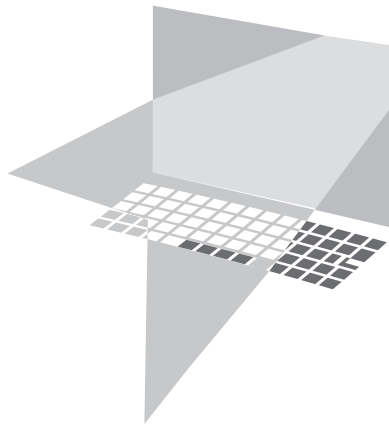


第4章

日ごろの生活

佐藤 暢子 (1・2節)

朝永 昌孝 (3節)



日ごろの生活時間（1）

携帯電話の使用時間は、学校段階があがるにつれて大幅に増えていく。テレビ・ビデオの視聴、テレビゲーム、そして睡眠時間は逆に減少していく。学習時間は学校段階があがるにつれて二極化が進む。

この章では子どもたちの基本的な生活時間や行動の頻度について記述をする。第1節では、睡眠時間、学習時間と電子メディアに触れる時間について取り上げる。

◆進学塾に通う子どもは夜ふかしで朝寝坊

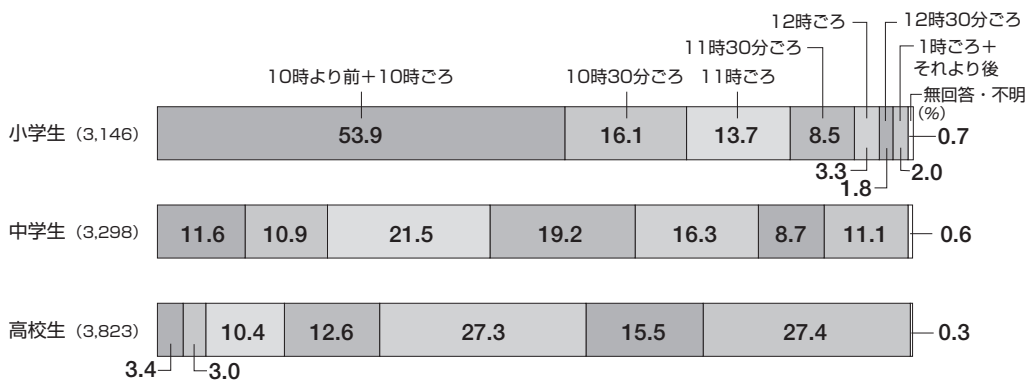
朝起きる時刻と夜寝る時刻を学校段階別にみると、寝る時刻は小学生で「10時より前+10時ごろ」、中学生で「11時ごろ」、高校生で「1時ごろ+それより後」の時間帯がもっとも多くなっており、学校段階による差が大きい（図4-1-1）。それに比べて起きる時刻には大きな差がない。いずれの学校段階でも、「6時30分ごろ」と「7時ごろ」の時

間帯に6割前後が集中している（図4-1-2）。

学校段階以外で就寝・起床の時刻に影響を与える要素として、進学塾へ通っているかどうかあげられる。いずれの学校段階においても、進学塾に通っている子どものほうが通っていない子どもより遅く寝る傾向がみられた（表4-1-1）。それと呼応するように、起床時刻も進学塾に通う子どものほうが遅くなっている（表4-1-2）。

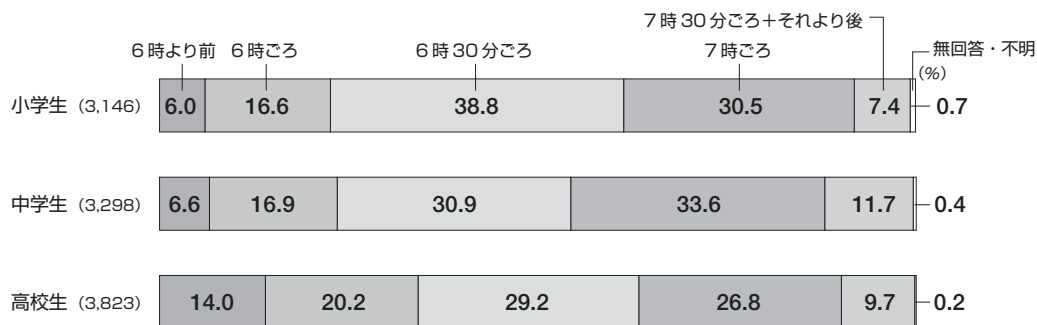
一方、進学塾ではなく、補習を目的とした塾へ通っているかどうかでクロスしてみたが、起床時刻、就寝時刻ともに全体の値とほぼ同様で、進学塾のような違いはみられなかった（図表省略）。

図 4-1-1 就寝時刻（学校段階別）



注1) 「1時ごろ+それより後」は、「1時ごろ」+「1時30分ごろ」+「2時ごろ」+「2時よりあと」の%。
 注2) ()内はサンプル数。

図4-1-2 起床時刻（学校段階別）



注1) 「7時30分ごろ+それより後」は、「7時30分ごろ」+「8時ごろ」+「8時よりあと」の%。

注2) () 内はサンプル数。

表4-1-1 就寝時刻（学校段階別／進学塾通塾の有無別）

	小学生		中学生		高校生	
	非通塾 (2,621)	通塾 (525)	非通塾 (2,315)	通塾 (983)	非通塾 (3,315)	通塾 (508)
10時より前+10時ごろ	57.7	34.6	14.3	5.2	3.6	2.4
10時30分ごろ	15.8	17.5	12.5	6.9	2.9	3.1
11時ごろ	13.0	17.1	23.4	17.2	11.3	4.5
11時30分ごろ	7.5	13.7	18.7	20.3	12.9	11.0
12時ごろ	2.4	8.2	14.3	21.0	27.4	26.6
12時30分ごろ	1.2	4.8	7.2	12.3	15.2	17.1
1時ごろ+それより後	1.9	3.0	9.0	16.4	26.3	34.6
無回答・不明	0.6	1.0	0.6	0.7	0.3	0.6

注1) 「通塾」は、「中学／高校／大学を受験するための進学塾に通っている」の設問に「あてはまる」と回答した人。「非通塾」はそれ以外の人。

注2) 「1時ごろ+それより後」は、「1時ごろ」+「1時30分ごろ」+「2時ごろ」+「2時よりあと」の%。

注3) () 内はサンプル数。

表4-1-2 起床時刻（学校段階別／進学塾通塾の有無別）

	小学生		中学生		高校生	
	非通塾 (2,621)	通塾 (525)	非通塾 (2,315)	通塾 (983)	非通塾 (3,315)	通塾 (508)
6時より前	6.3	4.8	7.2	5.3	14.1	13.4
6時ごろ	17.8	10.5	18.5	13.0	20.8	16.5
6時30分ごろ	40.7	29.0	33.3	25.2	29.4	28.0
7時ごろ	29.1	37.5	31.3	38.9	26.1	31.5
7時30分ごろ+それより後	5.5	17.5	9.5	17.0	9.7	10.3
無回答・不明	0.6	0.8	0.3	0.6	0.2	0.4

注1) 「通塾」は、「中学／高校／大学を受験するための進学塾に通っている」の設問に「あてはまる」と回答した人。「非通塾」はそれ以外の人。

注2) 「7時30分ごろ+それより後」は、「7時30分ごろ」+「8時ごろ」+「8時よりあと」の%。

注3) () 内はサンプル数。

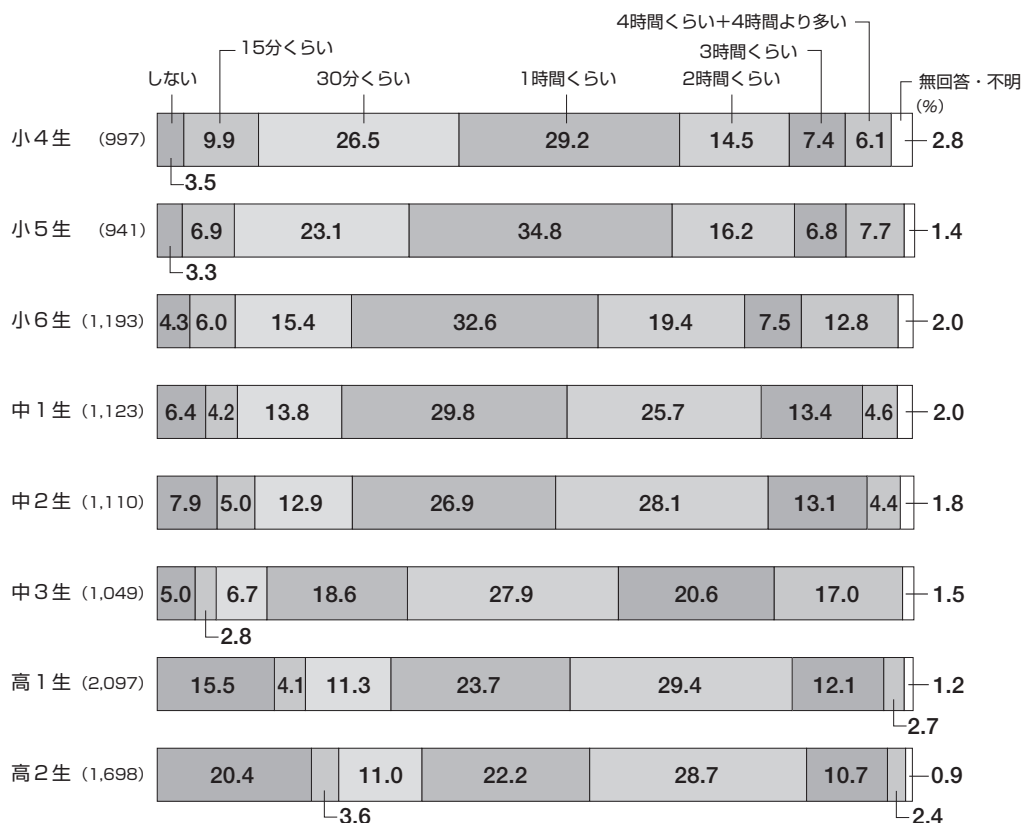
◆高2生の2割は平日学校外で勉強をしない

図4-1-3は、平日に学校以外（家、塾など）で勉強をする時間を示している。小4生から中1生までの各学年では「1時間くらい」と答える割合がもっとも多くなっている。中2生以上高2生までは「2時間くらい」と答える割合がもっとも多くなっており、学年があがるにつれて長い時間勉強をする子どもの割合がゆるやかに増えていくことがわかる。

一方、学校外でまったく勉強をしない子どもの割合に注目すると、小学生や中学生では

ごく少数派であるが、高校生にあがる段階で急増して、高1生では15.5%、高2生では20.4%と2割を超えるボリュームになる。子どもの勉強時間は、学校段階があがるにつれて、二極化が徐々に進行していくようだ。どのような高校生が勉強しないのかを確認するため、他の回答とのクロスデータを見たところ、将来の進路希望との関連が大きいことがわかった。「大学（四年制）まで」進みたいと答えた高校生で平日学校外学習を「しない」と答えたのは12.9%であったのに対し、「高校まで」の場合には50.7%と半数を超えていた（図表省略）。

図4-1-3 平日の学校外での学習時間（学年別）



注1) ここでの学習時間は、「学習塾や予備校、家庭教師について勉強する時間も含む」としている。

注2) () 内はサンプル数。

◆ 毎日1時間以上携帯電話を使う高校生が6割以上

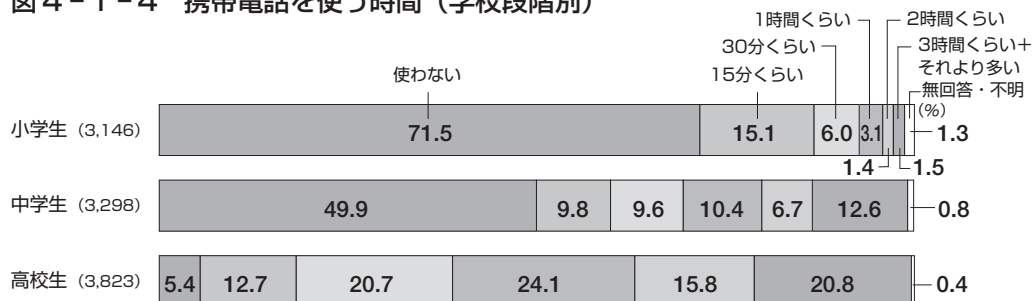
次に、子どもたちが電子メディアに触れる時間を学校段階別にみてみよう。この設問では、テレビ・ビデオ、パソコン、携帯電話、テレビゲームの4つについて、平日にどれだけ使っているかをたずねた。

学校段階別に比較をしたとき、もっとも顕著な差がみられるのは携帯電話の使用時間である。携帯電話の使用時間は学校段階があがるにつれて増えていく(図4-1-4)。高校生では「1時間くらい」と答える割合がもっとも高い。さらに3時間程度かそれ以上使う割合も、高校生では2割に達する。一方、小・中学生はいずれも「使わない」割合がもっと

も高くなっている。ただし、この設問は、携帯電話を所有していない子どもを含めて全員に聞いているので、所有していない割合が小学生およそ7割、中学生およそ5割(第1章第1節参照)であることから考えれば当然の値である。高校生は所有率と呼応して「使わない」は5%程度にとどまる。

テレビゲームに関しては、携帯電話とは逆に、中学、高校と学校段階があがるにつれて使わなくなっていく(図4-1-5)。「しない」の割合は小5生以降、学年があがるにつれて一貫して増えており、高1生で半数を超える(基礎集計表 p.176参照)。「している」人のなかでは、いずれの学校段階でも「1時間くらい」がもっとも多くなっている。

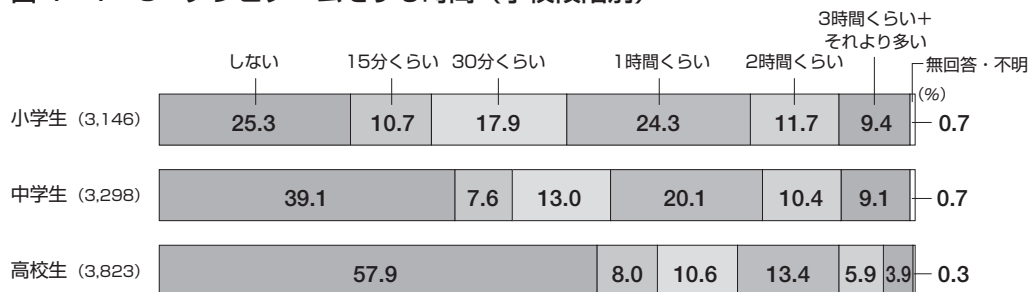
図4-1-4 携帯電話を使う時間(学校段階別)



注1) 「3時間くらい+それより多い」は、「3時間くらい」+「4時間くらい」+「4時間より多い」の%。

注2) ()内はサンプル数。

図4-1-5 テレビゲームをする時間(学校段階別)



注1) 「テレビゲームをする時間」には、「携帯ゲーム機、パソコン、携帯電話でのゲームを含む」としている。

注2) 「3時間くらい+それより多い」は、「3時間くらい」+「4時間くらい」+「4時間より多い」の%。

注3) ()内はサンプル数。

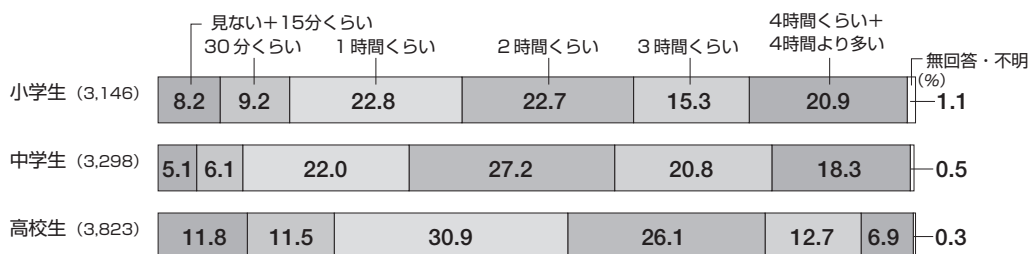
テレビやビデオ（DVD）を視聴する時間は、図4-1-6に示している。小学生と中学生はよく似た分布になっている。「1時間くらい」「2時間くらい」「3時間くらい」「4時間くらい+4時間より多い」が、それぞれ2割前後ずつ存在している。高校生では「1時間くらい」と「2時間くらい」でおよそ6割となっており、小・中学生に比べて全体的に短い。

パソコンの使用時間は、他のメディアに比べると学校段階による差が小さいが、全体的に中学生の使用時間がやや長くなっている（図4-1-7）。本調査の別の設問の結果からの類推だが、中学生は携帯電話を持っていない層がおよそ5割であるため、高校生ならば携帯電話を使って見たり書いたりするブログ・掲示板、プロフ、電子メール等を、家のパソコンで行っている可能性が考えられる。たとえば、「ブログや掲示板を読む」ことを「パソコンだけでする」割合は、高校生16.5%に比べて中学生では26.5%と高く、「携帯電話だけでする」「パソコンと携帯電話の両方

でする」の割合は逆に高校生が中学生を上回る（第3章第3節参照）。

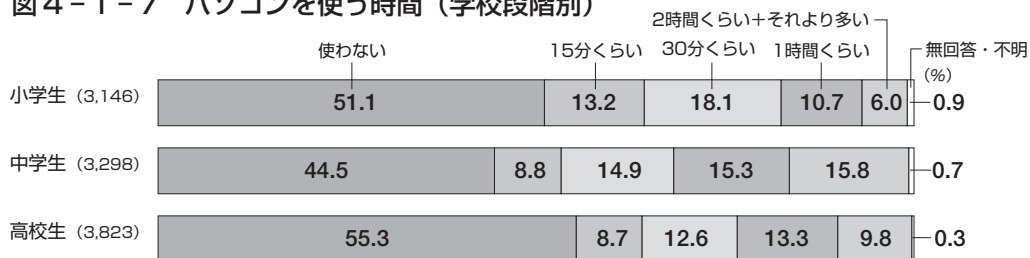
以上まとめると、電子メディアの使用時間で学校段階があがるにつれて増加するのは携帯電話の使用時間で、とくに高校生の毎日の生活時間において大きな位置を占めている。逆に減っていくのはテレビ・ビデオの視聴、テレビゲームをする時間である。なお、携帯電話とテレビ・ビデオ、テレビゲームを対置するのが適切かどうかは、考えていく必要があるように思う。たとえば今回の調査においては、「テレビを見ながら携帯電話もいじっている」というような十分にあり得る状況を、回答者が「携帯電話を使う時間」に含めるかどうかについて、コントロールしていなかった。また、携帯電話を使ってのテレビ番組視聴や、動画サイトでのテレビ番組視聴などを、「テレビを見る時間」ととらえるか、「携帯電話を使う時間」ととらえるかどうかは回答者に任せるかたちとなっていたため、実態をシャープに切り取ることができなかった懸念はある。今後の課題としたい。

図4-1-6 テレビやビデオ（DVD）を見る時間（学校段階別）



注) () 内はサンプル数。

図4-1-7 パソコンを使う時間（学校段階別）



注1) 「2時間くらい+それより多い」は、「2時間くらい」+「3時間くらい」+「4時間くらい」+「4時間より多い」の%。

注2) () 内はサンプル数。

日ごろの生活時間（2）

ここで取り上げた活動の頻度は、両極に分かれる傾向。学校段階による差は、読書において顕著である。

◆生活時間も二極化傾向

ここでは、子どもの主な学校外活動と部活動について、1週間にどれくらい活動を行うのか、日数をたずねた結果をみていく。概観して気づくのは、ここにあげた活動は、分散が大きく、また「しない」子どもと、毎日のようにする子どもの両極に分かれる傾向にあることだ。

まず小学生についてみてみよう（図4-2-1）。いずれの活動も、グラフをみると凹に近い形になっている。もっとも顕著なのが「新聞を読む」であり、まったく読まない子どもが半数近くいる一方で、「5日以上」読む子どもが2割近く存在する。逆に差が少ないのは「塾（予備校）や習い事に通う」で、「しない」（23.5%）を除くと「1日」から「5日以上」までが、どれも10%台である。

次に中学生をみると（図4-2-2）、「塾（予備校）や習い事に通う」で週に4日以上通う割合が小学生に比べると大幅にダウンしているのが目につく。これは、中学生のおよそ7割が部活動に参加している（「部活動をする」ことの週あたりの日数「1日」から「5日以上」までの合計が69.1%）ことと関係がありそうだ。

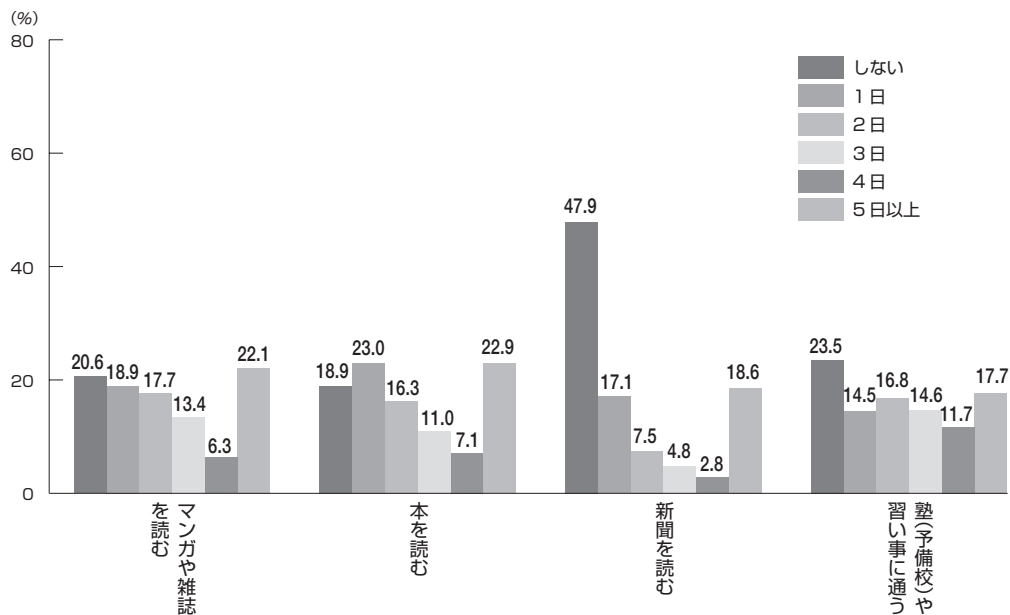
高校生は、中学生と似た全体傾向を示すが、全体に「5日以上」の割合が少なく、「しない」が目立つのが特徴である（図4-2-3）。図では中学生より盛んに行われているのが「部活動」となっているが、これは本調査を実施した時期（9月～11月）と対象学年が影響して正しい姿を描き出していないものと思

われる。中3生の「部活動をする」割合は23.0%（「1日」から「5日以上」までの合計、以下同）と極端に低く、同じく「部活動をする」割合が低いと思われる高3生は今回の調査対象となっていないからで、学年別にみると中1生・中2生のほうが、高1生・高2生より「部活動をする」割合が高い（基礎集計表 p.177参照）。

◆半数の高校生は、本を読まない

最後に、学校段階での推移という視点であらためて図4-2-1～3をみておきたい。まず、学校段階によって顕著な差がみられないのは、「マンガや雑誌を読む」「新聞を読む」である。新聞を読まない子どもの割合は、いずれの学校段階でも40%台であった。一方、学校段階によって差がつくのは「塾（予備校）や習い事に通う」と「本を読む」で、ともに学校段階があがるにしたがって行動率は下がる。高校生では週に一度も本を読まない生徒が50.7%にのぼる。ただ、「高校生の活字離れ」と断じるのは適切でないかもしれない。この調査の別の設問では、携帯電話で「電子書籍（小説・マンガ）を読む」割合は高校生で高かったこともあわせて考えると（第1章第1節参照）、形は違えど活字に接している割合は大きく減少するわけではないのかもしれない。今回の調査では設問を設けなかったが、同様に「新聞を読む」についても、携帯電話がある程度機能を代替している可能性も考えられる。

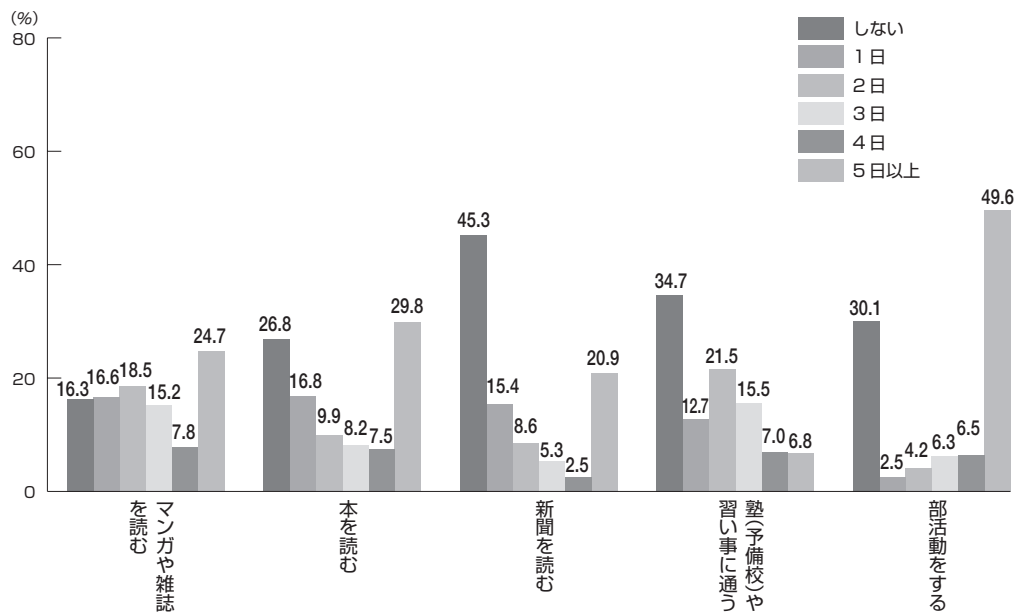
図 4-2-1 学校外活動の頻度（小学生）



注 1) 「無回答・不明」は省略した。

注 2) サンプル数は 3,146 人。

図 4-2-2 学校外活動の頻度（中学生）

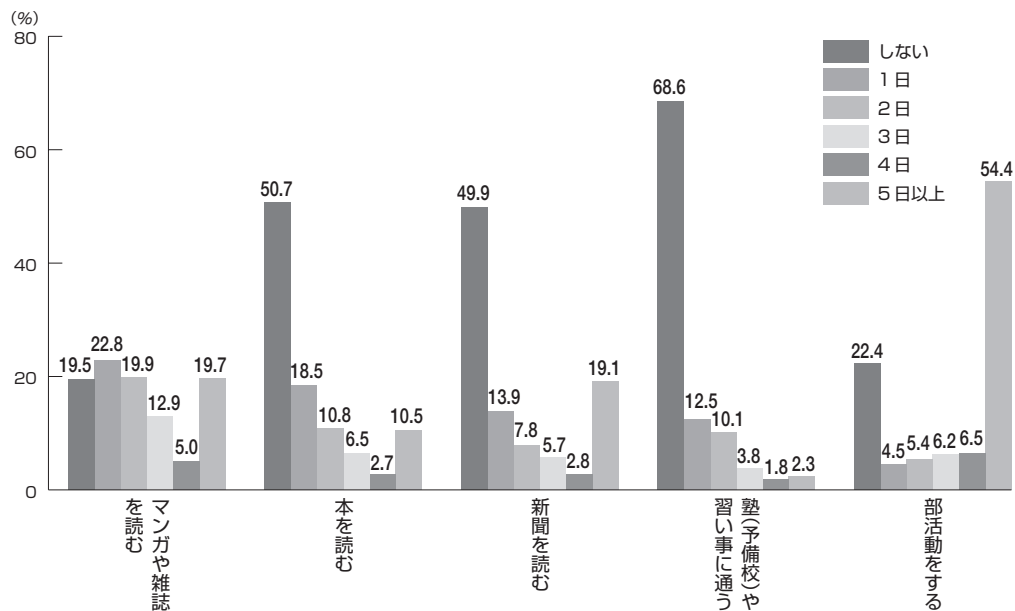


注 1) 「部活動をする」は、中・高校生のみにとずねた。

注 2) 「無回答・不明」は省略した。

注 3) サンプル数は 3,298 人。

図 4-2-3 学校外活動の頻度（高校生）



注 1) 「部活動をする」は、中・高校生のみにあずねた。

注 2) 高校生にはアルバイトをする日数についてもたずねているが、該当者が少なかったため（「しない」割合が 88.2%）、図からは省略した。また「無回答・不明」も省略した。

注 3) サンプル数は 3,823 人。

友だちとの関係

小・中・高校生の8割が全体的には友だち関係に満足している。性別では、女子のほうが友だちとの関係が複雑な様子が見られる。

子どもたちが携帯電話やパソコンを利用する背景として、コミュニケーションをとる重要な相手である友だちとの関係について、意識や実態をおさえておく必要があるだろう。そこで、友だちとの関係についてたずねた8項目の結果を、図4-3-1に示した。

◆「違う学校に通っている友だちが多い」 高校生は6割

はじめに、「友だちの数が多いほうだ」についてみると、「そう」（「とてもそう」＋「まあそう」の％、以下同）という回答は、小学生86.3％→中学生78.6％→高校生64.6％と、学校段階があがるにつれて減少する。この変化の正確な理由はわからないが、学校段階があがるにつれて、実態として不特定の多数より一部の特定の友だちとのつきあいが活発になる、友だちという概念の定義が狭まる、自分の友だちの数を比較する範囲が広がって自分自身の友だちの数を過大評価しなくなる、といった可能性が考えられるだろう。

一方で、「違う学校に通っている友だちが多い」は、小・中学生では4割弱なのに対し、高校生では6割台へと大きく増加する。小・中学生のときには、地理的にある程度限られた範囲で友だち関係が形成されていたものが、高校生になって通学範囲も広がり、通う高校だけではなく、小・中学校時代の友だち、さらに場合によっては塾やアルバイト、趣味を通じた友だちなど、交際範囲が相対的に広

がるためと考えられる。

◆「友だちでもずっと一緒にいたら疲れる」は小→中→高と増加

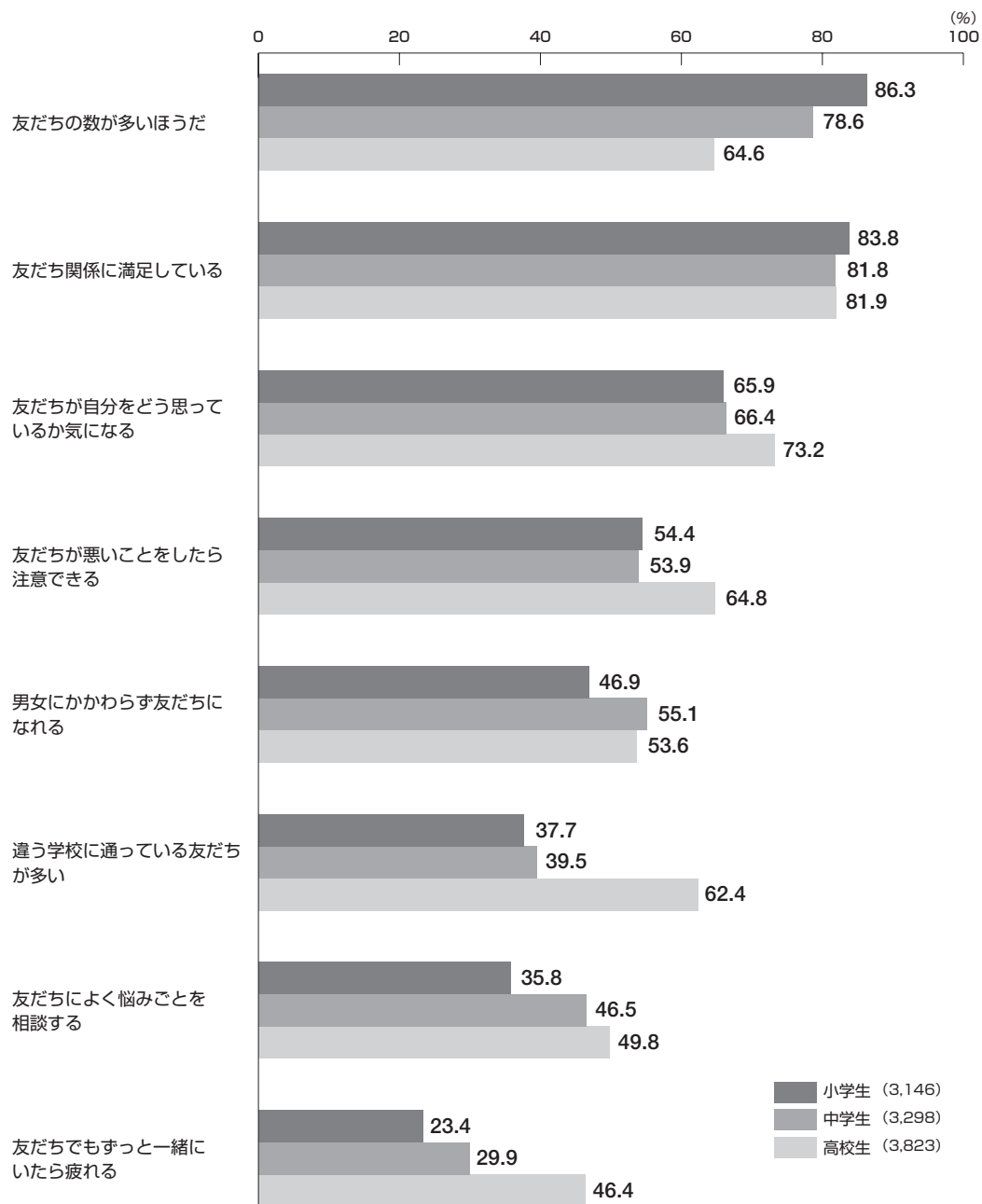
「男女にかかわらず友だちになれる」や「友だちによく悩みごとを相談する」は、小学生よりも中・高校生のほうが「そう」と回答する割合が高い。また、「友だちが悪いことをしたら注意できる」という高校生は64.8％で、小学生（54.4％）や中学生（53.9％）に比べてその割合は高くなる。

さらに、「友だちでもずっと一緒にいたら疲れる」という割合は、小学生では23.4％なのに対し、中学生で29.9％、そして高校生では46.4％に急増している。また、「友だちが自分をどう思っているか気になる」も、小学生で65.9％、中学生で66.4％、高校生で73.2％と増加する。成長にともなって、悩みながらも個人として自立的・選択的に友だち関係を築いていく様子を表しているように思われる。

◆小・中・高校生の8割が全体的には友だち関係に満足

こうした友だち関係についての実態と意識であるが、小学生の83.8％、中学生の81.8％、高校生の81.9％が「友だち関係に満足している」に「そう」と回答している。総じてみれば、友だちとの関係はうまくいっているようだ。

図4-3-1 友だちとの関係（学校段階別）



注1) 「とてもそう」 + 「まあそう」の%。

注2) ()内はサンプル数。

◆女子のほうが複雑な友だちとの関係

表4-3-1は、友だちとの関係について、学校段階ごとの性別に分けて示したものである。これによると、「友だちが自分をどう思っているか気になる」「友だちによく悩みごとを相談する」については、小・中・高校生ともに、男子より女子のほうが「そう」と回答した割合が高い。たとえば中学生でみると、「友だちが自分をどう思っているか気になる」という回答は、男子60.5%に対し、女子73.1

%と12.6ポイントの差である。その一方で、「友だちによく悩みごとを相談する」も、男子33.8%に対して、女子60.1%と26.3ポイントの差がみられる。

こうしてみると、男子よりも女子のほうが、友だちの目が気になる一方で、友だちにはよく悩みごとを相談もするという構図になっており、良くも悪くも女子のほうが友だちとの関係性を重視している（関係性の中で生きている）と考えられるだろう。

表4-3-1 友だちとの関係（学校段階別／性別）

	小学生		中学生		高校生	
	男子 (1,581)	女子 (1,553)	男子 (1,686)	女子 (1,597)	男子 (1,720)	女子 (2,072)
友だちの数が多いほうだ	86.2	86.5	80.8	76.2	64.3	64.7
友だち関係に満足している	85.3	82.5	85.7	> 77.7	80.9	82.7
友だちが自分をどう思っているか気になる	56.4	≪ 75.6	60.5	≪ 73.1	69.7	< 76.4
友だちが悪いことをしたら注意できる	53.0	56.0	55.2	52.7	60.7	< 68.1
男女にかかわらず友だちになれる	41.8	≪ 51.9	51.8	< 58.5	51.6	55.1
違う学校に通っている友だちが多い	38.3	37.2	40.0	38.7	64.0	61.2
友だちによく悩みごとを相談する	24.8	≪ 47.1	33.8	≪ 60.1	40.2	≪ 57.8
友だちでもずっと一緒にいたら疲れる	25.4	21.4	28.7	31.2	45.7	46.9

注1) 「とてもそう」 + 「まあそう」の%。

注2) ≪ ≫は10ポイント以上、< >は5ポイント以上の差があることを示す。

注3) ()内はサンプル数。

◆ 成績別にみた友だち関係の違い

成績・高校偏差値層別に友だちとの関係をみたものが、表4-3-2である。「友だちが悪いことをしたら注意できる」に「そう」と回答した割合は、小学生では成績上位層64.2%、中位層56.3%、下位層43.5%であり、上位層と下位層では20.7ポイントの差である。中学生では差が縮まるものの、成績上位層59.8%、中位層55.9%、下位層48.6%となっており、上位層と下位層では11.2ポイントの差がみられる。一方、高校生の高校偏差値層別では、ほとんど差がみられない。

「男女にかかわらず友だちになれる」「違う

学校に通っている友だちが多い」の2項目は、学校段階によって傾向が異なる。いずれの項目も、小学生では成績上位層で「そう」と回答した割合が高いが、中学生では違いがみられない。高校生では、進路多様校の生徒で「そう」と回答した割合が高い。ここでとくに「違う学校に通っている友だちが多い」については、数値に表れる変化の理由として、塾やアルバイトなど、学校外の場にかかわる要因が想定されるだろう。ここでの結果だけからでは明確な解釈はできないが、実態として傾向が違うことは、興味深い。

表4-3-2 友だちとの関係（学校段階別／成績・高校偏差値層別）

	小学生			中学生			高校生		
	上位 (862)	中位 (1,233)	下位 (927)	上位 (1,127)	中位 (889)	下位 (1,203)	進学校 (928)	中堅校 (1,802)	進路多様校 (1,093)
友だちの数が多いほうだ	89.9	89.3	> 81.5	80.8	82.6	> 76.0	59.6	< 66.8	64.9
友だち関係に満足している	85.1	87.1	> 80.1	84.4	84.0	80.4	82.3	83.4	79.0
友だちが自分をどう思っているか気になる	67.1	65.5	67.3	69.0	68.7	64.8	72.5	73.8	73.0
友だちが悪いことをしたら注意できる	64.2	> 56.3	» 43.5	59.8	55.9	> 48.6	62.0	66.2	64.9
男女にかかわらず友だちになれる	55.7	» 45.0	41.2	56.8	54.2	56.1	50.6	52.5	< 58.1
違う学校に通っている友だちが多い	43.4	> 35.9	36.1	37.1	40.2	42.0	55.5	< 61.7	< 69.4
友だちによく悩みごとを相談する	36.7	35.6	36.2	42.0	< 48.6	50.7	45.2	< 50.6	52.3
友だちでもずっと一緒にいたら疲れる	26.8	22.0	23.6	31.6	30.5	29.3	49.5	46.3	43.5

注1) 「とてもそう」 + 「まあそう」の%。

注2) «»は10ポイント以上、<>は5ポイント以上の差があることを示す。

注3) ()内はサンプル数。