

資 料

宮崎県における乳幼児の電子メディア接触時間と
親子の生活習慣の関連

甲斐 鈴恵

〔論文要旨〕

本研究の目的は、宮崎県における乳幼児期の電子メディア接触時間と親子の生活習慣との関連を明らかにすることである。20 園の認定こども園等に通う乳幼児のいる 2,157 世帯を対象に無記名式調査を行い、1,507 世帯（有効回答率 69.9%）から回答を得た。乳幼児の電子メディア接触時間（短時間群、中間群、長時間群）をそれぞれ順序変量とみて、Spearman の順位相関係数を算出し、各質問項目と乳幼児の電子メディア接触時間との関連を検討した。統計解析には、SPSS for Windows を使用した。

その結果、以下のことが明らかになった。1. 乳幼児世帯の起床・就寝時間等の生活習慣は、規則正しく営まれていた。2. 乳幼児の電子メディア接触時間と起床時間・就寝時間との関連が顕著に認められた。電子メディア接触時間が長時間になるに従い、起床時間・就寝時間が遅かった。その傾向は、平日より休日が明らかであった。3. 保護者が朝食を摂取していると乳幼児の電子メディア接触時間が短い傾向を示した。4. 夕食時にテレビやスマホを視聴していることや、テレビを見ていない時にも電源が入っている生活様式が電子メディア接触時間に影響を及ぼしていた。

今後、乳幼児の生活習慣は保護者の生活習慣と密接に関係するため、保護者の生活習慣の 1 つである朝食摂取を推奨することが重要である。夕食時のテレビの電源を切る等の環境づくりを、保護者が意識し実行できるように導く必要がある。

Key words : 乳幼児, 電子メディア, 画面接触時間, 親・子, 生活習慣

I. 目 的

テレビ・ビデオ・スマートフォン・タブレットなどの電子映像メディア機器(以下、電子メディアと示す)の発達・普及に伴い、世界各国の情報がいつでもどこでも入手できるようになった。乳幼児においても、写真や動画撮影、幼児教育・娯楽番組の視聴等に電子メディアが活用されている¹⁾。電子メディア活用の機会の増加に伴い、乳児期の子どもの 90% がテレビやビデオのついている部屋にいるという報告²⁾があり、電子メディアに接触する年齢の低年齢化が明らかにされ

ている。

長時間の電子メディア接触に伴う心身に及ぼす悪影響として、運動不足・肥満、睡眠、脳へ影響があることが報告³⁾されている。また、テレビ視聴時間の長短が、清潔・排泄や睡眠、食事と間食、挨拶などの幼児の生活習慣に影響を及ぼしている^{4,5)}。この状態に危機を感じ、NPO 法人子どもとメディアは、子どもの発達への電子メディアの影響を調査し、長時間の使用を制限することや規則正しい生活習慣の推奨を提言している。筆者らも、趣旨が同じ任意団体「子どもとメディアみやざき」として、保護者へパンフレット等を用い

て、電子メディア機器に安易に接触しないことや親子で過ごす時間の大切さについて啓発活動を行っている。しかし、乳幼児の電子メディア接触時間は減少していない。保護者は、根拠と具体的な改善点がわかれば行動変容する力を備えている。そこで、保護者が具体的に改善できる親子の生活習慣の項目を明らかにすることで、電子メディア機器の接触時間減少の一助になると考えた。今回、2017年の実態調査を基に、親子の生活習慣に着目し、再分析を試みた。子どもと保護者の関係は1対1ではなく、複数のきょうだいがいる場合はきょうだい間の相互作用によっても影響される存在である。そのため、生活習慣との関連を見つめる際には、乳幼児の個人ではなく世帯で捉えた。

本研究の目的は、乳幼児期の電子メディア接触時間と親子の生活習慣との関連を明らかにすることである。

II. 対象と方法

1. 研究対象者

宮崎県認定こども園等に通っている乳幼児の保護者(20園2,157世帯)。

2. 調査期間

2017年9月1日～15日

3. 研究デザイン

質問紙調査。熊本県玉名市保育会・私立保育園協会において、園児生活実態調査⁶⁾が実施された。その調査用紙の使用許可を得て、調査用紙を加筆修正・改変し、無記名式調査票を新たに作成した。

4. 調査方法

本調査は地域貢献等研究推進事業として任意団体「子どもとメディアみやざき」と連携して行った。

1) 宮崎県幼稚園連合会、一般社団法人保育連盟連合会、幼保連携型認定こども園の会長・理事長へ調査協力依頼を行った。

2) 宮崎県内全域から人口割合に応じてランダムに20園を選定した。県央8園、県北5園、県西5園、県南2園。2,157世帯。園児数2,658人。

3) 各園長へ、保護者への研究協力依頼と調査用紙の配布、封書による回収をお願いした。保護者への依頼文書には、電子メディア接触の実態調査を目的とした研究であること、保護者の自由意思で回答いただく

こと、調査用紙の提出をもって研究の同意をしたとみなすことを記載した。回収期日以降に、各園長から研究者へ返信封筒にて郵送頂けるよう依頼した。

5. 調査内容(表1)

i. 属性について

子どもの年齢、同居家族の有無、就学前のきょうだい数および年齢について調査した。

ii. 基本的な生活習慣や親子の関わり方

平日・休日の起床・就寝時間、朝食摂取の有無、絵本の読み聞かせの有無、親子の関わり方等について調査した。各質問について、3～7の選択肢を提示した。質問は合計16項目。

iii. 電子メディア接触に関すること

子どもが電子メディアに接触する場面、子どもが電子メディアに接触するときのルールの有無、夕食時のテレビやスマートフォンの視聴の有無、メディアコントロールの設定の有無等調査した。各質問について、主に2～5の選択肢を提示し、各質問に対して単一または複数回答とした。電子メディア使用による子どもへのよい影響・悪い影響については、自由記述形式で回答を求めた。質問は合計18項目。

iv. 電子メディア接触時間

電子メディア接触時間は、保護者および子どもについて、24時間表に線で記入してもらった。子どもが複数いる場合は、子どもごとに記入してもらった。

本調査では、テレビ・ゲーム・ビデオ・パソコン・携帯電話・スマートフォン(以下、スマホ)・インターネット等を電子メディアと定義した。

6. 分析方法

属性や基本的な生活習慣等の調査項目は単純集計を行った。電子メディア接触時間については、30分単位で、各年齢の接触時間について単純集計を行った。

電子メディア接触時間と親子の生活習慣の関連をみるために、各世帯の乳幼児の接触時間を以下の方法で算出した。1. 子ども各年齢の電子メディア接触時間を算出する：1日あたりの電子メディア接触時間は、 $\langle (\text{平日接触時間} \times 5 \text{日} + \text{週末接触時間} \times 2 \text{日}) / 7 \text{日} \rangle$ の計算式で求めた。2. 各世帯の接触時間を導き出す：乳幼児の家族は同じ場所で過ごす時間が長いことから、きょうだいの一員が電子メディアに接触していると他のきょうだいも電子メディアに接触していると推測し

表 1 親子の生活習慣および電子メディア接触についての調査内容

質問項目	回答選択肢
1. 年齢	0歳 1歳 2歳 3歳 4歳 5歳 6歳
2. 同居家族	2人 3人 4人 5人 6人 7人以上
3. 就学前のきょうだい数および年齢	1人 2人 3人 4人以上
4. 平日の起床時間	7時前 7時台 8時台 9時台 10時以降
5. 平日の就寝時間	20時前 20時台 21時台 22時台 23時以降
6. 休日の起床時間	7時前 7時台 8時台 9時台 10時以降
7. 休日の就寝時間	20時前 20時台 21時台 22時台 23時以降
8. 子どもの就寝時、側にいる人 (複数回答可)	1人で きょうだい 母親 父親 祖父母 その他
9. 就寝時の読みきかせについて	いつもしている 時々している していない
10. 朝食摂取について (保護者)	毎日食べる 時々食べない 食べないことが多い 食べない
11. 朝食摂取について (子ども)	毎日食べる 時々食べない 食べないことが多い 食べない
12. 夕食にかかる平均時間	30分未満 45分程度 60分未満 60分以上
13. 食事中の会話ができる範囲に側にいる人 (朝食)	1人で 家族全員 きょうだい 母親 父親 祖父母 その他
14. 食事中の会話ができる範囲に側にいる人 (夕食)	1人で 家族全員 きょうだい 母親 父親 祖父母 その他
15. 親子の挨拶の有無	毎日している 時々している していない
16. 大人が子どもへの話しかけの頻度	いつも話しかけている 時々話しかけている 話しかけていない
17. 親子で遊ぶ時間 (平日)	1時間以上 1時間未満 ない
18. 親子で遊ぶ時間 (休日)	3時間以上 1時間以上3時間未満 1時間未満 ない
19. 子どもの遊びの種類	自由記述
20. 子どもが電子メディア機器に接触する場面 (複数回答可)	幼児教育 娯楽視聴 スポーツ視聴 アニメ・特撮視聴 ドラマ視聴 ゲーム ドキュメンタリー視聴 カメラ・ビデオ 音楽視聴 その他
21. 子どもが電子メディア機器に接触するときのルールの有無	ある (内容の自由記述) ない
22. 夕食時のテレビやスマートフォンの視聴	見ている 見ていない
23. 子どもが電子メディア機器を使用するとき側にいる人	1人で 家族全員 きょうだい 母親 父親 祖父母 その他
24. 子どものスマートフォンやタブレット使用の有無	使用している 使用していない
25. 子育てにおけるスマートフォンの使用場面 (複数回答可)	子育て情報やノウハウ検索 子どもをあやす 子どもを叱る 子どもを 静かにさせる 写真を撮る その他
26. テレビを見ていないときの電源が入っている頻度	いつもついている 時々ついている 消している
27. 家庭における電子メディア機器の所有状態 (テレビ)	0台 1台 2台 3台 4台以上
28. 家庭における電子メディア機器の所有状態 (パソコン)	0台 1台 2台 3台 4台以上
29. 家庭における電子メディア機器の所有状態 (ゲーム機)	0台 1台 2台 3台 4台以上
30. 家庭における電子メディア機器の所有状態 (スマートフォン・携帯電話)	0台 1台 2台 3台 4台以上
31. 電子メディア機器を使用したゲーム実施の有無 (保護者)	毎日遊ぶ (週6~7日) よく遊ぶ (週3~5日) 時々遊ぶ (週1~2日) 遊ばない
32. 電子メディア機器を使用したゲーム実施の有無 (子ども)	毎日遊ぶ (週6~7日) よく遊ぶ (週3~5日) 時々遊ぶ (週1~2日) 遊ばない
33. メディアコントロールデー (時間制限, 使用しない) の設定	制限なし 制限 (週1~2日) 制限 (週3~4日) 制限 (週5~6日) 制限 (毎日)
34. 子育てにおける困りごと	大変困っている 少し困っている あまり困っていない 困っていない
35. 子育てにおける周囲の協力の有無	協力がある 時々協力がある 協力がない
36. 電子メディア機器使用による子どもへのよい影響	自由記述
37. 電子メディア機器使用による子どもへの悪い影響	自由記述

た。従って、各世帯の乳幼児のうち最も長時間の接触時間を各世帯の値とした。3. 電子メディア接触時間を、短時間接触世帯群、中間接触世帯群、長時間接触世帯群の3群に分けた。群分けの基準は、以下の通りとした。世界保健機関 WHO ガイドライン⁷⁾では、乳幼児については1時間未満の拘束されない・座らない時間を推奨している。また、4時間を超える電子メディア接触が身体への及ぼす影響について報告されてい

る⁸⁾。このことから、本研究では、1時間未満の短時間接触世帯群 (以下「短時間群」)、4時間以上の長時間接触世帯群 (以下「長時間群」)、その間を中間接触世帯群 (以下「中間群」) とした。

質問項目 (平日・休日の起床時間, 平日・休日の就寝時間, 保護者の朝食摂取状況, 夕食時のテレビやスマホの視聴状況, テレビの電源状態) と乳幼児の電子メディア接触時間 (短時間群, 中間群, 長時間群で3

群にカテゴリ化したもの)をそれぞれ順序変数とみて、Spearmanの順位相関係数を算出し(表4)、各質問項目と乳幼児の電子メディア接触時間との関連を検討した。また、保護者の電子メディア接触時間と乳

幼児の電子メディア接触時間との散布図を描き(図3)、Spearmanの順位相関係数を算出し、保護者と乳幼児の電子メディア接触時間の関連を検討した。両側 $p < 0.05$ を統計的有意とした。統計解析には、SPSS for Windows⁹⁾を使用した。

表2 対象の年齢分布と各年齢における電子メディア接触状況

年齢分布			各年齢における電子メディアに接触している乳幼児数と割合			
			平日		休日	
年齢	人数	分布	人数	(割合)	人数	(割合)
0歳	150	6.7	64	(42.7)	61	(40.7)
1歳	256	11.4	217	(42.7)	202	(78.9)
2歳	274	12.2	258	(94.2)	244	(89.1)
3歳	385	17.1	368	(95.6)	351	(91.2)
4歳	439	19.5	421	(95.9)	394	(89.7)
5歳	459	20.4	443	(96.5)	426	(92.8)
6歳	287	12.7	227	(96.5)	269	(93.7)
合計	2,250	100.0	1,998	(88.8)	1,947	(86.5)

単位：人数 (%)

7. 倫理的配慮

保護者への依頼文書には、研究への参加の有無は、本人の自由意思であること、断っても不利益がないこと、封書で提出するため園長他職員に個人情報が開示されないこと、調査用紙の提出をもって研究参加の同意を示したとみなすことを明記した。園長への依頼文書には、各園が特定されないこと、個人情報に関する内容は伏せること、全員分の回収をお願いすることはないこと等を明記した。本研究は、宮崎県立看護大学研究倫理委員会の承認(2017-07)を得て実施した。

表3 乳幼児の起床・就寝時間および親子の生活習慣

乳幼児の起床・就寝時間		世帯数 (%)			
		平日		休日	
子どもの起床時間	7時前	797	(53.7)	288	(20.1)
	7時台	577	(38.9)	690	(48.3)
	8時台	88	(5.9)	381	(26.6)
	9時台	20	(1.3)	63	(4.4)
	10時以降	1	(0.1)	8	(0.6)
	合計	1,483	(100.0)	1,430	(100.0)
子どもの就寝時間	20時前	28	(2.0)	14	(1.0)
	20時台	260	(19.0)	181	(13.0)
	21時台	734	(53.7)	662	(47.6)
	22時台	317	(23.2)	474	(34.1)
	23時以降	28	(2.0)	60	(4.3)
	合計	1,367	(100.0)	1,391	(100.0)
親子の生活習慣		世帯数 (%)			
保護者の朝食の摂取状況	毎日食べる	1,057 (76.8)			
	時々食べない	192 (13.9)			
	食べないことが多い	111 (8.1)			
	食べない	17 (1.2)			
	合計	1,377 (100.0)			
乳幼児の夕食時のテレビやスマホの接触状況	見ている	755 (52.5)			
	見ていない	682 (47.5)			
	合計	1,437 (100.0)			
テレビの電源の状態	いつもついている	136 (9.5)			
	時々ついている	503 (35.0)			
	消している	800 (55.6)			
	合計	1,439 (100.0)			

単位：世帯 (%)

表 4 各世帯の乳幼児の電子メディア接触時間と親子の生活習慣との関連

	乳幼児の接触時間 n (%)			合計	ρ*, p 値
	1 時間未満 n = 114	1 時間以上 4 時間未満 n = 918	4 時間以上 n = 465		
平日の起床時間					ρ = 0.061
7 時前	75 (9.4)	491 (61.6)	231 (29.0)	797 (100.0)	p = 0.019
7 時台	29 (5.0)	350 (60.7)	198 (34.3)	577 (100.0)	
8 時台	6 (6.8)	53 (60.2)	29 (33.0)	88 (100.0)	
9 時台	3 (15.0)	13 (65.0)	4 (20.0)	20 (100.0)	
10 時以降	0 (0.0)	1 (100.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	
休日の起床時間					ρ = 0.132
7 時前	39 (13.5)	187 (64.9)	62 (21.5)	288 (100.0)	p < 0.001
7 時台	42 (6.1)	437 (63.3)	211 (30.6)	690 (100.0)	
8 時台	25 (6.6)	220 (57.7)	136 (35.7)	381 (100.0)	
9 時台	3 (4.8)	34 (54.0)	26 (41.3)	63 (100.0)	
10 時以降	0 (0.0)	4 (50.0)	4 (50.0)	8 (100.0)	
平日の就寝時間					ρ = 0.147
~ 20 時前	3 (10.7)	19 (67.9)	6 (21.4)	28 (100.0)	p < 0.001
20 時台	26 (10.0)	175 (67.3)	59 (22.7)	260 (100.0)	
21 時台	52 (7.1)	459 (62.5)	223 (30.4)	734 (100.0)	
22 時台	17 (5.4)	173 (54.6)	127 (40.1)	317 (100.0)	
23 時以降	3 (10.7)	7 (25.0)	18 (64.3)	28 (100.0)	
休日の就寝時間					ρ = 0.185
~ 20 時前	3 (21.4)	10 (71.4)	1 (7.1)	14 (100.0)	p < 0.001
20 時台	19 (10.5)	124 (68.5)	38 (21.0)	181 (100.0)	
21 時台	47 (7.1)	441 (66.6)	174 (26.3)	662 (100.0)	
22 時台	31 (6.5)	256 (54.0)	187 (39.5)	474 (100.0)	
23 時以降	3 (5.0)	21 (35.0)	36 (60.0)	60 (100.0)	
保護者の朝食摂取状況					ρ = 0.075
毎日食べる	82 (7.8)	662 (62.6)	313 (29.6)	1,057 (100.0)	p = 0.005
時々食べない	16 (8.3)	105 (54.7)	71 (37.0)	192 (100.0)	
食べないことが多い	6 (5.4)	63 (56.8)	42 (37.8)	111 (100.0)	
食べない	0 (0.0)	8 (47.1)	9 (52.9)	17 (100.0)	
乳幼児の夕食時のスマートフォン接触状況					ρ = -0.306
見ている	26 (3.4)	399 (52.8)	330 (43.7)	755 (100.0)	p < 0.001
見ていない	84 (12.3)	480 (70.4)	118 (17.3)	682 (100.0)	
テレビの電源状態					ρ = -0.214
いつもついている	5 (3.7)	60 (44.1)	71 (52.2)	136 (100.0)	p < 0.001
時々ついている	30 (6.0)	281 (55.9)	192 (38.2)	503 (100.0)	
消している	74 (9.3)	547 (68.4)	179 (22.4)	800 (100.0)	

*Spearman の順位相関係数
単位：世帯 (%)

III. 結 果

1. 対象者の属性

県央 8 園, 県北 5 園, 県西 5 園, 県南 2 園, 合計 20 園の 1,675 世帯 (回収率 77.7%) から回答を得, 有効回答であった 1,507 世帯 (有効回答率 69.9%) を分析対象とした。回答を得た世帯の全ての子どもの年齢分布は, 表 2 に示すとおり, 0 歳 150 人 (6.7%), 1 歳 256 人 (11.4%), 2 歳 274 人 (12.2%), 3 歳 385 人 (17.1%), 4 歳 439 人 (19.5%), 5 歳 459 人 (20.4%), 6 歳 287 人 (12.7%) であった。合計 2,250 人。1 歳~6 歳までの各年齢においては 10~20% で偏りがな

かった。

1,507 世帯の内, 就学前の子どもが 1 人のみの世帯は 888 世帯, 2 人は 520 世帯, 3 人は 95 世帯, 4 人は 4 世帯であった。

2. 電子メディア接触時間

i 接触している人数および割合 (表 2)

電子メディアに接触している人数・割合は, 表 2 に示すとおりである。平日では, 0 歳児は 42.7%, 1 歳児では 84.8%, 2 歳以上では 94.2~96.5% であった。2 歳を超えると電子メディアに接触している子どもは 95.0% 前後に高まった。休日は, 平日と比較して電子

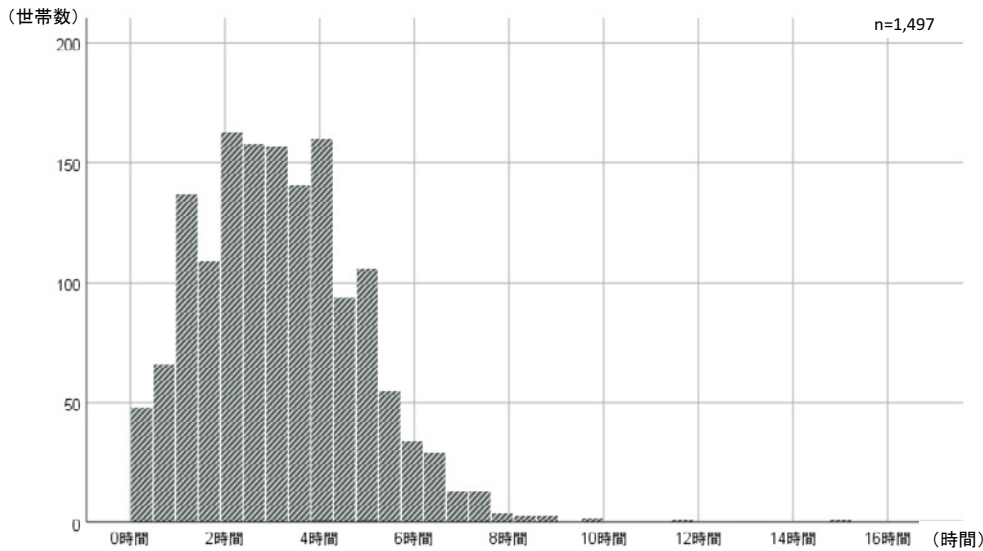


図1 各世帯における乳幼児の電子メディア接触時間

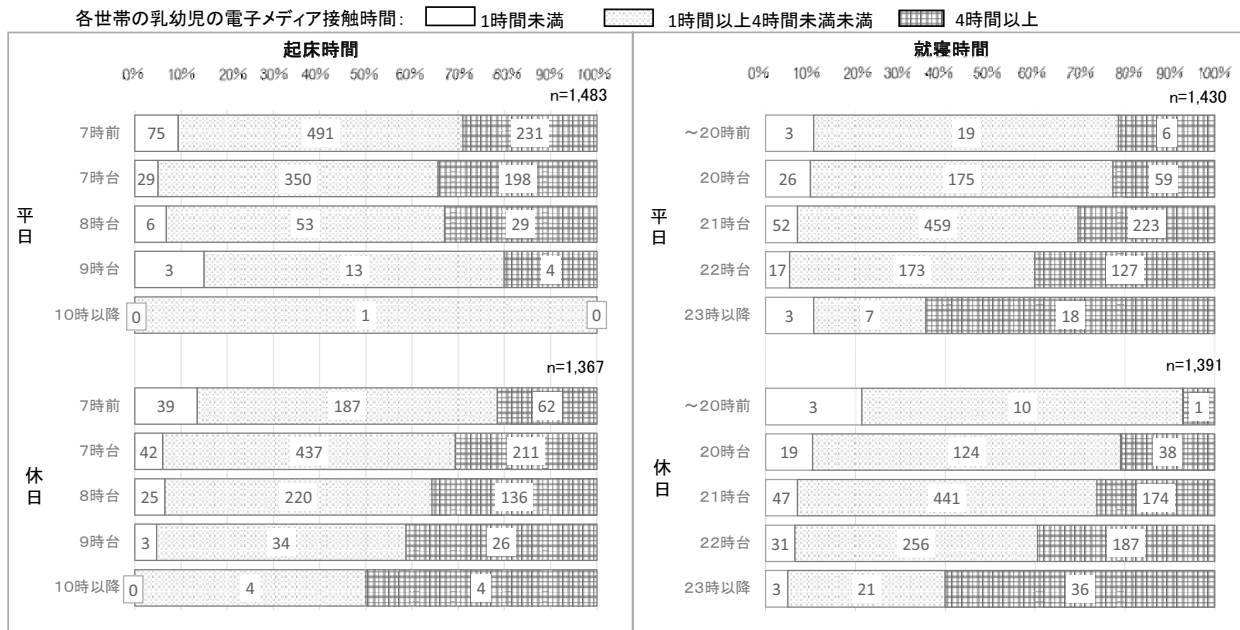


図2 各世帯の乳幼児の電子メディア接触時間と平日・休日の起床・就寝時間

メディアに接触している子どもが少ない傾向であった。

ii 各世帯における乳幼児の電子メディア接触時間 (図1)

有効度数は、1,497。欠損値10。平均値191.5分。標準偏差103.0。最小値0分，最大値904.4分，25パーセンタイル115.7分，50パーセンタイル188.6分，75パーセンタイル257.1分。

1時間から4時間の間で接触していた世帯が多数を占めていた。

3. 各世帯の電子メディア接触時間と親子の生活習慣との関係 (表3, 4) (図2)

i 乳幼児の電子メディア接触時間と平日・休日起床時間

乳幼児の平日の起床時間は、「7時前」「7時台」が多く全体の9割を占め、規則正しい生活習慣であり、9時台以降に起床する世帯は少なかった。9時台以降は数が少ないので、7時前から8時台の傾向が全体の傾向に与える影響が大きく、そのため、起床時間が遅くなるに従い、電子メディア接触時間が長時間となる関係が認められた (p=0.019)。

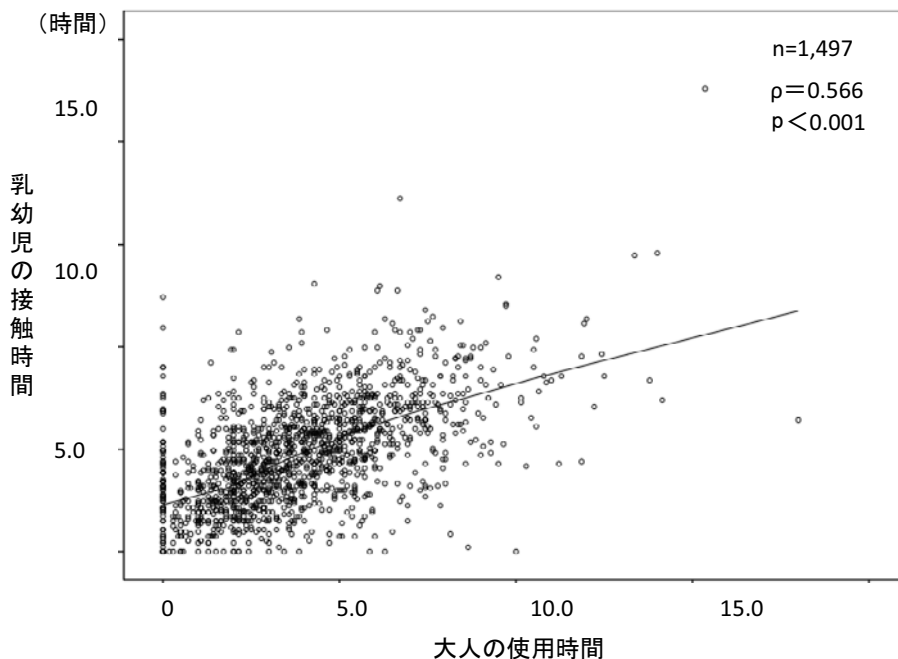


図 3 各世帯の乳幼児と保護者の電子メディア接触時間

休日では、起床時間が遅くなるに従い、電子メディア接触時間が長時間となる関連が認められた ($p < 0.001$)。

ii 乳幼児の電子メディア接触時間と平日・休日就寝時間

乳幼児の平日の就寝時間は、「20 時前」「20 時台」「21 時台」が全体の約 8 割を占めていた。平日・休日ともに、就寝時間が遅くなるに従い、電子メディア接触時間が長時間となる関連が認められた ($p < 0.001$)。

iii 乳幼児の電子メディア接触時間と保護者の朝食摂取

保護者の朝食の摂取について、「毎日食べる」は 1,057 世帯 (76.8%) であり、規則正しい生活習慣であった。「食べない」「食べないことが多い」「時々食べない」という回答が多くなるに従い、乳幼児の電子メディア接触時間が長時間となる関連が認められた ($p = 0.005$)。

iv 乳幼児の電子メディア接触時間と夕食時のテレビやスマホ視聴の有無

乳幼児の夕食時のテレビやスマホ視聴については、「見ている」、「見ていない」が約半数ずつであった。長時間群は、短時間群に比べ、「見ている」という回答が有意に多かった ($p < 0.001$)。

v 乳幼児の電子メディア接触時間とテレビの電源の状態

テレビを見ていない時のテレビの電源については、「消している」800 世帯 (55.6%)、「時々ついている」503

世帯 (35.0%) であり、「いつもついている」は比較的少ない傾向であった。テレビの電源の状態別では、「いつもついている」という回答が多くなるに従い、乳幼児の電子メディア接触時間が長時間となる関連が認められた ($p < 0.001$)。

vi 乳幼児の電子メディア接触時間と保護者の電子メディア接触時間 (図 3)

乳幼児の電子メディア接触時間と保護者の電子メディア接触時間には、有意な正の相関が認められ (Spearman の順位相関係数 0.566, $p < 0.001$, $n = 1,497$)、保護者の電子メディア接触時間が長時間になるほど、乳幼児の電子メディア接触時間も長くなっていた。

謝 辞

本研究にご協力いただきました幼保連携型認定こども園等の園長および保護者の皆様、「子どもとメディアみやざき」の皆様へ深く感謝致します。

本研究は第 66 回日本小児保健協会学術集会で発表したものに加筆・修正を行ったものである。

利益相反に関する開示事項はありません。

文 献

1) 久保木有希子, 田村徳子, 高岡純子. 第 2 回 乳幼児の親子のメディア活用調査報告書. (株) ベネッセ教育総合研究所 2018; 68: 17-52.

- 2) 伊藤幸生, 秋山千枝子, 石黒成人, 他. 「子どもとメディア」に関する意識調査0歳から2歳児のメディア環境の現状について—テレビやビデオ視聴2時間の影響—. 日本小児科医学会会報 2005; 30: 120-125.
- 3) 佐藤和夫. 乳幼児期におけるメディアの影響. 日本小児科医学会会報 2017; 53: 18-23.
- 4) 服部伸一, 足立 正, 嶋崎博嗣, 他. テレビ視聴時間の長短が幼児の生活習慣に及ぼす影響. 小児保健研究 2004; 63: 516-523.
- 5) 服部伸一. テレビ視聴時間が幼児の生活習慣に及ぼす影響. 小児科臨床 2014; 67: 2032-2039.
- 6) 玉名市保育会; 玉名市立保育園協会. 平成 25 年度 玉名公私立保育所 (園) 第 2 回園児生活実態調査報告 各園メディア担当者委員会まとめ 報告書. 2013.
- 7) World Health Organization. “Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age”, 2019. <http://www.who.int/iris/handle/10665/311664> (参照 2019.06.17)
- 8) 佐藤和夫. 乳幼児期におけるメディアの影響. 日本小児科医学会会報 2017; 53: 18-23.
- 9) IBM Corp. Released 2017. IBM SPSS Statistics for Windows, Version 26.0. Armonk, NY: IBM Corp.

[Summary]

The purpose of this study was to clarify the relationship between electronic media screen contact time and parent-child lifestyle in infant children in Miyazaki Prefecture. A survey was conducted among 2,157 households with infants attending 20 certified preschools, which received 1,507 responses (valid response rate 69.9%). Spearman's rank correlation coefficients were calculated for each of three groups of infants as ordinal variables according to screen contact time (short, intermediate, and long), and the relationship between each question item with infants' electronic screen contact time was examined. SPSS for Windows was used for statistical analysis.

The following results were revealed. 1) The lifestyles of infant households, such as amount of sleeping and waking hours, were regular. 2) There was a significant relationship between infants' electronic screen contact time and their times of sleeping and waking, and the longer the screen contact time, the later the sleeping and waking times. This trend was more apparent on weekends. 3) Infants' electronic screen contact time tended to be shorter when parents had breakfast. 4) Infants' television or smartphone use during evening meals, and lifestyle habits in which the television was left on in the background even when not being watched, influenced infants' electronic screen contact time.

Since infants' lifestyles are closely related to those of their parents, it is vital to encourage parents to have breakfast, which is part of their own lifestyles. It is also necessary to guide parents and infants to be aware of and take measures such as turning off the television during dinner to create a better environment for their infants.

Key words: infants, electronic media, screen time, parent-child, lifestyle