

令和3年8月11日

独立行政法人国立青少年教育振興機構  
青少年教育研究センター

---

## 子どもの頃の読書活動の効果に関する調査研究 ～「読書離れ」の実態と、「読書好き」を育てるヒント～

---

国立青少年教育振興機構 青少年教育研究センターは、子どもの頃の読み聞かせや読書活動の実態、読書活動が大人になった現在の意識・非認知能力に与える影響、それに読書活動を形成する要因を検証するために、全国の20～60代の男女5,000名（各年代男女500名ずつ）を対象にインターネット調査を実施しました。

また、子どもの頃の読書活動と認知機能との関連について、大学生を対象に分析し、多面的に読書活動の効果を検証しました。

### ■調査結果のポイント

- ① 子どもの頃の読書量が多い人は、意識・非認知能力と認知機能が高い傾向がある。
- ② 興味・関心にあわせた読書経験が多い人ほど、小中高を通した読書量が多い傾向にある。
- ③ 年代に関係なく、本（紙媒体）を読まない人が増えている（平成25年と平成30年を比較して）。
- ④ 一方で、スマートフォンやタブレットなどのスマートデバイスを使った読書は増えている。
- ⑤ 読書のツールに関係なく、読書している人はしていない人よりも意識・非認知能力が高い傾向があるが、本（紙媒体）で読書している人の意識・非認知能力は最も高い傾向がある。

※結果③～⑤は、令和元年12月23日に発表した速報版において報告済みです

**詳細は裏面に続きます⇒**

### 【お問合せ先】

国立青少年教育振興機構 青少年教育研究センター  
担当者：研究員 遠藤 ， 企画室 大西  
住所：東京都渋谷区代々木神園町3-1  
TEL：03-6407-7741  
E-mail：[kenkyu-soumu@niye.go.jp](mailto:kenkyu-soumu@niye.go.jp)

【主な調査結果】 ※（ ）内は本報告書の掲載ページ

**結果①** 子どもの頃（小学校高学年、中学校、高校）の読書量が多い人は、そうでない人よりも意識・非認知能力や認知機能が高い傾向がある。

- 子どもの頃の読書量を整理すると、以下の4つの読み方に分類された（p.22）。
- 各傾向と現在の意識・非認知能力との関係について検討した結果、子どもの頃の読書量が多い人は、それ以外の人に比べ、意識・非認知能力が高い傾向があった（p.23）。
- 各傾向と認知機能との関係について検討した結果、子どもの頃の読書量が多い人は、それ以外の人に比べ、認知機能が高い傾向があった（p.27）。

※認知機能として、ワーキングメモリ（情報を一時的に保持する機能）に注目し、N-back 課題を実施した。N-back 課題とは一連の刺激（数字）を順番に呈示し、現在呈示されている刺激が赤字の場合、N 回前の刺激を答えるものである。本調査研究では、先行研究にもとづき、3-back 課題とした。刺激は、刺激呈示 0.5 秒、ブランク 1.0 秒を 1 試行、240 試行を 1 セッションとし、合計 5 セッション実施した。各セッションにおいて赤字の刺激を 6 回提示した。各セッションおよび全体を通じた正答数を算出した。本調査は、大石和男教授（立教大学コミュニティ福祉学部スポーツウエルネス学科）と矢野康介氏（立教大学大学院コミュニティ福祉学研究科博士後期課程／日本学術振興会特別研究員 DC1）の指示のもと実施された。

表 1. 子どもの頃の読書量によるグループ分けと特徴

グループ	特徴
小中高少	小中高を通して読書量が少ない。
低下	小中高で読書量が低下している。
上昇	小中高で緩やかに読書量が増えている。
小中高多	小中高を通して読書量が多い。

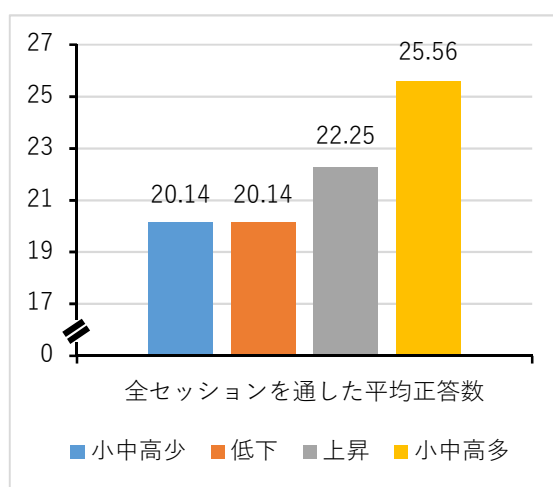
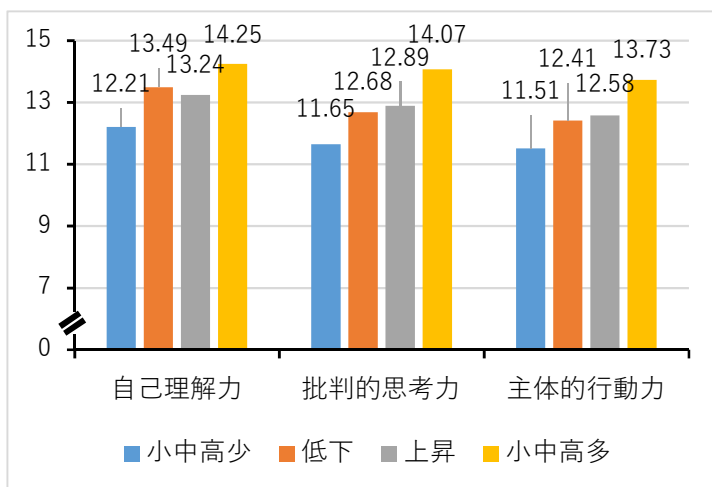


図 1. 子どもの頃の読書量グループによる意識・非認知能力の違い

図 2. 子どもの頃の読書量グループによる認知機能の違い

**結果②** 興味・関心にあわせた読書経験が多い人ほど、小中高を通した読書量が多い傾向にある。

- 「本を持ち歩いて読むこと」「地域の図書館で本を借りたこと」「ジャンルを問わず読むこと」「同じ本を繰り返し読むこと」「目次、前書き、解説など本文以外の部分も読むこと」「図書委員、子ども図書、読書コンシェルジュの活動をしたこと」「絵本を読んだこと」を多く経験することは、小中高を通した読書量の多さと関連していた（p.33）。
- 「1日に読むページを決めて読むこと」「著者がどのような人か理解してから読むこと」「学校や市の推薦図書を選ぶこと」を多く経験することは、小中高を通した読書量の少なさと関連していた（p.33）。
- これらの項目は、自由な読書をかえって妨げてしまう可能性もあると考えられる。



図3. 読書量の多さ、少なさに関連する小学校高学年の読書活動に関する経験

**結果③** 本（紙媒体）を読まなくなった人は、年代に関係なく増加している。

- 1ヶ月に読む本（紙媒体）の量を経年比較すると、「0冊」と回答した人の割合は、年代に関係なく、平成25年では28.1%であったが、平成30年では49.8%と約20ポイント増えている（p.12）。
- 特に、「0冊」と回答した割合が最も増えている年代は、20代（25.1ポイント増、52.3%）であり、平成30年で「0冊」と回答した割合が最も多い年代は、30代（54.4%）である（p.12）。

**結果④** 一方で、携帯電話やスマートフォン、タブレットなどのスマートデバイスを用いて本を読む人の割合は増えている。

- 1ヶ月に読む電子書籍の量を経年比較すると、「1冊」以上と回答した割合は、平成25年では8.5%であったが、平成30年では19.7%と約10ポイント増えている（p.14）。
- 携帯電話、スマートフォン、タブレットを利用した1日あたりの読書時間を経年比較すると、年代に関係なく、15分以上と回答した割合が増えている（p.16）。

**結果⑤** 読書のツールに関係なく、読書している人はしていない人よりも意識・非認知能力が高い傾向があるが、本（紙媒体）で読書している人の意識・非認知能力は最も高い傾向がある。

- 読書の使用ツールを整理すると、表2の5つの読み方（グループ）に分類された（p.18）。
- 各傾向と現在の意識・非認知能力との関係について検討した結果、読書の使用ツールに関係なく読書をしている人は、読書をしていない傾向がある人に比べ、意識・非認知能力が高い傾向があった（p.20）。
- 現在の意識・非認知能力は、本（紙媒体）で読書している人が最も高い傾向があった（p.20）。

表2. 使用ツールによるグループ分けと特徴

グループ	特徴
紙媒体中心	本（紙媒体）による読書時間が長く、それ以外のツールによる読書時間が短い。
スマートデバイス中心	携帯電話、スマートフォン、タブレットによる読書時間が長く、それ以外のツールによる読書時間が短い。
パソコン中心	パソコンによる読書時間が特に長い。
パソコン、スマートデバイス中心	パソコンとスマートデバイスによる読書時間が長い。
読書時間低	すべてのツールによる読書時間が短い。

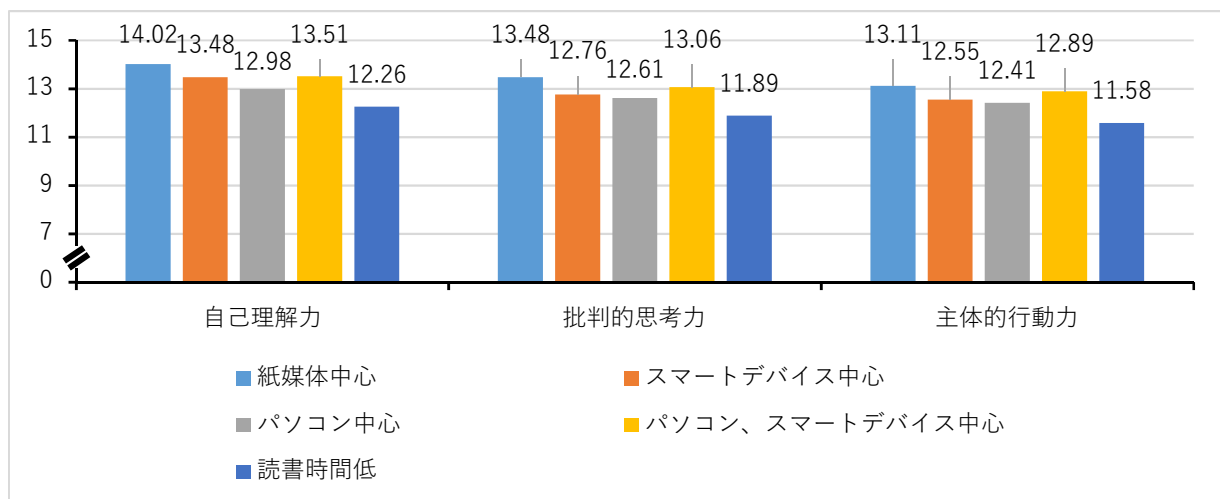


図4. 使用ツールのグループによる意識・非認知能力の違い

自己理解力：「今の自分が好きだ」「自分には自分らしさがある」など自己肯定感を包含

批判的思考力：「ものごとを順序立てて考えることが得意だ」など客観的、多面的、論理的に考える力、自分あるいは他者の意見をまとめる力、コミュニケーション力を包含

主体的行動力：「分からないことはそのままにしないで調べる」など何事にも進んで取り組む姿勢や意欲

※数字は意識・非認知能力合計得点の平均値を示す。