

	朝寝（9時から）	昼寝（12時から）	夕寝（5時まで）
生後2~4ヶ月	1時間	2時間30分	30分~1時間
生後5~6ヶ月	1時間	2時間30分	徐々になくす
生後7~8ヶ月	30分	2時間30分	なし
生後9~11ヶ月	30分	2時間	なし
1~1歳6ヶ月	徐々になくす	2時間	なし
1歳7ヶ月~3歳	なし	2時間	なし
4~5歳	なし	徐々にしなくなる	なし

どの子も3歳ごろまで昼寝をする