

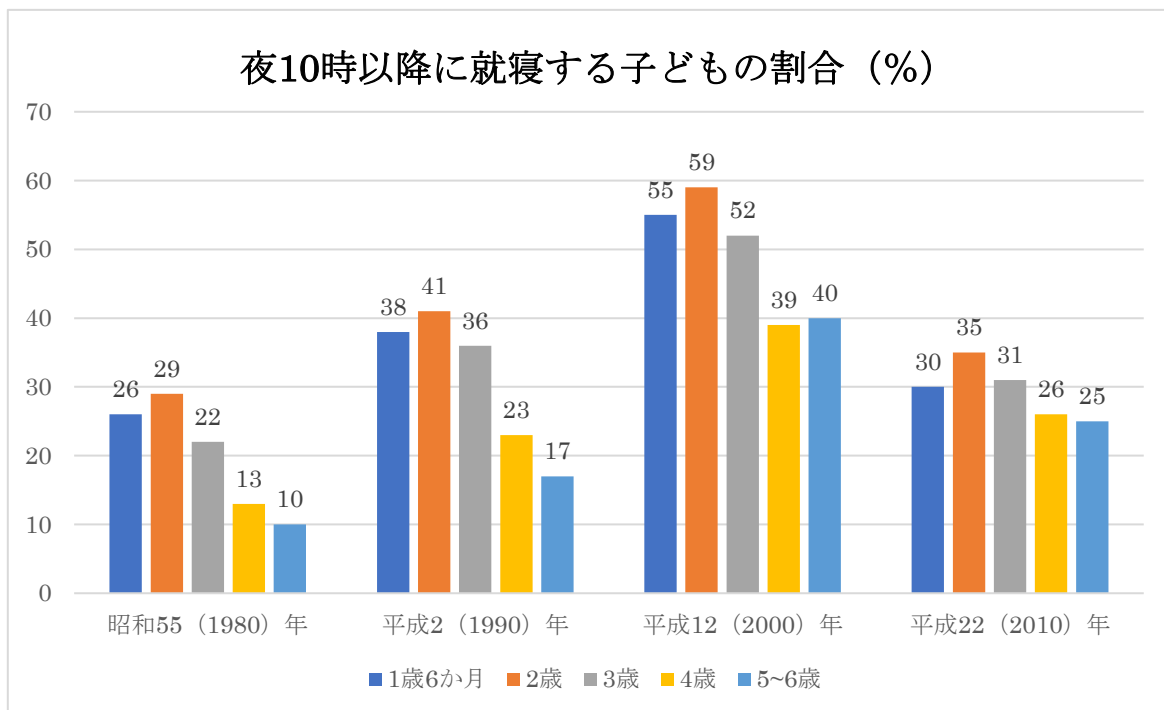
令和6年度 総合型選抜 課題探究型 総合考査【幼児教育保育コース】

試験時間：60分

.....

人が健康的に生活を送るためには休養や睡眠は欠かすことができません。とくに睡眠は脳や体の疲れを取るために重要となります。しかし、現代の私たちの生活は夜型が進み、睡眠不足や睡眠の質にも影響を及ぼしています。また、テレビやゲーム、PC・スマホなどを寝る前に見ていると寝つきが悪くなることもあります。この睡眠の問題は大人だけではなく子どもにも影響を与えています。

問. <図 1~3>のグラフは日本の子どもの睡眠時間に関する現状を表しているグラフです。
グラフから読みとれること、それに対する自分の考えを述べなさい。
(600字以上 800字以内。横書き)

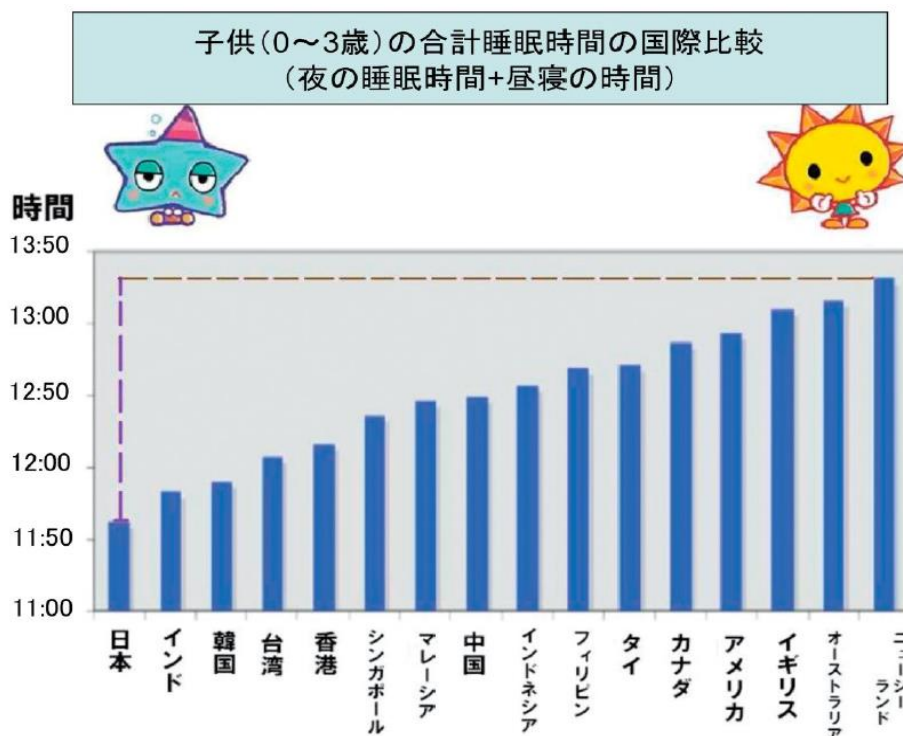


<図 1>夜 10 時以降に就寝する子どもの割合 (%)

出典：「幼児健康度に関する継続的比較研究 平成 22 年度総括・分担研究報告書」
 (日本小児保健協会) を加工して作成

<https://www.jschild.or.jp/wp->

[content/uploads/2020/10/2010_kenkochousa_%E4%BF%AE%E6%AD%A3%E6%B8%88%E8%B5%A4_5_compressed.pdf](https://www.jschild.or.jp/wp-content/uploads/2020/10/2010_kenkochousa_%E4%BF%AE%E6%AD%A3%E6%B8%88%E8%B5%A4_5_compressed.pdf)

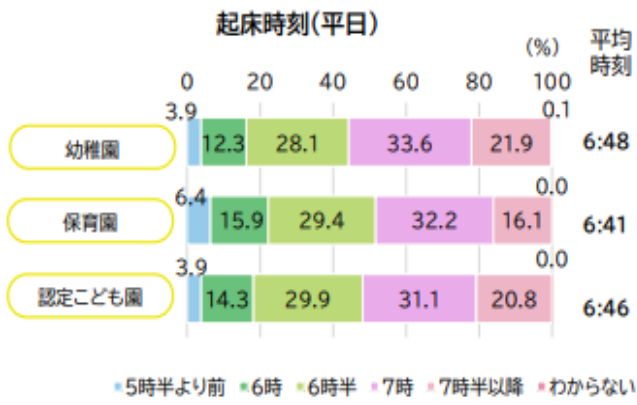


<図 2>子供 (0~3 歳) の合計睡眠時間の国際比較 (夜の睡眠時間+昼寝の時間)

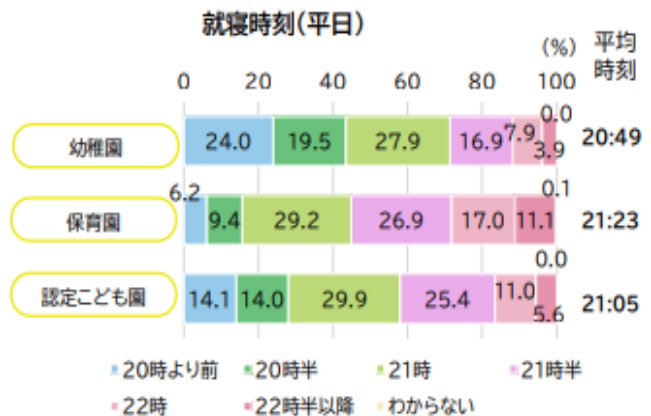
出典：「乳幼児期を大切に ～心と体の基礎を育てるとき～ 教材Ⅱ 生活リズムの確立のために」(東京都教育委員会)

https://www.syougai.metro.tokyo.lg.jp/sesaku/pdf/document/slide2_ppt_all.pdf

Q. お子様やご家族の平日(園・学校・お仕事がある日)の「朝、起きる時間」は、だいたい何時ごろですか。



Q. お子様やご家族の平日(園・学校・お仕事がある日)の「夜、寝る時間」は、だいたい何時ごろですか。



※ 幼稚園:1,341人、保育園:996人、認定こども園:665人。

<図 3> 起床・就寝時刻：幼児就園状況別

出典：早稲田大学／ベネッセ教育総合研究所「子どもの生活リズムと健康・学習習慣に関する調査 2022 報告書」2023 年
https://berd.benesse.jp/up_images/research/seikatsu_gakusyu2022.pdf