

第3節 1日あたりの活動時間

乳幼児は1日のなかでメディア以外の活動とメディアを視聴する活動をどちらも行っている。メディア以外の活動は年齢による差がみられるが、メディアを視聴（使用）する時間は、年齢による差がほぼみられない。

●乳幼児は1日のなかでメディア以外の活動とメディアを視聴する活動をどちらも行っている

乳幼児期に、子どもたちは自分の身の回りへの興味や関心を広げながら活動する。毎日を過ごすなかで、子どもたちが五感をバランスよく発達させていくことはとても重要といえよう。では、1日あたりにメディア以外の活動とメディアを視聴（使用）した活動の時間的なバランスはとれているだろうか。

図1-3-1は、乳幼児の平日の活動時間を、メディア以外の活動4項目とメディアを視聴（使用）した活動10項目でみたものである。メディアを視聴（使用）した活動は、家庭にそのメディアがあり、子どもが使用している場合に限定した。平日に1時間以上行っている活動を多い順にみてみよう。「おもちゃ（電子メディアを除く）で遊ぶ」83.6%、「テレビ番組（録画を除く）」76.7%、「外で遊んだり、お散歩をしたりする」69.8%、「録画したテレビ番組」60.7%の順となっており、メディア以外の活動とメディアを視聴（使用）した活動のどちらも行っていることがわかる。この傾向は2013年調査と変わらなかった。

「テレビ番組（録画を除く）」の視聴時間は、「30分くらい」以下が23.5%、「1時間くらい」が30.4%、「2時間くらい」が23.3%、3時間以上が23.0%と分布しており、家庭によって差がある。「録画したテレビ番組」の視聴時間も、「30分くらい」以下が39.3%、「1時間くらい」が36.1%、「2時間くらい」以

上が24.6%と分布しており、こちらも家庭によって差がある。一方、「パソコン」「スマートフォン」「携帯電話」「音楽CD」は「15分未満」が5割以上だった。

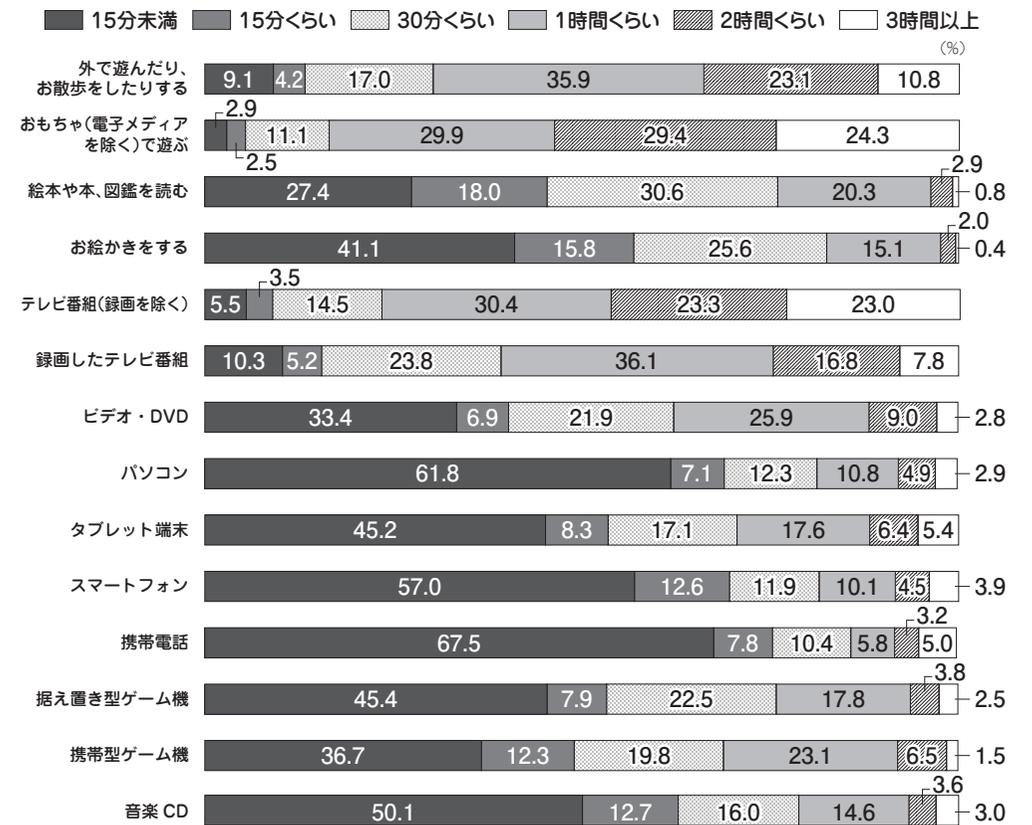
●年齢が上がると、外遊びやお絵かきは増えておもちゃ遊びは減るが、メディアを視聴する時間はほぼ変わらない

それぞれの活動時間は、乳幼児の年齢により異なるであろう。そこで、1日の活動の平均時間を算出し、子どもの年齢別にみたのが、表1-3-1である。

メディア以外の活動をみると、「外で遊んだり、お散歩をしたりする」と「お絵かきをする」は年齢があがるに従って時間が増えていた。一方、「おもちゃで遊ぶ」は2歳をピークに減っていた。「絵本や本、図鑑を読む」は変わらなかった。年齢区別別に就園状況でみた場合、この4項目の1日の活動時間に大きな差はみられなかった。

メディアを視聴（活用）した活動をみると、全体的に年齢による差は小さい。「テレビ番組（録画を除く）」は、0歳を除いて、年齢があがるに従って視聴時間が減少傾向だった。「録画したテレビ番組」と「ビデオ・DVD」は3歳がピークだった。この3項目について、年齢区別別に就園状況でみると差がみられた。1～3歳では未就園児が保育園児より視聴時間が長く、「テレビ番組（録画を除く）」は未就園児が125分に対して保育園児は70分だった。また、4～6歳では幼稚園児が保育園児よりやや視聴時間が長い傾向だった。一

図1-3-1 平日の活動時間（2017年）



注) 「外で遊んだり、お散歩をしたりする」「おもちゃ(電子メディアを除く)で遊ぶ」「絵本や本、図鑑を読む」「お絵かきをする」は、園での活動を含める。「テレビ番組(録画を除く)」「録画したテレビ番組」「ビデオ・DVD」「パソコン」「タブレット端末」「スマートフォン」「携帯電話」「据え置き型ゲーム機」「携帯型ゲーム機」「音楽CD」は家庭での活動を聞いている。「まったく見ない」と回答した人を除く。

表1-3-1 平日の活動時間（子どもの年齢別、年齢区分別・就園状況別、2017年）

〈メディア以外の活動〉									1～3歳		4～6歳	
	0歳後半	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	未就園	保育園	幼稚園	保育園	
外で遊んだり、お散歩をしたりする	44	59	76	75	90	92	95	71	64	95	88	
おもちゃ(電子メディアを除く)で遊ぶ	111	118	126	120	97	91	83	125	111	89	94	
絵本や本、図鑑を読む	14	33	33	33	32	32	34	30	44	31	40	
お絵かきをする	1	13	20	26	32	34	36	17	28	33	39	

〈メディアを視聴（使用）した活動〉									1～3歳		4～6歳	
	0歳後半	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	未就園	保育園	幼稚園	保育園	
テレビ番組（録画を除く）	100	119	113	107	101	103	102	125	70	106	81	
録画したテレビ番組	51	68	74	83	62	65	61	80	60	65	54	
ビデオ・DVD	42	36	47	57	39	41	38	50	42	40	36	
パソコン	—	—	21	30	36	27	24	25	26	29	29	
タブレット端末	—	—	39	44	44	44	40	42	30	43	36	
スマートフォン	45	31	31	33	28	25	29	32	31	27	28	
音楽CD	44	35	32	37	25	22	29	36	26	26	21	

注1) 年齢のサンプル数が100人未満の場合は、分析から除外。
 注2) 携帯電話、据え置き型ゲーム機はすべての年齢で、携帯型ゲーム機は5歳以下で、サンプル数が100人未満のため、表から除外。
 注3) 「15分未満」を7.5分、「15分くらい」を15分、「1時間以上」を540分として算出。平均時間を四捨五入した。
 注4) 「まったく見ない」と回答した人を除く。

方、「パソコン」「タブレット端末」「スマートフォン」は、年齢による大きな差はみられなかった。また、年齢区分別に就園状況でみた場合も大きな差はみられなかった。

これらから、1日のなかで、メディア以外の活動時間は年齢と関連するが、メディアの視聴（使用）時間は就園状況と関連すると思われる。

●保護者が子どもの学ぶ環境を整える頻度が高い場合、テレビ番組の視聴時間が短い

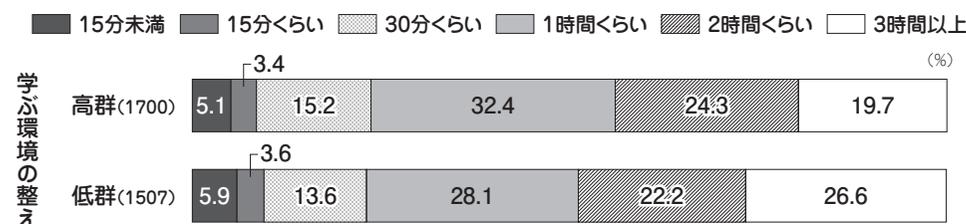
乳幼児が興味や関心を広げるとき、大人は子どものことをよく考え、気づかいながら、質のよい環境を提供する必要があるだろう。では、保護者の子育て意識や行動は、子どものメディア視聴（使用）時間と関連するだろうか。

日頃のかかわりとして、「子どもが文字や数に興味を示したとき、さらに学べるように環境を整えている」「子どもと知育玩具を使って何か学習するような遊びをしている」の2項目について、「よくある」を3点、「ときどきある」を2点、「あまりない」を1点、「ぜんぜんない」を0点として合計した。合計点数が高かった群を「学ぶ環境の整え高群」、低かった群を「学ぶ環境の整え低群」とした。図1-3-2は、学ぶ環境の整え2群別に「テレビ番組」の視聴時間を比べたものである。これをみると、学ぶ環境の整え高群は「1時間くらい」以下が56.1%、「3時間以上」が19.7%であるのに対して、学ぶ環境の整え低群は「1時間くらい」以下が51.2%、「3時間以上」が26.6%だった。学ぶ環境の整え低群は、子どもが文字や数に興味を示したときに文字やひらがなの書いてある積み木を用意したり、数を数えられるようにおもちゃを並べて工夫したりする代わりに、テレビ番組を子どもが学べる機会ととらえ、利活用している可能性が考えられる。

●保護者が子どもとの遊び方やおもちゃや絵本の与え方に戸惑うほど、子どものスマートフォンの使用時間が長い

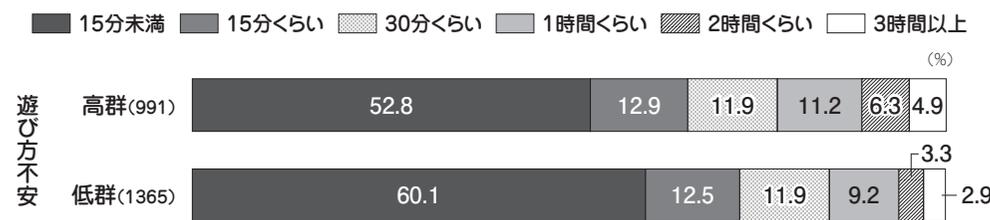
子育て意識として、「子どもとの遊び方がわからない」「おもちゃや絵本の選び方・与え方がわからない」「習い事や教材の選び方・与え方がわからない」の3項目について、「よくある」を3点、「ときどきある」を2点、「あまりない」を1点、「ぜんぜんない」を0点として合計した。合計点数が高かった群を「遊び方不安高群」、低かった群を「遊び方不安低群」とした。図1-3-3は、遊び方不安2群別に「スマートフォン」の視聴（活用）時間を比べたものである。これをみると、遊び方不安高群は「15分未満」が52.8%、「1時間くらい」以上22.4%であるのに対して、遊び方不安低群は「15分未満」が60.1%、「1時間くらい」以上15.4%だった。遊び方不安高群は、子どもとどう遊んだらいいだろう、おもちゃや絵本、習い事などの活動に何を选んだらいいだろう、どう与えたらいいだろうと思うことがある傾向にあるが、子どもとスマートフォンを使いながら、一緒に遊んだりするなど親子のコミュニケーションをはかっている可能性が考えられる。今後、保護者にどのような不安があり、スマートフォンが親子でどのように活用されているかについては、より詳しく探る必要があるだろう。

図1-3-2 平日1日あたりの利用状況（テレビ番組、2017年）



注1) 「子どもが文字や数に興味を示したとき、さらに学べるように環境を整えている」「子どもと知育玩具を使って何か学習するような遊びをしている」の2項目について、「よくある」を3点、「ときどきある」を2点、「あまりない」を1点、「ぜんぜんない」を0点として合計した。合計点数を2群に分けた。
 注2) 「まったく見ない」と回答した人を除く。
 注3) ()内はサンプル数。

図1-3-3 平日1日あたりの利用状況（スマートフォン、2017年）



注1) 「子どもとの遊び方がわからない」「おもちゃや絵本の選び方・与え方がわからない」「習い事や教材の選び方・与え方がわからない」の3項目について、「よくある」を3点、「ときどきある」を2点、「あまりない」を1点、「ぜんぜんない」を0点として合計した。合計点数を2群に分けた。
 注2) 「まったく見ない」と回答した人を除く。
 注3) ()内はサンプル数。