

2009年10月8日

報道関係各位

 株式会社ベネッセコーポレーション
 代表取締役社長 福島 保

「放課後に使える自由時間」は4～5時間
成績上位層は時間を有効に活用
小5生～高2生の「放課後の生活時間調査」

株式会社ベネッセコーポレーション(本社:岡山市)の社内シンクタンク「Benesse 教育研究開発センター」では、2008年11月に、全国の小学5年生から高校2年生8,017名を対象にした、「放課後の生活時間調査」(生活時間の実態と意識に関する調査)を実施しました。本調査について、本年7月にアンケート結果の「速報」を報告しましたが、このたび新たに、平日の「放課後の時間」を子どもがどのように使っているかについてのデータがまとまりました。主な結果は、以下の通りです。

1)「放課後に使える自由時間」は、4～5時間程度。

- 生活に必須な時間(「睡眠」「食事」「身の回りのこと」)や学校の時間(「学校」「部活動」「移動」)を除いた子どもが「放課後に使える自由時間」は、中3生を除いて、1日に4～5時間程度である。
- 「放課後に使える自由時間」は、中1生と高1生で減少する(小6→中1:40分減、中3→高1:2時間減)。
- 「放課後に使える自由時間」の多くは、「勉強」と「メディア(主にテレビ・DVDの視聴)」に使われている。

2)勉強時間について、小学生は夕食前に、中学生は夕食後に確保している。

- 小学生の放課後の様子:
 - 17時:「勉強」をしている子の割合が3割と高く、「遊び」「習い事」をしている子も多い。
 - 20時:「メディア」と「生活」(食事、身の回りのこと)が中心で、「勉強」をしている子は2割弱。
 - 23時:9割の子が「睡眠」。
- 中学生の放課後の様子:
 - 17時:中1・2生は、「部活動」「移動」(部活動後の帰宅)が過半数。一方、中3生は2割5分が「勉強」。
 - 20時:中1・2生の3割5分、中3生の半数が「勉強」。中1・2生は夕食前にできなかった勉強を行っている。
 - 23時:中1・2生は6割が「睡眠」。中3生は、「睡眠」が3割弱、「勉強」「メディア」が2割～2割5分。
- 高校生の放課後の様子:
 - 17時:「学校」「部活動」「移動」をしている子が7割を占める。
 - 20時:「メディア」と「生活」(食事、身の回りのこと)が中心で、「勉強」をしている子は少数派。
 - 23時:「睡眠」をとっている子が3割弱、「勉強」「メディア」が2割～2割5分。

3)成績上位の子どもは、時間を有効に活用している。

- 成績上位の中学生は、夕食前に「勉強」する比率が高く、すきま時間をうまく活用する子どもが多い。
- 成績上位の中学生は、「勉強」の時間が長く、「メディア」の時間が短い。

子どもたちが自由に使える放課後の時間は、1日4～5時間程度しかありません。この時間の使い方は、学年によって変わります。たとえば、中1・2生と高校生は、「部活動」によって生活が後ろ倒しになり、就寝時間が遅くなりがちです。また、中3生は、「勉強」によって就寝時間が遅くなっています。生活リズムを整えるうえでも、限られた時間をいかに使うかを考える必要があるといえます。成績上位層の子どもの生活をみると、単に「勉強」の時間が長いというだけでなく、すきまの時間をうまく活用するなど効率的に時間を使っている様子がみられます。子どもの成長に応じて、そうした「タイム・マネジメント力」を育てることが重要と言える結果です。

【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社ベネッセコーポレーション 広報・IR部 (担当:十河、坂本、西沢、濱野)
 電話:042-356-0657 FAX:042-356-0722

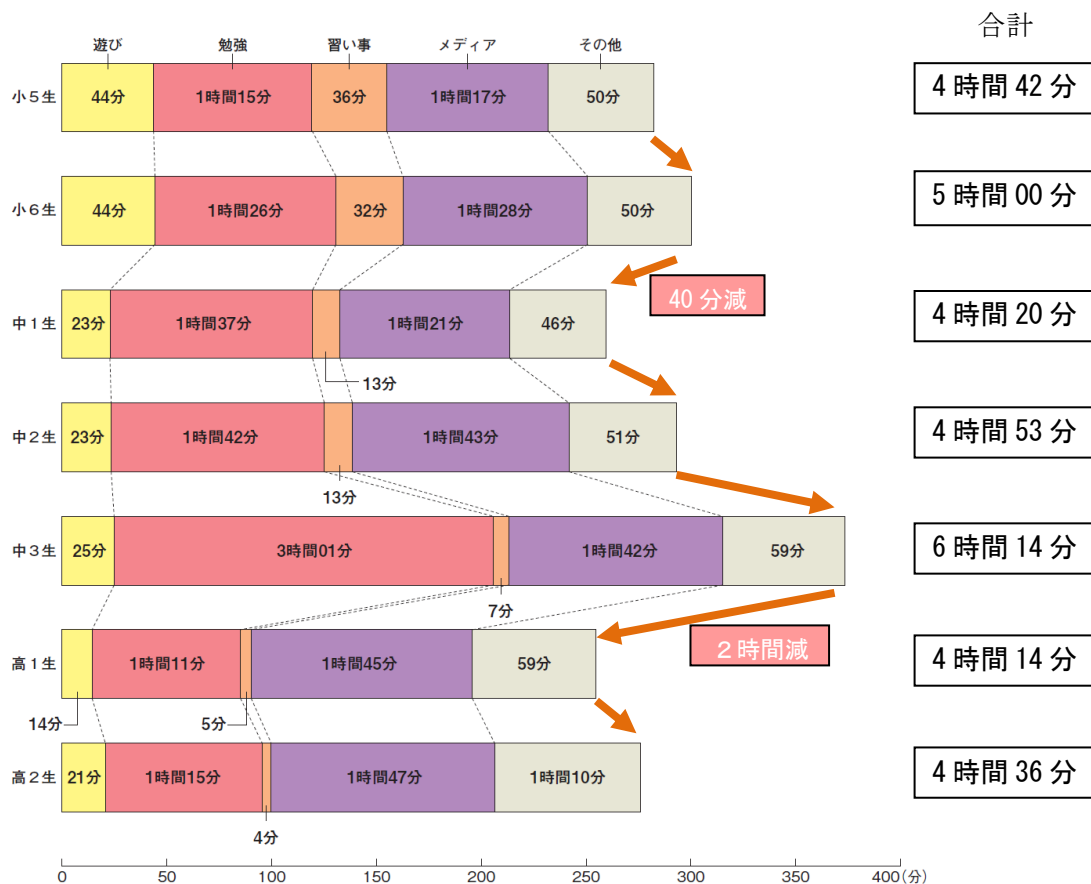
■調査概要

調査テーマ	子どもの生活時間の実態と時間に関する意識
調査方法	郵送法による自記式質問紙調査
調査時期	2008年11月10～14日(平日)
調査対象	全国の小学5年生～高校2年生 8,017名(配布数25,716通、回収率31.2%)
調査の枠組み	PART I :子どもたちの時間の使い方[意識と実態] (7月速報) PART II :子どもたちの24時間 ～平日24時間の生活を15分単位で記入～(今回)
調査項目 (PART II部分)	ある1日(24時間)の生活 [記入方法] ①11月10～14日のうち1日を選んで、その日の午前4時から翌日の午前4時までに行ったことを15分単位で回答。 ②回答の際には、あらかじめ指定した行動分類から行動を選択。 ③2つ以上の行動を同時に行っていた場合は「おもにしたいと思うもの」を1つ選択。

■主な調査結果

1)「放課後に使える自由時間」は、4～5時間程度。

図1 放課後の時間(学年別・24時間あたりの平均時間)(ダイジェスト版 p.6-7)



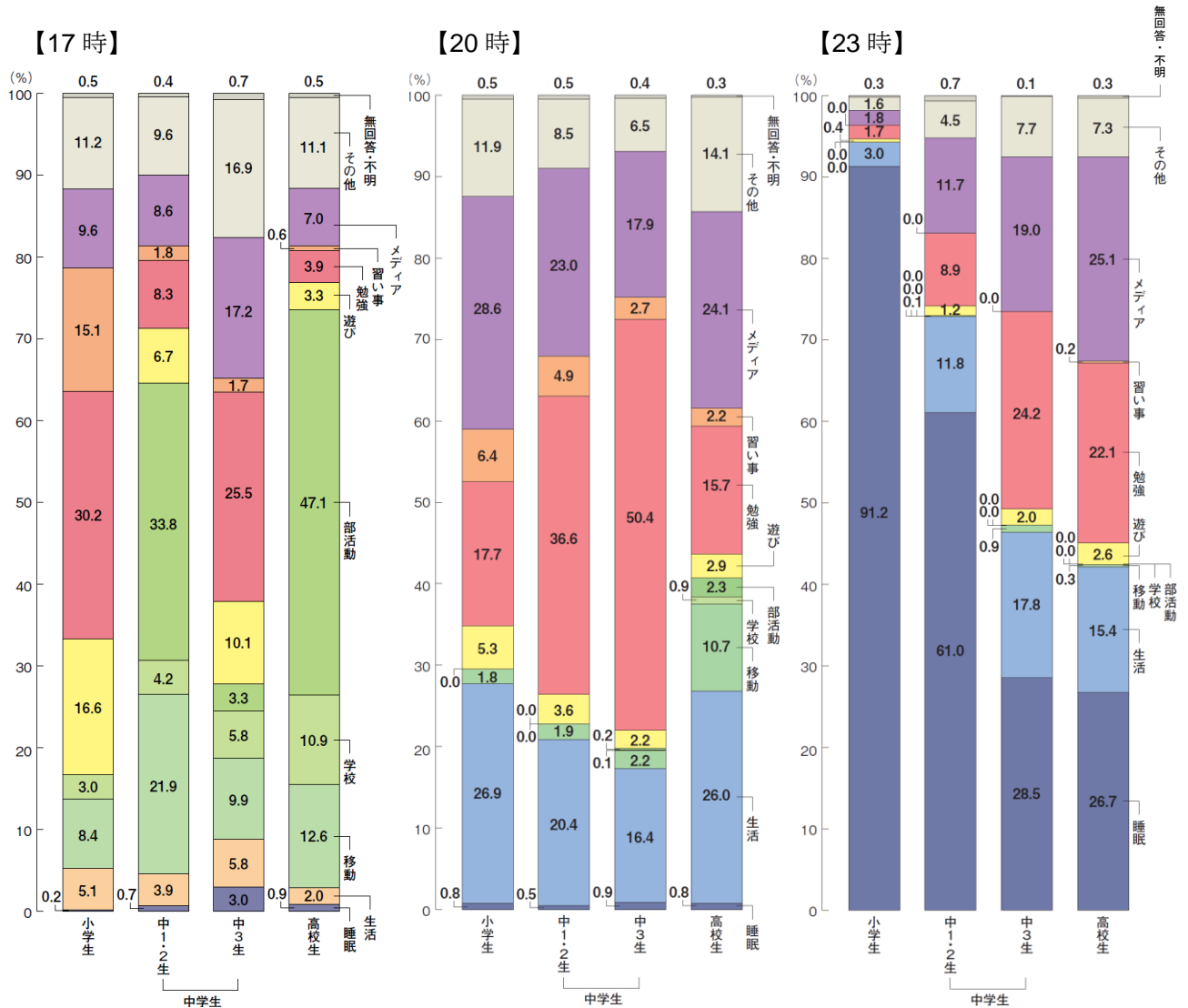
注1 「遊び」は、屋外での遊び・スポーツ、室内での遊び、テレビゲームの合計。「勉強」は、学校の宿題、宿題以外の勉強、学習塾の合計。「メディア」は、テレビ・DVD、本・新聞、マンガ・雑誌、音楽、携帯電話、パソコンの合計。その他には、「人と過ごす」時間と「その他」の時間が含まれている(ダイジェスト版 P4-5 参照)。

注2 これらの行動(遊び、勉強、習い事、メディア、その他)は、放課後以外の時間帯(登校前など)にもわずかに行われているが、それも含めて示している。

学年が上がるにつれて「睡眠」は短くなるが、中1・2生、高1・2生は、「部活動」(約1時間半)が加わるために、「放課後に使える自由時間」が短くなっている。中3生は、「部活動」がないため「放課後に使える自由時間」が長い。

2) 勉強時間について、小学生は夕食前に、中学生は夕食後に確保している。

図2 17時・20時・23時の行動（学校段階別）（ダイジェスト版 p.8-9）



注1 24時間のうち、小学生、中学生、高校生の放課後の行動の特徴が表れている17時、20時、23時について、その時刻に該当の行動を行った子どもが全体に占める比率(%)を示している。24時間の行動全体については、ダイジェスト版 P10-11 参照。

注2 「生活」は、食事、身のまわりのことの合計。「遊び」は、屋外での遊び・スポーツ、室内での遊び、テレビゲームの合計。「勉強」は、学校の宿題、宿題以外の勉強、学習塾の合計。「メディア」は、テレビ・DVD、本・新聞、マンガ・雑誌、音楽、携帯電話、パソコンの合計。その他には、「人と過ごす」時間と「その他」の時間が含まれている(ダイジェスト版 P4-5 参照)。

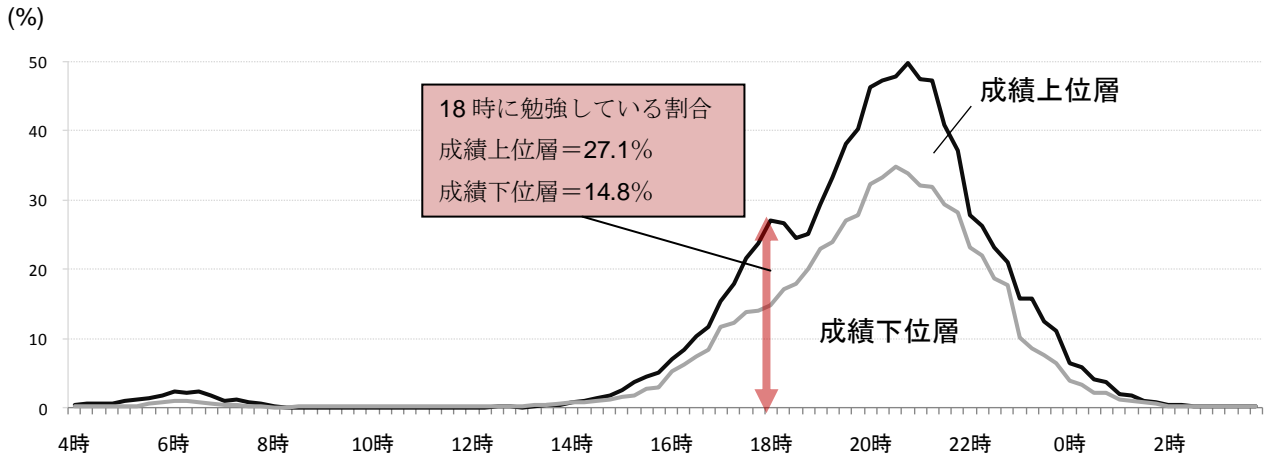
小学生: 夕食前に「勉強」をすませる子どもが多く、夕食後は「メディア」視聴や「生活」(食事、身の回りのこと)が中心である。23時にはほとんどの子どもが就寝している。

中学生: 中1・2生は、夕方に「部活動」があるため、「勉強」を夕食後に行う子どもが多い。23時には6割が就寝している。一方、中3生は、夕食前も夕食後も、「勉強」をしている割合が高い。23時に就寝しているのは3割弱であり、まだ「勉強」している子どもが2割以上いる。

高校生: 夕方に「部活動」があるため生活が後ろ倒しになっている。どの時間でも、「勉強」している子どもより「メディア」視聴をしている子どもの方が多い。

3) 成績上位の子どもは、時間を有効に活用している。

図3 勉強の時間帯(中学生・成績別) (ダイジェスト版 p.22)

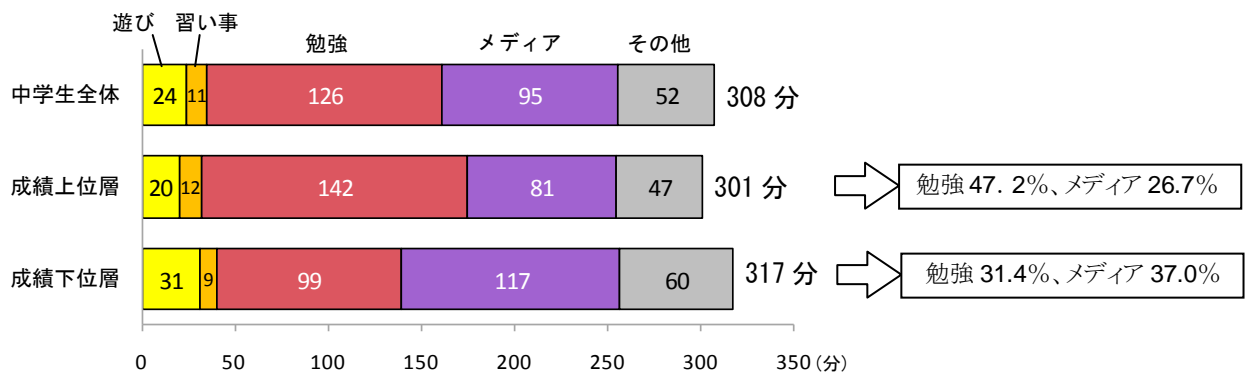


注1 「成績上位」はクラスでの成績に対する質問に「上のほう」「やや上のほう」と回答した者、「成績下位」は「やや下のほう」「下のほう」と回答した者。「真ん中くらい」と回答した者と無回答・不明は省略した。

注2 時刻ごとに、「勉強」(学校の宿題、宿題以外の勉強、学習塾)を行った子どもが全体に占める比率(%)を示している。

成績上位の中学生は、夕食前に「勉強」する割合が高い。学年別にみても、18時に勉強している割合は、中1生 21.3%、10.5%(成績上位層、成績下位層の順、以下同)、中2生 18.5%、10.7%、中3生 42.4%、23.5%とどの学年でも成績上位層の割合が高い。また、小学生と高校生も同様の傾向である(小学生 34.1%、24.4%、高校生 7.1%、3.4%)。

図4 放課後の時間の使い方(中学生・成績別) (ダイジェスト版未掲載)



注1 「成績上位」はクラスでの成績に対する質問に「上のほう」「やや上のほう」と回答した者、「成績下位」は「やや下のほう」「下のほう」と回答した者。「真ん中くらい」と回答した者と無回答・不明は省略した。

注2 「勉強」は、学校の宿題、宿題以外の勉強、学習塾の合計。「メディア」は、テレビ・DVD、本・新聞、マンガ・雑誌、音楽、携帯電話、パソコンの合計。その他には、「人と過ごす」時間と「その他」の時間が含まれている(ダイジェスト版 P4-5 参照)。

注3 比率は、放課後の時間(遊び、習い事、勉強、メディア、その他の合計)に占める各行動の比率(%)。

成績上位の中学生は、「勉強」の時間が長く、「メディア」の時間が短い。「勉強」の時間が増えると、「メディア」の時間が減るという関係がある。

<ベネッセ教育研究開発センターの活動について>

ベネッセ教育研究開発センターでは、今後も、時代の変化に即したテーマで、子どもや教育に関する、調査や研究活動を行い、その結果を広く社会に開示することで、さまざまな方々との議論の輪を広げていきたいと考えています。ベネッセ教育研究開発センターのWEBサイト(<http://benesse.jp/berd/>)では、今回の調査データのほかに、さまざまな独自調査のデータ・報告書を公開しています。詳細は別紙をご覧ください。

Benesse 教育研究開発センター WEB サイトについて

<http://benesse.jp/berd/>

ベネッセコーポレーションの教育調査・研究部門のWEBサイト。教育関連の独自調査データや、調査研究に基づいた教育記事を発信しているほか、小・中・高・大学向けの定期発行誌のバックナンバーなど、1万ページを超える教育情報のアーカイブを公開しています。



The screenshot shows the Benesse Education Research Center website. At the top, there is a navigation bar with 'HOME', '情報誌ライブラリ', '調査・研究データ', '教育フォーカス', and 'Benesse教育研究開発センターについて'. Below this is a search bar and a main heading 'Benesse 教育研究開発センター'. The main content area features a large banner for '子ども・学びの基礎研究' (Basic Research on Children and Learning) with a sub-heading '調査研究数約400。四半世紀にわたり、日本の教育課題がどこにあるのかを探り続けています。'. Below the banner, there is a '情報誌ライブラリ' (Information Magazine Library) section with a list of reports for elementary, middle, high school, and university levels. The reports include titles like 'VIEW(ビュー)21 [小学校向け] Vol.1 特集:担任が進める英語活動' and 'VIEW(ビュー)21 [中学校向け] Vol.1 特集:移行期間の課題と対策'.

ベネッセ教育研究開発センター WEB サイト トップページ URL : <http://benesse.jp/berd/>

今回の調査報告書は、センターWEB サイト上の、次のページで公開しています。
(集計表や、Web だけで展開している「調査クローズアップ!」もご覧いただけます。)

■ 「放課後の生活時間調査」ダイジェスト版

<http://benesse.jp/berd/center/open/report/houkago/2009/dai/index.html>

■ 『放課後の生活時間調査報告書』

<http://benesse.jp/berd/center/open/report/houkago/2009/hon/index.html>