

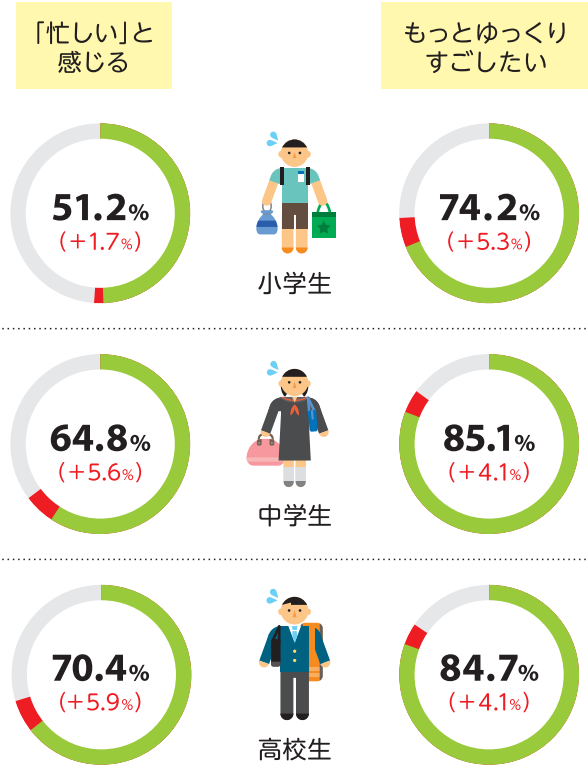
2008年  
▼  
2013年

# ゆとりがない

## 子どもたちの放課後

### 生活に対する意識 (2013年)

※「とても感じる」+「わりと感じる」の合計

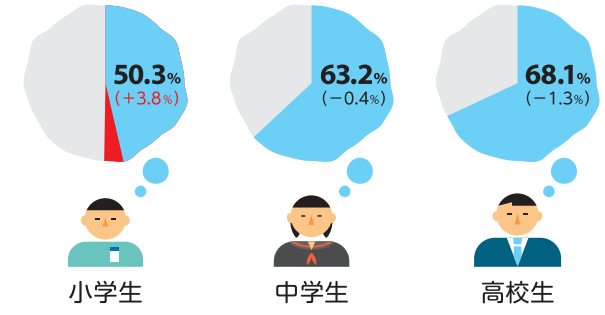


### 習い事や学校外のクラブに行っている

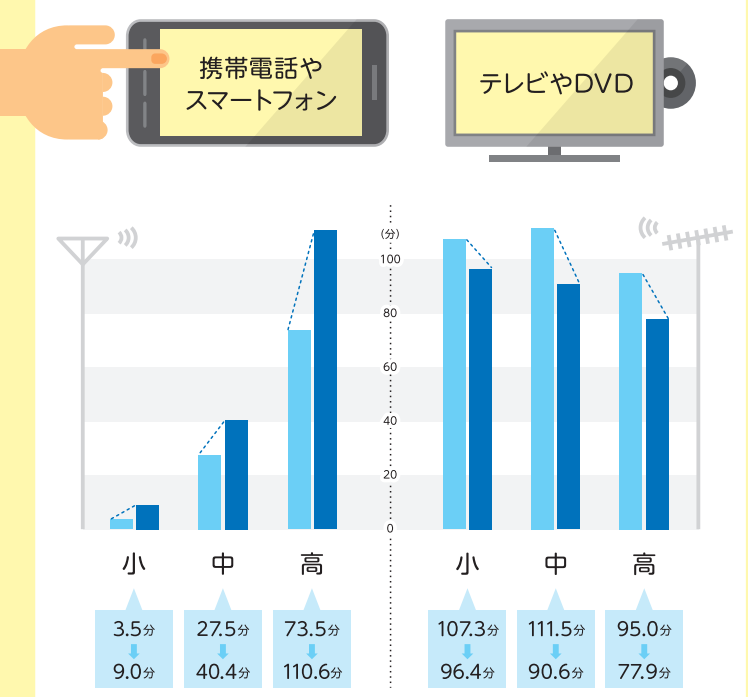


### 時間をむだに使っていると感じる (2013年)

※「とてもあてはまる」+「わりとあてはまる」の合計



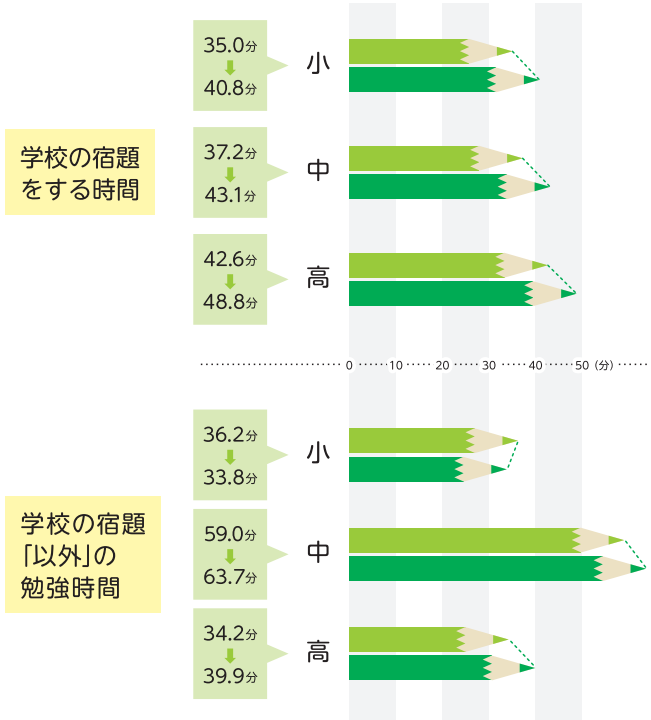
### メディアの使用時間/日



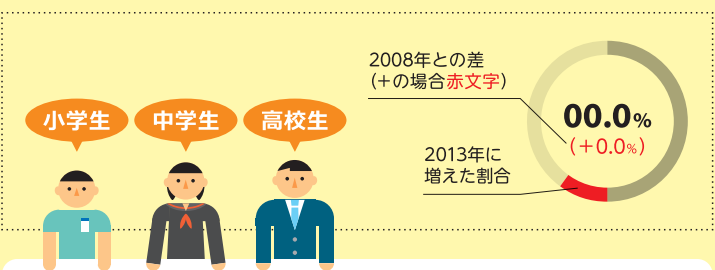
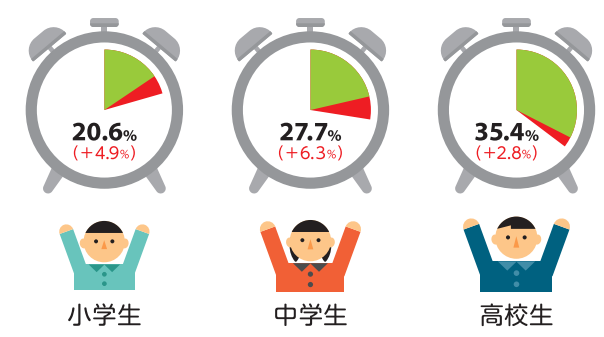
### 第2回 放課後の生活時間調査 (2013年)

調査概要:  
第1回調査(2008年 小5生~高2生 8,017名)  
第2回調査(2013年 小5生~高3生 8,100名)  
郵送法による自記式質問紙調査。  
高校生の経年比較は、高3生を除外して実施。

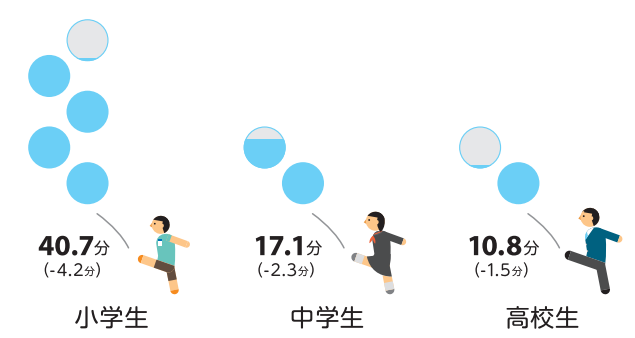
### 学校がある日の勉強時間/日



### 朝6時までに起床している (2013年)



### 外遊び・スポーツ時間/日 (2013年)



### アクティビティへの参加 (2013年)



### 「忙しい」と感じる子どもが増加

小学生の5割、中学生の6割、高校生の7割が「忙しい」と感じ、「もっとゆとりすごしたい」を肯定する割合も高い。勉強や習い事、携帯電話・スマートフォンに使う時間など、今の子どもたちは多忙である。その一方で「時間をむだに使っている」と感じる子どもが半数を超え、時間の使い方に課題もあるようだ。忙しいなかで時間をどのように使えばよいか。子どもたちにとって時間管理が大切になっている。



### 時間でみるまじめ化

中学生と高校生は「宿題」「宿題以外」のいずれの勉強時間も増えた。また、朝6時までに早起きする子どもが増加。就寝時刻も早まっていて、生活リズムは改善しつつある。全体に子どもがまじめになっているといえそうな結果だ。



### 行動の内向き化

勉強や携帯電話・スマートフォンの使用時間の増加とは対照的に、外遊び・スポーツの時間は減少傾向にある。「アクティビティへの参加」も「ほとんどしない」の割合が増加傾向にあり、子どもたちの多様な体験の機会が減っている。