲ-B-22）の関係を調べた結果が表Ⅳ-5の左である。数値が大きい方が相対的に負担感が大きいことを示している。t-検定を行い、有意差があったところの大きい方の数値のフォントを変えた。

園外研修受講経験では「（午睡中）すぐに目覚める子への対応」「環境整備（温度管理）」「環境整備（明るさ）」「（午睡後）早く起きる子への対応」「寝具を汚した子への対応」「寝具を汚した子の周囲の子への対応」「寝具の保管」の7項目で有意差があり、いずれも園外研修受講経験がない園の方が保育者が相対的に負担感を感じていた。

園内研修実施経験では「（午睡前）寝具を置く場所の確保」「寝具の準備」「（午睡中）睡眠状況の確認」「なかなか眠りにつかない子への対応」「すぐに目覚める子への対応」「環境整備（温度管理）」「環

表Ⅳ-5 研修経験別・寝具の準備別にみた保育者の負担感の平均値

	園外研修受講		園内研修実施		寝具の準備	
	あり	なし	あり	なし	保護者持参	業者委託
午睡前						
1. 場所の清掃	2.2	2.2	2.2	2.3	2.3	2.1
2. 寝具を置く場所の確保	2.6	2.6	2.5	2.7	2.6	2.6
3. 寝具の準備	2.6	2.7	2.6	2.7	2.6	2.7
4. 子どもの着替え	1.7	1.7	1.6	1.7	1.7	1.6
5. 読む絵本等の準備	1.6	1.5	1.5	1.5	1.6	1.3
午睡中						
1. 睡眠状況の確認	2.5	2.5	2.4	2.5	2.5	2.4
2. 睡眠状況の記録	2.0	2.1	2.0	2.1	2.0	2.1
3. 睡眠中に泣いてしまった子への対応	2.8	2.9	2.8	2.9	2.9	2.8
4. なかなか眠りにつかない子への対応	3.2	3.3	3.2	3.3	3.3	3.2
5. すぐに目覚める子への対応	3.0	3.1	3.0	3.1	3.1	3.0
6. 環境整備（温度管理）	2.1	2.2	2.1	2.2	2.2	2.1
7. 環境整備（換気）	2.0	2.1	2.0	2.2	2.1	2.0
8. 環境整備（明るさ）	2.0	2.1	2.0	2.1	2.1	2.0
午睡後						
1. 寝具の片付け	2.7	2.8	2.7	2.9	2.7	2.8
2. 早く起きる子への対応	2.8	2.9	2.8	2.9	2.9	2.8
3. 寝具を汚した子への対応	2.8	2.9	2.7	3.0	2.9	2.7
4. 寝具を汚した子どもの周囲の子どもへの対応	2.5	2.6	2.5	2.7	2.7	2.5
5. 寝具が汚れたことへの対応	2.8	2.9	2.7	2.9	2.9	2.7
6. 寝具の保管	2.3	2.5	2.3	2.5	2.4	2.3
7. 寝具の衛生管理	2.4	2.5	2.4	2.6	2.5	2.5

数値が大きい方が負担感が大きいことを示している。

有意差またはその傾向があった数値は負担感が大きい方のフォントを変えた。

効果量（r）は、午睡後の「3 寝具を汚した子への対応」で0.1、他はそれ未満と、いずれも非常に小さい。

境整備（換気）」「環境整備（明るさ）」及び午睡後のすべての項目の計15項目で有意差があり、いずれも園内研修実施経験がない園の方が保育者が相対的に負担感を感じていた。

研修という視点で園外研修と園内研修を比較すると、園内研修の実施の有無の方が負担感に関係する項目が多いことが明らかになった。

園長対象の調査では、寝具の準備を「保護者が持参」している園と業者に委託（「業者への委託（費用は保護者負担）」と園で準備（費用を園が負担して、業者に委託）」している園があった（Ⅲ-A-9）。そこでこの2つの園で、保育者が感じる負担感（表Ⅲ-B-22）を比較した。その結果が表Ⅳ-5の右である。「（午睡前）場所の清掃」「読む絵本等の準備」「（午睡中）環境整備（温度管理）」「環境整備（換気）」「環境整備（明るさ）」「（午睡後）」「寝具を汚した子への対応」「寝具を汚した子の周囲の子への対応」「寝具が汚れたことへの対応」の8項目で有意差があり、いずれも「保護者が持参」している園の方が保育者が相対的に負担感を感じていた。

ここで興味深いのは、寝具の準備を業者に委託すると、保育者の負担感が軽減されることである。保護者が持参する方が、業者に委託するよりも、子どもが寝具を汚した場合に、保育者が負担感を感じるという数値が出た。業者が保護者と保育者の間に介入し、保護者の業務を代行することが、保育者の負担感を軽減させる。保育者に心理的な余裕が生まれるのかも知れない。

これまでは保育者の業務負担の軽減のために、業者が直接、保育者の業務の代行をすることが検討されてきた。例えば、午睡時に子どもの動きを観察するカメラやそれを感知するセンサーなどが、その例である。これらは保育者の観察の業務の負担を軽減する目的で開発されている。しかしながら、保護者の業務を業者が行うことにより、保育者の負担感が軽減されたことは、今後、新たなサービスを生む可能性に繋がる。

なお、負担感の軽減は、負担軽減ではない。しかし負担感に影響する要因を明らかにすることで、新たな需要と供給が生まれる。例えば、午睡を中心に据えた研修が企画されるかも知れない。寝具の準備に新たなサービスが生まれるかも知れない。このような新たな企画やサービスが負担感の軽減を生む。今後の研究が期待される。

V. 提言

1. 本研究の意義

本研究には次の3つの意義がある。1つめは、現行の保育所保育指針やガイドラインに基づく午睡の実施状況を示したことである。2つめは、午睡に関する実態を過去のデータと比較したことである。最後は保育者の負担感軽減に影響する要因を探る方法の例を示したことである。以下ではそれぞれについて詳述する。

（1）現行の保育所保育指針やガイドラインに基づく午睡の実施状況を示したこと

現行の保育所保育指針では、事故が起きないように安全な睡眠環境を確保することと、一人一人の子どもに合わせた関わりをすることを、指導計画として計画をたてたうえで、計画に基づいて適切に遂行することを求めている（第1章、第2章、第3章）。しかしながら、指導計画における午睡の位置づけは、0歳児でも約75%の保育士しかなかった。そして、年齢が上がるにつれてこの割合は減少した。

「保育所における感染症対策ガイドライン」は、90%以上の保育者が読んだ経験があった。しかしその内容が園のマニュアルに反映されていると答えた保育者の割合は40～65%と、ガイドラインの活用という点では不十分と考えられた。換気への配慮についても70%を切っていた。

「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」を読んだ経験とその活用の割合は、どちらも90%を超えており、このガイドラインに基づく保育が実施されていた。

これらの法令等に基づく午睡の実施を促すには、適切なマニュアルの作成の義務づけが有効であろう。

（2）午睡に関する実態を過去のデータと比較したこと

午睡に関する全国調査は39年ぶりである。この間、児童福祉施設最低基準（昭和23年厚生省令第63号）も大きく改定され、児童福祉施設の設備及び運営に関する基準として、都道府県が条例で基準を定めることが義務づけられた。午睡に関しては、当初、第35条（保育の内容）に「保育所における保育の内容は、健康状態の観察、服装の異常の有無についての検査、自由遊び及び昼寝ほか、第12第1項に規定する健康診断を含むものとする」とあったものが、今では「保育所における保育は、養護と教育を一体的に行うことをその特性とし、その

内容については厚生労働大臣が定める告示に従う。」となっている。「昼寝」以外にも、保育の内容について多くのことが、保育所の業務として法令に定められたのである。

保育所保育指針も4回の改訂・改定がされた。平成2年（1990年）には「昼寝」という表現で記されていたが、平成11年（1999年）には「午睡」になった。平成20年（2008年）の改定告示では大綱化され、「午睡」という表現がなくなった。そして直近平成29年（2017年）の改定ではそれが復活した。

さらに、幼児教育・保育を行う施設として認定こども園が誕生し、幼保連携型認定こども園には、その内容を規定する幼保連携型認定こども園教育・保育要領が平成26年（2014年）に告示され、平成29年（2017年）に改訂された。この改訂では、同年に改定された保育所保育指針や幼稚園教育要領とも整合性が図られた。

このような法令等の大きな変化にもかかわらず、本研究の結果、午睡のニーズや時間、午睡時の関わりにそれほど大きな違いはなかった。このことは午睡の必要性や重要性の証左である。おそらく、これからの午睡の位置づけは変わっても、必要性や重要性は変わらないと考えられる。

（3）保育者の負担感軽減に影響する要因を探る方法の例を示したこと

本研究では、午睡に関する内容を含む園外研修を園として受講している園や、午睡に関する内容を含む園内研修を実施している園が、そうでない園よりも、午睡に関して保育者が評定した負担感の平均値が高かった（相対的に負担と感じていた）。今回は午睡に限定したが、保育者の様々な業務に関して類似の尋ね方で負担感を調べることは可能である。また午睡に関しても、例えば「寝具を汚した子への対応」についての負担感をいずれの年齢でも同様に尋ねているが、年齢によって汚す子どもの数や汚す程度が異なると考えられるなど、年齢別に詳細に尋ねることも可能である。

負担感の軽減に影響する要因は、研修以外にも、園の運営主体や職員体制、さらには保育の内容など、様々な要因が考えられる。もちろん負担感は、単なる主観によるものであり、このデータだけに基づいて政策を云々するわけには行かないが、これらの要因を特定することは、保育者の働き方改革の推進を検討するための基礎データに繋がると期待できる。

今後はこれらの意義を踏まえた研究が期待される。

2. 提言

以上の意義を受けて、本研究では2つのことを提言する。

提言1

各園が午睡に関する適切なマニュアルを作成すること。そのマニュアルでは次の2点について言及することが必要である。①保育所保育指針を始め、「保育所における感染症対策ガイドライン」「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」等を反映させること。②マニュアルに基づいて作成する指導計画には、午睡に関する安全確保と、個別の配慮について記載すること。

提言2

午睡に関して、保育者の負担感、引いては負担の軽減を図るための方策の提案につながる研究やその効果を測定するための尺度を開発する研究を推し進めること。負担感の軽減を図るためには、保育にかかる準備や管理を業者に委託することなどが想定される。それらが保育者の負担や負担感の軽減につながるかどうかを測定するための尺度としては、本研究で実施した負担感の測定尺度の利用も期待される。更にそれが負担の軽減に繋がるかどうかの研究も必要であろう。

参考文献

- ・高野陽・網野武博・小林芳文・宮崎照子・佐藤田鶴子・川合月海 「保育所午睡・健康実態調査報告書」社会福祉法人日本保育協会 昭和60年（1985年）3月
- ・巷野悟郎・高野陽・網野武博・小林芳文・佐々木聰子・川合月海 「保育所の午睡・健康管理」保育所健康管理講座5 監修：厚生省母子保健課 社会福祉法人日本保育協会 平成3年（1991年）3月
- ・社会福祉法人全国社会福祉協議会 「機能面に着目した保育所の環境・空間に係る研究事業」総合報告書 平成21年（2009年）3月
- ・株式会社インターリスク総研 「教育・保育施設等の事故防止のためのガイドライン等に関するアンケート事業者向け調査結果」平成27年度教育・保育施設等の事故防止のためのガイドライン等に関する調査研究事業 平成27年（2015年）11月