

エコチル調査：追加調査

「学童期の睡眠調査」

=====

平素よりエコチル調査にご協力いただきありがとうございます。

学童期検査にお越しくださる保護者様に、学童期検査とは別に、追加調査「学童期の睡眠と生活の実態調査」へのご協力をお願い申し上げます。

対象者は、同志社大学赤ちゃん学研究センター（以下当センター）に来館されるお子さん（11～12歳）とその保護者様のうち、小学2年生の時にもこの調査にご参加くださった方になります。なお、本調査は小学2年生対象の学童期検査の追加調査で実施したものと同一になります。実施の目的は前回と同じとなりますが、お子さんにもう一度参加いただくことで得られるデータは、一人一人の4年間の変化を知ることができる貴重なものとなります。

近年日本の子どもたちは、諸外国に比べて睡眠時間が短いことが報告されています。子どもの睡眠不足は健全な成長に影を落とし、学校生活にも大きく影響しているということが指摘されております。そこで当プロジェクトでは、子どもたちの睡眠リズムを調査することで、子どもたちの睡眠生活リズムの実態およびその関連要因を明らかにすることを目的としています。得られた結果から、お子さん向けに睡眠に関するコメントをお返ししますので、これからますます忙しく学校生活を過ごされるお子さんの睡眠について、親子で見直す機会にしていいただければと思います。

以下、本調査についての概要を説明いたします。

<目的>

- 本研究の目的は、広く子どもたちの睡眠リズムを調査することで、子どもたちの睡眠生活リズムの実態およびその関連要因を明らかにすることを目的としています。

<対象となる方>

- 対象者は、エコチル調査学童期検査で当センターに来館されたお子さん（11～12歳）とその保護者の方です。

<調査期間>

- この研究は、当センターにおいて、「研究の実施が承認された日」から2027年3月31日にかけて実施される予定です。ただし、参加者の方に研究に直接参加していただくのは14日間のみです。

<ご協力いただく内容>

- この調査では、保護者の方に10分程度の自記式の質問票調査をお願いいたします。
- 加えて、調査が行われる2週間にわたり、自宅でお子さんの睡眠サイクルを睡眠ログへ記録していただきます。質問票および睡眠ログは書面を使って記入していただきます。

- お子さんの睡眠リズムパターンに関する解析結果を、個別の睡眠に関するコメントという形でお返しします。
- この質問票と睡眠ログの調査に加え、生体センサを使った睡眠調査をお願いすることがあります。その場合は、改めて生体センサの説明を行い、書面による同意を得られた方に調査をお願いします。

<個人情報の取り扱い>

- いただいたご回答は個人情報とは切り離し、どなたの回答か分からない状態に（匿名化）して厳重に保管し、研究に使用します。

<不利益について>

- この研究は子どもの睡眠生活リズムを観察することが中心であり、本研究への参加に伴い、基本的に健康被害等の危険が生じる可能性はありません。一部の参加者の方に生体センサを使った調査をお願いすることがありますが、生体センサは、商品化された物で一般に広く使用されており、侵襲はないと考えられます。万一、お子さんの精神的ストレスになっていると思われる時や、身体的不調を認めた場合は、保護者の方の判断で中止していただいて結構です。

<エコチル調査本体調査の情報・データ>

- いただいたご回答は、エコチル調査本体調査にてこれまでにご提供いただいた情報と照合・連結し、研究に使わせていただく場合があります。その場合も、個人情報を取り除いた形で番号を付すなどして照合・連結を行います。

<データの保管>

- ご提出いただいた調査票及び同意書は、研究終了後 5 年を経過した日又は当該研究の結果の最終公表後 3 年を経過した日のいずれか遅い日まで、当センターが責任をもって保管し、その後、本学が定期に行っている機密文書の回収にて処分します。個人情報を取り除いたデータは、当センターで新たな研究者が異なった目的で分析、発表できるように保管、管理いたします。

<参加の自由>

- 本調査への参加は自由です。回答を行わなくても、今後のエコチル調査参加において不利益を被ることは一切ございません。また、いつでも参加同意の撤回を行うことができます。

=====

本調査に対する問い合わせ先：

〒619-0225 木津川市木津川台 4 丁目 1-1

同志社大学赤ちゃん学研究センター

副センター長/嘱託研究員 渡部基信