

令和3年度

「子どもの生活・意識アンケート」



1 実施主体 富士河口湖町立教育センター

2 実施対象 富士河口湖町の小中学校・鳴沢小学校（小3，小5，中2）

回答数

小学校3年生 274名 小学校5年生 255名

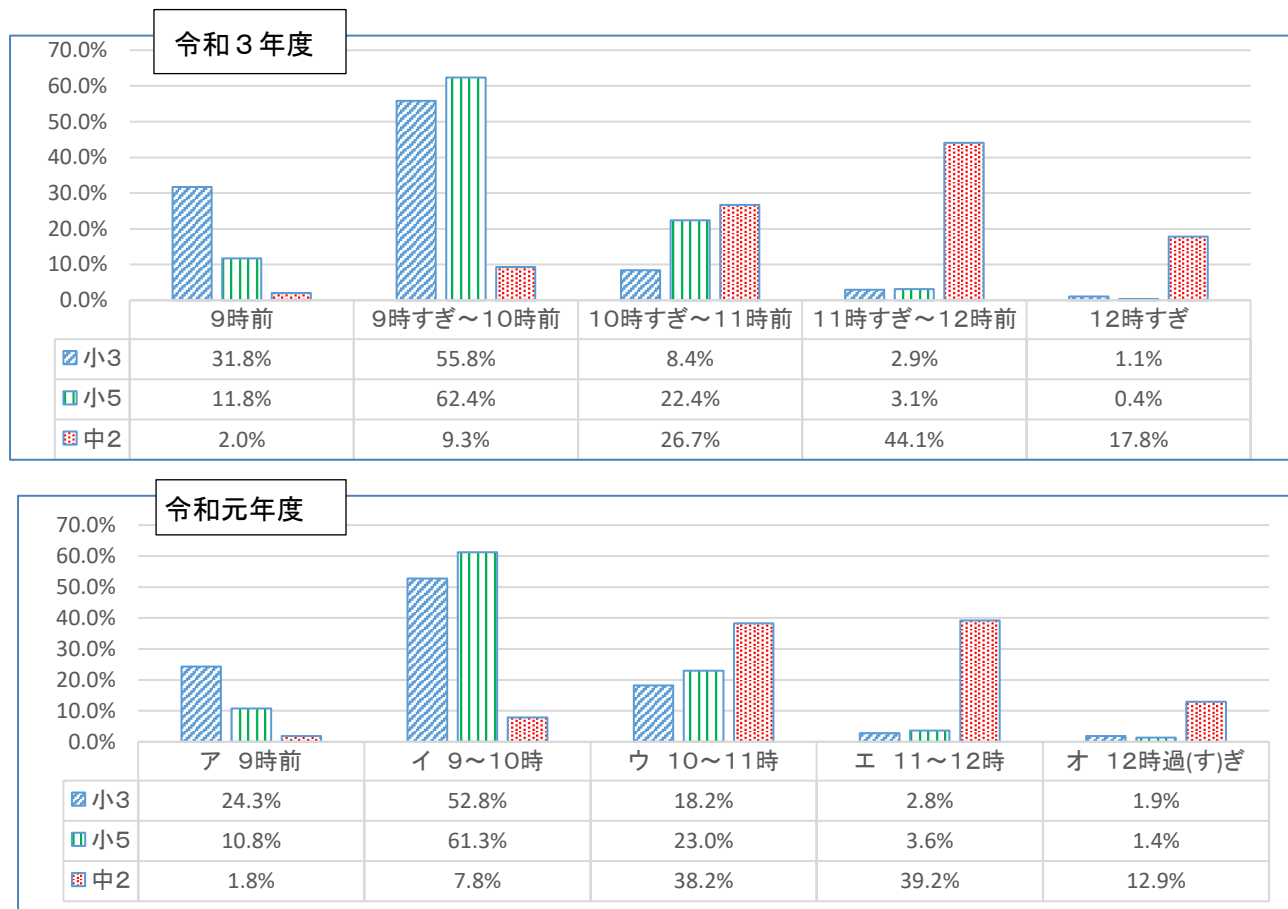
中学校2年生 247名

計776名

3 実施時期 令和3年7月

参考 ・令和元年度は，教育センターで行ったもの（現小学5年生が3年生時）

問1 平日、夜ねるのは何時ごろですか。



<小学生>

○小学生の就寝時刻が最も多いのは9時から10時である。10時までには、小3で87.6%、小5で74.2%が就寝している。令和元年と比較し増加している。特に小3は10%以上就寝時刻が早くなっている。

○小学生は11時までには約96%が就寝している。また、令和元年と比較し12時過ぎに就寝する割合は減っているが、小5に比べ小3の割合が多いのが気になる。

<中2>

○中学生の就寝時刻は11時以降が61.9%で、令和元年と比較しても約10%増加している。

特に、17.8%もの生徒が12時を過ぎており、令和元年より5%も増加し、夜遅くまで起きている生徒が増えている。

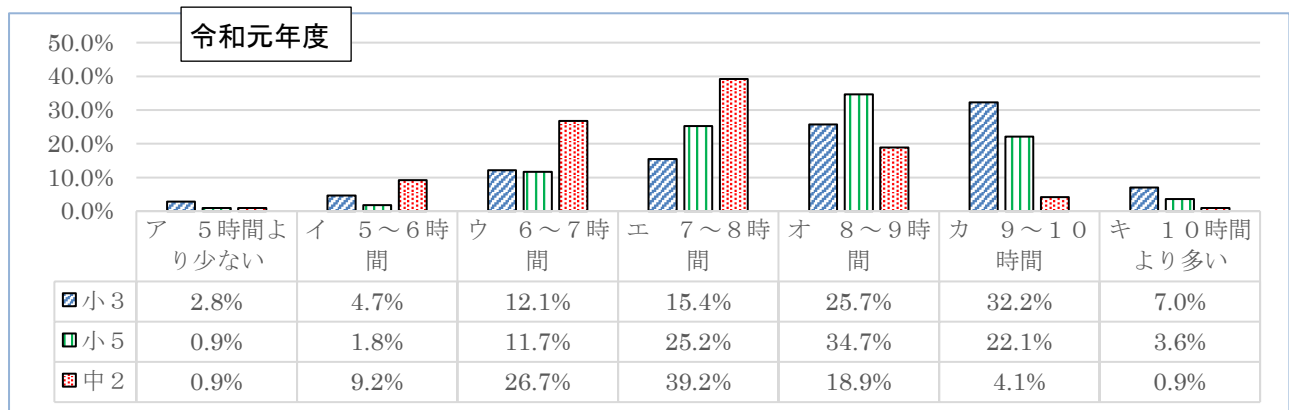
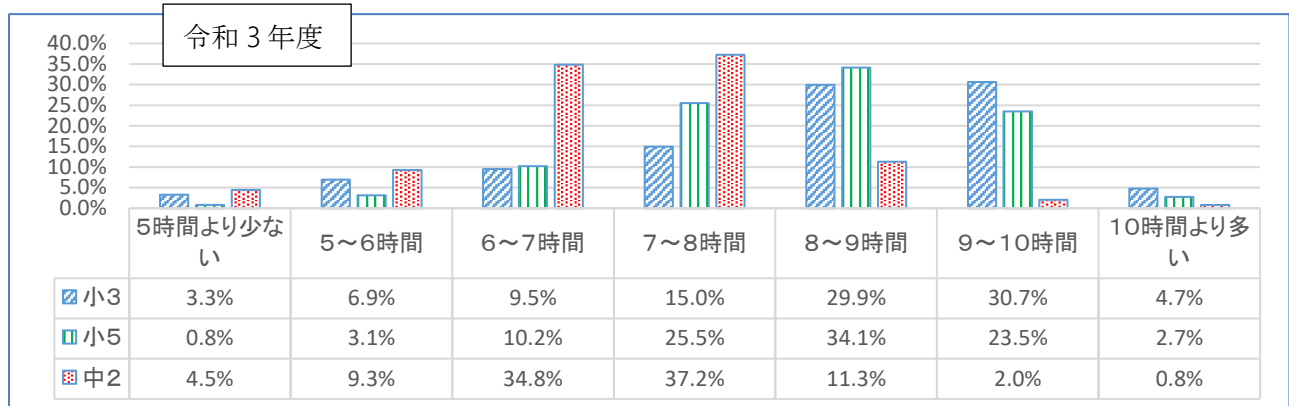
○10時前に就寝する中学生は、わずか(1.7%)だが増えている。

<全体>

○小学生の就寝時刻は全体的に早くなっているが、中学生は遅くなっている。

○12時以降は何時頃就寝しているのか、また、どのような理由で起きているのかについて状況把握が必要である。

問2 平日のすいみん時間はどれくらいですか。



<小学生>

- 小3では、9～10時間が最も多く30.7%であり、次いで多いのは8～9時間で29.9%である。
- 小5では、8～9時間が最も多く34.1%であり、次いで多いのは7～8時間で25.5%である。
- 小学生での理想とされる睡眠時間は8～10時間のまとまった睡眠が必要だといわれているので、小3で60.6%、小5で57.6%が当てはまる。令和元年と比較して、若干ではあるが小3が約3%増加している。また、8時間未満は令和元年とほぼ同じ割合で、小3で約35%、小5で約40%だった。

<中2>

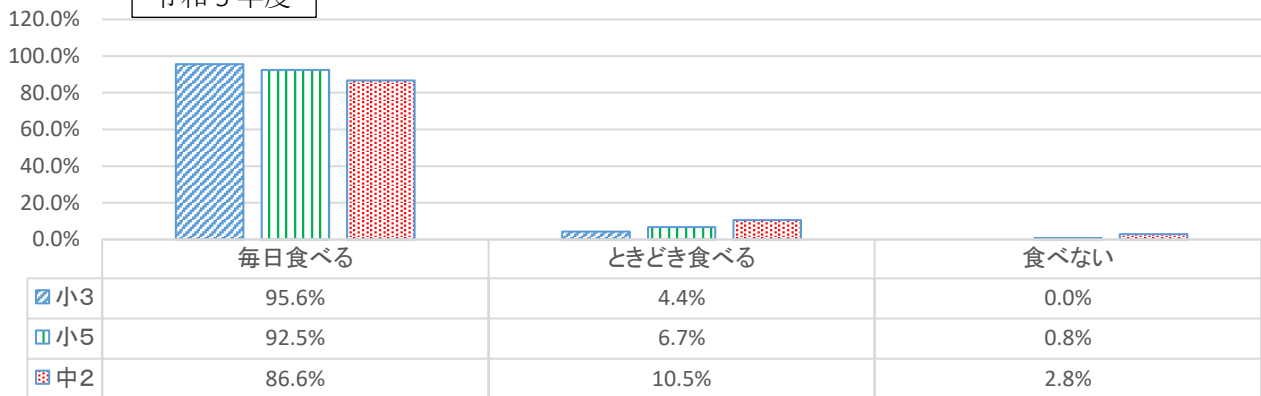
- 睡眠時間の一番多い時間帯は7～8時間で37.2%であり、次いで多いのは6～7時間で34.8%である。
- 令和元年と比較すると、睡眠時間の8時間以上は約10%減少し、14.1%である。また、7時間未満は約12%も増加し48.6%で、睡眠時間がかなり減少傾向にある。

<全体>

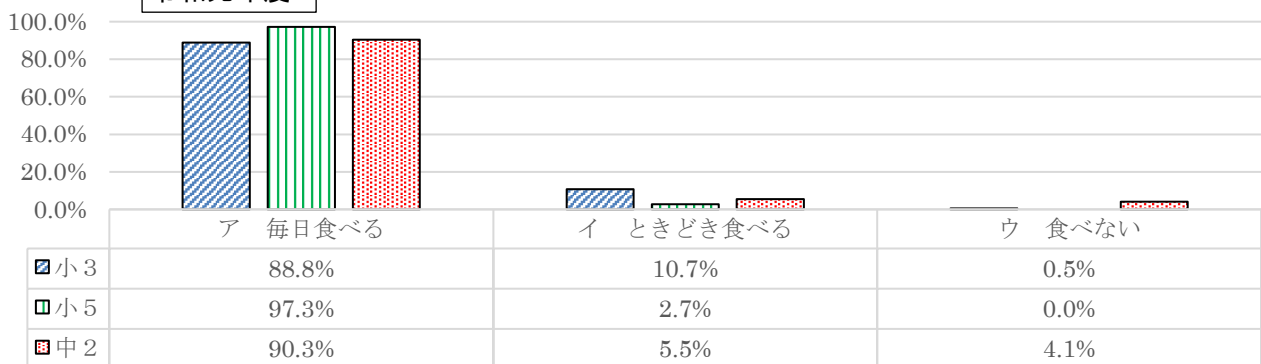
- 学年が上がるにつれ睡眠時間は短くなる傾向にあるが、特に中学生になると7時間未満が約半数（約50%）を占める。
- 睡眠時間が少ないと、勉強への集中力を減らすとされている。また、成長ホルモンの分泌に影響が出て、低身長となるリスクも高まる。さらに、睡眠不足が続くと、勉強だけでなく、スポーツに取り組む力の向上も低くなり、体力もつきにくいとされている。十分な睡眠は、体の健やかな成長の糧にもなるが、それだけではなく、精神の健康にも関わってくる。

問3 平日、朝食を食べて学校に行きますか。

令和3年度



令和元年度

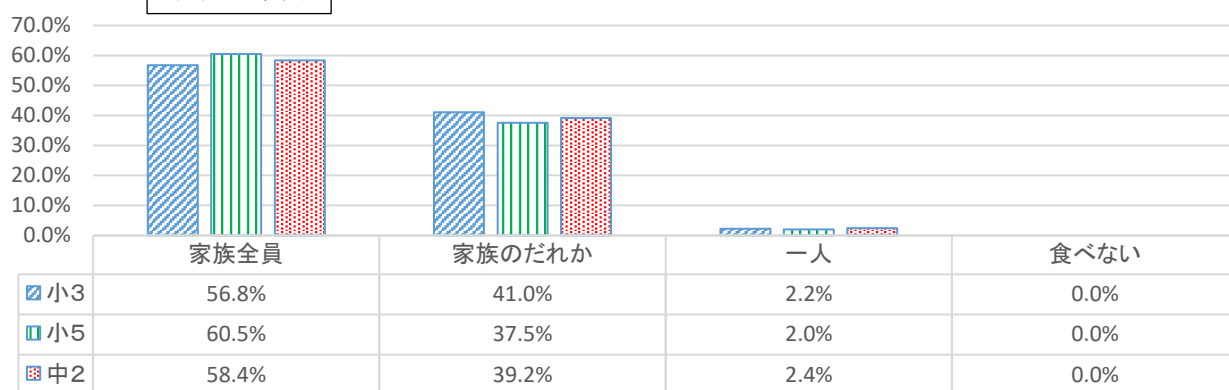


<全体>

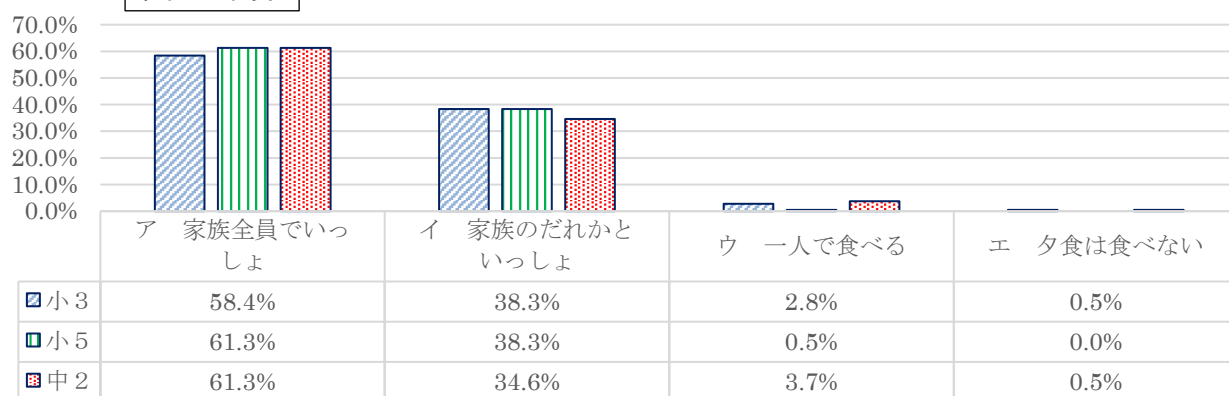
- 「全体的に朝食を食べて学校に行く」割合は高いが、学年が上がるにつれて減っている。特に中2は「毎日食べている」が86.6%と90%を割っており、令和元年と比較しても約4%減少している。しかし、「朝食を食べない」生徒はわずかではあるが1.3%減少している。
- 小5は「毎日食べている」が92.5%であるが、令和元年と比較すると約5%減少している。
- 小3は「毎日食べている」が95.6%で令和元年と比較して約7%増加している。また、「朝食を食べない」児童は一人もいない。
- 朝食が重要な理由は、①『体内に不足しているエネルギーの補給のため』②『体内時計のリズムを整えるため』③『朝食をかんで食べることでセロトニンの分泌が促されるため』④『体温を上昇させ、身体や脳を活動的にさせるため』⑤『排便のリズムがつくため』等と言われている。再度、私達がしっかりと朝食の意義を理解し、子どもに伝えることができるようにしていければと思う。

問4 平日、あなたは夕食を家族の人と食べていますか。

令和3年度



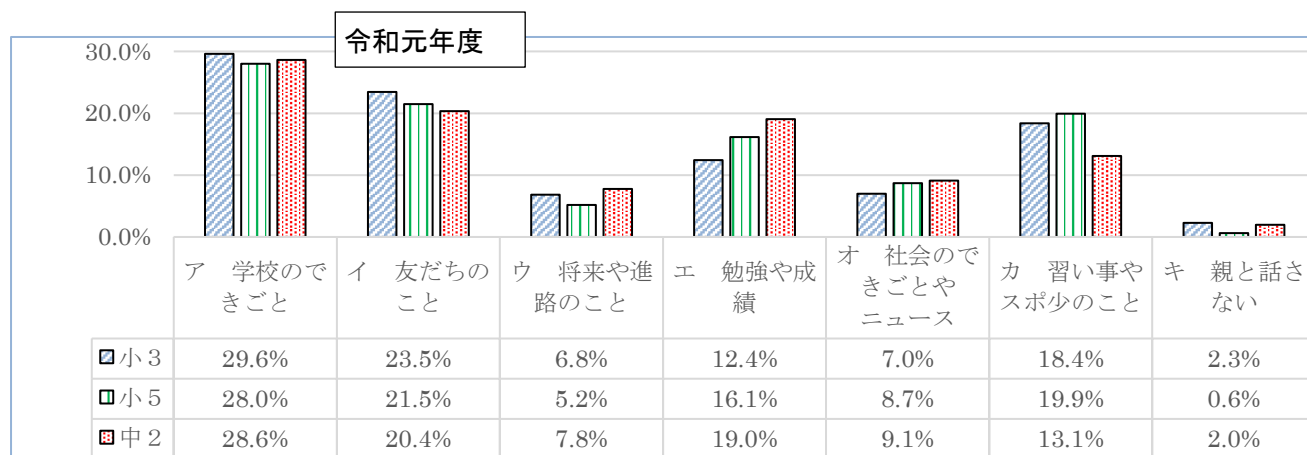
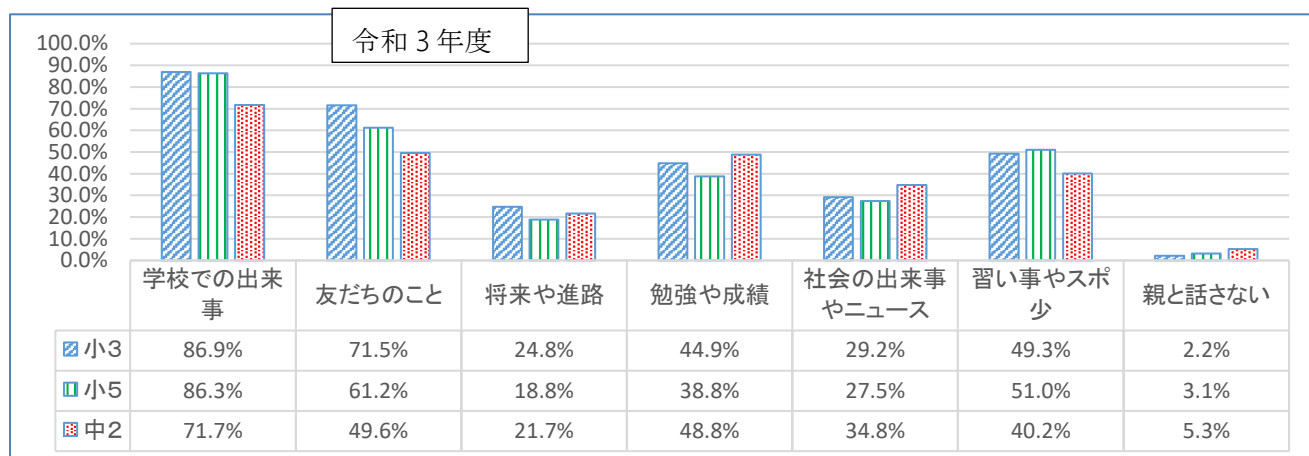
令和元年度



<全体>

- 「いつも家族の全員・家族の誰かと一緒に食事をとっている」が、小3で97.8%、小5で98.0%、中2で97.6%となっている。令和元年と比較すると、多少の増減はあるが、ほぼ同じ割合となっている。(小3が1.1%、中2が1.7%の増加、小5は1.6%の減少) また、「家族全員でいっしょ」においては、若干ではあるがどの学年も減少している。しかし、約60%の家庭で家族全員いっしょに夕食をとる機会を大切にしていることがわかる。これは、過去のアンケート調査と比較しても高い割合となっている。
- 「一人で食べる」が若干いる(小3は2.2%、小5は2.0%、中2は2.4%)が、令和元年と比較して、小3、中2は減少している。また、「夕食を食べない」は一人もいなかった。
- 今後、社会環境やライフスタイルの変化にともない、家族揃って食べる機会が減少傾向にある中で、家族揃って食べる貴重な機会をどうつくり出すか、また、どう活かすのか、その質のあり方がいっそう重要になってくる。

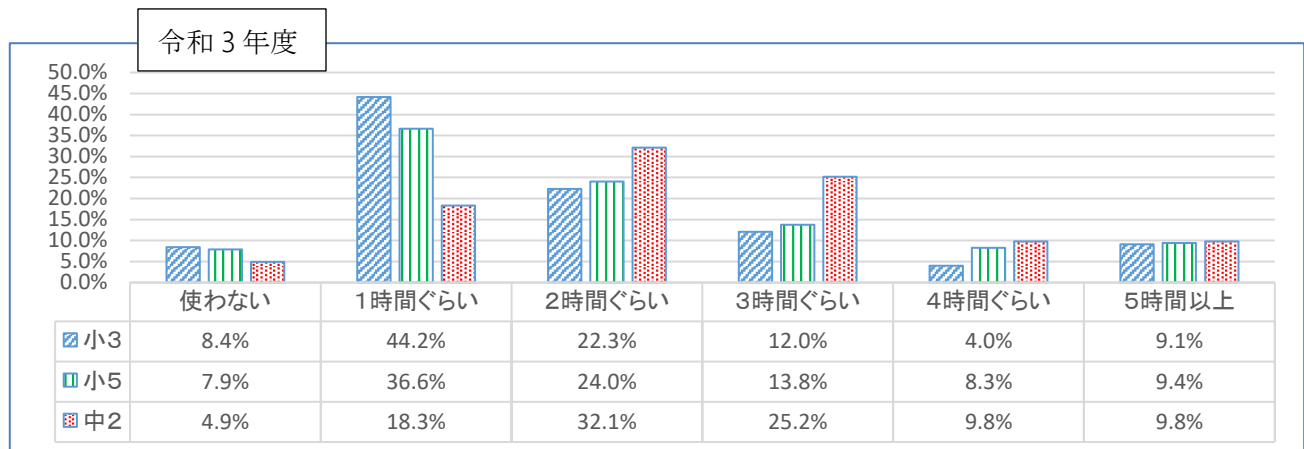
問5 あなたは、親とどんなことについて話をしますか。



<全体>

- 「親と話をしない」が小3で2.2%，小5で3.1%，中2で5.3%となっている。令和元年度と比較して，小5で2.2%，中2で3.3%増加している。また，年齢が上がるにつれ，増加していることがわかる。「親と話をしない」子どもたちの割合は全体的には低い，その理由や背景について調査することが大事である。
- 話す内容は，小学校では，「学校での出来事」「友だちのこと」「習い事やスポーツのこと」の順になっているが，中2では3番目に「勉強や成績のこと」が入っている。
- 話す内容については，子どもにも関心がある内容であると同時に，親にも関心がある内容である。どちらが主体となって話すかによって，話す時間や雰囲気も変わってくると考えられる。「子どもの話したい内容」と「親の話したい内容」とで，ギャップがないか気になる。調査していくことも視野に入れて考えたい。

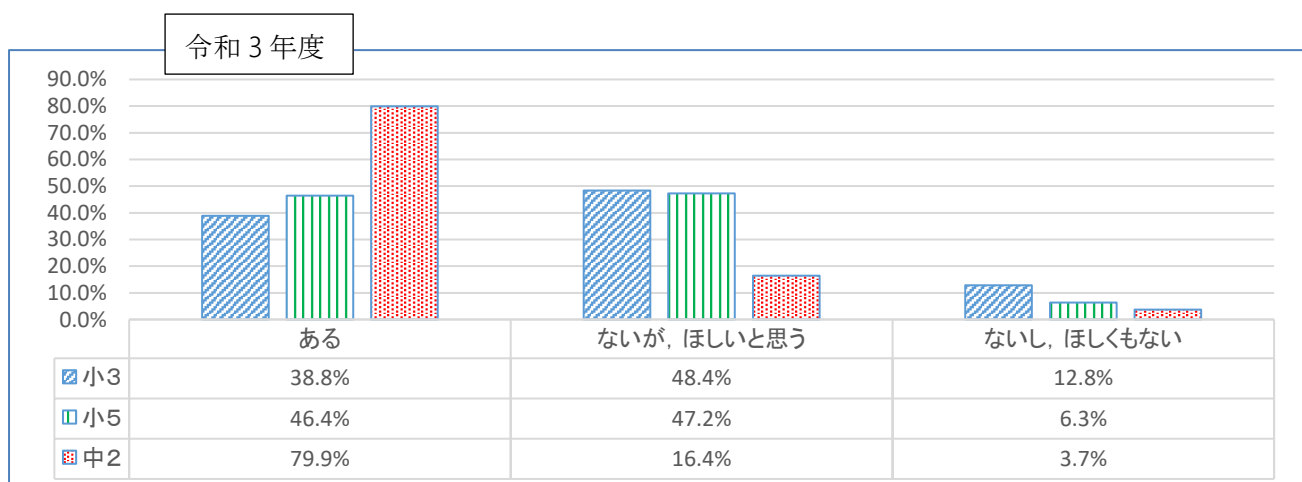
問6 動画を見たりゲームをしたりするのに『パソコンやタブレット、ゲーム機』を1日どれくらい使いますか

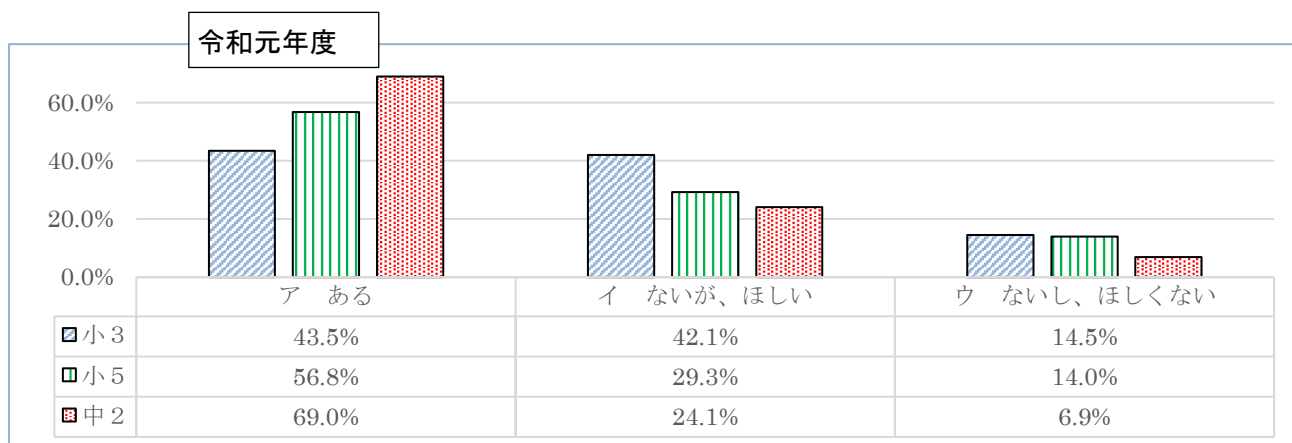


<全体>

- 小学生の使用時間は、「1時間ぐらい」が一番多く、次に「2時間ぐらい」になっているのに対して、中学生では、「2時間ぐらい」が一番多く、次に「3時間ぐらい」になっている。学年が上がるにつれ、使用する時間が多くなっていることがわかる。
- 「使わない」が、小3で8.4%、小5で7.9%、中2で4.9%となっている。学年が上がるにつれ、使用する子どもが増加している。
- 質問内容に「平日」・「休日」の指定をしていなかったが、5時間以上使用していると答えた子どもが、どの学年にも約10%もいた。「平日」・「休日」で使用時間が変わってくると思うが、家庭での適切な指導・ルール作りを行い、使用目的や使用場所・使用時間帯等を決めていく必要がある。

問7 自分が使うことができる『携帯電話やスマートフォン』がありますか。

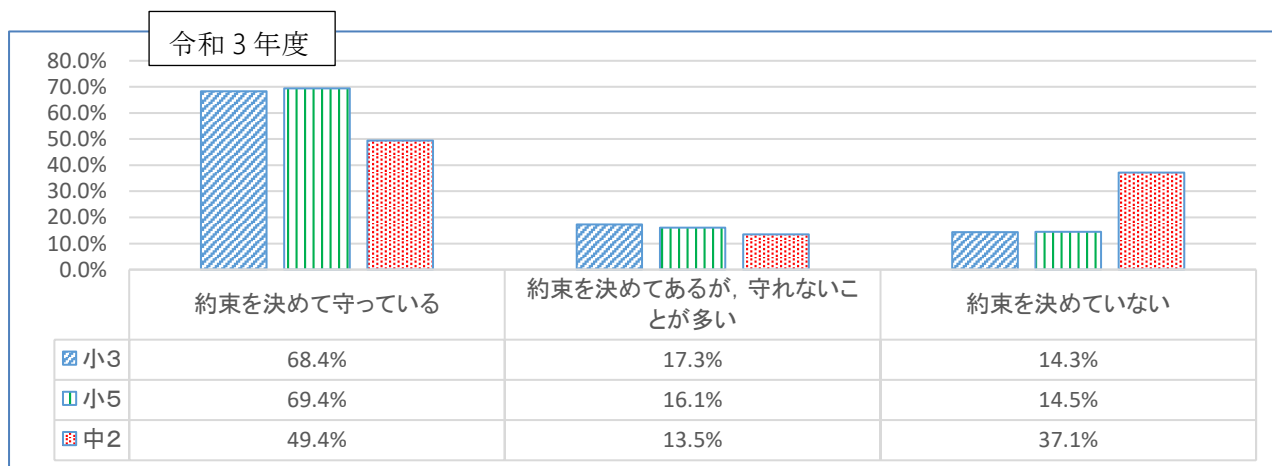




<全体>

- 「自分が使えるスマートフォンや携帯電話がある」が、小3で38.8%、小5で46.4%、中2で79.9%となっている。令和元年度と比較して、小3で4.7%、小5で10.4%減少し、中2で10.9%増加している。中学校での保有率がかなり増加している。小3でも約40%近くとなっている。背景として考えられるのは、防犯上のことや帰宅のお迎え（習い事等を含む）等でニーズが広がってきているからだと考えられる。
- 「自分が使えるスマートフォンや携帯電話がある」など、多くの子どもたちが情報ツールを持つようになってきている。これらの状況から、「情報モラル」について低学年から発達段階を考慮しつつ、家庭と連携しながら指導・学習していく必要性を感じる。また、使用方法や内容を把握する必要がある。

問8 『携帯電話やスマートフォン』『パソコンやタブレット、ゲーム機』の使い方について、家の人とやくそくを決めていますか。



<全体>

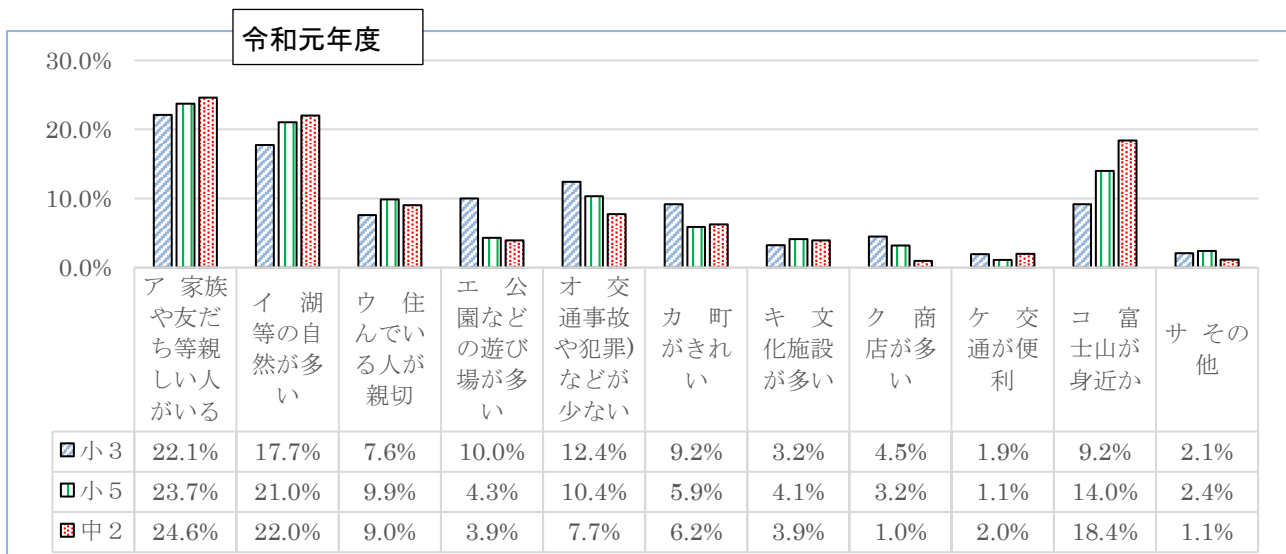
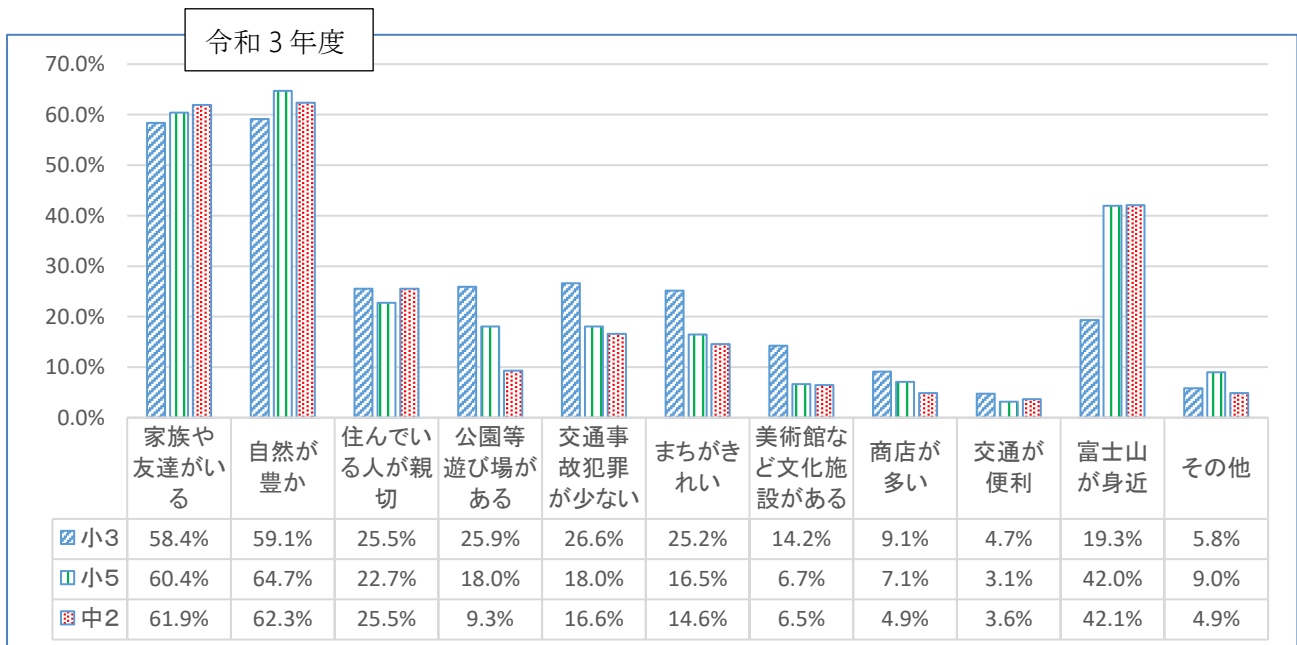
- 「約束を決めている」が、小3で85.7%、小5で85.5%、中2で62.9%となっている。また、「約束を決めていない」は、小3で14.3%、小5で14.5%、中2で37.1%となっている。中学生になるにつれ、「約束を決めていない」家庭が増えている。

○「約束を決めているが守れないことが多い」「約束を決めていない」が小3で31.6%，小5で30.6%，中2で50.6%となっている。中2では、過半数の子どもが、使用方法について自主性に任されていたり，家庭での約束が守れずダラダラ使用していたりすることが覗える。

○近年，携帯電話やスマートフォン等の所有の増加に比例し，子どもたちを狙った事件やトラブルが急増している。また，何気ない書き込みや写真の公開で知らない間に自分が加害者や被害者になってしまうケースもある。保護者の方々にもそのことを十分理解いただけるよう働きかけていく必要がある。

○子どもが携帯電話やスマートフォンを使用する場合には，使用時間を「1時間以内」「午後9時までにする」「就寝時は保護者が預かる」など，使用目的や使用場所・時間帯を考え，適切な指導・ルール作りを家庭内で行うよう，再度，保護者をお願いしていく。

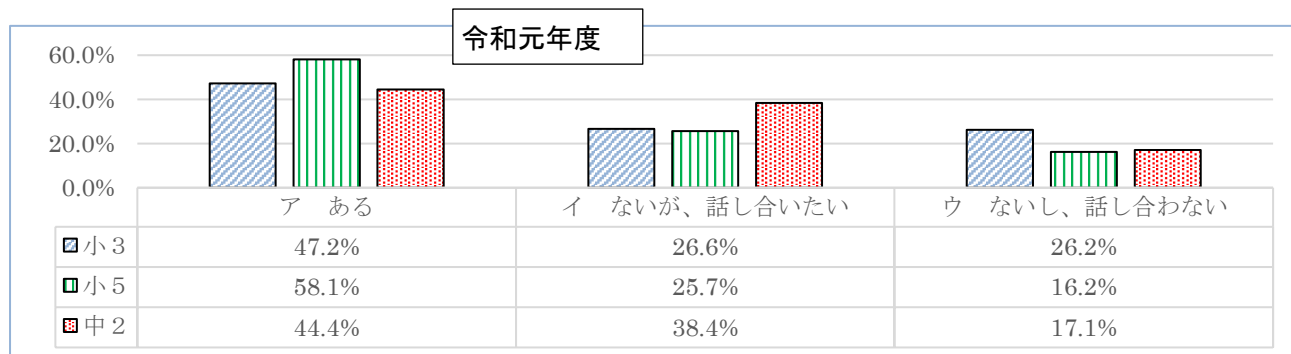
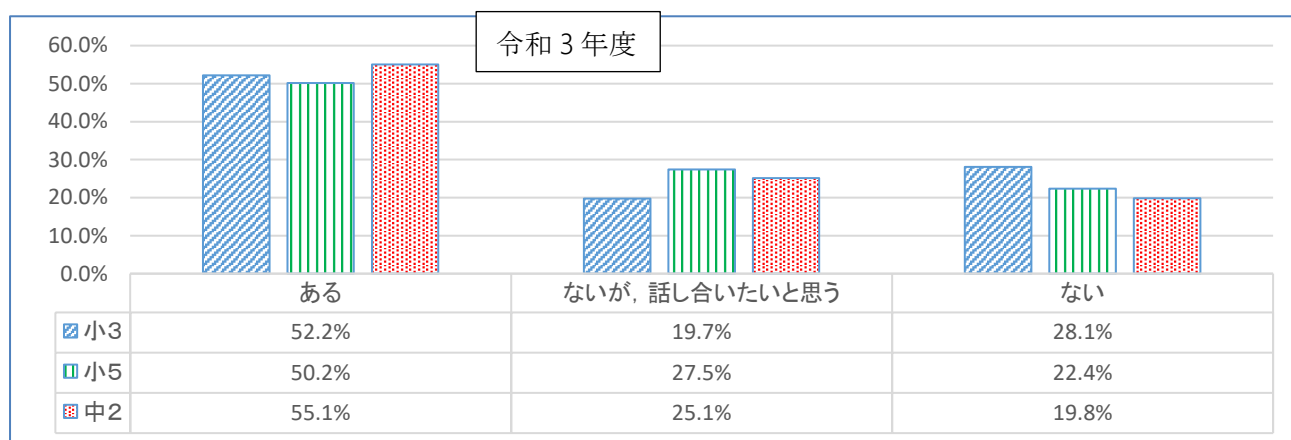
問9 あなたが住んでる町や地域で好きなところはどういうところですか。



<全体>

- どの学年も「自然が豊か」が一番多い。2番目は僅差で、「家族や友達がいる」、3番目は小3では「交通事故や犯罪が少ない」、小5、中2では「富士山が身近にある」となっている。
- 「富士山が身近にある」が小5、中2で40%を超えているのは、各校での富士山学習が着実に定着していることも考えられる。また、「家族や友達がいる」が、どの学年でも約60%となっていること、「住んでいる人が親切」と答えた子どもが4人に1人いることも嬉しいことで、家庭・学校・地域環境が比較的良好であることがいえる。
- 「その他」には、「空気、水がきれい」「景色がきれい」「大きな災害が少ない」「あいさつをよくする」「静かで住みやすい」などがあつた。

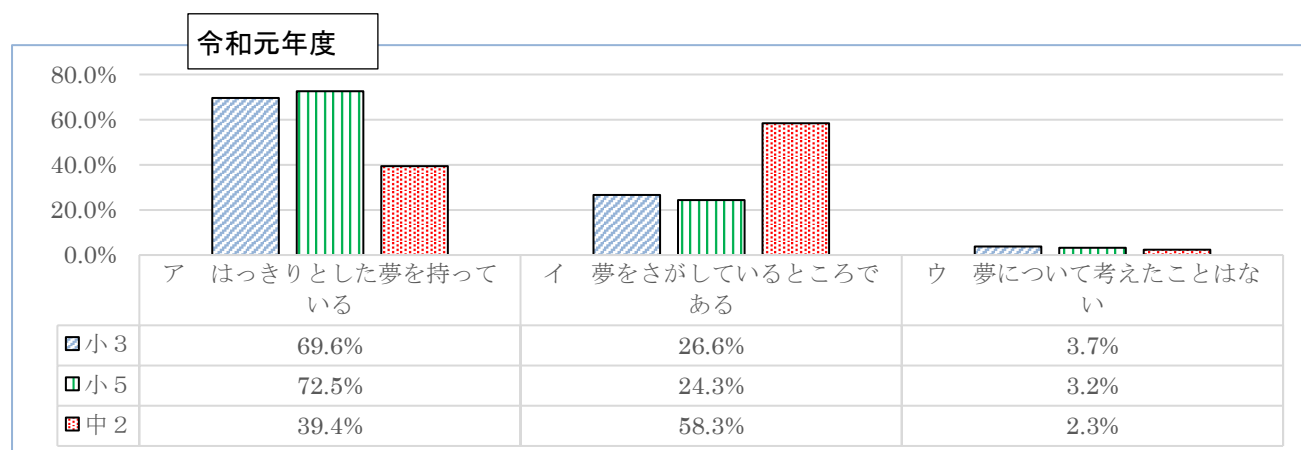
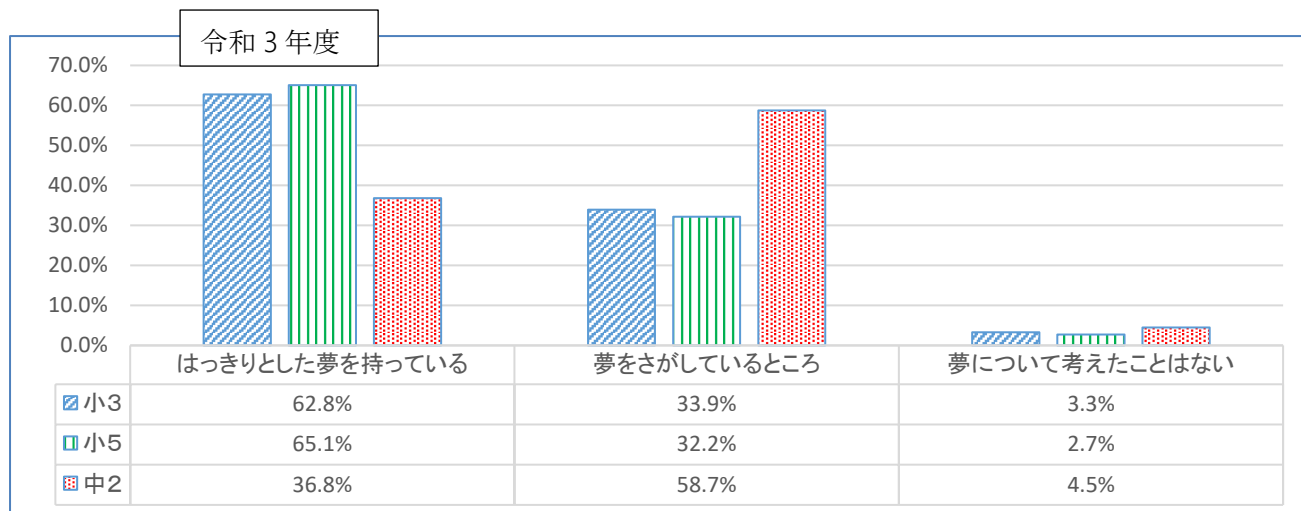
問10 あなたは、家族で大きな自然災害が起きたときのことを話し合ったことがありますか。



<全体>

- 小3で52.2%、小5で50.2%、中2で55.1%となっており、どの学年も半数以上が「災害が起きたときのこと」について話し合ったことがあると答えている。特に中2では、令和元年と比較して10.7%も増加している。各校や専門機関と連携しての防災教育が少しずつ浸透してきていること、富士山噴火ハザードマップが改訂されたこと、日本各地で災害が起きていること等が考えられる。
- 本地区は、近い将来発生の切迫性が指摘されている大規模地震として、南海トラフ巨大地震（東海地震）、首都直下地震などがあり、富士山の噴火の危険性も考えられる。また、地域の中で詳しく見ていくと、大雨による土砂崩れや水害が考えられる場所もある。「話をしたことがある」は約半数であり、「話し合いたい」と考えている子どもたちも多いので、学校の学習においては防災教育を行っているが、家庭や地域を巻き込んだ防災教育を含めて、さらに進めていく必要がある。

問 1 1 将来の夢を持っていますか。一番近いものを1つ選んでください。



<全体>

- 「はっきりとした夢がある」は、小3で62.8%，小5で65.1%と高い割合であるが、中2では36.8%と低い割合となっている。
- 令和元年と比較すると、「はっきりとした夢がある」は小3，小5で約7%，中2で約3%減少している。特に中2については、平成28年41.2%，平成29年には40.8%の調査結果となっており、年々少しずつ低い割合となっている。また、「考えたことはない」は、若干ではあるが小3，小5で減少し、中2で増加している。
- 中2において「夢がある」の割合が低くなっているのは、受験・進学等キャリア教育を進める中で、将来をより現実的なものとして捉えるようになったためではないかと考えられるが、それも大切なステップと思える。

《全体まとめ》

- 就寝時刻・睡眠時間について、特に町内中学生の就寝時刻は11時以降が6割を超え、12時過ぎは約2割となっている。また、睡眠時間も7時間未満が約5割にとっており、睡眠時間がかなり減少している。睡眠が足りない理由としては、勉強のほかに、YouTubeなどの動画

を遅い時間まで見ているという人も多く、塾や習い事などで忙しい上に、夜に動画などネットを見ることで睡眠時間が少なくなっている最近の子どもたちの様子が見えてきた。成長期の中学生であるにも関わらず、大人とほぼ変わらない睡眠習慣を送っていることがわかる。睡眠時間が減ることにより起こりうる弊害は、学習面での集中力、思考力、記憶力の低下が考えられ、健康面では成長ホルモンの分泌が充分でないために発育が遅れたり、自律神経が乱れたりすることによりイライラしている状態が増えることが考えられるといわれている。また、睡眠不足や生活習慣の乱れは不登校とも密接に関係しているといわれている。

○子どもの食をめぐっては、発育・発達の重要な時期にありながら、栄養素摂取の偏り、朝食の欠食、小児期における肥満の増加、思春期におけるやせの増加など、問題は多様化、深刻化し、生涯にわたる健康への影響が懸念されている。また、親子のコミュニケーションの場となる食卓において家族そろって食事をする機会も減少している状況にある。そのような状況下において、町村内の小中学生は、「朝食を毎日食べている」「夕食を家族と食べている」「親子の会話」について、全体的に割合が高くなっている。今後もこれらの課題に対応するため、食を通じて、親子や家族との関わりを深め、子どもの健やかな心と身体の発達を促すことをねらいとし、家庭の中で、子どもの『食べる力』を豊かに育むための支援づくりを進める必要がある。

○パソコン・タブレットやスマートフォン・携帯電話の保有などについては、低年齢化が進んでいる傾向が見られる。特に中学生の保有率が高くなっている上に、使用についての約束を決めていない・守れていない家庭が過半数を超えている。情報機器の保有については、学習や生活に生かすものとして非常に有効であるが、使用時間、使用の仕方等についての約束や情報モラルについて、再度、家庭と連携しながら指導・学習していく必要性を感じる。

○災害が起きたときのことを話し合ったことがあると答えている子どもが半分以上いた。特に中2では、10%以上増加している。このことは、各校が専門機関と連携して防災教育に取り組んでいること、富士山噴火ハザードマップの改訂等の影響もあると考えられる。しかし、まだ半数近くが家族で話し合っていないことから、今後さらに学校での防災教育の推進、また、行政との連携を強化し、家庭や地域を巻き込んだ防災教育を進めていく必要があると考える。

○中学生において「夢がある」の割合が低くなっているのは、受験・進学等キャリア教育を進める中で、将来をより現実的なものとして捉えるようになったためではないかと考えられる。その中に、日本や自分の将来に不安を抱いている子どもも多いようである。特にコロナ禍での「大人のイメージ」に対して、「厳しい、暗い」というイメージを抱き、大人になることへの不安感から夢や希望を持てずにいることも多いといわれている。また、子ども自身が何をしたいのか、何に向いているのか分かっていない、ということも根本にあると思うので、将来の日本を背負っていく子どもたちに、親や教師などの大人が、子どもの中に潜在している才能を引き出し、一歩ずつ夢や希望が持てる子どもを増やしていければと考えている。

○各校ごとにその校なりの課題が見られるので、学校として課題解決に向けた取組を進めていきたい。

本センターが設置された平成１７年度から、毎年教育に関するアンケート調査を実施してきました。今年度実施した「子どもの生活・意識アンケート」は質問内容に多少の変化はありますが、今回で１１回目です。

続けていくことで、子どもたちの経年変化を見ることができたり同年代で比較したりすることができます。子どもたちの実態をつかむこと、生活や意識の一端を知ることが、保護者や教職員、地域の人々にとって、子どもたちへの支援・指導の方向性をさぐることに繋がります。

新たな社会、Society5.0（サイバー空間〈仮想空間〉とフィジカル空間〈現実空間〉を高度に融合されたシステムにより、経済発展と社会的課題の解決を両立する、人間中心の社会）が提唱されました。IoT や AI といった新たな技術の進展により、社会がより豊かに便利になっても、子どもたちにとっての家庭・学校・地域の大切さは変わりません。本センター教育アドバイザーの菊池省三先生が講演会でよく語られる、「行きたい学校、帰りたい家庭、そして住みたい地域」であり続けたいと思います。

本調査に当たり、ご協力をいただいた各学校や児童・生徒の皆さん、また、取りまとめていただいた先生方に深く感謝申し上げます。

富士河口湖町立教育センター研究員 （「アンケート調査」協力）

持田 泰志（船津小）	東 健 次（小立小）	小野寺世良（大石小）
高尾篤史（河口小）	梶原裕一郎（勝山小）	土橋みどり（西浜小）
日下 美実（大嵐小）	清水 建見（豊茂小）	窪田 一香（湖北中）
加 藤 諒（勝山中）	後藤みよ子（湖南中）	芦沢 哲治（鳴沢小）

富士河口湖町立教育センター
担 当 梶 原 斉
T E L 0 5 5 5 - 8 3 - 3 0 2 2
F A X 0 5 5 5 - 8 3 - 3 0 2 4
E -mail ed-center@kawaguchiko.ne.jp