幼児の 24 時間動作行動に関する国際研究
日本調査の参加施設（幼稚園/保育所/こども園）募集！

ねらい:こどもたちの健やかな成長は、保護者や先生方にとっての一番の願いですが、コロナ禍にあって普段とは異なる生活を強いられており、今後、こどもたちの生活に様々な影響が心配されます。そのような中で、保護者や先生方にとって、こどもたちが健やかな生活をおくる目安として役立てていただけるような生活記録のデータを科学的にお返しできるよう調査を計画しています。

幼児期からの健全な生活習慣の獲得は、日本だけではなく国際的な課題となっています。現在、60か国の研究者がそれぞれの地域のこどもたちの現状を把握しようとデータを集積し、本調査もその活動に協力しています(通称:サンライズ研究:https://sunrise-study.com/)。この調査から得られた知見は、世界保健機関(WHO)が推進するこどもたちの健やかな育成に向けた生活習慣に関する基礎資料(ガイドライン)として貢献することが期待されています。

現在のこどもたちの様子が気になる保護者や先生方におかれましては、調査にご協力いただける保育施設を募集しておりますので、どうかお気軽にご連絡いただけますと幸いです。

調査内容:
【対象】本研究の趣旨にご同意いただいた幼稚園/保育所/こども園、幼児(3～4 歳児)および保護者
【調査項目】(①～③は子どもが、④⑤は子ども以外が対象)

調査項目:測定方法【測定時間】	測定日	1 日目	～	5 日目	回収日
①身体活動，睡眠の計測:腰部に加速度計を装着して測定.【終日】	装着	←	—	→	回収
②認知機能検査:iPad を用いて測定.【最長 15 分間/人】	測定				
③形態・運動能力測定:身長計，体重計【3 分間/人】，運動能力テスト【15 分間/人】により測定.	測定				
④生活習慣等アンケート:子どもの生活習慣等を調査. 調査期間中に保護者にご回答いただく.【約 15 分間】					
⑤園の環境アンケート:園の環境状況等を調査. 調査期間中に園の先生にご回答いただく.【約 15 分間】					

注:測定は、週の中日(水・木)に開始予定です.
【調査結果】調査結果は個人ごとに通知します。個人を特定して第三者に結果を開示することはありません。

費用:費用はかかりません。また、装置を万が一破損・故障してしまっても、責任は問いません。
倫理面での配慮:本調査は、本学研究倫理委員会の審査を受け、調査参加へのご同意を頂けた方のみを対象と致します。なお、同意後の調査参加拒否など、調査に協力しなくてもなんら不利益はこうむりません。
研究成果公表方法:本調査で得られた結果は、国内外での論文・学会発表を行いますが、参加者の個人名や施設名を公表することはありません。

研究体制(北海道～沖縄県、世界 63カ国):
奥田知靖(北海道教育大学)、渡部琢也(会津大学短期大学部)、渡邊將司(茨城大学)、高見京太(法政大学)、野井真吾(日本体育大学)、岡田真平(身体教育医学研究所)、笹山健作(三重大学)、田中茂穂(女子栄養大学)、上田憲嗣(立命館大学)、吉村英一(国立健康・栄養研究所)、奥田昌之(山口大学)、安部孝文(島根大学)、青木謙介(帯広大谷短期大学)、田中沙織(九州産業大学)、西田明史(中村学園大学)、塩瀬圭佑(宮崎大学)、高倉実(琉球大学)、田中千晶(サンライズ研究日本調査代表者)、世界 63カ国の研究者

【連絡先】本調査に関してご質問などがありましたら、下記にご連絡ください。
・田中千晶(サンライズ研究日本調査代表者)　メールアドレス:active.healthy.kids.japan@gmail.com

幼児の24時間動作行動に関する国際研究

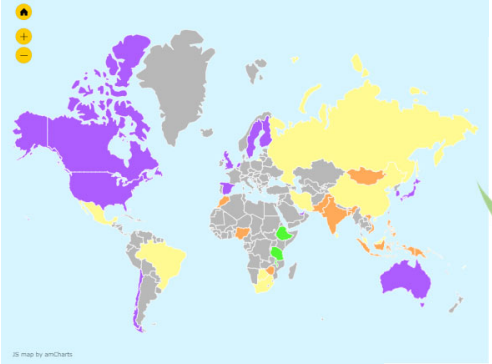
（通称：サンライズ研究）

https://sunrise-study.com/

International Study of 24-hour movement behaviours in the early years

世界63か国
高・中・低所得国

3-4歳
500-1000人/国ずつ



国際研究の代表者
（WHO幼児動作行動ガイドライン2019の作成メンバーの一部）
Okely A(豪)、Tremblay M(加)、Reilly J(英)、Bull F(WHO)ら

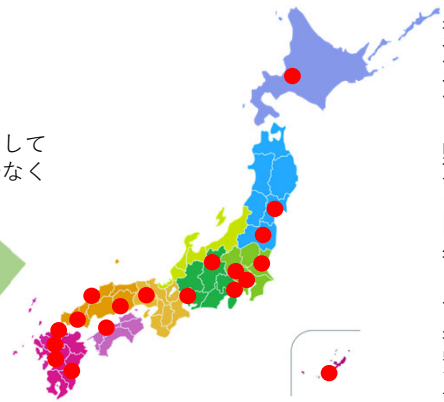
主目的　WHOのガイドラインを満たす3－4歳の割合
副目的　その割合は、
　性別・社会経済状態・都市化で差があるのか
三次目的　ガイドラインを満たすことと、健康・発達と
　関係があるのか

測定項目　加速度計による身体活動と睡眠行動時間
身体計測、運動機能
タブレットアプリによる認知機能（実行機能）
質問紙　生活習慣（スクリーンタイム）、食事習慣
施設環境、建造環境

サンライズ研究日本調査

日本調査の代表者　田中千晶（東京家政学院大）

高所得国として
貢献だけでなく



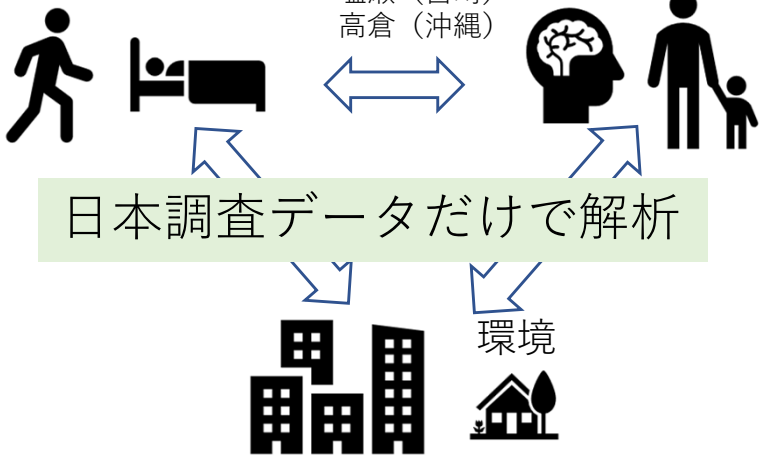
研究協力予定者
奥田と（北海道）
渡部（福島・宮城）
渡邊（茨城/東京）
田中し（埼玉）
野井（東京/栃木）
高見（神奈川/東京）
岡田（長野）
笹山（三重/岡山）
上田（滋賀/京都/兵庫）
奥田ま（山口）
安部（島根）
青木（愛媛）
田中さ（福岡）
西田（福岡/佐賀/熊本）
吉村（熊本）
塩瀬（宮崎）
高倉（沖縄）

幼稚園・保育所・こども園
20人/施設
全体で1000人
（都市部500人、非都市部500人）
（日本パイロット調査で決定）

★全国で
データ収集が可能
（日本の代表値）

日本調査の特徴

活動・行動　　発育・発達



日本調査データだけで解析

★日本のばらつきの範囲で社会経済格差の影響がわかる
★国勢調査・GISで詳細な環境の影響がわかる
★日本が誇る母子保健手帳のデータが活用できる

地域格差・社会格差と
健康との関連
身体活動など生活習慣での是正