

## 第2章

# 中高生の休校中の生活時間

— 休校になると生活はどう変わるのか —

木村 治生\* ・ 朝永 昌孝\*

### 第2章まとめ

- 本章では、中高生の「睡眠」「メディア」「人と過ごす」「学習」「部活動」の5つの時間について、休校前（2019年）と休校中（2020年4～5月ごろ）、休校後（2020年）の3時点のデータを比較します。時間の変化から、休校が中高生に与えた影響を明らかにするのが目的です。さらに、休校のインパクトが、家庭の社会経済的地位（SES）や休校期間の長さなどの状況の違いによってどう異なっていたのかを確認します。
- 平均時間の変化をみると、休校中は睡眠時間が1時間以上増えました。また、テレビ・DVD、テレビゲーム、携帯・スマートフォンなどの時間が、それぞれ20～30分増えました。総学習時間は中学生で20～30分、高校生で40～50分増えましたが、増加分のほとんどが宿題の時間で、家庭学習の時間はわずかしかなかった。さらに、人と過ごす時間や部活動の時間は、大きく減少しました。休校が、中高生の生活を大きく変えたことがわかります。
- データからは、社会経済的地位（SES）が低い家庭の子どもほど、休校中に起床時間が遅くなったり、メディアの使用時間が長くなったりといった生活の乱れが生じやすいことがわかりました。また、休校中は学習時間の格差が広がる傾向がありました。このように、休校の影響は家庭によって異なります。しかし、学校再開後はほとんどの時間が元に戻り、学校があることで生活時間の格差が縮小することがわかります。

\*ベネッセ教育総合研究所

---

## 1. はじめに

---

2020年の新型コロナウイルス感染症（以下、「コロナ」と略記）の流行に伴う休校期間中、中学生や高校生はどのような生活を送っていたのでしょうか。本章の目的は、彼らの、コロナ禍における基本的な生活の様子を明らかにすることです。それは、この後に各章で示される分析の基本情報にもなりません。

今回は、2つの視点から生徒の様子をとらえることにしました。

1つ目は、異なる時点の変化をとらえるという視点です<sup>1)</sup>。本調査は、コロナ禍以前からデータを取得してきました。その特徴を生かして、コロナ禍になる休校前の2019年と休校中のデータの比較を行い、休校が与えた影響を査定します。さらに、2019年のデータ（休校前）と学校再開後の2020年のデータ（休校後）も比較します。これによって、休校の影響が学校再開後にどの程度残っているのかを検証します。学校再開によって通常に戻った活動もありますが、通常には戻らない活動や特定の層だけ回復できない状況が生じる恐れもあります。休校（すなわち、学校に行かないという状況）が生活をどのように変えたのかを、異なる時点の比較によって明らかにします。

2つ目は、休校の影響が、生徒の状況によってどのように異なるかという視点です。休校と一口に言っても、休校期間（長さ）は異なります。学校によっても対応の内容や範囲は違っていました。また、休校にどう対応するか（できるか）という点では、家庭環境の違いによってインパクトが異なる可能性もあります。「教育格差」がコロナ禍によって強く表れるのではないかということを念頭に、継続的な実態把握をする必要も指摘されていま

す（木村，2021；前馬，2021など）。本章では、そうした生徒の状況の違いにも注目していきたいと思います。

ここで取り上げるのは、生徒たちの生活に欠かせない5つの時間の変化です。具体的には、①睡眠時間（2節）、②メディアの利用時間（3節）、③人と過ごす時間（4節）、④学習時間（5節）、⑤部活動の時間（6節）の変化を見ていきます。それぞれについて、生徒の状況によって変化の仕方が異なるのか、属性による格差が広がっていないかを検証していきます。

---

## 2. 睡眠時間の変化

---

はじめに、起床時刻と就寝時刻、そこから算出した睡眠時間を見てみましょう【**図2-1**】。「休校前」「休校後」（いずれも「子どもの生活と学びに関する親子調査」のベースサーベイで、休校前は2019年調査、休校後は2020年調査）は学校があるふだんの日について、また、「休校中」（中高生コロナ調査）は休校期間中について、起床時刻と就寝時刻をたずねています<sup>2)</sup>。

まず、休校期間中の特徴を見るため、休校前の2019年と休校中を比べます。休校前から休校中の就寝時刻の変化は、中学生で8分、高校生で15分ほど遅くなり、夜型化します。しかし、起床時刻の変化はもっと著しく、中学生で1時間14分、高校生で1時間38分も遅くなり、遅起き化します。その結果、中学生で1時間6分、高校生で1時間22分、睡眠時間が増えています。学校に行かないと、子どもたちは遅起きになり、睡眠時間が増えることがわかります。この増加の状況は、休校期間を「短期（1か月くらいまで）」「中期（2か月くらい）」「長期（3か月くらい以上）」に分けてみても、大きな違いはありませんで

した。

それでは、休校が明けて学校が再開するとどうなるのでしょうか。休校前（2019年）と休校後（2020年）を比較すると一目瞭然ですが、就寝時刻、起床時刻、睡眠時間ともに、ほぼ同じです。休校後は、完全に休校前のリズムに戻っています。

休校期間中はこれらの時刻、時間の分散が大きくなります。学校に行く必要がなくなり、夜遅くまで起きていたり、朝いつまでも起きてこなかったりするような生活リズムが乱れた生徒が出たということです。【図2-2】では、起床時刻の分布を箱ひげ図で示しまし

た。これを見ると、休校中は時刻が後ろにずれていることに加えて横幅が広くなり、ばらつきが大きいことがわかります。そして、図には示していませんが、この分散は社会経済的地位（SES）が低い層ほど大きい傾向がありました。SESが低い層を中心に、子どもの生活を十分にケアできなかった家庭があったと考えられます。学校がなくなると、生徒の生活は乱れやすくなります。一方で、学校があるときは、それらの分散が小さくなります。学校に通うことは、多くの子どもたちに平等に生活リズムを一定にする効果があるということです。

図2-1 起床・就寝時刻、睡眠時間

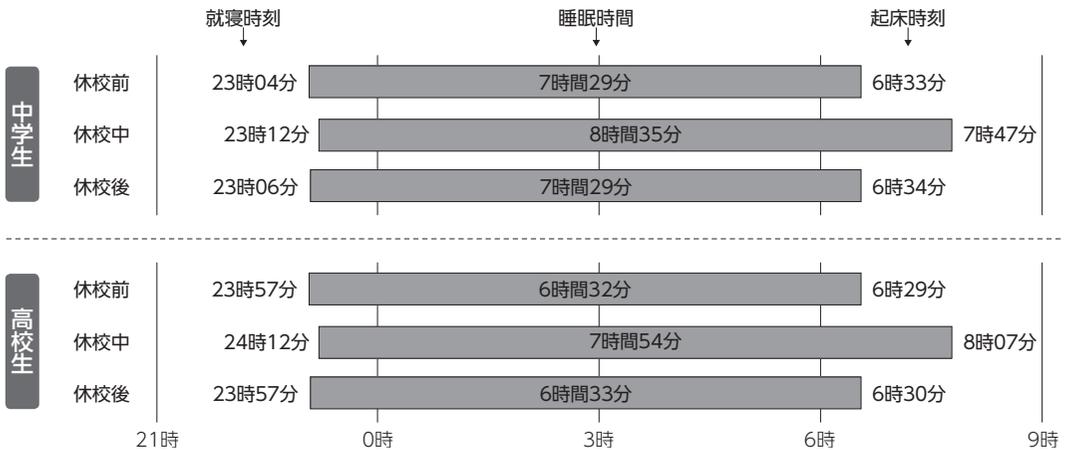
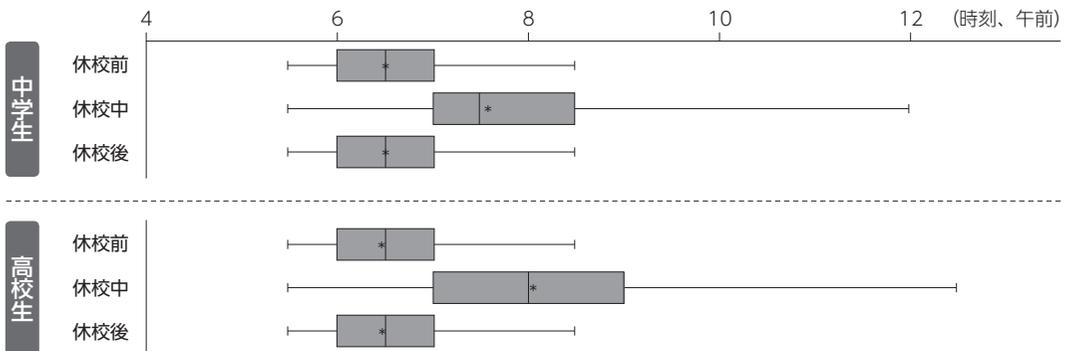


図2-2 起床時刻の分布



### 3. メディアの利用時間の変化

この節では、テレビやDVD、テレビゲームや携帯ゲーム機、携帯電話やスマートフォン、パソコンやタブレットなど、中学生と高校生が日ごろ利用しているさまざまなメディアの利用時間について見ていきます。「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」として、「ない」から「4時間より多い」までの10段階でたずねた結果を、それぞれ数値に置き換えて、平均時間を算出しました【表2-1】。

全体に言えるのは、休校中は各メディアの利用時間が増え、学校が再開すると以前と同じ程度の利用時間に戻っていることです。休校前→休校中→休校後の推移を見ると、たとえば「テレビやDVDを見る」は、中学生で78分→106分→75分、高校生で59分→81分→54分となっています。休校前との対比で休校中に増えたのは、「テレビやDVDを見る」「テレビゲームや携帯ゲーム機

で遊ぶ」「携帯電話やスマートフォンを使う」「パソコンやタブレットを使う」などでした。これらは、中学生も高校生も、20～30分前後増加しています。ステイホームで在宅時間が短くなった結果、もっとも増えたのは、こうしたメディア利用の時間でした。

図表は省略しますが、休校中のメディアの利用時間を休校期間の長さで比べると、休校期間が「長期（3か月くらい以上）」に及んだ場合、「短期（1か月くらいまで）」だった時に比べて、中学生は「テレビやDVDを見る」で19分、高校生は「携帯電話やスマートフォンを使う」で22分、「パソコンやタブレットを使う」で26分長いことがわかりました。休校期間が長くなるほど、メディアの時間も長くなる傾向があったようです。

しかし、こうした増加も、学校が再開した休校後のデータでは再び減少して、休校前の水準に戻っています。

では、こうしたメディアの利用は、家庭的な背景とどのように関係しているのでしょうか。ここでは、休校前から休校中への変化が

表2-1 メディアの利用時間（平均、単位：分）

	休校前	休校中	休校後	休校中と休校前の差	休校後と休校前の差	
中学生	テレビやDVDを見る	78	106	75	28	-3
	テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ	52	82	60	30	8
	携帯電話やスマートフォンを使う	66	90	74	24	8
	パソコンやタブレットを使う	29	55	33	27	5
	音楽を聴く	35	46	38	12	3
	本を読む	17	21	17	4	-1
	マンガや雑誌を読む	13	24	14	10	0
	新聞を読む	2	2	2	0	0
高校生	テレビやDVDを見る	59	81	54	21	-6
	テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ	47	65	49	19	3
	携帯電話やスマートフォンを使う	120	154	127	34	7
	パソコンやタブレットを使う	23	50	29	27	6
	音楽を聴く	59	64	57	5	-3
	本を読む	13	17	12	4	-1
	マンガや雑誌を読む	12	20	11	9	-1
	新聞を読む	2	2	2	0	-1

※ 90分以上に濃い網掛け（白抜き数字）、60分以上に中程度の網掛け、30分以上に薄い網掛けをした。

大きかった4つのメディアについて、家庭背景との関連を見ていきます。家庭背景は、第1章で紹介した社会経済的地位（SES）の指標（下から順にL層、LM層、UM層、H層の4段階）を用います。

【表2-2】は、SES別に各メディアの利用時間を比べています。これによると、「テレビやDVDを見る」「テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ」「携帯電話やスマートフォンを使う」の3つは、低い階層の生徒ほど長く利用していることがわかります。L層とH層を比較すると、L層のほうが20～40分ほど長く使っています。休校中はどの階層でもこれらの利用時間が増えますが、階層による差は維持されたままです。

これに対して、表の中で一番下に示した「パ

ソコンやタブレットを使う」だけが、上の3つと異なる動きをしています。この項目は、学校がある通常の時期（休校前、休校後）の使用は、階層による差がありません。しかし、休校中にはH層の生徒がよく使っていることがわかります。おそらく、テレビやDVD、テレビゲームや携帯ゲーム機、携帯電話やスマートフォンなどは余暇を楽しむために使われる傾向があり、階層が低い生徒ほど利用時間が長いのだと考えられます。これに対して、パソコンやタブレットは、休校中に学校に行けない代替として、学習に用いられることが多かったのではないかと推察します。こうした用途の違いが、時期による使われ方の差と階層による使われ方の差に表れています。

表2-2 メディアの利用時間（SES別平均、単位：分）

		中学生			高校生		
		休校前	休校中	休校後	休校前	休校中	休校後
テレビやDVD を見る	L層	88	115	84	68	88	62
	LM層	83	105	79	66	83	57
	UM層	74	107	74	56	79	53
	H層	67	96	64	48	72	44
	差（L層-H層）	21	19	20	20	16	18
	分散分析（有意確率）	0.000	0.003	0.000	0.000	0.018	0.000
テレビゲームや 携帯ゲーム機で遊ぶ	L層	62	94	74	66	78	65
	LM層	56	89	65	49	67	52
	UM層	50	81	58	39	61	43
	H層	40	63	43	32	56	36
	差（L層-H層）	22	31	30	34	22	29
	分散分析（有意確率）	0.000	0.000	0.000	0.000	0.002	0.000
携帯電話や スマートフォン を使う	L層	81	103	88	138	169	147
	LM層	68	95	80	126	155	133
	UM層	64	91	70	117	154	121
	H層	50	71	59	101	137	107
	差（L層-H層）	31	32	29	37	32	40
	分散分析（有意確率）	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
パソコンや タブレットを使う	L層	32	48	35	25	40	33
	LM層	26	55	29	22	43	27
	UM層	28	49	32	24	52	26
	H層	28	69	36	22	66	32
	差（L層-H層）	5	-20	-1	2	-25	1
	分散分析（有意確率）	0.100	0.000	0.080	0.772	0.000	0.052

#### 4. 人と過ごす時間の変化

この節では、人と過ごす時間の変化を見ていきます【図2-3】。ここでも、「ない」から「4時間より多い」までの10段階の回答を数値に置き換えて算出した平均値を用います。

図に特徴的に表れているのは、「家族と過ごす」と「自分1人で過ごす」の2つの時間は休校中に増えているのに対して、「友だちと遊ぶ・過ごす」時間は休校中に減少していることです。これは、中学生も高校生も同様です。ステイホームで自宅にいる時間が増え、外出が制限されたことが反映されています。

中学生と高校生を比べると、中学生のほうが「家族と過ごす」時間が長く、高校生のほうが「自分1人で過ごす」時間が長くなっていて、家族から自立していく発達の過程がうかがえます。そうした学校段階による違いはありますが、いずれも休校前との比較で20～50分程度、休校中に増えました。

これに対して、「友だちと遊ぶ・過ごす」時間は、休校前と比較して20～30分減少しています。もともと通常期（休校前、休校後）でも60分に満たず、それほど長いとは

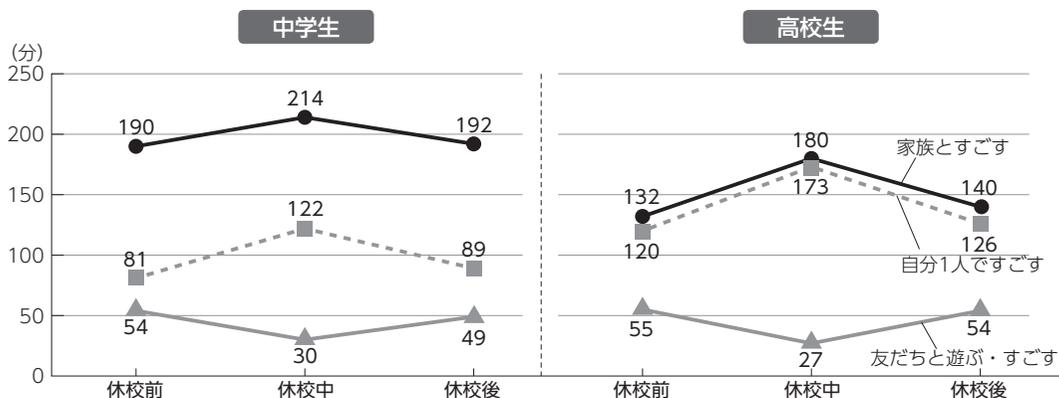
言えませんが、休校中には半減しました。中学生も高校生も、休校によって、ふだん放課後に友だちと過ごすような機会が失われたと考えられます。調査ではたずねることができていませんが、この友だちとの時間に象徴されるように、それ以外の多様な人々（祖父母や親せき、部活動の顧問、近所の人など）との交流も制約を受けていたと想像できます。しかし、友だちと過ごす時間は、学校が再開すると元に戻っています。

#### 5. 学習時間の変化

休校になって家庭で過ごす時間が長くなると、家庭での学習時間にはどのような影響があるのでしょうか。ここでは、学習時間の変化を確認します。

本調査では、「学校の宿題をする」（以下、「宿題」）、「学校の宿題以外の勉強をする（学習塾の時間を除く）」（以下、「家庭学習」）について、1日にどれくらい行っているかをたずねています。また、学習塾に関しては、「1週間に何回くらい、学習塾に行っているか」と「1回にどれくらいの時間、勉強しているか」をたずねています。ここから、「（1週間の日数）×（1回の時間）÷7」を計算する

図2-3 人と過ごす時間（平均）



ことで、1日あたりの学習塾の時間を算出することができます（以下、「学習塾」）。これらの3つの時間を合わせたものを「総学習時間」とし、それぞれの内訳も合わせて示したものが【図2-4】です。

図を見ると、休校中は休校前に比べて、学習時間が長かったことがわかります。総学習時間は、中学生で29分、高校生で46分増加しています。とはいえ、学校では1日4～5時間程度の授業を受けているわけですから、それに代わる十分な学習量が確保できていたかという点、そうではなさそうです。

しかも、増加した学習時間のほとんどは、「宿題」の増加によるものです。休校前から休校中にかけての変化を見ると、中学生では「宿題」が27分増加、「家庭学習」が9分増

加、「学習塾」が7分減少という結果です。同様に高校生では「宿題」が47分増加、「家庭学習」が9分増加、「学習塾」が10分減少でした。結局のところ学校から指示された「宿題」の時間だけが増えていて、家庭にいる時間が増えたからといって主体的に「家庭学習」を増やすようなことはなかったことがわかります。また、休校という非常事態の中で、宿題の果たす役割が相対的に大きかったということでもあります。宿題については、第3章でも説明をします。

では、学習時間の長さは、休校期間の長さによってどのように異なっていたのでしょうか。休校期間を「短期（1か月くらいまで）」「中期（2か月くらい）」「長期（3か月くらい以上）」に分けてみた結果が、【図2-5】

図2-4 学習時間（平均）

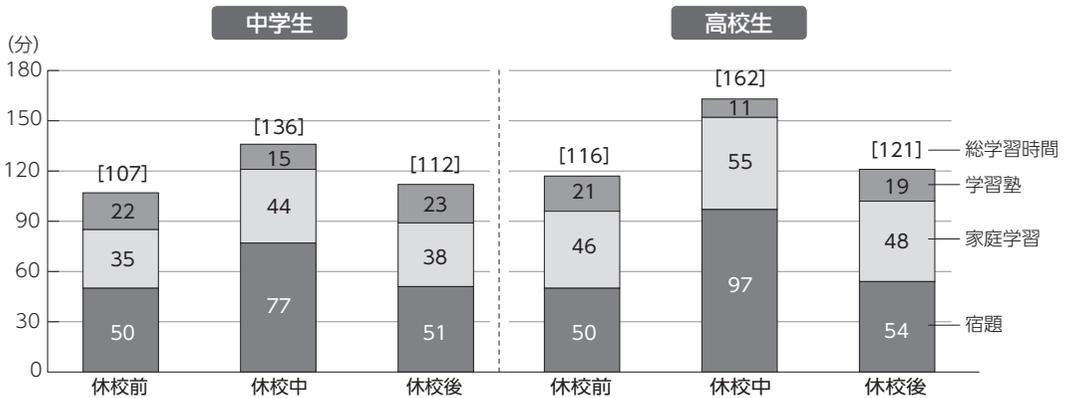
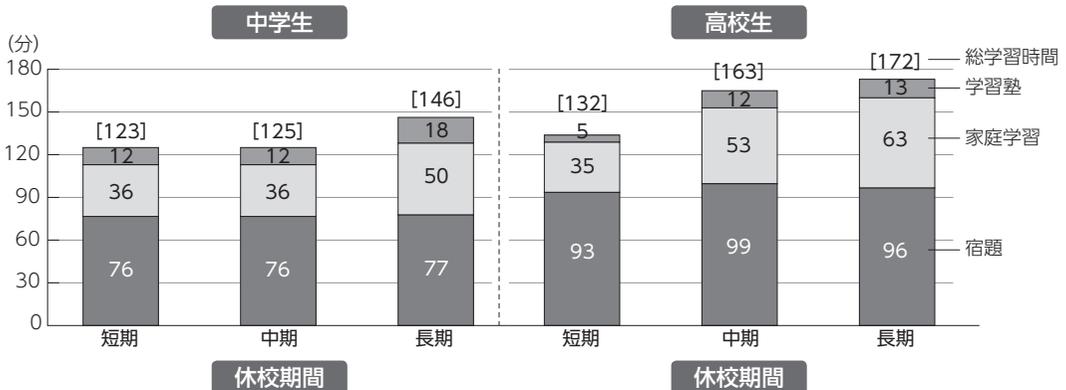


図2-5 休校中の学習時間（休校期間別）



です。これを見ると、「宿題」の時間はほとんど差がありませんが、「家庭学習」の時間は休校が長期に及ぶ生徒ほど長かったことがわかります。休校期間が長くなることで、わずかですが自発的に学習に向かうようになっていったようです。

それでは、学習時間は、生徒の家庭的な背景とどのように関係しているのでしょうか。**【表2-3】**は、それぞれの時間の推移をSES別に示したものです。ここからは、学習時間の状況について、いくつかの点を指摘できます。

第一に、SESによる違いに注目すると、高い階層の家庭の生徒ほど学習時間が長いことがわかります。総じて、L層やLM層よりもUM層やH層の生徒のほうが長く学習しています。そして、その傾向は中学生よりも高校生に顕著で、L層とH層の総学習時間の差はいずれの時期も1時間を超えます。

第二に、宿題と家庭学習と学習塾の違いに注目すると、相対的に家庭学習の階層差が大

きいことがわかります。これに対して、宿題の階層差はあまり大きくありません。宿題はどの生徒にも一律に課されるため差が広がりにくく、家庭学習が総学習時間の差の広がりにもっとも影響しています。

第三に、SESによる違いは時点によって一定ではなく、休校中における差が大きいという点も重要なポイントだろうと思います。休校のような状況では、通常のとくと比べて家庭背景による格差が広がりやすいことを示しています。休校中には宿題も、SESが高い家庭の生徒ほど取り組んでいます。

このような学習時間の変化は、家庭的な背景(SES)を分け、通常期と休校期間中の複数時点のデータを取得することで明らかになりました。休校後にはこの格差は縮まりますが、中学生は休校前(2019年)よりも休校後(2020年)の差が大きく、広がった差が今後どう推移するのかに留意する必要があります。

表2-3 学習時間 (SES別平均、単位:分)

		中学生			高校生		
		休校前	休校中	休校後	休校前	休校中	休校後
宿題	L層	53	72	53	44	87	50
	LM層	50	74	50	47	90	53
	UM層	48	75	50	51	97	53
	H層	48	86	50	56	114	60
	差(L層-H層)	6	-14	3	-12	-27	-10
	分散分析(有意確率)	0.038	0.002	0.381	0.000	0.000	0.001
家庭学習	L層	29	35	30	30	37	32
	LM層	34	40	34	42	51	41
	UM層	38	47	43	50	50	54
	H層	37	53	45	62	81	64
	差(L層-H層)	-8	-19	-15	-32	-45	-31
	分散分析(有意確率)	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
学習塾	L層	19	11	18	9	5	7
	LM層	21	14	22	15	10	16
	UM層	23	18	25	25	9	26
	H層	25	17	27	34	20	29
	差(L層-H層)	-7	-6	-9	-25	-15	-21
	分散分析(有意確率)	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
総学習時間	L層	101	118	101	83	129	89
	LM層	106	128	106	105	151	109
	UM層	110	141	118	125	156	133
	H層	111	157	122	153	215	152
	差(L層-H層)	-9	-38	-21	-70	-86	-63
	分散分析(有意確率)	0.067	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

## 6. 部活動の時間の変化

次に、部活動の時間の変化を確認します。部活動は、多くの中学生や高校生にとって重要な生活の一部です。休校中の部活動の様子はどうかののでしょうか。

【図2-6】は、部活動への加入の状況を示しています。これを見ると、3つの時点で

の変化はほとんど見られず、中学生の約8割5分、高校生約7割が部活動に入っていることがわかります。しかし、【図2-7】に示した通り、休校中の活動日数については8～9割が「活動はなかった」と回答していて、多くの学校で部活動が中止になっていました。これらを1日あたりの時間に換算したのが、【図2-8】です。きれいなV字型になっており、休校中にはほとんど行われていな

図2-6 部活動の入部状況

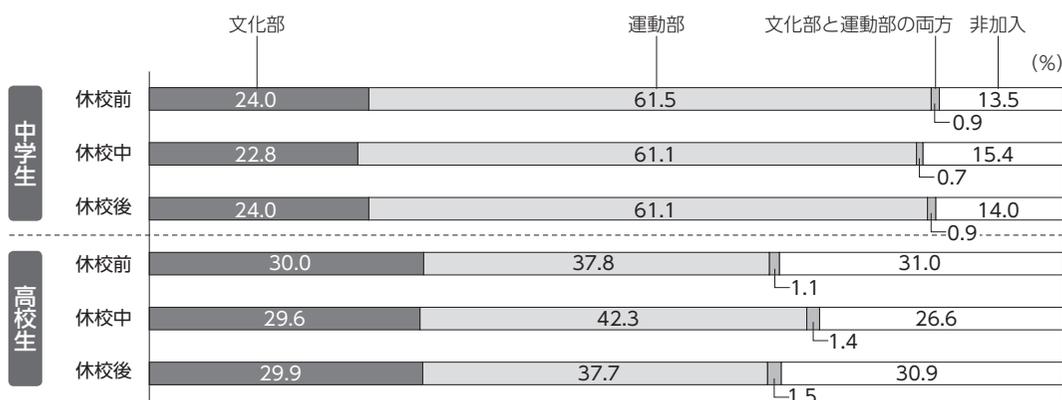
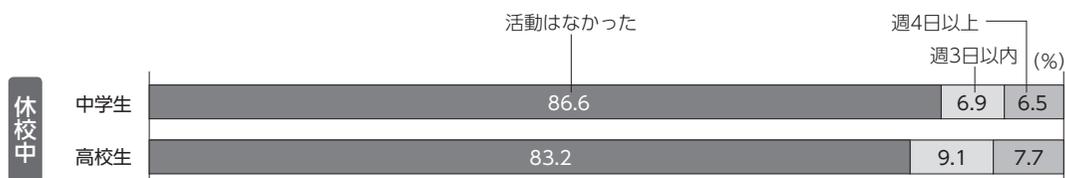
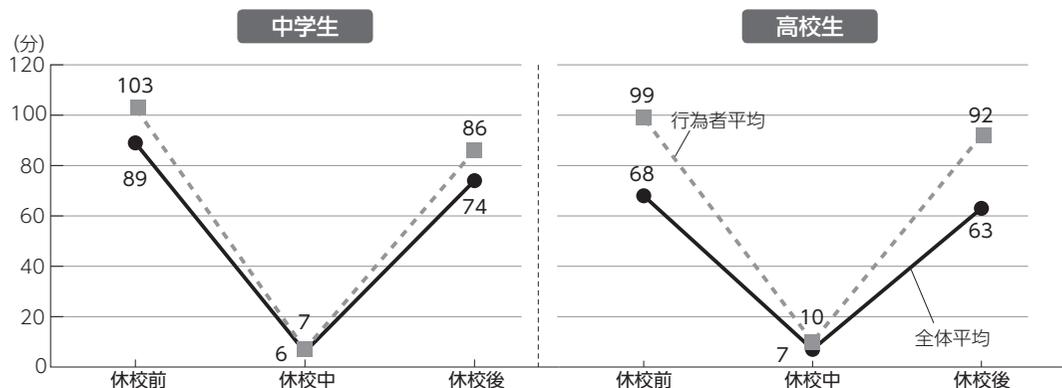


図2-7 休校中の活動日数



※部活動に参加している生徒のみを母数に算出した。

図2-8 部活動の時間



※「全体平均」は全員（部活動に非加入の生徒も含む）を母数に、「行為者平均」は部活動に入っている生徒のみを母数にして算出した。

かった部活動が、学校が再開した休校後には回復しています。ただし、休校後の数値を見ると、中学生も高校生も休校前と同じレベルまでには回復していません。これは、部活動の日数が減っているためです。教員の働き方改革やスポーツ庁・文化庁のガイドラインなどがあって部活動に休養日を設けることが推奨されています。そうした動きと関連している可能性もありますが、部活動の日数について「6日」「7日」という回答が、休校前は4割だったのが、休校後は3割に減りました。

こうした様子は、部活動に関する実態や意識をたずねた質問の結果【図2-9】にも表れています。「休校中は全校の部活動がすべて中止になった」は7～8割が、「学校再開後も部活動が制限されている（活動を減らすなど）」は5～6割が肯定しています。そのほか、「参加予定の部活動の大会が中止になった」は6割が選択をしました。意識面では、4人に1人が「部活動が少なくなって生活にゆとりができた」と回答する一方で、3割が「部活動が制限されて学校の楽しさが減った」、2割弱が「参加予定の大会がなく

なって学校生活の目標が失われた」と答えており、一定の割合の生徒が生活の張りや目標をなくしていたことがわかります。

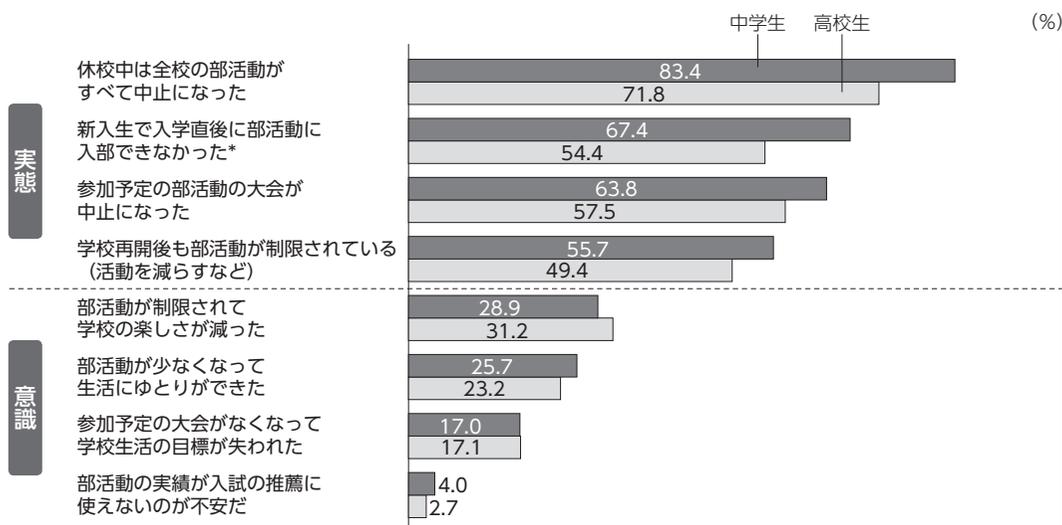
## 7. おわりに

この章では、休校が中学生・高校生の基本的な生活にどのような影響を与えたのかについて、主に時間の使い方の変化に着目して検討してきました。その際に、休校前の2019年や、学校が再開した休校後の2020年のデータと比較しながら、休校中のデータ（「中高生コロナ調査」の結果）を確認しました。休校の影響が、生徒の状況によってどのように異なるかという視点も考慮して、社会経済的地位（SES）による違いなどについても分析を行いました。ここで、今回のデータから言えることを整理しておきたいと思いません。

### 7.1. 結果のまとめ

各節で述べた順に従って、休校中の生活の

図2-9 部活動に関する実態と意識



\*複数選択。部活動に加入している生徒のみを母数に算出した。  
 ※図中の\*は、中学1年生、高校1年生のみを母数に算出した。

様子をまとめると、次のようなことが言えます。

①睡眠時間については、休校になると中学生・高校生は遅く起きようになり、睡眠時間が増えます。また、休校中は睡眠時間の分散が大きくなることから、学校に通うことが起床・就寝といった基本的な生活リズムを整えていることがわかります。

②メディアの時間も、休校中は総じて時間が増えていました。社会経済的地位(S E S)による違いでは、通常期(休校前、休校後)も休校中も階層が低い家庭の子どもほどメディアを使う時間が長い傾向が見られましたが、「パソコンやタブレットを使う」だけは休校中に階層が高い家庭の子どもほど時間が増えていました。第3章でも述べますが、社会経済的に恵まれた家庭の子どもほど、休校中にデジタル端末を使って学習をしていたことが表れています。

③人と過ごす時間は、休校になると「友だちと遊ぶ・過ごす」が減少し、「家族と過ごす」「自分1人で過ごす」が増えていました。ステイホームは、友だちとの交流の機会を奪う一方で、家族との交流を密にしたと考えられます。

④休校中の学習時間は、「宿題」「家庭学習」が増加し、「学習塾」が減少しました。それらをトータルした「総学習時間」は、中学生で20～30分、高校生で40～50分程度、通常期に比べて増えています。ただし、増加のほとんどは「宿題」であり、自主的な「家庭学習」の増加は小さいものでした。また、「家庭学習」はS E Sの高い家庭の子どもほど増やしていました。さらに、休校期間が長くなるほど、「家庭学習時間」が伸びるということもわかりました。

⑤部活動の時間は、休校によって大幅に減少しました。学校再開後(休校後)の活動時間はかなり回復しましたが、休校前よりは減っています。活動日数の減少などが原因です。

## 7.2. 調査結果から考えるべきこと

上述したような休校によって起こった変化から、私たちは何を学び、考えるべきでしょうか。最後に、その点について検討したいと思います。

①今回の調査から改めて強く感じられるのは、学校が教育課程内の学習を習得させるだけでなく、子どもたちの生活全般を支えるさまざまな役割を持っているということです。学校がなくなると、多くの子どもが遅く起きたり、メディア時間を増やしたりします。ここからは、学校が生活リズムを整える機能を持っていることがわかります。また、友だちとのかかわりや部活動の時間の減少などからは、人との交流の中で学ぶ機会が大きく制限されたことが容易に想像されます。学校の活動が制限される場面では、学習支援にとどまらず、生活全般をどう支えるか、多様な体験の中で学ぶ機会をどう補填していくかといった視点が重要です。

②2つ目は、学校の授業がなくなっても、生徒は自主的に学習するわけではない、ということ指摘したいと思います。休校によって増えた在宅時間は、7時間半程度と推定されます。また、休校以外の理由でも外出自粛によって、さらに在宅時間は増えていたでしょう。しかし、生徒たちの学習時間は「宿題」を除いてはほとんど増えていませんでした。教育課程では長きにわたって主体的に学ぶ力を育てることを重視してきたはずですが、しかし、大人たちは本当にそうした力が子どもたちに根付くような働きかけをしてきたのでしょうか。学習の不足を宿題で補うだけでなく、主体的に学ぶ子どもをどう育てるかは、通常の時期においても取り組まなければならない課題に感じます。

③3つ目は、危機における対応力が、家庭によって、もしくは生徒によって異なる点です。それについて、この章ではS E Sによる

違いを取り上げました。休校によって生活が乱れたり、学習に十分に組み込まなかったりする生徒は、社会経済的に恵まれない家庭に多く現れます。行政や学校が、一人ひとりの生徒の家庭的な背景を考慮することは難しい面がありますが、休校せざるを得ない状況では、困難を抱える子どもの存在や家庭による格差の拡大を前提にした対応が求められます。

④最後に、休校期間の問題について触れます。2020年に実施された休校の期間は、長い地域で3か月、短い地域で1か月半程度でした。休校期間の長さを分けて分析すると、「短期」よりも「長期」の子どものほうが生活の変化が大きかったことがわかりました。「長期」の子どもは、メディアの時間や家庭学習時間が長くなり、休校に対応した生活スタイルに移行する様子がうかがえます。でき

るだけ休校はしない、しても短くするほうがよいというのは、言うまでもありません。しかし、休校せざるを得ないときは、生活を乱さないような働きかけや、再開後に生活を戻すストレスを軽減する工夫が必要でしょう。このことは、夏休みのような長期休業についても同様だと考えます。

生活時間の変化という観点で見ると、休校中に見られた変化の多くは、学校再開後に回復していました。学校という存在が、生徒に大きな影響を与えていることを強く感じます。しかし、元には戻らずに、変化が維持されるようなタイプの活動もあります。また、回復した変化も、その時期に受けた傷が長く影響する可能性があります。医療における予後観察のような定期的な診断が、今後も求められます。

#### 【注】

- 1) 第1章で説明しているように、この調査は同一の個人を継続的に追跡しています。そのため、個人の変化を比較することも考えられますが、その場合、学年が上がることの効果を考慮する必要があります。そのため、本章の分析では、同一の個人の変化ではなく、異なる時点の同一の学年を比較しました。休校前のデータと休校中及び休校後のデータは、異なる個人のものになります。
- 2) ベースサーベイでは、起床時刻は「6時より前」から「8時よりあと」の7段階、就寝時刻は「10時より前」から「2時よりあと」の11段階の中から選択。「中高生コロナ調査」では、起床時刻は「6時より前」から「11時よりあと」の11段階、就寝時刻はベースサーベイと同様に設定しました。いずれもその時刻を数値に置き換えて、平均値を算出しています。

#### 【参考文献】

木村治生, 2021, 「コロナ禍における中学生の学習—休校は家庭環境による教育格差を広げたか」『チャイルドサイエンス』21, 13-18. (<https://kodomogakkai.jp/03/21.html>).

前馬優策, 2021, 「ウィズコロナと教育格差」『教育と医学』69(1), 41-47.