

第2章 調査結果の概要

調査結果として、主に次の3点が示された。

- ①日頃から「早寝早起き朝ごはん」を行っている子供、自然体験や生活体験、お手伝いを多く行っている子供は、自律性、積極性、協調性が身についている傾向がある。
- ②自律性、協調性、積極性が身についている子供ほど、自己肯定感が高く、心身の疲労感を感じる傾向が少ない傾向がある。
- ③自立的行動習慣が身についている子供や自己肯定感が高い子供は増加傾向にある。

2.1 青少年の生活行動や体験と自立的行動習慣に関する指標の関係

青少年の就寝・起床・朝食の習慣や、自然体験・生活体験といった様々な体験、家庭でのお手伝いと自律性、積極性、協調性の関係について分析するために、小学4年生～小学6年生、中学2年生および高校2年生を対象にクロス集計を行った。就寝・起床・朝食の習慣と自立的行動習慣に関する指標のクロス集計については、就寝時刻の区分（早寝・遅寝）の割合を均等にするために小学5年生、中学2年生、高校2年生を対象とした。

自立的行動習慣を尋ねる12項目（表2-1-1）に対する回答について、「とても当てはまる」=3点、「少し当てはまる」=2点、「あまり当てはまらない」=1点、「全く当てはまらない」=0点と得点化し、「自律性」、「積極性」、「協調性」を構成する質問項目の合計点により、以下の3段階に分類した。

「高」=9点～12点

「中」=5点～8点

「低」=0点～4点

なお、自立的行動習慣に関する14項目の合計得点の場合には、従前の調査結果との経年比較のため、「とても当てはまる」=1点、「少し当てはまる」=2点、「あまり当てはまらない」=3点、「全く当てはまらない」=4点と得点化し項目数で割り算して平均値を算出した。算出した平均得点に従って、「1.0点以上1.6点未満」を「身についている」、「1.6点以上2.2点未満」を「あまり身につけていない」、「2.2点以上2.8点未満」を「ふつう」、「2.8点以上3.4点未満」を「あまり身につけていない」、「3.4点以上4.0点以下」を「身につけていない」という5段階に分類した。

ここでは、「青少年の体験活動等と自立に関する実態調査（平成18年度調査）」になり、自立的行動習慣に関する3つの指標である「自律性」「積極性」「協調性」について分析を行った。各指標に含まれる質問項目を表2-1-1に示す。

表2-1-1 自立的行動習慣に関する指標

（「青少年の体験活動等と自立に関する実態調査（平成18年度調査）」を元に作成）

<自律性> (12点満点)	<積極性> (12点満点)	<協調性> (12点満点)
・人の話をきちんと聞く	・困った時でも前向きに取り組む	・困っている人がいたときに手助けをする
・ルールを守って行動する	・自分の思ったことをはっきりと言う	・友達が悪いことをしていたら、やめさせる
・周りの人に迷惑をかけずに行動する	・人から言われなくても、自分から進んでやる	・相手の立場になって考える
・自分でできることは自分でする	・先のことを考えて、自分の計画を立てる	・誰とでも協力してグループ活動をする

「早寝早起き朝ごはん」を行っている子供は、自律性、積極性、協調性が身についている

就寝・起床・朝食の習慣と自立的行動習慣に関する指標との関係について分析したところ、「早寝早起きで朝ごはんを毎日食べている」群が、「自律性」、「積極性」、「協調性」高得点群の割合が最も大きかった。

一方、「遅寝遅起きで朝ごはんを食べない日がある」群は、高得点群の割合が最も小さかった（図 2-1-1～2-1-3）。

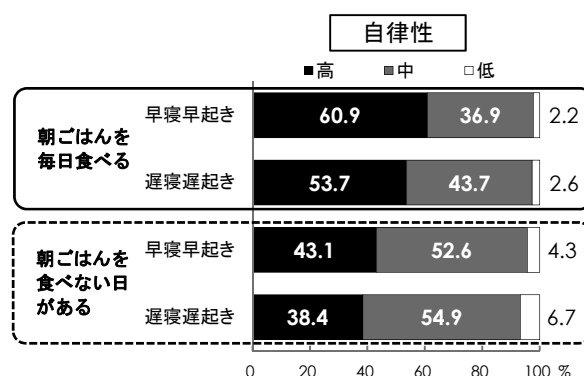


図 2-1-1 就寝・起床・朝食の習慣と自律性の関係 (小5、中2、高2)

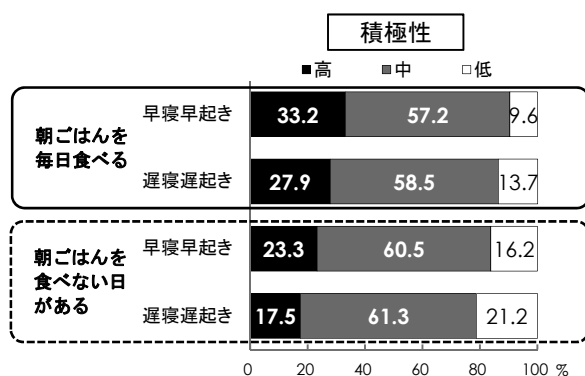


図 2-1-2 就寝・起床・朝食の習慣と積極性の関係 (小5、中2、高2)

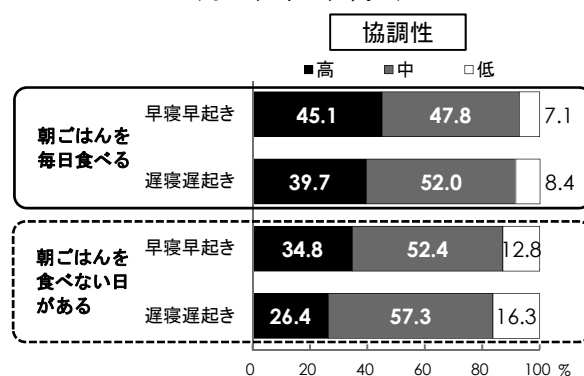


図 2-1-3 就寝・起床・朝食の習慣と協調性の関係 (小5、中2、高2)

(参考) 「早寝早起き」の区分

本調査においては、小学5年生、中学2年生、高校2年生の就寝・起床時間をもとに、概ね半数が就寝・起床する時間を基準として、「早寝早起き」を以下のとおり分類した。

「早寝」の分類

小学5年生・・・午後10時以前に就寝
 中学2年生・・・午後11時以前に就寝
 高校2年生・・・午前0時以前に就寝

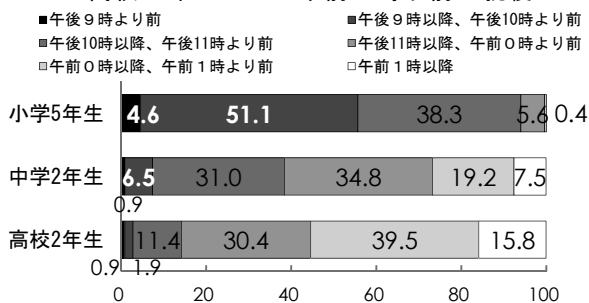


図 2-1-4 ふだん寝る時間の現状 (小5、中2、高2)

「早起き」の分類

全学年共通・・・午前6時30分以前に起床

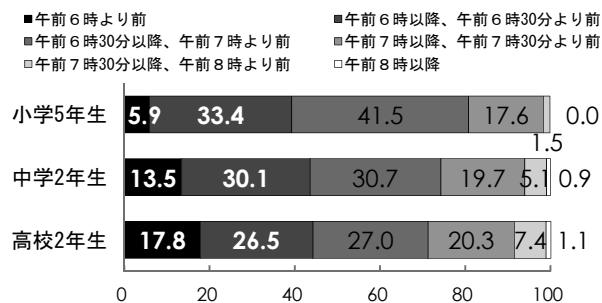


図 2-1-5 ふだん起きる時間の現状 (小5、中2、高2)

自然体験が豊富な子供ほど、自律性、積極性、協調性が身についている

自然体験と自立的行動習慣に関する指標との関係について分析したところ、自然体験が豊富な群ほど「自律性」、「積極性」、「協調性」高得点群の割合が大きくなる傾向がみられた（図 2-1-6～2-1-8）。

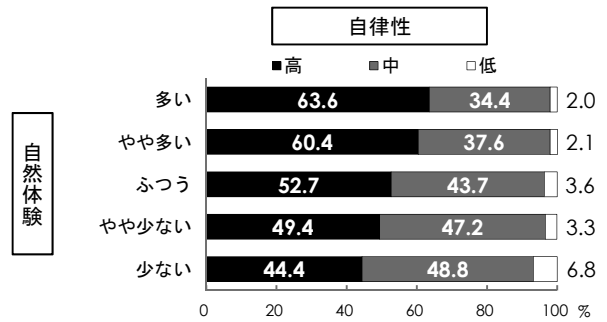


図 2-1-6 自然体験と自律性の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

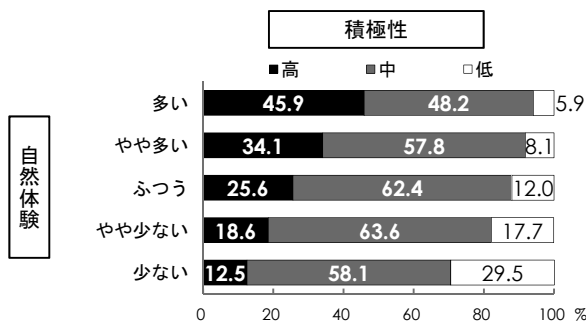


図 2-1-7 自然体験と積極性の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

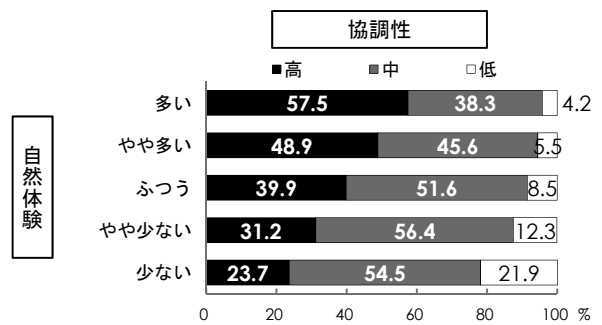


図 2-1-8 自然体験と協調性の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

生活体験が豊富な子供ほど、自律性、積極性、協調性が身についている

生活体験と自立的行動習慣に関する指標との関係について分析したところ、生活体験が豊富な群ほど「自律性」、「積極性」、「協調性」高得点群の割合が大きくなる傾向がみられた（図 2-1-9～2-1-11）。

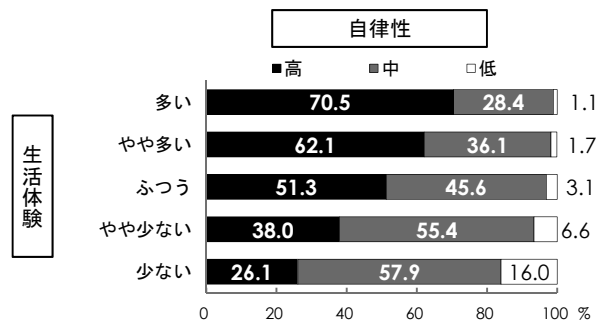


図 2-1-9 生活体験と自律性の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

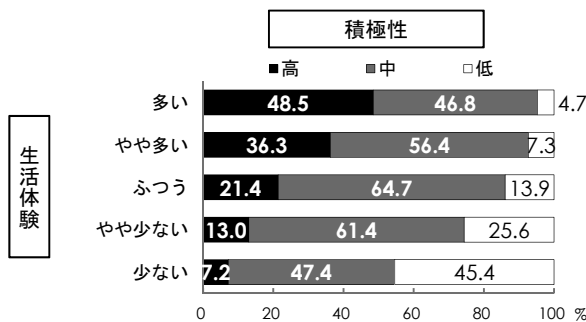


図 2-1-10 生活体験と積極性の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

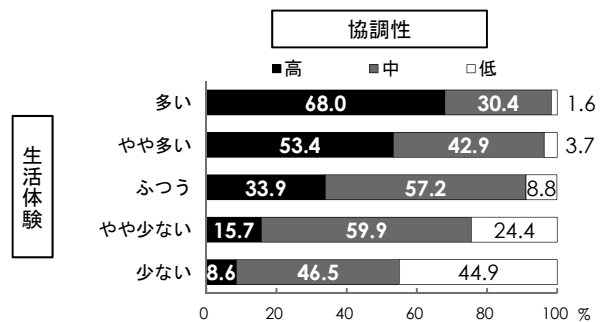


図 2-1-11 生活体験と協調性の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

お手伝いをよくする子供ほど、自律性、積極性、協調性が身についている

お手伝いと自立的行動習慣に関する指標の関係について分析したところ、お手伝いが豊富な群ほど「自律性」、「積極性」、「協調性」高得点群の割合が大きくなる傾向がみられた（図 2-1-12～2-1-14）。

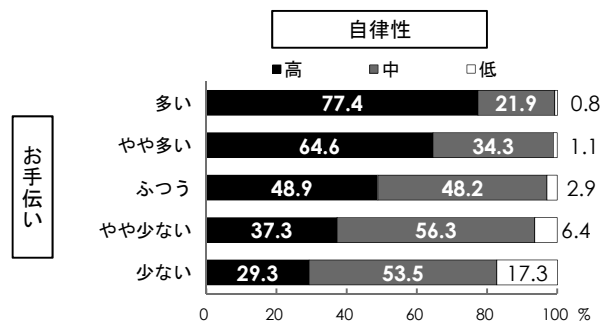


図 2-1-12 お手伝いと自律性の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

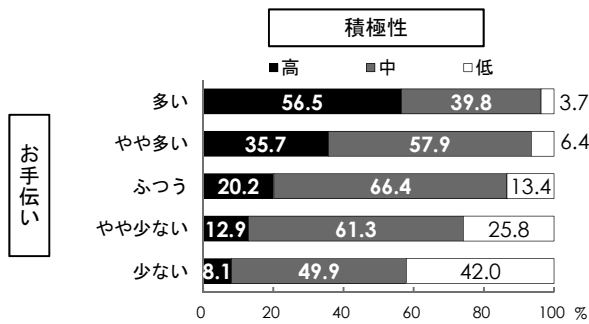


図 2-1-13 お手伝いと積極性の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

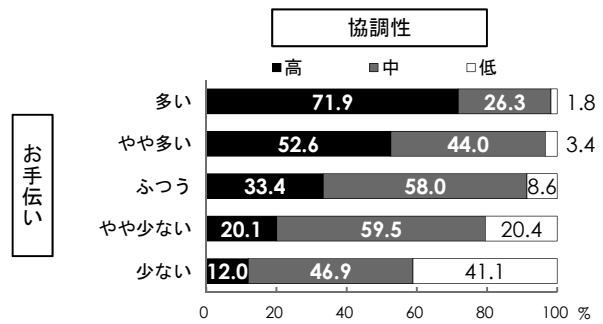


図 2-1-14 お手伝いと協調性の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

2.2 青少年の自立的行動習慣に関する指標と意識の関係

自律性、積極性、協調性が身についている子供ほど、自己肯定感が高い

自立的行動習慣に関する指標と自己肯定感の関係について分析したところ、「自律性」、「積極性」、「協調性」高得点群ほど「自己肯定感」が高い群の割合が大きくなる傾向がみられた（図 2-2-1～2-2-3）。

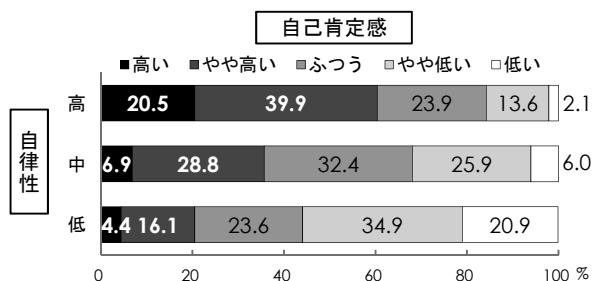


図 2-2-1 自律性と自己肯定感の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

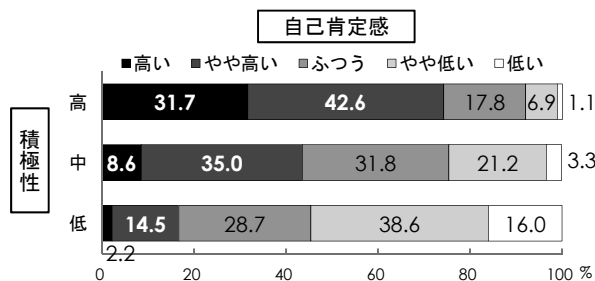


図 2-2-2 積極性と自己肯定感の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

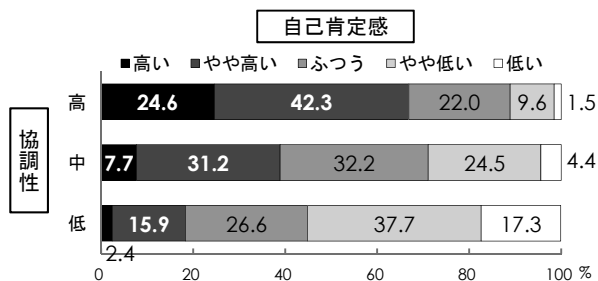


図 2-2-3 協調性と自己肯定感の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

自律性、積極性、協調性が身についている子供ほど、携帯電話・スマートフォンの利用時間が短い

自立的行動習慣に関する指標と1日の携帯電話・スマートフォン利用時間の関係について分析したところ、「自律性」、「積極性」、「協調性」高得点群ほど「1日の携帯電話・スマートフォン利用時間」が短くなる傾向がみられた（図2-2-4～2-2-6）。

ここでは、自分用の携帯電話・スマートフォンを所有している子供のみ集計対象とした。

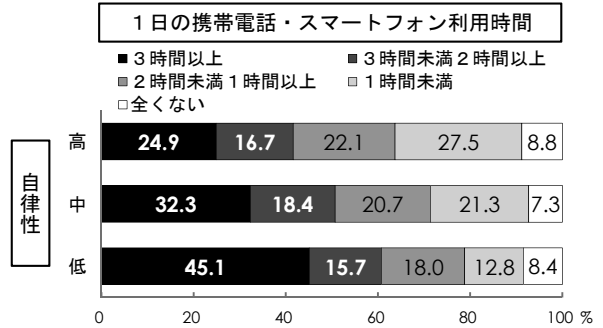


図2-2-4 自律性と携帯電話・スマートフォンの利用の関係（小4～小6、中2、高2）

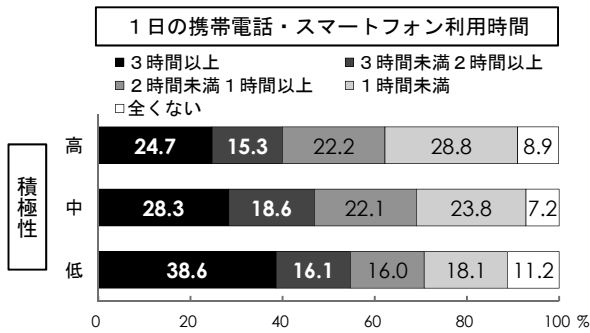


図2-2-5 積極性と携帯電話・スマートフォンの利用の関係（小4～小6、中2、高2）

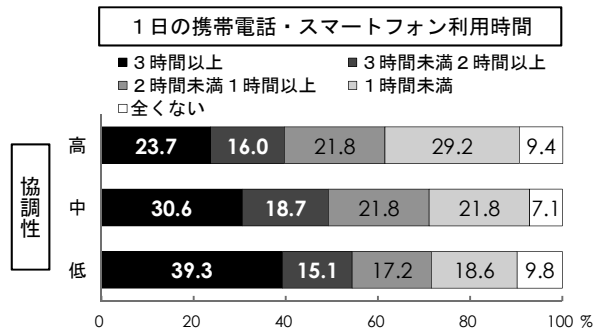


図2-2-6 協調性と携帯電話・スマートフォンの利用の関係（小4～小6、中2、高2）

自律性、積極性、協調性が身についている子供ほど、心身の疲労を感じる事が少ない

自立的行動習慣に関する指標と心身の疲労感の関係について分析したところ、「自律性」、「積極性」、「協調性」高得点群ほど「心身の疲労感」が強い群の割合が小さくなる傾向がみられた（図 2-2-7～2-2-9）。

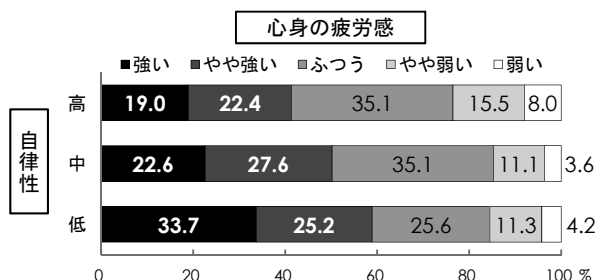


図 2-2-7 自律性と心身の疲労感の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

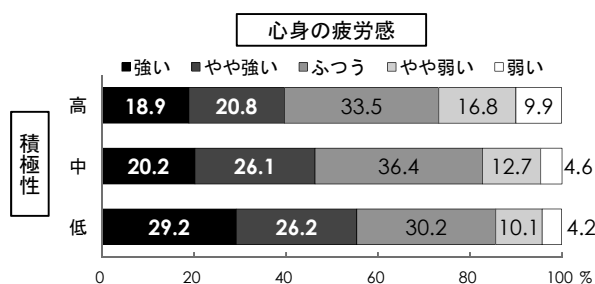


図 2-2-8 積極性と心身の疲労感の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

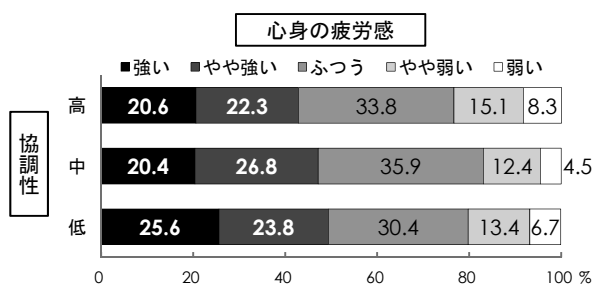


図 2-2-9 協調性と心身の疲労感の関係
(小 4～小 6、中 2、高 2)

(参考)「早寝早起き朝ごはん」を行っている子供は、心身の疲労を感じる事が少ない

早寝早起きで朝ごはんを毎日食べている群は、心身の疲労感が強い群の割合が最も小さくなり、遅寝遅起きで朝ごはんを食べない日がある群は、心身の疲労感が強い群の割合が最も大きくなる傾向がみられた（図 2-2-10）。

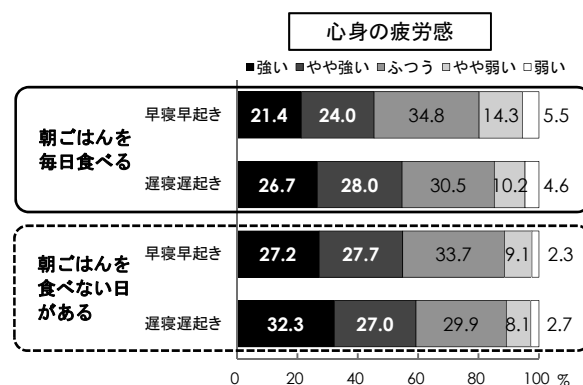


図 2-2-10 就寝・起床・朝食の習慣と心身の疲労感の関係
(小 5、中 2、高 2)

2.3 青少年の体験活動等の現状と推移

(1) 自然体験

5割以上の子供が「海や川で泳いだこと」に「何度も体験している」と回答

以下の自然体験に関する項目に対して「何度もある」と回答した割合をみると、「海や川で泳いだこと」(54.5%)が最も大きく、次いで「チョウやトンボ、バッタなどの昆虫をつかまえたこと」(48.3%)、「野鳥を見たり、鳴く声を聞いたこと」(46.2%)となっている。

一方、他の自然体験に関する項目と比べて小さかったものは、「ロープウェイやリフトを使わずに高い山に登ったこと」(16.7%)、「キャンプをしたこと」(27.2%)、「大きな木に登ったこと」(28.4%)となっている(図2-3-1)。

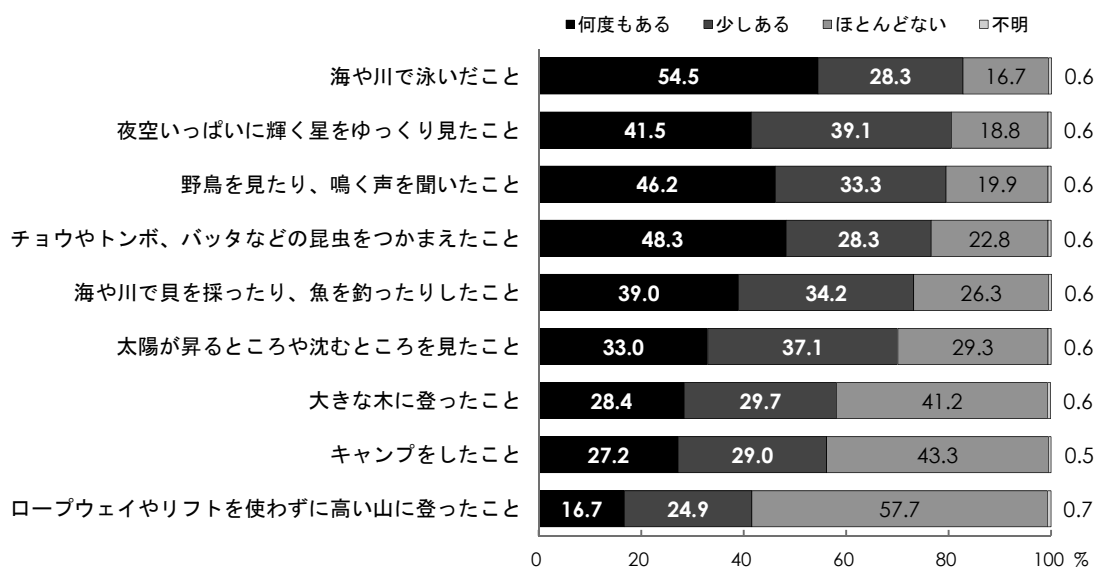


図 2-3-1 自然体験の現状 (小4~小6、中2、高2)

約10年間で子供の自然体験は増加

自然体験の推移をみると、平成17年度から平成24年度にかけて「何度もある」の割合が大きくなり、平成24年度以降は横ばいで推移している(図2-3-2~2-3-4)。

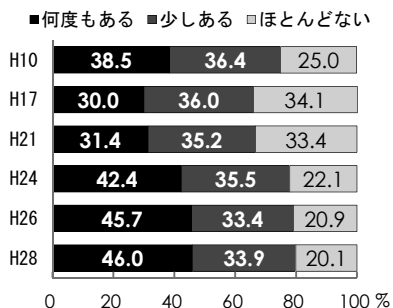


図 2-3-2 野鳥をみたり、鳴く声を聞いたことの推移 (小4、小6、中2)

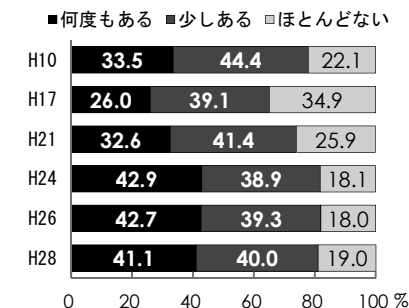


図 2-3-3 夜空いっぱいに輝く星をゆっくり見たことの推移 (小4、小6、中2)

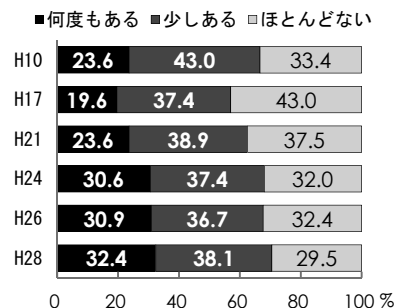


図 2-3-4 太陽が昇るところや沈むところを見たことの推移 (小4、小6、中2)

平成17年度調査以降の数値を平成10年度調査の数値と比較するため、集計対象を小4、小6、中2のみとし、かつ不明な回答を除いている(生活体験・お手伝いについても同様)。

(2) 生活体験

「タオルやぞうきを絞ったこと」を何度も体験している子供は9割以上

以下の生活体験に関する項目に対して「何度もある」と回答した割合をみると、「タオルやぞうきを絞ったこと」(91.8%)が最も大きく、次いで「小さい子供を背負ったり、遊んであげたりしたこと」(54.6%)、「ナイフや包丁で、果物の皮をむいたり、野菜を切ったこと」(49.7%)となっている。

一方、他の生活体験に関する項目と比べて小さかったものは、「赤ちゃんのおむつをかえたり、ミルクをあげたこと」(14.1%)、「弱いものいじめやケンカをやめさせたり、注意したこと」(17.4%)となっている(図2-3-5)。

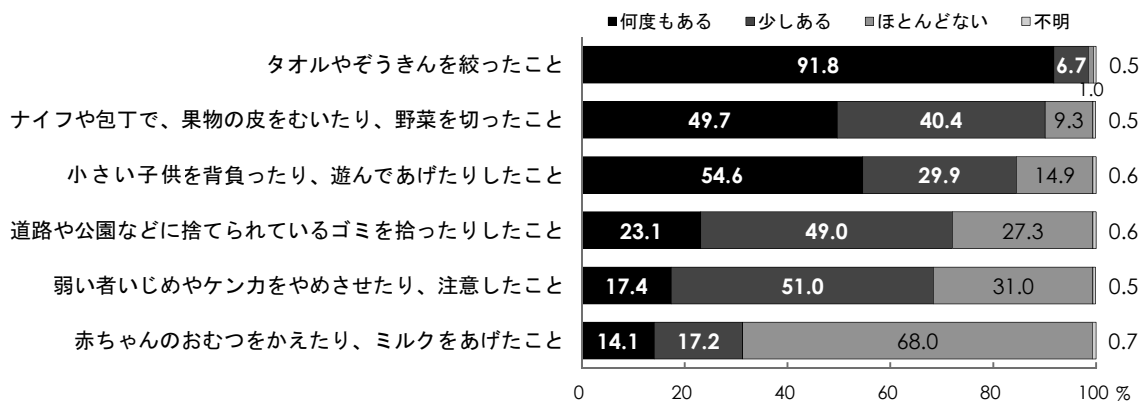


図2-3-5 生活体験の現状(小4~小6、中2、高2)

ナイフや包丁の使用はやや減少傾向

「ナイフや包丁で、果物の皮をむいたり、野菜を切ったこと」に「何度もある」と答えた割合は、平成17年度と比べるとやや減少している(図2-3-6)。

「小さい子供を背負ったり遊んであげたりしたこと」や「弱いものいじめやケンカをやめさせたり、注意したこと」の推移をみると、平成17年度から平成24年度にかけて「何度もある」の割合が大きくなり、平成24年度以降は横ばいで推移している(図2-3-7、図2-3-8)。

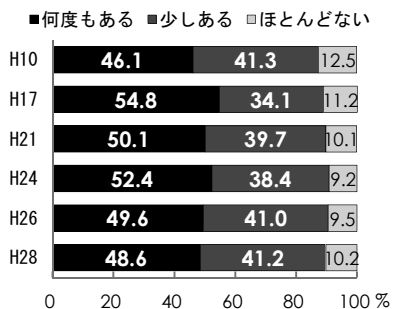


図2-3-6 ナイフや包丁で、果物の皮をむいたり、野菜を切ったことの推移(小4、小6、中2)

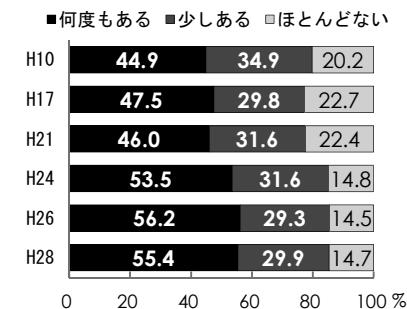


図2-3-7 小さい子供を背負ったり遊んであげたりしたことの推移(小4、小6、中2)

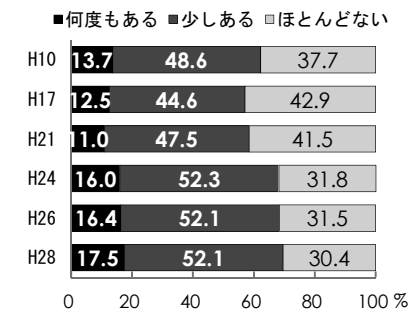


図2-3-8 弱いものいじめやケンカをやめさせたり、注意したことの推移(小4、小6、中2)

(3) お手伝い

日常なお手伝いの実施率は2～3割程度

以下のお手伝いに関する項目に対して「いつもしている」と回答した割合をみると、「食器をそろえたり、片付けたりすること」(35.0%)が最も大きく、次いで「お風呂洗いをしたり、窓ふきを手伝うこと」(25.3%)、「家の中のお掃除や整頓を手伝うこと」(23.5%)となっている。

一方、他のお手伝いに関する項目と比べて低かったものは、「靴などをそろえたり、磨いたりすること」(16.5%)、「お料理の手伝いをする事」(19.8%)、「新聞や郵便物をとってくる事」(20.0%)となっている(図2-3-9)。

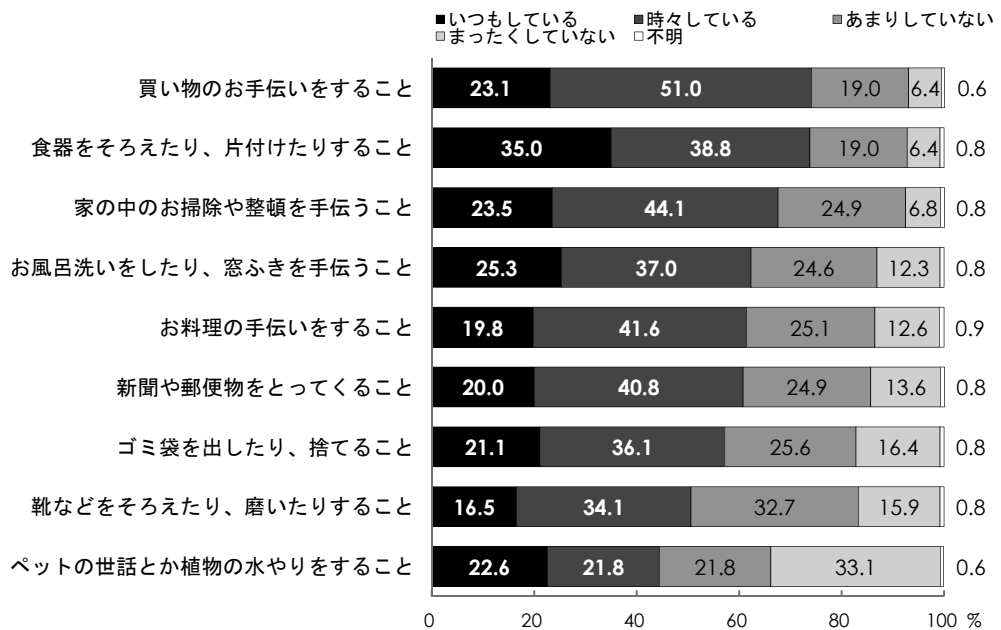


図2-3-9 お手伝いの現状(小4～小6、中2、高2)

18年間で子供のお手伝いは増加

お手伝いの推移をみると、平成10年度から平成24年度にかけて「いつもしている」の割合が大きくなっているが、平成24年度以降は横ばいで推移している(図2-3-10～2-3-12)。

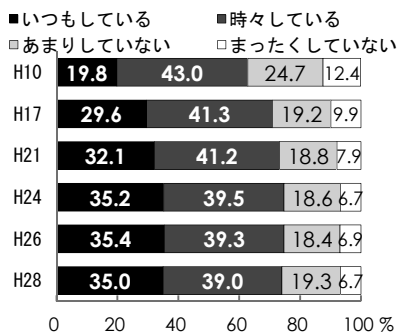


図2-3-10 食器をそろえたり、片付けたりすることの推移(小4、小6、中2)

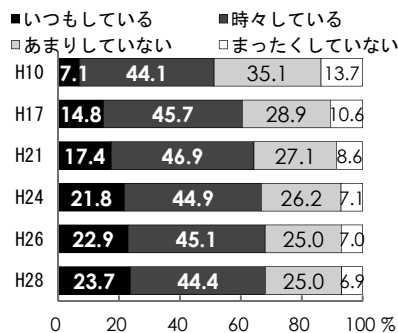


図2-3-11 家の中のお掃除や整頓を手伝うことの推移(小4、小6、中2)

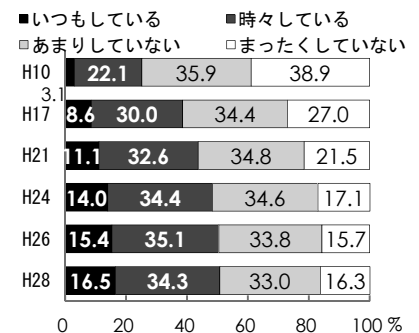


図2-3-12 靴などをそろえたり、磨いたりすることの推移(小4、小6、中2)

(4) 読書

高校2年生の5割以上は「ほとんど本を読まない」

1か月に読む本の数の推移をみると、平成18年度から平成24年度にかけて「10冊以上」の割合が大きくなり、「1～2冊」及び「ほとんど読まない」の割合が小さくなっている（図2-3-13）。

しかし、学年別にみると、学年が上がるにつれ読書数は減少し、高校2年生では「ほとんど読まない」子供の割合が5割以上である（図2-3-14）。

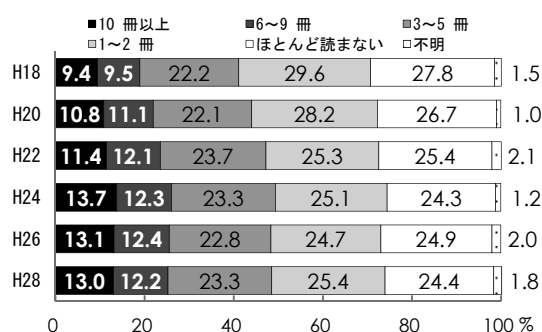


図 2-3-13 1か月に読む本の数の推移
(小4～小6、中2、高2)

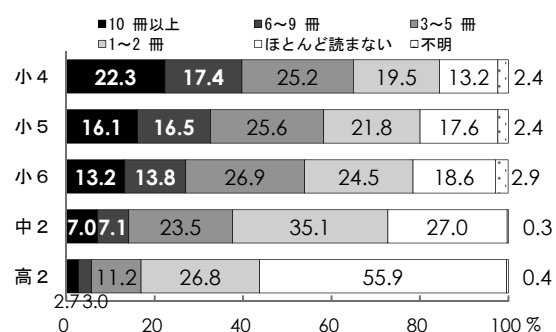


図 2-3-14 学年ごとの1か月に読む本の数の現状
(小4～小6、中2、高2)

携帯電話・スマートフォンを長く利用するほど、読書数が減少する

1日の携帯電話・スマートフォンの利用時間が長い子供ほど、1か月に読む本の数が少なくなる傾向がみられ、携帯電話・スマートフォンを1日3時間以上利用する子供の5割近くが「ほとんど読まない」と回答した（図2-3-15）。

ここでは、自分用の携帯電話・スマートフォンを所有している子供のみ集計対象とした。

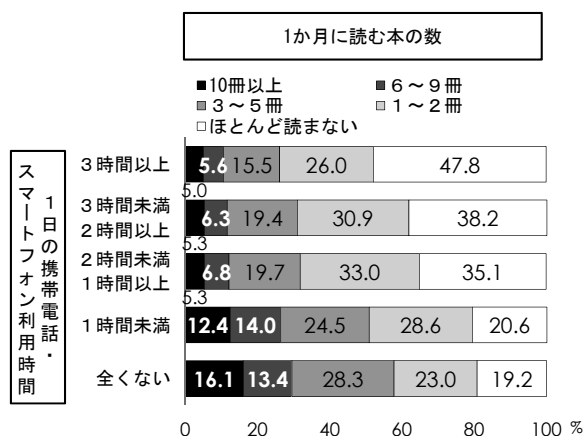


図 2-3-15 1日の携帯電話・スマートフォンの利用時間と1か月に読む本の数の関係
(小4～小6、中2、高2)

2.4 青少年の意識等の現状と推移

(1) 自立的行動習慣

自立的行動習慣が身につけている子供の割合は10年間で向上

自立的行動習慣全体の推移をみると、平成18年度から平成28年度にかけて「身につけている」と「やや身につけている」を合計した割合は大きくなっている（図2-4-1）。

項目別にみると、「ルールを守って行動する」等多くの項目は、平成18年度から平成28年度にかけて「とても当てはまる」と回答した子供の割合が大きくなっている（図2-4-2～2-4-4）。

一方、「先のことを考えて、自分の計画を立てる」についてはあまり変化がみられない（図2-4-5）。

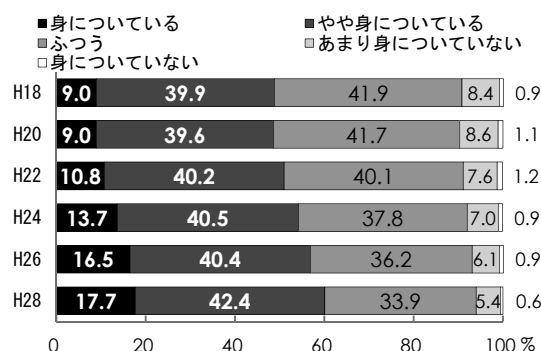


図2-4-1 自立的行動習慣の推移
(小4～小6、中2、高2)

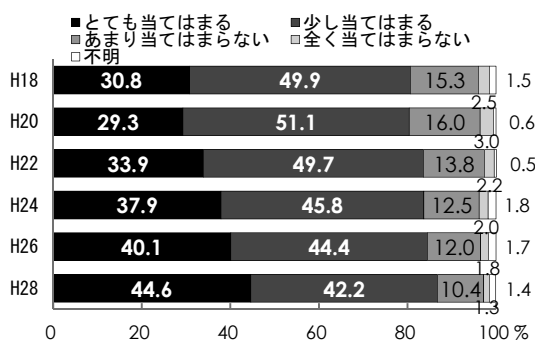


図2-4-2 「ルールを守って行動する」の推移
(小4～小6、中2、高2)

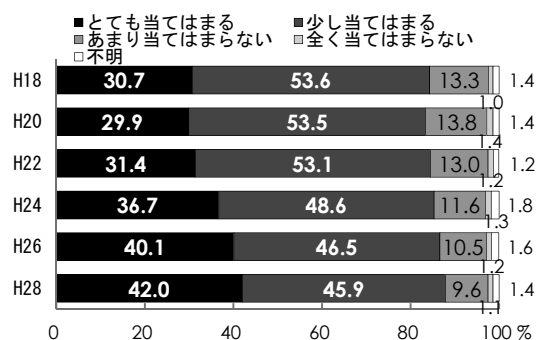


図2-4-3 「自分でできることは自分でする」の推移
(小4～小6、中2、高2)

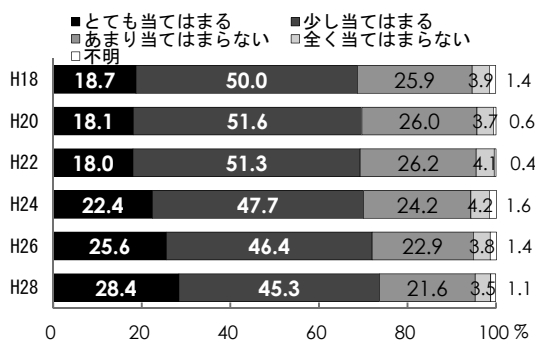


図2-4-4 「相手の立場になって考える」の推移
(小4～小6、中2、高2)

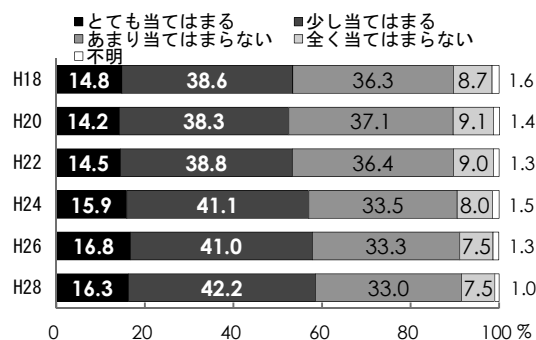


図2-4-5 「先のことを考えて、自分の計画を立てる」の推移
(小4～小6、中2、高2)

(2) 自己肯定感

自己肯定感が高い子供の割合は向上傾向

自己肯定感全体の推移をみると、平成 20 年度から平成 28 年度にかけて「高い」「やや高い」を合計した割合は大きくなっている（図 2-4-6）。

項目別にみると、「今の自分が好きだ」や「勉強は得意な方だ」について「とても思う」「少し思う」と回答した子供の割合が、平成 20 年度から平成 28 年度にかけて大きくなっている（図 2-4-7、図 2-4-8）。

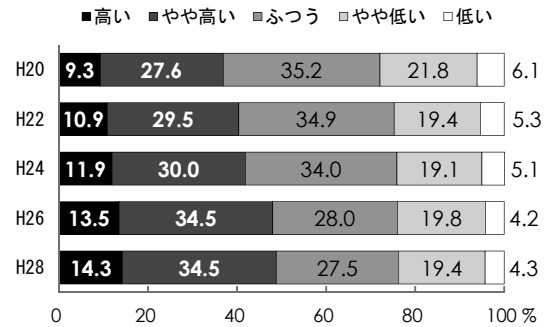


図 2-4-6 自己肯定感の推移
(小 4～小 6、中 2、高 2)

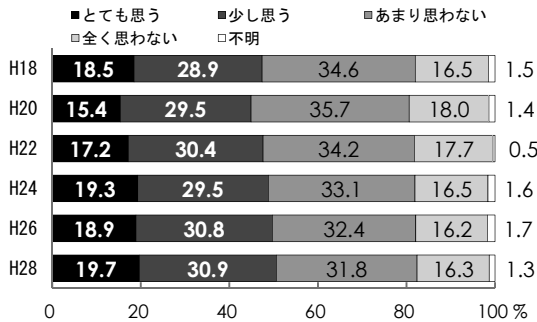


図 2-4-7 「今の自分が好きだ」の推移
(小 4～小 6、中 2、高 2)

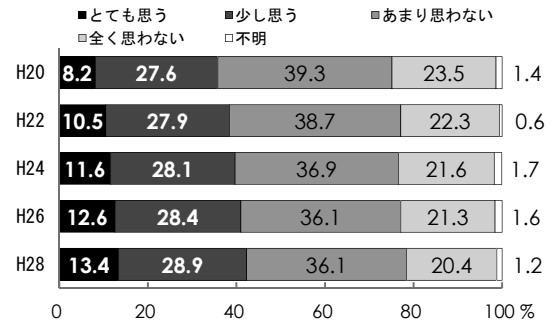


図 2-4-8 「勉強は得意な方だ」の推移
(小 4～小 6、中 2、高 2)

小学校から中学校にかけて、自己肯定感が高い子供の割合は大きく減少

学年が上がるにつれて、「今の自分が好きだ」や「勉強は得意な方だ」について「とても思う」と「少し思う」と回答した子供の割合が減少する傾向がみられ、特に小学 6 年生から中学 2 年生にかけて大きく減少している（図 2-4-9、2-4-10）。

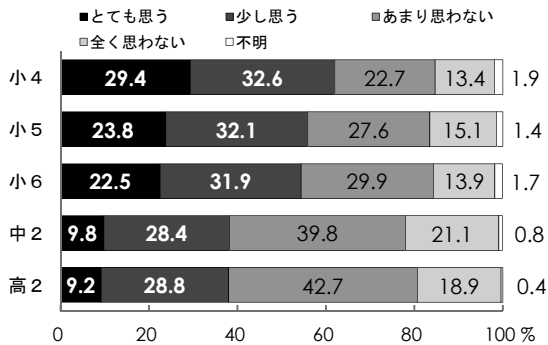


図 2-4-9 学年ごとの「今の自分が好きだ」の現状
(小 4～小 6、中 2、高 2)

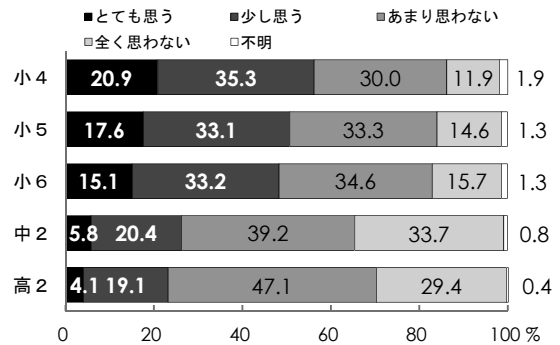


図 2-4-10 学年ごとの「勉強は得意な方だ」の現状
(小 4～小 6、中 2、高 2)