

令和5年度  
家庭教育に関する  
アンケート  
結果報告書

栃木県PTA連合会  
教育課題委員会

## ○ 令和5年度 家庭教育に関するアンケートの概要

### 目的:

栃木県PTA連合会の基本方針である「子どもに基本的な生活習慣を身に付けさせ、学校教育の更なる充実のために支援する体制を確立する」ために、状況を把握し、基礎資料として情報提供するとともに、保護者自らが子どもの生活習慣を振り返ることを目的とする。

総回答数： 2833件

調査対象者： 令和5年度 栃木県PTA会員 協力25校

### 【調査協力校一覧】

足利市立けやき小学校	市貝町立市貝中学校
宇都宮市立泉が丘中学校	大田原市立西原小学校
小山市立羽川小学校	鹿沼市立粟野中学校
上三川町立北小学校	さくら市立喜連川小学校
佐野市立田沼東中学校	塩谷町立玉生小学校
下野市立祇園小学校	高根沢町立北高根沢中学校
栃木市立西方小学校	那珂川町立馬頭中学校
那須烏山市立南那須中学校	那須塩原市立三島中学校
那須町立東陽小学校	日光市立下原小学校
野木町立南赤塚小学校	芳賀町立芳賀北小学校
真岡市立山前中学校	益子町立益子西小学校
壬生町立南犬飼中学校	茂木町立茂木中学校
矢板市立片岡小学校	

調査方法： Webによる回答(Googleフォームによるアンケート)

調査期間： 令和5年11月～12月

調査機関： 栃木県PTA連合会 教育課題委員会

○ 令和5年度 家庭教育に関するアンケート調査項目(全23問)

《 お子さんについて 》

Q1.お住まいの市町をお聞かせください。

宇都宮市 足利市 栃木市 佐野市 鹿沼市 日光市  
小山市 真岡市 大田原市 矢板市 那須塩原市  
さくら市 那須烏山市 下野市 上三川町 益子町 茂木町  
市貝町 芳賀町 壬生町 野木町 塩谷町 高根沢町  
那須町 那珂川町

Q2.お子さんは何年生ですか？

小学1年生 小学2年生 小学3年生 小学4年生  
小学5年生 小学6年生 中学1年生 中学2年生  
中学3年生

Q3.お子さんの平日の起床時間は何時ごろが多いですか？

5時より前 5時ごろ 5時30分ごろ 6時ごろ  
6時30分ごろ 7時ごろ 7時30分ごろ 8時ごろ 8時よりあと

Q4.お子さんの就寝時間は何時ごろが多いですか？

20時より前 20時ごろ 21時ごろ 22時ごろ  
23時ごろ 24時ごろ 24時よりあと

Q5.お子さんはどのような電子機器をお持ちですか？(複数回答可)

テレビゲーム 携帯ゲーム パソコン タブレット  
携帯電話(スマートフォン以外) スマートフォン  
スマートウォッチ 持っていない

Q6.お持ちと回答された方は、それらの電子機器を一日の中でどれくらいお使いですか？

30分未満      30分～1時間      1時間～2時間      2時間～3時間  
3時間～4時間      4時間超

Q7.携帯電話・スマートフォンをお持ちと回答された方は、何年生の時からお使いですか？

小学校1年生未満      小学1年生      小学2年生      小学3年生  
小学4年生      小学5年生      小学6年生      中学1年生  
中学2年生      中学3年生

《 朝ごはんについて 》

Q8.お子さんは朝ごはんを食べていますか？

毎日食べる      だいたい食べる      ほとんど食べない      食べない

Q9.食べると回答された方は、主にどのような朝ごはんを食べていますか？

ごはん・パン・シリアルなどの主食だけの時が多い  
主食と+1品(主菜・副菜・果物・乳製品など)の時が多い  
主食と+2品(主菜・副菜・果物・乳製品など)の時が多い  
主食と+3品以上(主菜・副菜・果物・乳製品など)の時が多い  
菓子類

Q10.食べると回答された方は、主に誰と一緒に朝ごはんを食べていますか？

家族みんな      親といっしょに(家族全員ではない)  
兄弟といっしょに      一人で      その他

Q11.お子さんに朝食を食べてもらうために、工夫していることはありますか？(複数回答可)

必ず一緒に食べる  
好物、好きな食材を入れる  
食べる時間を決めている  
その他(自由回答)

《 運動・遊びについて 》

Q12.お子さんは一日の生活の中でどれくらい体を動かしていますか？  
(※外遊び・クラブ活動・歩くこと・階段の上り下り・家事のお手伝いなどを含む)

30分未満          30分～1時間      1時間～2時間      2時間～3時間  
3時間～4時間      4時間超

《 生活習慣・その他について 》

Q13.お子さんが家庭や塾で学習に取り組んでいる時間は、一週間平均で一日どれくらいですか？

30分未満          30分～1時間      1時間～2時間      2時間～3時間  
3時間～4時間      4時間超

Q14.電子機器を持っている持っていないにかかわらず、お子さんとネットの利便性や危険性について話し合いをしたことはありますか？

ある          ない          しようと思っているがまだできていない

Q15.お子さんはネットトラブルに巻き込まれたことはありますか？

巻き込まれた          巻き込まれそうになった  
巻き込まれたことはない分からない

Q16.巻き込まれた・巻き込まれそうになったと回答された方は、具体的にはどのようなトラブルですか？(複数回答可)

誹謗中傷 仲間外れ 高額課金 個人情報漏洩 ワンクリック詐欺  
著作権の侵害 ストーカー行為 ネットで他人とつながる その他

Q17.お子さんはオンラインゲームで遊んでいますか？

遊んでいる 遊びたがっているが認めていない 遊んでいない

Q18.コロナ禍を経て、お子さんに変化はありましたか？

変化があった 変化はなかった

Q19.Q18で「変化があった」と回答された方は、具体的にお子さんにどのような変化がありましたか？（複数回答可）

忍耐力がなくなった	我慢強くなった
消極的になった	積極的になった
お手伝いをしなくなった	お手伝いをするようになった
家族で過ごす時間が減った	家族で過ごす時間が増えた
夢や希望を持てなくなった	夢や希望を持つようになった
体力がなくなった	体力がついた
運動の時間が減った	運動の時間が増えた
遊び(外出)の時間が減った	遊び(外出)の時間が増えた
電子機器(ゲーム・スマホ等)の使用時間が減った	
電子機器(ゲーム・スマホ等)の使用時間が増えた	
家庭学習の時間が減った	家庭学習の時間が増えた
健康への意識(手洗い・マスク・消毒等)が高まった	
マスクを外せなくなった	
その他	

《 読書について 》

Q20. お子さんは、1週間でおよそ何時間くらい本(電子書籍を含み、マンガは除きます)・新聞・雑誌を読みますか。

0～1時間未満            1時間以上            3時間未満            3時間以上

Q21. 保護者の方にお伺いします。あなたは、1週間でおよそ何時間くらい本(電子書籍を含み、マンガは除きます)・新聞・雑誌を読みますか。

0～1時間未満    1時間以上3時間未満    3時間以上

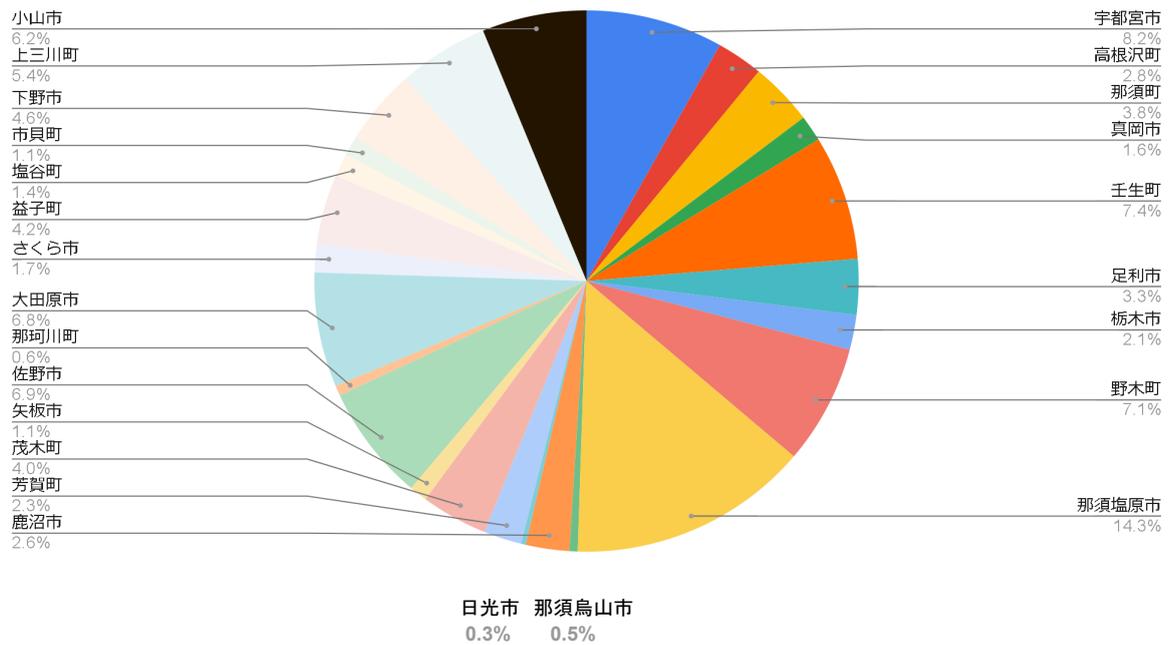
Q22. 保護者の方にお伺いします。あなたは、お子さんと本に関する会話(本の感想、本のすすめ合い、読み聞かせなど)をすることがありますか。

週に1回以上ある            2週間に1回程度ある  
1か月に1回程度ある            半年に数回程度ある  
1年に1回程度ある            ない

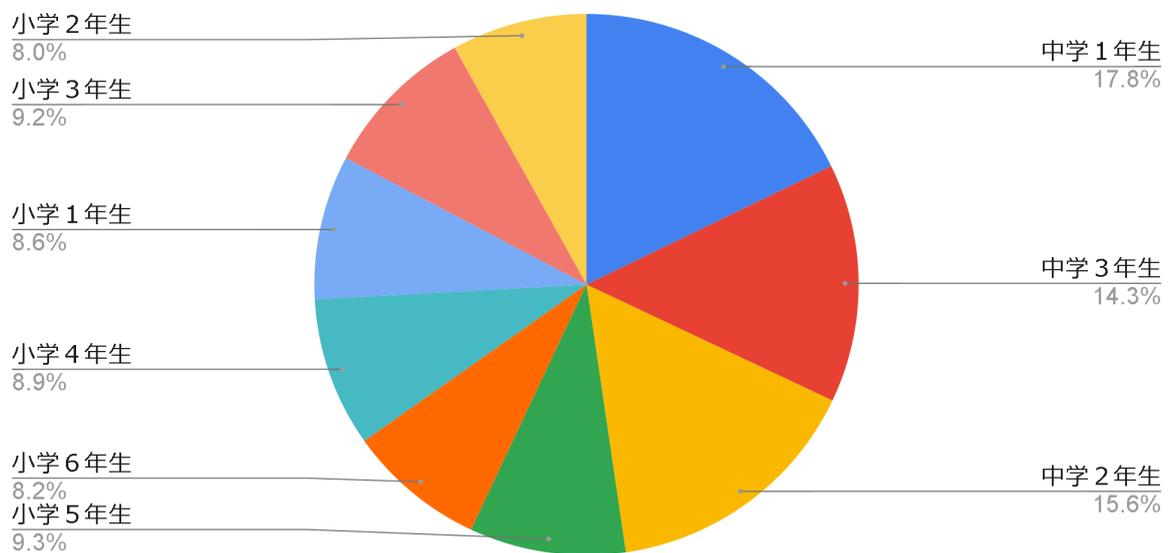
Q23. 保護者の方にお伺いします。あなたは、子どもから大人までの読書量を増やすために何が必要だと思いますか。(複数回答可)

図書館の本・資料の充実(電子書籍を含む)  
家庭で読書の時間を設けるなど、読書に関する取組の実施  
学校等で読書の習慣をつけるような取組の実施  
読書に関するイベントの開催  
読書の意義や効果の周知  
図書館、本があるカフェなど、本に出会える場所に関する情報の発信

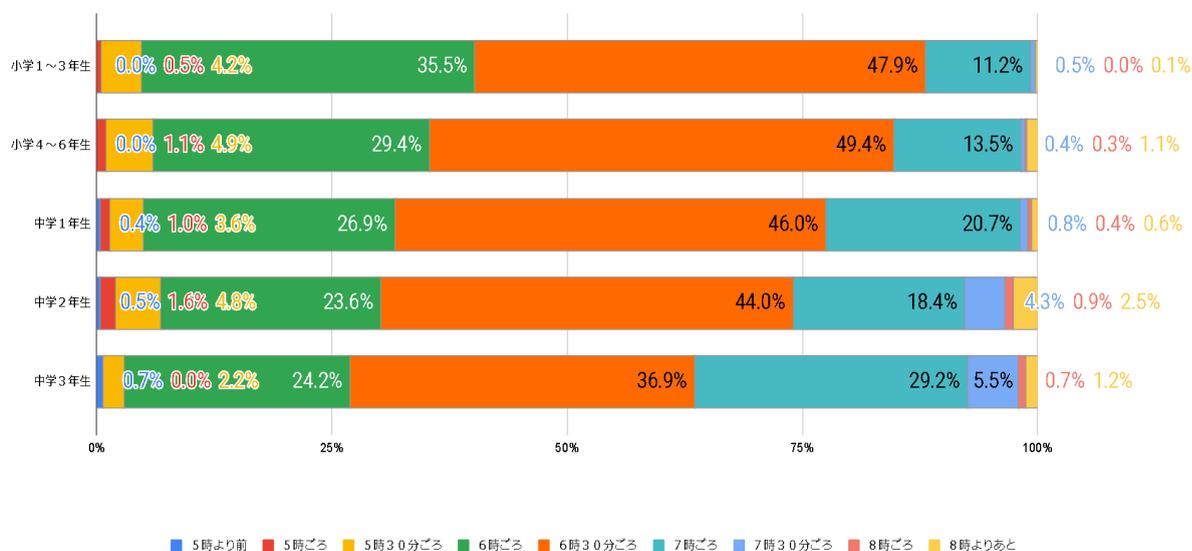
## Q1.お住まいの市町をお聞かせください。



## Q2.お子さんは何年生ですか？



### Q3.お子さんの平日の起床時間は何時ごろが多いですか？



どの学年でも、6時半ごろ起床が最も多い結果でした。学年が上になるにつれて起床時間が遅い割合が増えていきます。登校準備が効率的にできるようになっていくので、ぎりぎりまで寝ていても大丈夫という気持ちなのかもしれません。

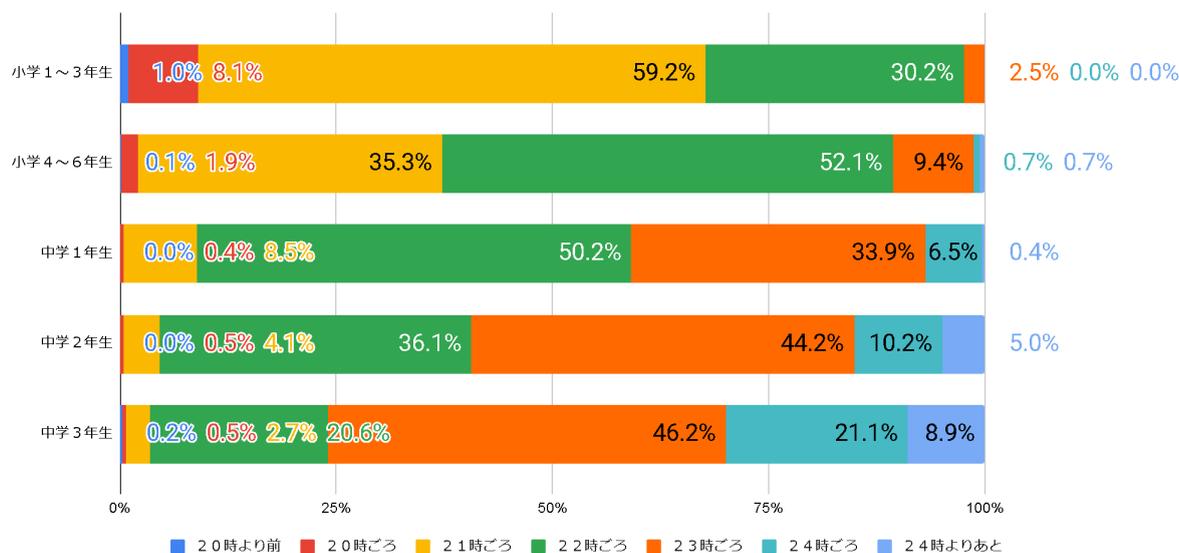
数年前は、7時前の起床が約8割を占めていました。また、当時は中学校で朝練が多く行われていたため、6時前の起床の比率が高いのも特徴的でした。コロナ禍を経て、朝練の実施も縮小した関係で全体的に起床時間が遅くなっている一因ではないでしょうか。

一般的に、起床し、脳が活発に働き出すまでの時間は3時間以降と言われています。授業を、1時間目から集中して受けられるように、保護者と子どもが、一緒に起床時間について考え、早い時間の就寝、そして早起きの習慣を身につけましょう。

#### 豆知識

朝の光を感じてセロトニンという脳内物質が分泌されると、脳と体が覚醒したり、心のバランスを整えてくれたりして、日中元気に活動できます。また体内時計が修正されることで、夜ぐっすり眠ることができます。

## Q4.お子さんの就寝時間は何時ごろが多いですか？



小学生は22時ごろには、大半を占める結果でした。高学年になると23時以降の比率が10%を超えます。

中学1年生になると23時以降の比率が40%を超え、中学3年生になると75%を超えます。

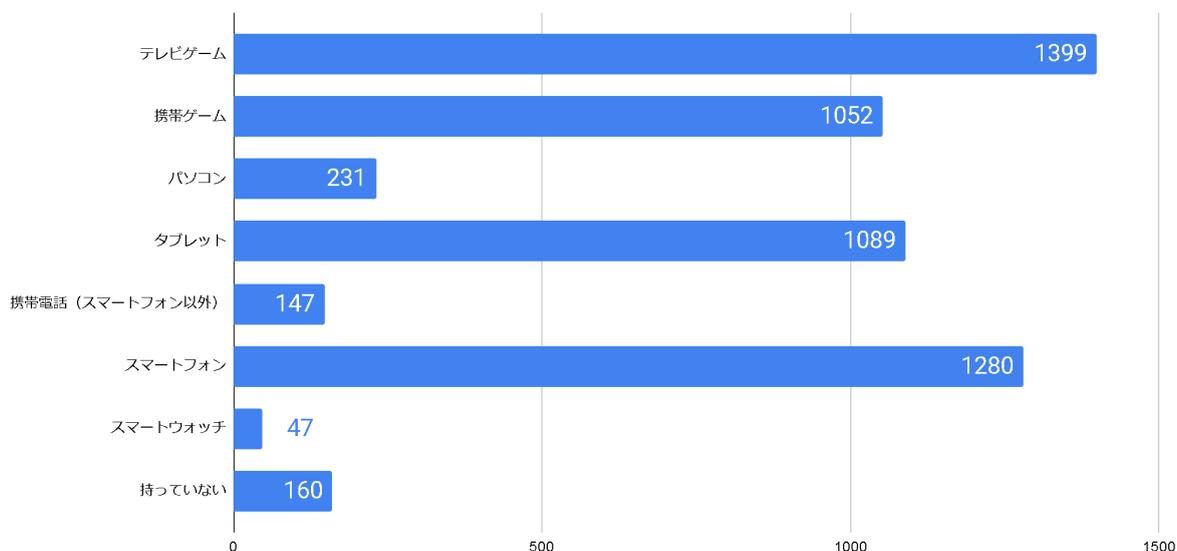
中学生になると就寝時間が遅くなる傾向は、特に部活動や塾など、家庭外での活動が要因と考えられます。

文部科学省が推進する「早寝早起き朝ごはん国民運動」では、生活のリズムを作ることで子どもたちの自立と健全育成を推進する効果があるとしています。毎日ベストコンディションで生活ができるように、就寝時間について家庭内で話し合しましょう。

### 豆知識

睡眠は、寝入ってすぐの深い睡眠時に多量の成長ホルモンが分泌され、体づくりを促進します。また後半にはその日起こったことを繰り返し再生し、新しく学んだ知識や運動技能などの定着が行われます。

## Q5.お子さんはどのような電子機器をお持ちですか？（複数回答可）

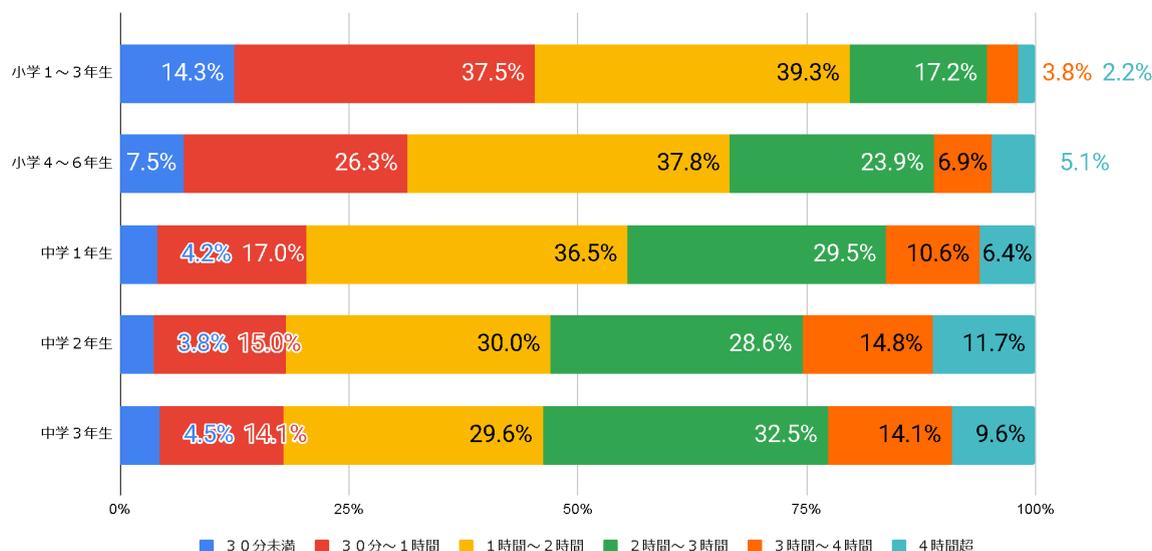


タブレットやスマートフォンの数が携帯ゲームを超え、テレビゲームの数に近づいています。

現在、テレビゲーム、携帯ゲーム、タブレット、スマートフォンもインターネットで簡単に世界につながるのが当たり前という状況にあります。そのため、電子機器が得意という子どもが多いのに対し、世代的に電子機器が苦手な保護者も少なくなく、子どものネットトラブルに不安を感じながらも、十分に対策や使用制限ができていないケースもあります。

少なくとも、子どもに持たせる電子機器については、子どもとコミュニケーションを取りながら理解を深め、より安全な利用環境を整えていきましょう。また、家庭での利用ルールについてもしっかり話し合しましょう。

Q6.お持ちと回答された方は、それらの電子機器を一日の中でどれくらいお使いですか？

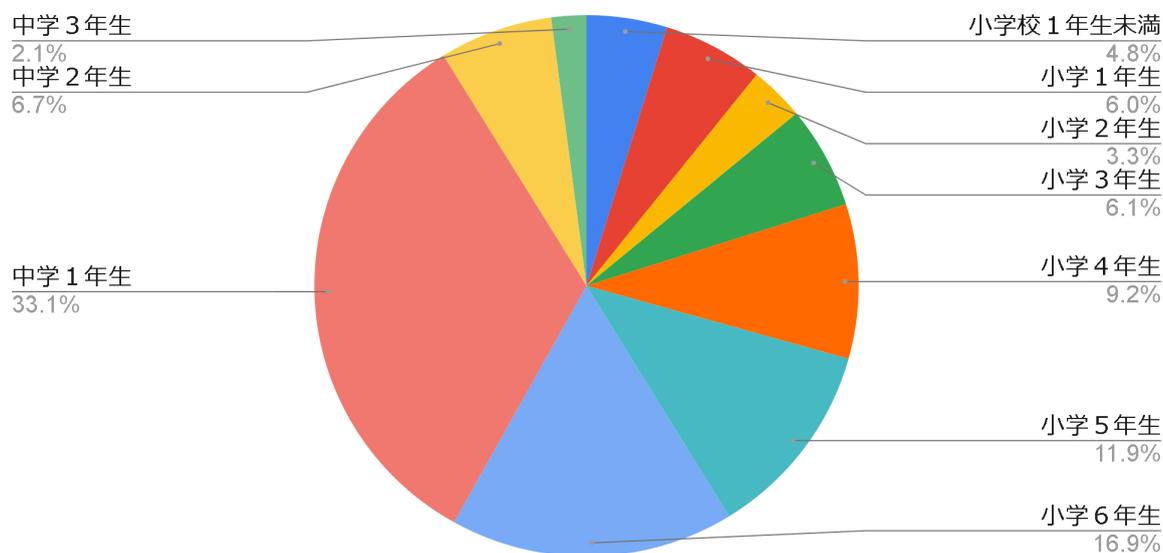


学年が上に行くにつれ、使う時間が長くなる傾向がみられました。中学2年生になると2時間超が50%を超えます。中学生になると部活や塾などの時間が多くなるため、相対的に少なくなる家庭にいる時間のうち、電子機器の使用時間がほとんどを占める状況にあるとも考えられ、非常に心配な数字です。

電子機器は学習にも使うケースもあるので、使用自体が悪いわけではありませんが、視力低下や睡眠への影響が懸念されます。長時間の使用や、就寝直前の使用は子どもの成長を妨げる要因になりかねません。また、心にも与える影響も少なくなく、電子機器を手放せない症状に陥ってしまうことも報告されています。

使用する時間、時間帯について、子どもと保護者がしっかり話し合い、ルールを決めて使用していきましょう。

## Q7.携帯電話・スマートフォンをお持ちと回答された方は、何年生の時からお使いですか？



中学1年生に進学するタイミングが最も多いようです。小学1年生未満というケースも4.8%ありました。

習い事や塾、部活動やクラブ活動が始まるタイミングと一致するので、送迎のための通信手段として利用する目的が多いのではないのでしょうか。携帯電話・スマートフォンは、通話機能以外にも多様な機能があります。視力の低下、依存しすぎて手放せないといった問題も少なくありません。

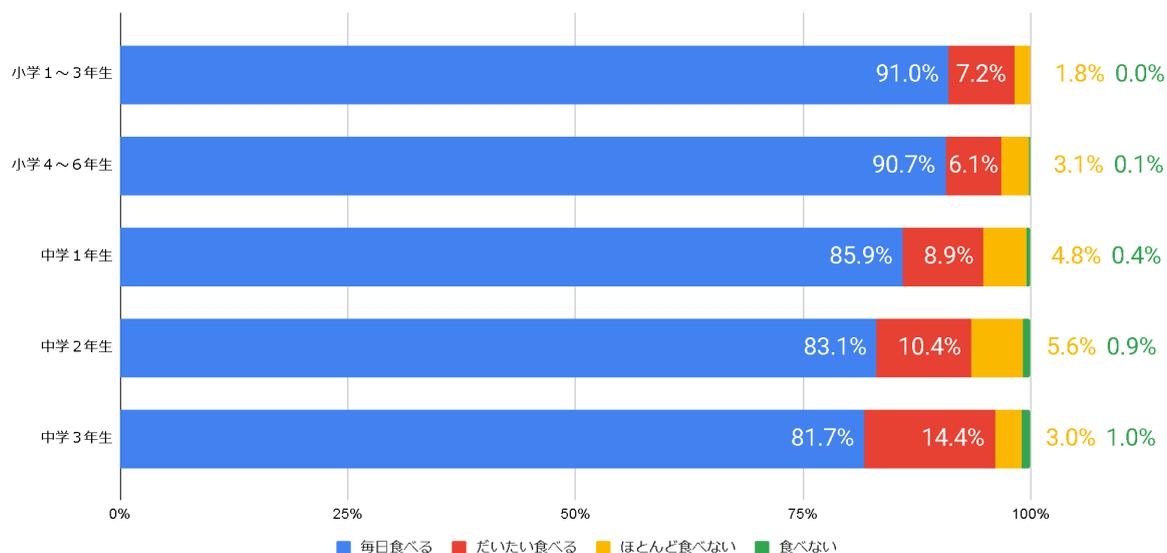
早い段階で携帯電話・スマートフォンを持つ場合は、家庭でしっかりと利用ルールを話し合い、使用制限を設定するなど、安全な利用と、使いすぎないようにする工夫が必要です。

---

### 豆知識

夜遅くに強い光を、しかも目と近い距離で浴びると、入眠を促すメラトニンの分泌が妨げられ、体内時計がずれて寝付きにくくなります。

## Q8.お子さんは朝ごはんを食べていますか？



「毎日食べる」が80%を超え、「だいたい食べる」を足すと90%を超える結果でした。数年前に比べ、「毎日食べる」の比率が全学年で向上しています。

地域によっては、子ども食堂の取り組みも見られ、この結果に貢献していると思われます。

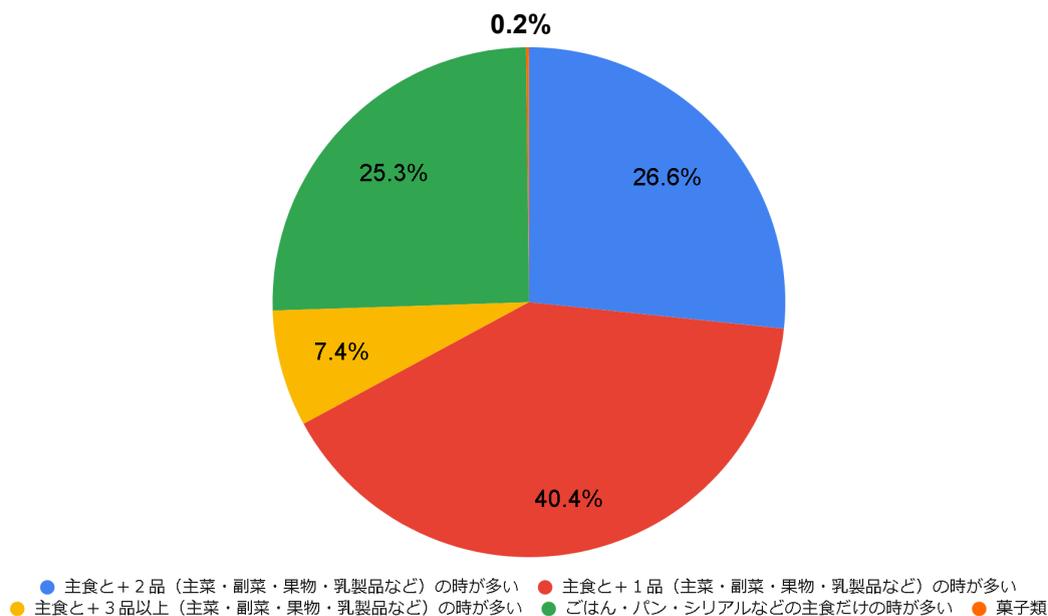
しかし、学年が上がるごとに「毎日食べる」の割合が低下傾向にあります。ただし、受験を控えた中学3年生になると「ほとんど食べない」から「だいたい食べる」に少しシフトしているようです。部活動などを引退し、下校時間が早まることで夕ごはんの時間帯が早まり、朝空腹を感じるケースが増えるためと思われます。

いずれにしても、朝ごはんは生活リズムと密接なつながりがあります。朝ごはんをしっかり食べるには生活リズムを整えることから、逆に生活リズムを整えるには朝ごはんをしっかり食べることから始めてみましょう。

### 豆知識

脳は寝ている間も働いているため、朝起きた時には脳のエネルギー源であるブドウ糖が不足しています。また、よく噛むことで、脳や消化器官も目覚め、元気に活動することができます。

Q9.食べると回答された方は、主にどのような朝ごはんを食べていますか？



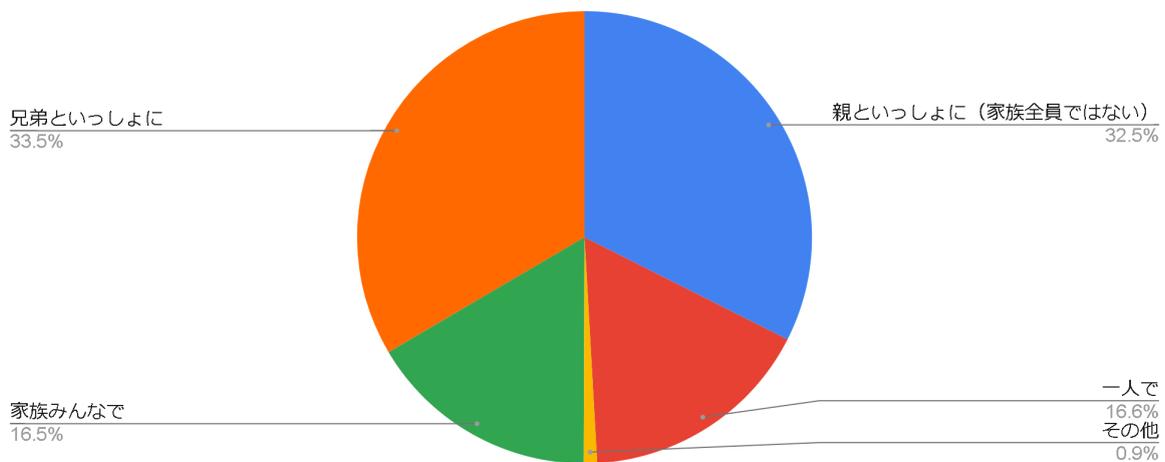
朝、保護者も忙しい短い時間で、主食だけでなく1～3品準備するケースが75%近い結果となっています。これはとても良い傾向で、子どもの成長をよく考え、しっかり食生活を整えている素晴らしい結果だと思います。

主食+1品が40.4%、2品が26.6%と、主食だけの25.3%を超えています。なんと主食+3品という方も7.4%もいらっしゃいます。ぜひ、忙しく短時間ではありますが、主食に数品加えたバランスの良い朝食をめざしましょう。

#### 豆知識

ごはんやパンなどの主食はエネルギー源となるブドウ糖を多く含みます。納豆・卵・乳製品・肉類などに含まれるタンパク質は肉や骨、血液のもとになります。野菜や果物に含まれるビタミンは体の調子を整え、抵抗力をつける働きがあります。

Q10.食べると回答された方は、主に誰と一緒に朝ごはんを食べていますか？



「孤食」ではないケースが、80%を超えました。非常に良い傾向です。誰かと食事をする事で、会話の時間も増え、保護者と子どもの貴重な団らの時間となります。

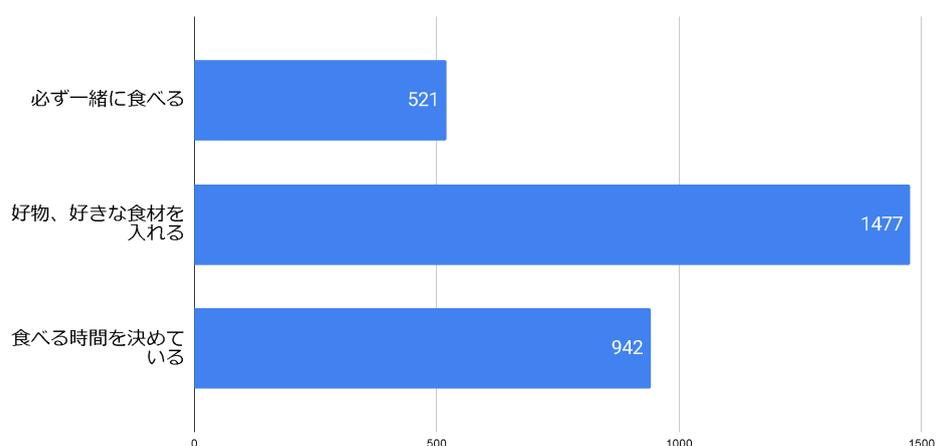
やむをえず「一人で」となっているケースも16.6%となっています。朝ごはんはだめでも、おやつ、夕食、夜食など、成長につながるお子さんの食生活の把握・理解、また、食育、家族間のコミュニケーションなどの観点から、一緒に食事をする機会が増えるようにしていければと思います。

---

#### 豆知識

朝ごはんでのコミュニケーションが取れているお子さんは、イライラしたり元気が出ないなどの不定愁訴が少ないことが報告されています。

Q11.お子さんに朝食を食べてもらうために、工夫していることはありますか？(複数回答可)

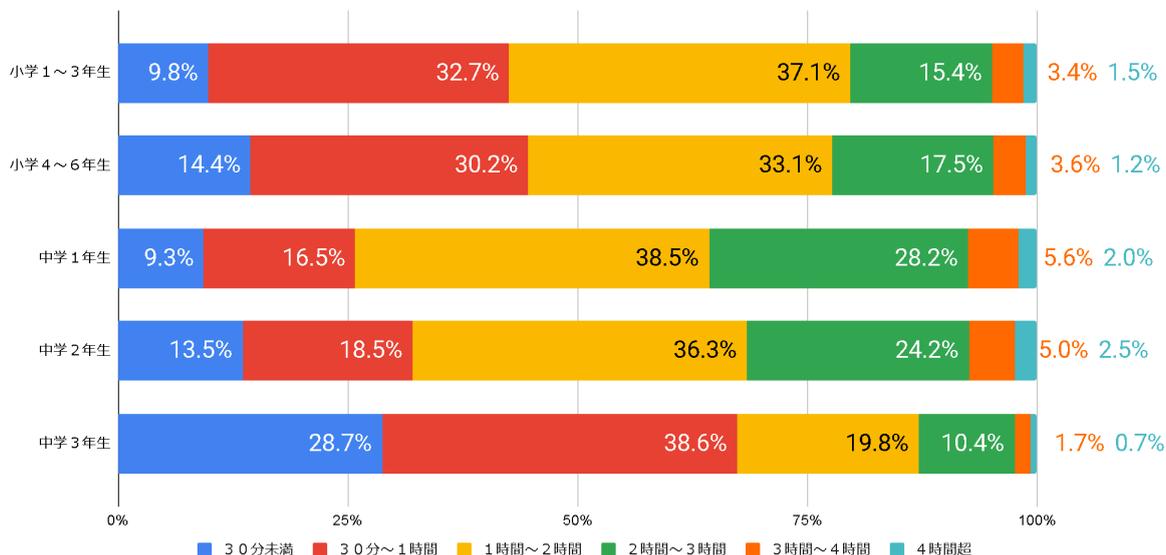


朝食を食べてもらう工夫は、選択肢のような「必ず一緒に食べる」「好物、好きな食材を入れる」「食べる時間を決めている」といった方法が有効です。そのなかでは、「好物、好きな食材を入れる」というのが最も多いようです。

次に、その他(自由回答)の内容を紹介します。工夫は様々ですので、参考にしてみてもはいかがでしょうか。

朝食のかわりにビタミン入りのゼリー飲料を飲んでもらう／食欲がない時はおにぎりや餅にする／見た目も良くする／毎日違う料理にする／たんぱく質をしっかりとる／何が食べたいか相談して決める／必ず果物も食べてもらう／少量で品数を多く出す／スープを添えています／短時間で食べられるもの／前の晩に何が食べたいか確認する／出来立てや暖かいものを出すようにしている／時間内に食べ切れる量にする／あれやこれやと色々言い過ぎない／食べやすいものを用意しておく／食事の際は同じ空間にいる様にしていきます／用意をして、食べないといけない状態にしておく／食べるまで声をかける／夕食以降は食べさせない／朝に声かけをする／一緒に食べていないが会話をするようにしている／食べないで学校に行くと、どうしていけないのか話す／温まるものをだしている／おかずの種類を多くして盛り付けを工夫している／早く起きる／品数を少なくする／本人が食べられる量だけ食べてもらっている／毎日同じもの(味噌汁)は必ずメニューに入れ、食のリズムを作っている／自分で考えさせる／選択肢をいくつか用意する／声掛け／汁物類にする／食べられる時間に起こす／サプリメントを飲む／食べやすいサイズにしたり、見た目を可愛くしている／果物を毎朝食べさせる／食べることが健康につながることを話している／味噌汁に具をたくさん入れる／たまにパンにする／同じパンでも種類を変える／彩り。食材の品目を多く使う／野菜やサラダなどバランスよく／いくつかの選択肢をつくっておく／食パンにぬったりつけたりする物をその日の気分で決めてあげています／朝食をとらないと勉強に集中ができないことを伝えていきます／簡単に口に運べる物／主食が給食と重ならないようにしています／食べたいときに食べる／食べる必要がある理由を伝えている(エネルギーになる、大きくなれる、風邪に負けない等)

Q12.お子さんは一日の生活の中でどれくらい体を動かしていますか？  
 (※外遊び・クラブ活動・歩くこと・階段の上り下り・家事のお手伝いなどを含む)



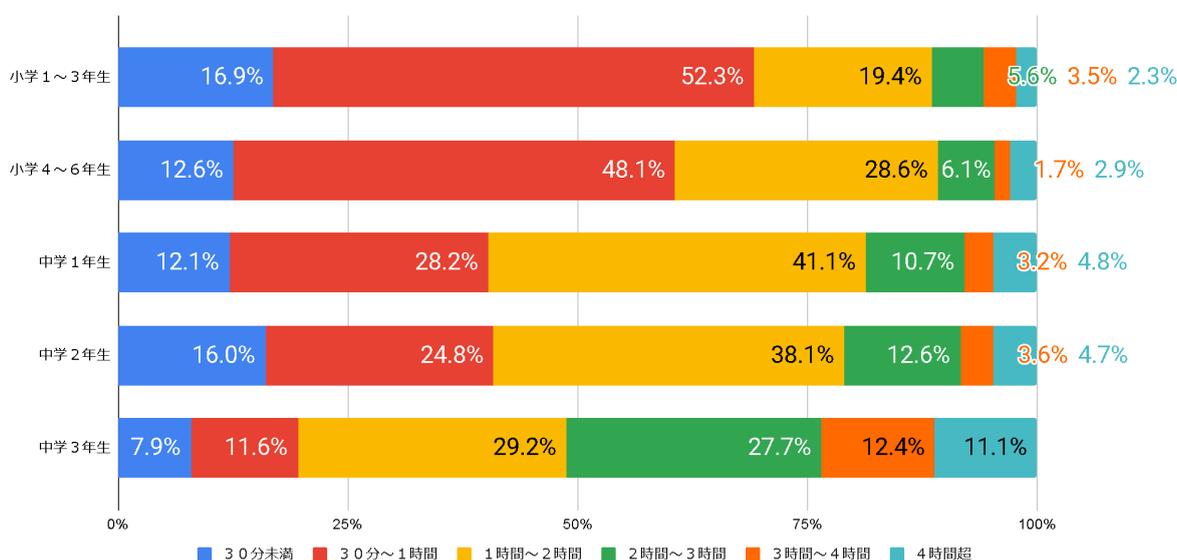
中学校に入学すると、運動部に入る生徒が増えることもあり、体を動かす時間がぐんと増えます。しかし、中学3年生になると部活動を引退し、受験勉強に入るためか、小学校のときよりも体を動かす時間がさらに減る結果となりました。

中学3年生という時期は、勉強も大切ですが、体を作るのに大切な時期でもあります。勉強の合間に、体を動かす機会を取り入れてほしいと思います。気分転換にもつながり、受験勉強にも良い影響があります。

### 豆知識

体の成長に応じた運動は脳の発達も促します。日本を含めた多くの国で『1日で合計して60分』以上、体を動かすことが推奨されています。

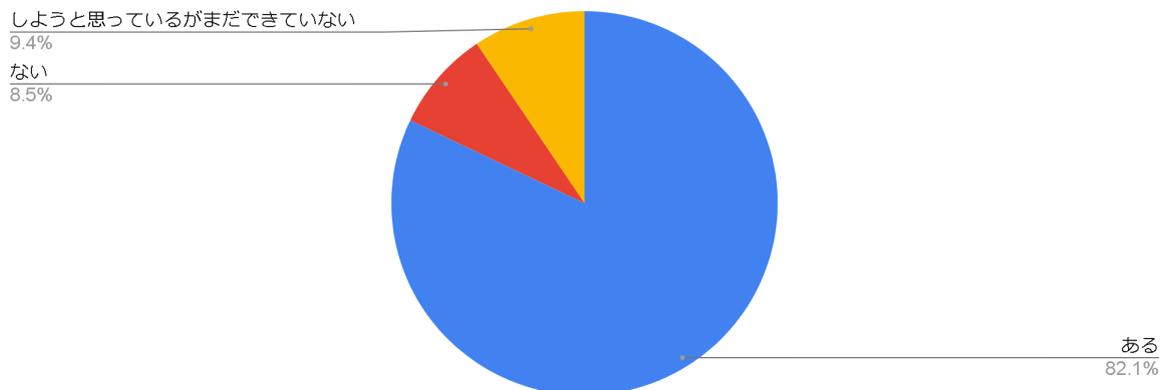
Q13.お子さんが家庭や塾で学習に取り組んでいる時間は、一週間平均で一日どれくらいですか？



中学生になると、ぐっと学習時間が増える結果になりました。しかし、中学2年生は、30分未満、2時間以上の割合が増え、やる人とやらない人が分かれる時期のようです。中学3年生になると1時間以上で80%以上、2時間以上でも50%以上になります。そのため、中学2年生の時期の過ごし方、学習の取り組みが非常に重要であると言えます。

一概に学習時間が長ければいいというものではありません。しかし、学習習慣を身に付けたり、効率的な学習方法を見つけたりするためには、ある程度の量の学習時間が必要です。まずは、ある程度の学習時間を確保できるような環境づくりをしていきましょう。

Q14.電子機器を持っている持っていないにかかわらず、お子さんとネットの  
利便性や危険性について話し合いをしたことはありますか？



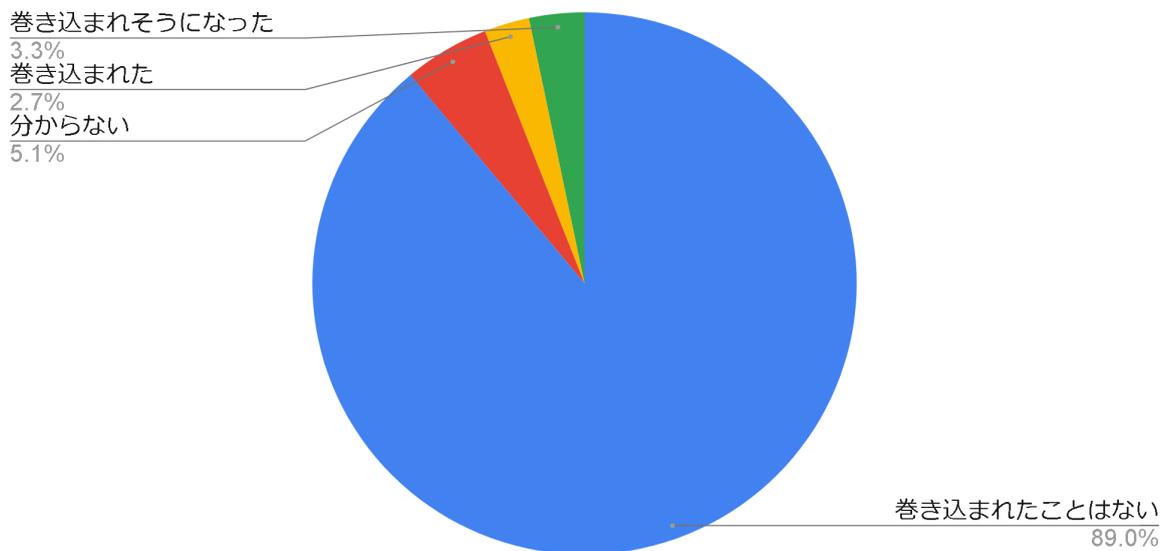
82.1%と大半がお子さんとネットの利便性や危険性について話し合いをしたことがあるという結果でした。

「ない」「しようと思っているがまだできていない」という回答も20%弱となっていますが、ぜひ、ネットの利便性や危険性について話し合いをお願いしたいと思います。

電子機器の利用をする場合、興味を持ってもらうために「利便性」の話、安全に使用してもらうために「危険性」の話は避けて通れません。このような話をするための材料として、学校でも公共施設でも資料が豊富にあります。

保護者も、お子さんも、こういった電子機器は当たり前の時代を生きていくわけですから、保護者から子どもに教える、逆に保護者が子どもから教えてもらうというような良い関係で学んでいくのが理想的です。

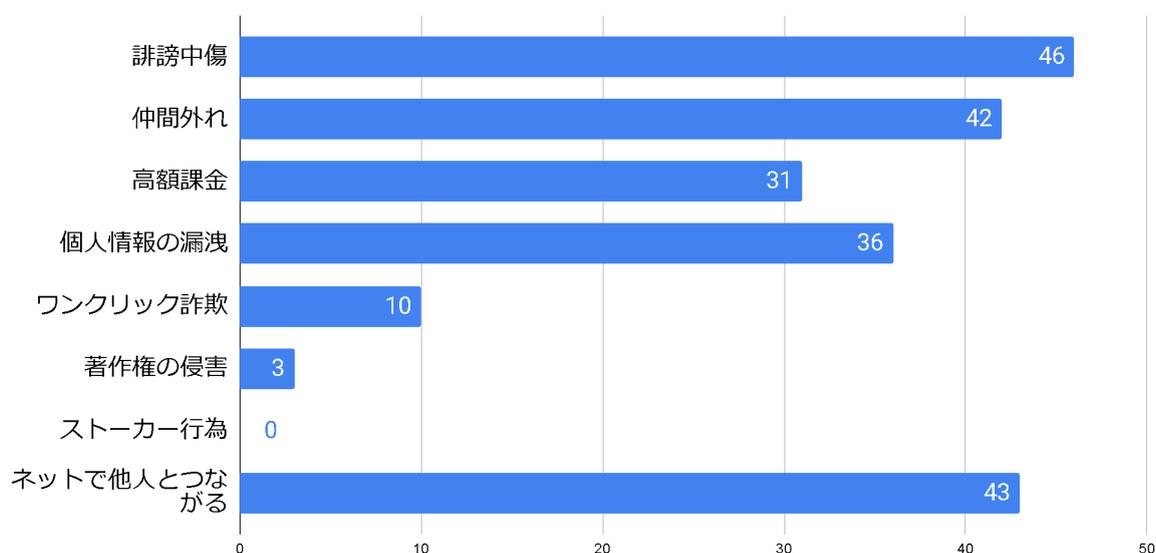
## Q15.お子さんはネットトラブルに巻き込まれたことはありますか？



「巻き込まれたことはない」が89.0%である一方、「巻き込まれそうになった」が3.3%、「巻き込まれた」が2.7%という結果でした。約6%の子どもがネットトラブルの危険にさらされた経験があるようです。

また、「分からない」の5.1%も心配です。それは、ネットトラブルは、その「分からない」につけ込む手口が多いためです。まずは、お子さんがどのようなネット利用をしているかに関心を持ち、まずは、把握することが重要です。保護者が知らないところで、お子さんがネットトラブルに巻き込まれているケースもあります。お子さんをネットトラブルから守るためには、保護者も知識や警戒心を磨かなければなりません。ぜひ、お子さんと一緒にネットトラブル対策をしていきましょう。

Q16.巻き込まれた・巻き込まれそうになったと回答された方は、具体的にはどのようなトラブルですか？(複数回答可)

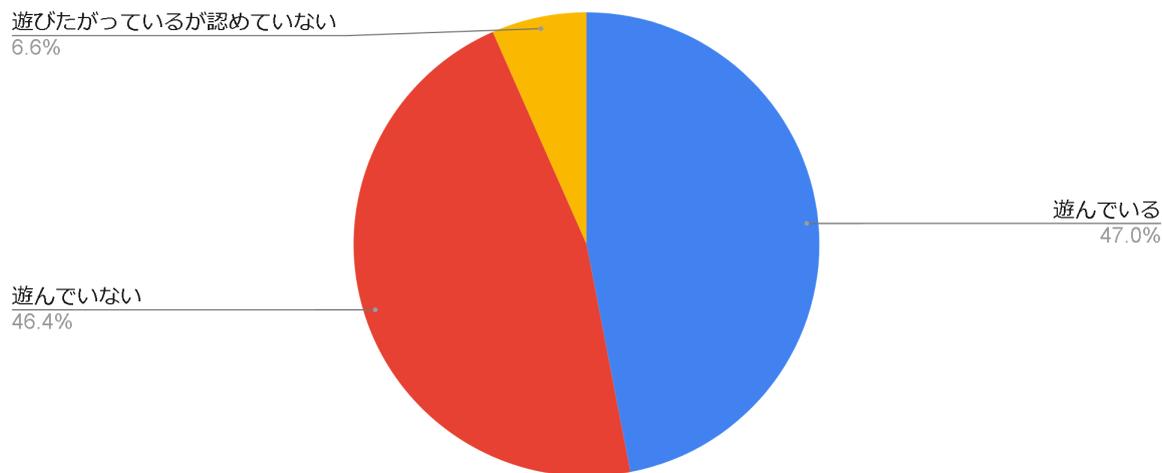


「誹謗中傷」が46、「仲間外れ」が42と、ネット上でのいじめも少なくないようです。SNSの利用が当たり前の現在、ネット上の閉じた空間でのいじめは発見しにくいです。こういった被害は、大人に話しやすい環境・関係づくりをしていく必要があります。

「高額課金」が31、「個人情報の漏洩」が36、「ワンクリック詐欺」が10、「著作権侵害」が3と犯罪に巻き込まれる可能性も少なくないようです。こちらも「つい、うっかり」というところが入り込むケースが多いので、事前の勉強、すぐに大人に相談する習慣づけが重要です。

「ネットで他人とつながる」は43に上りました。保護者の立場からするとお子さんが自分の知らない人とつながることは非常に怖いと思います。お子さんのプライバシーには配慮しつつも、誰とつながっているかを確認できる設定やご家庭でのルール決めなど、いざというときに備えておくことが重要です。また、ネットトラブルに巻き込まれた場合、どこに相談するとよいかも調べておくといでしょう。

## Q17.お子さんはオンラインゲームで遊んでいますか？



オンラインゲームを「遊んでいる」が、47.0%に上りました。オンラインゲームは、遠隔でも一緒にいる感覚が得られるので、閉塞的なコロナ禍を背景に増加したものと思われます。

ゲームには、年齢制限が設定されているものが少なくありません。お子さんがどのようなオンラインゲームをやっていて、プレイしているオンラインゲームの年齢制限をクリアしているかをまずは確認してみましょう。

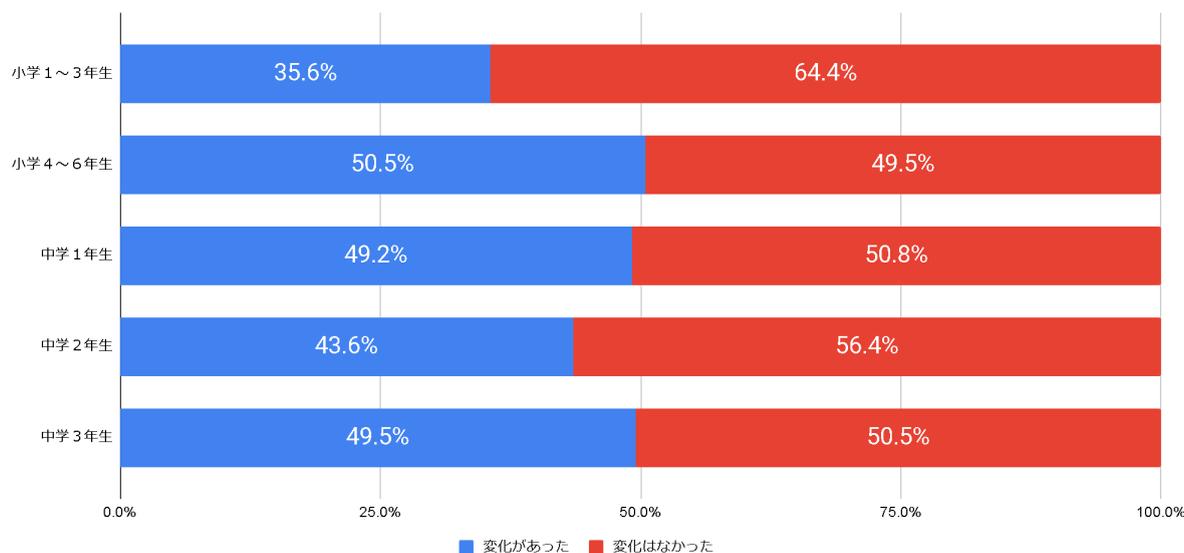
また、そのゲームのプレイ時間や、内容にも注意を払う必要があります。大丈夫とは思っていても、最近のネットトラブルは巧妙です。お子さんの楽しい気持ちにつけ込まれ、トラブル・犯罪に巻き込まれないよう、保護者としてしっかり確認・対策しておきましょう。

---

### 豆知識

画面を見て遊ぶゲームは、楽しみながら創造力や推論力が養われる一方で、熱中しすぎて自己管理が疎かになったり、ゲームシーンの影響で攻撃的になったりすることもあります。親子でルールを考えたり、フィルタリングサービスを設定したりして、上手にゲームと付き合いましょう。

## Q18.コロナ禍を経て、お子さんに変化はありましたか？



入学前にコロナ禍に入った小学1～3年生ですと、「変化がなかった」という回答が多かったようです。

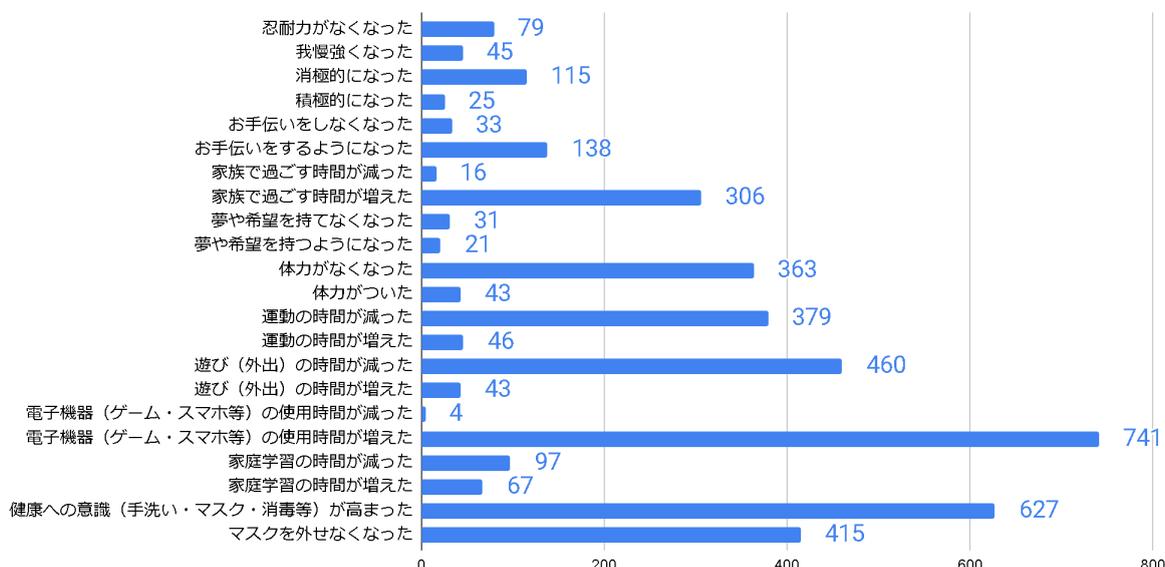
入学後、コロナ禍に入り通常に戻りつつあった時期を経験した小学4～6年生、中学1年生ですと、「変化があった」「変化がなかった」がだいたい50%ずつでした。

入学後、通常に戻りつつあった中学2年生は「変化がなかった」がやや多いようです。一方、自粛ムードの中、様々なことが中止になった年に入学した中学3年生は、「変化があった」「変化がなかった」がだいたい50%ずつでした。

卒業・入学と大きく環境が変わるタイミングで「変化があった」と感じるのはよくあることですが、コロナ化も同様に子どもたちに与えたインパクトがそれに匹敵するレベルであったことがうかがえます。

コロナ禍による子どもたちへのマイナスの影響は大きかったですが、子どもたちの変化をプラスに変えていく対応、配慮をしっかりと行って行くべきだと思います。子どもたちの人生は一度きりです。仕方なかったで済ますことはできません。コロナ禍を経た子どもたちであっても、コロナ禍を経た子どもたちだからこそ、強くたくましく人生を歩めるよう、社会全体で育てていきましょう。

Q19.Q18で「変化があった」と回答された方は、具体的にお子さんにどのような変化がありましたか？（複数回答可）



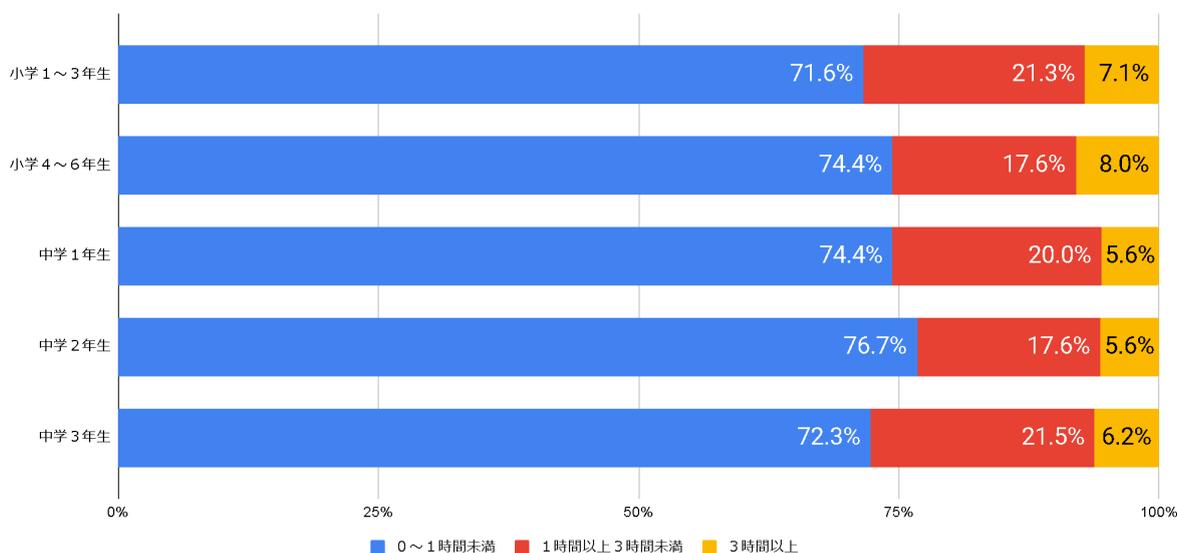
Q19では、対になる選択肢をいくつか設けました。

「消極的になった」「体力がなくなった」「運動の時間が減った」というマイナスの印象をうける変化のほうが多くなるものがありました。こういった変化に対しては、保護者が積極的にサポートすべきものだと考えます。

逆に、「お手伝いをするようになった」「家族で過ごす時間が増えた」というプラスの印象を受ける変化のほうが多くなるものもありました。これらの変化は、必ず子どもの成長に良い影響を与えますので、大切にされるべきものと考えます。

「遊び（外出）の時間が減った」「電子機器（ゲーム・スマホ等）の使用時間が増えた」という変化が多いことから、遊びの場が外から内に移って行く傾向も見えました。視力・体力面への影響も配慮しながら、子どもの遊びについても考えていく必要があるように思います。

Q20.お子さんは、1週間でおおよそ何時間くらい本(電子書籍を含み、マンガは除きます)・新聞・雑誌を読みますか。



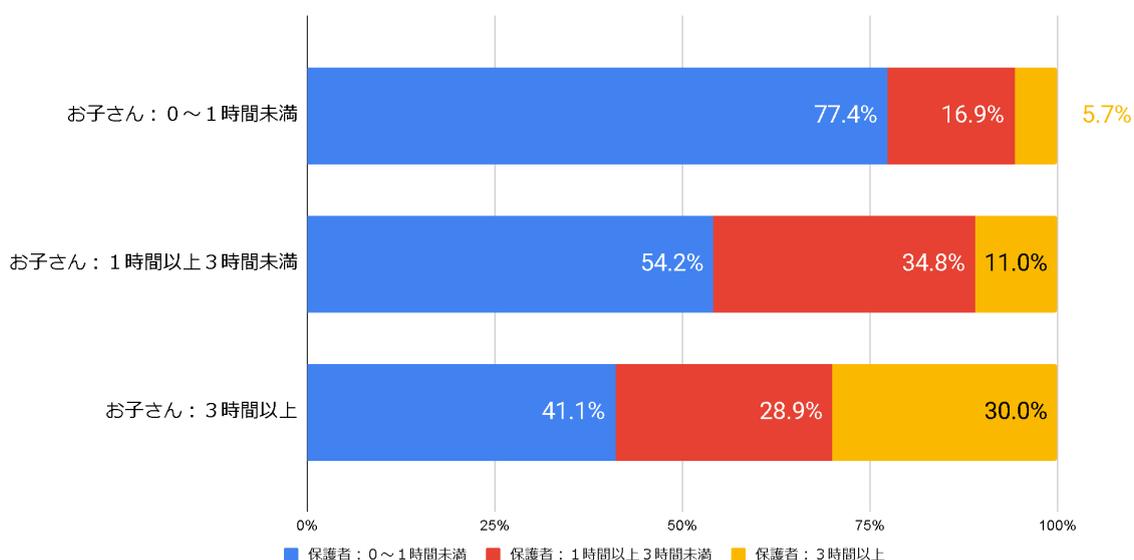
全学年を通じて、70%以上が1時間未満という結果でした。時間を過ごすときの行動の選択肢が増え、相対的に読書の時間が減っていると思われます。とくに、スマホ・タブレットを見るのが代替行動と思われるので、そちらに移っているという印象です。

また、小学1年生から中学2年生まで、読書時間が減っていくという残念な結果でした。小中学生は、学年が上がっていくごとに、漢字やことば、知識・経験が増えていくので、読むことができる本がどんどん増える時期であり、この時期に出会った本は心の成長に大きな影響があります。ぜひ、たくさんの本に触れてほしい時期です。

中学3年生になると、受験勉強が本格化する時期なので、時事問題への対策として新聞・雑誌を読むことが多くなるのではないのでしょうか。これは、非常によい傾向です。

読書は、人生を豊かにします。毎日忙しい子どもたちではありますが、ぜひ本に親しんでほしいと思います。

Q21. 保護者の方にお伺いします。あなたは、1週間におおよそ何時間くらい本(電子書籍を含み、マンガは除きます)・新聞・雑誌を読みますか。



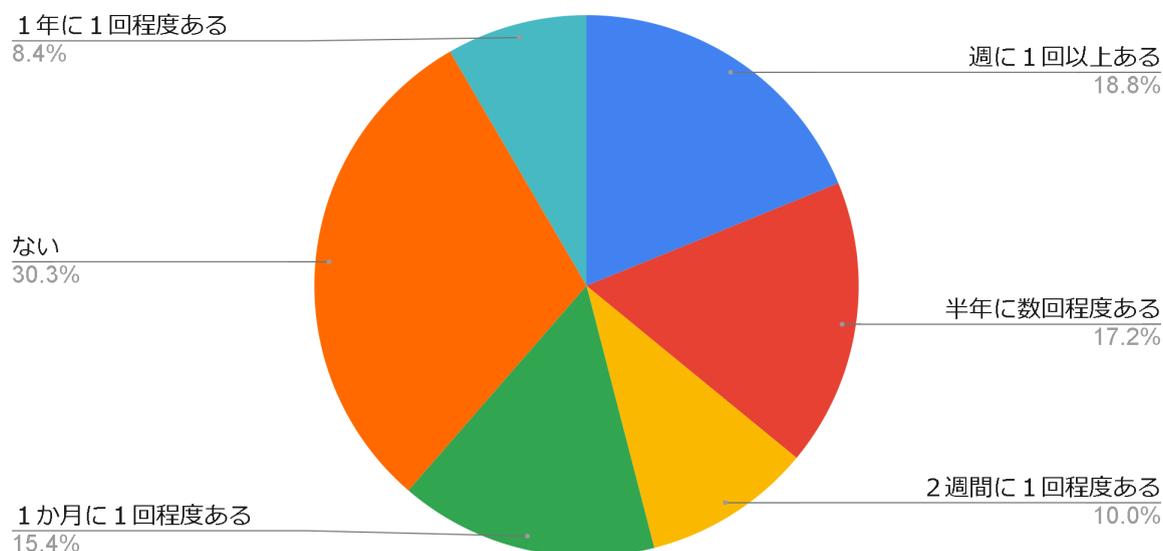
お子さんの読書時間ごとに、保護者の読書時間を比率で集計してみました。その結果、相関関係があることが分かりました。

つまり、保護者の読書時間が長いと、お子さんの読書時間も長くなる傾向がみられました。

そもそも、保護者の読書時間も傾向もお子さんと同様で、1時間未満が最も多い結果だったので、お子さんの読書時間ごとに分けても、すべて保護者の読書時間が1時間未満の比率が最も高い結果となりました。

お子さんと一緒に本を読む。保護者と一緒にお子さんが本を読む。どちらから読書を始めても構いません。ぜひ、親子で読書を楽しみましょう。

Q22.保護者の方にお伺いします。あなたは、お子さんと本に関する会話（本の感想、本のすすめ合い、読み聞かせなど）をすることがありますか。

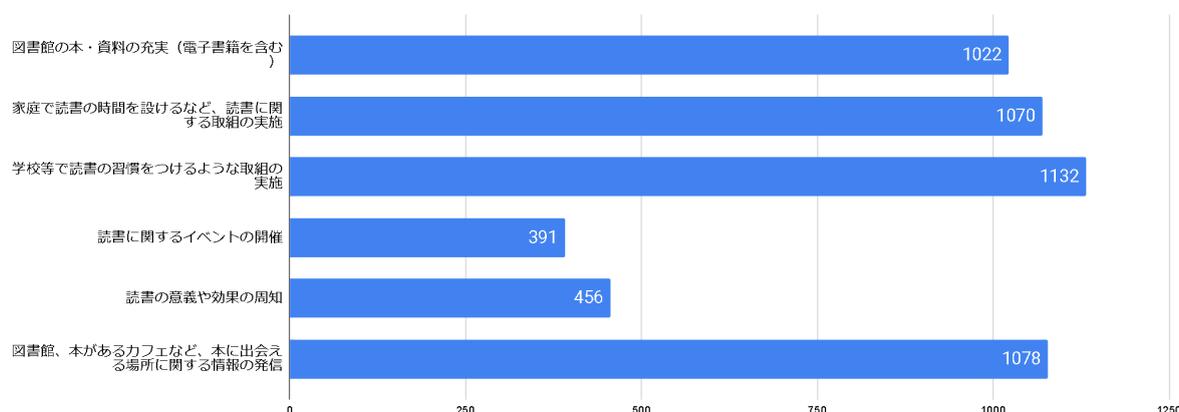


「ない」が30.3%ともっとも高い結果となりました。その一方、「週に1回以上ある」が18.8%とそれに次ぐ結果となっています。

本に関する会話は、読書時間が増えないとなかなか難しいと思います。また、お子さんの読書時間だけがが増えても、保護者の読書時間だけがが増えても会話は弾みません。

ぜひ、親子で読書を楽しみ、この会話時間を増やしていただきたいと思えます。

Q23. 保護者の方にお伺いします。あなたは、子どもから大人までの読書量を増やすために何が必要だと思いますか。(複数回答可)



「学校等で読書の習慣をつけるような取組の実施」が最も多い結果となりました。朝活という位置づけで、読書時間を作っている学校も多いようです。図書室の貸出冊数によって表彰する制度もその取組みの一つとも言えます。

これに次いで、「図書館、本があるカフェなど、本に出会える場所に関する情報の発信」が多いようです。図書館、本があるカフェなど、入りやすくする工夫がどんどん進んでいます。本に出会うチャンスは高まっている状況です。そのため、情報の発信は有効かもしれません。ぜひ、こういった情報を集めるよう、アンテナを高く持ちたいと思います。

それに次ぐのが「家庭で読書の時間を設けるなど、読書に関する説明の実施」でした。やはり、読書量を増やすには、親子で取り組むことが有効だということだと思います。繰り返しになりますが、親子で読書を楽しんでいきましょう。