

2024年8月1日  
株式会社オプテージ

## -共働き／ひとり親世帯における子どものお留守番に関する調査- 約4割が「留守番に不安を感じて、働く時間を短くした」 と、子どもの留守番が親の働き方に影響も!?

～留守番で、あると助かるものランキング1位「家の中をカメラやセンサーでみまもるサービス」～

株式会社オプテージ(大阪市中央区)は、「共働き世帯／ひとり親世帯における子どもの留守番に関する調査」を行い、小学生の第一子を持つ家庭における、子どもだけの「留守番」と「みまもり」の実態を明らかにしました。また、小学4年生の時期に多く起こる勉強面・生活面でのさまざまな変化を「小4の壁」※<sup>1</sup>、また、それを乗り越える鍵となる準備期間を「小3の坂」※<sup>2</sup>と定義し、それぞれの実態を考察いたしました。

その結果、子どもが留守番をすることがある家庭は約6割で、その際平均回数は1週間あたり1.9回、1回あたりの平均留守番時間は97分であることが明らかになりました。9割以上の親が「子どもだけの留守番に不安を感じる」と回答しており、留守番で、あると助かるものでは「家の中をカメラやセンサーでみまもるサービス」が最も多く選ばれました。仕事と子育てを両立する家庭が増える昨今、環境整備の必要性を感じている親が多いという結果となりました。

オプテージは、IoTみまもりサービス「MAMOLEO」を通して「子どもが一人であることへの不安」を解消することで、より安心して子育てができ、子どもたちが健やかに育つことができる環境づくりを目指し、取り組みを進めてまいります。

- ※1「小4の壁」とは：9歳、10歳の小学4年生の子どもが、放課後の居場所がないと感じたり、学校の勉強についていけず劣等感をおぼえたり、といったさまざまな悩みに直面することを指します。
- ※2「小3の坂」とは：「小4の壁」を乗り越えるための、小学校3年生までの成長を坂道に例えています。子どもと親の距離感が近いうちに、生活習慣・学習習慣づくりを子どもと一緒に考えて行う準備期間のことを指します。

### 中山まち子氏、和久田学氏によるコメントも掲載(P12,14)

#### <調査概要>

- 調査時期：2024年6月10日(月)～6月12日(水)
- 調査手法：Web調査 株式会社オプテージ調べ【実務委託先：(株)電通マクロミルインサイト】
- 調査エリア：近畿圏(2府4県)と首都圏(1都3県)
- 調査対象：子持ち共働き世帯※もしくはひとり親世帯(子と親のみの世帯に限定)、一番上の子どもの学齢が小学校1～6年生、近畿圏(2府4県)在住の男女600人と、首都圏(1都3県)在住の男女600人(合計1,200人)

※自身が主に(配偶者との比率の半分以上)子育てを行っていると感じている人

※本調査では、小数第2位を四捨五入しています。そのため、数字の合計が100%とならない場合があります。

# KEY FINDINGS

## 1. 共働き世帯／ひとり親世帯の働き方と留守番実態 (P.3～)

**「子どもに寂しい思いをさせたくないと思う」親が9割以上で、「留守番に不安を感じて、働く時間を短くした」という場合も約4割と、留守番が親の働き方にも影響をしている様子が明らかに**

- 子どもだけで留守番をしている小学生の平均留守番回数は週に1.9回、1回あたりの平均時間は97分。小学校1年生～5年生までは年齢が上がるごとに留守番時間が長くなる傾向
- 子どもだけで留守番をさせるにあたり、事故やケガ、事件に巻き込まれないかなどの不安を感じている親が92.5%。また夏休みならではの不安として「ゲームや動画の見過ぎ」(53.5%)、「食事の用意」(51.6%)なども
- 子どもの留守番に対する親の気持ちとしては、「子どもに寂しい思いをさせたくないと思う」91.4%、「親が家にいて子どもを見るのが“当たり前”だという風潮を感じる」64.5%
- その中で「留守番に不安を感じて、働く時間を短くした」親が37.3%

## 2. 留守番時間も増える「小4の壁」(P.6～)

**子どもがさまざまな悩みに直面する「小4の壁」を5割以上の親が感じていて、主な「壁」としては「勉強」が1位に挙げられる**

- 子どもだけでの留守番は「小学3・4年生から」と考えている親が多いためか、子どもの学齢別の学童利用は小1が最も高く、小学校4年生以降で大きく減少
- 学童を利用していない／今後やめさせる予定である親の理由は「子どもが嫌がるから」(34.3%)「子どもだけでも留守番ができるようになったから」(32.7%)など
- 「小4の壁」を感じたと答えた親は5割以上  
具体的には「勉強について親のサポートが必要になること／サポートしなければいけない時間が増えた」(26.3%)、「子どもが親や周囲に反抗するようになった」(16.8%)などの場面で感じた

## 3. 「小4の壁」を乗り越えるための「小3の坂」の上り方 (P.9～)

**「小3の坂」が重要だと思う親は8割以上 留守番で、あると助かるもの1位「みまもりサービス」**

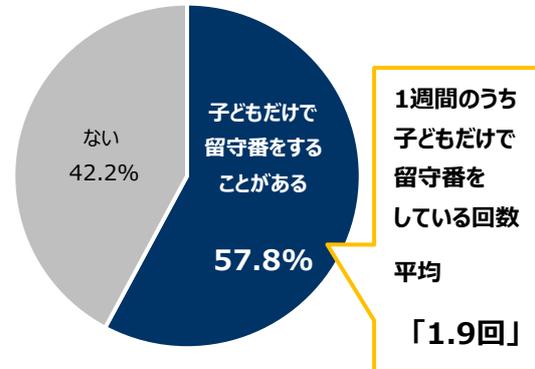
- 小学4年生からの変化(=「小4の壁」)にむけて、小学3年生までの学習や生活面の習慣化(=「小3の坂」)が大事だと思う親が84.5%
- 「小4の壁」にむけて、小学3年生までの習慣化のために実践していたこと1位「自分でできることは自分でやらせる」(58.3%)
- 子どもだけで留守番させるにあたってあると助かるもの1位「家の中をカメラやセンサーでみまもるサービス」。小学1、2年生の親でも3割以上とニーズが高い

# 1. 共働き／ひとり親世帯の働き方と留守番実態

## 1. 「子どもだけで留守番の機会あり」が約6割。1週間の平均留守番回数は「1.9回」

子どもがいる共働き世帯もしくはひとり親世帯(子と親のみの世帯に限定)で、第1子が小学生であり、ご自身が主に子育てを行っていると感じている親に、家庭で子どもだけで留守番をすることがあるかを聞いたところ、57.8%が「ある」と回答。また、子どもだけでの留守番をすることがある家庭での1週間あたりの留守番回数の平均は「1.9回」であることが分かりました [図1]。

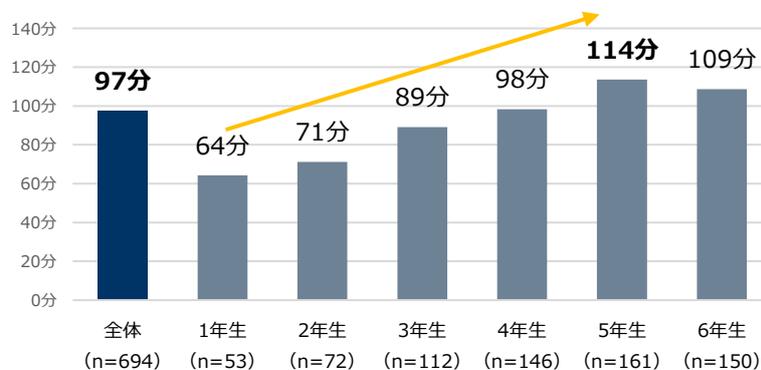
[図1] あなたの家庭では子どもだけで留守番をすることがあるか。また、第1子について、1週間のうち子どもだけで留守番をしている回数(平均) 全体(n=1,200)



## 2. 「留守番」の平均時間は「97分」。5年生をピークに学年が上がるほど長時間に

子どもだけで留守番をすることがあると回答した親に、子どもだけで留守番をする際の1回あたりのおおよその時間を聞くと、小学生全体では平均97分となりました。「小学1年生」(64分)から5年生(114分)までは年齢があがるに連れて留守番時間が長くなる傾向がみられました。6年生では109分とやや短くなっていますが、塾や習いごとなどの影響が考えられそうです [図2]。

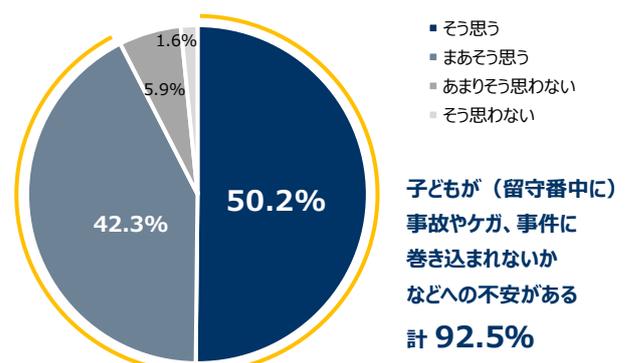
[図2] 第1子について、子どもだけで留守番をする際の1回あたりのおおよその時間(平均) 「子どもが留守番をすることがある」人



## 3. 「子どもだけでの留守番中、事故やケガ、事件に巻き込まれないか不安」92.5%

子どもだけで留守番をさせるにあたり、留守番中に事故やケガ、事件に巻き込まれないかなどへの不安があるかを聞いたところ、92.5%が「不安がある」(そう思う・まあそう思うの合計)と回答。目が届かない状態での事故やケガ、事件には、9割以上の親が不安を感じていることが分かりました [図3]。

[図3] 子どもが(留守番中に)事故やケガ、事件に巻き込まれないかなどへの不安がある 全体(n=1,200)



#### 4. 「地震」「侵入者」「急な体調不良」…子どもへの言い聞かせだけでは防げないリスク

子どもだけの留守番における心配事について聞くと、具体的には「地震などの災害発生」(61.0%)、「在宅中の侵入者」(57.4%)、「急な体調不良」(52.3%)がトップ3項目となり、子どもに言い聞かせるだけでは防げない、予期せぬ危険に不安を感じる親が多いことが分かりました。一方、第1子が小学1年生の場合、「親が知らないうちの外出」(58.0%)、「火遊びやコンロ、ストーブなどによる火災」(54.0%)、「ケガ」(54.0%)、「寂しい思いをしている」(53.0%)などの割合も高く、子どもの成長とともに心配事も変化していく様子がうかがえます〔図4〕。

〔図4〕 子どもだけで留守番をさせることについて不安を感じることとしてあてはまるもの（複数回答）全体(n=1,200)



※1 子どもの友達が訪ねてくるかもしれないなど  
 ※2 子どもが帰宅した際や外出した際の

#### 5. 夏休み期間ならではの不安としては「ゲームや動画の見過ぎ」が5割以上

加えて夏休み期間中ならではの不安としては、「ゲームや動画の見過ぎ」(53.5%)、「食事の用意」(51.6%)、「熱中症などの体調管理」(50.8%)が多く挙げられました。「ゲームや動画の見過ぎ」は、小学3年生以上では5割を超え、特に高学年(「小5」62.0%、「小6」58.0%)で多いことが分かりました。また、「家に閉じこもりがちになる」(「全体」36.6%、「小5」40.0%、「小6」45.0%)も高学年の子どもたちに多い心配ごとであることが分かりました〔図5〕。

〔図5〕 夏休み期間中に子どもだけで留守番をさせることについて、不安を感じるか。ある場合、夏休み期間ならではの不安を感じることとしてあてはまるもの(MA) 全体(n=1,200)

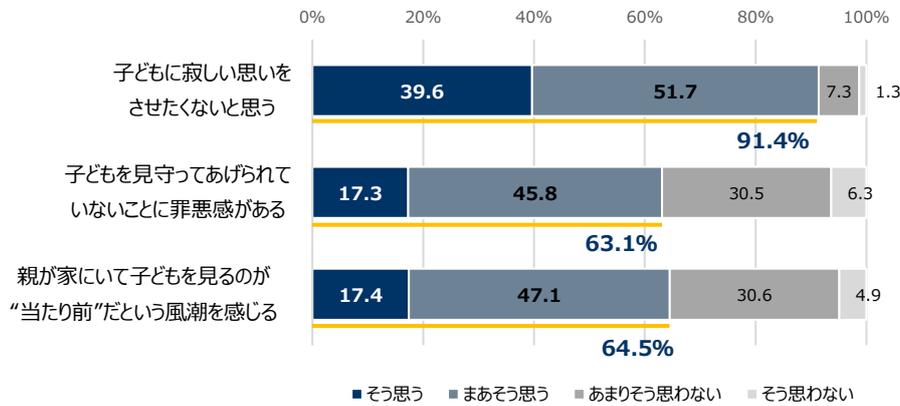


※教科・自由研究など

## 6. 子どもだけの留守番について、9割以上が「子どもに寂しい思いをさせたくない」と思う

子どもだけで留守番させることにあたって、91.4%もの親が「子どもに寂しい思いをさせたくないと思う」と回答しました（そう思う・まあそう思うの合計）。また、「子どもを見守ってあげられていないことに罪悪感がある」（63.1%）親も6割以上になっています。「親が家にいて子どもを見るのが“当たり前”だという風潮を感じる」（64.5%）という親も多く、仕事と育児との両立に奮闘し、子どもの留守番について悩みを抱える親の姿が浮き彫りになりました〔図6〕。

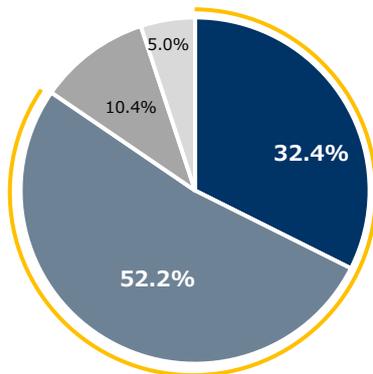
〔図6〕 子どもだけで留守番をさせることにあたっての気持ち 「子どもが留守番をすることがある」人(n=694)



## 7. 子どもだけの留守番に不安を感じて「働く時間をセーブ」している親が約4割

自身の働き方と子どもの留守番に関して、「共働き世帯もしくはひとり親世帯だと、子どもの留守番時間が増えるのは仕方がないと思うか」では、84.6%が「そう思う」（そう思う・ややそう思うの合計）と回答し、自身が仕事をしながらだと、留守番はどうしても必要になると考える親が多いことが分かります。一方で、「子どもが一人で留守番することに不安を感じて、働く時間を短くした」と回答した親は全体では37.3%、第1子が小学1年生の場合は47.0%と半数近く、2年生でも43.0%となり、子どもの留守番はやむを得ないと考えながらも、仕事をセーブする選択肢を選ばざるを得ない親が多い現状がうかがえました〔図7,8〕。

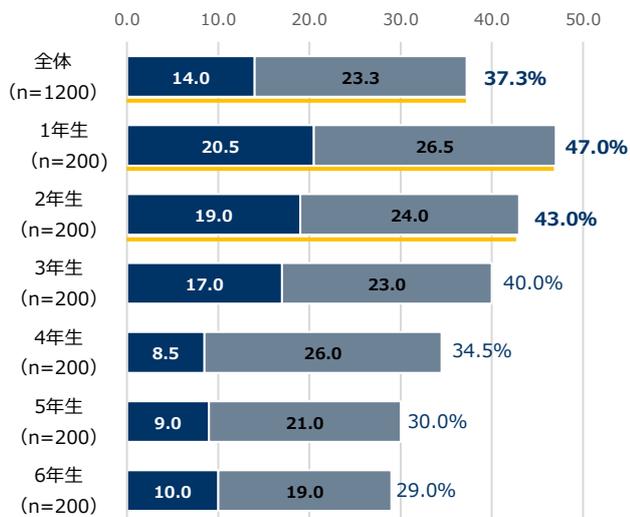
〔図7〕 共働き世帯もしくはひとり親世帯だと、子どもの留守番時間が増えるのは仕方がないと思うか 「子どもが留守番をすることがある」人(n=694)



共働き世帯もしくはひとり親世帯だと  
子どもの留守番時間が増えるのは  
仕方がないと思う  
計 **84.6%**

- あてはまる（そう思う）
- ややあてはまる（まあそう思う）
- あまりあてはまらない（あまりそう思わない）
- あてはまらない（そう思わない）

〔図8〕 子どもが一人で留守番することに不安を感じて、働く時間を短くした 全体(n=1200)



- あてはまる（そう思う）
- ややあてはまる（まあそう思う）

## 2. 留守番時間も増える「小4の壁」

### 1. 子どもだけで留守番をしても問題ないのは、「小学3・4年生から」と考える親が多い

留守番について、子どもだけで家にいる状態になっても問題がないと思う年齢を聞くと、「小学3年生」(19.8%)、「小学4年生」(20.8%)との回答がそれぞれ約2割と多いことが分かりました。合わせて40.7%と、4割の親が「子どもだけでのお留守番は小学3・4年生からであれば大丈夫だろう」と考えていると言えます [図9]。

[図9] 何歳から子どもだけが家にいる状態になっても（留守番をさせても）問題がないと思うか 全体(n=1,200)

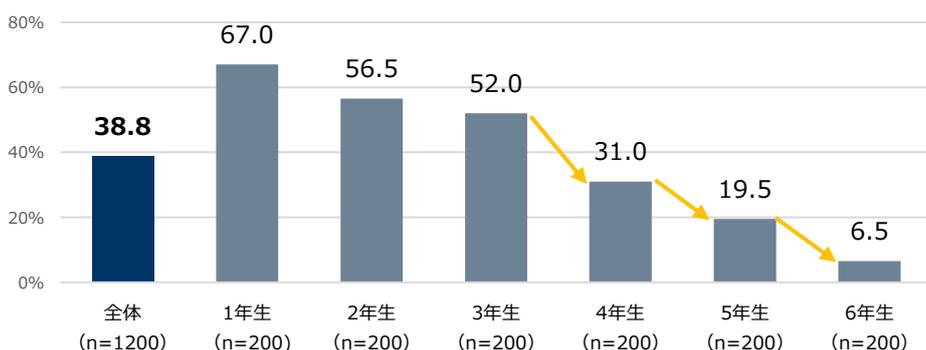


### 2. 学童利用率は「小学4年生」以降で大きく減少

第1子の学童保育利用率を聞くと、全体では38.8%が「利用している」と回答しました。学年別にみると、「小学1年生」(67.0%)は約7割が利用しており、「3年生」(52.0%)までは半数以上が利用していることが分かります。一方、「4年生」(31.0%)では3割、「5年生」(19.5%)は約2割、「6年生」(6.5%)は1割未満となり、「小学4年生」を境に学童利用率が大きく減少しており、前述の「子どもだけで留守番しても問題ないと思う年齢」の結果との関連性もうかがえます [図10]。

[図10] 第1子が学童保育\*を利用しているか

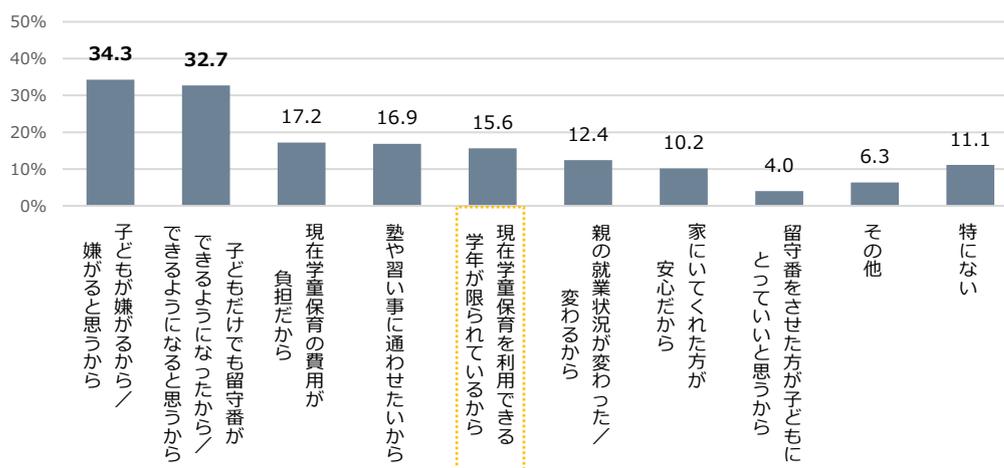
\*学童保育：放課後や学校休業日（土曜日、夏休みなど）に子どもが安心して過ごせる“遊び”や“生活”の場。放課後児童クラブ、学童クラブなど



### 3. 学童を利用しなくなる理由は、「子どもが嫌がるから」「子どもだけでも留守番ができるから」が3割以上

第1子が現在学童を利用していない、もしくは現在利用しているが小学6年生になるより前にやめさせると思う、と答えた親にその理由を聞いたところ、1位は「子どもが嫌がるから/嫌がると思うから」(34.3%)でした。また2位は「子どもだけでも留守番ができるようになったから/できるようになると思うから」(32.7%)となり、3割以上となりました。5位には「現在学童保育を利用できる学年が限られているから」(15.6%)といった理由も挙がり、まだ学童保育の整備が十分に進んでいない様子も浮かびました [図11]。

[図11] 第1子が、現在学童保育を利用していない/小学6年生より前にやめさせると思う理由 (複数回答)  
学童を現在利用していない/今後やめさせると思う人(n=965)



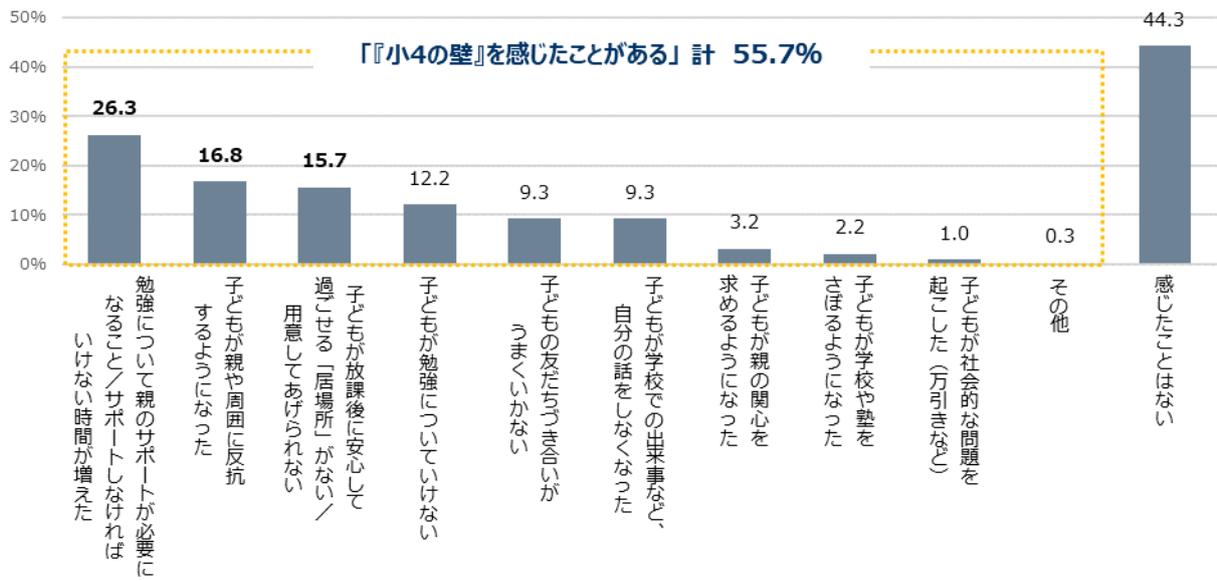
### 4. 半数以上が感じる「小4の壁」。勉強面、子ども自身の変化、環境の変化が発生

#### 「小4の壁」:

小学4年生(9歳、10歳)の子どもが、放課後の居場所がないと感じたり、学校の勉強についていけず劣等感をおぼえたり、といったさまざまな悩みに直面することを指します。地域によっては小学4年生から学童保育のサポートがなくなったり、子ども自身が学童保育に行きたがらなくなったりするため、放課後の子どもの行き場がなくなってしまうことがあります。また勉強の難易度が上がり、「ついていけない」とつまづいてしまう子どもが増えてきます。精神的に成長する時期であると同時に、友だちとの仲間意識やグループ化により、友だちづき合いがうまくいかなくなってしまうケースが出てくるのもこの時期が多いと言われています。

さまざまな変化が起こるとされている「小4の壁」を第1子について感じたことがある親は55.7%となりました。実際にどのような場面で感じたかを聞くと、「勉強について親のサポートが必要になること/サポートしなければいけない時間が増えた」(26.3%)が最も多く4人に1人が実感しており、勉強面での「壁」を感じる人が多いようです。2位は「子どもが親や周囲に反抗するようになった」(16.8%)で、3位は「子どもが放課後に安心して過ごせる「居場所」がない/用意してあげられない」(15.7%)と子どもの精神面での不安定さもこの時期多くの親が感じている課題であると言えます [図12]。

[図 12] 第1子について「小4の壁」を感じたことがあるか。感じたことがある場合、「小4の壁」を感じた場面としてあてはまるもの（複数回答）  
 第1子が小学4年生以上の人(n=600)



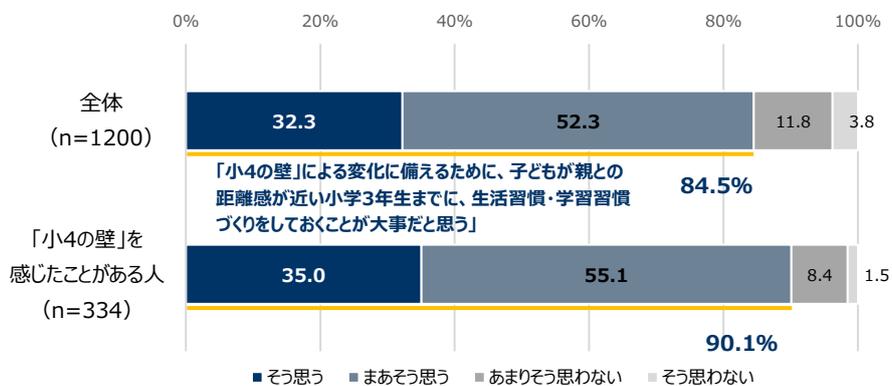
### 3. 「小4の壁」を乗り越えるための「小3の坂」の上り方

**「小3の坂」:** 「小4の壁」を乗り越えるための、小学校3年生の成長の坂を上がること。子どもが親との距離感が近い小学3年生までに、生活習慣および学習習慣づくりを子どもと一緒に考えて行う準備期間のことを指します。中山まち子氏の提唱。

#### 1. 小学4年生からの変化に向けて、8割が「小3の坂」が重要であると回答

「小4の壁」による変化に備えるために、子どもが親との距離感が近い小学3年生までに、生活習慣・学習習慣づくりをしておくこと (= 「小3の坂」) が大事だと思うかを聞いたところ、84.5%が「そう思う」(そう思う・まあそう思うの合計)と回答しました。さらに、「小4の壁」を感じた経験のある親では、90.1%が「そう思う」と回答していることから、「小3の坂」の上り方が「小4の壁」を乗り越えるための大事なポイントであると考えられます [図13]。

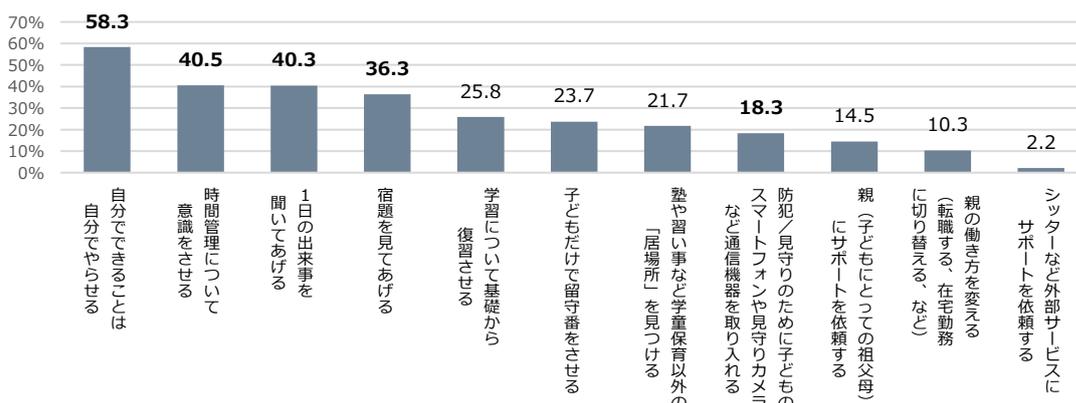
[図13] 「小4の壁」による小学4年生からの変化に備えるために、子どもが親との距離感が近い小学3年生までに、生活習慣・学習習慣づくりをしておくことが大事だと思うか 全体(n=1,200)



#### 2. 「小3の坂」として、自己管理の習慣化や親の伴走による「みまもり」を実践

第1子が小学4年生以上の親に、「小4の壁」にむけて小学3年生までに習慣化のために実践していたことを聞いたところ、1位は「自分でできることは自分でやらせる」(58.3%)で、2位は「時間管理について意識をさせる」(40.5%)でした。3位「1日の出来事を聞いてあげる」(40.3%)、4位「宿題をみてあげる」(36.3%)、8位「防犯/みまもりのために子どものスマホやみまもりカメラなど通信機器を取り入れる」(18.3%)など、子どもと伴走し、物理的にも精神的にも「みまもり」サポートを行っていたという家庭も多いことが分かりました [図14]。

[図14] 「小4の壁」にむけて、小学3年生までに習慣化のために実践していたこと (複数回答) 第1子が小学4年生以上の人(n=600)



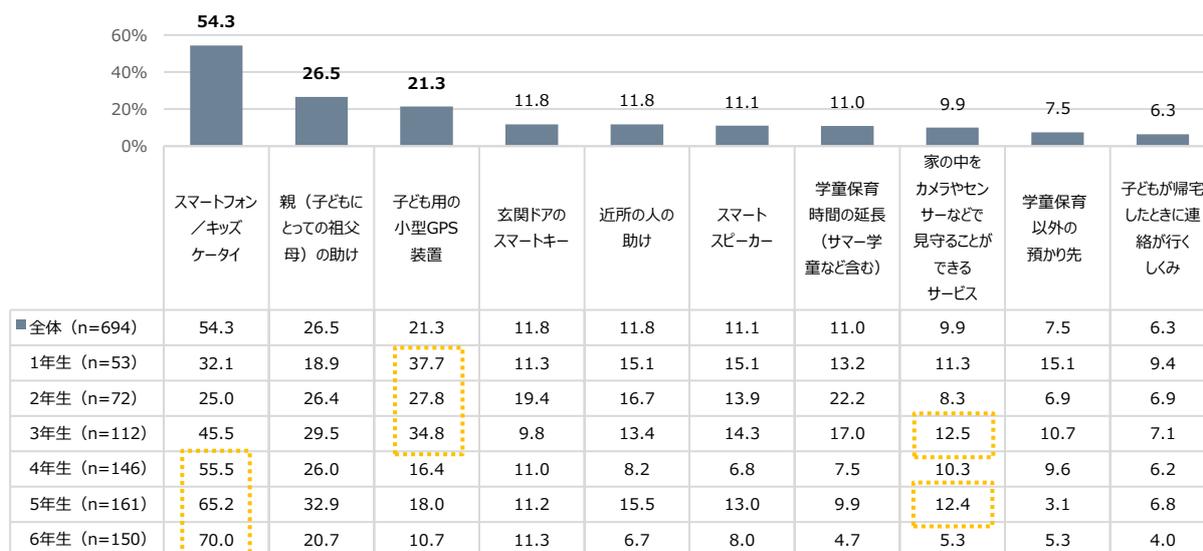
### 3. 子どもだけの留守番にあたり、「スマホ/キッズケータイ」の利用は半数以上 現在利用していないが、あると助かると思うもの1位は「家の中をカメラやセンサー などでみまもることができるサービス」

子どもだけで留守番をさせる際、「現在利用しているもの」は、1位「スマートフォン/キッズケータイ」(54.3%)で半数を超え、小学生からでも携帯を持たせている親が多いことがうかがえます。2位は「親(子どもにとっての祖父母)の助け」(26.5%)、3位は「子ども用のGPS装置」(21.3%)でした。

学年別にみると、小学1～3年生では「子ども用の小型GPS装置」(「1年生」37.7%、「2年生」27.8%、「3年生」34.8%)の利用率が全体より高く、携帯をまだ持たせることができない低学年の子どもたちの安全確認のために小型GPSが選ばれていると考えられます。一方、4年生以上では「スマートフォン/キッズケータイ」(「4年生」55.5%、「5年生」65.2%、「6年生」70.0%)を利用している世帯が半数以上となり、6年生では7割に上ることが分かりました。

「家の中をカメラやセンサーなどでみまもることができるサービス」については「小3」(12.5%)と「小5」(12.4%)の利用率が最も高く「小4の壁」前後で利用が増えている様子が見られます【図15】。

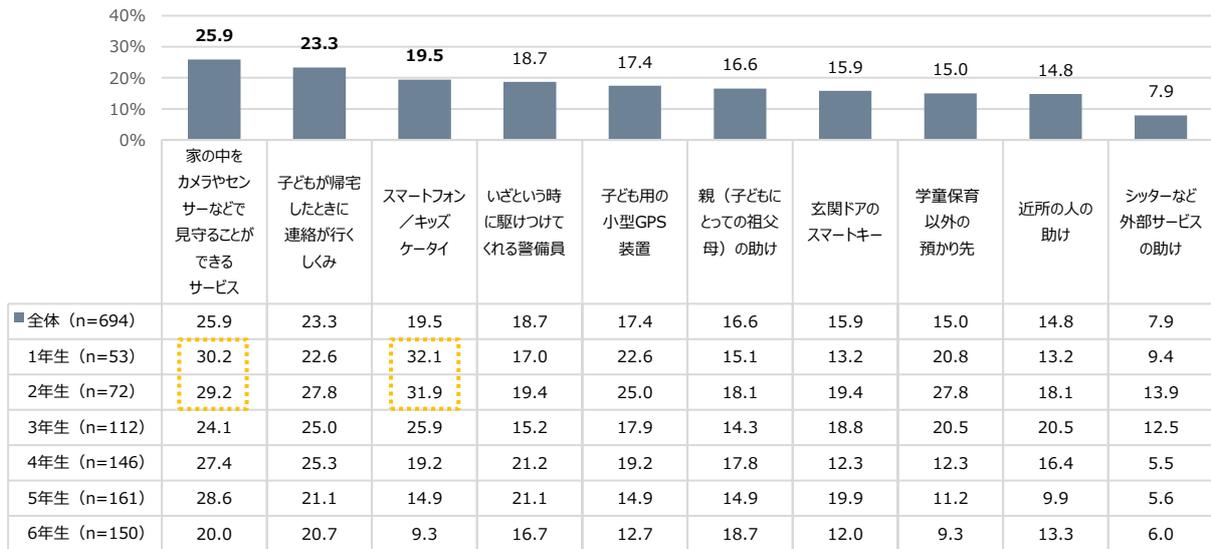
【図15】 子どもだけで留守番させるにあたって、あなたの家庭で現在利用しているもの(複数回答)  
「子どもが留守番をすることがある」人(n=694)



同様に「現在利用していないが、あると助かると思うもの」を聞いたところ、1位は「家の中をカメラやセンサーなどでみまもることができるサービス」(25.9%)、2位「子どもが帰宅したときに連絡が行くしくみ」(23.3%)が高く、約4人に1人が「あると助かる」と感じていることが分かりました。

学年別にみると、「家の中をカメラやセンサーなどでみまもることができるサービス」については特に小学1、2年生の親では約3割(なかでも男児の親は「小1」35.1%、「小2」31.0%で3割以上)が「あると助かる」と回答しており、ニーズが高いようです。また、3位の「スマートフォン/キッズケータイ」についても小学1、2年生で3割以上が「あると助かる」と感じており、低学年のお子さんがある家庭でも、何かしらの連絡手段が欲しいと考える親が多いことがうかがえる結果となりました【図16】。

[図 16] 子どもだけで留守番させるにあたって、あなたの家庭で現在利用していないが、あると助かると思うもの（複数回答）  
「子どもが留守番をすることがある」人(n=694)



以上の結果から「小4の壁」を乗り越えるためには、その変化に備えるための「小3の坂」を通じた自己管理の習慣化や親の「みまもり」が重要になり、IoTみまもりサービス「MAMOLEO」のような「家の中をカメラやセンサーなどでみまもることができるサービス」は有効であると考えられます。

## COMMENTS

### PROFILE 中山まち子氏

「小3の坂」を提唱。公立大学を卒業後、個別指導塾に勤務。塾や自らの子ども時代や子育ての経験を元に教育関連の記事をWEBメディアで執筆するほか、ブログ「透明教育ママ見参！！」YouTubeチャンネル「元塾講師 透明教育ママ 中山まち子TV」で情報発信をしている。Kindle出版多数。「小3が学力の分岐点: 小4の壁はもう古い 小3の坂道に気をつけて」はKindleカテゴリー1位獲得。2024年1月に「小4の壁を越えろ！ライバルが知らない勉強法」（エール出版社）を出版。



### 「小4の壁」を乗り越えるための生活習慣と学習習慣づくり

#### 小学4年生からの過ごし方は小3までに親子で考えて決める

今回の「共働き/一人親世帯における子どものお留守番に関する調査」では子どもが一人で留守番することに不安を感じて「働く時間を短くした」と答えた親が37.3%であったことに加え、「転職をしたり在宅勤務に切り替えるなど働き方を変えた」と答えた親も全体の34.0%と高くなっており、子どもが一人で過ごす時間を避けるよう、苦心している親が少なくないことが浮き彫りになりました。

その一方で、学童を利用する割合が小学4年生を境に減少している点に加え、「いつまで学童を利用させたいか」という質問に対して「小学3年生まで」と答えた親が32.8%と最多であったという結果も見逃せません。学童利用を辞める主な理由は「子どもが嫌がるから」（34.3%）、「子どもだけでも留守番ができるようになったから」（32.7%）と、子どもの成長を受けて「小学4年生を過ぎたら学童を卒業する」と考えている親が多いことがうかがえます。

大人の目が届かない場所で過ごす時間が増える小学4年生からの放課後の居場所作りや過ごし方を事前に親子で考え、決めることが大切です。

#### 学習面からの「小4の壁」を乗り越えるための、小3までの学習習慣づくり

学童を卒業する子が増える小学4年生は「小4の壁」と呼ばれ、勉強が難しくなり、子どもも反抗期に入るなど親子関係も変化の時期を迎えます。調査では「小4の壁を感じたことがある」と答えた親は全体の55.7%であり、そのうち「勉強について親のサポートが必要になることが増えた」「勉強について親がサポートしなければいけない時間が増えた」と勉強面での壁を感じる親は合計26.3%にものぼります。

勉強でのつまずきを防ぎ、自学自習できる子になるには、低学年の頃から先を見越して親が誘導して家庭での学習習慣づくりをし、自分のことは自分でやれる子にできるかが「小3の坂」を上り、「小4の壁」を越させるカギになります。

「小4の壁に向けて小学3年生までに習慣化のために実践していたこと」の問いに対し、「自分でできることは自分でやらせる」（58.3%）、「時間管理について意識をさせる」（40.5%）、「1日の出来事を聞いてあげる」（40.3%）が上位を占めました。

子ども自身が宿題や家の勉強、学校の準備など「自分がやるべきこと」を理解し、留守番をする時は親との約束を守り、友達からの誘いも断れる。子どもがこうした子になるには親子でコミュニケーションを取りながら信頼関係を築き、「一人でできる」という自信を深めることが大事です。

### **「みまもり」と「寄り添い」で、最も大切な親子のコミュニケーションが取れる生活習慣へ**

共働き世帯では親子で過ごす時間が限られているため、会話の質を意識することが必要です。勉強や生活態度について指摘するより、子どもの気持ちに寄り添うように接すると自分のことを見てくれているという嬉しさ、理解してくれる喜びが重なり「よし、頑張るぞ!」と何事にも前向きになる原動力になります。

子どもの心が不安定では、机に向かっても気が散ってやる気が出ません。成績が上がるには勉強することは不可欠ですが、それと同時に心の問題も同じように重要です。

親としては、学童卒業に向けて子どもの自立心を育てること、そして「小4の壁」に備えつつ普段から子どもと密に話をし、向き合うことが重要になります。

## COMMENTS

### PROFILE 和久田学氏

#### 公益社団法人子どもの発達科学研究所 所長・主席研究員

1986年静岡大学教育学部卒業。2011年まで特別支援学校教諭として勤務。  
2012年大阪大学大学院 大阪大学・金沢大学・浜松医科大学・千葉大学・福井大学 連小児発達学研究科後期博士課程修了（小児発達学）。

現在、公益社団法人子どもの発達科学研究所所長・主席研究員、大阪大学大学院 連小児発達学研究科 招聘教員、一般社団法人子どもいじめ防止学会 理事。

著書に「科学的に考える子育て エビデンスに基づく10の真実」（緑書房）ほか。



### 子どもが安心感を抱ける環境を作るために

#### 子どもの安心安全を心配している大人たち

今回の結果は、親がいかにかに子どもの安全を願っているのかを明らかにしています。共働きが当たり前の時代、学童を使うことが一般化したものの、子どもの発達、本人の意向、経済的負担など、さまざまな事情により、小学3年から4年生になった頃から、留守番をさせざるをえない状況にあること、留守番をさせてはいるものの、不安を感じている親が多く、それが単なる安全の確保というよりも、「子どもに寂しい思いをさせたくない」（91.4%）「子どもを見守ってあげられていないことに罪悪感がある」（63.1%）など、心理的安全性、子どもの安心感への配慮であることが明確に現れています。

#### 親、家族の大切さ

子ども時代の経験は、それ以降の人生に影響を与えます。既に虐待、いじめ被害、体罰などの傷つき体験が成人期のさまざまなリスク（メンタルヘルスの悪化、社会適応の問題など）を高めることは有名ですが、逆に考えれば、子ども時代の良い経験はそれ以降の人生にポジティブな影響を与えるはずです。

このことについて研究したのが、PCE（Positive Childhood Experiences：ポジティブな小児期体験）研究です。PCE研究（Bethell et al., 2019）では、子ども時代のどんな体験が成人期に有益なのかを明らかにしており、地域行事への参加、学校への所属意識に加えて、「自分の感情について家族と話し合える」「困難なときに家族がそばで支えてくれたと感じられる」「自宅は大人が守っていてくれて安全だと感じられる」など、親、家族による安心感、自宅を安全だと感じられることが重要であるとされています。

#### 愛着を育む

子ども時代の「愛着」が大切だということは、誰もが聞いたことがあるでしょう。愛着とは、「特定の他者（通常は親）との情緒的な結びつき（Bowlby, 1969/1982）」であるとされていて、愛着こそ、PCE（ポジティブな小児期体験）の基盤であると言えます。

今回の調査結果から、親が子どもの安全を願っていることがわかりましたが、それは子どもの側から

も同様です。発達基盤となる愛着を育むために、親との情緒的な結びつきを感じられることが重要であり、そのためには、親がいかに子どもとつながるのが肝心になります。

ここで大切なのは、子どもの側が親とのつながりを実感できるかです。子どもは、より具体的な時間や空間の共有を重視します。精神的なものに加えて、実際に声が聞こえる、視線を感じられることが、より深く絆を感じられます。

共働きが当たり前の時代ではありますが、その時代ならではのツールを活かし、親の側からの子どものみまもりと寄り添い、子どもの側からの安心安全を実現する必要があります。

以 上

同日に配信しております、IoTを活用したみまもり新サービス「MAMOLEO(マモレオ)」のサービス詳細については下記をご参照ください。

[https://optage.co.jp/press/2024/press\\_19.html](https://optage.co.jp/press/2024/press_19.html)