報道機関各位
プレスリリース

National Institution For Youth Education
国立青少年教育振興機構

令和６年５月 15 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

青少年の体験活動等に関する意識調査（令和４年度調査）
～減少する体験活動、放課後や休日の過ごし方の実際～

国立青少年教育振興機構では、平成 18 年度から青少年の自然体験、生活体験、生活習慣の実態と自立に関する意識等について全国規模の調査を行っています。この度、最新の調査（令和４年度調査）の結果がまとまりましたのでご報告いたします。

■調査結果のポイント

（１）放課後や休日に、保護者が子供に活動的な過ごし方を希望しているのに対して、青少年は家でゆっくりできる過ごし方を希望する傾向がみられる。

（２）世帯年収 200 万円未満と 1,200 万円以上の両方で、青少年の放課後や休日の過ごし方の満足感が低い傾向がみられる。

（３）青少年は、保護者や自身が希望するほどの体験ができていない。

（４）令和元年と比べると、コロナ禍を経て、青少年の体験活動は減少している。

（５）「あの人のようになりたい」と思う大人は有名人が４割程度で最も多く、なりたいと思う大人がいないという割合は学年が上がるにつれて増加し高校生で 3 割程度である。

【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：客員研究員 池田、企画室 阿部
住所：東京都渋谷区代々木神園町３-１
TEL：03－6407－7613　E-mail：kenkyu-soumu@niye.go.jp

【考察（要旨）】

本調査における「自立」の検討と体験との関係性

青少年教育研究センター研究員　大山　宏

平成 18 年度調査以降の「自立」概念の捉え方を振り返り、本調査における「自立」の特徴に基づいて、体験との関係性を検討した。今回の調査における「自立」の特徴として、将来へのイメージを尋ねる「自分の将来に不安がある」と、周囲の環境への積極的なアプローチによる社会参加観に関わる「ルールは何のためにあるのかについて考えたり調べたりしたことがある」、「理不尽なルールについて質問をしたり話しあったりする」、「社会は自分の力で変えられると思う」の 4 項目に注目した。そして、これら項目と体験の豊富さの関連を分析した結果、体験が豊富であることは周囲の環境へのアプローチにつながることが示された一方で、将来への不安を軽減することにはつながらない可能性が示された。将来への不安が青少年の自立に与える影響や、不安の軽減に関連する要素の検討が今後の課題である。

青少年における精神的健康の関連要因の検討－放課後や休日の過ごし方に注目して－

青少年教育研究センター研究員　矢野　康介

小学生、中学生、高校生の年代ごとに、放課後や休日の過ごし方と精神的健康との関連について、それぞれの過ごし方の効果や性別、経済状況などの要因を考慮したうえで検討した。分析の結果、小学生と中学生では「テレビをみたり、音楽をきく」や「習い事に行く」ことが、小学生と高校生では「ボランティア活動をする」ことが、高校生では「アルバイトをする」ことが、また、年代にかかわらず、「体を休める、寝る」、「勉強する」、「友だちと遊ぶ」、「運動やスポーツをする」、「家事や家族の世話をする」、「キャンプ・登山などの野外活動をする」ことが、それぞれ精神的健康度の高さと関連していた。また、放課後、休日の過ごし方の満足感が、いずれも精神的健康度との関連を示した。したがって、単に上記の過ごし方に従事するだけでなく、それらに満足しているかどうかも重要な要因であると考えられる。

子どもの放課後や休日の体験活動から見る地域の役割

文教大学人間科学部　教授　金藤　ふゆ子

本節は子どもの放課後や休日の体験活動の実態、及びどのような放課後や休日の体験活動の内容が子どもの自立的行動習慣の伸長に寄与するかの解明を目的とした。分析の結果、子どもの希望する放課後や休日の体験活動は、就学年齢段階の違いによらずかなりの類似性が認められた。特に山・川・海の体験や星座・野鳥観察などの自然体験や、地域の祭りやボランティア、職業体験などの社会体験への子どもの参加希望が高い。

体験活動の内容と子どもの自立的行動習慣との関連の分析によれば、小・中学生の場合は自然・社会・文化芸術・交流・探究学習など計 5 種の体験のいずれもが自立的行動習慣の伸長に有効であった。高校生の場合は特に社会・文化芸術・交流・探究学習などの体験との関連が認められた。それらの体験はいずれも地域との連携・協働によって実現できる可能性の高まる活動であることから、今後の更なる推進と体験の機会拡充が求められる。

※考察の全文は、報告書の P.118～掲載しております。

【調査の概要】

令和 4 年度調査では、青少年の自然体験や生活体験、早寝早起き朝ごはんなどの生活習慣について、令和 4 年の実態を確認し、平成 17 年から令和 4 年の 17 年間、平成 24 年から令和 4 年の 10 年間などの経年比較を各項目の調査開始年に合わせて行った。

また、青少年の保護者における公的機関等が行う行事への参加、子供が家族や友だちと行う自然体験活動、自然体験活動に関する意識、子供へのしつけ、保護者自身の自然体験についても分析した。

さらに、青少年の自立的行動習慣に関する指標である「自律性」、「積極性」、「協調性」と自然体験、生活体験、文化芸術体験といった体験活動との関係を分析した。同様に「自律性」、「積極性」、「協調性」と疲労感や精神的健康に関する指標との関係も分析した。そして、放課後・休日の過ごし方との、疲労感や精神的健康に関する指標や世帯年収との関係も分析した。保護者の行動や家庭環境にも注目して、青少年の体験活動と保護者の子供の頃の自然体験、子供へのしつけ、世帯年収や教育費との関係について分析した。

（1）調査の目的

青少年教育関係者が実施する事業の企画立案、運営等に資するため、青少年の体験活動等や自立に関する意識等の実態について全国規模の調査を実施し、基礎資料を提供する。

（2）調査内容

①青少年調査

・自然体験、生活体験、社会体験、お手伝いの実態
・１年間の学校外での体験活動、文化芸術体験
・生活習慣等の実態、生活実態
・自立的行動習慣、社会参加への意識、自身の将来に対する意識
・放課後・休日の過ごし方
・スマートフォン・SNS の使用傾向や意識
・将来のモデルとなる大人、主観的経済状況　他

②保護者調査

・公的機関が行う行事への参加、子供が行事へ参加しなかった理由
・子供の自然体験活動に関する意識
・保護者の子供へのしつけや教育等に関する実態
・保護者の自然体験の実態
・子供の放課後・休日の過ごし方
・世帯収入や子供の教育費　他

（3）調査対象

・全国の公立小学校１年生・２年生・３年生の保護者
・全国の公立小学校４年生・５年生・６年生とその保護者
・全国の公立中学校２年生
・全国の公立全日制高等学校２年生

（4）調査実施時期

令和５年１月～３月

（5）回収数

配布数				回収数						
学校種別	学年	学校数①	在籍児童・生徒数②	学校数		調査票				
						子供用		保護者用		組数[d]
		配布数		回収数③	回収率[a]	回収数④	回収率[b]	回収数⑤	回収率[c]	
小学校	１年	100	2,864	97	97.0%	***	***	2,262	79.0%	***
	２年	100	2,820	97	97.0%	***	***	2,321	82.3%	***
	３年	100	2,885	94	94.0%	***	***	2,279	79.0%	***
	４年	99	2,852	98	99.0%	2,369	83.1%	2,362	82.8%	2,309
	５年	99	3,032	96	97.0%	2,414	79.6%	2,410	79.5%	2,358
	６年	102	3,037	99	97.1%	2,413	79.5%	2,403	79.1%	2,353
中学校	２年	150	5,122	133	88.7%	3,956	77.2%	***	***	***
高等学校	２年	150	5,352	137	91.3%	4,546	84.9%	***	***	***
計		900	27,964	851	94.6%	15,698	80.9%	14,037	80.3%	

配 布 数 ：調査票を配布した学校数であり、小学４年、５年の抽出校の各１校で小学６年に調査を実施した
回 収 率ａ：③÷①×100
回 収 率ｂ：④÷②×100
回 収 率ｃ：⑤÷②×100
組　　数ｄ：回収した調査票のうち、同一家庭で子供用と保護者用の調査票ともに回収できた数

※小学校の１～３年生は保護者が回答、４～６年生は児童とその保護者が回答した。よって、小学４～６年生の回答は、児童が回答したものと保護者が回答したものがある。詳細は報告書に記載している。

【調査結果の概要】

１．放課後や休日に、保護者が子供に活動的な過ごし方を希望しているのに対して、青少年は家でゆっくりできる過ごし方を希望する傾向がみられる。

青少年教育における体験活動の重要性は、近年改めて大きくなっている（令和４年６月「子供の体験活動推進宣言」、令和５年 12 月「こども大綱」など）。学校外時間における過ごし方が多様化していることを踏まえて、放課後・休日の過ごし方を捉えた。

（１）放課後や休日に、青少年はテレビをみたり、音楽をきくこと、ゲームをすること、体を休めることを希望しており、保護者は小学生の子供に、運動やスポーツをしたり、友だちと遊んだりしてほしいと希望している

放課後や休日の過ごし方について、青少年が十分に自由な時間があったらしてみたいことは、「テレビをみたり、音楽をきく」や「インターネットで動画や SNS をみたり、投稿したりする」は小学４年生から中学生まで、学年が上がるにつれて選択割合が大きくなるが、高校生ではやや小さい割合を示した。また、学年が上がるにつれて、「ゲームをする」、「家事や家族の世話をする」、「習い事に行く」では選択割合が小さく、「体を休める、寝る」では割合が大きくなっていた。「運動やスポーツをする」では、高校生が他の学年よりも 10 ポイント前後の小さい割合を示していた（図 1）。

小学生の保護者に、もし子供に、十分に自由な時間があったら、どのような過ごし方をしてほしいと思うかについて尋ねた結果、「運動やスポーツをする」と「友だちと遊ぶ」の選択割合が大きかった（図 2）。青少年の希望の選択割合と比べて、保護者の希望は「運動やスポーツをする」、「キャンプ・登山などの野外活動をする」は大きく、「テレビをみたり、音楽をきく」、「ゲームをする」、「インターネットで動画や SNS をみたり、投稿したりする」などでは小さかった。

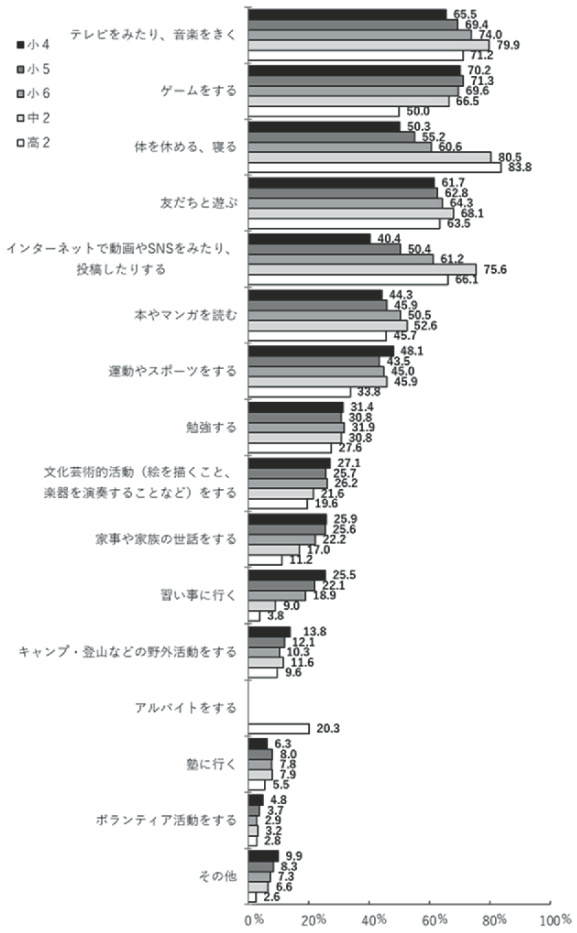

図１　放課後や休日の過ごし方の希望
（学年別）

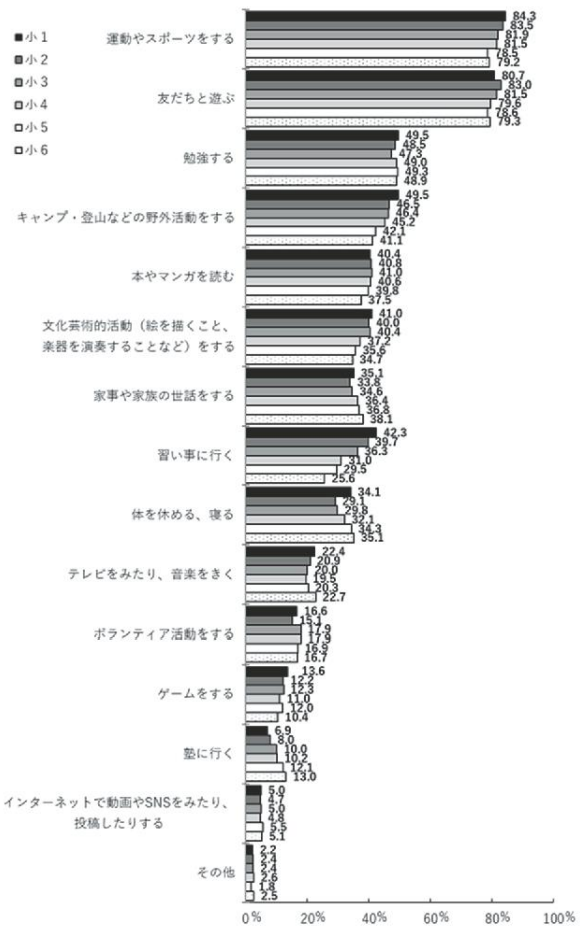

図２　放課後や休日の過ごし方の希望
（小学生の保護者）（学年別）

（２）放課後と休日のどちらの満足感も、学年が上がるにつれて小さくなる

放課後、休日のどちらでも、「非常に満足している」と「やや満足している」の割合の合計は、学年が上がるにつれて小さくなっており（図 3、図 4)、放課後（68.2%）よりも休日（79.0%）の方が大きかった。

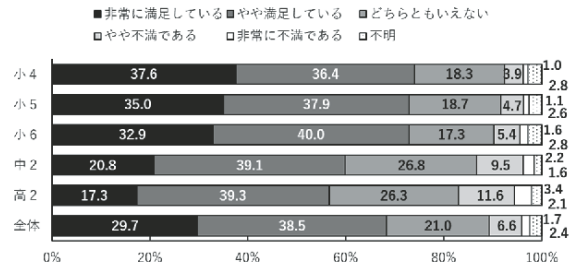

図３　放課後の過ごし方の満足感
（小 4～小 6、中 2、高 2）

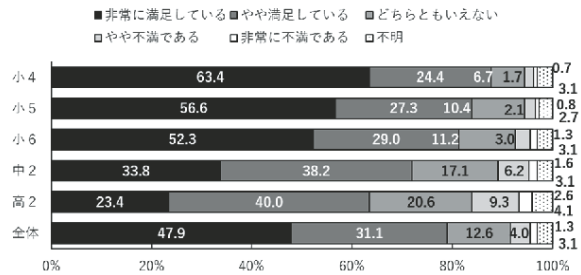

図４　休日の過ごし方の満足感
（小 4～小 6、中 2、高 2）

（３）インターネットで動画や SNS をみたり、投稿したりすることの多い青少年は、放課後や休日の過ごし方に満足していない傾向がみられる

小学生、中学生、高校生の回答をあわせて、放課後や休日の過ごし方ごとに、その満足感との関係に

ついてクロス集計を行った結果（図 5、図 6)、「体を休める、寝る」、「テレビをみたり、音楽をきく」、「本やマンガを読む」、「勉強する」、「ゲームをする」、「友だちと遊ぶ」、「習い事に行く」、「運動やスポーツをする」、「ボランティア活動をする」、「家事や家族の世話をする」、「キャンプ・登山などの野外活動をする」、「アルバイトをする」（高校生のみ）をよくする回答者ほど、「非常に満足している」と「やや満足している」の割合は大きい傾向がみられた。その一方で、「インターネットで動画や SNS をみたり、投稿したりする」をよくする回答者ほど、「非常に満足している」と「やや満足している」の割合は小さかった。

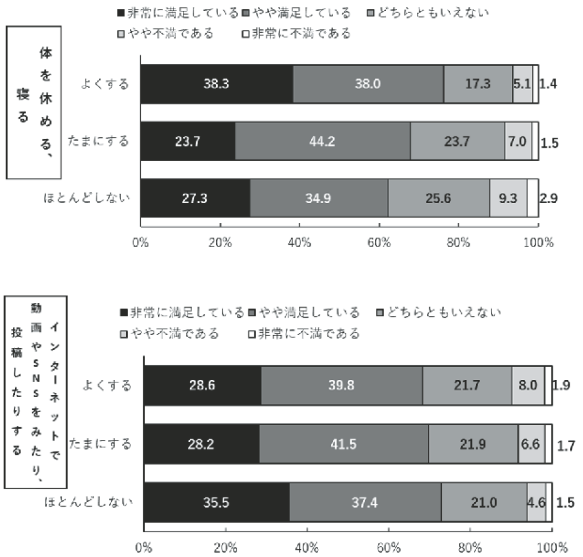

図 5　放課後の過ごし方と満足感の関係
（小 4～小 6、中 2、高 2）（抜粋）

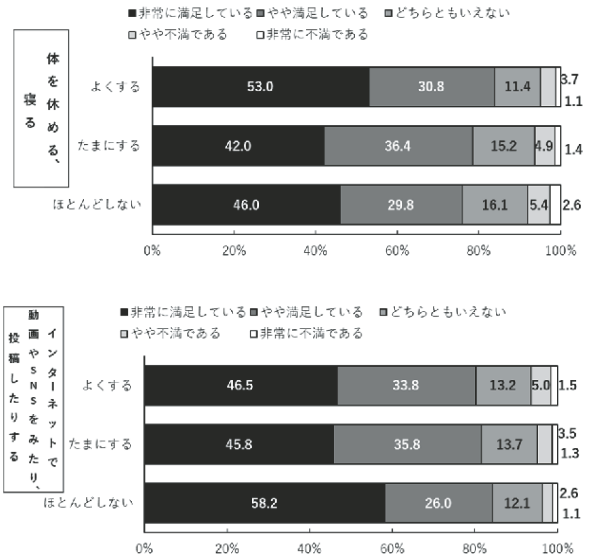

図 6　休日の過ごし方と満足感の関係
（小 4～小 6、中 2、高 2）（抜粋）

なお、8 割以上の青少年が、放課後には勉強をする、休日には体を休める、寝るという過ごし方をしており、放課後と休日の両方でテレビをみたり、音楽をきくという過ごし方をしていた（図 7、図 8)。

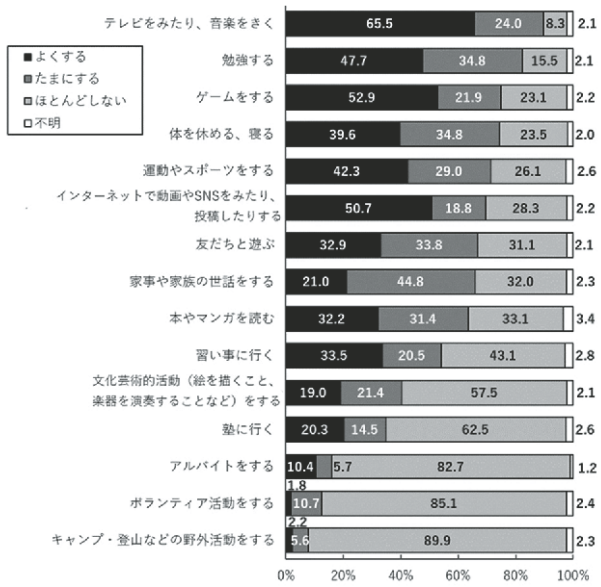

図 7　放課後の過ごし方の実態
（小 4～小 6、中 2、高 2）

注)「アルバイトをする」は高校生のみ回答している。

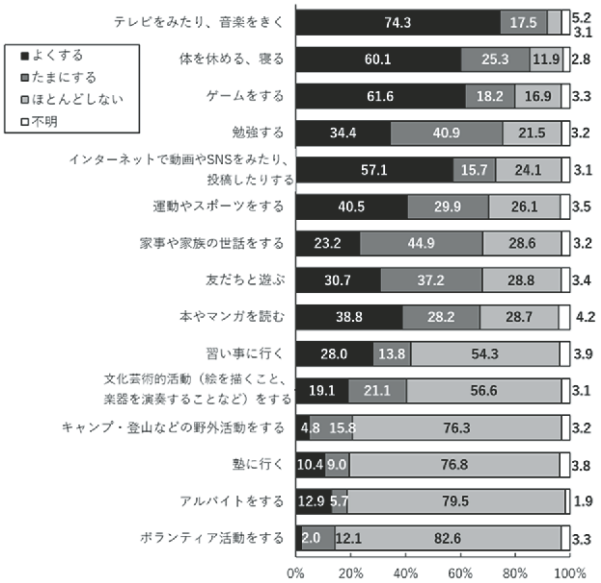

図 8　休日の過ごし方の実態
（小 4～小 6、中 2、高 2）

２．世帯年収 200 万円未満と 1,200 万円以上の両方で、青少年の放課後や休日の過ごし方の満足感が低い傾向がみられる。

小学生が放課後の過ごし方に「非常に満足している」または「やや満足している」と回答した割合は、世帯年収が「200 万円以上～400 万円未満」から「1,000 万円以上～1,200 万円未満」でほぼ同程度であり（75.4%～77.6%）、次いで「1,200 万円以上」（70.0%）、「200 万円未満」（69.3%）という順であった（図 9）。休日の過ごし方に「非常に満足している」または「やや満足している」と回答した割合は、世帯年収が「200 万円未満」から「1,000 万円以上～1,200 万円未満」でほぼ同程度であり（86.4%～88.5%）、「1,200 万円以上」（80.9%）が最も小さかった（図 10）。

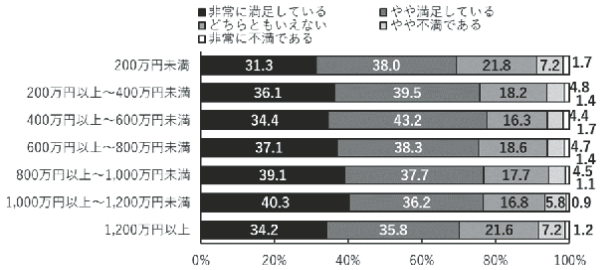

図 9　世帯年収ごとの
放課後の過ごし方の満足感（小 4～小 6）

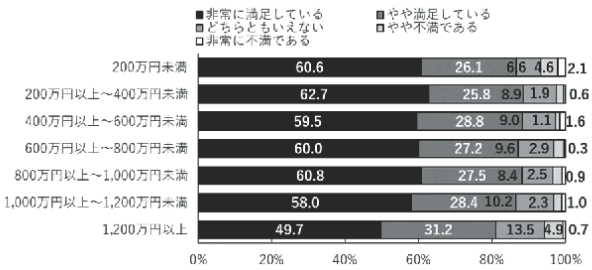

図 10　世帯年収ごとの
休日の過ごし方の満足感（小 4～小 6）

３．青少年は、保護者や自身が希望するほどの体験ができていない。

1 年間の学校外での体験活動について「実際にしたこと」と「したいこと」の両方を尋ねて比較することで、青少年が希望する体験活動を行うことができているかについて検討した。また、小学生の保護者には子供の 1 年間の学校外での体験活動について「してほしいこと」を尋ねて、子供の体験活動との比較を行った（図 11、図 12）。

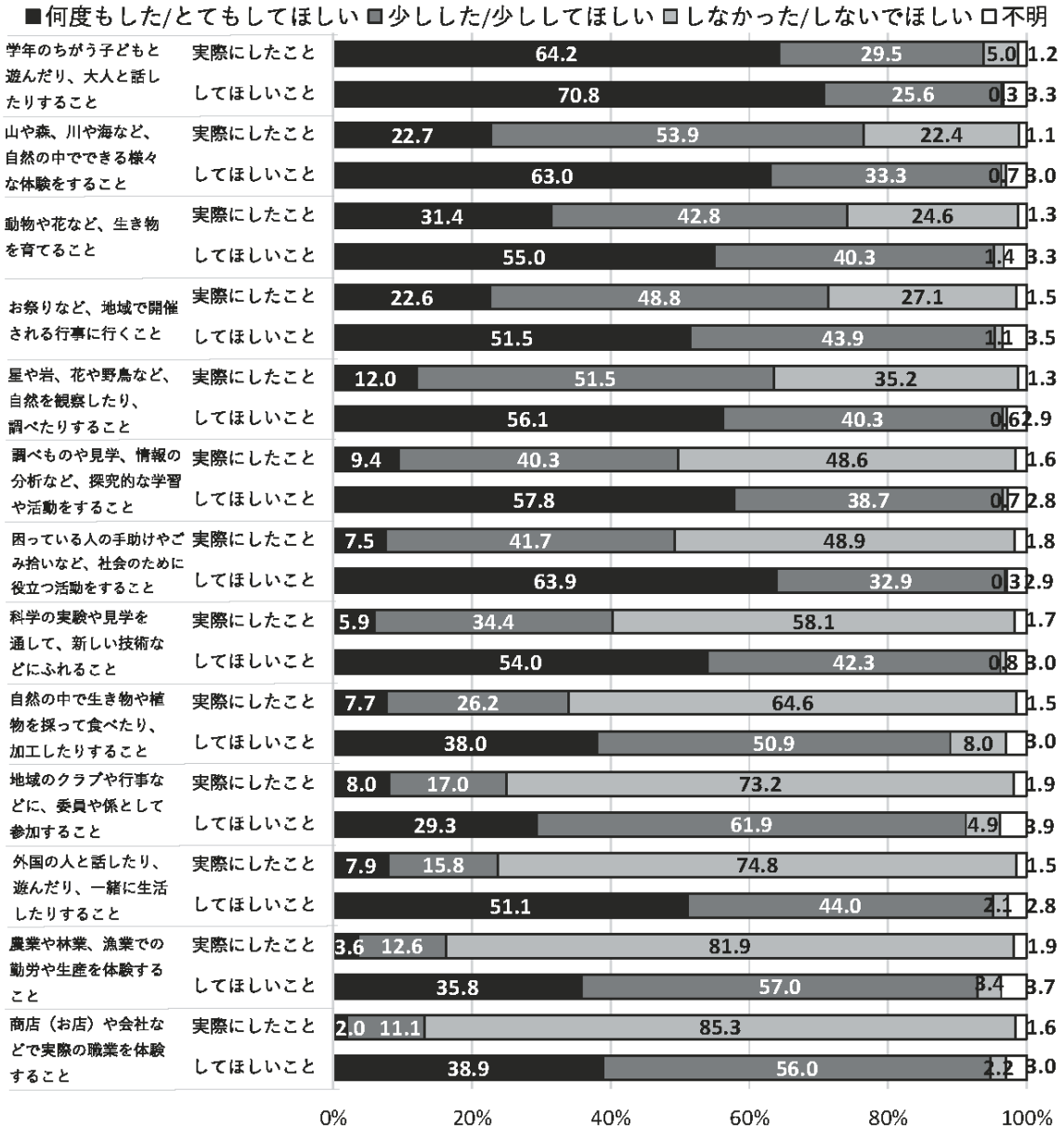

図 11 1 年間の学校外での体験活動（実際にしたこと、してほしいこと）
（小学生の保護者）

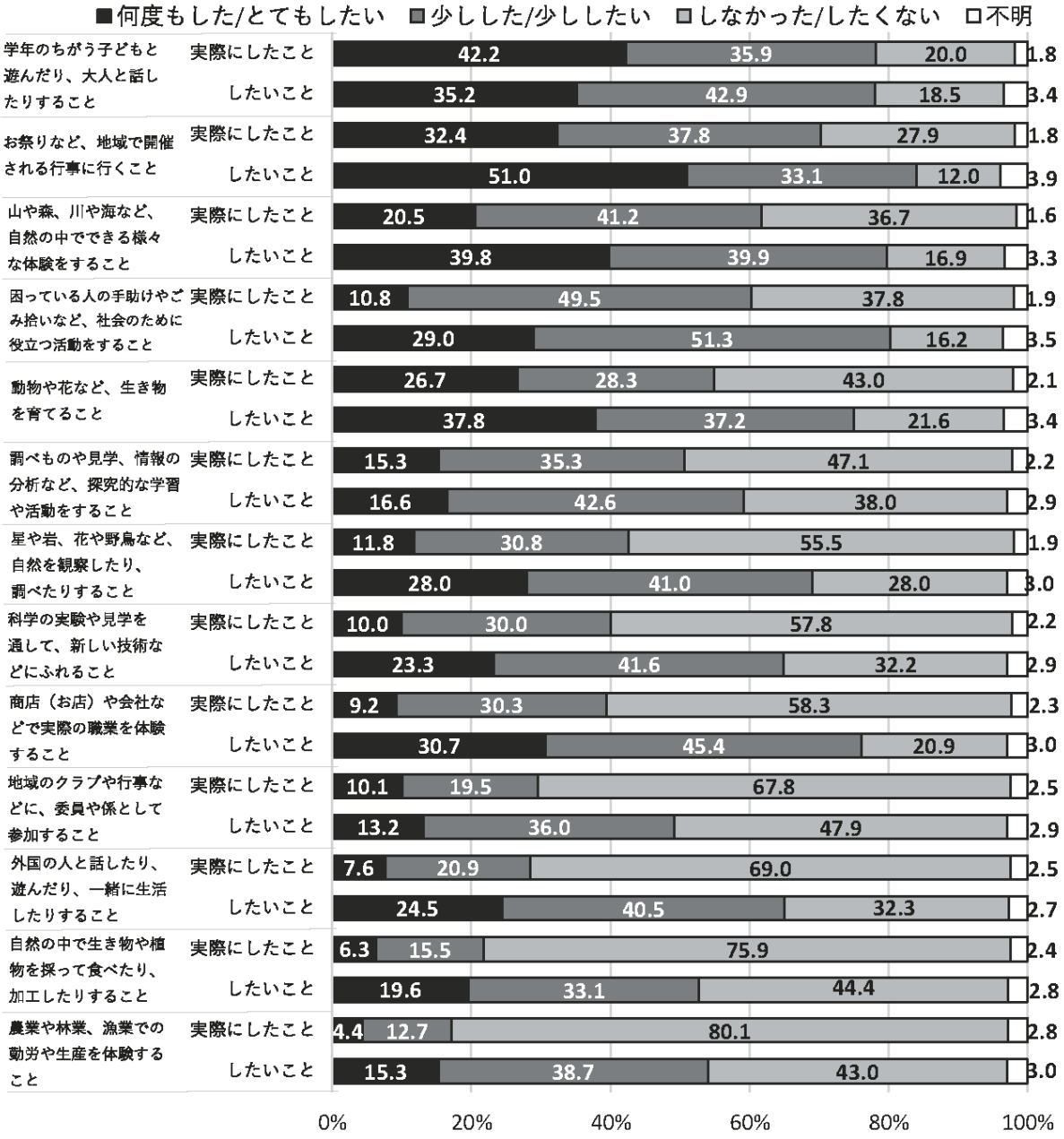

図 12 1 年間の学校外での体験活動（実際にしたこと、したいこと）（中 2、高 2）

小学生の保護者が「とてもしてほしい」または「少ししてほしい」と回答した割合は 13 項目のうち 12 項目が 9 割以上であり、各質問に「してほしくない」と答えた割合は 1 割未満であった。

保護者が小学生の子供に「してほしいこと」、中学生と高校生が「したいこと」よりも「したこと」の割合が少なく、希望するほどの体験ができていないといえる。特に中学生と高校生において、「農業や林業、漁業での勤労や生産を体験すること」、「商店（お店）や会社などで実際の職業を体験すること」、「外国の人と話したり、遊んだり、一緒に生活したりすること」などの体験の希望と実際の体験活動の差が大きかった。

４．令和元年と比べると、コロナ禍を経て、青少年の体験活動は減少している。

（１）2010 年代を通じて、子供の自然体験にやや減少傾向がみられ、コロナ禍を経た令和 4 年にはさらに減少している。【自然体験】

自然体験の合計得点について、平成 24 年から令和 4 年の 10 年間を比較した（図 13）。平成 24 年以降の 2010 年代を通じて、「多い」と「やや多い」の割合に減少傾向がみられる。コロナ禍を経た令和 4 年は「多い」と「やや多い」の割合の合計は 33.8%であり、令和元年の 38.7%よりも減少している。

自然体験について「何度もある」、「少しある」と答えた割合は、「海や川で泳いだこと」、「チョウやトンボ、バッタなどの昆虫をつかまえたこと」、「海や川で貝を採ったり、魚を釣ったりしたこと」、「キャンプをしたこと」、「大きな木に登ったこと」、「ロープウェイやリフトを使わずに高い山に登ったこと」で、平成 24 年から令和元年にかけて微減しているが、令和 4 年にはさらに減少している（図 14～図 17）。

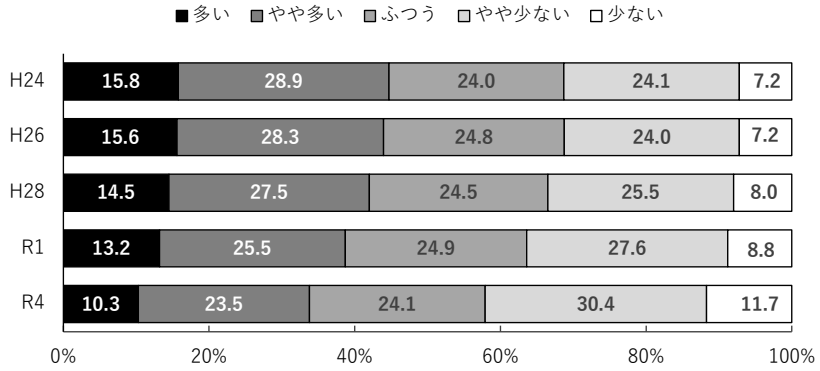

図 13 自然体験の経年変化（小 4～小 6、中 2、高 2）

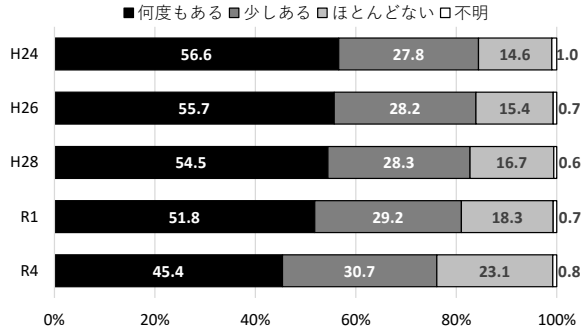

図 14 海や川で泳いだこと
（小 4～小 6、中 2、高 2）

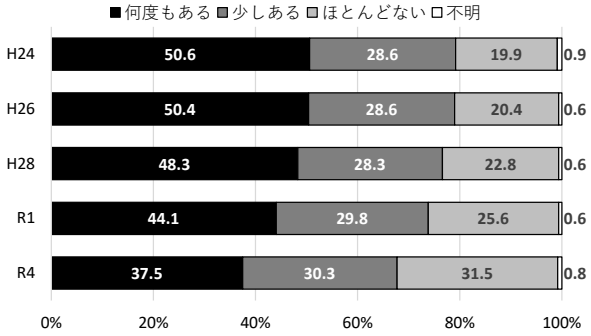

図 15 チョウやトンボ、バッタなどの
昆虫をつかまえたこと（小 4～小 6、中 2、高 2）

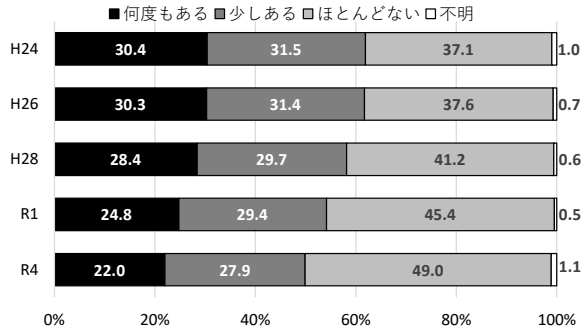

図 16　大きな木に登ったこと
（小 4～小 6、中 2、高 2）

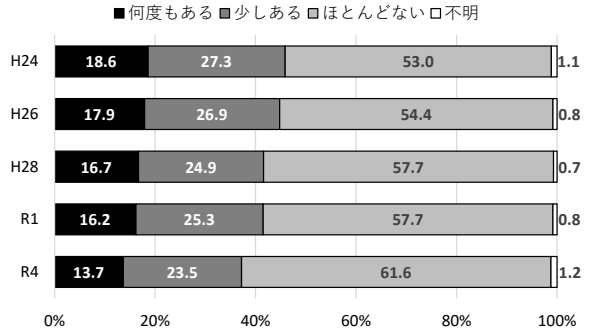

図 17 ロープウェイやリフトを使わずに
高い山に登ったこと（小 4～小 6、中 2、高 2）

自然体験を尋ねる 9 項目（P. 15【参考】参照）に対する回答について、「何度もある」＝1 点、「少しある」＝2 点、「ほとんどない」＝3 点と得点化し、合計を項目数で割った平均点により、以下の 5 段階に分類した。
「多い」＝1.0 点以上 1.4 点未満、「やや多い」＝1.4 点以上 1.8 点未満、「ふつう」＝1.8 点以上 2.2 点未満、「やや少ない」＝2.2 点以上 2.6 点未満、「少ない」＝2.6 点以上 3.0 点以下

（２）子供の生活体験は、令和元年から令和 4 年にかけて減少している。【生活体験】

生活体験について「何度もある」、「少しある」と答えた割合は、「ナイフや包丁で、果物の皮をむいたり、野菜を切ったこと」、「小さい子供を背負ったり、遊んであげたりしたこと」は、平成 24 年から令和元年まで同程度であったが、令和 4 年に減少している（図 18、図 19）。その他の生活体験も、令和元年、令和 4 年にかけて減少している（図 20、図 21）。

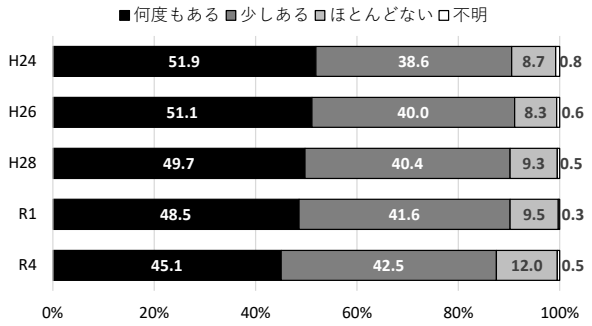

図 18 ナイフや包丁で、果物の皮をむいたり、
野菜を切ったこと（小 4～小 6、中 2、高 2）

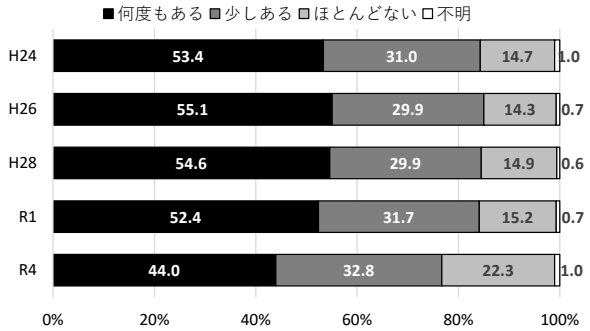

図 19 小さい子供を背負ったり、
遊んであげたりしたこと（小 4～小 6、中 2、高 2）

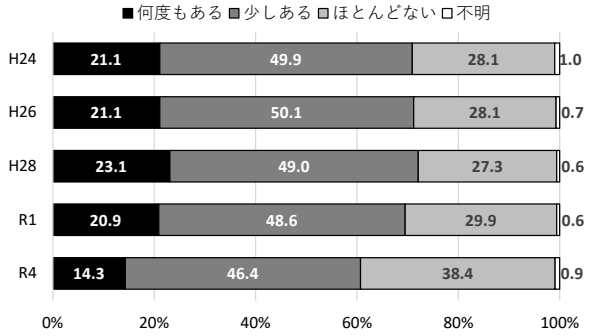

図 20 道路や公園などに捨てられているゴミを
拾ったりしたこと（小 4～小 6、中 2、高 2）

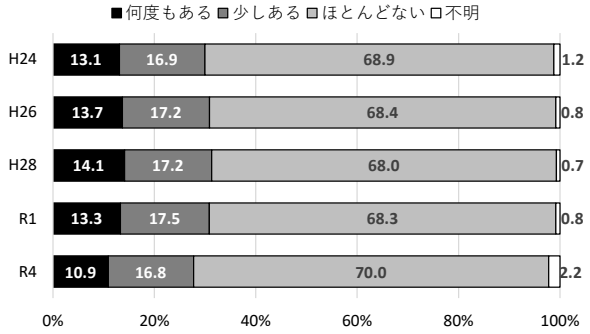

図 21 赤ちゃんのおむつをかえたり、
ミルクをあげたこと（小 4～小 6、中 2、高 2）

なお、文化芸術体験も「何度もした」と「少しした」の割合は、小学生では、令和元年に比べて令和 4 年では減少していた（保護者回答）。これに対して、中学生と高校生では、令和元年に比べて令和 4 年に増加していた。小学生と比較した中学生、高校生の文化芸術体験の機会の違いの他、保護者と青少年の認識に差があるという可能性も指摘できる（図 22～図 24）。

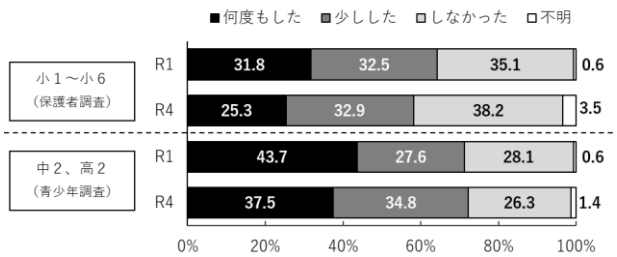

図 22 テレビや DVD、インターネットなどで、
文化芸術に関わる作品や活動を観たり、
聴いたりしたこと（実際にしたこと）
（小学生の保護者）（中 2、高 2）

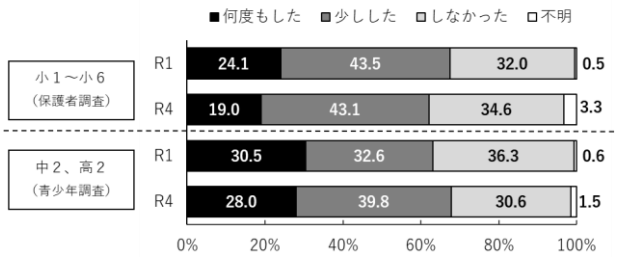

図 23 映画館、美術館、博物館、劇場などで、
文化芸術に関わる作品や活動を直接観たり、
聴いたりしたこと（実際にしたこと）
（小学生の保護者）（中 2、高 2）

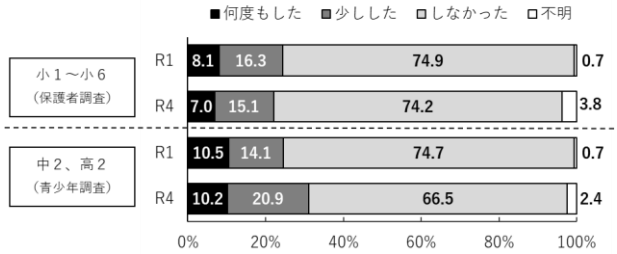

図 24 文化芸術に関わる作品を作ったり、演じたりしたこと（実際にしたこと）
（小学生の保護者、中 2、高 2）

（３）小学生が公的機関や民間団体等が行う自然体験活動に関する行事への参加率は 36.7%であり、令和元年（50.0%）から大きく減少している。【公的機関等が行う行事への参加】

1 年間の公的機関等が行う自然体験活動に関する行事への子供の参加率は 36.7%であった（図 25）。

公的機関等が行う行事へ「参加しなかった」という回答の割合は、平成 28 年（42.4%）、令和元年（46.8%）から令和 4 年（55.2%）にかけて増加している（図 25）。児童館や公民館などの公的施設、子ども会やスポーツ少年団などの地域の団体、PTA・自治会・町内会などの地域の団体、スポーツクラブや学習塾が行う行事へ参加する割合が、令和元年から令和 4 年にかけて、特に減少していた。

1 年間に公的機関等が行う学校以外の自然体験活動に関する行事へ「参加しなかった」と回答した保護者へ理由を選択式で尋ねた結果、子供が参加しなかった理由として、「子どもが関心を示さないから」（27.7%）、「保護者などの時間的負担が大きいから」（24.9%）、「団体や行事などがあることを知らないから」（23.7%）が多くみられた（図 26）。これらは令和元年でも同様に上位の選択割合であったが、「子どもが関心を示さないから」（令和元年 34.3%）は少なくなり、「団体や行事などがあることを知らないから」（令和元年 16.8%）は多くなっていた。また、「特に理由はない」という回答は 16.4%で令和元年の 21.8%に対して少なくなり、「その他」は 22.8%で令和元年の 12.6%に対して多くなっており、公的機関等が行う行事へ「参加しなかった」という理由が多様化していることも考えられる。

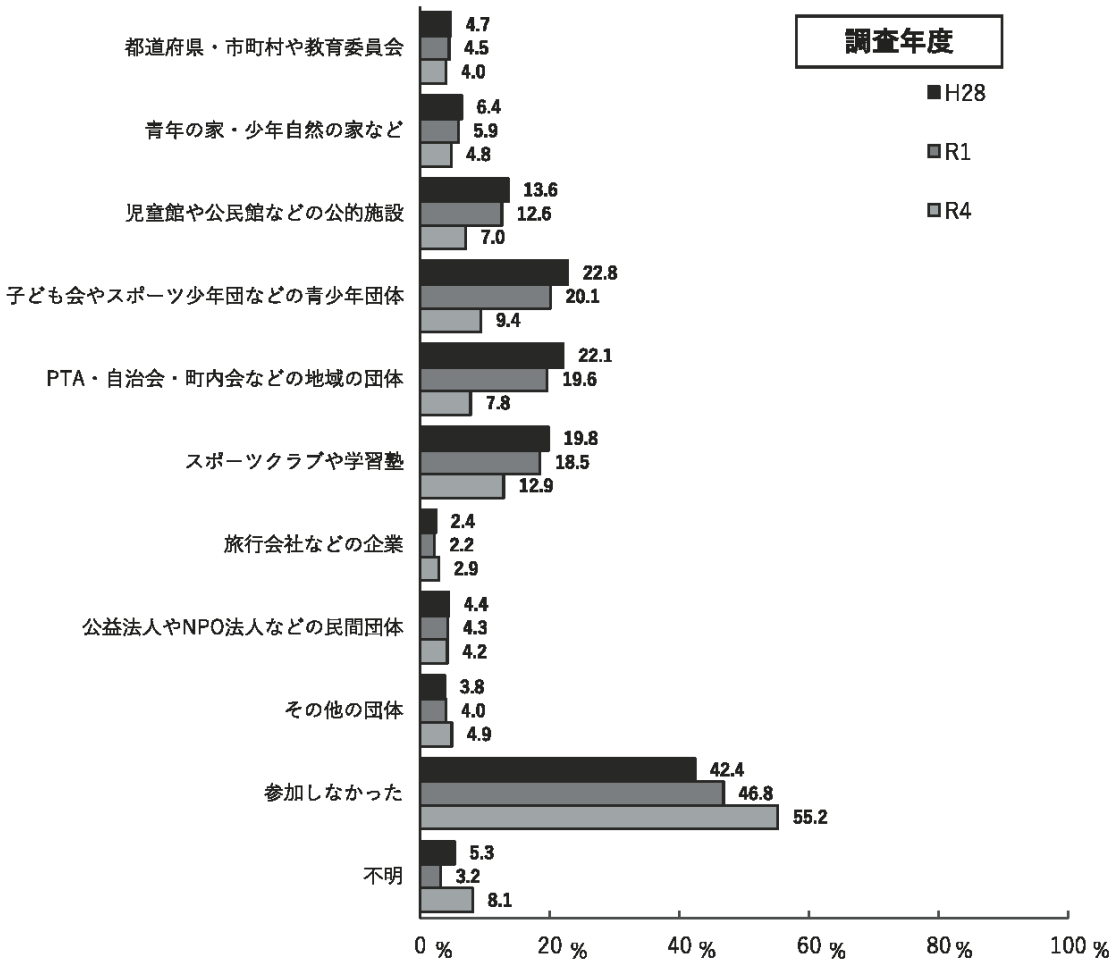

図25 公的機関が行う行事への参加状況の経年比較（小学生の保護者）

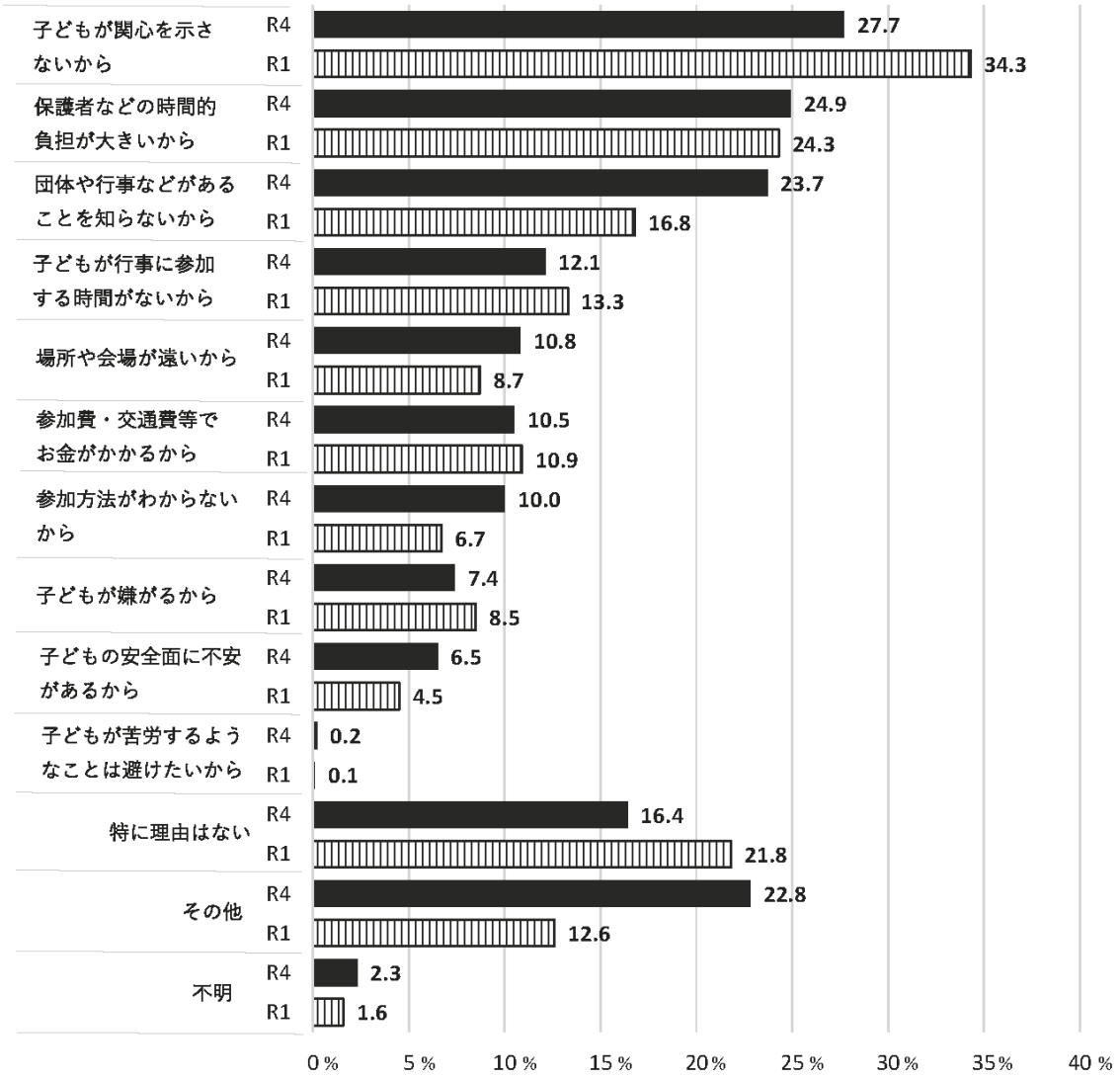

図26　公的機関等が行う行事に参加しなかった理由の経年比較（小学生の保護者）

5．「あの人のようになりたい」と思う大人は有名人が 4 割程度で最も多く、なりたいと思う大人がいないという割合は学年が上がるにつれて増加し高校生で 3 割程度である。

将来のモデルとなる大人について、「あなたの周りには、「あの人のようになりたい」と思う大人の人がいますか。」という質問の結果、「有名人」が 40.0%に次いで「母親」が 37.1%、「父親」が 28.8%、「祖父母」が 17.7%と家族が多くみられ、「学校の先生」も 14.9%と 1 割強～2 割程度であった（図 27）。

「その他」の対象として、きょうだい、習い事の先生、インターネットで活躍する人（ユーチューバーなど）、プロスポーツ選手やファン（「推し」を含む）、友人や先輩などの回答がみられた。

「なりたいと思う大人の人はいない」という割合は、小学 4 年生（16.6%）から高校生（33.8%）に学年が上がるにつれて増加していた（図 28）。

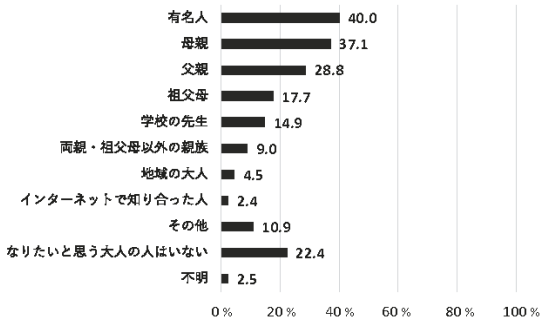

図 27 モデルとなる大人
（小 4～小 6、中 2、高 2）

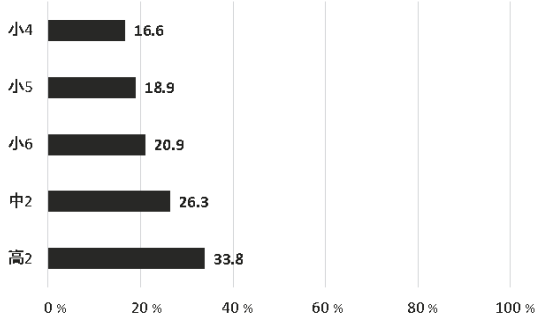

図 28 「なりたいと思う大人の人はいない」の
回答（学年別）

また、将来のモデルとなる大人と合わせて社会参加への意識についても尋ねたところ、5 割程度の青少年は理不尽なルールやルールそのものの意味について調べて考えたり、話し合ったりすることがないことが示された。また、6 割程度の青少年は、社会は自分の力で変えられると思っていなかった（図 29）。

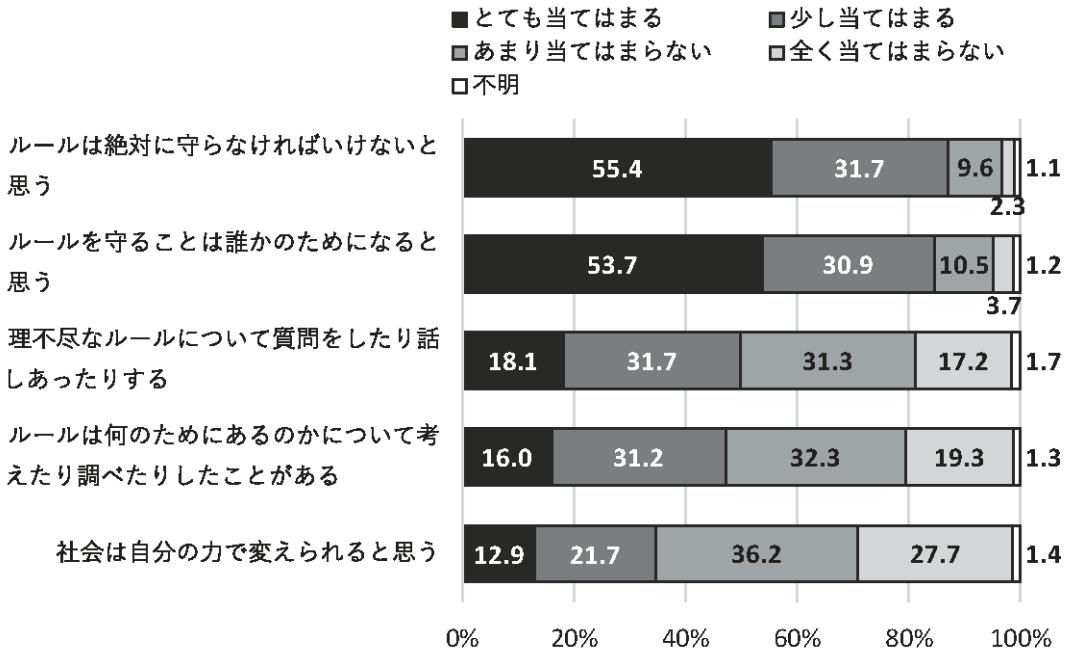

図 29 社会参加への意識の実態

【参考】

青少年の自然体験に関する質問項目

- チョウやトンボ、バッタなどの昆虫をつかまえたこと
- 海や川で貝を採ったり、魚を釣ったりしたこと
- 大きな木に登ったこと
- ロープウェイやリフトを使わずに高い山に登ったこと
- 太陽が昇るところや沈むところを見たこと
- 夜空いっぱいに輝く星をゆっくり見たこと
- 野鳥を見たり、鳴き声を聞いたこと
- 海や川で泳いだこと
- キャンプをしたこと

経年比較を行った調査

実施年度 （本調査での略記）	調査名	実施機関
平成 17 年度調査 （H17）	青少年の自然体験活動等に関する実態調査	国立オリンピック記念青少年総合センター
平成 18 年度調査 （H18） 平成 20 年度調査 （H20） 平成 21 年度調査 （H21） 平成 22 年度調査 （H22）	青少年の体験活動等と自立に関する実態調査	国立青少年教育振興機構
平成 24 年度調査 （H24） 平成 26 年度調査 （H26）	青少年の体験活動等に関する実態調査	
平成 28 年度調査 （H28） 令和元年度調査 （R1）	青少年の体験活動等に関する意識調査	

※平成 10 年度には、青少年教育活動研究会による「子供の体験活動等に関するアンケート調査（文部省委嘱調査）」が実施された。