

2026 年 8 月 4 日

報道関係者各位

ノーベルファーマ株式会社

子どもの『睡眠』と『発達』オンライン講演会 参加者アンケート結果

養護教諭の 86%が「子どもの睡眠問題」を認識

半数以上が保護者相談・医療連携を経験

ノーベルファーマ株式会社（本社：東京都中央区、代表取締役社長：塩村 仁）は、2026 年 3 月に規則正しい生活習慣の重要性を児童・生徒と保護者に伝える際に必要な知識を学ぶことができる「子どもの『睡眠』と『発達』オンライン講演会」を開催しました。

子どもの睡眠や生活リズムの乱れは、学習や心身の健康への影響が指摘されており、学校現場でも対応の必要性が高まっています。参加された教育関係者（養護教諭/教員/教育委員会等）の皆さまへ児童・生徒の睡眠や生活リズムに関する実態アンケートを実施しましたので、お知らせいたします。

【調査概要】

実施日：2026 年 3 月 7 日

調査対象：教育関係者（養護教諭/教員/教育委員会等）で「子どもの『睡眠』と『発達』」オンライン講演会に参加し、アンケート回答にご協力いただいた方

実施主体：ノーベルファーマ株式会社

後援：公益財団法人 日本学校保健会

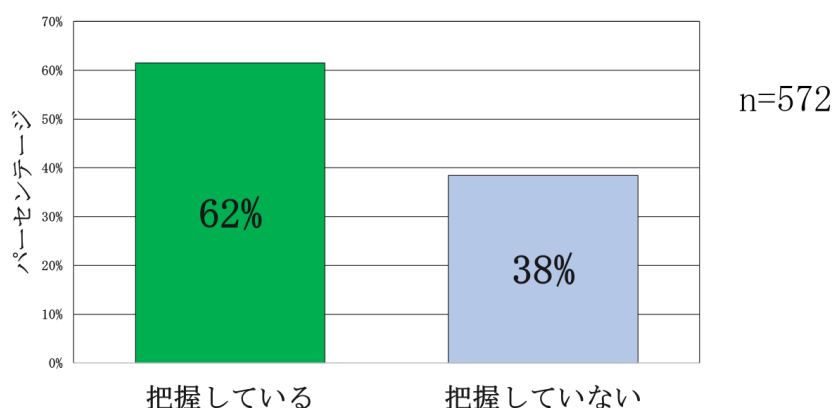
有効サンプル数：572 名（講演会参加数：838 名）

【調査結果】

① 学校などで児童・生徒の睡眠時間について把握しているか？

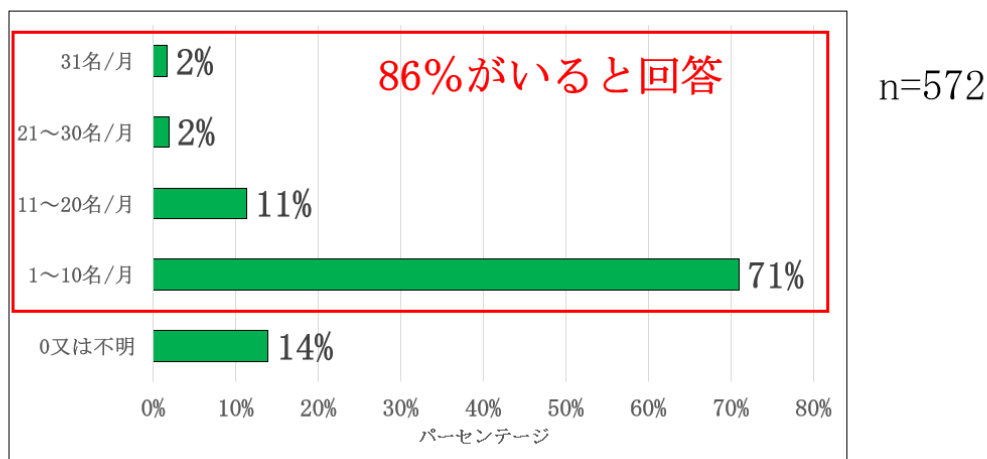
教育関係者の 352 名（62%）が把握、218 名（38%）は把握していないと回答、約 6 割の教育関係者が生徒の睡眠時間について把握していました。

ご所属の施設（学校等）で児童・生徒の睡眠時間をアンケートなどで把握していますか？



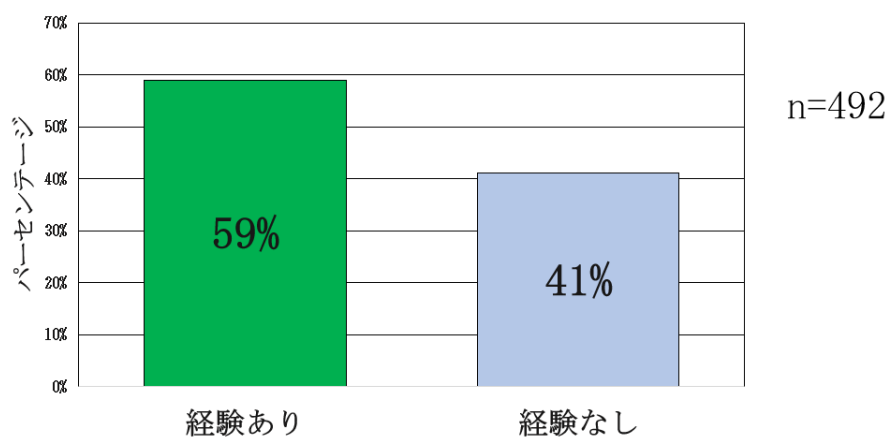
② 教育関係者の 86%（492 人）が、「睡眠の問題を中心とした生活リズムの乱れがみられる児童・生徒がいる」と回答しました。

ご所属の施設（学校等）で、睡眠の問題を中心とした生活リズムの不調を訴える児童・生徒は、何名くらいいらっしゃいますか？



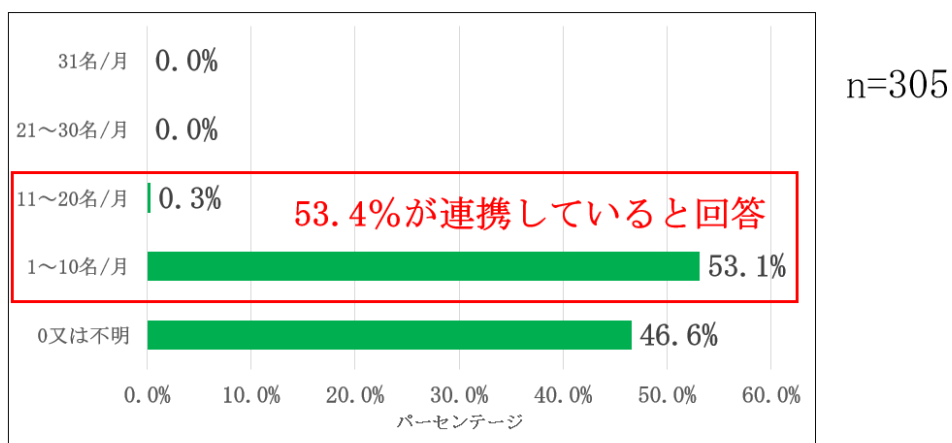
- ③ 睡眠を中心とした生活リズムの乱れがみられる児童・生徒がいると答えた教育関係者（492 人）のうち、290 人（59％）は、睡眠や生活リズムについてその児童・生徒又は保護者と話し合った経験を持っていました。

前の質問で睡眠問題を抱える児童・生徒がいると回答された492名に質問しました。
児童・生徒又は保護者と、睡眠の問題について話し合いを行った経験をお持ちですか？



- ④ 睡眠についてその児童・生徒又は保護者と話し合った経験をもつ教育関係者において、医療機関と連携していると回答した人は 163 人（53.4％）であり、半数以上が医療機関との連携経験があると回答しました。

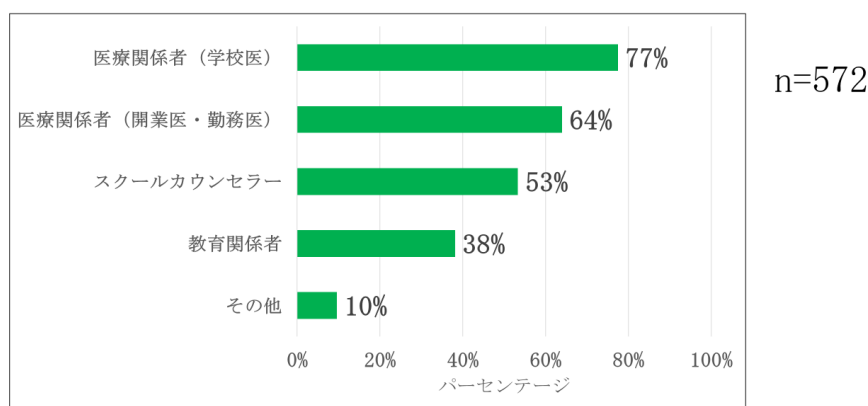
前の質問で睡眠の問題について話し合いを行った経験があると回答された305名に質問しました。
睡眠問題を抱える児童・生徒のうち、何名くらいが医療機関と連携（受診含）されていますか？



⑤ 子どものサポートに必要な学校現場以外の連携は？（複数回答可）

教育関係者の6割以上が医療関係者との連携を望んでいる。1位は医療関係（学校医）77%、2位医療関係者（開業医・勤務医）64%、3位スクールカウンセラー53%の順であった。

睡眠の問題を中心とした生活リズムの不調を訴える児童・生徒をサポートするために、どのような職種の方に協力してほしいと思いますか？（複数回答可）



今回の調査では、教育現場において子どもの睡眠や生活リズムに関する課題が広く認識されていることが明らかになりました。

また、学校だけで対応を完結させるのではなく、医療機関やスクールカウンセラー等との連携を求める声も多く、子どもの健やかな成長を支えるための地域連携の重要性が示唆されました。

※今回のアンケート内容を各種メディアに掲載・引用される場合は、掲載前にこちら（<https://www.nobelpharma.co.jp/contact/>）にご連絡ください。

弊社は、今後もアンメットニーズ医薬品・医療機器の提供を通して社会に貢献してまいります。

【本件に関する問合せ先】

ノーベルファーマ株式会社 社長室 広報部長 林 悦朗

〒104-0033 東京都中央区新川一丁目17番24号

Tel: 03-6670-3800

問い合わせ <https://www.nobelpharma.co.jp/contact/>