

時間の使い方が 上手な子どもと下手な子ども

都筑 学 (中央大学教授)

【要旨】

日ごろの時間の使い方の自己評価には、時間の使い方の上手・下手が表れる。調査データからは、日常生活を規則正しく計画的に過ごす子どもは、時間を自ら区切っていくことができる上手な時間の使い手であることがわかった。他方、時間の使い方の下手な子どもは、ぼーっとしていたり、ゲームやテレビ視聴をしたりして、何となく日常を過ごすことが多いことがわかった。

1. 時間の使い方の自己評価

1日は24時間、1年は12か月。時間というものは、誰に対しても平等に与えられている。この時間をどのように使っているのか。発達段階によって、それぞれ特徴がある。小・中・高校生においては、学習が主要な活動であり、学校で過ごす時間が一番大きな部分を占めている。

この点は小・中・高校生に共通している一方で、残りの時間をどのように過ごすかは、人によってさまざまである。「塾や家で勉強する」「テレビを見る」「友人といっしょに遊ぶ」など、どのように時間を使うかは自由であり、そこには一人ひとりの子どもの独自性が現れてくる。

それは、1日24時間という制約の中で、どのように時間をやりくりしていくかということでもある。たとえば、勉強の時間を増やせば、遊びの時間が減る。その逆に、遊びの時間が増えれば、勉強の時間が減っていく。

小・中・高校生は、それぞれ工夫をしなが

ら、1日の生活時間を組み立てているのであろう。まずは、このような時間の使い方について、子どもたちは一体どのように評価しているかをみとめることにしよう。

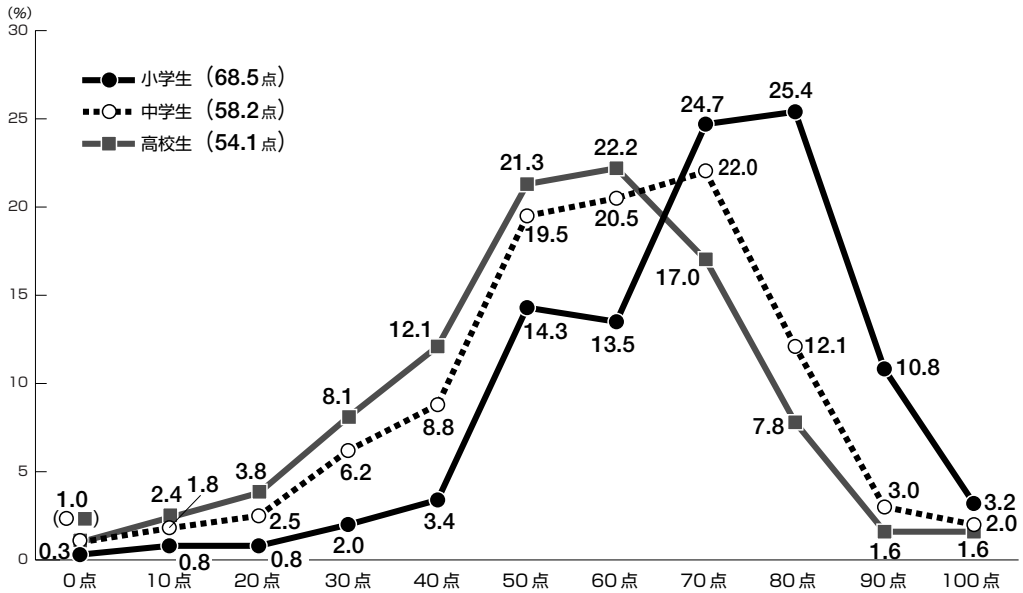
「あなたの日ごろの時間の使い方は、100点満点で、だいたい何点くらいだと思いますか」という設問に対する回答の結果が、図1-1に示されている。

平均点は、小学生68.5点、中学生58.2点、高校生54.1点であり、学校段階が上がるほど、時間の使い方の自己評価が低下していた。中学生や高校生は小学生と比較して、得点分布が低いほうに偏っていた。中・高校生になると、1日の生活における活動内容が多様化し、時間の使い方に変化してくるために、その結果として自己評価が低くなってしまいかもしれない。

2. 時間の使い方の自己評価と 日常生活の時間

時間の使い方の点数にもとづいて、学校段

図 1-1 時間の使い方の点数（自己評価）（学校段階別）



注1) 無回答・不明は省略した。

注2) () 内は平均点。平均点は、無回答・不明を除いて算出した。

注3) 時間の使い方の点数(自己評価)は、日ごろの時間の使い方を10点刻みでたずねた設問の回答結果を用いている。したがって、1の位が0でない点数は、実際の回答には存在しない。

階ごとに、平均値と得点分布を参考にしながら、時間の使い方の自己評価を低群・中群・高群の3つに分類した。

小学生では、0～50点を低群(n=562)、60～70点を中群(n=993)、80～100点を高群(n=1,028)とした。

中学生では、0～40点を低群(n=728)、50～60点を中群(n=1,437)、70～100点を高群(n=1,405)とした。

同様に、高校生も、0～40点を低群(n=498)、50～60点を中群(n=792)、70～100点を高群(n=512)とした。

時間の使い方の自己評価の3群別に、「ふだん(学校がある日)の『朝、起きる時間』と『夜、寝る時間』は、だいたい何時ごろですか」という設問に対する回答の平均値を示したのが表1-1である。

起床時刻の平均値は、小学生が6時40分、中学生が6時41分、高校生が6時33分と、学校段階による差はあまりみられなかった。また、時間の使い方の自己評価が低い子どもほど、起床時刻が若干ではあるが遅かった。

就寝時刻の平均値は、小学生では22時12分、

中学生が23時20分、高校生が23時57分と、学校段階が上がるにつれて就寝時刻が遅くなっていた。また、時間の使い方の自己評価が低い子どもほど、就寝時刻が遅くなる傾向がみられた。高群と低群の就寝時刻の差は、小学生で11分、中学生で23分、高校生で25分であり、学年段階が上がるにつれて、差が大きくなっていった。

睡眠時間の平均値は、小学生が8時間28分、中学生が7時間21分、高校生が6時間36分であり、学校段階が上がるにつれて睡眠時間が短くなっていった。また、時間の使い方の自己評価が低い子どもほど、睡眠時間が短くなる傾向がみられた。

これらのことから、時間の使い方の上手な子どもは早寝をして睡眠時間を十分にとっており、時間の使い方の下手な子どもは宵張り遅くまで起きていて睡眠時間が短いことが明らかになった。

次に、時間の使い方の上手・下手によって、日常生活での活動時間に違いがあるかどうかをみてみよう。

表 1-1 就寝・起床の平均時刻と睡眠の平均時間（学校段階別・時間の使い方の自己評価別）

●小学生

	就寝時刻	起床時刻	睡眠時間
全体 (2,603)	22時12分	6時40分	8時間28分
低 (0~50点)	22時18分	6時43分	8時間25分
中 (60~70点)	22時13分	6時42分	8時間29分
高 (80~100点)	22時07分	6時38分	8時間31分

●中学生

	就寝時刻	起床時刻	睡眠時間
全体 (3,592)	23時20分	6時41分	7時間21分
低 (0~40点)	23時34分	6時45分	7時間11分
中 (50~60点)	23時22分	6時41分	7時間19分
高 (70~100点)	23時11分	6時38分	7時間27分

●高校生

	就寝時刻	起床時刻	睡眠時間
全体 (1,822)	23時57分	6時33分	6時間36分
低 (0~40点)	0時11分	6時37分	6時間26分
中 (50~60点)	23時56分	6時34分	6時間38分
高 (70~100点)	23時46分	6時27分	6時間41分

注1) 時間の使い方の自己評価は、学校段階ごとに、時間の使い方の点数の平均値と得点分布により、「低」群・「中」群・「高」群に分類した。

注2) 睡眠の平均時間は、就寝時刻から起床時刻までを計算した。

注3) () 内はサンプル数。「低」群・「中」群・「高」群のサンプル数はP99参照。

「あなたはふだん（学校がある日）、次のことを、1日にどれくらいの時間やっていますか。日によって違うときは、平均していただきたいの時間を教えてください」という設問に対する回答から、17の活動に費やす時間の平均値を求めた。そのなかで、時間の使い方の自己評価の低群・中群・高群によって活動の時間（平均値）が有意に異なっていたものを表1-2に示した。

「学校の宿題以外の勉強をする」については、小・中・高校生のいずれにおいても、時間の使い方の自己評価が高い子どもほど、費やす時間が多くなっていた。

「テレビやDVDを見る」「テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ」「ぼーっとする」については、小・中・高校生のいずれにおいても、時間の使い方の自己評価が低い子どもほど、費やす時間が多くなっていた。

その4つのなかで高群と低群との間の差がもっとも大きかったのは、小学生では「テレビやDVDを見る」で12分の差、中学生と高校生では「ぼーっとする」であり、それぞれ

18分、19分の差があった。

「携帯電話を使う」「音楽を聴く」については、中学生と高校生においてのみ、時間の使い方の自己評価が低い子どもほど、費やす時間が多くなっていた。

これらのことから、時間の使い方の上手な子どもは、テレビやゲーム、携帯電話や音楽といった活動にあまり多くの時間を割いていないことがわかった。その一方で、時間の使い方の下手な子どもは、テレビやゲーム、携帯電話や音楽といった活動に時間を多く割いていると同時に、ぼーっとして何もしない時間もより多く過ごしている傾向にあることがわかった。

3. 時間の使い方の自己評価と時間のすごし方

「規則正しい生活をしている」（生活習慣）、「計画的に勉強をする」（学習）、「約束の時間を守るほうだ」（時間に関する意識・行動）の3つの設問に対する回答にもとづいて、子ど

表1-2 日常の活動の平均時間（学校段階別・時間の使い方の自己評価別）

●小学生

	学校の宿題以外の勉強をする	テレビやDVDを見る	テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ	携帯電話を使う	音楽を聴く	ぼーっとする
全体 (2,603)	36分	1時間47分	36分	3分	10分	16分
低 (0~50点)	31分	1時間54分	41分	3分	10分	23分
中 (60~70点)	36分	1時間49分	36分	4分	9分	16分
高 (80~100点)	39分	1時間42分	33分	3分	10分	12分

●中学生

	学校の宿題以外の勉強をする	テレビやDVDを見る	テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ	携帯電話を使う	音楽を聴く	ぼーっとする
全体 (3,592)	59分	1時間51分	35分	27分	36分	26分
低 (0~40点)	52分	2時間00分	45分	31分	44分	36分
中 (50~60点)	1時間00分	1時間55分	34分	30分	37分	27分
高 (70~100点)	1時間01分	1時間43分	30分	23分	30分	18分

●高校生

	学校の宿題以外の勉強をする	テレビやDVDを見る	テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ	携帯電話を使う	音楽を聴く	ぼーっとする
全体 (1,822)	34分	1時間35分	31分	1時間13分	54分	32分
低 (0~40点)	32分	1時間40分	36分	1時間18分	1時間01分	42分
中 (50~60点)	33分	1時間36分	31分	1時間16分	54分	31分
高 (70~100点)	39分	1時間29分	27分	1時間05分	48分	23分

注1) 時間の使い方の自己評価は、学校段階ごとに、時間の使い方の点数の平均値と得点分布により、「低」群・「中」群・「高」群に分類した。
 注2) () 内はサンプル数。「低」群・「中」群・「高」群のサンプル数はP99参照。

もの時間の過ごし方の特徴を検討してみた。

図1-2に示したのは、時間の使い方の自己評価の3群における「とてもあてはまる」と「わりとあてはまる」を合わせた割合である。

小・中・高校生のいずれにおいても、時間の使い方の自己評価が高いほど、「規則正しい生活をしている」割合が多かった。低群と高群との間には、小学生で約34ポイント、中・高校生で約38ポイントの開きがあった。

「計画的に勉強をする」割合も、時間の使い方の自己評価が高いほど多かった。高群では、約半数の子どもが計画的に勉強するのに対して、低群では2割前後の子どもしか計画的に勉強していなかった。

「約束の時間を守るほうだ」については、低群でも7割を超えていたが、時間の使い方の自己評価が高くなるほど「時間を守る」割合は多くなっていた。

以上のようなことから、時間の使い方の自己評価が高いほど、時間についての計画性や生活の規則性、時間を守るという正確性が強いという傾向があることが明らかになった。

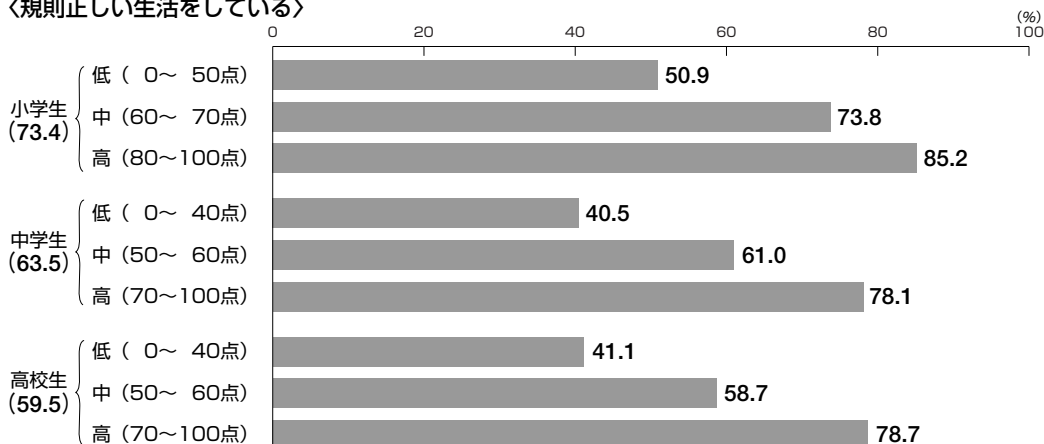
次に、「あなたは、今年の夏休みの宿題をいつごろやりましたか。もっとも近いものを1つ選んで○をつけてください」という設問への回答を用いて、実際の行動レベルで時間の過ごし方の特徴を検討してみた。

表1-3に示したのは、時間の使い方の自己評価の3群別にみた夏休みの宿題のやり方の割合を示したものである。小・中・高校生のいずれにおいても、ほぼ同じ傾向が認められた。「最初にまとめてやった」と「少しずつ計画的にやった」の割合は、低群、中群、高群となるにつれて増加する傾向にあった。その一方で、「最後にまとめてやった」と「気が向いたときにやった」の割合は、低群、中群、高群となるにつれて減少していった。

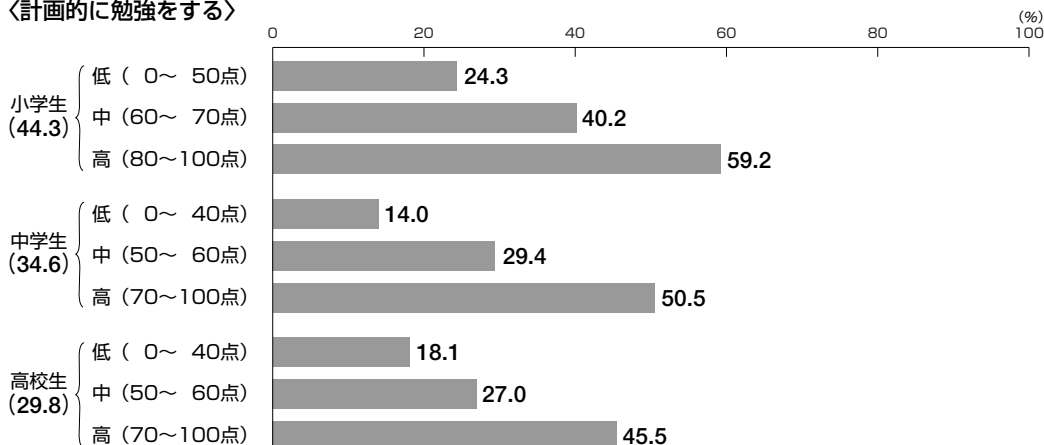
これらのことから、時間の使い方の上手な子どもは日常的に規則正しい生活を送っていて、計画的に物事に取り組む傾向が強く、夏休みの宿題をやるというような実際の行動においても、それを実践していることが明らかとなった。

図 1-2 時間の過ごし方（学校段階別・時間の使い方の自己評価別）

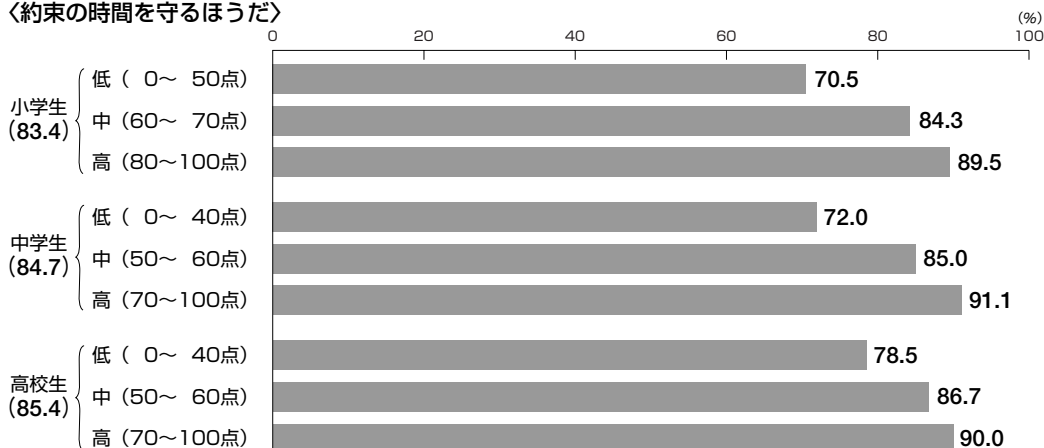
〈規則正しい生活をしている〉



〈計画的に勉強をする〉



〈約束の時間を守るほうだ〉



注 1) 「とてもあてはまる」 + 「わりとあてはまる」の%。

注 2) () 内は全体の%。時間の使い方の自己評価が無回答・不明の場合を除いて算出した (図 1-6 まで同様)。

注 3) 時間の使い方の自己評価は、学校段階ごとに、時間の使い方の点数の平均値と得点分布により、「低」群・「中」群・「高」群に分類した。

表1-3 夏休みの宿題のやり方（学校段階別・時間の使い方の自己評価別）

●小学生

(%)

	低 (0~50点)	中 (60~70点)	高 (80~100点)
最初にまとめてやった (21.3)	20.5	19.9	23.1
最後にまとめてやった (9.2)	13.5	9.2	6.8
少しずつ計画的にやった (45.6)	33.6	46.3	51.6
気が向いたときにやった (23.0)	31.1	24.0	17.5
やらなかった (0.2)	0.4	0.2	0.1
夏休みの宿題はなかった (0.2)	0.2	0.2	0.2
無回答・不明 (0.5)	0.7	0.2	0.8

●中学生

(%)

	低 (0~40点)	中 (50~60点)	高 (70~100点)
最初にまとめてやった (14.2)	11.7	13.1	16.7
最後にまとめてやった (16.6)	25.1	15.6	13.2
少しずつ計画的にやった (33.2)	20.1	32.8	40.4
気が向いたときにやった (34.1)	41.1	36.9	27.5
やらなかった (1.0)	1.4	1.0	0.7
夏休みの宿題はなかった (0.3)	0.0	0.1	0.7
無回答・不明 (0.6)	0.7	0.6	0.6

●高校生

(%)

	低 (0~40点)	中 (50~60点)	高 (70~100点)
最初にまとめてやった (11.2)	9.6	10.6	13.7
最後にまとめてやった (21.5)	26.3	21.3	17.0
少しずつ計画的にやった (24.9)	16.3	24.6	33.8
気が向いたときにやった (38.0)	40.8	40.3	31.6
やらなかった (2.1)	4.2	1.0	1.8
夏休みの宿題はなかった (2.1)	2.4	1.9	2.1
無回答・不明 (0.2)	0.4	0.3	0.0

注1) ()内は全体の%。

注2) 時間の使い方の自己評価は、学校段階ごとに、時間の使い方の点数の平均値と得点分布により、「低」群・「中」群・「高」群に分類した。

4. 時間の使い方の自己評価と時間のルール

「あなたは、家族（お父さんやお母さん）と次のような時間のルール（約束ごと）を決めていますか」という設問に対する「家に帰る時間」と「テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ時間」についての結果を示したのが、表1-4である。

「家に帰る時間」では、時間の使い方の自己評価の低群、中群、高群となるにつれて「決めていて守っている」の割合が増加しているのに対して、逆に、「決めていて守れ

ていない」の割合は減少していた。これらの傾向は、小・中・高校生において共通にみられた。

「テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ時間」についても、小・中・高校生とも、時間の使い方の自己評価が高くなるにつれて、遊ぶ時間を「決めていて守っている」の割合が増加し、「決めていて守れていない」の割合が減少していた。

このことから、時間の使い方が上手な子どもは、家族と決めた時間のルールをしっかりと守る傾向にあることがわかった。

次に、家族から時間についてどのように言

表1-4-① 家族との時間のルール（学校段階別・時間の使い方の自己評価別）

〈家に帰る時間〉

●小学生

		(%)		
		低 (0~50点)	中 (60~70点)	高 (80~100点)
決めていて守っている	(68.3)	57.8	69.0	73.4
決めていて守れていない	(10.9)	17.8	10.8	7.2
決めていない	(20.4)	24.0	19.7	19.0
無回答・不明	(0.4)	0.4	0.5	0.4

●中学生

		(%)		
		低 (0~40点)	中 (50~60点)	高 (70~100点)
決めていて守っている	(40.4)	33.0	39.5	45.2
決めていて守れていない	(8.7)	11.3	9.2	6.8
決めていない	(50.5)	55.8	50.7	47.7
無回答・不明	(0.4)	0.0	0.7	0.3

●高校生

		(%)		
		低 (0~40点)	中 (50~60点)	高 (70~100点)
決めていて守っている	(23.9)	17.3	23.5	30.9
決めていて守れていない	(8.7)	13.1	9.2	3.7
決めていない	(67.0)	69.1	67.2	64.8
無回答・不明	(0.4)	0.6	0.1	0.6

注1) () 内は全体の%。

注2) 時間の使い方の自己評価は、学校段階ごとに、時間の使い方の点数の平均値と得点分布により、「低」群・「中」群・「高」群に分類した。

われているのかについてみてみよう。「あなたの家族（お父さんやお母さん）は、あなたに対して次のことをすることがありますか」という設問において、「時間を大切にするように言う」「時間を守らないと注意する」に対して、「よくある」と答えた割合を図1-3に示した。

「時間を大切にするように言う」については、小・中・高校生のすべてにおいて、「時間を守らないと注意する」については、小学生において、時間の使い方の自己評価が低いほど、そのように言われたり、注意されたりすることが「よくある」割合が高くなってい

た。

時間の使い方の下手な子どもは、お父さんやお母さんから時間を大切にするように言われたり、時間を守らないことで注意されることが多い。しかし、そのように言われても、これまでの分析で明らかになったように、実際のところは時間を上手に使うことができるようにはなっていない。時間のルールを自主的に守っていくという積み重ねが、時間を上手に使うことにつながっていくのではないかと考えられる。

表1-4-② 家族との時間のルール（学校段階別・時間の使い方の自己評価別）

〈テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ時間〉

●小学生

		(%)		
		低 (0~50点)	中 (60~70点)	高 (80~100点)
決めていて守っている	(34.1)	27.4	31.6	40.2
決めていないが守れていない	(22.2)	29.9	24.1	16.2
決めていない	(32.7)	32.0	33.8	31.9
持っていない	(10.5)	10.5	10.0	11.0
無回答・不明	(0.5)	0.2	0.5	0.7

●中学生

		(%)		
		低 (0~40点)	中 (50~60点)	高 (70~100点)
決めていて守っている	(17.2)	11.8	16.1	21.2
決めていないが守れていない	(13.7)	16.9	15.0	10.7
決めていない	(54.0)	56.3	53.9	52.9
持っていない	(14.6)	14.8	14.3	14.8
無回答・不明	(0.4)	0.1	0.7	0.4

●高校生

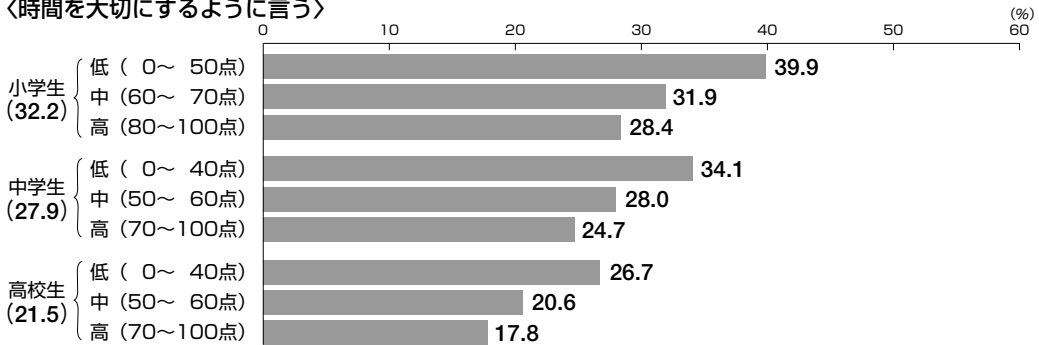
		(%)		
		低 (0~40点)	中 (50~60点)	高 (70~100点)
決めていて守っている	(6.9)	5.6	7.1	7.8
決めていないが守れていない	(5.7)	7.0	5.4	4.7
決めていない	(78.5)	75.9	80.2	78.3
持っていない	(8.7)	11.2	7.2	8.4
無回答・不明	(0.3)	0.2	0.1	0.8

注1) ()内は全体の%。

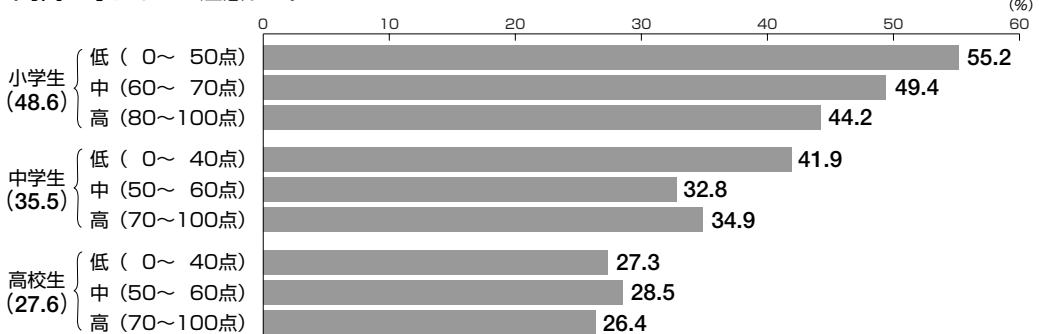
注2) 時間の使い方の自己評価は、学校段階ごとに、時間の使い方の点数の平均値と得点分布により、「低」群・「中」群・「高」群に分類した。

図 1-3 家族の時間に対する言動（学校段階別・時間の使い方の自己評価別）

〈時間を大切にするように言う〉



〈時間を守らないと注意する〉



注 1) 「よくある」の%。

注 2) () 内は全体の%。

注 3) 時間の使い方の自己評価は、学校段階ごとに、時間の使い方の点数の平均値と得点分布により、「低」群・「中」群・「高」群に分類した。

5. 時間の使い方の自己評価と心や身体の疲れ

「あなたは次のように感じる場合がありますか」という設問において、「疲れやすい」「やる気が起きない」「忙しい」「自分に自信が持てない」についての回答を示したのが、図 1-4 である。「とても感じる」「わりと感じる」と答えた割合は、「疲れやすい」「やる気が起きない」「自分に自信が持てない」に関しては、時間の使い方の自己評価が高いほど少なくなっていた。それに対して、「忙しい」は、時間の使い方の自己評価が高いほど多い傾向がみられた。

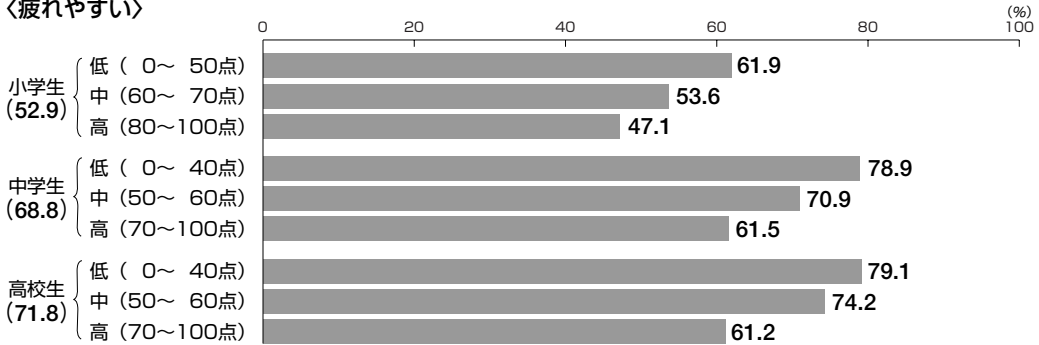
このことから、疲労感、意欲減退、自信喪失といった心身の疲れは、時間の使い方が下手な子どもほど強く感じていることが明らかになった。第 4 節までの結果では、時間の使

い方の下手な子どもは、ぼーっとする時間が長かったり、テレビやゲームに費やす時間が多かったりしたが、そのようにしてすごしている時間は決して充実したものではないことを裏づけているといえるだろう。

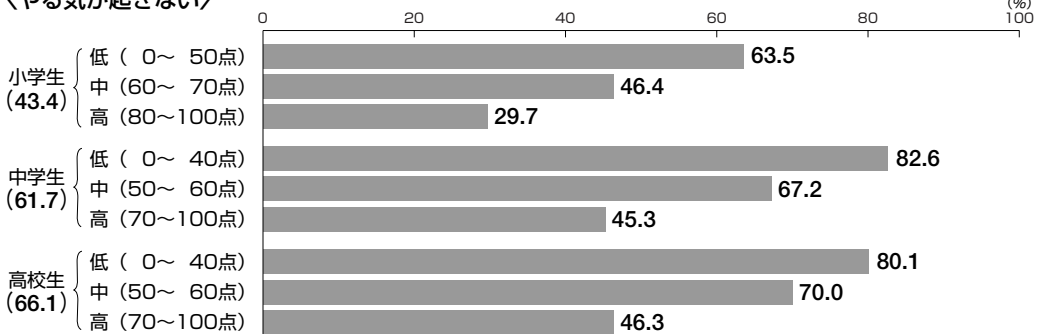
また、日常生活における多忙感には、時間の使い方の自己評価は、他の項目でみられたような明確な影響を及ぼしてはいなかった。毎日を忙しくすごしているという意識においては、時間を上手に使っている子どものほうが、そうでない子どもより、忙しいと感じているようだった。時間のやりくりの上手な子どもは、多くの活動をこなしていくなかで忙しさを感じているのであろう。他方で、時間のやりくりの下手な子どもは、無為に過ぎていく時間のなかで、自分が何もやりきれていないという意味で忙しさを感じているのかもしれない。

図1-4 心や身体の疲れ（学校段階別・時間の使い方の自己評価別）

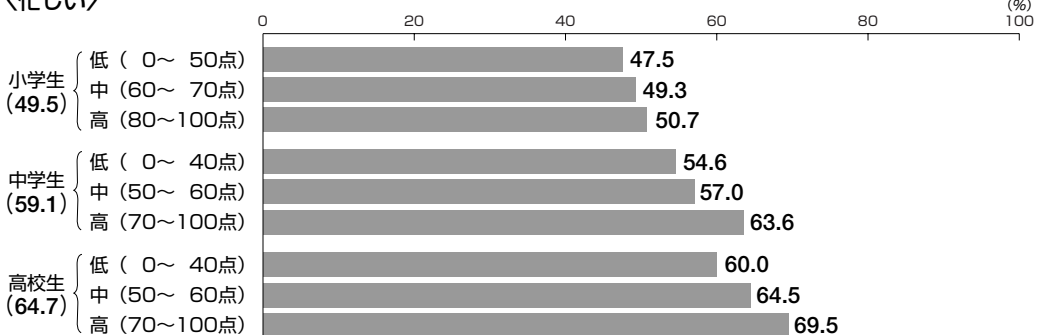
〈疲れやすい〉



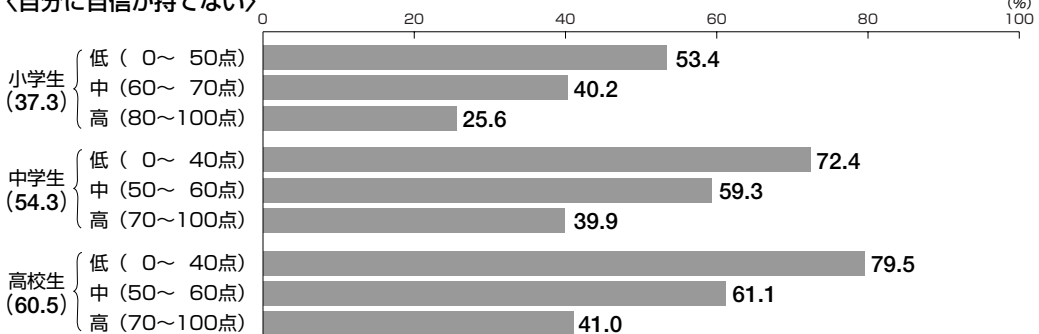
〈やる気が起きない〉



〈忙しい〉



〈自分に自信が持てない〉



注1) 「とても感じる」 + 「わりと感じる」の%。

注2) () 内は全体の平均値。

注3) 時間の使い方の自己評価は、学校段階ごとに、時間の使い方の点数の平均値と得点分布により、「低」群・「中」群・「高」群に分類した。

6. 時間の使い方の自己評価と将来の展望

「あなた自身について、次のことはどれくらいあてはまりますか」という設問において、「将来の目標がはっきりしている」「自分は将来、幸せになれると思う」への回答を示したのが、図1-5である。

時間の使い方の自己評価の3群ごとに、「とてもあてはまる」「わりとあてはまる」と回答した割合を比較してみると、時間の使い方の自己評価が高くなるほど、「将来の目標がはっきりしている」「自分は将来、幸せになれると思う」に肯定的に答える割合（「とてもあてはまる」＋「わりとあてはまる」の％）が多くなっていた。時間のやりくりの上手な子どもは、将来の目標が明確で、将来の展望も明る

いといえるかもしれない。

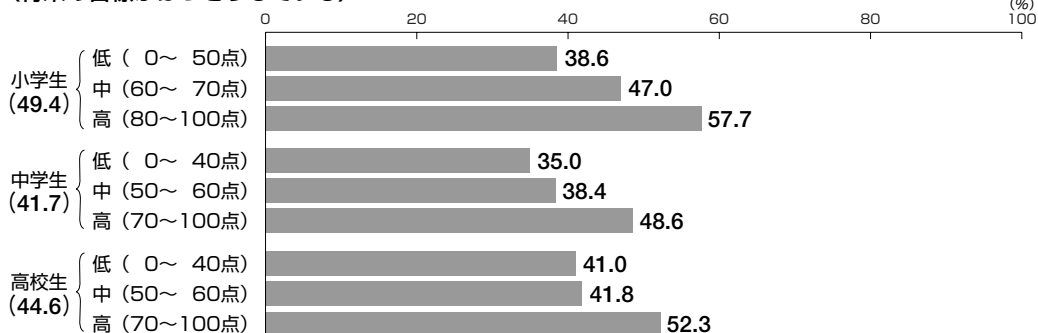
それでは、日本の社会についてはどのような展望を持っているのだろうか。「あなたは、これからの日本の社会が、良くなると思いますか、悪くなると思いますか」という設問に対する回答が、図1-6に示されている。

「とても良くなる」と「まあ良くなる」を合わせた割合は、低群よりも中群が高く、中群よりも高群のほうが高かった。時間の使い方の自己評価が高くなるほど、日本の社会がこれから先良くなると思っていることがわかった。

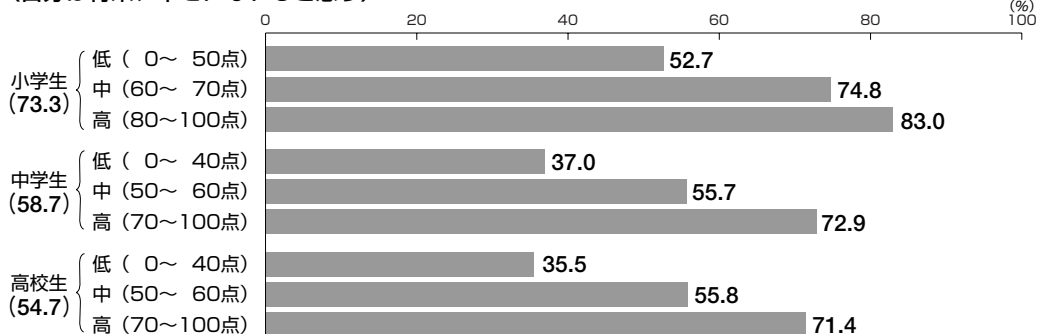
これらのことから、時間のやりくりが上手な子どもは自分自身の将来に明るい展望を持っていると同時に、日本の社会の未来についても、より明るい展望を抱いているといえるだろう。

図1-5 自分の将来について（学校段階別・時間の使い方の自己評価別）

〈将来の目標がはっきりしている〉



〈自分は将来、幸せになれると思う〉

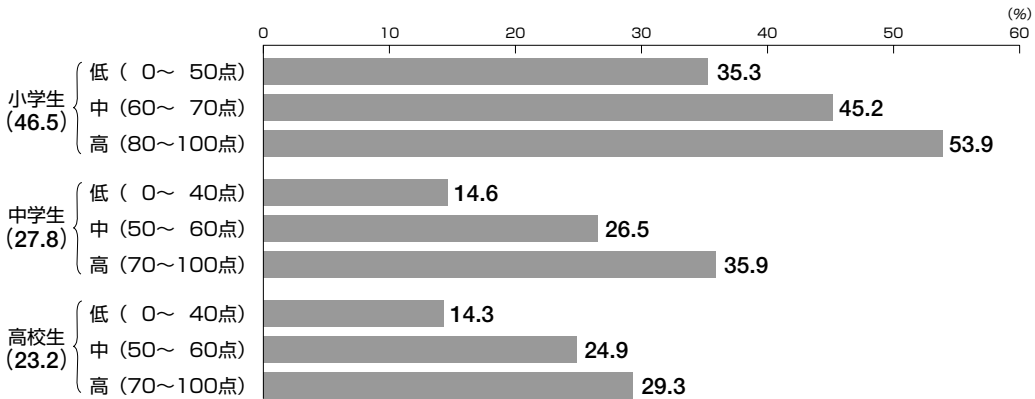


注1) 「とてもあてはまる」＋「わりとあてはまる」の％。

注2) () 内は全体の％。

注3) 時間の使い方の自己評価は、学校段階ごとに、時間の使い方の点数の平均値と得点分布により、「低」群・「中」群・「高」群に分類した。

図1-6 これからの日本社会について（学校段階別・時間の使い方の自己評価別）



注1) 「とても良くなる」+「まあ良くなる」の%。

注2) ()内は全体の%。

注3) 時間の使い方の自己評価は、学校段階ごとに、時間の使い方の点数の平均値と得点分布により、「低」群・「中」群・「高」群に分類した。

7. まとめ

以上、日ごろの時間の使い方の自己評価に基づいて、時間の使い方が上手な子どもと下手な子どもの生活スタイルや行動、意識における差異を検討してきた。得られた結果からは、両者の間に一貫して異なる傾向を認めることができた。それは、次のようにまとめることができる。

時間の使い方が上手な子どもは、早寝をして睡眠時間を十分にとり、規則正しい生活を送っていた。計画的に勉強したり、約束の時間を守ったりという時間の計画性や管理もしっかりしており、夏休みの宿題のやり方も「最初にまとめてやった」「少しずつ計画的にやった」という子どもが多かった。家で学校の宿題以外の勉強をする時間も多かった。家族との間で、「家に帰る時間」「テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ時間」についてのルールを決めて守っている割合も多く、「時間を大切にするように」と親から注意されることは少なかった。ぼーっとして過ごす時間は少なく、日常生活のなかで自分自身で区切りをつけながら活動しているようすがうかがわれた。「疲れやすい」「自分に自信が持てない」といった心身の疲労感は弱く、自分の将来や

日本の社会の将来について肯定的な展望を持っていた。

それに対して、時間の使い方が下手な子どもは、就寝時刻が遅い傾向にあり、睡眠時間が短かった。テレビ・DVDを見たり、テレビゲーム・携帯ゲーム機で遊んだり、何もしないでぼーっとして過ごす時間が長かった。規則正しい生活を送ったり、計画的に勉強することが苦手だった。家で学校の宿題以外の勉強をする時間も少なく、夏休みの宿題は「最後にまとめてやった」「気が向いたときにやった」という子どもが多かった。家族との間で、「家に帰る時間」「テレビゲームや携帯ゲーム機で遊ぶ時間」についてのルールを決めても守らない割合が多く、小学生では時間を守らないことで注意されることが多かった。「疲れやすい」「自分に自信が持てない」といった心身の疲労感が強く、自分の将来や日本の社会の将来について明るい展望を持ちにくかった。

このように、時間の使い方の上手・下手の背後には、子どもたちの生活スタイルや行動の特徴的な差異が存在しており、そうした点に留意したサポートを重要な教育的課題として位置づけることが求められているといえるだろう。