

速報版

Benesse 教育研究開発センター
Benesse Educational Research and Development Center

第1回

子ども生活実態 基本調査

小学生・中学生・高校生を対象に

子どもたちは どんな毎日を すごしているの だろうか

日常生活の様子やまわりの人たちとの関係、
学習行動の「いま」をさぐる

Benesse 教育研究開発センターでは、小学4年生から高校2年生までを対象に、毎日の生活の様子、親や友だちとの関係、学習行動など、子どもたちの生活全般の意識や実態をとらえることを目的にアンケート調査を実施しました。今回お届けする「速報版」は、この調査の結果のなかからいくつかのデータを取り上げてご紹介するものです。

今回の調査では、全国の小・中・高校生、約15,000名にご協力をいただきました。8学年にわたってほぼ同じ内容で質問しており、学年による違いや成長の過程を知ることができるのも大きな特徴です。

私たちは、次の点に関心をもち、今回の調査を行いました。

- 子どもは毎日の生活のなかで、どのような行動をしているのか。
- 子どもの発達段階によって、生活の様子にどのような違いや特徴があるのか。
- 子どもは急速に普及するパソコンや携帯電話を、どれくらい、どのように使用しているのか。
- 子どもは親や友だちとどのような関係を築いているのか。
- 「学習意欲の低下」が話題になっているが、日々の学習に対してどのような姿勢や目的で臨んでいるのか。

この速報版には、子どもたちの毎日の様子を客観的に把握できるデータがたくさん詰まっています。データから「子どもたちが今していること・考えていること」をとらえなおしてみませんか。

調査概要

●調査テーマ

小学生・中学生・高校生の生活や学習に関する意識・実態調査

●調査方法

学校通しの質問紙による自記式調査

●調査時期

2004年11月～12月

●調査対象

小学4年生～高校2年生 合計14,841名
抽出方法：市区町村の人口規模および人口密度を考慮した有意抽出法

※小・中学生については、大都市（東京都内）、中都市、郡部の3地域区分を設定してサンプルを抽出した。

※高校生については、上記の3地域区分に加え、学校の種別やランクを考慮してサンプルを抽出した。

※一部の項目では、学校単位で「無回答・不明」が多かったため、学校単位で集計から除外した。

●調査項目

生活時間 …起床・就寝時刻

食事の様子 …食事のとり方

放課後の過ごし方 …遊び場／部活・アルバイト（中・高生のみ）

メディアとの接触 …テレビ視聴時間／テレビゲームの使用時間／パソコン使用／携帯電話使用

体験 …小さいころの体験

消費行動 …おこづかいの金額・使い方

親子関係 …親との会話／親との関わり方

友人関係 …友だちのタイプと数／友だちとの関わり方／異性との関わり方（中・高生のみ）

自己評価 …自分自身について

将来展望 …なりたい職業／職業選びで大切なこと（中・高生のみ）／進学希望

学習行動・意識 …家での学習時間／学校外学習／学習の取り組み方／得意なこと・苦手なこと／学習動機／成績の自己評価

サンプル構成

	小学生（21校）			中学生（13校）			高校生（13校） ※普通科のみ		合計
	小4生	小5生	小6生	中1生	中2生	中3生	高1生	高2生	
大都市	528	477	455	537	435	526	721	986	4,665
中都市	529	503	462	496	446	516	745	750	4,447
郡部	437	419	430	488	523	583	1,431	1,418	5,729
学年計	1,494	1,399	1,347	1,521	1,404	1,625	2,897	3,154	14,841
合計	4,240			4,550			6,051		

◆全体についての詳細な分析は、『第1回子ども生活実態基本調査報告書』（2005年7月刊行予定）にて報告

1

毎日の生活の様子

1

学年があがると睡眠時間が短くなる

0時以降に就寝する割合をみると、小学生7.0%だが、中学生45.4%、高校生69.4%となる。睡眠時間は小学生から高校生にかけて約1時間ずつ減少する。

Q 平日（学校がある日）の「朝、起きる時間」と「夜、寝る時間」は、だいたい何時ごろですか。

図1-1-1 就寝時刻

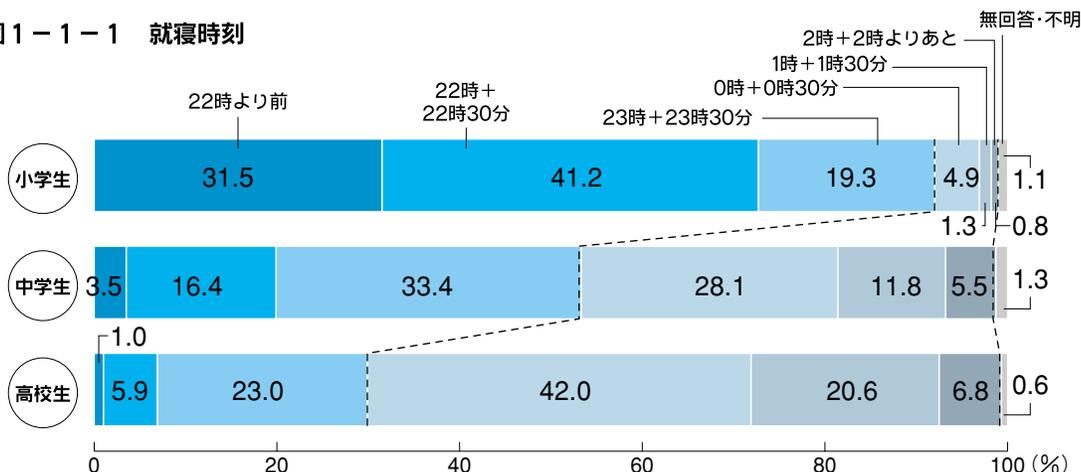
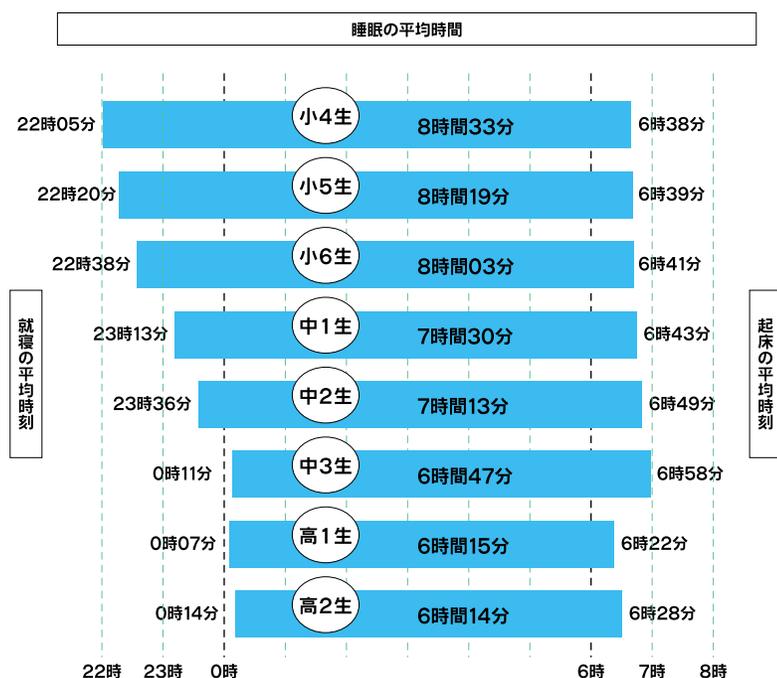


図1-1-2 就寝・起床の平均時刻と睡眠の平均時間



子どもたちの一日は何時に
おわり、何時にはじまるの
だろうか。就寝する時刻
は、学年があがるとともに
遅くなる。特に小学生から
中学生にかけて夜中の0時
以降に就寝する割合が7.0
%から45.4%へ、高校生
では69.4%へと急増する
(図1-1-1)。一方で、
起床時刻は、小4生から中
3生にかけて20分遅くなる
が、中3生から高1生に
かけては30分以上早まる。
起床・就寝時刻と連動して、
睡眠の平均時間は、小4生
は8時間33分、中1生は
7時間30分、高1生は6
時間15分というように、
約1時間ずつ減少する(図
1-1-2)。

※就寝・起床の平均時刻は「22時より前」を「21時30分」、「2時よりあと」を「2時30分」のようにおきかえて算出した。睡眠時間は就寝・起床時刻より算出した。

2

4割の中学生がテレビを3時間以上見ている

テレビやビデオを「3時間以上」見る割合は中学生が40.5%、テレビゲームを「2時間以上」する割合も中学生が24.9%と一番多く、長時間画面にむかっている様子がわかる。

Q 次のようなことをどれくらいしますか。一日のだいたいの時間を教えてください。

図1-2-1 テレビやビデオ（DVD）を見る時間

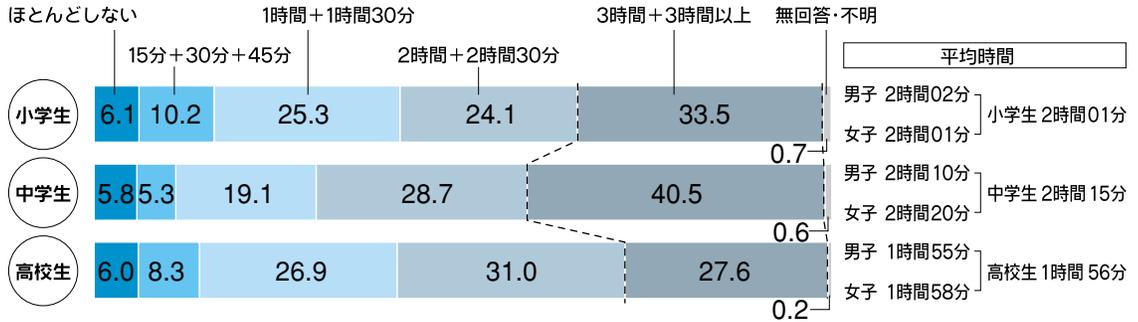
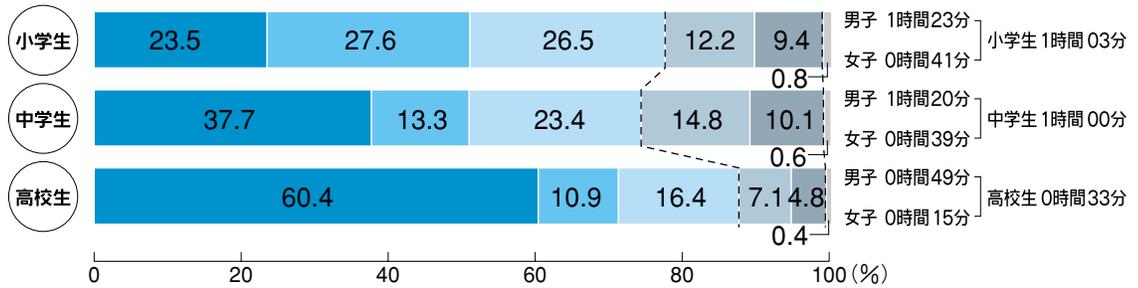


図1-2-2 テレビゲームで遊ぶ時間



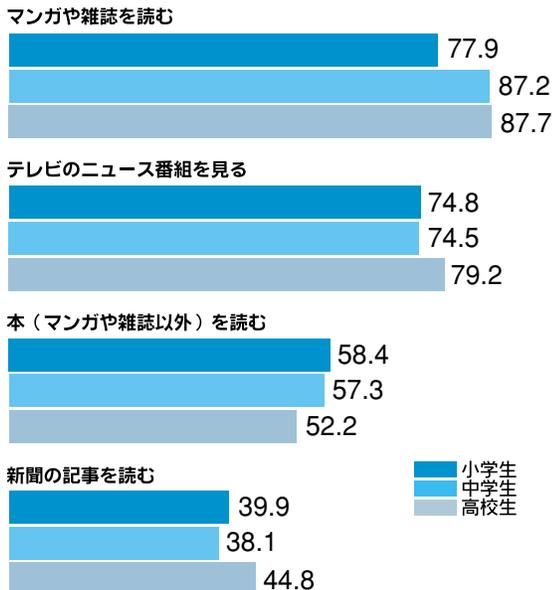
※平均時間は、「ほとんどしない」を「0分」、「3時間以上」を「3時間30分」のようにおきかえて算出した。

Q ふだん次のようなことをすることがどれくらいありますか。

※8項目中4項目を図示

図1-2-3 メディアとの接触頻度

「よくある」+「ときどきある」の%



テレビやビデオを「3時間以上」見る割合は中学生が40.5%で、小学生33.5%、高校生27.6%よりも多い(図1-2-1)。また、テレビゲームを「2時間以上」する割合も中学生が24.9%と小学生や高校生に比べて一番多く、長時間画面にむかっている様子がわかる(図1-2-2)。

メディアとの接触頻度をたずねたところ、「マンガや雑誌を読む」が一番多く、中・高生は9割近い。一方で、「本（マンガや雑誌以外）を読む」は小・中・高校生で5~6割、「新聞の記事を読む」は高校生でも5割以下であった(図1-2-3)。

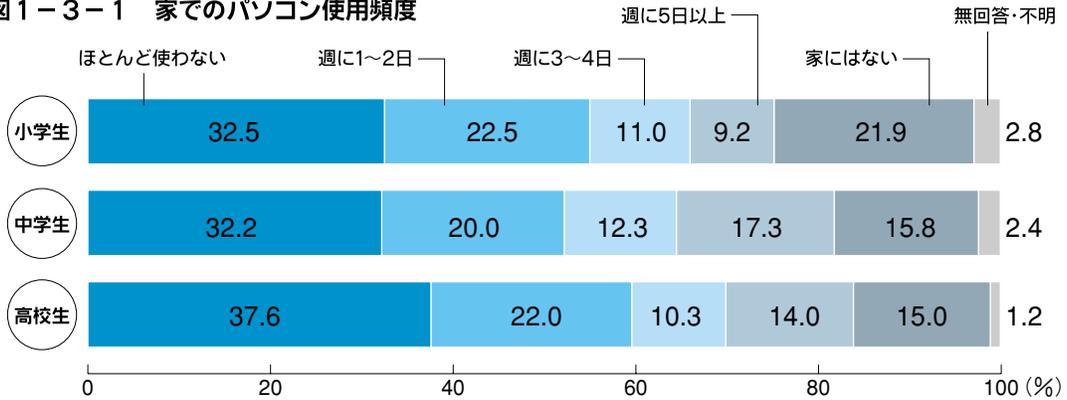
3

家庭でパソコンを使用する割合は4~5割

パソコンは約8割の家庭に普及し、4~5割の子どもが使用している。「ネットショッピングをする」という中・高生も約1割にのぼる。

Q 家で一週間にどれくらいパソコンを使いますか。

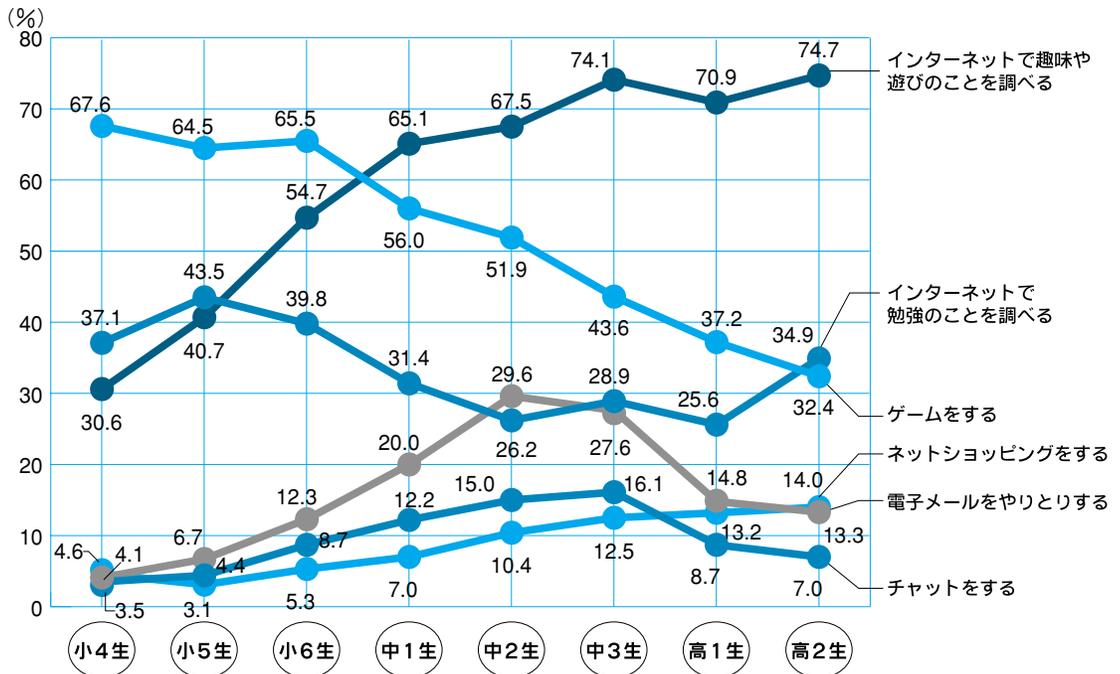
図1-3-1 家でのパソコン使用頻度



Q パソコンは、どのように使うことが多いですか。

※複数回答、12項目中6項目を図示

図1-3-2 パソコンの使い方



家でのパソコン使用頻度をたずねたところ、「週に1~2日」「週に3~4日」「週に5日以上」使うと回答した割合は、小・中・高校生ともに4~5割程度であった。

パソコンの使い方をみると、小学生では「ゲームをする」が、中・高生では「インターネット

で趣味や遊びのことを調べる」が一番多い。「電子メールをやりとりする」「チャットをする」といったコミュニケーションツールとしての利用の割合は特に中学生に多い。また、「ネットショッピングをする」という中・高生も約1割にのぼる。

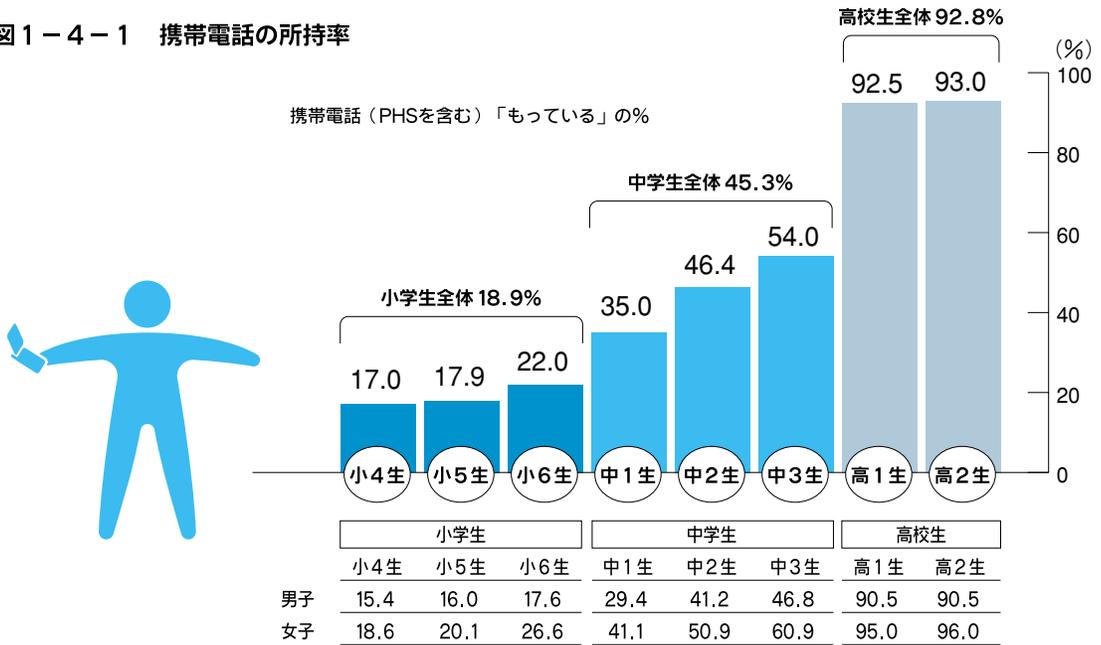
4

携帯電話をもつ高校生の8割が「ないと不便」

携帯電話の所持率は高校生で9割にのぼる。そのうちの8割が「携帯電話がないと今の生活が不便になると思う」と感じている。

Q あなたは携帯電話（PHSを含む）をもっていますか。

図1-4-1 携帯電話の所持率



Q 携帯電話について、次のようなことはあてはまりますか。

表1-4-1 携帯電話について感じること

※複数回答、携帯電話を「もっている」とした人のみ回答
[一部の回答を集計対象外とした (P.2 参照)]

	「とてもそう」+「まあそう」の%								
	小学生 (N=801)			中学生 (N=2,061)			高校生 (N=4,769)		
	全体	男子	女子	全体	男子	女子	全体	男子	女子
携帯電話を使うのが楽しい	66.9	54.8	76.4	84.3	76.4	90.3	80.8	74.3	87.9
携帯電話がないと今の生活が不便になると思う	56.5	49.7	61.9	76.8	69.8	82.0	82.1	79.9	84.6
何もすることがなくなると、すぐに携帯電話を見てしまう	37.4	28.8	44.4	60.2	50.2	67.9	60.2	54.8	65.9
電話やメールがこないときさみしくなる	27.0	19.0	33.4	51.6	41.1	60.0	52.2	45.9	59.3
会ったことがない人と電話やメールでやりとりすることがある	8.1	7.9	8.3	21.3	15.9	25.2	23.4	21.4	25.7

< 5%以上 << 10%以上

携帯電話の所持率は、小学生18.9%、中学生45.3%、高校生92.8%で、多くの高校生にとって身近なツールになっている。携帯電話をもつ高校生の8割が、「携帯電話がないと今の生活が不便になる」と感じ、半数以上が

「電話やメールがこないときさみしくなる」「何もすることがなくなると、すぐに携帯電話を見てしまう」といった依存的な傾向をもっている。その割合は男子よりも女子が高い。

5

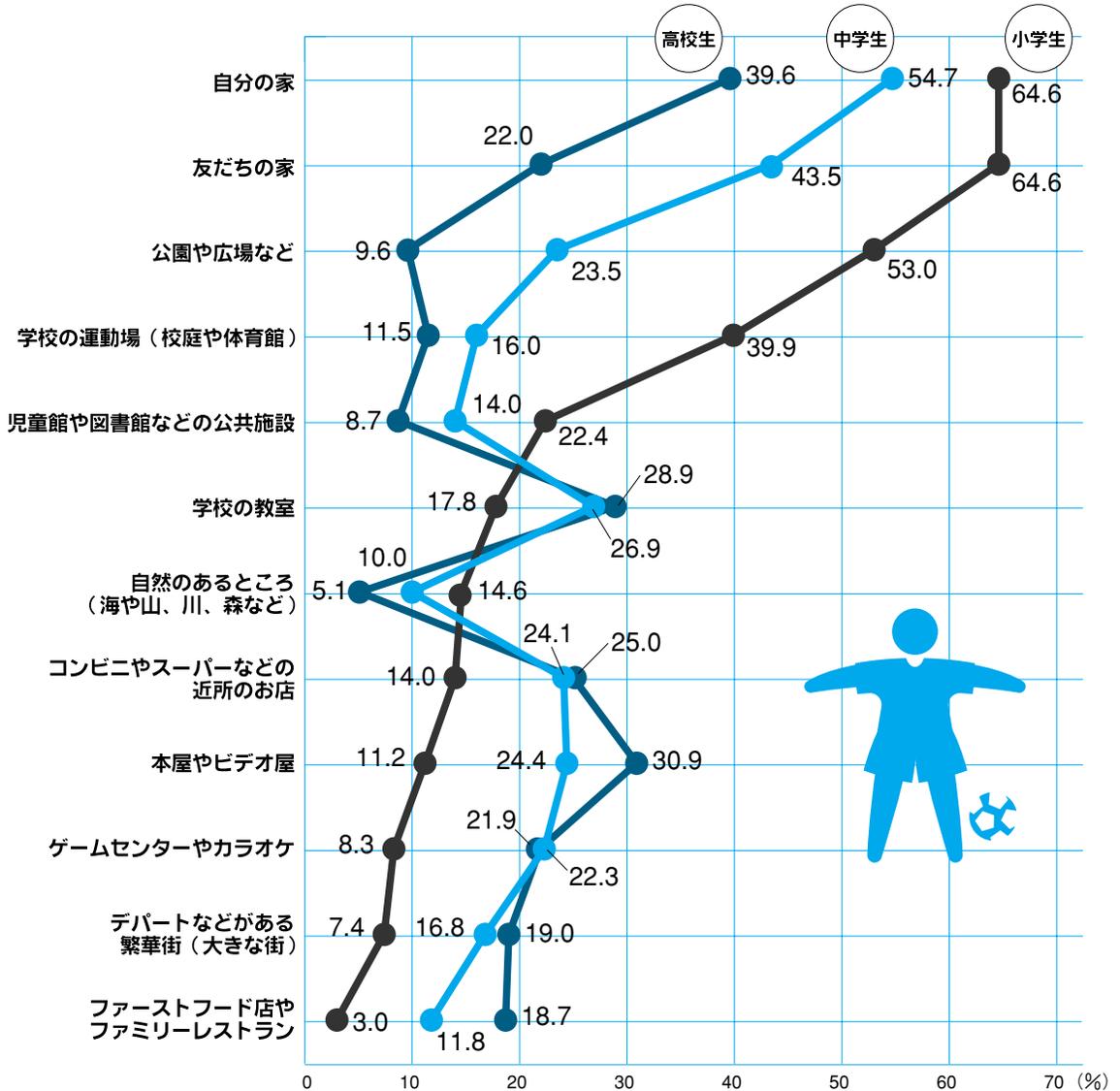
中・高生になると広がる遊びの場

小学生は自宅や公園など身近な場所が遊び場であるが、中・高生になるにつれて、飲食店や繁華街など行動範囲が広がる様子がわかる。

Q 平日（学校がある日）の放課後に、あなたはどのようなところで遊びますか。

図1-5-1 放課後の遊び場所

「よく遊ぶ」+「ときどき遊ぶ」の%



平日の放課後の遊び場所をみると、小学生は「自分の家」「友だちの家」や「公園や広場など」を中心に遊んでいる。しかし、中・高生になるにつれて、「本屋やビデオ屋」「ゲームセンターやカラオケ」「デパートなどがある繁華街（大きな街）」

「ファーストフード店やファミリーレストラン」など、消費行動と関連深い場所を遊び場所とする割合が高まり、行動範囲が広がる様子がうかがえる。

2

周囲の人と自分自身

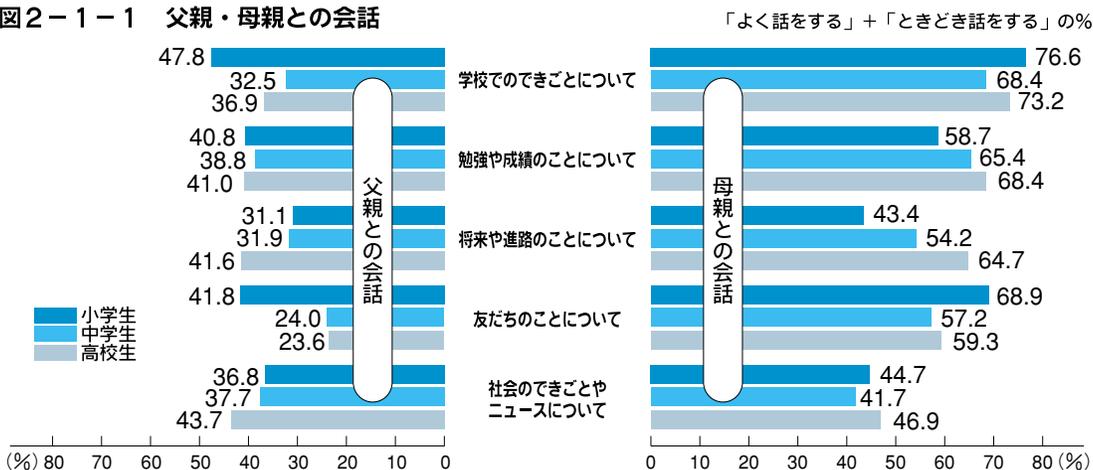
1

母親との会話が中心の親子関係

友だちのことから将来や進路のことまで、母親とよく話をしている様子が見える。父親と「話をする」割合はすべての項目で半数を下回る。

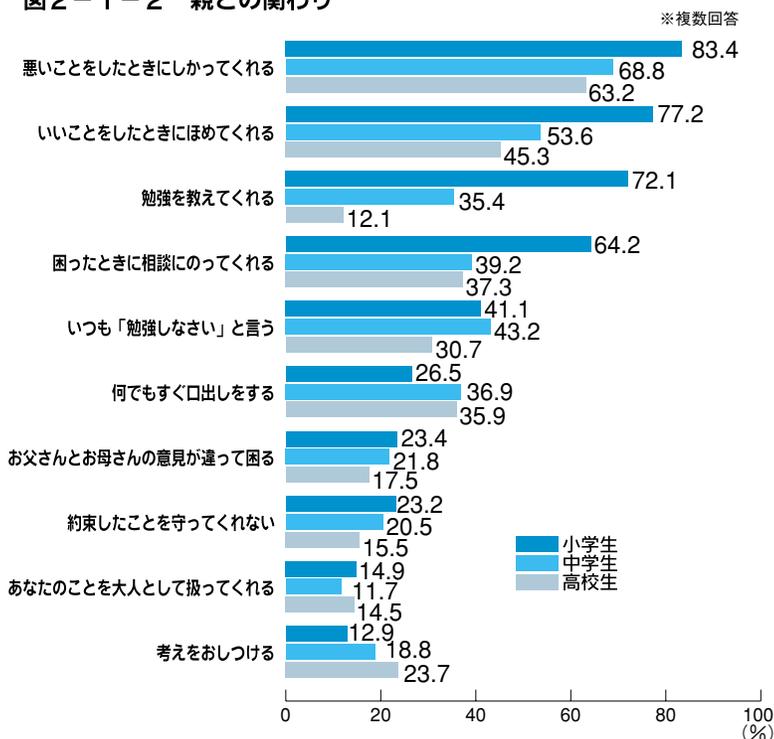
Q あなたは次のようなことについて、お父さんやお母さんとのくらい話をしますか。

図2-1-1 父親・母親との会話



Q 親との関係について、次のようなことはあてはまりますか。

図2-1-2 親との関わり



親との会話をみてみると、父親よりも母親とよく話をしていることは、小・中・高校生に共通している（図2-1-1）。ただし、「社会のできごとやニュースについて」話をする割合は、父親とも母親ともあまり変わらない。

また、親との関わりをみると、「しかってくれる」「ほめてくれる」など肯定的にとらえている割合は、成長とともに減少するが、「何でもすぐ口出しをする」「考えをおしつける」といった受け止め方をするのは、相対的に中・高生に多い。「大人として扱ってくれる」では、小・中・高校生を通して2割未満にとどまった（図2-1-2）。

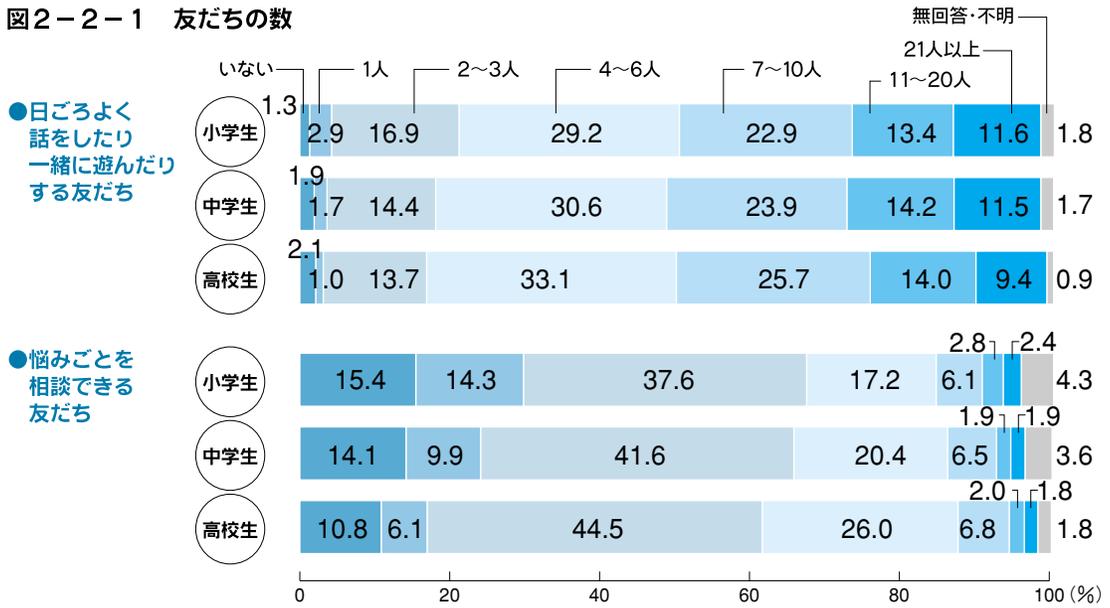
2

小学生高学年は友だち関係の緊張感が高い

小学生の15.4%は、悩みごとを相談できる友だちが「いない」と答えている。さらに、「友だちと話が合わないと感じる」「仲間はずれにされないように話をあわせる」のは小学生に多い。

Q 次のような友だちは、全部で何人くらいいますか。

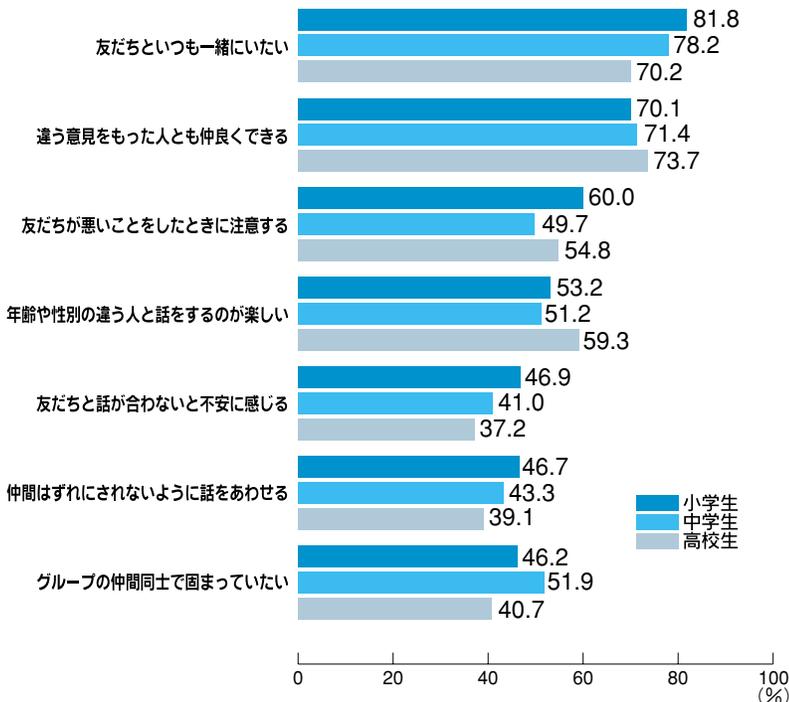
図2-2-1 友だちの数



Q 友だちとの関係について、次のようなことはどのくらいありますか。

図2-2-2 友だちとの関わり

「とてもそう」+「まあそう」の%



友だちの数を見ると、「日ごろよく話をしたり一緒に遊んだりする友だち」の数は学校段階による差は小さいが、「悩みごとを相談できる友だち」は小学生が一番少なく、中・高生になるにつれて増える傾向がある（図2-2-1）。

次に、友だちとの関係についてたずねたところ、「友だちと話が合わないと感じる」「仲間はずれにされないように話をあわせる」など友だち関係の緊張感を表す項目で、小学生の割合が高かった。小学生高学年の時期は、友だち関係に危機が訪れる可能性が高いようだ（図2-2-2）。

3

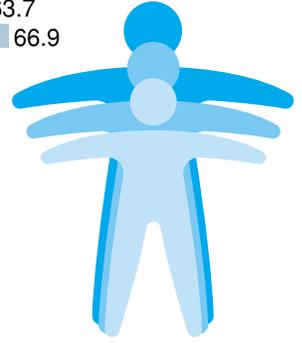
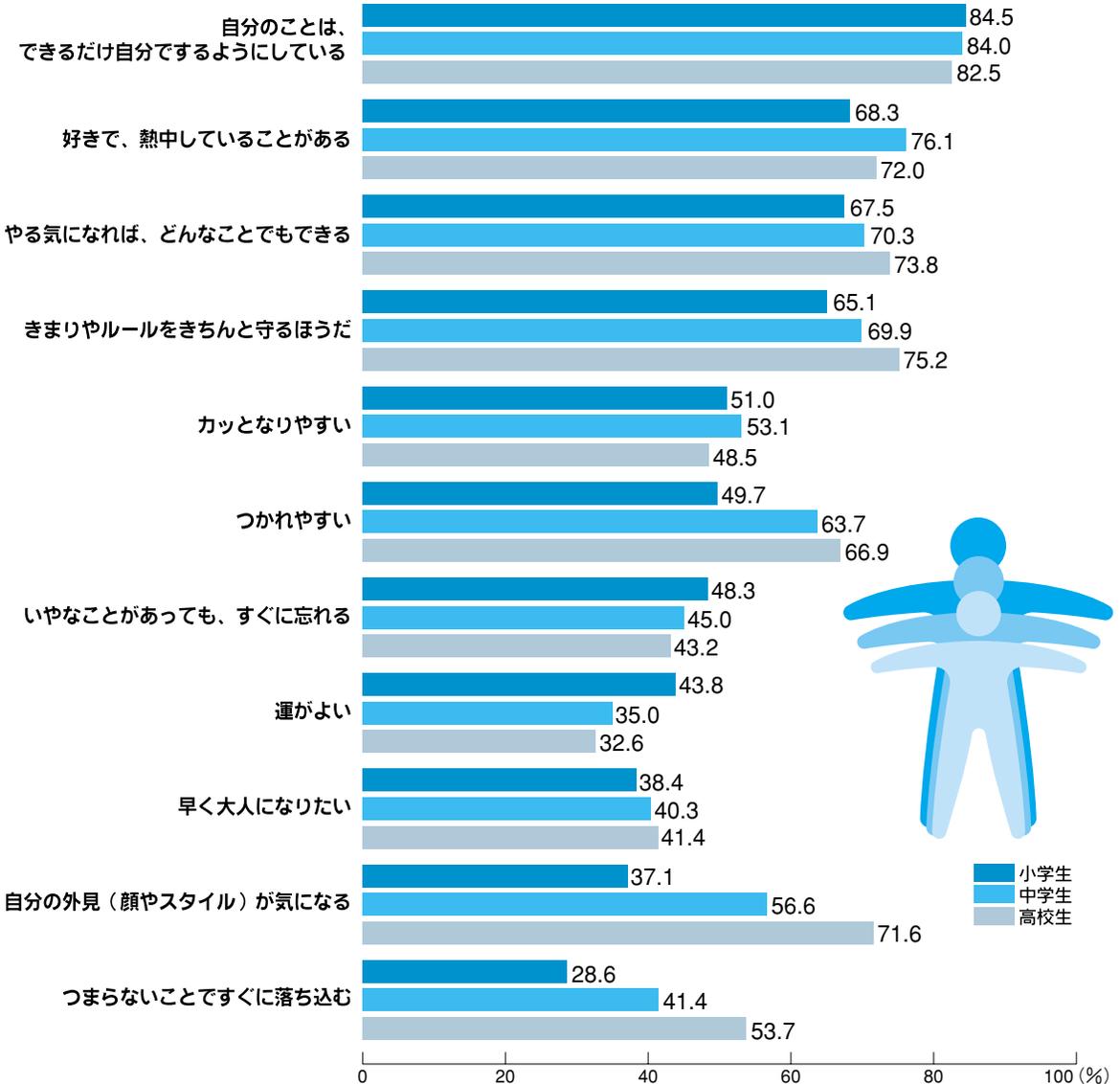
7割が「どんなことでもできる」と前向き

約7割の子どもが「好きで熱中していることがある」「やる気になれば、どんなことでもできる」と自分を前向きにとらえている。しかし、「カッとなりやすい」「つかれやすい」も5～6割ほどいる。

Q あなた自身のことについて、次のようなことはあてはまりますか。

図2-3-1 自分自身について

「とてもそう」+「まあそう」の%



小学生
中学生
高校生

「自分のことは、できるだけ自分でできるようにしている」「好きで、熱中していることがある」「やる気になれば、どんなことでもできる」「きまりやルールをきちんと守るほうだ」などは、小・中・高校生いずれも6割を超え、多くの子どもは自分を前向きにとらえていることがわかる。しかし、「カ

ッとなりやすい」「つかれやすい」との回答も5～6割ほどみられる。また、中・高生になると、「自分の外見（顔やスタイル）が気になる」「つまらないことですぐに落ち込む」などの割合も急増し、心理的にデリケートになる様子が見られる。

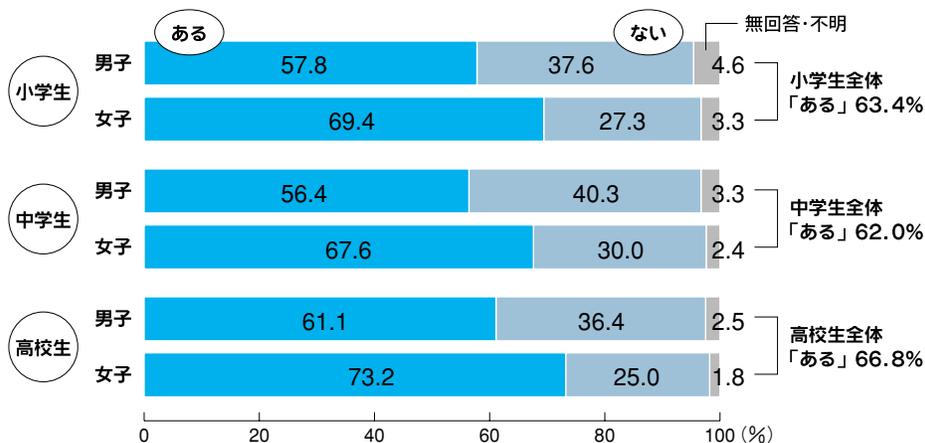
4

6割以上が「なりたい職業」をもっている

6割以上の小・中・高校生が将来なりたい職業をもっている。その割合は、どの学校段階でも、女子が男子よりも10ポイント以上高い。

Q あなたには、将来なりたい職業はありますか。

図2-4-1 なりたい職業の有無

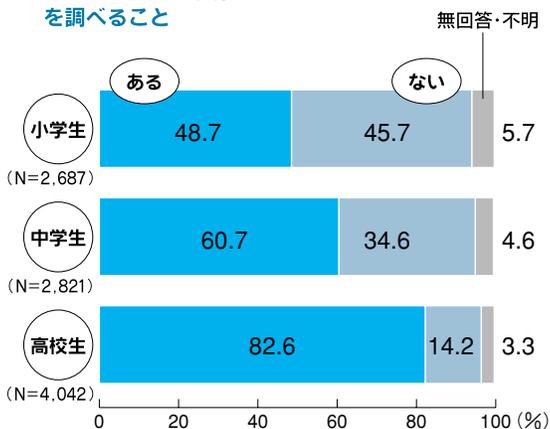


Q 将来の職業に関して、次のようなことをすることがありますか。

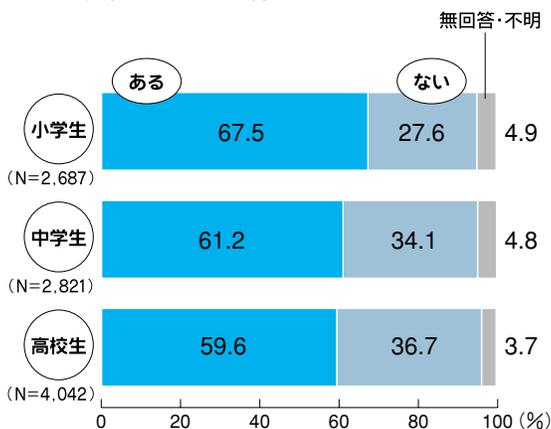
※将来なりたい職業が「ある」とした人のみ回答

図2-4-2 なりたい職業について

● どうしたらその職業につくことができるのかを調べること



● その職業につくために努力していること



将来なりたい職業について、「ある」と回答した割合は小・中・高校生ともに6割を超す。どの学校段階でも女子の割合が男子よりも10ポイント以上高い。
なりたい職業が「ある」と回答した人のうち、「どうしたらその職業につくことができるのかを調べること」

がある子どもは、学校段階があがるにつれて増加し、高校生では約8割にのぼる。一方、「その職業につくために努力していること」は、学校段階があがるにつれてしだいに減少し、職業への関心と実際の努力は連動していないようだ。

3

学習の取り組み

1

家での学習時間は学年とともに二極化が進む

学年とともに「ほとんどしない」層と「2時間以上」学習する層が増加し、特に休日の学習時間でその傾向が強まる。ただし、高校入試を控えた中3生は学習時間が増える。

Q あなたはふだん家でどれくらい勉強していますか。（塾や予備校で勉強する時間をのぞく）

図3-1-1 平日の家での学習時間

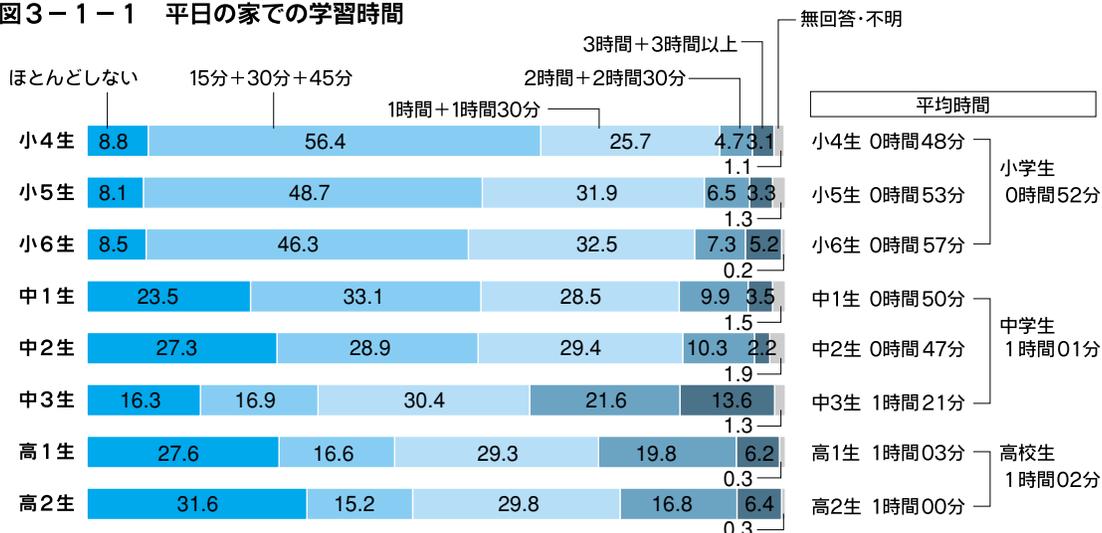
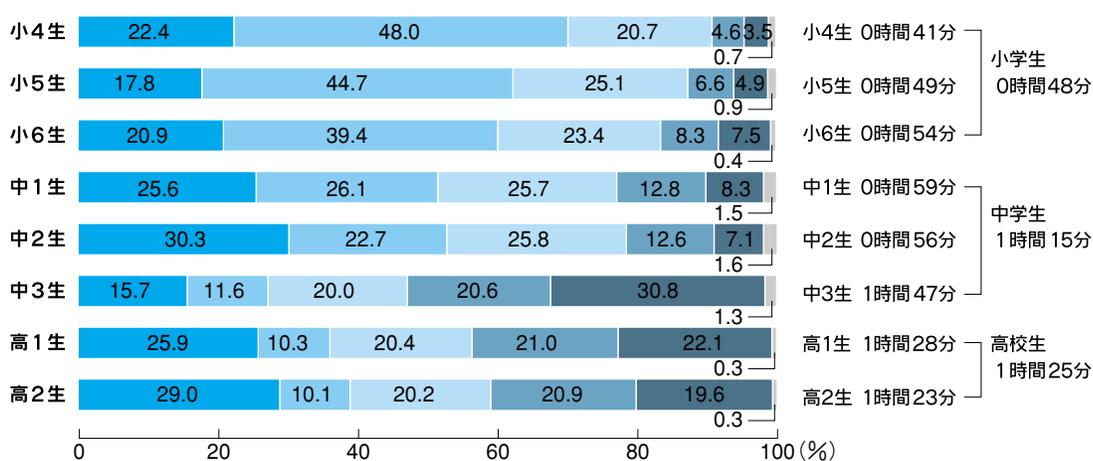


図3-1-2 休日の家での学習時間



※平均時間は「ほとんどしない」を「0分」、「3時間以上」を「3時間30分」のようにおきかえて算出した。

家での学習時間は、平日、休日ともに学年があがるにつれて、「ほとんどしない」層と「2時間以上」学習する層が増加する。特に休日の学習時間にその傾

向が強く表れている。ただし、中3生では、休日に過半数が「2時間以上」学習するなど、高校入試を控えてよく勉強している様子がうかがえる。

2

中・高生の多くが「もっと勉強しておけば」と後悔

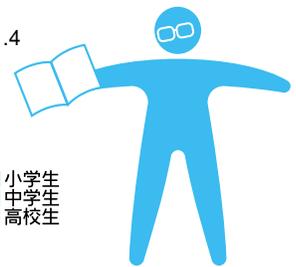
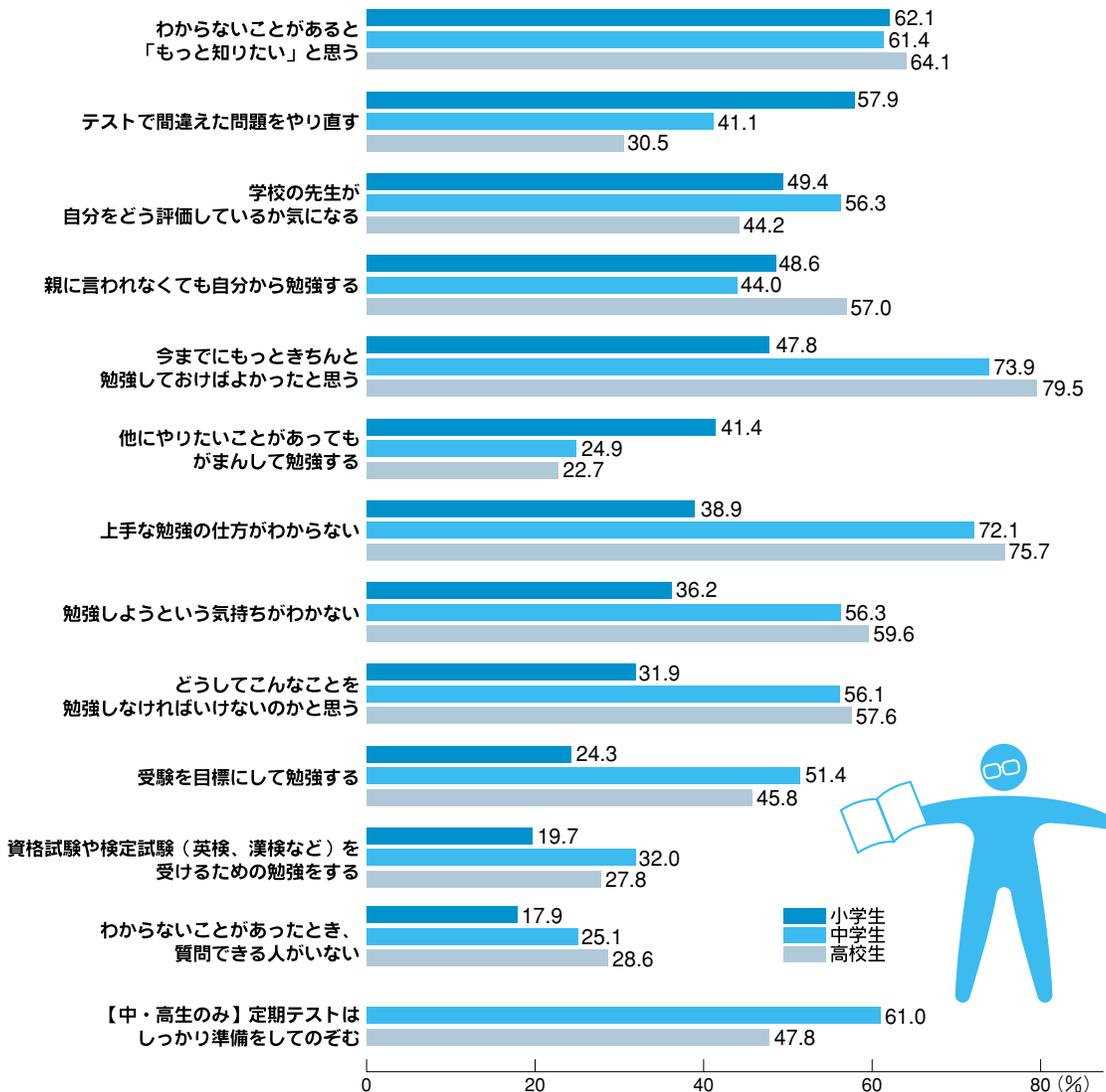
7割を超す中・高生が「今までにもっときちんと勉強しておけばよかったと思う」といった後悔や、「上手な勉強の仕方がわからない」といったとまどいを感じている。



あなたは勉強の取り組み方について、次のようなことがあてはまりますか。

図3-2-1 学習の取り組み方

「とてもそう」+「まあそう」の%



学習の取り組み方についてたずねたところ、「今までにもっときちんと勉強しておけばよかった」「上手な勉強の仕方がわからない」といった学習面での後悔ととまどいが、中・高生になると7割を超える。さらに「勉強しようという気持ちがわからない」「どうしてこんなことを勉強しなければいけないのかと思う」など学習意欲をもてない中・

高生も5割を超す。また、「わからないことがあると『もっと知りたい』と思う」という知的好奇心は、どの学校段階でも6割を超えるが、「テストで間違えた問題をやり直す」「他にやりたいことがあってもがまんして勉強する」などの行動面は、学校段階があがるにつれて著しく減少する。

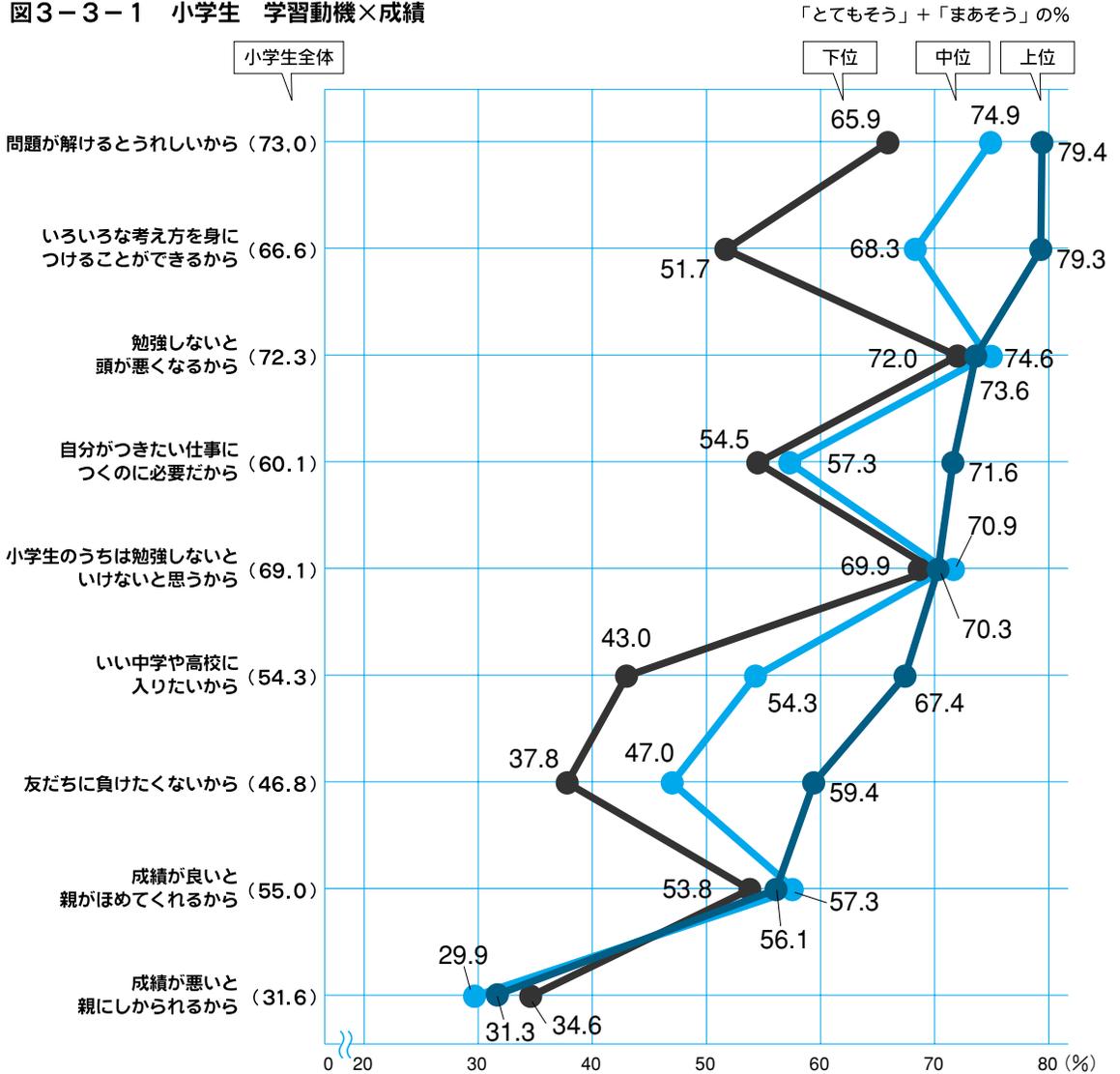
3

成績のよい子どもは積極的な理由で勉強している

成績のよい子どもは、「いろいろな考え方を身につけることができる」「自分がつきたい仕事につくのに必要」「いい学校に入りたい」といった前向きで積極的な意識をもって勉強している。

Q あなたが勉強しているのは、どうしてですか。

図3-3-1 小学生 学習動機×成績



※成績…国語・算数・理科・社会の成績の自己評価を5段階で回答してもらい、その結果を合計して、ほぼ3等分になるように「上位」「中位」「下位」を設定した。



小学生の学習動機を成績別にみると、成績のよい子どもは「いろいろな考え方を身につけることができるから」「自分がつきたい仕事につくのに必要だから」「いい中学や高校に入りたいから」といった意識を共通している。その一方で、「勉強しな

いと頭が悪くなるから」「小学生のうち勉強しないといけないと思うから」といった義務感や、「親がほめてくれるから」「親にしかられるから」など受身的な学習動機には、成績による差がみられない。中学生でも同様の傾向がみられた。

4

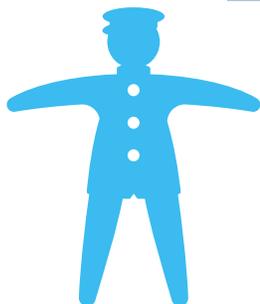
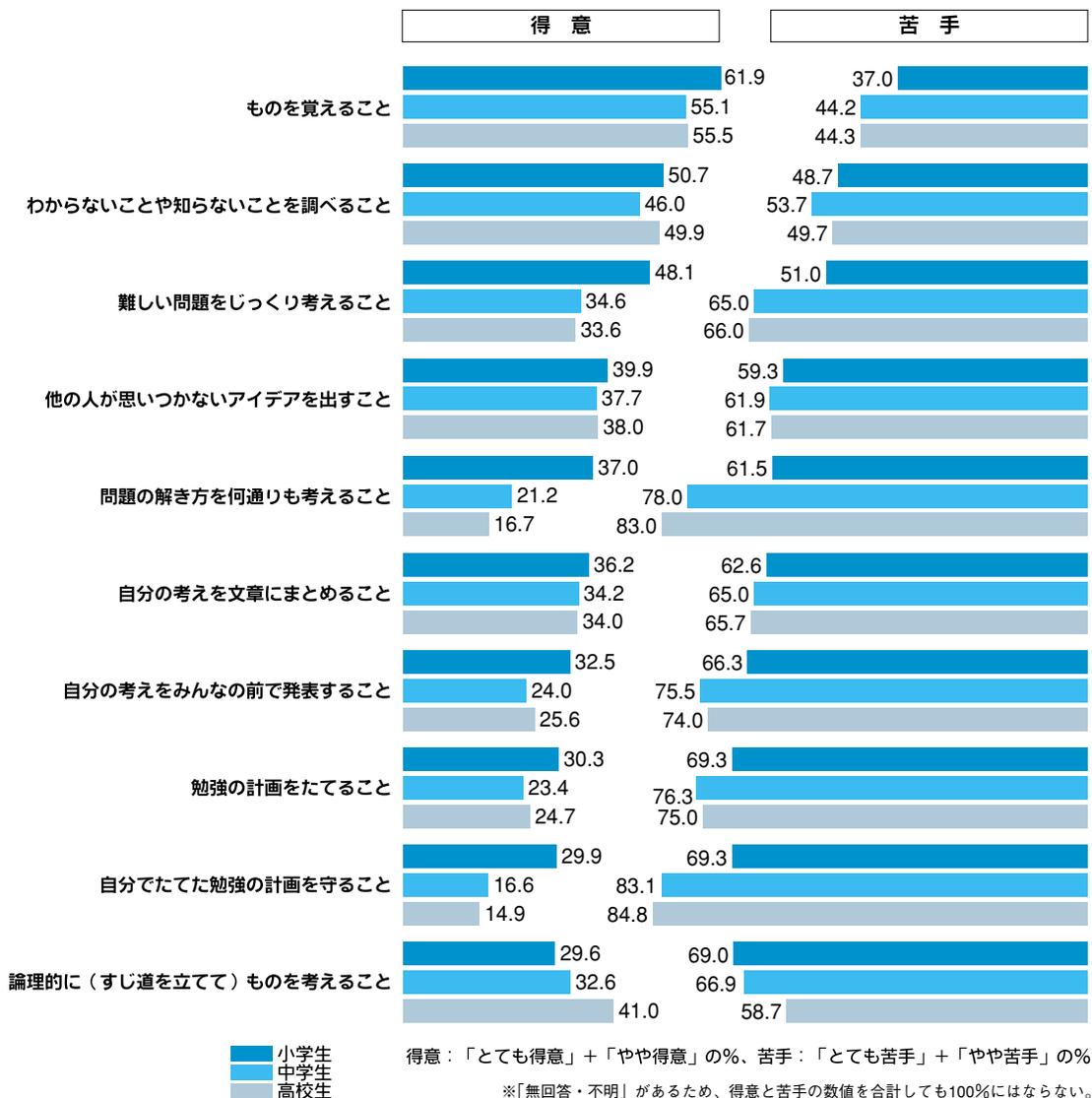
得意なのは、考えることよりも覚えること

「ものを覚えること」を「得意」と回答する割合は、どの学校段階でも半数を超える。それに対して、「難しい問題をじっくり考えること」「問題の解き方を何通りも考えること」が「苦手」の割合が増える。

Q あなたは次のようなことが得意ですか、苦手ですか。

※15項目中10項目を図示

図3-4-1 得意なこと・苦手なこと



「得意なこと・苦手なこと」をたずねたところ、「ものを覚えること」を「得意」とする割合は、どの学校段階でも5割以上と、高い傾向にあった。それに対して、「難しい問題をじっくり考えること」「問題の解き方を何通りも考えること」など、知識を

使いこなす力を問う項目では、中・高生で「得意」が少なく、「苦手」が多かった。「勉強の計画をたてること」「自分でたてた勉強の計画を守ること」は、「得意」とする割合が3割を下回る学校段階がほとんどで、計画的な学習は苦手であることがわかる。

名称が変わりました

Benesse 教育研究開発センター より

ベネッセ未来教育センターとベネッセ教育総研は、2005年4月に統合し、『Benesse 教育研究開発センター』に名称が変わりました。いままでに蓄積された研究成果をふまえ、さらに「子どもたちのよりよい生活および学習環境のあり方」を多角的に研究し、発信していくことを目的としております。

第1回 子ども生活実態基本調査

調査企画・分析メンバー

武内 清（上智大学教授）
古賀 正義（中央大学教授）
桜井 茂男（筑波大学助教授）
黒沢 幸子（目白大学助教授）
榎野 葉月（首都大学東京助手）
浜島 幸司（上智大学大学院博士課程）
元森 絵里子（東京大学大学院博士課程）
木村 治生（Benesse教育研究開発センター主任研究員）
鷲尾 奈都（Benesse教育研究開発センター研究員）
青柳 裕子（Benesse教育研究開発センター研究員）
朝永 昌孝（Benesse教育研究開発センター研究員）

『第1回子ども生活実態基本調査報告書』は2005年7月に刊行予定です。

本調査の詳細な分析をまとめた『第1回子ども生活実態基本調査報告書』（160頁程度、頒価1000円）を、2005年7月に刊行する予定です。この報告書をご希望の方は、アンケートハガキをご利用いただき、希望する冊数をご記入のうえ、ご投函ください。発刊次第、お送りいたします。なお、この報告書は、書店ではお求めになれません。直接、Benesse教育研究開発センターにお申し込みください。

2005年6月末日までにお申し込みの方に限り

「Benesse教育研究開発センター YEARBOOK」 を無料で差し上げます。

2004年度の研究成果をまとめたYEARBOOKをご希望の方に1部無料で差し上げます（2005年6月末日消印まで有効）。こちらをご希望の方も、添付のアンケートハガキに必要事項をご記入のうえ、ご投函ください。

Benesse教育研究開発センターの調査結果は、 WEBサイトでご紹介しています。

Benesse教育研究開発センターで実施している各種調査は、下記のWEBサイトで閲覧することができます。

<http://benesse.jp/berd/>

「第1回子ども生活実態基本調査」速報版

発行日：2005年4月10日 発行人：新井健一 編集人：斎藤茉莉子 発行所：㈱ベネッセコーポレーション Benesse教育研究 開発センター

48B003

●この冊子は、再生紙を使用しています。