

# 博士論文

## 日本の子どもにおける余暇の実態と その充実に向けた方策に関する研究

2020年12月

日本体育大学大学院  
体育科学研究科 体育科学専攻  
18PDA10 石濱 加奈子

研究指導教員  
野井 真吾 教授

博士論文

日本の子どもにおける余暇の実態と

その充実に向けた方策に関する研究

The actual situation and measures for enhancement during free  
time for Japanese children

2020年12月

日本体育大学大学院

体育科学研究科 体育科学専攻

18PDA10 石濱 加奈子

Kanako Ishihama

研究指導教員

野井 真吾 教授

## 目次

序章	1
0.1 問題意識	／2
0.2 本研究の目的	／5
0.3 本研究における課題と構成	／6
0.4 本研究で使用する「余暇」の定義	／7
0.5 先行研究	／8
0.5.1 PubMed を用いた先行研究の検討	／8
0.5.2 CiNii を用いた先行研究の検討	／9
0.5.3 その他の先行研究の検討	／10
0.6 倫理的配慮	／12
<b>第1章【研究課題1】既定生活行動と余暇活動が不定愁訴と自己イメージに及ぼす影響</b>	<b>13</b>
1.0 要約	／14
1.1 目的	／15
1.2 方法	／16
1.2.1 対象および期間	／16
1.2.2 調査方法	／16
1.2.3 仮説モデル	／17
1.2.4 分析方法	／17
1.3 結果	／19
1.4 考察	／20
1.5 結論	／24
付記	／25
<b>第2章【研究課題2】生活行動と余暇に「やりたいこと」との関連</b>	<b>26</b>
2.0 要約	／27
2.1 目的	／28
2.2 方法	／29
2.2.1 対象	／29
2.2.2 生活行動時間と余暇活動に関する調査	／29

2.2.3 検討事項	／29
2.3 結果	／31
2.3.1 生活行動時間の実態	／31
2.3.2 「もっともやりたいこと」の実態	／31
2.3.3 生活行動時間と「もっともやりたいこと」との関連	／31
2.4 考察	／33
2.5 結論	／37

付記 /38

### 第3章【研究課題3】遊びの認知, 経験, 欲求の実態と欲求の生起要因の検討

	.....	39
3.0 要約	／40	
3.1 目的	／41	
3.2 方法	／42	
3.2.1 対象	／42	
3.2.2 調査方法	／42	
3.2.3 分析方法	／43	
3.3 結果	／44	
3.4 考察	／46	
3.5 結論	／49	

注記 /50

付記 /51

### 結章.....52

4.1 本研究の結論	／53
4.1.1 【研究課題1】の概要	／53
4.1.2 【研究課題2】の概要	／53
4.1.3 【研究課題3】の概要	／54
4.2 本研究の限界と課題	／56

謝辞 /57

文献 /58

図表一覧 /63

図表 /64

# 序 章

## 0.1 問題意識

我が国では、子どもが忙しいといわれるようになって久しい。小学5・6年生を対象にした調査では、「とても忙しい」、「割と忙しい」と答えた者が51.2%、「好きなことをする時間がもっとほしい」、「割とほしい」と答えた者が80.5%であり（ベネッセ教育総合研究所，2015），別の調査では、「自由な時間がもっと欲しい」と答える日本の子どもたちの様子も報告されている（森田ほか，1999）。また，小学2・4・6年生を対象にしたアンケート調査では，1999年に3.24時間であった平日の放課後遊び時間が2010年に2.07時間と短縮し，「遊ばない」と回答した子どもは1999年の0.3%から2010年の13.4%に増加していること，さらに，「遊ばない」子どもは，塾や習い事に多く通っていることも報告されている（栗原，2018）。また，小学4～6年生の通塾率は49.1%であるという報告（ベネッセ教育総合研究所，2017）もみられる。このような中，日本の首都40km圏内の小学4～6年生480名を対象に「もっと増やしたい時間」を尋ねた調査では，その第1位が「睡眠時間（61.5%）」，第2位が「友だちと過ごす時間（60.4%）」，第3位が「ゲームをする時間（44.2%）」であり，その後は「家族と過ごす時間（42.1%）」，「テレビを見る時間（41.5%）」，「ぼんやり過ごす時間（32.7%）」と続く（博報堂生活総合研究所，2017）。

いうまでもなく，このような現状が子どもの心身に影響を及ぼすことは容易に想像できる。例えば，片岡（2019）やBento and Dias（2017）は，遊びが子ども自身の主体性および他者と関わる力，自尊心，好奇心を育む手段となることを，渡辺（2016）は，わくわく遊べる時間，場所，仲間が不十分で子どもらしい遊びと甘えが乏しいと自己肯定感が育まれにくいことを報告している。また，志村ほか（2008）は，からだを使った屋外での遊び経験と運動機能，前頭葉機能との間に正の相関関係があることを，鹿野ほか（2015）は，朝の運動遊びが良好な高次神経活動に関連することを，吉永ほか（2009）は，小学生のまちでの遊びが規則的な就寝時間やからだを動かす遊び時間，社会性の良好な発達と関連することを報告している。加えて，小学4～6年生を対象に調査した林・廣瀬（2005）は，放課後に身体活動や勉強をすると回答した者の自尊感情が高いこと，何もしないでごろごろすると回答した者の自尊感情が低いことを報告している。このような報告は自由時間が少ないことだけでなく，自由時間に行う内容も含めて見直す必要性を示唆している。

一方，子どもの権利条約第31条（United Nations，1989）では，「子どもが休息および余暇を持つ権利，その年齢にふさわしい遊びおよびレクリエーション的活動を行う権利，な

らびに文化的な生活および芸術に自由に参加する権利を認める」とされている。さらに、この31条を構成する諸権利の理解を促進するために示された General Comment No.17 (United Nations, 2013) では、「遊びやレクリエーションは子どもたちの健康と幸福にとって極めて重要であり、創造性、想像力、自信、手際の良さ、および身体的・社会的・認知的・感情的な強さや技能を促進する」ことが強調されている。ところが、前述したように、日本の子どもの多忙さを示すデータは多い。そのため、国連・子どもの権利委員会から日本政府に示された「日本政府第3回報告審査最終所見：日本」(CRC/C/JPN/CO/3) (United Nations, 2010) では、「76. 本委員会は、子どもの休息、余暇および文化的活動に関する権利について締約国政府の注意を喚起する」との懸念が示され、さらに、2019年3月に公表された「日本政府第4・5回統合報告書に関する最終所見」(CRC/C/JPN/CO/4-5) (United Nations, 2019) においても、「41. 十分かつ持続的な資源を伴った遊びと余暇に関する政策を策定、実施すること、および、余暇と自由な遊びに十分な時間を割り振ることを含め、休息と余暇に関する子どもの権利、および、子どもの年齢にふさわしい遊びとレクリエーション活動を行う子どもの権利を確保するための努力を強化すること」や「20-a. 社会の競争的な性格により子ども時代と発達が悪化することなく、子どもがその子ども時代を享受すること」と勧告されている。これらの動向は、日本の子どもたちの余暇が極めて深刻な状況にあることを如実に物語っている。

さらに、前述の General Comment No.17 (United Nations, 2013) では、「余暇は、遊びやレクリエーションが行われる時間を意味する。余暇は、自由で束縛のない時間として定義され、公式の教育、仕事、家庭内の責任、生活を維持する他の役割の実行、個人の外部から指示される活動への従事を含まない。いいかえれば、余暇は、主として、子どもが思うように使用できる自由裁量の時間である」と定義されている。すなわち、余暇は「遊びやレクリエーション等への従事」や「何もしないことへの従事」といった自由裁量の時間と解することができる。子どもが望むのであればぼんやりする時間も余暇と解釈することができる。この点については、「子どもがしたいことを認識し、実現可能な場所を提供することは、子どもの自立した行動を刺激する」(Bjorgen, 2015) と指摘されているばかりか、古くから「遊びは自由な活動である」とも定義されている(カイヨワ, 1990; ホイジンガ, 2018; グレイ, 2018)。したがって、子どもが余暇時間に従事した活動が子ども自身の意思の下に行われているのか、本当にやりたい活動であるのか、つまり主体的な活動であるのか否かということは、子どもの余暇を考える上で必要不可欠な検討事項であるといえる。

以上のように、心配されている日本の子どもの余暇を確保するためには、余暇を自由裁量の時間と広く捉えた上で、その必要性を明らかにするとともに、子どもの心身の充実に寄与する余暇の実態やそれらの生起要因を検討することが重要である。

ここに、本研究の問題意識がある。

## 0.2 本研究の目的

上述のような問題意識の下，本研究では最初に日本の小学生における余暇の実態を把握し，心身の状態との関連を検討し，余暇活動の生起要因を明らかにした．それらの結果を踏まえた上で，余暇の充実に向けた方策を提案することを目的とした．

### 0.3 本研究における課題と構成

以上の目的を達成するために、本研究では以下の3つの研究課題を設定した。

研究課題1は、小学生の余暇の実態を明らかにした上で、余暇活動が心身に及ぼす影響を検討することであり、これを第1章とした。ここでは、質問紙調査票を用いて、学校以外の生活行動時間、不定愁訴、自尊心や将来への希望などの自己イメージに関するデータを収集し、既定されている生活行動（既定生活行動）とそれ以外の自由裁量と思われる活動（余暇活動）が不定愁訴と自己イメージに及ぼす影響を検討した。

研究課題2は、実際の生活行動と子どもが望む余暇活動との関連を検討することであり、これを第2章とした。ここでは、質問紙調査票を用いて、余暇にやりたいこと、各生活行動時間に関するデータを収集した上で、子どもが望む余暇活動と実際の生活行動との関連を検討した。

研究課題3は、余暇活動の生起要因を検討することであり、これを第3章とした。ここでは、子どもとその保護者に対し、質問紙調査票を用いて子どもには各遊びに対する認知、経験、欲求、保護者には遊び経験に関するデータを収集し、主体的な余暇を生起する要因を検討した。

以上3つの検討課題により得られた成果を踏まえて、結章では本研究の結論を導出した。

なお、本文中で使用した文献は、まとめて巻末に掲載した。

#### 0.4 本研究で使用する「余暇」の定義

子どもの権利委員会が示す子どもの権利条約の General Comment No.17 (United Nations, 2013) では、「余暇は、遊びやレクリエーションが行われる時間を意味する。余暇は、自由で束縛のない時間として定義され、公式の教育、仕事、家庭内の責任、生活を維持する他の役割の実行、個人の外部から支持される活動への従事を含まない。いいかえれば、余暇は、主として、子どもが思うように使用できる自由裁量の時間である」と定義されている。また、総務省統計局 (2016) によると、生活行動は一次行動 (食事や睡眠)、二次行動 (学業など)、三次行動 (余暇活動) に区分されている。このうち、一次行動と二次行動はやらなければいけないこと、つまり既定された活動、三次行動は自由に裁量できる活動と解釈することができる。

以上のことより本研究では、学校、宿題、睡眠、食事、学習塾、習い事のような生活の中でしなければいけないことを除く自由裁量の時間を「余暇」と定義した。

## 0.5 先行研究

各研究課題の検討に先立って、子どもの余暇に関連する国内外の先行研究を概観した。

### 0.5.1 PubMed を用いた先行研究の検討

本研究に関連する諸外国における先行研究をアメリカ国立医学図書館の国立生物工学情報センターが提供する学術文献検索サービス PubMed を利用し、図 0-1 に示す手順で絞り込みを行った。はじめに、“free time” OR “personal time” OR “private time” AND “health” OR “growth” OR “development” OR “physical” OR “mental” をキーワードに検索すると 819 編の論文が抽出され、Filter 機能 (journal article, human, child(6-12years)) を利用すると 117 編に絞り込まれた。さらに、タイトル、要旨、本文の内容から、総説論文や短報、疾病を有する者や障がい児を対象としている、学校在校時間内の休み時間を対象としている、子どもの余暇に言及していない 108 編を除外すると 9 編が抽出された。

抽出された 9 編のうち 5 編は、余暇時間の身体活動に着目している論文であった。Heitzler et al. (2006) は、安全を感じることや活動的になれる場所の確保、親が子どもと一緒に活動することが身体活動量を増加させることを、Janssen and Rosu (2015) は、余暇時間の身体活動は近隣の緑化された環境で増えることを、Merkiel et al. (2011) は、未就学児における余暇時間の身体活動量に男女差はないものの、好む活動が大きく異なることを、Atlantis et al. (2008) は、メディアによって身体活動をアピールする画像を見せた群と見せなかった群とでは、余暇時間の身体活動と座位活動に差がなかったことを、Wilkie et al. (2018) は、放課後の外遊びの量は家庭での電子機器を使用する環境や近隣の防犯上の環境に影響することを報告している。

残り 4 編のうち 3 編は、スクリーンタイムと身体活動との関連に言及した論文であった。Castro-Sanchez et al. (2018) は、ビデオゲームの使用は身体活動を低下させること、ならびに、パフォーマンス向上を目的としたスポーツ活動がビデオゲームの使用状態を悪化させることを、Sandercock et al. (2012) は、スクリーンタイムが 2 時間以上になると学校内の休み時間や体育の授業時間、学校外の余暇における身体活動量が少なくなることを、Vandewater et al. (2006) は、テレビの視聴時間と親やきょうだいとの対話、宿題や独創的な遊びの時間との間に負の関連があることを報告している。

以上のように、子どもの余暇に関する諸外国の研究では、身体活動やスクリーンタイムに関する検討が殆どであるのに対して、残りの 1 編は子どもの多忙感やストレスと生活行動との関連にまで言及しており、注目に値する。Brown et al. (2011) は、9~13 歳の 882 名（男児 53%）を対象に、学校外での活動や生活行動に関する 8 項目のアンケート調査を行い、学校外での活動（スポーツや習い事、家庭教師など）は 1 つ（25%）がもっとも多く、次いで 4 つ以上（24%）であり、学校のある日のスクリーンタイムは 3 時間以上（42%）が、宿題に要する時間は 1 時間未満（59%）が最頻度である様子を報告している。また、自由時間をもっと多く欲しいと回答した者が 61%、ストレスについては「たまに感じる」と回答した者が 26%、「いつも感じる」と回答した者が 24%であり、より多くの自由時間が欲しいと回答した者はスクリーンタイムが 3 時間以上の者が多いこと、ストレスを「いつも感じる」、「多くの時間で感じる」と回答した者は宿題に要する時間とスクリーンタイムが長いことを報告している。このような結果は、子どものストレスの一因に多忙さが関連していることを示しており、学習塾や習い事で多忙な日本の子どものストレスを心配させる。

#### 0.5.2 CiNii を用いた先行研究の検討

本研究に関連する日本における先行研究を国立情報学研究所が提供する学術情報ナビゲータ CiNii を利用し、図 0-2 に示す手順で、絞り込みを行った。はじめに、「子ども」OR「小学生」OR「子供」OR「児童」AND「余暇」OR「自由時間」OR「放課後」AND「健康」OR「育ち」OR「からだ」OR「心」をキーワードに検索すると 408 編の先行研究が抽出された。このうち、学術論文でない、病児や障がい児を対象としている、学童保育施設や学校内の休み時間を対象としている、子どもの余暇に言及していない 402 編を除外すると 6 編の論文が抽出された。

抽出された 6 編のうち 3 編は、学校からの帰宅後、つまり放課後の居場所に関する論文であった。斎尾・長谷 (2007) は、小学校低学年における放課後の居場所の計画課題を検討した結果、地域特性と地域人材を最大限に活用した空間の確保が重要であること、学校敷地内の居場所は活動範囲を制限する結果となっていることを報告した。安恒 (2005) は、放課後の遊び場として学校内施設を利用することにより校庭で遊ぶ子どもが増えたほか、遊び場を利用する子どもたちの 4 割で外遊びが増えてゲーム遊びが減ったことを報告している。さらに、放課後に学校内で子どもが過ごす活動では安全や安心が確保される一方で、子ども

にとっては一定の自由が奪われることや、大人に対しては遊びの必要性などに関する教育が必要であることを指摘する報告もあった（陣内・上田，2011）。

その他、石井ほか（2012）は、小学生の子どもをもつ保護者を対象に学校外での身体活動を調査した結果、近隣の安全性が高く魅力的な景観であると認知している者では身体活動時間と通学中歩行時間が長いことを報告している。また千賀（2020）は、アメリカ・シカゴにおける貧困・健康問題を抱えた子どもたちが生活するハル・ハウスで余暇活動の拡大要因について検討し、子どもが自ら運営に関わったり、対外試合への出場等がその拡大要因に挙げられることを報告している。さらに大嶽ほか（2014）は、小学4年生～中学3年生 5,185名を対象に、抑うつ尺度、身体的攻撃尺度とともに自由行動8項目（外で遊ぶ、友だちとゲームで遊ぶ、1人でゲームで遊ぶ、テレビやDVDを見る、携帯電話を使う、パソコンを使う、音楽を聴く、マンガや雑誌を読む）に従事した時間を尋ね、それらの関連を検討している。その結果、男女ともに自由行動はテレビやDVDを見ることへの従事時間が長い傾向にあり、男子の方が女子に比して1つの活動に長時間従事する傾向を報告している。また、抑うつ得点は外で遊ぶ時間が長いほど低く、パソコンを使う時間が一定時間以上長い者で高いこと、攻撃性得点は1人でのゲーム時間が一定時間以上長い者で高い傾向を報告している。このような結果は、余暇に行う活動内容とその時間が、子どもの精神的健康に影響する可能性を示唆している。

### 0.5.3 その他の先行研究の検討

以上の先行研究の他、本研究に関連する多忙や余暇活動に関する報告も概観しておきたい。小学4年生～中学3年生を対象に、子どもの多忙感を検討した根本ほか（2019）は、睡眠時間の推奨値を満たしている者はそれを満たしていない者に比して2時間未満のスクリーンタイムの者が多かった。さらに、睡眠の質（「日頃よく眠れますか」という問いから分類）が良い者はそれが悪い者に比して身体活動が多だけでなく、多忙感が低い様子も示されている。また飯島ほか（1999）は、小学5年生 1,314名を対象に、塾通いの頻度と生活時間と心身の自覚症状との関連を検討した結果、塾に通う回数が多いほど、遊び時間やテレビ視聴時間、睡眠時間が少なくなり、眠気、疲労、イライラ、腹痛といった症状を多く訴える割合が高くなることを報告している。加えて、前述の問題意識（p.2）にて述べた林・廣瀬（2005）は、小学4～6年生 900名を対象に放課後の生活とセルフエスティームとの関

連を検討した結果、同学年もしくは異学年と遊ぶ、外で身体を動かす、勉強・宿題・読書をする、家族や友人と会話をする、スポーツ少年団・クラブに行くとは回答した者の方が、それを行わない者に比してセルフエスティームが高く、マンガを読む、何もせずにごろごろする、お店・書店で過ごす、ゲームセンターに行くとは回答した者の方が、それを行わない者に比してセルフエスティームが低いことを報告している。これらの報告は、余暇の過ごし方やそれに伴う多忙感が、子どもの心身に影響することを示唆している。

以上のように、子どもの余暇に関する先行研究では、身体活動やスクリーンタイムといった活動内容や居場所の実態等に関する検討が殆どであった。また、余暇と睡眠状況や精神的健康との関連を検討した報告、あるいは子どもの多忙感を検討した報告も一部見受けられた。しかしながら、これらの先行研究では、そこで扱う「余暇」が自由裁量であったのか否かについては言及されていない。そのため、「余暇」を自由裁量の時間と広く捉えた上で、その必要性を明らかにするとともに、子どもの心身の充実に寄与する余暇の実態やそれらの生起要因を検討することは、未だ手つかずの研究課題であるといえる。

## 0.6 倫理的配慮

本研究は、日本体育大学におけるヒトを対象とした実験等に関する倫理審査委員会の承認（承認番号：第 018-H024）と洗足こども短期大学研究倫理委員会の承認（承認番号：洗短倫 1703）を得るとともに、対象校に対しては、調査の趣旨と内容を文書と口頭で説明した上で、職員会議の承諾を得て実施された。また、対象者とその保護者に対しては、調査の趣旨と内容、参加決定・継続の自由、プライバシーの保護等を文書で説明し、調査協力の意思は調査票の回収をもって確認した。

# 第 1 章

【研究課題 1】 既定生活行動と余暇活動が  
不定愁訴と自己イメージに及ぼす影響

## 1.0 要約

日本の子どもの多忙さやそれが及ぼす心身の健康への悪影響が心配されている。そのため本研究課題では、「既定生活行動」と「余暇活動」が「不定愁訴」、「自己イメージ」に及ぼす影響を検討することを目的とした。対象は、小学3～6年生の男女993名であり、すべての調査は2018年2～3月に実施された。調査では、無記名式調査票を用いて、既定生活行動として、食事・トイレ・お風呂の時間、勉強（宿題を含む）時間、学校の準備時間、塾・習い事への従事、就床時刻、余暇活動として、外遊び時間、屋内遊び時間、家族とおしゃべりした時間、ぼんやり過ごした時間、不定愁訴として、からだがだるい、微熱がある、頭が痛い、胸が苦しい、吐き気がある、お腹が痛い、自己イメージとして、毎日楽しい生活を送っている、自分自身に満足している、自分には長所があると思う、うまくいくかわからないことも意欲的に取り組む、自分の将来は明るい希望がある、40歳になったとき幸せになっている、家族といるとき充実していると思うの回答を求めた。本研究課題では、得られたデータを基に構造方程式モデリングを使用して、「既定生活行動」→「不定愁訴」／「自己イメージ」、「余暇活動」→「不定愁訴」／「自己イメージ」に同時にパスを引いた仮説モデルを検証した。その結果、仮説モデルが採択可能であることが確認された。また、「不定愁訴」、「自己イメージ」に引かれたパスの推定値は、「既定生活行動」よりも「余暇活動」の方が高い様子も示された。

以上のことから、心配されている不定愁訴の軽減や自己イメージの向上には余暇活動の充実が必要であるとの結論に至った。

## 1.1 目的

前述したように、日本においては子どもの余暇を確保すること、子ども時代を保障することが喫緊の課題である。そのため、子どもの余暇が心身の状態に及ぼす影響を明らかにすることで、その必要性を訴えることができると思われる。

そこで本研究課題では、小学3～6年生の学校以外の生活行動の実態を明らかにするとともに、外遊び、屋内遊び、家族とおしゃべり、ぼんやり過ごした時間を余暇活動、学校や生活行動などを既定生活行動と捉えた上で、それらが同時に心身の状態に及ぼす影響を明らかにすることを目的とした。

## 1.2 方法

### 1.2.1 対象および期間

本調査は、機縁法にて協力の得られた1都4県の公立小学校12校（都市部1校，郊外5校，農村部6校）に在籍する小学3～6年生1,304名を対象として，2018年2～3月に実施された．分析には，回答に欠損や極端値がなかった993名（男子：3・4年生167名，5・6年生306名，女子：3・4年生182名，5・6年生338名，有効回答率：76.2%）のデータを用いた．

### 1.2.2 調査方法

本調査では，自己記入による無記名式調査票を用いて，平日の各生活行動時間，平日の就床時刻，心身の状態（不定愁訴，自己イメージ）を尋ねた．

各生活行動時間は，子ども未来財団（2014）の生活時間調査の項目を参考に，登校前と帰宅後の食事，トイレ，勉強（宿題を含む），学校の準備，外遊び，屋内遊び（テレビ，ゲーム，読書，お絵かき等），家族とのおしゃべり，ぼんやり過ごす，帰宅後のお風呂，塾，習い事に従事した時間の記入を求めた．就床時刻は，4件法（9時以前，9時台，10時台，11時以降）にて回答を求めた．心身の状態は，からだと心の状態に区分して，前者は不定愁訴，後者は自己イメージの回答を収集した．このうち，不定愁訴については，鈴木・野井（2007）を参考に，子ども自身が自らの状態を訴えることができる6項目（からだのだるい，微熱がある，頭が痛い，胸が苦しい，吐き気がある，お腹が痛い）を設定し，4件法（まったく当てはまらない，当てはまらない，少し当てはまる，当てはまる）による回答を求めた．一方，自己イメージについては，内閣府（2013）とベネッセ教育総合研究所（2015）を参考に，質問項目を作成した．自己認識や自尊心，現在や将来に対する自身のイメージに関する7項目（毎日楽しい生活を送っている，自分自身に満足している，自分には長所がある，うまくいくかわからないことにも意欲的に取り組む，自分の将来は明るい希望がある，40歳になったとき幸せになっている，家族といるとき充実している）を設定し，5件法（そう思う，どちらかといえばそう思う，どちらともいえない・わからない，どちらかといえばそう思わない，そう思わない）による回答を求めた．なお，調査票は，各調査校宛てに送付し，担任

教諭を通じて配布された。回答後は、担任教諭を通じて回収し、各調査校から返送された。

### 1.2.3 仮説モデル

子どもの活動が心身の状態に及ぼす影響を検討しようとする本研究課題では、「余暇活動」とそれ以外の「既定生活行動」とを区別する必要があると考え、自由に裁量できた活動と考えられる外遊び時間、屋内遊び時間、ぼんやり過ごした時間、家族とおしゃべりした時間の観測変数で構成する潜在変数を「余暇活動」、食事、トイレ、お風呂の時間を合算した生活必須時間、勉強（宿題を含む）、学校の準備を合算した学校関連時間、就床時刻、塾・習い事の観測変数で構成される潜在変数を「既定生活行動」とした。その上で、「既定生活行動」と「余暇活動」がからだの状態と捉えることができる潜在変数「不定愁訴」と心の状態と捉えることができる潜在変数「自己イメージ」に及ぼす影響を仮定し、「既定生活行動」→「不定愁訴」／「自己イメージ」、 「余暇活動」→「不定愁訴」／「自己イメージ」に同時にパスを引いた仮説モデル（図 1-1）を設定した。

### 1.2.4 分析方法

本研究課題では、最初に、対象者の特徴を検討した。この検討では、性別・学年段階別の各生活行動時間の平均値±標準偏差、就床時刻、塾・習い事、各不定愁訴、各自己イメージの回答割合を算出し、対象者の特徴を概観した。

次に、仮説モデルを検討した。この検討では、塾と習い事に通っていない者を 1 点、いずれか一方に通っている者を 2 点、両方とも通っている者を 3 点、就床時刻は「9 時以前」を 1 点、「9 時台」を 2 点、「10 時台」を 3 点、「11 時以降」を 4 点、各不定愁訴は「まったくあてはまらない」1 点から「とてもあてはまる」4 点、各自己イメージは「そう思わない」1 点から「そう思う」5 点とした。その上で、本研究課題における仮説モデル（図 1-1）を構造方程式モデリングにより分析した。構造方程式モデリングは、数値として観測できないデータも含め、観測データの背後にある関係性を分析できる多変量解析であり（豊田, 2019）、本研究課題では生活行動を既定生活行動と余暇活動と捉えた上で、それぞれが不定愁訴と自己イメージに及ぼす影響を同時に検討するため本分析手法を選択した。分析の際、修正指標を参考に、その修正によってパスの推定値の改善を見込むことができるとともに、理論的

に解釈可能と判断できる場合には共分散を仮定した。さらに、以上の分析により仮説モデルの妥当性が確認された場合は、男女別、学年段階別のモデルの妥当性も確認した上で、多母集団同時解析により性差および学年段階差を検討した。この多母集団同時解析では、豊田 (2019) に倣って、性、学年段階が異なってもモデルの構造が同じである（推定値はそれぞれ異なってもよい）と仮定する配置不変モデルと各潜在変数間の推定値が同じである（因子パターンが等しい）と仮定する等値制約モデルの適合度指標を比較した。なお、これらの一連の構造方程式モデリングの検討におけるパラメーター推定には最尤法を使用し、仮説モデルの検討にはモデルの適合度指標である GFI (Goodness of fit index), AGFI (Adjust GFI), CFI (Comparative FI), RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation) の 4 指標を用いた。その際、GFI, AGFI, CFI の指標は 0.9 以上、RMSEA は 0.05 以下でモデルの適合が良いと判断する（豊田, 2019）とともに、相対的なモデルの評価には AIC (Akaike Information Criterion) を確認した。

なお、これらの統計解析における統計学的有意差については、いずれも危険率 5%未満の水準で判定した。

### 1.3 結果

表 1-1 には、性別・学年段階別にみた各生活行動時間の平均値および標準偏差、就床時刻、塾・習い事の回答割合、表 1-2 には不定愁訴の各設問に対する回答割合、表 1-3 には自己イメージの各設問に対する回答割合をそれぞれ示した。これらの表が示すように、各生活行動時間はぼんやり過ごした時間を除く時間で男子よりも女子の方が長い様子、就床時刻は男女ともに学年段階が上がるとともに遅くなり、5・6年生女子では午後 11 時以降に就床する割合が 13.6%に至る様子、塾・習い事に従事している者は男女とも半数を超える様子がそれぞれ確認された。また、不定愁訴は男女とも学年段階が上がるにつれて「当てはまる」、「とても当てはまる」との回答割合が高値を示す様子、自己イメージは女子において 3・4年生に比して 5・6年生で「そう思う」の回答割合が低値を示す様子が確認された。

次に、構造方程式モデリングにより本研究課題の仮説モデルを検討した。結果は図 1-2 の通りである。この図が示すように、モデルの適合度指標は  $GFI=0.959$ ,  $AGFI=0.946$ ,  $CFI=0.928$ ,  $RMSEA=0.039$  となり、良好なモデルが採択された。また、各潜在変数間の推定値は、「既定生活行動」→「自己イメージ」を除く「既定生活行動」→「不定愁訴」、「余暇活動」→「不定愁訴」、「余暇活動」→「自己イメージ」で有意であった。

続いて、このモデルの性差を多母集団同時解析により検討した。その結果、男子の適合度指標は  $GFI=0.943$ ,  $AGFI=0.925$ ,  $CFI=0.924$ ,  $RMSEA=0.038$ , 女子の適合度指標は  $GFI=0.935$ ,  $AGFI=0.916$ ,  $CFI=0.908$ ,  $RMSEA=0.047$  であり、両モデルの適合度はともに良好であった。同様に、学年段階差の多母集団同時解析も実施したところ、3・4年生の適合度指標は  $GFI=0.935$ ,  $AGFI=0.916$ ,  $CFI=0.908$ ,  $RMSEA=0.047$ , 5・6年生の適合度指標は  $GFI=0.947$ ,  $AGFI=0.932$ ,  $CFI=0.923$ ,  $RMSEA=0.041$  であり、学年別のモデルもともに良好であった。以上の結果を踏まえて、本研究課題では配置不変モデルと等値制約モデルを構築し、それらの適合についても検討した。その結果、性、学年段階の配置不変性が確認されるとともに、各潜在変数間の推定値が同じであり、各推定値には有意な差がないことも確認された。表 1-4 に示す通り、等値制約モデルは配置不変性のモデルに比して、AIC が若干ではあるもののより良好であるため、最終的には等値制約モデルを採択するのが妥当であると判断された。

#### 1.4 考察

『平成 28～29 年度児童生徒の健康状態サーベイランス事業報告書』（日本学校保健会，2018）によると，小学 3・4 年生の就床時刻は男子 21:33，女子 21:35，小学 5・6 年生のそれは男子 21:54，女子 22:03 である．対して，本研究課題の対象者は「9 時台」の回答割合が小学 3・4 年生の男子で 51.5%，女子で 56.6%であり，「9 時台」，「10 時台」のそれぞれの回答割合が小学 5・6 年生の男子で 39.9%，45.1%，女子で 33.4%，49.4%であった（表 1-1）．同様に，こども未来財団（2014）が実施した「子どもの生活時間に関する調査研究」によると，「学校以外の学習時間」は小学 3・4 年生で 64 分間，小学 5・6 年生で 67.5 分間であり，余暇と考えられる「遊び時間」，「電子ゲーム時間」，「電話・携帯，メール時間」，「TV，PC など時間」の平均時間（小学 3・4 年生は「電話・携帯，メール時間」除く）を合算すると小学 3・4 年生で 171.5 分間，小学 5・6 年生で 216.5 分間である．対して，本研究課題の対象者における「学校関連時間（勉強時間，学校の準備時間）」は小学 3・4 年生で 57.4 分間，小学 5・6 年生で 65.6 分間であり，余暇と考えられる「外遊び時間」，「屋内遊び時間」「家族とおしゃべりした時間」「ぼんやり過ごした時間」の平均時間を合算すると小学 3・4 年生で 193.6 分間，小学 5・6 年生で 213.4 分間であった．質問項目の違いはあるものの，就床時刻，学校関連時間，余暇と考えられる時間は，先行研究とほぼ同等であった．さらに，不定愁訴も先行研究（岩永ほか，2013）同様，学年進行に伴って有訴率が増加する様子が，自己イメージも先行研究（兄井ほか，2013）同様，女子では小学 3・4 年生よりも小学 5・6 年生の方が低い様子がそれぞれ示された．以上のことから，本研究課題の対象者は一般的な生活行動時間，不定愁訴，自己イメージを有する対象者であるといえよう．

このような子どもたちを対象に得られた回答を基に，「既定生活行動」→「不定愁訴」／「自己イメージ」，「余暇活動」→「不定愁訴」／「自己イメージ」に同時にパスを引いた仮説モデルを作成し，構造方程式モデリングを用いて解析した．その結果，良好なモデルが採択され（GFI=0.959，AGFI=0.946，CFI=0.928，RMSEA=0.039），「既定生活行動」→「自己イメージ」の推定値を除くパスで有意な推定値が算出された（図 1-2）．また，性差，学年段階差を検討した多母集団同時解析においては，いずれの場合も等値制約モデルが採択された．このような事実は，性，学年段階に関係なく，本研究課題における仮説モデルが同じモデルの配置で説明できるとともに，潜在変数間の推定値にも性差や学年段階差がないことを示唆している．前述したように，各生活行動と心身との関連を示した先行研究は数多く

存在する。しかしながら、生活行動の内容に着目してそれらを「既定生活行動」と「余暇活動」とに区分し、「既定生活行動」→「不定愁訴」／「自己イメージ」, 「余暇活動」→「不定愁訴」, 「自己イメージ」の関連を多変量解析により明らかにできた本研究課題の意義は小さくないと考える。

その上で、採択されたモデルの各潜在変数間の推定値を確認してみると、「既定生活行動」→「不定愁訴」への推定値は 0.24 であるのに対して、「余暇活動」→「不定愁訴」への推定値は 0.42 を示した。小学生と中学生を対象に朝食と不定愁訴との関連を検討した林ほか（2008）は、朝食を毎日必ず食べる者は欠食する者に比して不定愁訴の有訴率が低いことを、小学 5 年生を対象に塾通いが自覚症状に及ぼす影響を検討した飯島ほか（1999）は、通っている子どもの方が塾に通っていない子どもに比して眠い、目が疲れる、横になって休みたいといった自覚症状得点が高いことを報告している。これらの先行研究は、不定愁訴や自己イメージに及ぼす生活行動の内、既定生活行動との関連を示唆する報告といえる。対して、本研究課題の結果が既定生活行動に比して余暇活動の方が不定愁訴や自己イメージに及ぼす影響が大きいことを示したことを踏まえると、それらの指摘は不十分であることを示唆している。また、本研究課題でからだの状態の指標として用いた「不定愁訴」は、病気や障がいではないが、さりとて健康ともいえないため「からだのおかしさ」と称されている問題事象（正木, 2000 ; 野井, 2016）ともつながる。子どもの「からだのおかしさ」に関する実感を調査した野井ほか（2016）は、日本の子どもが被虐待児の身体症状と同様の様相を呈しており、その一因に多忙や競争化の中に置かれている現状があることを指摘している。本研究課題の結果を踏まえても、競争社会に淘汰されている子どもたちが休息ともなる余暇活動を確保できていないとすれば、不定愁訴を訴えるようになっても不思議ではない。

他方、「自己イメージ」へのパスも、「既定生活行動」からの推定値は有意ではなかったのに対して、「余暇活動」からの推定値は-0.88 を示した。OECD 加盟国 25 カ国と非加盟国 8 カ国を対象に行われた「先進国における子どもの幸せ」の調査では、「自分を孤独だ」と感じている 15 歳児の割合が日本の子どもで突出して高い様子が示され、世界中を驚愕させた（Unicef Innocenti Research Centre, 2007）。このような事態の解決に従来指摘されてきた学校や地域での連携活動や様々な体験（岩永ほか, 2013）等の取り組みに加えて、本研究課題では余暇活動が自己イメージに及ぼす影響が大きいことを示しており、余暇活動の充実が鍵になることを示唆しているものと考えられる。さらに、「余暇活動」を構成する観測変数

の推定値をみてみると、外遊びと家族とのおしゃべりは負の推定値を、屋内遊びとぼんやり過ごすことは正の推定値を示している。このことから、外遊びや家族とのおしゃべりは「自己イメージ」を高めることができる「余暇活動」にプラスに作用し、屋内遊びとぼんやり過ごすことはマイナスに作用する事象と解することができる。林・廣瀬（2005）は、小学4～6年生を対象に放課後の各活動と自尊感情との関連を検討し、外で身体を動かす者はそうでない者に比して自尊感情が高く、何もしないでごろごろする者はそうでない者に比して自尊感情が低いことを報告している。そのため、本研究課題の結果は、林・廣瀬（2005）の報告を支持するものといえる。

前述したように、国連子どもの権利委員会は「日本政府第4・5回統合報告書に関する最終所見」（CRC/C/JPN/CO/4-5）（United Nations, 2019）の paragraph 20-a において子ども時代を享受する必要性を、paragraph 41 において余暇と自由な遊びに十分な時間を確保する必要性を勧告している。これらの勧告の背景には、子どもが子どもらしく過ごす時間、つまり余暇活動の確保が発達に必要であることを言外に示している。その点、「既定生活行動」よりも「余暇活動」が「不定愁訴」や「自己イメージ」に強く影響することを示した本研究課題の結果は、これらの勧告を裏付けるエビデンスになり得るとも考えられ、その点でも意義深い結果であるといえよう。

以上のように、生活行動を「既定生活行動」と「余暇活動」とに区分した上で、従来指摘されてきた「不定愁訴」、「自己イメージ」との関連を多変量解析により提示することができたことは、本研究課題により得られた重要な知見であると考えられる。しかしながら、以下の3点は本研究課題の限界であり、今後の検討課題である。1点目は、本研究課題で「既定生活行動」と「余暇活動」の観測変数に設定した各活動が子どもの自由裁量に基づくものであったのか否かを把握できていないことである。前述のように、そもそも余暇は「子どもが思うように使用できる自由裁量の時間」（United Nations, 2013）である。そのため、本研究課題で「既定生活行動」の観測変数とした活動に自由裁量に基づく活動があった可能性、逆に、「余暇活動」の観測変数とした活動に自由裁量に基づかない活動があった可能性は否定できない。このことは、「余暇活動」を構成する観測変数の推定値が軒並み低かったことにも影響したのかもしれない。また2点目は、本研究課題で分析材料に使用したすべてのデータが質問紙により得られたものということである。Sirard and Pate（2001）は、主観的調査による身体活動の評価と実際の身体活動との相関が低いことを報告している。また、鈴木・野井（2015）は、子どもの睡眠状況を質問紙調査と非接触型睡眠計測機器で測定し、両値の差

が少なくないことを報告している。さらに 3 点目は、子ども自身がどのような余暇を求めているのか、充実した余暇とはどのようなものなのか等、子どもが享受すべき余暇の具体を明らかにできていないことである。今後は、子どもが求める余暇活動や実際の余暇活動の内容の差異がからだと心の状態に及ぼす影響を検討することが課題であることも提起しておきたい。

## 1.5 結論

本研究課題では、小学 3～6 年生の男女 993 名を対象に、「既定生活行動」と「余暇活動」が「不定愁訴」、「自己イメージ」に及ぼす影響を構造方程式モデリングにより検討した。その結果、「余暇活動」→「不定愁訴」／「自己イメージ」、「既定生活行動」→「不定愁訴」／「自己イメージ」に同時にパスを引いた仮説モデルが採択可能であることが確認された。また、「不定愁訴」、「自己イメージ」に引かれたパスの推定値は、「既定生活行動」よりも「余暇活動」の方が高い様子も示された。以上のことから、心配される不定愁訴の軽減や自己イメージの向上には余暇活動の充実が鍵になる可能性が示唆された。

## 付記

本章は、『日本幼少児健康教育学会誌』（第6巻2号，2021年3月発行予定）に受理された論文を加筆，修正したものである。

## 第2章

【研究課題2】生活行動と余暇に「やりたいこと」との関連

## 2.0 要約

本研究課題の目的は、日本における子どもの「生活行動時間」と「余暇にやりたいと思うこと」との関連を明らかにすることとした。対象は、1都4県に所在する12校の公立小学校に通う男女1,230名とした。自己記入による調査票では、性、学年、生活行動時間（学校関連時間、習い事時間、学習塾時間、屋内遊び時間、屋外遊び時間、スポーツや習い事の練習時間）、余暇にもっともやりたいこと（11項目の選択肢から選ぶ）に対する回答を求めた。その結果、余暇に「もっともやりたいこと」に多く選ばれたのは「ゲーム機・携帯電話・スマートフォン・タブレット・パソコンなどを使う」であり、次いで「からだを動かして遊ぶ」であった。さらに、それらの項目を選んだ者とそうでない者との各生活行動時間を多変量による二項ロジスティック回帰分析を用いて比較したところ、電子機器の使用を希望した子どもは電子機器の使用を含む屋内遊びの時間が長く、からだを動かして遊びたい子どもは外遊びの時間が長く、スポーツや習い事の練習をしたい子どもはその練習時間が長いことが明らかとなった。これらは、やりたいことをできているが時間が不足している現状と捉えることができる反面で、遊びを含む活動の経験が少ないためにそれしか選ぶことができない現状とも捉えられる結果であることが考えられた。

## 2.1 目的

第 1 章では、子どもの余暇が不定愁訴と自己イメージに影響を及ぼすことを明らかにした。しかしながら、余暇は自由裁量の時間である（United Nations, 2013）という概念に基づくと、余暇に分類した活動が真に自由裁量である活動であったかということを確認していない点が検討課題として残っている。そのため、自由裁量の表れと思われる「やりたい」との感情に着目した上で、余暇活動を明らかにすることとした。

そこで本研究課題では、日本における小学生の生活行動時間とともに、余暇にやりたいと思うことを調査し、それらの関連を検討することを目的とした。

## 2.2 方法

### 2.2.1 対象

対象は、1都4県（神奈川、千葉、埼玉、静岡）の公立小学校に通う12校に在籍する小学3～6年生のうち、調査協力が得られた男女1,421名であり、分析にはデータに欠損値や極端値があった者を除いた1,230名分のデータ（86.6%）が使用された（表2-1）。

### 2.2.2 生活行動時間と余暇活動に関する調査

本研究課題では、自己記入による無記名式調査票を用いて、対象者の性、学年とともに、生活行動時間および余暇活動を尋ねた。生活行動時間については、勉強時間（学校の宿題や自習など）、学校の準備時間（翌日の用具の準備や当日の片付けなど）、習い事時間、学習塾時間、外遊び時間（活動内容は問わず屋外で自由に過ごした時間）、屋内遊び時間（活動内容は問わず屋内で自由に過ごした時間）、スポーツや習い事の練習時間に従事した時間を尋ねた。各行動が並行して行われることが予想できること、また行動ごとに時間を把握していないであろうことを鑑み、以下のように設問した。このうち、勉強時間と学校の準備時間については、それらを合算して「学校関連時間」とした。余暇活動については、「何をやってもいい時間ができたとき、何をやりたいですか」との問いに対し、よく行くと予測される活動をもとに選択肢を検討した。11項目の選択肢（からだを動かして遊ぶ、スポーツや習い事の練習をする、本を読む、音楽を聴く、屋内で遊ぶ（塗り絵、ブロック、パズル、トランプなど）、テレビ・DVDなどを見る、ゲーム機・携帯電話・スマートフォン・タブレット・PCなどを使う、勉強をする、寝る、何もしない、その他）から、もっともやりたいと思ったことの回答を求めた。

### 2.2.3 検討事項

本研究課題では、以下の3点を検討した。

1点目は、対象者の生活行動時間の実態を把握することである。この検討では、集計したデータから、性別・学年別に学校関連時間、習い事時間、学習塾時間、屋外遊び時間、屋内

遊び時間、スポーツや習い事の練習時間の各平均値、標準偏差、中央値、範囲（最低値—最高値）、尖度、歪度を算出した。

2点目は、「何をやってもいい時間ができたとき、何をやりたいですか」の質問に対する回答（以下：「もっともやりたいこと」とする）の実態を検討することである。ここでは、「もっともやりたいこと」の上位3項目を性別・学年別に観察した。

3点目は、生活行動時間と「もっともやりたいこと」との関連の検討である。この検討では、最初に生活行動時間のデータの分布状況を確認し、正規分布が確認できた学校関連時間、屋内遊び時間は平均値 $\pm 0.5SD$ の範囲で3群に、0分を最頻度に右に裾野が長い分布を示した習い事時間・学習塾時間・スポーツや習い事の練習時間・外遊び時間は0分群と1分以上群の2群に区分した。他方、「もっともやりたいこと」は、上記2点目の検討において、性別・学年別に「もっともやりたいこと」の3項目として確認された全4種類の活動（「ゲーム機・携帯電話・スマートフォン・タブレット・PCなどを使う」、「テレビ・DVDなどを見る」、「からだを動かして遊ぶ」、「スポーツや習い事の練習をする」）のうち、「ゲーム機・携帯電話・スマートフォン・タブレット・PCなどを使う」と「テレビ・DVDなどを見る」を合算して「電子機器の使用」とした。以上のデータ処理を踏まえて、目的変数に「電子機器の使用（0=非選択, 1=選択）」「からだを動かして遊ぶ（0=非選択, 1=選択）」「スポーツや習い事の練習（0=非選択, 1=選択）」のそれぞれを、説明変数に性、学年、各生活行動時間（学校関連時間、外遊び時間、屋内遊び時間、習い事時間、学習塾時間、スポーツや習い事の練習時間）を投入した多変量による二項ロジスティック回帰分析を実施した。

なお、本研究課題における結果の統計的有意差についてはいずれの場合も危険率5%未満の水準で判定した。

## 2.3 結果

### 2.3.1 生活行動時間の実態

表 2-2 には、生活行動時間の回答結果を示した。それによると、学校関連時間は、概ね学年が上がるごとに少しずつ増加していく様子を見ることができた。外遊び時間の平均値は、男子 25.4～37.5 分間、女子 16.3～28.6 分間であり、いずれの学年でも男子の方が長く、男子は 5 年生、女子は 4 年生をピークにその後は減少する傾向にあり、男女ともに 6 年生がもっとも少なかった。屋内遊び時間の平均値は男子 85.5～101.9 分間、女子 59.4～89.5 分間であり、いずれの学年でも男子の方が長く、学年が上がるごとに時間が長くなり、6 年生がもっとも長かった。習い事時間の平均値は、男子 38.6～54.3 分間、女子 29.9～45.8 分間であり、いずれの学年でも男子の方が長いという結果になった。学習塾時間の平均値は、男子 16.9～29.0 分間、女子 14.8～29.9 分間であり、男女ともに 5 年生がもっとも長かった。スポーツや習い事の練習時間の平均値は、男子 13.9～25.6 分間、女子 12.9～19.2 分間であり、いずれの学年も男子の方が長かった。

### 2.3.2 「もっともやりたいこと」の実態

表 2-3 には、「もっともやりたいこと」の上位 3 項目を性別、学年別に示した。この表が示すように、性、学年を問わず、もっとも多かったのは「ゲーム機・携帯電話・スマートフォン・タブレット・PC などを使う」(26.5～61.1%) であった。その後は、男子は 3,4 年生が「からだを動かして遊ぶ」(18.9%, 15.9%), 「テレビ・DVD などを見る」(11.3%, 8.0%), 5,6 年生が「からだを動かして遊ぶ」(19.0%, 23.6%), 「スポーツや習い事の練習をする」(10.4%, 11.1%), 女子は学年を問わず「からだを動かして遊ぶ」(13.0～22.4%), 「テレビ・DVD などを見る」(13.3～19.3%) と続いた。

### 2.3.3 生活行動時間と「もっともやりたいこと」との関連

表 2-4 には、生活行動時間と「電子機器の使用 / からだを動かして遊ぶ / スポーツや習い事の練習」との関連を検討した二項ロジスティック回帰分析の結果を示した。この表が示

すように、「電子機器の使用」と有意な関連が認められた因子は、性 (OR =0.698, 95%CI = 0.550-0.885), 学校関連時間 (mean ± 0.5SD: OR =0.696, 95%CI =0.534-0.907, +0.5SD 以上: OR=0.625, 95%CI=0.440-0.887), 外遊び時間 (OR=0.739, 95%CI=0.580-0.943), 屋内遊び時間 (mean±0.5SD: OR=1.719, 95%CI=1.315-2.247, +0.5SD 以上: OR=1.958, 95%CI=1.393-2.750), 学習塾時間 (OR=1.409, 95%CI=1.072-1.852), スポーツや習い事の練習時間(OR=0.501, 95%CI=0.393-0.639)であった。同様に、「からだを動かして遊ぶ」と有意な関連が認められた因子は、外遊び時間 (OR=2.184, 95%CI=1.586-3.008), 屋内遊び時間 (mean±0.5SD: OR=0.673, 95%CI=0.479-0.945), スポーツや習い事の練習時間 (OR=1.420, 95%CI=1.036-1.946), 「スポーツや習い事の練習」と有意な関連が認められた因子は、性 (OR=0.431, 95%CI=0.266-0.698), スポーツや習い事の練習時間 (OR=11.871, 95%CI=5.805-24.274) であった。

## 2.4 考察

全国の5・6年生(2,407名)を対象に実施された先行研究(ベネッセ教育総合研究所, 2015)と本研究課題の外遊びの実施状況を比較したところ, 外遊びの行為者率は先行研究16.0%, 本研究課題44.8%であり, 行為者による外遊びの平均時間は先行研究69.7分間, 本研究課題55.2分間であった(図2-2). このような差には, 両研究の調査方法の違いが影響しているものと考えられる. 具体的には, 本研究課題では昨日のことについて, 少しの時間でも外遊びを行っていただければその時間を記入するという手法を用いているのに対して, 先行研究はある期間の1日を選んでその日の行動を15分単位で回答するという手法を用いている. しかしながら, 本研究課題の結果から15分未満の者を除いてもその行為者率(行為者時間)は39.0%(64.5分)であり, 先行研究より外遊びを行う者の実施率はやや高いものの, その実施時間は同程度であることが示された. また, 全国の小学1年生~高校3年生(18,961名)を対象に実施された日本学校保健会(2018)の調査によると, 1日の運動時間の平均は, 3・4年生男子(1,339名)約45分間, 5・6年生男子(1,222名)約49分間, 3・4年生女子(1,348名)約29分間, 5・6年生女子(1,148名)約34分間であった. この値は軽度~強度までの運動時間を合算したものである. そのため本研究課題の外遊び時間と習い事やスポーツの練習時間の合計を算出してみると, 3・4年男子は48.9分間, 5・6年男子は53.8分間, 3・4年女子は39.6分間, 5・6年女子は38.7分間であった. したがって, 本研究課題の対象者は, 一般的な外遊び実施状況であるということが示された.

このような遊び状況を有する対象者の「もっともやりたいこと」は, いずれの学年, 男女ともに「ゲーム機・携帯電話・スマートフォン・タブレット・PCなどを使う」がもっとも多く選ばれた(表2-3). 次いで多く選ばれたのは, 「からだを動かして遊ぶ」と「テレビ・DVDなどを見る」であり, 男子5・6年生では「スポーツや習い事の練習をする」も選ばれている. 岡田(2009)は小学4~6年生を対象に調査した「昨日行った遊び」について, 女子では1~6番目までが室内遊びであり, 7番目から外遊びや自転車, 公園遊びなどが見られる. 男子では1~4番目までが室内遊びであり, 5, 6番目にサッカー, 自転車となるが, その次にはミニ四駆や将棋, お絵かきとなる. この状況について, 岡田(2009)は「子どもにとって屋外が遊びにくい環境となったこと, 逆に室内が快適な空間になったことがあげられる」と述べている. 中国では市街地の変容(住宅地の再開発や道路の大幅な拡幅等)によって, 路地のような狭い道路を使った遊び場が減少した結果, 伝統的な遊びや虫取りなど

の小さな自然を対象とした遊びが後退し、公園や広場といった作られた空間でのスポーツ的な遊びが多くなされるようになった（Kamili ほか, 2005）という。また、急速な街の発展が子どもの適切な遊び場へのアクセスを制限してしまったとの報告（Drianda et al., 2015）、アスファルトに覆われた校庭に緑のスペースを加えたところ日々の活動レベルが上がったとの報告（Raney et al., 2019）、芝生などの緑化された環境が身体活動量を増やすとの報告（Dyment et al., 2009）、遊びたい用具や施設がある方が主体的な身体活動が多くなるとの報告（野田ほか, 2019）もある。これらの報告から、子ども自身が屋内での遊びを望んでいる背景には、社会が作り上げた屋外環境がそのような意思を生み出している状況を見ることができると推測される。また、1981年から1997年の間に子どもの自由な遊び時間が25%減少した要因は、構成化された活動が増加したこと、また構成化されていない活動においてもコンピューターやビデオゲームのようにほとんどからだを動かさない活動に従事している時間が長くなったことにあると報告されている（Burdette and Whitaker, 2005）。本研究課題でも、高学年になるにつれて、男子ではスポーツや習い事の活動に多くの時間を費やしたいと考える様子が示されており、学年が上がるにつれて自由な遊び時間が減少する可能性を推測させる。

さらに本研究課題では、生活行動時間と「もっともやりたいこと」との関連を二項ロジスティック回帰分析にて分析した（表 2-4）。その結果、「電子機器の使用」を「もっともやりたいこと」に選んだ者は、男児、学校関連時間が短い、外遊び時間が短い、屋内遊び時間が長い、学習塾に通っている、スポーツや習い事の練習時間が短いという特徴を有した。このような結果は、学習塾に通いながら隙間の時間で遊ぶために短時間でも遊ぶことが可能な電子機器の使用を選びがちな状況や、外遊びに興味がない、もしくはできる環境がなく屋内遊びを好む結果電子機器の使用に偏りがちな状況を予想させる。子どもを取り巻く環境から鑑みると、学習塾などの隙間の時間に手軽に行うことができ、ともに遊ぶ仲間を必要とせず、その機器さえあれば場所も問わない、という「電子機器の使用」の特徴は、現代の子どもたちの余暇の状況にしっかりフィットするものであるといえよう。しかしながら、テレビゲームに費やす時間が長いほど、イライラすることが多いこと、子どもの半数はゲームに対して悪い印象を持っており、残り約半数は良くも悪くもないと回答しているといった報告もあり（浦島・鈴木, 2003 ; Robinson et al., 2001）、悪い印象を持ちながらもその欲求を抑えることができない状況も想起させる。

他方、「もっともやりたいこと」に「からだを動かして遊ぶ」を選んだ者は、外遊び時間

が長く、スポーツや習い事の練習時間が長いという特徴を有し、「スポーツや習い事の練習」を選んだ者は、女兒よりも男児の方が多く、スポーツや習い事の練習時間が長いという特徴を有した。このような結果は、前述の「電子機器の使用」も含めて、「からだを動かして遊ぶ」や「スポーツや習い事の練習」を選んだ者がそうでない者に比してそれらに従事している時間が長いものの、より多くの時間を求めていることを示唆しており、「余暇にやりたいこと」と「現在多く行っていること」が一致していることが特徴的な点である。このような特徴の一背景には、余暇が十分に確保できていないという現状があると考えられ、子どもの権利委員会の最終所見にて示された「時間の確保」をすべきであると勧告される所以ともいえよう。

そうはいつても、遊びの経験が少ないことも本研究課題の結果の一背景といえるのかもしれない。すなわち、幼少期にも習い事などの決められた活動を行うことが多く遊びの経験が少なくなった結果、現在やっている活動以外の選択肢がない、ということも考えられる。遊びに機能的（気晴らしやリソースの欠如）および構造的（遊び場が小さすぎることや遊び場が特定されること）な変化を加えると、遊びを選択する範囲が著しく低下するとの報告（King and Howard, 2014）や、遊び集団の数が少ないと異年齢との遊びが少なく、遊び空間の利用数も少なくなることが報告（近江屋ほか, 2009）されており、従来は当然のように伝承されてきた遊びが伝承されていない状況を予測することもできる。King and Howard（2016）は、子どもの遊びの選択は、遊び場における社会的要素や構造的・機能的変化によって適応させるべきであると報告している。その時代や場所、社会状況に応じて遊びに対する選択の量は異なるものの、多くの選択肢を持っていると子どもが受け取ったときに、優れた発達成果につながるような目標を設定することができる（McInnes et al., 2011）とも報告されており、環境や時代に応じつつ選択肢を広げることは、子どもが様々な遊びを行うために重要な事項であることが考えられる。タイの農村部とやや都市化された地域と都市との3つの場所において子どもの遊びを観察したところ、農村部ほど遊びの種類は減るものの伝統的な遊びが増え、遊びに従事する子どもの数が増えること、また、学校による体育教育が盛んになるほど、スポーツが多く行われるようになり、それにもなつて伝承遊びが減少することを指摘している（佐川・大澤, 1991）。遊びの選択肢が少ないことは、子どもの権利委員会が示した最終所見で「時間の確保」だけでなく、「子ども時代」の保障も勧告されている所以である。

以上のように、子どもが余暇にやりたいことを把握できたこと、および「余暇にやりたい

こと」と「現在多くやっていること」が一致していることが明らかとなったことは本研究課題の成果であるといえる。家庭では子どもの余暇を確保する生活が、学校を含める社会では、遊びの伝承を保障する取り組みが求められるだろう。しかしながら、以下の点は、本研究課題の限界であるとともに、今後の研究課題として提起しておきたい。

1. 本研究課題では余暇の量的実態および遊びの経験を把握できていないことも事実である。したがって、本研究課題の結果で得られた一致は、活動時間の不足、つまりやりたいことをできているが時間が不足している現状、もしくは経験の不足、つまり遊びを含む活動の経験が少ないためにそれしか選ぶことができない現状によることの反映なのかは推測の域を脱しない。
2. 本研究課題においては、子どもの答えやすさを優先したため、選択肢から選ぶ形式のアンケート調査を実施した。これは、選択肢に当てはまらない回答を排除してしまうかもしれないため、「もっともやりたいこと」の選択肢はさらなる検討が必要と考える。

## 2.5 結論

本研究課題では、1都4県（神奈川、千葉、埼玉、静岡）の公立小学校12校に通う小学3～6年生の男女1,230名を対象に、子どもの遊びと生活状況に関する調査を行った。その結果、本研究課題の対象者は、一般的な外遊びを行っていることが示された。また、余暇に「もっともやりたいこと」に「ゲーム機・携帯電話・スマートフォン・タブレット・PCなどを使う」という項目をあげた子どもがもっとも多いこと、次いで「からだを動かして遊ぶ」「テレビ・DVDなどを見る」「スポーツや習い事の練習をする」をあげた子どもが多いことが確認された。それらの項目を選んだ者とそうでない者との各生活行動時間を比較したところ、電子機器の使用を希望した子どもは屋内遊びの時間が長く、からだを動かして遊びたい子どもは外遊びの時間が長く、スポーツや習い事の練習をしたい子どもはその練習時間が長いことが明らかとなった。これらは、やりたいことをできているが時間が不足している現状と捉えることができる反面で、遊びを含む活動の経験が少ないためにそれしか選ぶことができない現状とも捉えることができる結果であることが考えられた。余暇の確保と余暇に行う活動、つまり遊びの伝承が日本の子どもたちの課題であり、子どもの権利委員会が最終所見にて示した「自由な時間の確保」と「子ども時代の享受」が指摘される所以であろう。

## 付記

本章は、『Child Care in Practice』（2020年9月受理,  
doi.org/10.1080/13575279.2020.1809348）に掲載された論文を加筆，修正したものであ  
る。

## 第3章

【研究課題3】遊びの認知，経験，欲求の実態と  
欲求の生起要因の検討

### 3.0 要約

本研究課題では、各遊びに対する認知、経験、欲求の実態を把握するとともに、遊びの欲求の生起要因について検討することを目的とした。対象は、東京、神奈川、千葉、埼玉、静岡の公立小学校12校に在籍している小学3～6年生の男女とその保護者1,027組であった。調査は、自己記入による無記名式調査票を用い、子どもに対しては性別、学年とともに、各遊びの認知、経験、欲求および余暇に「もっともやりたいこと」、保護者に対しては各遊びの経験を尋ねた。その結果、各遊びの認知および経験率は高いことが示された。また、各遊びの欲求と子どもおよび保護者の経験との関連を多変量による二項ロジスティック回帰分析にて検討したところ、分析できたすべての遊びで子どもの経験と欲求との間に有意な関連が確認でき、各遊びをやったことのある子どもの方がその遊びをやりたいと回答するオッズ比が高くなる様子が観察された。さらに、「かんけり」、「サッカー」、「秘密基地づくり」、「探検ごっこ」は、保護者の経験たくさんあり群と子どもの欲求との間に有意な関連も示された。他方、子どもの遊び経験の多寡と余暇に「もっともやりたいこと」との検討では、遊び経験が多い群で、少ない群に比して「からだを動かして遊ぶ」を選択する割合が高くなり、「テレビ・DVDなどを見る」を選択する割合が低くなる様子も確認された。

### 3.1 目的

前章では、子どもが余暇にやりたいと思っていることと、実際にやっていることが一致していることを明らかにした。しかしながら、この結果は従事した時間が十分ではないためにその活動をもっとやりたいという欲求の表れであるのか、やりたいことの選択肢がないためにそのことしかやりたいと欲求することができないことの表れであるのか、といった点が検討課題として残っている。

そこで本研究課題では、小学3～6年生の男女とその保護者を対象に、各遊びに対する認知、経験、欲求の実態を把握するとともに、遊びの欲求を生起する要因について検討することを目的とした。

## 3.2 方法

### 3.2.1 対象

対象は、東京、神奈川、千葉、埼玉、静岡の公立小学校 12 校に在籍する小学 3～6 年生の男女とその保護者 1,304 組であった。分析には、各回答に欠損がなかった 1,027 組分（男子：3・4 年生 180 名，5・6 年生 311 名，女子：3・4 年生 194 名，5・6 年生 342 名，有効回答率 78.8%）のデータが使用された。

### 3.2.2 調査方法

本研究課題では、自己記入による無記名式調査票を用いて、子どもに対しては性別、学年とともに、各遊びの認知、経験、欲求および余暇に「もっともやりたいこと」、保護者に対しては各遊びの認知と経験を尋ねた。具体的な調査項目は以下の通りである。

各遊びは、初見（2013）を参考に、特別な用具を必要としない、場所が限定され過ぎないといった特徴をもつ遊び 12 種（鬼ごっこ、かんけり、だるまさんが転んだ、ハンカチ落とし、おままごと、かくれんぼ、野球、サッカー、秘密基地づくり、探検ごっこ、カードゲーム、ボードゲーム）を抽出した。

子どもの各遊びの認知は「次の遊びを知っていますか」という問いを、経験は「次の遊びをやったことがありますか」という問いを、欲求は「次の遊びはやりたいことですか」という問いを設定し、それぞれ 2 件法（はい、いいえ）にて尋ねた。保護者の各遊びの認知は「次の遊びを知っていますか」という問いに対し 2 件法（はい、いいえ）にて、経験は「次の遊びをやったことがありますか」という問いに対し 3 件法（やったことがない、やったことがある、たくさんやったことがある）にて尋ねた。

余暇に「もっともやりたいこと」は、子どもを対象に「何をしてもいい時間にもっともやりたいことは何ですか」という問いに対し、11 項目の選択肢（からだを動かして遊ぶ、スポーツや習い事の練習をする、本を読む、音楽を聴く、屋内で遊ぶ、テレビ・DVD などを見る、ゲーム機・スマホ・PC・タブレットなどを使う、勉強する、寝る、何もしない、その他）から 1 つを選択回答するよう指示した。

### 3.2.3 分析方法

本研究課題では、以下の3点を検討した。

1点目は、各遊びの認知と経験、欲求の実態を把握することである。この検討では、各遊びの認知・経験・欲求の割合を把握するために、「知っている」「やったことがある」「やりたい」と回答した者の割合をそれぞれ算出した。

2点目は、各遊びの欲求の生起要因を検討することである。この検討では、「知っている」者のみを対象として、目的変数に各遊びに対する欲求（やりたくない=0, やりたい=1）を、説明変数に性（男子=1, 女子=2）、学年段階（3・4年生=1, 5・6年生=2）、各遊びに対する子どもの経験（なし=0, あり=1）、保護者の経験（なし=1, あり=2, たくさんあり=3）を投入した多変量による二項ロジスティック回帰分析を実施した。

3点目は、遊びの経験の多寡と欲求との関連を検討することである。この検討では、はじめに各遊びの経験を「やったことがある」1点、「やったことがない」0点と得点化した上で、その合計点（12点満点）が平均値よりも多い群と少ない群とに区分した。また、余暇に「もっともやりたいこと」の上位3項目（「ゲーム機・スマホ・PC・タブレットなどを使う」、「テレビ・DVDなどを見る」「からだを動かして遊ぶ」）を選択した者をそれぞれの欲求群とし、遊び経験が多い群・少ない群との関連を $\chi^2$ 検定により検討した。

なお、本研究課題における一連の分析にはIBM®SPSS®Ver.25を使用し、結果の統計的有意差についてはいずれの場合も危険率5%未満の水準で判定した。

### 3.3 結果

表 3-1 は、子どもと保護者における各遊びの認知率を示したものである。この表が示すように、子どもの認知率はいずれの遊びも高値を示し、なかでも「鬼ごっこ」、「だるまさんが転んだ」は 99.7%、「かくれんぼ」は 99.8%との結果であった。対して、「かんけり」は 88.4% ともっとも低値を、「探検ごっこ」92.6%、「秘密基地づくり」93.2%も比較的低値を示した。さらに、「かんけり」、「秘密基地づくり」、「探検ごっこ」は、男子に比して女子の方が低い認知率を示した。また、保護者の認知率は、カードゲームを除くすべての遊びで、子どもよりも高い様子が観察された。

同様に、表 3-2 には各遊びの経験率を、表 3-3 には各遊びの欲求率を示した。経験率は、認知率同様、いずれの遊びも高値を示す様子が観察された。なかでも「鬼ごっこ」、「だるまさんが転んだ」、「ハンカチ落とし」、「かくれんぼ」、「ボードゲーム」は、子ども、保護者ともに 97%以上と非常に高い経験率であった。対して、「野球」は女子で 45.2%、保護者で 71.4%であり、男子の 83.7%に比して低値であった。他方、欲求率は「鬼ごっこ」、「ボードゲーム」が 80%以上と高値を、「おままごと」が 26.0%と低値を示す様子が観察された。加えて、「おままごと」は性差（男子：19.8%、女子：31.5%）が大きい様子も観察された。

以上を踏まえて、各遊びの欲求を目的変数、性、学年段階、各遊びにおける子どもの経験と保護者の経験を説明変数に投入した多変量による二項ロジスティック回帰分析を実施した。表 3-4 は、回答の偏りが大きく分析ができない「鬼ごっこ」、「だるまさんが転んだ」、「かくれんぼ」、「ボードゲーム」を除いた結果を示したものである。この表が示すように、すべての遊びで子どもの経験と欲求との間に有意な関連が認められた（「かんけり」：OR=2.205, 95%CI=1.554-3.129, 「ハンカチ落とし」：OR=6.107, 95%CI=2.402-15.525, 「おままごと」：OR=5.100, 95%CI=2.707-9.606, 「野球」：OR=4.475, 95%CI=3.239-6.182, 「サッカー」：OR=5.155, 95%CI=3.311-8.026, 「秘密基地づくり」：OR=2.525, 95%CI=1.846-3.455, 「探検ごっこ」：OR=4.655, 95%CI=3.437-6.303, 「カードゲーム」：OR=9.927, 95%CI=6.429-15.327）。また、保護者の経験たくさんあり群と子どもの欲求との間に有意な関連が認められた遊びは、「かんけり」（OR：3.933, 95%CI：1.793-8.630）、「サッカー」（OR：2.041, 95%CI：1.176-3.543）、「秘密基地づくり」（OR：2.137, 95%CI：1.303-3.504）、「探検ごっこ」（OR：2.500, 95%CI：1.460-4.282）であった。

さらに本研究課題では、遊び経験が多い群・少ない群と余暇に「もっともやりたいこと」

の上位 3 項目を選んだ者との関連を、 $\chi^2$ 検定を用いて検討した。結果は図 3-1 の通りである。この図が示すように、多い群では「からだを動かして遊ぶ」を、少ない群では「テレビ・DVD などを見る」を選択する者が有意に多い様子が確認された。

### 3.4 考察

本研究課題では、小学3～6年生を対象に遊びの認知率、経験率、欲求率を確認した（表3-1、表3-2、表3-3）。その結果、本研究課題で抽出した12種の遊びにおける認知率は、88%以上と高い割合であることが観察されたものの、「かんけり」、「秘密基地づくり」、「探検ごっこ」は比較的低い認知率を示した。これらの遊びは、人目につきにくい場所を必要としたり、遊び場所を特定することができなかつたりする遊びであり、現代社会において安全性の観点からその実施が困難であるとともに、オープンスペースや遊具スペースで設計される計画的に作られた公園（吉田，2008）では取り組みにくいともいえる。すなわち、場の要因が遊び経験を制約しているため、知ることさえできなくなっているものと考えられた。さらには、現代の小学生の習い事に従事する割合の多さ（ベネッセ教育総合研究所，2014）や放課後に遊ばないと回答する小学生が17%を超えていたという報告（栗原，2018）を鑑みると、場の要因のみならず、時間や仲間の減少によって遊びが行われにくくなっている状況と解することもできよう。

一方、保護者の認知率および経験率は、「カードゲーム」を除くすべての遊びで子どものそれに比して高い様子が観察された。仙田（2009）は、昭和30年代から50年代に移行する段階で、様々な遊びスペースが減少したことを報告している。なかでも、川や畑といった自然に広がる自然スペースは80分の1に、グラウンドや広場のように目一杯走ることのできるオープンスペースは4分の1に減少しており、それらの遊び場が点的になったことを指摘している。このような変化は、公園や保育所における子どもの声の騒音問題、塾や習い事における多忙などの問題が近年発生してきたことを勘案すると、昭和50年代以降も改善されたとはいえないものの、保護者の子ども時代は、現在よりは遊ぶ環境が整っていたことを予測させる。

以上の結果を踏まえて、子どもおよび保護者の経験と各遊びの欲求との関連を多変量による二項ロジスティック回帰分析にて検討した（表3-4）。その結果、分析できたすべての遊びで子どもの経験と欲求との間に有意な関連が確認でき、各遊びの経験あり群の方がその遊びをやりたいと回答するオッズ比が高くなる様子が確認された。山下ほか（2018）は、幼稚園児を対象に多様な運動遊びを行った結果、子どもたちが運動遊びを楽しみにしたり、自ら意欲的に運動に参加するようになったりしたことを、山本ほか（1994）は、楽しさが生じた活動に内発的動機付けが生起されたことを報告している。チクセントミハイ（1996；

2010) は、自己の行為の中に「楽しさ」を感じた経験が、次の活動への動機付けとなる心理状態を「フロー」と名付けた。幅田・鈴木 (2010) は、子どもの遊びには「フロー」の場面がしばしばみられることを報告しており、「楽しさ」を感じる遊び経験が、その後の活動に導くことを予測させる。

対して、各遊びの保護者の経験と子どもの欲求との間には、両者の関連が認められた項目(「かんけり」、「サッカー」、「秘密基地づくり」、「探検ごっこ」と認められなかった項目(「ハンカチ落とし」、「おままごと」、「野球」、「カードゲーム」)が混在していた。梶木ほか(2002) は、小学2、5年生の児童とその保護者を対象に、遊び状況と保護者の意識を調査した結果、外遊びに対する働きかけが子どもの外遊びへの意欲に影響を及ぼしていることを報告している。一方、室崎(1991) は、異年齢集団での遊びに参加している小学生を対象に遊びに関するアンケート調査および遊びの観察をした結果、この異年齢集団から遊びや遊び場が伝承され、なおかつ遊びが創造されたことを報告している。このことは、遊びが保護者のみならず子どもからも伝承されることを示している。したがって、友だちや保護者から伝承されてその遊びを経験し、その経験に楽しさが加わるとその遊びに対する欲求が生起するという一連の循環を推測することができよう。

しかしながら、このような循環で遊びの欲求が生起されるとしても、保護者の経験を増やしていくべきだとする議論はナンセンスである。加えて、前述したように小学生の遊びは、保護者からだけでなく、友だちやそこに居合わせた者からも伝承されるものである。その点、子どもの自由で主体的な遊びの保障を目指している冒険遊び場やプレーパーク<sup>注1</sup>、森のようちえん<sup>注2</sup>等での取り組みは注目に値する。日本冒険遊び場づくり協会によると、冒険遊び場とは「子どもが遊びを作る遊び場、子どもの「やってみたいと思うこと」を実現する遊び場」である。Adams et al. (2018) は、冒険遊び場は伝統的な公園に比して身体活動強度が低い運動が多いものの、様々な道具を用いる遊びが多いと報告している。また、プレーパークにおける子どもの行動調査を実施した長山(1991) は、スポーツのような遊びではなく、物づくりをしたり、移動などの活動が多いこと、プレーリーダーとの接触時間が長く、プレーリーダーの拠点を中心に行動軌跡が描かれることを報告している。さらに、梶木・瀬渡(2002) によると、プレーリーダーにその役割を尋ねたところ、「子どもの代弁者」、「いつも子どもの側にいること」、「遊び場の安全管理、遊具の点検・管理をすること」など多岐にわたることを報告している。これらの報告から、多様な遊びの経験や伝承には、子どもが自由で主体的に活動できる遊び場が必要であるとともに、子ども同士という横の人間関係、

子どもと保護者という縦の人間関係だけでなく、子どもとプレーリーダーのような斜めの人間関係が有益であることを示しているものとする。

ところで、大嶽ほか(2014)は、電子機器の使用が攻撃性などの精神的健康に悪影響を及ぼすことを報告している。そればかりか、テレビやコンピューターゲームなどの電子機器の使用が長いことによる心身への弊害を指摘する報告は数多い(Braig et al., 2018; 服部ほか, 2008)。一方、遠藤ほか(2007)は、外遊びをする子どもは社会性が高いこと、屋内遊びをする子どもは攻撃性が高いことを報告している。また、Noi and Shikano(2011)は、睡眠導入ホルモンと称されるメラトニンの分泌パターンが好ましい夜高値群は外遊び時間が長く、電子メディア時間が短い様子を報告している。さらに、伊勢ほか(2017)は、遊び人数が1人よりも多い子どもの方が、心理的・社会的能力や徳育的能力、身体的能力の3つの力で構成される生きる力得点が高いことを報告している。以上のことから、元来、主体的に行う余暇活動において、子ども自身が「からだを動かして遊ぶ」ことを欲求することが極めて重要であるといえる。そこで最後に、遊び経験の多寡と余暇に「もっともやりたいこと」との関連を検討した結果、遊び経験が多い群は少ない群に比して、余暇に「からだを動かして遊ぶ」を選択する割合が高く、「テレビ・DVDなどを見る」を選択する割合が低い様子が示された(図3-1)。このような結果は、遊び経験を豊富にすることで子ども自身が心身に好影響を及ぼす余暇を選択する可能性を示唆している。ここにも、前述した子どもの遊びを保障する場や人間関係の充実が期待される所以があるといえよう。

以上のように、各遊びの認知率や経験率を把握できたこと、子どもや保護者の遊び経験と欲求との関連を明らかにできたことは本研究課題の成果と考える。しかしながら、以下の2点は、本研究課題の限界であり、今後の課題として提起したい。1点目は、抽出した遊びが限定されていることである。本研究課題では、前述したような方法で12種の遊びを抽出したが、遊びは他にも数多く存在し、時代や地域によって認知や経験が異なることは否めない。そのため、今後はより多種の遊びを対象に調査する必要があると考える。2点目は、居住地域による遊び場の特性を把握していないことである。居住地域によって遊び環境が大きく異なることは容易に推測できることである。したがって、より多様な居住地域を対象に検討することも必要であると考えられる。

### 3.5 結論

本研究課題では、小学 3～6 年生の男女とその保護者を対象に遊びの経験と欲求について検討した。その結果、各遊びの認知および経験率はいずれの遊びも高く、「カードゲーム」を除く子どもに比して保護者の方が高いことが観察された。また、各遊びの欲求と子どもおよび保護者の経験との関連を多変量による二項ロジスティック回帰分析にて検討したところ、分析できたすべての遊びで子どもの経験と欲求との間に有意な関連が確認でき、各遊びをやったことのある子どもの方がその遊びをやりたいと回答するオッズ比が高くなる様子が観察された。さらに、「かんけり」、「サッカー」、「秘密基地づくり」、「探検ごっこ」は、保護者の経験たくさんあり群と子どもの欲求との間に有意な関連も示された。他方、子どもの遊び経験の多寡と余暇時間に「もっともやりたいこと」との検討では、遊び経験が多い群で、少ない群に比して「からだを動かして遊ぶ」を選択する割合が高くなり、「テレビ・DVD などを見る」を選択する割合が低くなる様子も確認された。

## 注記

### 注1) 冒険遊び場・プレーパーク

冒険遊び場・プレーパークとは、子どもが「自分の『やってみたいと思うこと』を実現していく遊び場」、「子どもが遊びを作る遊び場」とされる子どもの遊び場である。対象年齢は特に設けていないが、多くは未就学児と小学生が利用することが多い。地域住民や保護者が主体となって運営している施設や、自然の中で子どもがやりたいことができるような環境を整え、子どもと一緒に遊んだり見守ったりする役割を担うプレイリーダーといわれる大人が常駐している施設もある。

### 注2) 森のようちえん

自然体験活動を基軸にした子育て、保育、乳児・幼少児期教育の総称であり、子どもに自然体験の機会を提供することが目的とされる。幼稚園や保育所のように、保育者が自然体験を取り入れた保育を行う場合や、野外活動の指導者が幼児を対象とした自然体験プログラムを提供するなど、様々な方法が取り入れられている。

## 付記

本章の一部は、日本幼少児健康教育学会第38回大会【秋季：広島大会】にて発表し、本章はその発表内容に新たな知見を加えたものである。

## 結 章

## 4.1 本研究の結論

本研究では、日本の子どもの余暇の実態を把握したうえで、余暇の充実に向けた方策を提案することを目的に3つの課題を設定し、それらの解明に努めた。以下に、各研究課題の概要を再録し、本研究の結論をまとめた。

### 4.1.1 【研究課題1】の概要

日本においては子どもの余暇を確保すること、子ども時代を保障することが喫緊の課題である。そのため、子どもの余暇が心身の状態に及ぼす影響を明らかにすることで、その必要性を訴えることができると思われる。そこで第1章では、小学3～6年生の学校以外の生活行動の実態を明らかにするとともに、屋内遊び、外遊び、家族とおしゃべり、ぼんやり過ごした時間を余暇、学校や生活行動などを既定生活行動時間と捉えた上で、それらが同時に心身の状態に及ぼす影響を明らかにすることを目的とした。

本研究課題の結果、「既定生活行動」→「不定愁訴」／「自己イメージ」、「余暇活動」→「不定愁訴」／「自己イメージ」に同時にパスを引いた仮説モデルが採択可能であることが確認された。また、「不定愁訴」、「自己イメージ」に引かれたパスの推定値は、「既定生活行動」よりも「余暇活動」の方が高い様子も示された。以上のことから、われわれは心配されている不定愁訴の軽減や自己イメージの向上には余暇活動の充実が必要であるとの結論に至った。

### 4.1.2 【研究課題2】

第1章では、子どもの余暇が不定愁訴と自己イメージに影響を及ぼすことを明らかにした。しかしながら、余暇は束縛のない自由裁量の時間である（United Nations, 2013）という概念に基づいた上で、余暇を規定していない点が検討課題として残っている。そこで、余暇は自由裁量であるという点に着目し、自由裁量を「やりたい」と望む欲求と捉えた上で、余暇活動を明らかにすることとした。そこで第2章では、日本における小学生の生活行動時間とともに、余暇にやりたいと思うことを調査し、それらの関連を検討することを目的とした。

本研究課題の結果、余暇に「もっともやりたいこと」に多く選ばれたのは「ゲーム機・携帯電話・スマートフォン・タブレット・PCなどを使う」であり、次いで「からだを動かして遊ぶ」であった。さらに、それらの項目を選んだ者とそうでない者との各生活行動時間を多変量による二項ロジスティック回帰分析を用いて比較したところ、電子機器の使用を希望した子どもは電子機器の使用を含む屋内遊びの時間が長く、からだを動かして遊びたい子どもは外遊びの時間が長く、スポーツや習い事の練習をしたい子どもはその練習時間が長いことが明らかとなった。これらは、やりたいことをできているが時間が不足している現状と捉えることができる反面で、遊びを含む活動の経験が少ないためにそれしか選ぶことができない現状とも捉えられる結果であることが考えられた。

#### 4.1.3 【研究課題3】

第2章では、子どもが余暇にやりたいと思っていることと、実際にやっていることが一致していることを明らかにした。しかしながら、この結果は従事した時間が十分ではないためにその活動をもっとやりたいという欲求の表れであるのか、やりたいことを選択肢がないためにそのことしかやりたいと欲求することができないことの表れであるのか、といった点が検討課題として残っている。そこで第3章では、小学3～6年生の男女とその保護者を対象に、各遊びに対する認知、経験、欲求の実態を把握するとともに、遊びの欲求を生起する要因について検討することを目的とした。

本研究課題の結果、各遊びの認知および経験率は高いことが示された。また、各遊びの欲求と子どもおよび保護者の経験との関連を多変量による二項ロジスティック回帰分析にて検討したところ、分析できたすべての遊びで子どもの経験と欲求との間に有意な関連が確認でき、各遊びをやったことのある子どもの方がその遊びをやりたいと回答するオッズ比が高くなる様子が観察された。さらに、「かんけり」、「サッカー」、「秘密基地づくり」、「探検ごっこ」は、保護者の経験たくさんあり群と子どもの欲求との間に有意な関連も示された。他方、子どもの遊び経験の多寡と余暇に「もっともやりたいこと」との検討では、遊び経験が多い群で、少ない群に比して「からだを動かして遊ぶ」を選択する割合が高くなり、「テレビ・DVDなどを見る」を選択する割合が低くなる様子も確認された。

本研究では、以上3つの研究課題における研究知見を踏まえ、最終的な研究目的である

余暇の充実に向けた方策として、「子どもの『やりたい』を育む多様な遊び経験の保障」を提案する。

## 4.2 本研究の限界と課題

以上のように、充実した余暇の方策を提案することができた点は、本研究で得られた重要な研究知見であると考えられる。しかしながら、以下の3点は本研究の限界であり、残された研究課題として提起しておきたい。

1点目は、すべてのデータが質問紙により得られたものであるということである。そのため、各種の行動時間や心身の状態等を客観的に評価できていない可能性を否定できない。今後は、より信頼性の高い客観的なデータに基づいて議論する必要がある。また2点目は、「遊び経験の保障」の具体を検討できていないことである。具体的には、人的環境、時間的環境、物的環境等を整備する必要性が推測できるものの、それらの検討から子どもの心身の充実に寄与する遊び経験の具体を明確に示す必要があると考える。加えて、本研究では、一次行動および二次行動を既定生活行動と捉えて余暇と比較したものの、二次行動いわゆる教育的な活動が食事や睡眠などの一次行動と余暇活動である三次行動を圧迫している現状と捉えることもでき、そのような観点での検討も必要であると考えられる。これらの点は今後の研究課題である。さらに3点目は、実証的な検証がなされていないことである。そのため、本研究で提案された方策が真に効果的であるのか否かについてはそれを言及できない。今後は、この提案の実証的検証にも努めていきたいと考える。

## 謝 辞

博士論文の執筆を終えるにあたり、多くの方々にご指導、ご支援賜りましたことを心より感謝申し上げます。指導教員である野井真吾 教授には、研究に対するご指導のみならず、博士後期課程への入学の意思を促してくださいましたこと、多くの活動の機会を与えてくださいましたこと等、深く感謝いたしております。様々なことを言い訳に、なかなか足を踏み出せないでおりましたところ、その一步をいとも簡単に誘導してくださいました。一步踏み出してからは、後悔や反省も多く心が折れそうになることもありましたが、野井教授の研究に対する姿勢や子どもに対する思いに深く感銘を受け、ここまで進むことができたものと思います。

また、鹿野晶子 准教授には、研究に対するご指導、ご助言、ご支援等、細やかにご対応くださいましたことを心より感謝いたしております。鹿野准教授の普段の雰囲気やお人柄と論文等で拝見する文章表現との差異には驚嘆するばかりで、ご指摘いただく観点や論理的な推敲過程から、研究に対する真摯な姿勢を学びました。さらに、田中 良 助教には、その折々で的確なご助言をいただきましたこと、大変感謝しております。

研究を遂行するにあたり、野井・鹿野研究室の大学院生およびゼミ生、研究室に関わる多くの方々にご助言と温かな後押しをいただきました。この 1 年間は、新型コロナウイルスという未曾有の脅威にさらされることになりましたが、このようなときこそ、人との関わりや協力が大切なのだと、研究室の方々や活動を通じて教えていただいたと思います。この 3 年間で学び、育んだことは、今後の研究・教育活動に活かすことで、支えてくださいました皆様へのご恩返しとさせていただきますたく思います。

そして最後に、急な依頼にも即座に対応してくれた姉と両親、研究の遂行を見守ってくれた夫、時に不憫な思いも、寂しい思いもさせているであろう 3 人の子どもたちに心より感謝いたします。

2020 年 12 月 石濱加奈子

## 文 献

- Adams J., Veitch J. and Barnett L. (2018) Physical Activity and Fundamental Motor Skill Performance of 5-10 Year Old Children In Three Different Playgrounds. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(9): 1896
- Atlantis E., Salmon J. and Bauman A. (2008) Acute effects of advertisements on children's choices, preferences, and ratings of linking for physical activities and sedentary behaviours: A randomized controlled pilot study. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 11(6): 553-557
- 兄井 彰, 須崎康臣, 横山正幸 (2013) 子どもの自尊感情と生活のあり方との関係についての研究. *日本生活体験学習学会誌*, 13 : 43-50
- 栗原知子 (2018) 遊び時間数別にみる福井市の小学生の生活と遊びの実態—遊ばない子どもと長時間遊ぶ子どもの特徴から—. *福井大学地域環境研究教育センター研究紀要「日本海地域の自然と環境」*, 25 : 149-159
- 安恒万記 (2005) 都心における子どもの遊び環境について:「放課後の遊び場づくり事業」事例. *筑紫女学園短期大学紀要*, 40 : 39-51
- ベネッセ教育総合研究所 (2014) 速報版「第2回放課後の生活時間調査」子どもたちの時間の使い方【意識と実態】  
<https://berd.benesse.jp/shotouchutou/research/detail1.php?id=4278> (アクセス日: 2020年12月17日)
- ベネッセ教育総合研究所 (2015) 第2回放課後の生活時間調査  
<https://berd.benesse.jp/shotouchutou/research/detail1.php?id=4700> (アクセス日: 2020年12月17日)
- ベネッセ教育総合研究所 (2017) 学校外教育活動に関する調査2017  
[https://berd.benesse.jp/up\\_images/research/2017\\_Gakko\\_gai\\_tyosa\\_web.pdf](https://berd.benesse.jp/up_images/research/2017_Gakko_gai_tyosa_web.pdf) (アクセス日: 2020年12月17日)
- Bento G. and Dias G. (2017) The importance of outdoor play for young children's healthy development. *Porto Biomedical Journal*, 2(5): 157-160
- Bjørger K. (2015) Children's Well-being and Involvement in Physically Active Outdoors Play in a Norwegian Kindergarten: Playful Sharing of Physical Experiences. *Child Care in Practice*, DOI: 10.1080/13575279.2015.1051512
- Braig S., Genuneit J., Walter V., Brandt S., Wabitsch M., Goldbeck L., Brenner H. and Rothenbacher D. (2018) Screen Time, Physical Activity and Self-Esteem in Children: The U1m Cohort Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15: 1275
- Brown S L., Nobiling B D., Teufel J. and Birch D A. (2011) Are kids too busy?: Early adolescents perceptions of discretionary activities, overscheduling, and stress. *Journal of School Health*, 81(9): 574-580
- Burdette H L. and Whitaker R C. (2005) Resurrecting free play in young children: Looking beyond fitness and fatness to attention, affiliation, and affect, *Archives of Pediatrics and Adolescent medicine*, 159(1): 46-50
- Castro-Sanchez M., Chacon-Cuberos R., Ubago-Jimenez J L., Zafra-Santos E. and Zurita-Ortega F. (2018) An Explanatory Model for the Relationship between Motivation in Sport, Victimization, and Video Game Use in Schoolchildren. *International of Environmental Research and Public Health*, 15: 1866
- チクセントミハイ M. 今村浩明 (訳) (1996) フロー体験 喜びの現象学. 京都, 世界思想社, 55-90
- チクセントミハイ M. 大森 弘 (訳) (2010) フロー体験入門 楽しみと創造の心理学. 京都, 世界思想社, 24-47
- Drianda R P., Kinoshita I. and Said I. (2015) The impact of Bandung City's rapid development on children's independent mobility and access to friendly play

- environments. *Children & Society*, 29: 637-650
- Dyment J E., Bell A C. and Lucas A J. (2009) The relationship between school Ground design and intensity of physical activity. *Children's Geographies*, 7(3): 261-276
- 遠藤俊郎, 星山謙治, 安田 貢, 斉藤由美 (2007) 遊びが児童の心身に与える影響について—児童の攻撃性・社会性に着目して—. *教育実践学研究*, 12 : 25-34
- 幅田真理子, 鈴木政勝 (2010) 子どもの学びの本質—「フロー理論」からの考察—. 香川大学教育実践総合研究, 20 : 45-57
- 博報堂生活総合研究所 (2017) 子ども調査 2017  
<https://seikatsusoken.jp/kodomo20/overview/> (アクセス日: 2020年12月17日)
- 初見健一 (2013) 子どもの遊び黄金時代 70年代の外遊び・家遊び・教室遊び. 東京, 光文社, 20-66
- 服部伸一, 野々上敬子, 門田新一郎 (2008) 小学生の健康状況と情報機器の使用および生活時間との関連について. *小児保健研究*, 67(2) : 357-366
- 林 千代, 千 裕美, 松下慶子 (2008) 小・中学生の朝食摂取状況と基本的な生活状態との関連. *飯田女子短期大学紀要*, 25 : 97-114
- 林佳奈子, 廣瀬幸美 (2005) 学童後期の放課後の生活とセルフエスティームとの関連. *小児保健研究*, 64(3) : 432-440
- Heitzer C D., Martin S L., Duke J. and Huhman M. (2006) Correlates of physical activity in a national sample of children aged 9-13 years. *Preventive medicine*, 42(4): 254-260
- 飯島久美子, 近藤洋子, 小山智子, 日暮 眞 (1999) 塾通いが子どもの自覚症状に与える影響. *日本公衆衛生雑誌*, 46(5) : 343-350
- 伊勢 慎, 大久保淳子, 櫻井国芳, 池田孝博 (2017) 子どもの「生きる力」と学校内での遊び方の関連. *福岡県立大学人間社会学紀要*, 25(2) : 41-48
- 石井香織, 柴田 愛, 佐藤 舞, 岡浩一郎 (2012) 日本人小学生における近隣身体活動環境尺度の開発. *日本健康教育学会誌*, 20 (3) : 180-191
- 岩永 定, 柏木智子, 柴山明義, 藤岡泰子, 橋本洋治 (2013) 子どもの自己肯定意識の実態とその規定要因に関する研究. *熊本大学教育学部紀要*, 62 : 101-108
- Janssen I. and Rosu A. (2015) Undeveloped green space and free-time physical activity in 11 to 13-year-old children. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 12: 26
- 陣内雄次, 上田由美子 (2011) 子どもたちにとっての放課後の居場所に関する一考察. 宇都宮大学教育学部教育実践総合センター紀要, 34 : 223-230
- 梶木典子, 瀬渡章子, 田中智子 (2002) 都市部の子どもの遊び実態と保護者の意識. *日本家政学会誌*, 53(9) : 943-951
- 梶木典子, 瀬渡章子 (2002) 冒険遊び場におけるプレイリーダーの役割と確保—プレイリーダーに対するインタビュー調査結果—. *日本建築学会技術報告集*, 16 : 309-312
- Kamili X, 中村 攻, 木下勇, 鳥井幸恵 (2005) 北京市の既成市街地における子どもの遊びと遊び空間の変化に関する研究. *日本都市計画学会都市計画論文集*, 40(2) : 39-44
- 片岡章彦 (2019) 自由遊びの時間における「製作遊び」の研究—文献調査を中心に—. *大阪総合保育大学紀要*, 13 : 181-192
- こども未来財団 (2014) 子どもの生活時間に関する調査研究 [報告書概要],  
[https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-12601000-Seisakutoukatsukan-Sanjikanshitsu\\_Shakaihoshoutantou/0000184127.pdf](https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-12601000-Seisakutoukatsukan-Sanjikanshitsu_Shakaihoshoutantou/0000184127.pdf) (アクセス日: 2020年12月17日)
- King P. and Howard J. (2014) Factors influencing children's perception's of choice within their free play activity: the impact of functional, structural and social affordances. *Journal of playwork practice*, 1(2): 173-190
- King P. and Howard J. (2016) Free choice or adaptable choice: Self-determination

- theory and play. *American journal of play*, 9(1): 56-70
- 正木健雄 (2000) 子どものからだの「発達不全」と「不調」: 実感されてきた“からだのおかしさ”の実体. *体育学研究*, 45(2): 267-273
- McInnes K., Howard J., Miles G. and Crowley K. (2011) Differences in practitioner's understanding of play how this influences pedagogy and children's perceptions of play. *Early years*, 31: 121-133
- Merkiel S., Chalcarz W. and Deptuła M. (2011) Comparison of physical activity and favorite ways of spending free time in preschool girls and boys from the Mazowsze region. *Roczniki Panstwowego Zakladu Higieny*, 62(1): 93-99
- 森田弥生, 山口賀子, 奥山則子, 福田賢一 (1999) 小学生の生活における自由時間を忙しさへの意識について: 荒川区内の2小学校5・6年生の調査より. *東京保健科学学会誌*, 2(1): 25-28
- 室崎生子 (1991) 異年齢集団の活動拠点=基地の空間構成, 性質, 役割に関する研究 異年齢集団による遊び行動と遊び空間利用に関する研究—その1—中津川市における豆学校の活動を事例にして. *日本建築学会計画系論文報告集*, 424: 89-99
- 長山宗美 (1991) 冒険遊び場 (羽根木プレイパーク) の行動調査からみた利用実態について. *造園雑誌*, 54(5): 347-352
- 内閣府 (2013) 我が国と諸外国の若者の意識に関する調査,  
[https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/thinking/h25/pdf\\_index.html](https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/thinking/h25/pdf_index.html) (アクセス日: 2020年12月17日)
- 根本裕太, 北島義典, 稲山貴代, 荒尾 孝 (2019) 小学校高学年児童および中学生における身体活動, スクリーンタイムと睡眠指標との関連の検討: 横断研究. *運動疫学研究*, 21(1): 28-37
- 日本学校保健会 (2018) 平成 28~29 年度児童生徒の健康状態サーベイランス事業報告書  
[https://www.gakkohoken.jp/book/ebook/ebook\\_H290070/index\\_h5.html#1](https://www.gakkohoken.jp/book/ebook/ebook_H290070/index_h5.html#1) (アクセス日: 2019年8月18日)
- 野田 耕, 鹿野晶子, 野井真吾 (2019) 学校の休み時間における子どもの主体的身体活動の生起要因に関する検討: 小学 3~6 年生を対象として. *発育発達研究*, 75: 1-16
- Noi S. and Shikano A. (2011) Melatonin Metabolism and Living Conditions among Children on Weekdays and Holidays, and Living Factors Related to Melatonin Metabolism. *School Health*, 17: 25-34
- 野井真吾 (2016) 保育・教育現場等とのコラボレーションからみた発育発達研究の課題. 子どもと発育発達, 14(1): 26-32
- 野井真吾, 阿部茂明, 鹿野晶子, 野田 耕, 中島綾子, 下里彩香, 松本稜子, 張 巧鳳, 斉 建国, 唐 東輝 (2016) 子どもの“からだのおかしさ”に関する保育・教育現場の実感: 「子どものからだの調査 2015」の結果を基に. *日本体育大学紀要*, 46(1): 1-19
- 岡田隆造 (2009) 遊びの概念と運動遊び: 子どもの生活における遊びと運動遊び. *国際研究論叢: 大阪国際大学紀要*, 22(3): 41-53
- 近江屋一朗, 齊藤雪彦, 鳥井幸恵, 田中史郎 (2009) 都市部における児童個人を単位としてみた遊び集団の構成と遊び空間の関係. *ランドスケープ研究*, 72(5): 753-758
- 大嶽さと子, 伊東大幸, 野田 航 (2014) 遊び・余暇活動と子どもの精神的健康との関連, *小児の精神と神経*, 54(3): 209-219
- ピーター・グレイ, 吉田新一郎(訳) (2018) 遊びが学びに欠かせないわけ 自立した学び手を育てる. 東京, 築地書館, 181-205
- Raney M A., Hendry C F. and Yee S A. (2019) Physical activity and social behaviors of urban children's in green playgrounds. *American journal of preventive medicine*, 56(4): 522-529
- Robinson T N., Wilde M L. and Navracruz L C. (2001) Effects of reducing children's television and video game use on aggressive behavior: A randomized controlled trial.

- Archives of Pediatrics and Adolescent, 155(1): 17-23  
 ロジェ・カイヨワ, 多田道太郎・塚崎幹夫 (訳) (1990) 遊びと人間. 東京, 講談社, 30-40
- 佐川哲也, 大沢清二 (1991) タイ国ウボン県における子どもの伝統遊びの消失とスポーツの普及. 体育学研究, 36 : 209-218
- 斎尾直子, 長谷夏哉 (2007) 都市における児童の居場所づくりの多様化と安全安心ー豊かな空間確保ー両立についての考察ー子ども達の放課後の居場所づくりに関する研究ー. 日本建築学会計画系論文集, 614 : 33-39
- Sandercock G R H., Ogunleye A. and Voss C. (2012) Screen time and physical activity in youth: thief of time or lifestyle choice? Journal of physical activity & health, 9(7) : 977-984
- 仙田 満 (2009) こどもの遊び環境, 東京, 鹿島出版会, 141-154
- 千賀 愛 (2020) ハル・ハウスにおける特別なニーズのある子どもの余暇・身体活動の展開, 北海道教育大学紀要. 教育科学編, 71(1) : 149-161
- 鹿野晶子, 鈴木宏哉, 野井真吾 (2015) 小学生における高次神経活動の実態とそれに及ぼす生活状況の検討 : go/no-go 課題における誤反応数を型判定の結果を基に. 発育発達研究, 66 : 16-29
- 志村正子, 原田直子, 平川慎二, 有村映子, 北川淳一, 山中隆夫, 野井真吾 (2008) 幼稚園児における運動・遊び経験と運動能力および前頭葉機能との関連性ー横断的検討ならびに遊びによる介入ー. 発育発達研究, 37 : 25-37
- Sirard J R. and Pate R R. (2001) Physical activity assessment in children and adolescents. Sports Medicine, 31 : 439-454
- 総務省統計局 (1998) 平成 28 年度生活基本調査の結果 用語の解説 (調査票 A 関係), <https://www.stat.go.jp/data/shakai/2016/pdf/kaisetu.pdf> (アクセス日 : 2020 年 12 月 17 日)
- 鈴木綾子, 野井真吾 (2007) 中学生における睡眠習慣と睡眠問題, 不定愁訴との関連. 発育発達研究, 36 : 21-26
- 鈴木彩加, 野井真吾 (2015) 発達障害のある高校生の睡眠状況の特徴 : 非接触型睡眠計測器を用いて. 発育発達研究, 66 : 30-37
- 豊田秀樹 (2019) 共分散構造分析 [Amos 編] ー構造方程式モデリングー. 東京, 東京図書, 18-19
- Unicef Innocenti Research Centre (2007) Child poverty in perspective: an overview of child well-being in rich countries, [https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/rc7\\_eng.pdf](https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/rc7_eng.pdf) (アクセス日 : 2020 年 12 月 17 日)
- United Nations, Committee on the Rights of the Child (2010) Consideration of reports submitted by states parties under article 44 of the convention. Concluding observations: Japan (CRC/C/JPN/CO/3) [https://www.mofa.go.jp/policy/human/pdfs/concluding1006\\_rights.pdf](https://www.mofa.go.jp/policy/human/pdfs/concluding1006_rights.pdf) (アクセス日 : 2020 年 12 月 17 日)
- United Nations, Committee on the Rights of the Child (2013) General comment No.17 on the right of the child to rest, leisure, play, recreational activities, cultural life and the arts (art.31). [https://digitallibrary.un.org/record/778539#:~:text=General%20comment%20no.,life%20and%20the%20arts%20\(art](https://digitallibrary.un.org/record/778539#:~:text=General%20comment%20no.,life%20and%20the%20arts%20(art) (アクセス日 : 2020 年 12 月 17 日)
- United Nations, Committee on the Rights of the Child (2019) Concluding observations on the combined fourth and fifth periodic reports of Japan (CRC/C/JPN/CO/4-5) <https://digitallibrary.un.org/record/3794942> (アクセス日 : 2020 年 12 月 17 日)
- United Nations (1989) Convention on the Rights of the Child, <https://www.ohchr.org/en/professionalinterest/pages/crc.aspx> (アクセス日 : 2020 年

12月17日)

- 浦島充佳, 鈴木邦明 (2003) コンピュータ・ゲームが子どもの行動に及ぼす影響. 小児保健研究, 62(1) : 50-56
- Vandewater E A., Bickham D S. and Lee J H. (2006) Time well spent? Relating television use to children's free-time activities. *Pediatrics*, 117 (2) : 181-191
- 渡辺久子 (2016) 自己肯定感の危機にある子どもにわれわれはなにができるか, *臨床精神医学*, 45(7) : 877-881
- Wilkie H J., Standage M., Gillison F B., Cumming S P. and Katzmarzyk P T. (2018) The home electronic media environment and parental safety concerns: relationships with outdoor time after school and over the weekend among 9-11 year old children. *BMC Public Health*, 18(1) : 456
- 山本吉伸, 松井孝雄, 開 一夫, 梅田聡, 安西祐一郎 (1994) 計算システムとのインタラクション—楽しさを促進する要因に関する考察. *認知科学*, 1(1) : 107-120
- 山下 晋, 中村和美, 内木 薫, 浅川正堂 (2018) 意欲的に体を動かして遊ぶ子どもの育成を目指して—園内研修と家庭との連携を意識した運動遊びの実践を通して—. *岡崎女子大学・岡崎女子短期大学 地域協働研究*, 4 : 121-129
- 吉田和義 (2008) 子どもの遊び行動と知覚環境の発達プロセス. *地理学評論*, 81(8) : 671-688
- ヨハン・ホイジンガ, 里見元一郎 (訳) (2018) *ホモ・ルーデンス 文化のもつ遊びの要素についてのある定義づけの試み*. 東京, 講談社, 25-33
- 吉永真理, 横山明子, 木下勇 (2009) まちでの遊びが子どもの生活リズムや心身健康状態に及ぼす影響に関する研究. *学校保健研究*, 51 : 183-192

## 図表一覧

### 【序 章】

- 図 0-1 PubMed を用いた先行研究のレビューに関するフローチャート（検索日：2020年12月11日）
- 図 0-2 CiNii（NII 学術情報ナビゲータ）を用いた先行研究のレビューに関するフローチャート（検索日：2020年12月11日）

### 【第1章】

- 図 1-1 本研究課題で設定した仮設モデル
- 図 1-2 小学生における「既定生活行動」「余暇活動」と「不定愁訴」「自己イメージ」との関連モデル
- 表 1-1 性別・学年段階別にみた各生活行動時間，起床時刻，塾・習い事の回答結果（n=993）
- 表 1-2 性別・学年段階別にみた生活における不定愁訴の回答結果（n=993）
- 表 1-3 性別・学年段階別にみた自己イメージの回答結果（n=993）
- 表 1-4 多母集団同時分析における配置不変・等値制約モデルの適合度

### 【第2章】

- 表 2-1 対象者の性別・学年別人数
- 表 2-2 対象者の性別・学年別の生活行動時間の基礎統計
- 表 2-3 性別・学年別の余暇に「もっともやりたいこと」に選択された上位3項目
- 表 2-4 生活行動時間と余暇に「もっともやりたいこと」との関連

### 【第3章】

- 図 3-1 遊び経験の多寡と「もっともやりたいこと」との関連
- 表 3-1 各遊びにおける子どもと保護者の認知率
- 表 3-2 各遊びにおける子どもと保護者の経験率
- 表 3-3 各遊びにおける子どもの欲求率
- 表 3-4 各遊びにおける子どもと保護者の経験と欲求との関連

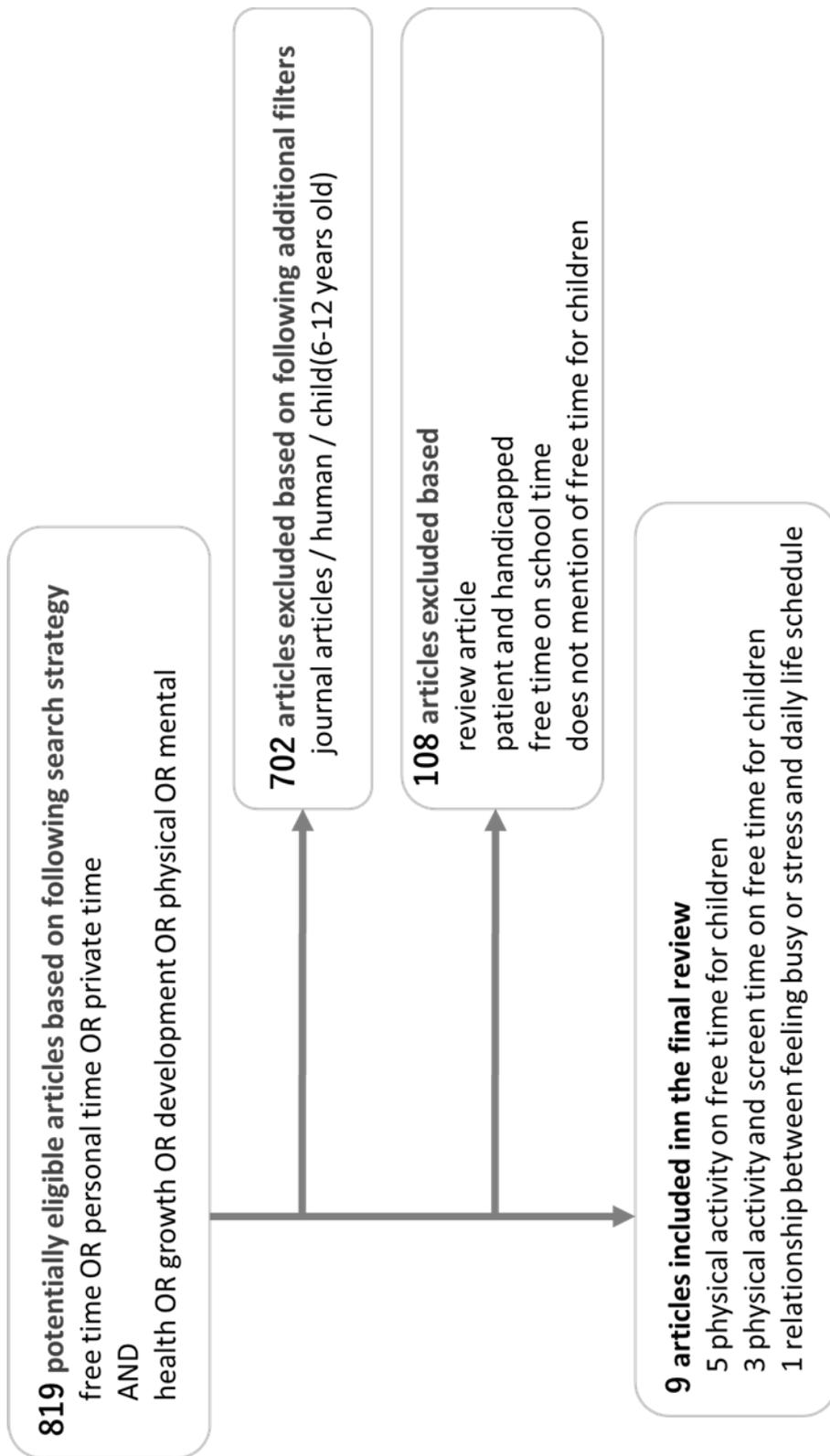


図0-1 PubMedを用いた先行研究のレビューに関するフローチャート（検索日：2020年12月11日）

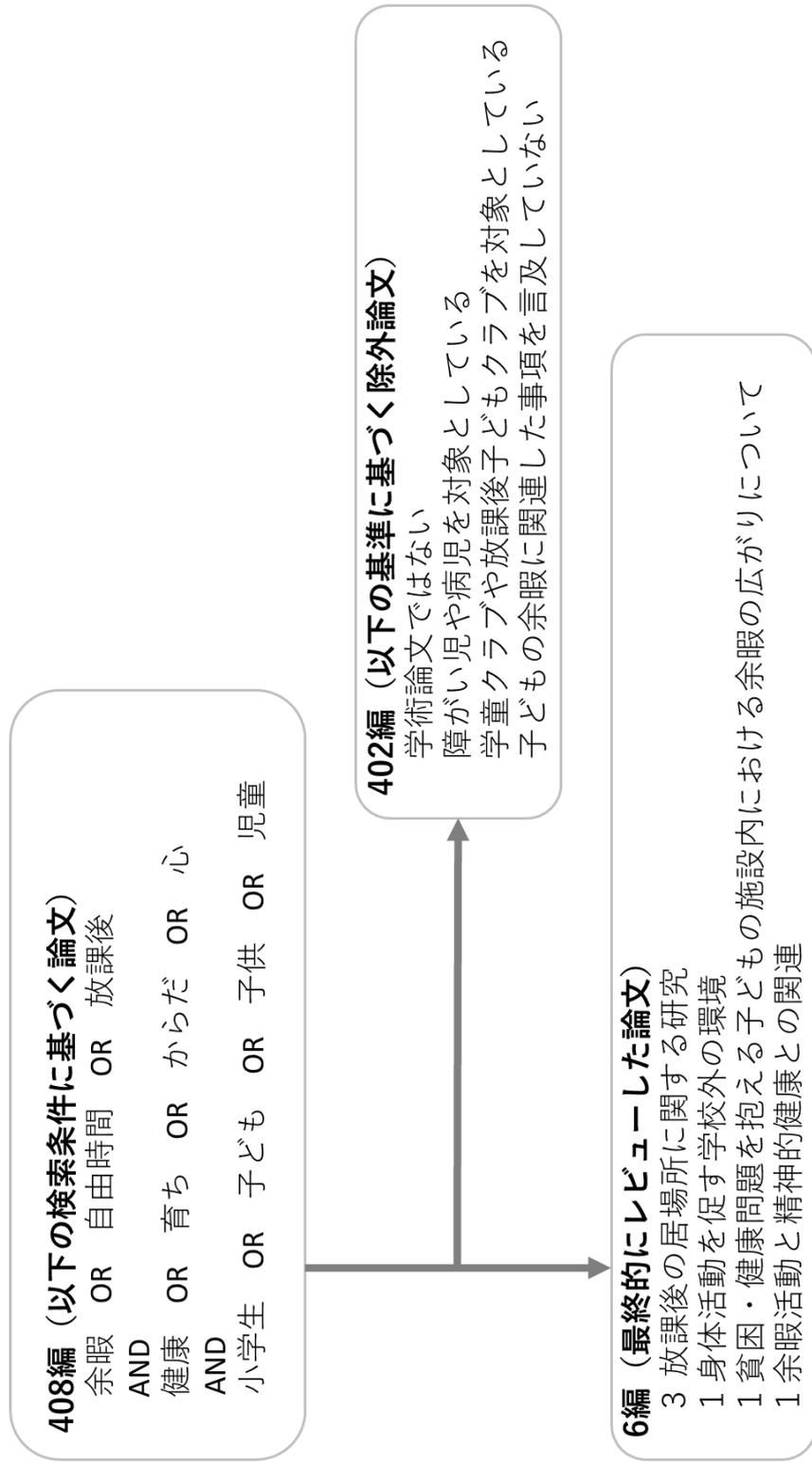


図0-2 CiNii (NII学術情報ナビゲータ) を用いた先行研究のレビューに関するフローチャート (検索日：2020年12月11日)

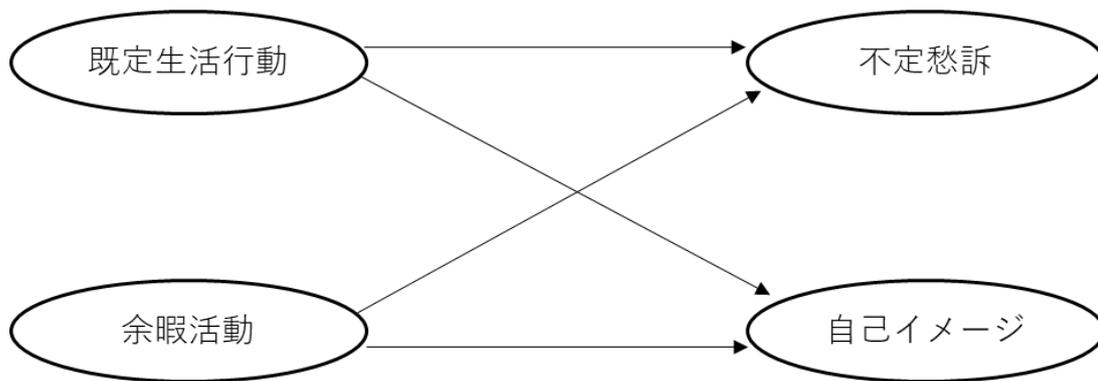


図1-1 本研究課題で設定した仮説モデル

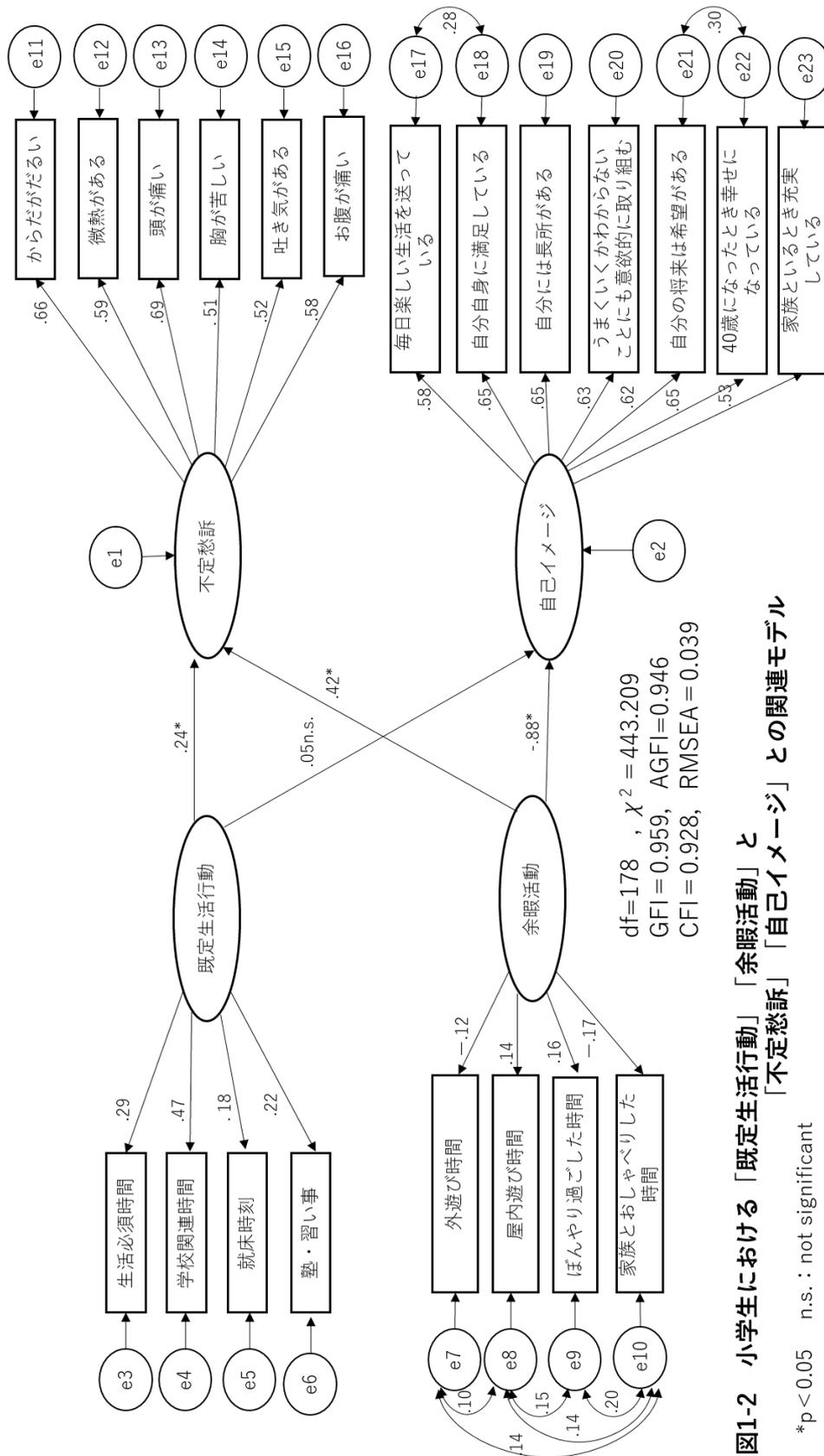


図1-2 小学生における「既定生活行動」「余暇活動」と「不定愁訴」「自己イメージ」との関連モデル

\* $p < 0.05$  n.s.: not significant

表1-1 性別・学年段階別にみた各生活行動時間、就床時刻、塾・習い事の回答結果 (n=993)

	男子 (n=473)				女子 (n=520)			
	3・4年生 (n=167)	5・6年生 (n=306)	3・4年生 (n=182)	5・6年生 (n=338)	3・4年生 (n=182)	5・6年生 (n=338)	3・4年生 (n=182)	5・6年生 (n=338)
各生活行動時間 <sup>a</sup>								
生活必須時間 (分)	73.8 ± 31.1	72.8 ± 27.0	78.0 ± 25.6	80.4 ± 26.9	78.0 ± 25.6	80.4 ± 26.9	78.0 ± 25.6	80.4 ± 26.9
学校関連時間 (分)	53.2 ± 34.4	60.5 ± 46.5	61.5 ± 34.4	70.6 ± 52.8	61.5 ± 34.4	70.6 ± 52.8	61.5 ± 34.4	70.6 ± 52.8
外遊び時間 (分)	30.7 ± 44.7	32.3 ± 53.5	26.8 ± 41.0	20.0 ± 35.2	26.8 ± 41.0	20.0 ± 35.2	26.8 ± 41.0	20.0 ± 35.2
屋内遊び時間 (分)	89.2 ± 68.0	101.0 ± 76.1	59.0 ± 47.3	86.6 ± 78.7	59.0 ± 47.3	86.6 ± 78.7	59.0 ± 47.3	86.6 ± 78.7
家族とおしゃべりした時間 (分)	67.4 ± 77.6	59.9 ± 69.8	72.0 ± 70.5	71.2 ± 70.6	72.0 ± 70.5	71.2 ± 70.6	72.0 ± 70.5	71.2 ± 70.6
ぼんやり過ごした時間 (分)	24.1 ± 41.9	25.0 ± 33.1	18.0 ± 24.8	30.7 ± 41.0	18.0 ± 24.8	30.7 ± 41.0	18.0 ± 24.8	30.7 ± 41.0
就床時刻 <sup>b</sup>								
9時以前	16.2 (27)	6.9 (21)	11.5 (21)	3.6 (12)	11.5 (21)	3.6 (12)	11.5 (21)	3.6 (12)
9時台	51.5 (86)	39.9 (122)	56.6 (103)	33.4 (113)	56.6 (103)	33.4 (113)	56.6 (103)	33.4 (113)
10時台	27.5 (46)	45.1 (138)	30.2 (55)	49.4 (167)	30.2 (55)	49.4 (167)	30.2 (55)	49.4 (167)
11時以降	4.8 (8)	8.2 (25)	1.6 (3)	13.6 (46)	1.6 (3)	13.6 (46)	1.6 (3)	13.6 (46)
塾・習い事 <sup>b</sup>								
両方とも通っていない	46.2 (84)	44.7 (84)	43.0 (150)	44.6 (287)	43.0 (150)	44.6 (287)	43.0 (150)	44.6 (287)
どちらか通っている	41.2 (75)	39.9 (75)	41.8 (146)	39.3 (253)	41.8 (146)	39.3 (253)	41.8 (146)	39.3 (253)
どちらも通っている	12.6 (23)	15.4 (23)	15.2 (53)	16.1 (104)	15.2 (53)	16.1 (104)	15.2 (53)	16.1 (104)

注；<sup>a</sup> mean ± SD, <sup>b</sup> % (n)

表1-2 性別・学年代階別にみた生活における不定愁訴の回答結果 (n=993)

	男子 (n=473)				女子 (n=520)			
	3・4年生 (n=167)	5・6年生 (n=306)	3・4年生 (n=182)	5・6年生 (n=338)	3・4年生 (n=167)	5・6年生 (n=306)	3・4年生 (n=182)	5・6年生 (n=338)
からだがだるい	まったく当てはまらない	56.9 (95)	48.7 (149)	63.7 (116)	48.5 (164)			
	当てはまらない	26.9 (45)	22.9 (70)	21.4 (39)	25.7 (87)			
	当てはまる	14.4 (24)	21.2 (65)	11.5 (21)	21.0 (71)			
	とても当てはまる	1.8 (3)	7.2 (22)	3.3 (6)	4.7 (16)			
微熱がある	まったく当てはまらない	77.8 (130)	74.5 (228)	81.3 (148)	71.6 (242)			
	当てはまらない	15.0 (25)	16.0 (49)	13.2 (24)	15.4 (52)			
	当てはまる	6.0 (10)	6.2 (19)	4.4 (8)	9.8 (33)			
	とても当てはまる	1.2 (2)	3.3 (10)	1.1 (2)	3.3 (11)			
頭が痛い	まったく当てはまらない	64.7 (108)	57.8 (177)	66.5 (121)	55.3 (187)			
	当てはまらない	21.0 (35)	17.0 (52)	17.6 (32)	16.3 (55)			
	当てはまる	12.0 (20)	20.6 (63)	12.6 (23)	21.9 (74)			
	とても当てはまる	2.4 (4)	4.6 (14)	3.3 (6)	6.5 (22)			
胸が苦しい	まったく当てはまらない	82.0 (137)	81.7 (250)	87.9 (160)	79.3 (268)			
	当てはまらない	12.6 (21)	13.1 (40)	7.7 (14)	13.3 (45)			
	当てはまる	4.8 (8)	4.6 (14)	3.3 (6)	5.9 (20)			
	とても当てはまる	0.6 (1)	0.7 (2)	1.1 (2)	1.5 (5)			
吐き気がある	まったく当てはまらない	78.4 (131)	82.4 (252)	87.9 (160)	84.9 (287)			
	当てはまらない	13.2 (22)	9.2 (28)	7.7 (14)	9.2 (31)			
	当てはまる	7.8 (13)	6.5 (20)	2.7 (5)	4.7 (16)			
	とても当てはまる	0.6 (1)	2.0 (6)	1.6 (3)	1.2 (4)			
お腹が痛い	まったく当てはまらない	66.5 (111)	56.5 (173)	58.2 (106)	53.8 (182)			
	当てはまらない	16.2 (27)	17.0 (52)	20.9 (38)	14.8 (50)			
	当てはまる	12.6 (21)	19.3 (59)	15.9 (29)	22.8 (77)			
	とても当てはまる	4.8 (8)	7.2 (22)	4.9 (9)	8.6 (29)			

% (n)

表1-3 性別・学年段階別にみた自己イメージの回答結果 (n=993)

	男子 (n=473)				女子 (n=520)			
	3・4年生 (n=167)	5・6年生 (n=306)	3・4年生 (n=182)	5・6年生 (n=338)				
毎日楽しい生活を送っている	60.5 (101)	58.5 (179)	66.5 (121)	55.3 (187)				
そう思う	32.3 (54)	29.4 (90)	26.4 (48)	28.4 (96)				
どちらかといえばそう思う	2.4 (4)	4.2 (13)	1.1 (2)	2.7 (9)				
どちらとも言えない・わからない	3.0 (5)	6.5 (20)	2.7 (5)	8.9 (30)				
どちらかといえばそう思わない	1.8 (3)	1.3 (4)	3.3 (6)	4.7 (16)				
そう思わない	49.7 (83)	48.4 (148)	48.4 (88)	37.0 (125)				
自分自身に満足している	34.1 (57)	29.4 (90)	29.7 (54)	27.2 (92)				
そう思う	3.0 (5)	3.9 (12)	3.3 (6)	3.8 (13)				
どちらかといえばそう思う	10.2 (17)	12.7 (39)	11.5 (21)	19.8 (67)				
どちらとも言えない・わからない	3.0 (5)	5.6 (17)	7.1 (13)	12.1 (41)				
どちらかといえばそう思わない	47.9 (80)	51.6 (138)	52.2 (95)	37.0 (125)				
そう思う	31.1 (52)	27.5 (82)	28.0 (51)	34.0 (115)				
どちらかといえばそう思う	4.8 (8)	6.5 (21)	6.0 (11)	9.5 (32)				
どちらとも言えない・わからない	11.4 (19)	8.8 (22)	9.9 (18)	11.2 (38)				
どちらかといえばそう思わない	4.8 (8)	5.6 (17)	3.8 (7)	8.3 (28)				
そう思わない	24.6 (41)	34.6 (106)	37.4 (68)	30.2 (102)				
うまくいくかわからないことにも意欲的に取り組む	49.1 (82)	35.6 (109)	33.5 (61)	31.1 (105)				
そう思う	4.8 (8)	3.3 (10)	7.1 (13)	6.5 (22)				
どちらかといえばそう思う	18.0 (30)	21.2 (65)	15.9 (29)	23.4 (79)				
どちらとも言えない・わからない	3.6 (6)	5.2 (16)	6.0 (11)	8.9 (30)				
そう思わない	44.3 (74)	49.7 (152)	62.1 (113)	39.3 (133)				
自分の将来は明るい希望がある	35.3 (59)	29.4 (90)	23.1 (42)	31.7 (107)				
そう思う	7.8 (13)	7.8 (24)	5.5 (10)	12.1 (41)				
どちらかといえばそう思う	8.4 (14)	8.5 (26)	4.4 (8)	12.1 (41)				
どちらとも言えない・わからない	4.2 (7)	4.6 (14)	4.9 (9)	4.7 (16)				
そう思わない	38.9 (65)	36.9 (113)	41.2 (75)	37.3 (126)				
40歳になったとき幸せになっている	32.3 (54)	30.4 (93)	31.3 (57)	26.3 (89)				
そう思う	15.0 (25)	20.6 (63)	15.9 (29)	22.2 (75)				
どちらかといえばそう思う	8.4 (14)	8.5 (26)	9.3 (17)	9.5 (32)				
どちらとも言えない・わからない	5.4 (9)	3.6 (11)	2.2 (4)	4.7 (16)				
そう思わない	68.9 (115)	61.8 (189)	76.9 (140)	61.2 (207)				
家族といるとき充実している	21.0 (35)	26.1 (80)	15.4 (28)	24.6 (83)				
そう思う	3.6 (6)	5.2 (16)	2.7 (5)	6.5 (22)				
どちらかといえばそう思う	4.2 (7)	4.2 (13)	3.3 (6)	4.4 (15)				
どちらとも言えない・わからない	2.4 (4)	2.6 (8)	1.6 (3)	3.3 (11)				
そう思わない								

% (n)

**表1-4 多母集団同時分析における配置不変・等値制約モデルの適合度**

<b>【男女】</b>	$\chi^2$	GFI	AGFI	CFI	RMSEA	AIC
配置不変モデル	677.931	0.939	0.920	0.915	0.030	889.931
等値制約モデル	682.998	0.938	0.921	0.915	0.030	886.998
<b>【学年段階】</b>	$\chi^2$	GFI	AGFI	CFI	RMSEA	AIC
配置不変モデル	650.355	0.942	0.924	0.921	0.029	862.355
等値制約モデル	656.076	0.941	0.924	0.920	0.029	860.076

**表2-1 対象者の性別・学年別人数**

	3年生	4年生	5年生	6年生	計
男児	99	100	207	193	599
女児	114	92	236	189	631
計	213	192	443	382	1,230

(人)

表2-2 対象者の性別・学年別の生活行動時間の基礎統計

	性	学年	n	平均値±SD (min.)	中央値 (min.)	範囲 (min.)	尖度	歪度
学校関連時間	男児	3年生	99	61.5±3.8	54.0	5-205	2.7	1.5
		4年生	100	51.6±3.7	40.0	0-200	2.9	1.5
		5年生	207	63.8±4.4	52.0	0-541	24.4	4.4
		6年生	193	68.8±4.4	60.0	0-550	24.0	4.0
	女兒	3年生	114	60.8±3.2	50.0	11-216	3.8	1.6
		4年生	92	64.2±3.5	63.0	13-253	11.2	2.5
		5年生	236	71.5±3.4	60.0	1-405	11.1	2.7
		6年生	189	73.6±3.9	65.0	5-370	8.8	2.4
外遊び時間	男児	3年生	99	29.4±4.5	11.0	0-300	13.0	2.9
		4年生	100	34.9±4.5	17.5	0-190	1.5	1.4
		5年生	207	37.5±4.6	10.0	0-600	27.5	4.2
		6年生	193	25.4±3.3	0.0	0-360	17.5	3.4
	女兒	3年生	114	22.0±3.3	10.0	0-180	7.5	2.6
		4年生	92	28.6±4.6	10.0	0-240	6.2	2.2
		5年生	236	22.8±3.0	0.0	0-360	19.3	3.8
		6年生	189	16.3±2.3	0.0	0-180	6.2	2.4
屋内遊び時間	男児	3年生	99	85.5±7.4	60.0	0-430	8.6	2.5
		4年生	100	97.0±8.1	65.0	0-430	2.0	1.3
		5年生	207	101.9±6.6	70.0	0-600	7.5	2.2
		6年生	193	97.6±5.5	75.0	0-390	2.8	1.6
	女兒	3年生	114	59.4±4.9	45.0	0-285	4.2	1.8
		4年生	92	65.4±6.5	60.0	0-480	21.1	3.6
		5年生	236	88.1±5.8	60.0	0-540	6.2	2.2
		6年生	189	89.5±6.0	60.0	0-420	3.6	1.7
習い事時間	男児	3年生	99	38.6±5.9	0.0	0-300	7.4	2.5
		4年生	100	51.5±6.4	52.5	0-360	6.5	2.1
		5年生	207	54.3±6.0	0.0	0-480	7.3	2.5
		6年生	193	41.5±4.9	0.0	0-480	8.5	2.3
	女兒	3年生	114	31.5±4.1	0.0	0-210	3.1	1.7
		4年生	92	40.3±5.2	0.0	0-180	0.6	1.1
		5年生	236	45.8±5.0	30.0	0-810	43.6	5.1
		6年生	189	29.9±3.7	0.0	0-360	10.6	2.6
学習塾時間	男児	3年生	99	16.9±3.2	0.0	0-140	3.1	1.9
		4年生	100	17.2±3.4	0.0	0-120	2.8	1.9
		5年生	207	29.0±4.1	0.0	0-300	6.2	2.5
		6年生	193	28.6±4.0	0.0	0-330	6.5	2.4
	女兒	3年生	114	14.8±3.2	0.0	0-200	9.9	2.9
		4年生	92	20.4±4.8	0.0	0-240	9.1	2.9
		5年生	236	29.9±4.3	0.0	0-360	9.4	2.9
		6年生	189	24.4±3.4	0.0	0-260	6.0	2.3
スポーツや習い事の練習時間	男児	3年生	99	13.9±3.5	0.0	0-275	32.7	5.0
		4年生	100	18.06±4.0	0.0	0-270	19.0	3.9
		5年生	207	25.6±3.4	0.0	0-415	22.4	4.0
		6年生	193	19.0±2.3	0.0	0-180	5.5	2.2
	女兒	3年生	114	12.9±1.8	5.0	0-95	5.0	2.2
		4年生	92	15.7±2.6	5.0	0-180	20.5	3.6
		5年生	236	19.2±2.9	0.0	0-420	47.3	6.1
		6年生	189	18.9±3.1	0.0	0-360	31.9	4.9

表 2-3 性別・学年別の余暇に「もっともやりたいこと」に選択された上位3項目

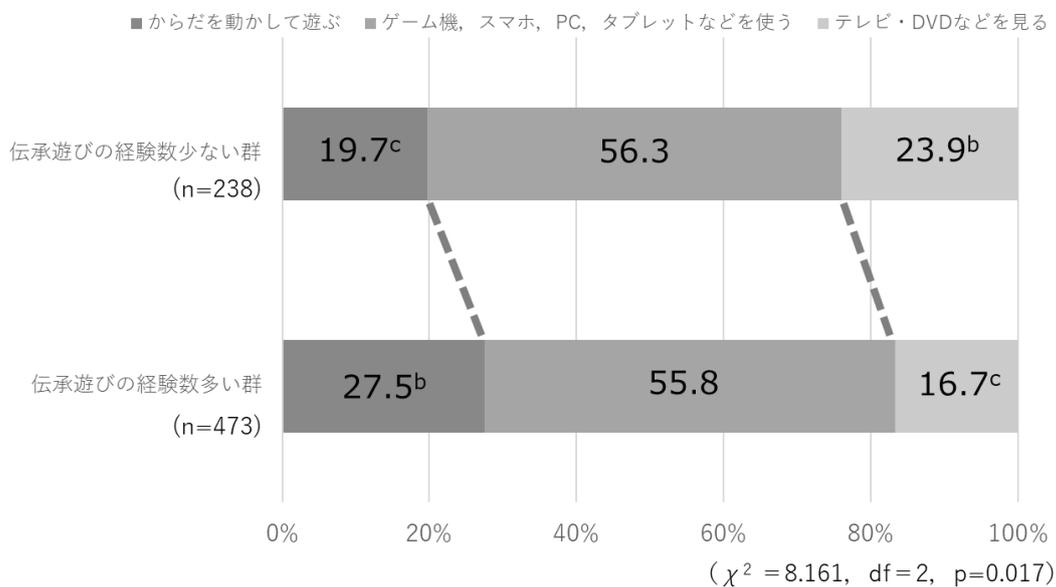
性別 学年	男児 (n=599)			女児 (n=631)			
	3年生	4年生	5年生	3年生	4年生	5年生	6年生
1	ゲーム機・携帯電話 話・スマートフォン・タブレット・ PCなどを使う						
2	45.3 からだを動かして遊ぶ	61.1 からだを動かして遊ぶ	51.1 からだを動かして遊ぶ	26.5 からだを動かして遊ぶ/ テレビ、DVDなどを見る	31.6 からだを動かして遊ぶ	31.9 テレビ、DVDなどを見る	35.2 からだを動かして遊ぶ
3	18.9 テレビ、DVDなどを見る	15.9 テレビ、DVDなどを見る	19.0 スポーツや習い事の練習をする	テレビ、DVDを見る	22.4 テレビ、DVDなどを見る	19.3 からだを動かして遊ぶ	20.7 テレビ、DVDなどを見る
	11.3	8.0	10.4	16.2	13.3	13.0	19.3

表中の数値は割合とした (%)。

表 2-4 生活行動時間と余暇に「もっともやりたいこと」との関連

説明変数	電子機器の使用			からだを動かして遊ぶ			スポーツや習い事の練習		
	$\beta$	OR	95%CI	$\beta$	OR	95%CI	$\beta$	OR	95%CI
性別									
男児	—	—	—	—	—	—	—	—	—
女児	8.824*	0.698	0.550-0.885	0.843	0.866	0.637-1.177	11.692*	0.431	0.266-0.698
学年									
0.5SD未満	0.811	0.949	0.848-1.063	2.464	1.126	0.971-1.306	0.217	1.055	0.842-1.322
mean $\pm$ 0.5SD	—	—	—	—	—	—	—	—	—
+0.5SD以上	7.170*	0.696	0.534-0.907	0.072	1.047	0.746-1.471	2.1280	1.499	0.870-2.582
0分群	6.921*	0.625	0.440-0.887	0.278	0.884	0.559-1.399	2.317	1.704	0.858-3.385
1分以上群	5.907*	0.739	0.580-0.943	22.888*	2.184	1.586-3.008	2.161	0.697	1.430-1.128
屋内遊び時間									
-0.5SD未満	—	—	—	—	—	—	—	—	—
mean $\pm$ 0.5SD	15.722*	1.719	1.315-2.247	5.213*	0.673	0.479-0.945	0.089	0.926	0.559-1.535
+0.5SD以上	14.992*	1.958	1.393-2.750	1.594	0.757	0.491-1.167	2.062	0.582	0.278-1.218
習い事時間									
0分群	—	—	—	—	—	—	—	—	—
1分以上群	0.289	0.934	0.728-1.198	0.001	1.005	0.729-1.387	1.901	1.416	0.864-2.322
学習塾時間									
0分群	—	—	—	—	—	—	—	—	—
1分以上群	6.031*	1.409	1.072-1.852	0.515	1.133	0.806-1.592	0.404	0.845	0.504-1.419
スポーツや習い事の練習時間									
0分群	—	—	—	—	—	—	—	—	—
1分以上群	31.056*	0.501	0.393-0.639	4.762*	1.420	1.036-1.946	45.955*	11.871	5.805-24.274

注：分析には、目的変数に余暇時間に「もっともやりたいこと」の各項目を選択した者=1、選択していない者=0を、説明変数に性（男子=1、女子=2）、学年、学校関連時間および屋内遊び時間（-0.5SD未満=1、 $\pm$ 0.5SD=2、+0.5SD以上=3）、外遊び時間・習い事時間・学習塾時間・スポーツや習い事の練習時間（なし=1、あり=2）を投入した多変量による二項ロジスティック回帰分析を用いた。 \* p < 0.05



**図3-1 遊び経験の多寡と「もっともやりたいこと<sup>a</sup>」との関連**

a: 余暇に「もっともやりたいこと」に選択された上位項目の3種類を分析対象とした。

b: 残差分析の結果、人数が有意に多かったセル

c: 残差分析の結果、人数が有意に少なかったセル

表3-1 各遊びにおける子どもと保護者の認知率

	鬼ごっこ	かんけり	だるまさんが か転んだ	ハンカチ 落とし	おままごと	かくれんぼ	野球	サッカー	秘密基地 づくり	探検ごっこ	カード ゲーム	ボード ゲーム
男子 (n=491)	知っている 0.4	91.6 8.4	99.6 0.4	97.1 2.9	96.5 3.5	99.8 0.2	99.2 0.8	99.6 0.4	94.5 5.5	94.1 5.9	98.4 1.6	99.2 0.8
女子 (n=536)	知っている 0.2	85.4 14.6	99.8 0.2	99.4 0.6	99.6 0.4	99.8 0.2	96.8 3.2	97.6 2.4	92.0 8.0	91.2 8.8	95.5 4.5	98.7 1.3
子ども (n=1,027)	知っている 0.3	88.4 11.6	99.7 0.3	98.3 1.7	98.1 1.9	99.8 0.2	98.0 2.0	98.5 1.5	93.2 6.8	92.6 7.4	96.9 3.1	98.9 1.1
保護者 (n=1,027)	知っている 0.0	99.9 0.1	99.8 0.2	98.7 1.3	99.7 0.3	100.0 0.0	99.3 0.7	99.3 0.7	98.1 1.9	97.9 2.1	94.5 5.5	99.6 0.4

注：子どもは男子と女子を合わせた合計とする。(%)

表3-2 各遊びにおける子どもと保護者の経験率

	鬼ごっこ		かんけり		だるまさんが 転んだ		ハンカチ 落とし		おままごと		かくれんぼ		野球		サッカー		秘密基地 づくり		探検ごっこ		カードゲーム		ボードゲーム		
	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	
男子	経験あり	99.6	488	81.7	447	99.6	483	97.3	474	65.4	468	99.0	488	83.7	484	93.2	485	73.5	460	73.5	453	94.0	481	98.6	485
	経験なし	0.4		18.3		0.4		2.7		34.6		1.0		16.3		6.8		26.5		26.5		6.0		1.4	
女子	経験あり	100.0	488	72.9	413	100.0	487	97.7	487	96.9	487	98.6	469	45.2	469	75.9	473	67.1	447	62.7	442	75.7	470	97.7	481
	経験なし	0.0		27.1		0.0		2.3		3.1		1.4		54.8		24.1		32.9		37.3		24.3		2.3	
子ども	経験あり	99.8		77.2		99.7		97.4		82.2		98.8		63.5		84.2		70.0		67.4		84.3		97.9	
	経験なし	0.2		22.8		0.3		2.6		17.8		1.2		36.5		15.8		30.0		32.6		15.7		2.1	
保護者	たくさん経験あり	83.6		59.5		80.3		61.0		66.6		83.7		11.4		10.4		31.7		24.8		29.4		55.8	
	経験あり	16.4	1023	36.6	1024	19.5	1022	36.0	1013	30.8	1020	16.1	1017	60.0	1017	68.3	1015	56.3	1014	64.3	1014	43.2	1015	43.3	1022
	経験なし	0.0		3.9		0.2		3.0		2.6		0.2		28.6		21.3		12.0		10.9		27.5		0.9	

注：対象は各遊びを「知っている」と回答した者のみとした。  
子どもは男子と女子を合わせた合計とする。

表3-3 各遊びにおける子どもの欲求率

子ども	鬼ごっこ	かんけり	だるまさんが が転んだ	ハンカチ 落とし	おまごと	かくれんぼ	野球	サッカー	秘密基地 づくり	探検ごっこ	カード ゲーム	ボード ゲーム
子ども	81.4	72.3	71.7	64.7	26.0	74.5	50.6	56.8	73.8	58.0	68.9	83.6
(n=1,027)	18.6	27.7	28.3	35.3	74.0	25.5	49.4	43.2	26.2	42.0	31.1	16.4
男子	84.8	74.8	64.4	59.9	19.8	71.9	69.9	73.2	75.2	60.8	78.7	86.6
(n=491)	15.2	25.2	35.6	40.1	80.2	28.1	30.1	26.8	24.8	39.2	21.3	13.4
女子	78.4	69.9	78.4	69.1	31.5	76.9	32.3	41.5	72.5	55.4	59.6	80.7
(n=536)	21.6	30.1	21.6	30.9	68.5	23.1	67.7	58.5	27.5	44.6	40.4	19.3

注：子どもは男子と女子を合わせた合計とする。

表3-4 各遊びにおける子どもと保護者の経験と欲求との関連

説明変数					$\beta$	OR	95%CI	説明変数					$\beta$	OR	95%CI
かんけり (n=881)	性	男子						サッカー (n=969)	性	男子					
		女子			-0.153	0.858	0.632-1.166			女子			-1.162 *	0.313	0.235-0.416
	学年段階	3, 4年生						学年段階	3, 4年生						
		5, 6年生			-0.632 *	0.532	0.378-0.748	5, 6年生			-0.401 *	0.669	0.499-0.899		
	経験	なし					経験	なし							
	あり			0.791 *	2.205	1.554-3.129	あり			1.64 *	5.155	3.311-8.026			
	保護者の経験	なし						保護者の経験	なし						
あり				0.914 *	2.495	1.126-5.530	あり			0.147	1.158	0.817-1.641			
たくさんあり			1.369 *	3.933	1.793-8.630	たくさんあり			0.714 *	2.041	1.176-3.543				
ハンカチ 落とし (n=973)	性	男子						秘密基地 づくり (n=922)	性	男子					
		女子			0.375 *	1.456	1.112-1.905			女子			-0.085	0.919	0.677-1.247
	学年段階	3, 4年生						学年段階	3, 4年生						
		5, 6年生			-0.516 *	0.597	0.448-0.795	5, 6年生			-0.558 *	0.572	0.411-0.798		
	経験	なし					経験	なし							
	あり			1.809 *	6.107	2.402-15.525	あり			0.926 *	2.525	1.846-3.455			
	保護者の経験	なし						保護者の経験	なし						
あり				0.254	1.289	0.571-2.907	あり			0.434 *	1.544	0.991-2.406			
たくさんあり			0.31	1.363	0.612-3.039	たくさんあり			0.759 *	2.137	1.303-3.504				
おまごと (n=963)	性	男子						探検ごっこ (n=912)	性	男子					
		女子			0.245	1.278	0.932-1.753			女子			-0.023	0.977	0.733-1.302
	学年段階	3, 4年生						学年段階	3, 4年生						
		5, 6年生			-0.237	0.789	0.582-1.069	5, 6年生			-0.542 *	0.581	0.430-0.786		
	経験	なし					経験	なし							
	あり			1.629 *	5.100	2.707-9.606	あり			1.538 *	4.655	3.437-6.303			
	保護者の経験	なし						保護者の経験	なし						
あり				-0.271	0.763	0.276-2.111	あり			0.483 *	1.621	1.006-2.611			
たくさんあり			-0.290	0.748	0.276-2.031	たくさんあり			0.916 *	2.500	1.460-4.282				
野球 (n=962)	性	男子						カード ゲーム (n=958)	性	男子					
		女子			-1.119 *	0.327	0.243-0.440			女子			-0.537 *	0.584	0.426-0.803
	学年段階	3, 4年生						学年段階	3, 4年生						
		5, 6年生			-0.36 *	0.698	0.515-0.945	5, 6年生			-0.741 *	0.476	0.341-0.667		
	経験	なし					経験	なし							
	あり			1.498 *	4.475	3.239-6.182	あり			2.295 *	9.927	6.429-15.327			
	保護者の経験	なし						保護者の経験	なし						
あり				0.11	1.117	0.804-1.550	あり			0.117	1.124	0.769-1.643			
たくさんあり			0.37	1.448	0.866-2.419	たくさんあり			0.063	1.065	0.707-1.604				

注：分析には、目的変数に各遊びに対する「やりたくない」=0, 「やりたい」=1を、説明変数に性（男子=1, 女子=2）、学年段階（3, 4年生=1, 5, 6年生=2）、子どもの経験（やったことがない=0, やったことがある=1）、保護者の経験（やったことがない=1, やったことがある=2, たくさんやったことがある=3）を投入した多変量による二項ロジスティック回帰分析（強制投入法）を用いた。\*p<0.05。