

調査の特徴

本調査は、2008年11月に、全国の小学5年生～高校2年生を対象に、子どもたちの生活時間の実態や、時間に関する意識などを明らかにしたものである。今回は第1回目の調査だが、今後は経年での比較ができるように設計されている。本調査のおもな特徴は、以下の4点にまとめられる。

1. 子どもたちの生活時間を2種類の方法で把握している

本調査は、平日24時間の生活を15分単位で回答してもらう方法（A）と、アンケート形式で、1日あたりの平均時間、1週あたりの活動回数（日数）と活動時間、1年あたりの活動日数などを回答してもらう方法（B）の2種類で生活時間を把握している。

	長所	短所
A 24時間調査	<ul style="list-style-type: none">・24時間の時間配分を把握できる・行動が行われた時間帯を把握できる	<ul style="list-style-type: none">・同時に行われている行動（いわゆる、「ながら行動」）を把握できない・15分より短い時間で行われる行動を把握できない・回答日の行動のみに限定される（毎日行われる行動でないものはとらえにくい）
B アンケート調査	<ul style="list-style-type: none">・同時に行われている行動（いわゆる、「ながら行動」）や短い時間で行われる行動を把握できる・週単位や年単位の活動を把握できる	<ul style="list-style-type: none">・行動の合計時間が24時間にならない・行動が行われた時間帯を把握できない

2. 子どもの基本属性や行動パターン別の時間の過ごし方がわかる

本調査では、子どもたちの学年や性別、居住地域などの基本属性のほか、起床・就寝などの生活習慣、家での勉強や学習塾、習い事や部活動などの状況もたずねている。したがって、子どもの平均的な24時間の過ごし方だけではなく、さまざまな基本属性や行動パターン別にみたときの、それぞれの子どもの特徴を抽出することができる。

3. 時間の過ごし方と時間に対する意識やストレス、将来展望との関係がわかる

本調査では、子どもの基本属性や生活時間の実態だけではなく、時間に対する意識やストレス、将来展望もたずねている。そのため、子どもの時間の過ごし方の実態と意識の関係について分析することができる。

4. 経年比較に配慮した調査設計をしている

調査設計にあたっては、経年での比較を可能にするために、子どもの生活や学習の実態を表す基本的な設問を選択したうえで、調査内容を構成している。

■ 調査テーマ

小学生・中学生・高校生の生活時間の実態と意識に関する調査

■ 調査方法

郵送法による自記式質問紙調査

■ 調査時期

2008年11月10日（月）～14日（金）

■ 調査対象

全国の小学5年生～高校2年生 合計8,017名

	小学生		中学生			高校生		合計
	小5生	小6生	中1生	中2生	中3生	高1生	高2生	
配布数（名）	3,672	3,675	3,672	3,674	3,674	3,674	3,675	25,716
有効回収数（名）	1,339	1,264	1,243	1,183	1,166	948	874	8,017
	2,603		3,592			1,822		
有効回収率（%）	35.4		32.6			24.8		31.2

注）調査対象者は、全国の小学5年生～高校2年生のリストに基づいて無作為に抽出した。

■ 調査項目

A 24時間調査

平日24時間の生活

- ①11月10日～14日のうち1日を選んで、その日の午前4時から翌日の午前4時までに行ったことを15分単位で回答する。
- ②回答の際には、あらかじめ指定した行動分類から行動を選んで記入する。
- ③2つ以上の行動を同時に行っていた場合は「おもにしたと思うもの」を1つを選んで記入する。

B アンケート調査

ふだんの生活時間／習い事／学校外の学習機会／学習塾の利用／部活動【中学生・高校生のみ】／アルバイト【高校生のみ】／増やしたい時間／楽しい時間・つらい時間／時間の過ごし方／時間の使い方の点数（自己評価）／家族と決めている時間のルール／1年間にすること／将来について／日本社会について／心や身体の疲れ／成績の自己評価／希望する進学段階 など

行動分類について

「24時間調査」を実施するにあたり、子どもが生活のなかで行うおもな行動を、先行研究を参考にして、以下の行動分類表のようにまとめた。

子どもが行う行動としては、生きていくうえで生理的に必要な「睡眠」や「生活」などの行動や、学齢期の子どもたちが比較的長い時間を過ごす「学校」にかかわる行動がある。そして、「学校」が終わったあとの放課後の過ごし方としては、「遊び」「勉強」「習い事」「メディア」などの、子どもとその家族の比較的自由的な選択に基づくさまざまな行動が考えられる。

「小分類」は、これらの行動を、子どもたちの具体的な生活の実態と結びつくように細かく分類したものである。「中分類」は、この「小分類」を各行動の内容をもとに分類したものである。「大分類」は、それをさらに行動の内容や拘束性を考慮して大きくくりとして分類したものである。

■ 行動分類表

大分類	中分類	小分類	行動の例
① 必需行動	睡眠	睡眠	寝る、昼寝をする
	生活	身のまわりのこと	顔を洗う、着替える、トイレ、お風呂、次の日の準備をするなど
		食事	朝ごはんや晩ごはんを食べる、おやつを食べる、外食をするなど
② 2次行動 (拘束行動)	学校	学校	朝の会、授業、休けい時間、帰りの会など
		放課後に学校ですごす (部活動以外)	放課後に運動場で遊ぶ、図書室で本を読む、児童会【小学生のみ】・生徒会【中学生・高校生のみ】や委員会の活動をする、クラブ活動をする、放課後に学校で勉強するなど
	部活動	部活動【中学生・高校生のみ】	部活動をする(朝練習を含む)
	移動	通学	学校に行く(登校)、学校から帰る(下校)
		移動(通学以外)	遊びや買い物に行くときの移動、習い事や塾に行くときの移動など
	遊び	屋外での遊び・スポーツ	公園や広場で遊ぶ、スポーツをするなど
		室内での遊び	自分や友だちの家で遊ぶ、カードゲームで遊ぶなど
		テレビゲーム	テレビゲーム、携帯ゲーム、オンラインゲームをする
	勉強	家での勉強(学校の宿題)	学校の宿題をする
		家での勉強(学校の宿題以外)	自分で勉強をする、塾の宿題をするなど
学習塾		塾に行つて勉強する	
習い事	習い事・スポーツクラブ	楽器・習字・そろばんなどの習い事に行く、スポーツクラブに行くなど	
	習い事の練習	楽器の練習、そろばんの宿題など	
③ 3次行動 (自由行動)	メディア	テレビ・DVD	テレビやDVDなどを見る
		本・新聞	本を読む(マンガ・雑誌以外)、新聞を読む
		マンガ・雑誌	マンガを読む、雑誌を読む
		音楽	音楽を聴く、楽器を弾くなど
		携帯電話	携帯電話でメールをする、電話をするなど
		パソコン	インターネットで調べる、文章を書くなど
人とすごす	家族と話す・すごす	お父さんやお母さんと話をする、一緒にすごすなど	
	友だちと話す・すごす	友だちと話をする、一緒にすごすなど	
その他	家の手伝い	晩ごはんのしたくを手伝う、おつかいに行くなど	
	買い物	コンビニやショッピングセンターに行く、お店で買い物をするなど	
	からだを休める	休けいする、ぼーっとする、ごろごろする、うたた寝をするなど	
	ペットとすごす	ペットと遊ぶ、ペットの散歩に行くなど	
	アルバイト【高校生のみ】	アルバイトをする	
その他	その他(どれにもあてはまらない行動)		

注)「中分類」では、行動の内容を重視し、「通学」と「移動(通学以外)」をまとめて「移動」としたが、「大分類」では、行動の拘束性を重視して「通学」を「2次行動(拘束行動)」に、「移動(通学以外)」を「3次行動(自由行動)」に分けた。

- ①本文中では、小学5年生を小5生、小学6年生を小6生、両者を合わせて「小学生」と表記している。中学生、高校生も同様に、中1生、中2生、中3生を合わせて「中学生」、高1生、高2生を合わせて「高校生」と表記している。ただし、中3生の生活の特徴を示すために、中学生を中1生、中2生を合わせた「中1・2生」と「中3生」に分けて分析したことがある。
- ②郵送法による調査のため、調査対象には小学校、中学校、高等学校に在学していない子どもがわずかに含まれている可能性があるが、合わせて小学生、中学生、高校生として分析している。
- ③本文中の「人口規模」は、回答者が居住する市区町村の人口規模を指し、回答者が回答した都道府県・郡市区・町村名により人口を特定・算出している（総務省統計局編『統計でみる市区町村のすがた2008』（財）日本統計協会、2008年の人口データを使用）。なお、区分は以下のように設定した。
- ・「特別区・指定都市」：特別区（東京23区）および2008年11月現在の政令指定都市17市（札幌市、仙台市、さいたま市、千葉市、川崎市、横浜市、新潟市、静岡市、浜松市、名古屋市、京都市、大阪市、堺市、神戸市、広島市、北九州市、福岡市）
 - ・「15万人以上」：特別区・指定都市を除いた人口15万人以上の市町村
 - ・「5～15万人」：人口5万人以上15万人未満の市町村
 - ・「5万人未満」：人口5万人未満の市町村
- ④本文中の高校偏差値は、回答者が通っている高校の偏差値を指し、回答者が回答した高校名により特定している（弊社「進研模試」<2008年度高2総合学力テスト・11月>における各高校の平均偏差値を使用）。
- ⑤本文中では、以下の用語を用いる。
- ・「(全体)平均時間」…該当の行動をしなかった子どもも含めた回答者全体の平均時間。
 - ・「行為者率」…1日のなかで該当の行動をした子どもが全体に占める比率。
 - ・「24時間調査」の場合は、該当の行動を15分以上した子どもの比率を指す。
 - ・「アンケート調査」の場合は、設問（「あなたはふだん（学校がある日）、次のことを、1日にどれくらいの時間やっていますか」など）への回答により算出。算出方法は、各章の該当箇所を参照。
 - ・「時刻別行為者率」…時刻ごとの、該当の行動をした子どもが全体に占める比率。
 - ・「行為者平均時間」…該当の行動をした子ども（行為者）がその行動をした時間の平均。行為者を母数にして算出している。
- ⑥「24時間調査」では、15分単位で行動を調査しているが、「4時00分～4時15分」の行動を「4時」の行動と示している。同様に、時刻別行為者率の図では「4時00分～4時15分」の比率を「4時」の比率として示している。また、時刻別行為者率の図は、項目ごとの行為者率を積み上げて示したものである。
- ※各章の分析目的に応じて、「24時間調査」データと「アンケート調査」データを適宜用いている。
- ※本文中の百分率（％）は、有効回収数のうち、その設問に該当する回答者を母数として算出し、10進法表示の小数第2位を四捨五入して示している。その結果、それぞれの項目の数値の和と、合計を示す数値とが一致しない場合がある。
- ※平均時間の算出にあたっては無回答・不明を母数から除いている。また、平均時間を整数で示すときは小数第1位を、小数第1位まで示すときは小数第2位を四捨五入している。その結果、それぞれの項目の数値の和と、合計を示す数値とが一致しない場合がある。なお、数値の大きさによって、時、分、秒の単位を用いている。
- ※「24時間調査」においては、15分単位で「おもにしたと思うもの」を選んでもらっているため、15分より短い時間で完了する行動や他と同時に行為される行動（いわゆる「ながら行動」）は短めに表れる傾向にある。
- ※本文中では、とくに断りがない限り、行動分類表（P6）の「小分類」「中分類」「大分類」の項目に従うものとする。

先行研究

生活時間に関する調査研究のうち、大規模かつ継続的に行われているものとしては、総務省統計局による「社会生活基本調査」、およびNHK放送文化研究所の「NHK国民生活時間調査」が代表的である。前者の「社会生活基本調査」は、1976年以来5年ごとに行われている国内最大規模の調査であり、平成18年調査では10歳以上の男女約20万人が対象となっている。そのため、日本人の生活時間の実態を把握するうえでもっとも信頼性のある調査といえる。他方、「NHK国民生活時間調査」は、1960年以降、5年ごとに実施されているもっとも歴史の長い生活時間調査である。第10回目となる2005年調査は10歳以上の男女約7,700人を対象に行われた。放送にかかわるテレビやラジオなどのメディアの時間にとどまらず、睡眠、食事、仕事、家事、レジャーなど多様な行動を把握できる調査となっている。ともに10歳以上を調査対象としているが、おもな対象は成人であり、必ずしも子どもの生活を特徴づけるような調査項目が用意されていない。そのため、成人と子どもの大まかな違いは明らかにできても、子ども期に特徴的な活動については十分明らかにされているとは言い難い。

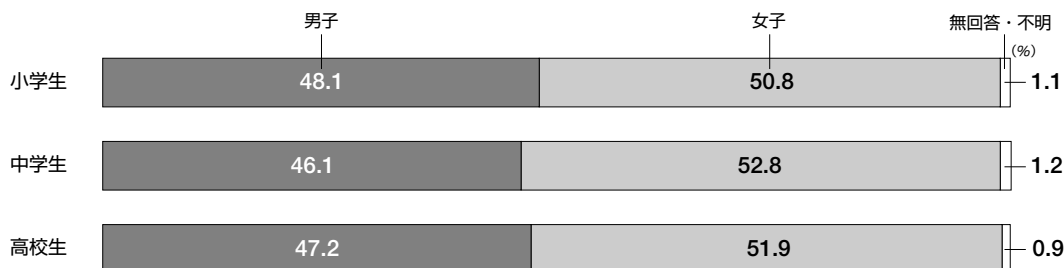
一方、子どもを対象にした生活時間調査には、財団法人連合総合生活開発研究所が行った「小・中学生の生活に関するアンケート」（1995年）がある。習い事や外での遊びなど、子どもに特徴的な行動分類を用いて、7都道府県の小5・6生、および中2・3生の生活時間の実態を把握している。子どもを対象とした数少ない調査として大変貴重なデータとなっているが、その後継続的な調査が行われていないためデータが古くなっていることや、欠落する学年があるといった課題がある。

※参考文献はP152参照。

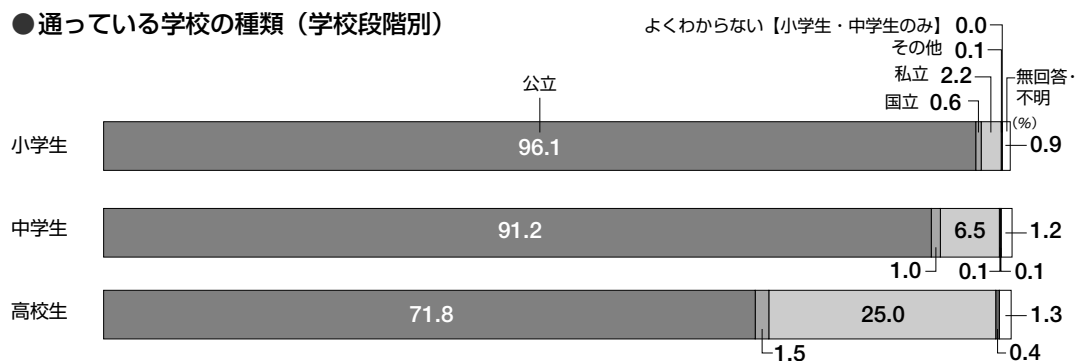
基本属性

本調査の対象者のおもな属性は、以下の通りである。

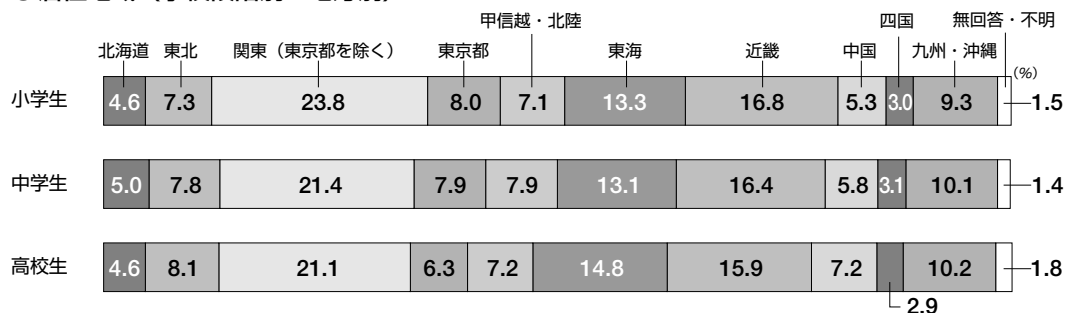
●性別（学校段階別）



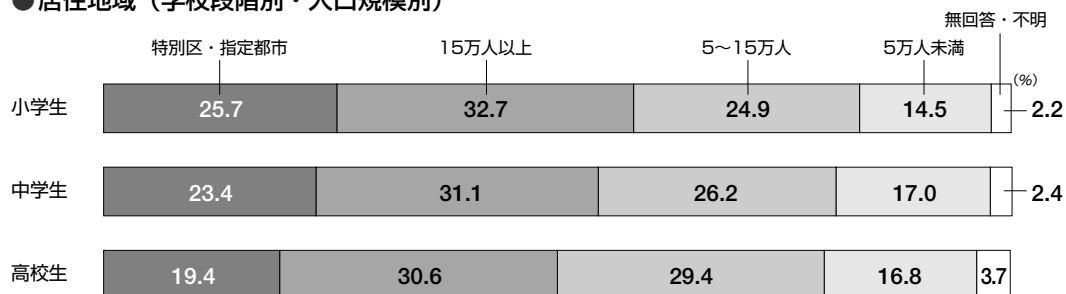
●通っている学校の種類（学校段階別）



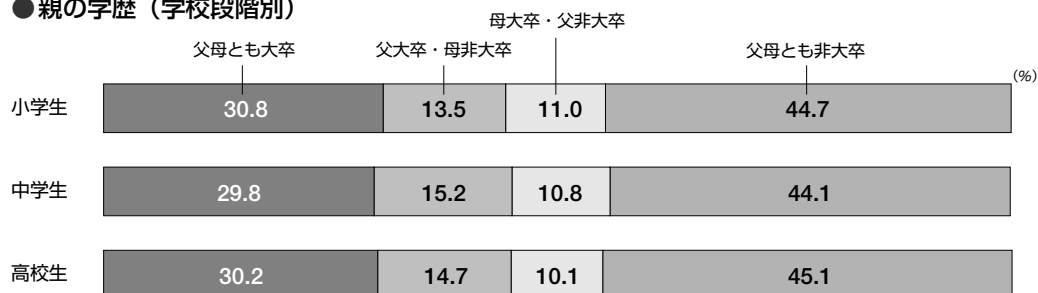
●居住地域（学校段階別・地方別）



●居住地域（学校段階別・人口規模別）



●親の学歴（学校段階別）



注) 父親・母親が、大学や短期大学を卒業している場合を「大卒」、そうでない場合を「非大卒」とした。