

調査の特徴

本調査は、2013年11月に、全国の小学5年生～高校3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。この調査は第1回を2008年に行っており、経年での比較を行うことで、5年間の変化をとらえることができる。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

本調査では、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年あたりの活動回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すごし方がわかる

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時間のすごし方だけでなく、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. 時間のす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、子どもの時間のす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。

調査概要

- 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 2013年11月11日(月)～15日(金) ※第1回調査：2008年11月10日(月)～14日(金)
- 調査対象 第1回調査(2008年)：全国の小学5年生～高校2年生 合計8,017名
第2回調査(2013年)：全国の小学5年生～高校3年生 合計8,100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	高3生	
配布数(名)	3,675	3,675	3,675	3,675	3,675	3,675	3,675	3,675	29,400
有効回収数(名)	1,245	1,162	1,130	1,049	1,103	857	763	791	8,100
	2,407		3,282			2,411			
有効回収率(%)	32.7		29.8			21.9			27.6

※調査対象者は、全国の小学5年生～高校3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

平日のある1日(24時間)の生活

- ①11月11日～15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(P4参照)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

時間の使い方(意識と実態)

ふだんの生活時間／習い事／学習塾の利用／部活動(中・高校生のみ)／アルバイト(高校生のみ)／土曜日の過ごし方／1年間にすること／もっとも好きな時間／時間の過ごし方／時間の使い方の点数／家族と決めている時間のルール／将来について／日本社会について／心や身体の疲れ／ふだん使用する電子機器／成績の自己評価／希望する進学段階など

分析にあたって

- 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、中学生も同様に、中1生、中2生、中3生を合わせて「中学生」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。高校生については、第1回調査(2008年)で高3生を対象に含めていなかったため、経年比較をする場合は高1生、高2生を合わせて「高校生」と表記し、単年度(2013年調査)結果を示す場合には高1生、高2生、高3生を合わせて「高校生」と表記した。
- ②郵送法による調査であるため、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2013』(財)日本統計協会、2013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2013年11月現在の政令指定都市20市(札幌市、仙台市、さいたま市、千葉市、川崎市、横浜市、相模原市、新潟市、静岡市、浜松市、名古屋市、京都市、大阪市、堺市、神戸市、岡山市、広島市、北九州市、福岡市、熊本市)
 - ・「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。
- ⑤「24時間調査」では、15分単位で行動を調査したため、「4時00分～4時15分」の行動を本文中では「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。
- ⑥本文中で行動を示す際には、行動分類(P4)を用いている。
- ⑦本文中で使用している百分率(%)は、小数点第2位を四捨五入して算出している。四捨五入の結果、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。
- ⑧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点第1位を、小数点第1位まで示すときは小数点第2位を四捨五入して算出している。四捨五入の結果、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。
- ⑨「24時間調査」では、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われる行動(いわゆる「ながら行動」)は短めに表れる傾向にある。
- ⑩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。

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なくくりとして分類したものである。

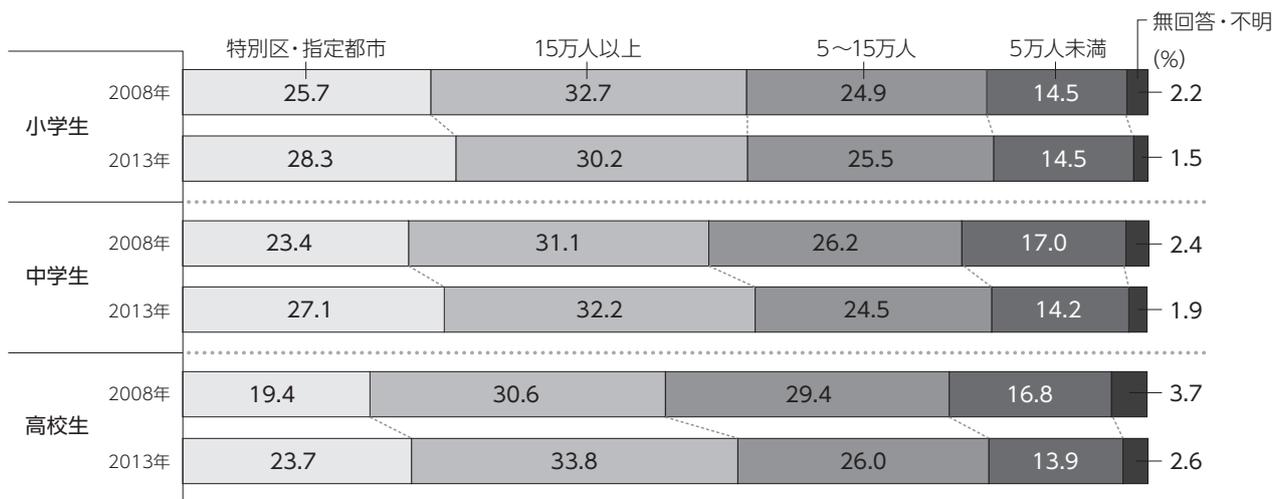
行動分類表

大分類	中分類	小分類	行動の例
① 1次行動 (必要行動)	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【小学生のみ】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	
③ 3次行動 (自由行動)	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
		ゲーム機で遊ぶ	テレビゲームや携帯ゲーム(DSやPSPなど)で遊ぶ
勉強	学校の宿題	学校の宿題をする	
	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・予備校	塾や予備校【高校生のみ】に行き勉強する	
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	
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	
人と過ごす	携帯電話・スマートフォン・パソコンなどを使う	携帯電話・スマートフォン・パソコン・タブレット型端末(iPadなど)を使う(電話、メール、チャット、インターネット、ゲームなど)	
	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	
その他	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	
	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	
	ペットと過ごす	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)		

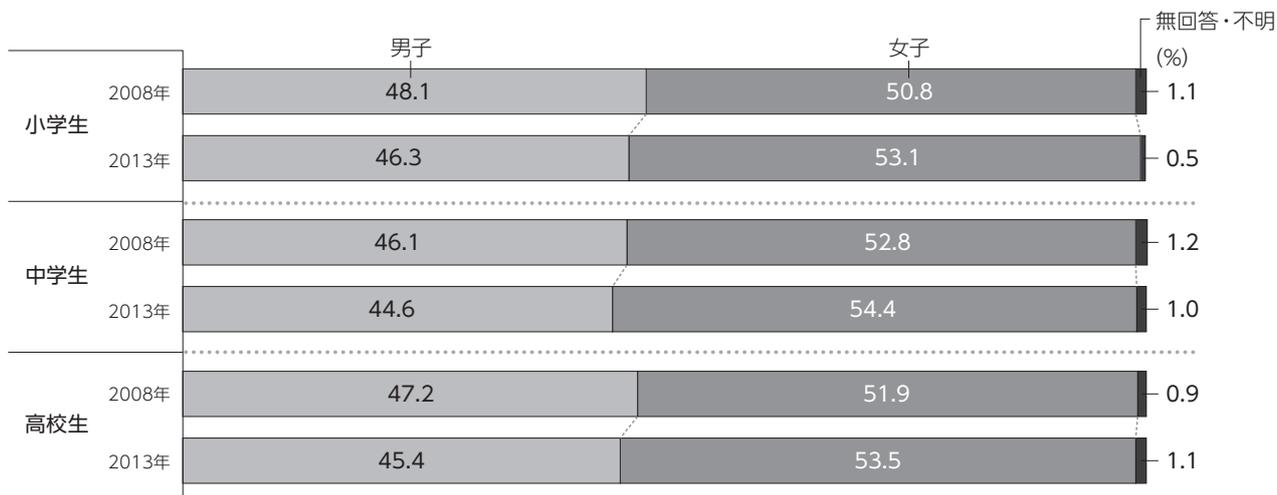
注 「中分類」では、行動の内容を重視し、「通学」と「移動(通学以外)」をまとめて「移動」としたが、「大分類」では、行動の拘束性を重視して「通学」を「2次行動(拘束行動)」に、「移動(通学以外)」を「3次行動(自由行動)」に分けた。

基本属性

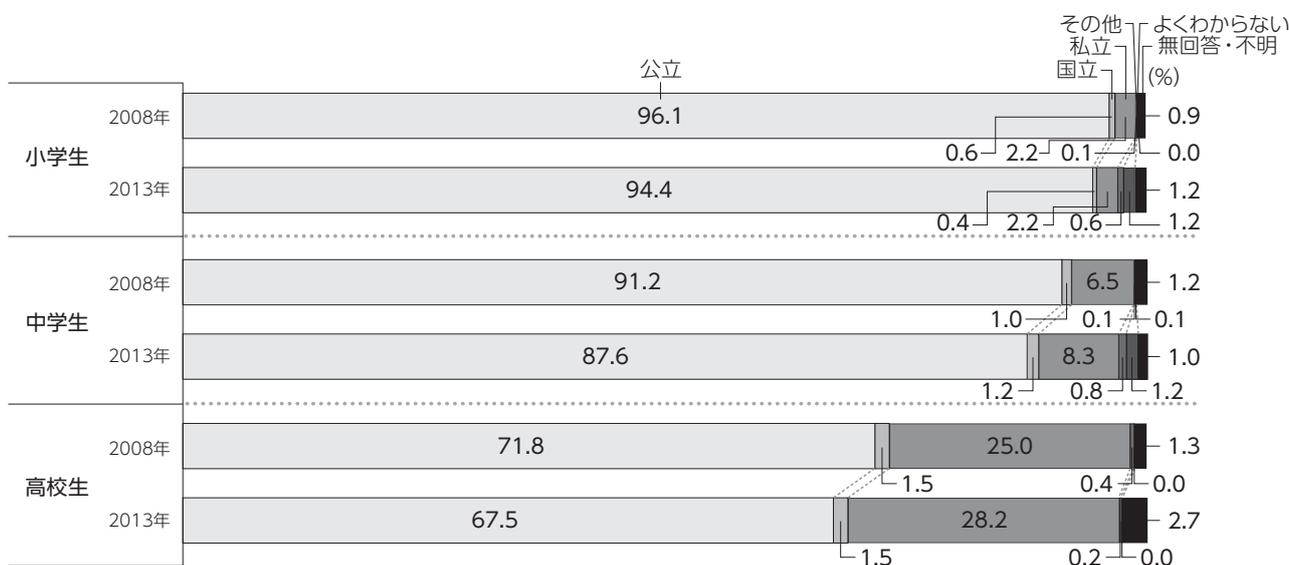
居住地域 (人口規模別) ●この5年間で政令指定都市が3市増えたこともあり、「特別区・指定都市」がわずかに増加した。



性別 ●小学生、中学生、高校生のいずれも、「女子」の回答が多い。



通っている学校の種類 ●中学生、高校生で「私立」に通っている子どもの回答割合が、わずかに増加した。



注 高校生は第1回調査 (2008年) が高1・2生、今回調査 (2013年) が高1~3生。