



# 「子どもの生活時間」をどう考えるか

明石 要一（千葉大学教授）

## 子どもの生活時間はどう変わったか

子どもの生活時間は大きく変わっている。その「変化」を生活リズムから説明したい。私は、戦後60数年間の子どもの生活時間を15年サイクル、すなわち、次の四期に分けることができると考える。

### 1) 第一期【昭和20～34年（1945～1959年）頃】

この時代の子どもたちの生活リズムは「年中行事」を中心としていた。お盆とお正月、それから夏祭り、秋祭りという地域の行事を核にした生活時間があった。ゆっくりした生活リズムであった。

放課後の生活時間は十分にあった。だから、放課後まっすぐに家には帰らなかった。道草をして近くの神社やお寺の境内、それから空き地などで秘密基地を作ったりして、暗くなるまで友達と外遊びをしていた。遊びほうけて、夕食時に半分眠りながら食べた経験をもっている。「明日を考えた」生活でなく、「今に生きる」生活をしていた。大人になって振り返ると「あの時代は楽しくてよかった」という子ども時代の思い出をもっている。

### 2) 第二期【昭和35～49年（1960～1974年）頃】

この時代には第一次産業従事者が半数を割り、給与生活者が半数を超える。それと同時に子どもたちの生活リズムのテンポが速くなり、「月単位」となる。

この時期の子どもたちの生活時間はテレビとマンガというメディアに占領され始め、屋内での生活が増え始める。『少年サンデー』『週刊少年マガジン』（ともに昭和34年（1959年）創刊）、『少年ジャンプ』（昭和43年（1968年）創刊）、それから『マーガレット』（昭和38年（1963年）創刊）などの週刊少年・少女マンガが次から次へと発刊される。

子どものおこづかいのもらい方も変わってくる。それまではお年玉のように年中行事ごとでもらっていたのが、月単位でもらう子どもが増え始める。

### 3) 第三期【昭和50年～平成3年（1975～1991年）頃】

第三次産業従事者が半数を超える。流通とサービス産業、それからIT産業に従事する者が多くなる。社会全体のテンポが速くなる。「花の金曜日（花金）」という言葉が生まれる。と同時に、子どもの生活リズムはますます速くなり「週単位」になる。1週間のスケジュールが頭にある「忙しい子ども」が出現する。

子どもたちは俗に言う三間（空間、仲間、時間）を失い、遊びが少なくなったのである。手帳を持つ子どもが出現するのもこの時期である。遊ぶときにはおたがいが手帳を見てスケジュールの調整をする。

また、昭和60年（1985年）の初めに始まったテレビゲームに熱中する子どもが出現する。テレビとマンガ、そしてテレビゲームが友だちとなる。

#### 4）第四期【平成4年（1992年）頃から現在まで】

産業構造は第三期とあまり変わらない。しかし、シングルマザーの家庭が増え、全国で120万世帯を超える。年収が350万円以下の世帯が3割を超え、経済格差が広がる。母親の就労がますます増え、昼間に保護者がいない家庭の子どもが増え続ける。アメリカではすでに7割を超えているが、日本でも大都市では半数近くになっている。

子どもたちの生活リズムはやはり「週単位」であるが、忙しくて生活に追われ、友だちと深くかかわれない「独りぼっち」化現象が進む。と同時に、子どもの生活が大人と同じ生活スタイルになる子どもの「大人化」が始まる。手帳が必需品であり、栄養ドリンクを飲み、夜ふかして朝起きられなくなる子どもが増えてくる。

### 「時間のやりくり上手」が育っていない

プロ野球の野村克也監督は、世間にヒットする言説を発している。「人間は生まれ持って不公平、不平等である。しかし、時間だけは平等である」。

平等に与えられた時間をどう使うかによって子どもの生活は変わってくる。ところが、今回行った「放課後の生活時間調査」によれば、子どもたちの「時間のセルフコントロール」は乏しいのである。

まず、半数以上（57.3%（小学生49.5%、中学生59.2%、高校生64.5%））の子どもが「忙しい」（とても十わりと）と感じている。小学生でも49.5%と半数もいるのである。そして「時間をむだに使っていると感じる」子どもも59.4%（小学生46.5%、中学生63.6%、高校生69.4%）と6割に達する。さらに、「計画的に勉強をする」子どもは36.5%（小学生44.1%、中学生34.6%、高校生29.7%）と4割を切る。子どもたちは、忙しくて計画的に勉強できず、結果として、時間をむだに使っていると感じている。

だからであろうか。日ごろの時間の使い方について得点（100点満点）で評価してもらったところ、平均は60.6点だった。成績の「優」「良」「可」という評価基準を使えば、ぎりぎり合格の「可」ということになる。「80点」以上の比較的高い点数をつけた子どもは、小学生4割、中学生2割、高校生1割となっている。時間の管理ができていると思う子どもは少ない。そして、学年が上がるとともに数値が減っている。これらから、「時間のやりくり上手」は育っていない、といえそうだ。

なぜそうなったのだろうか。さまざまな要因がからんでいるだろうが、2つのことを指摘する。

1つめには、小学生からの「忙しい子ども」の出現がある。これまでは、小学生は生活リズムがゆるやかで「ゆとり」のある生活時間を持つことができていた。しかし、今は小学生まで「忙しく」なっている。そして、それを推進する「中学受験」の比重が大きくなっている。しかも、「中学受験は親の戦いである」という俗説があるように、「中学受験」や「お稽古」は子ども自身の選択というより親の意思によるものになっている。子どもは、小学生の頃から親の敷いたレールを走るだけ、という生活スタイルが身についている。「指示待ち人間」となっているのである。これでは、生活時間を自分でコントロールする「時間のやりくり上手」は育たない。

2つめには、家庭での「段取り」文化が消えてきたことが指摘できる。この「段取り」文化は、逆算の発想と同じである。相撲の世界には「3年先の稽古」という言葉がある。今の厳しい稽古は3年先に花開くから耐えるという意味である。この逆算の発想の対極が「積み上げ方式」である。たとえば行政の予算の使い方で、1、2月にその年度の予算を消化するために工事が急に多くなるのはその典型である。

ところで、小学5年生を対象に朝食調査をしたことがある（『子どもの生活リズム向上のための調査研究事業—朝食メニューが子どもの生活リズムを変える—』『早寝早起き朝ごはん』調査報告書（代表 明石要一）、2007）。平日5日間のうち4日以上米食は2割、パン食は4割であった。混合が4割。そして子どもの生活をみると、なぜか米食の家庭のほうがよいのである。米食派は、夜早く寝て朝早く起き、学校に早く行き、友だちが多く、学校が好きな子どもが多い。一方、パン食派は夜遅く寝て朝遅く起き、学校に遅く行き、友だちは少なく学校は好きでない子どもが多い。

なぜこうした結果が生まれたか。朝食を用意する人の「段取り」文化の「差」ではないだろうか。米食派の親は、寝る前に明日のメニューを考え、米をとぎ、タイマーのスイッチをかけるだろう。逆算の発想でメニューを考える習性がある。一方、パン食派の親は起きてからメニューを考える。冷蔵庫にあるもので朝食を作りがちである。「積み上げ方式」である。こうした親たちのしつけは異なる。米食派はパン食派に比べると、たぶん、寝る前に「宿題は終わったか」とか「テレビはおしまいにしなさい」「歯を磨いて寝なさい」といった「しつけ」をしてきたと想像できる。

子どもたちの間で「時間のやりくり上手」が育っていない。自分で「時間」の管理ができていない。遊びほうけて夕食中に眠ってしまう子どもたちは消えている。「時間」を考えずに遊びに没頭した子どもはいなくなっている。「今に生きる」子どもでなく「明日を考える」子どもが多くなっている。ところが、明日を考えるわりに「時間」のコントロールができていない。「忙しさ」のあまり時間に流されてしまっている。敷かれたレールをただ走るだけの生活となっている。

本来、「明日を考える」生活スタイルは大切である。これからは、流されるのではなく逆算の発想を持ち、時間をセルフコントロールできるやりくり上手な子どもを育てることが大切だ。

## 継続的な生活時間調査を

子どもの生活時間を考えるとき、歴史的な視点が必要である。「今」を解釈するために、それがどのようなプロセスで形づくられてきたかを位置づけなければならない。

子どもたちの生活時間は60数年間で「変化」してきている。生活リズムのテンポが速くなっているのである。しかもそれは社会構造の変化からも説明できる。子どもは社会を映す鏡である。

これまで子どもを対象とした本格的で全国規模の生活時間調査は少ない。今回、Benesse教育研究開発センターが行った、小・中・高校生を対象とした生活時間の全国調査はきわめて貴重である。今年はいくまでスタートである。来年以降の追跡調査が待ち望まれる。追跡調査を継続することで、学術的には子ども理解の手がかりとなり、教師、保護者にとっては教育としつけの参考になる。