

## 第93回マチコミリサーチ 『貴重な自由時間、お子さまはどう過ごしている？』

ドリームエリア株式会社は、無料の緊急連絡網ツール『マチコミメール』を利用している保護者の方々を対象に、『貴重な自由時間、お子さまはどう過ごしている？』のアンケートを実施いたしました。

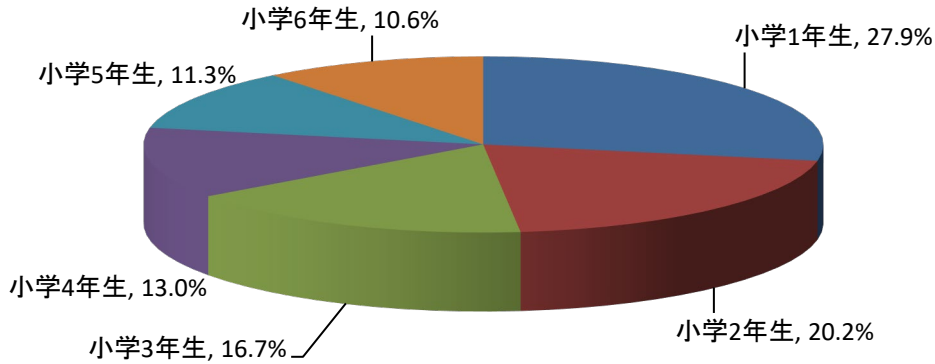
### <調査概要>

調査期間	2022年6月9日(木)～6月14日(火)
調査方法	携帯サイト上のアンケートフォームにて回答
調査対象	全国の小学校・学童のマチコミメール会員
調査対象数	1,095,294名
有効回答数	15,232件

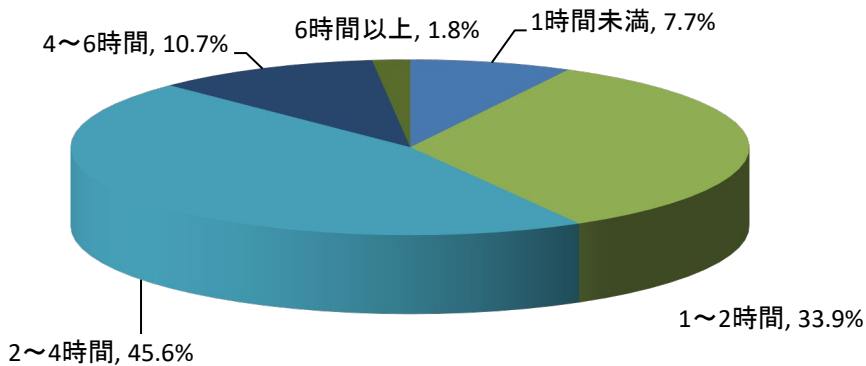
### <質問項目>

1	お子さまの学年をお選びください。小学生のお子さまが複数いる方は、一番下のお子さまの学年をお答えください。
2	平日、お子さまが自由に使える時間はどのくらいですか(学校・学童・塾以外の習い事や、食事・入浴などの時間を除く)？
3	平日、お子さまはどのように自由時間を過ごしていますか？ とくに多いものを3つまで選んでください。
4	平日、自由時間のうち、勉強(学校の宿題を除く)に費やす時間はどのくらいですか？
5	休日、お子さまはどのように自由時間を過ごしていますか？ とくに多いものを3つまで選んでください。
6	休日、自由時間のうち、勉強(学校の宿題を除く)に費やす時間はどのくらいですか？
7	週に何回、習い事に通っていますか？
8	お子さまの自由時間について、「こんなふうに過ごしてほしい」と思うことはありますか？
9	8で「ある」と回答された方へ:どのように過ごしてほしいかを具体的に教えてください。

質問1: お子さまの学年をお選びください。小学生のお子さまが複数いる方は、一番下のお子さまの学年をお答えください。

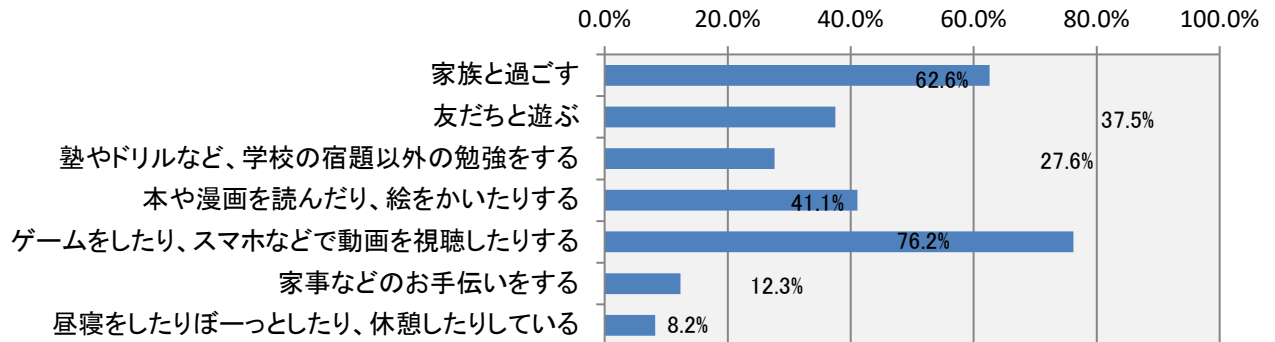


質問2: 平日、お子さまが自由に使える時間はどのくらいですか(学校・学童・塾以外の習い事や、食事・入浴などの時間を除く)?



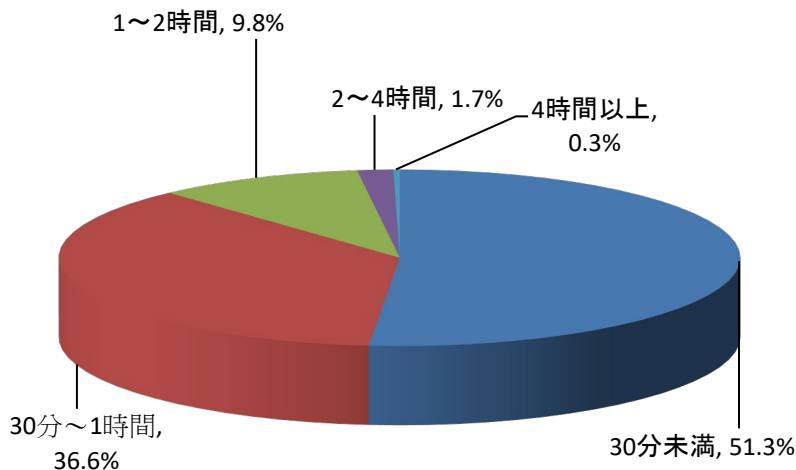
「2~4時間」との回答が最も多く約46%の結果に。学年が上がるにつれて宿題や習い事も増え、自由に使える時間は少しずつ減っていく傾向にあります。自由時間はお子さまが自分と向き合い自主性を育むためにも欠かせない時間です。お子さまの健やかな成長のためにも、できるだけ多くの時間を確保できるようサポートしていきたいところですね。

質問3: 平日、お子さまはどのように自由時間を過ごしていますか？ とくに多いものを3つまで選んでください。



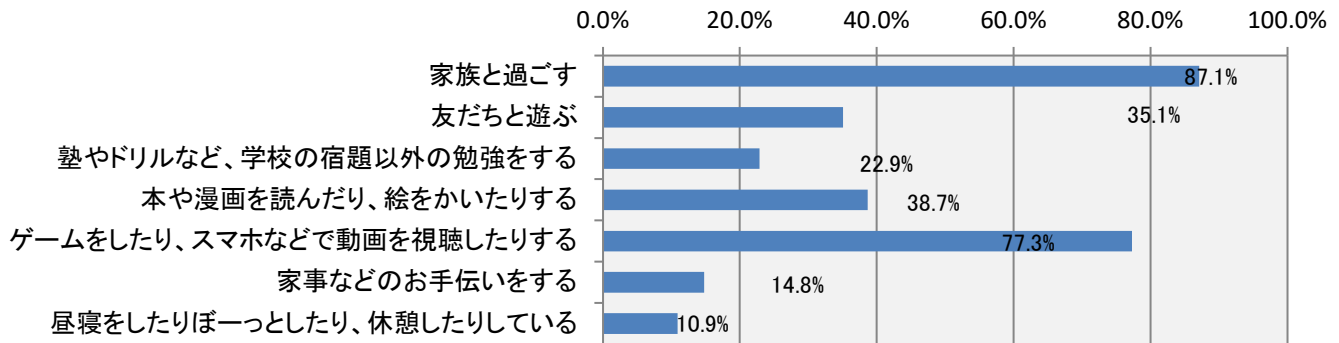
「ゲームをしたり、スマホなどで動画を視聴したりする」「家族と過ごす」「本や漫画を読んだり、絵をかいたりする」の順に多い結果となりました。せつかくの自由時間、勉強よりも遊びなどに時間を費やす傾向にあるようです。少ない時間の中でも思う存分好きな事をして有り余ったエネルギーを発散してもらいたいですね。

質問4: 平日、自由時間のうち、勉強(学校の宿題を除く)に費やす時間はどのくらいですか？



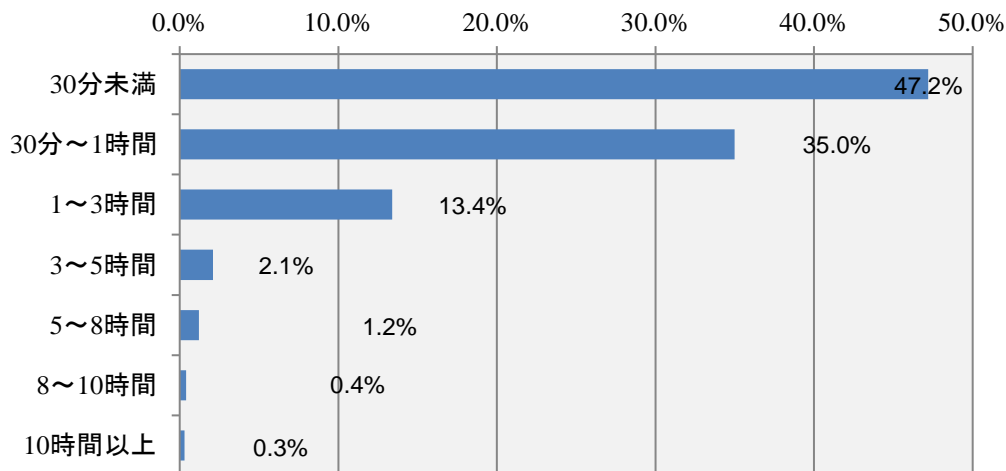
平日の自由時間のうち、学校の宿題を除いた勉強時間は「30分未満」が最も多く5割以上を占める結果となりました。小学生の勉強時間は1日あたり「学年×15分程度」が目安と言われています。遊びも勉強もバランスが大切。少しずつでも毎日勉強に取り組む習慣を身につけていきたいですね。

**質問5: 休日、お子さまはどのように自由時間を過ごしていますか？ とくに多いものを3つまで選んでください。**



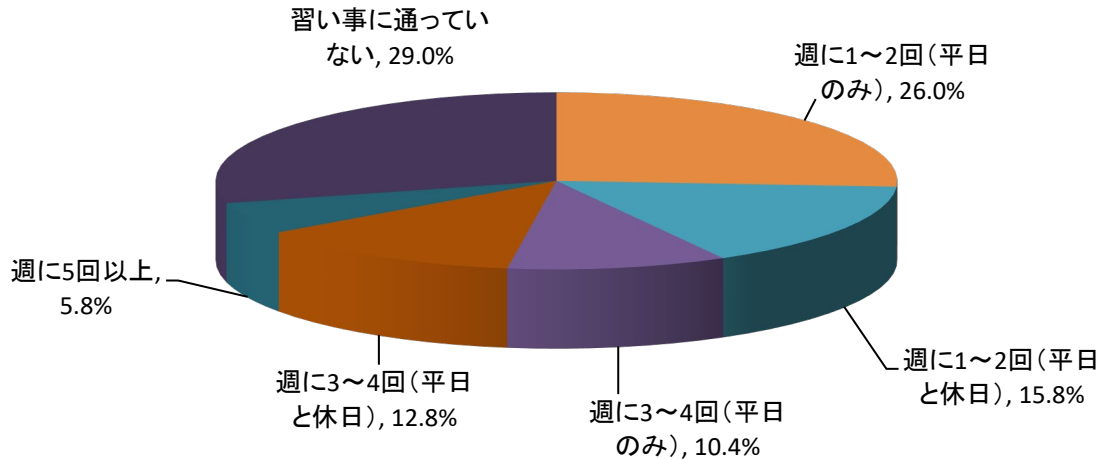
平日に比べ「家族と過ごす」「家事などのお手伝いをする」お子さまが多い結果に。休日はお子さまの自由時間も増え、家族皆が揃う貴重な時間でもあります。普段できないことに取り組んだり、お子さまが有意義に過ごせるよう色々と工夫していきたいですね。

**質問6: 休日、自由時間のうち、勉強(学校の宿題を除く)に費やす時間はどのくらいですか？**



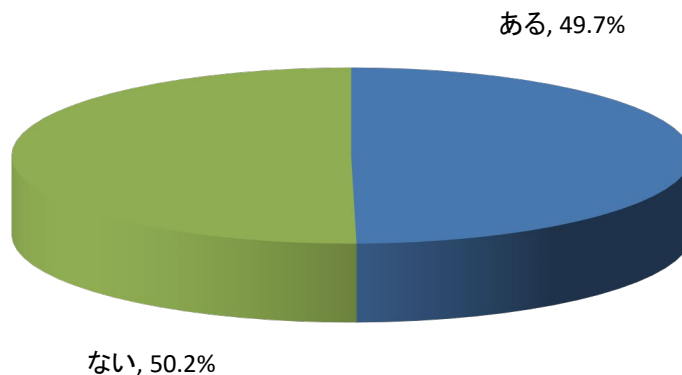
平日と同様に「30分未満」との回答が最も多い結果に。一方で「1時間以上」勉強するお子さまが平日よりも増えていることが分かりました。平日に比べお子さまの自由時間も大きく増えますが、勉強もしっかりと習慣化させてメリハリのある生活を過ごしてもらいたいですね。

質問7: 週に何回、習い事に通っていますか？



7割以上のお子さまが何かしらの習い事に通っていて、「週に1~2回(平日のみ)」と回答された方が最も多い結果になりました。みなさん学校が終わってから習い事へ通うことが多いようです。何かと忙しい現代の子どもたち。休日とのオン・オフの切り替えは大事ですね。

質問8: お子さまの自由時間について「こんなふうに過ごしてしてほしい」と思うことはありますか？



「ある」「ない」と回答された方がそれぞれ半数程度に分かれる結果に。自由時間ぐらいいは好きな事をやってもらいたいところですが、自由に過ごされてばかりでは困りものという方も多いのではないのでしょうか。貴重な時間を有効に過ごしてもらうためにも、時には親子で話し合っ方向性を決めてみるのも良いかもしれませんね。

質問9:8で「ある」と回答された方へ:どのように過ごしてほしいかを具体的に教えてください。

多かったのは以下のような回答でした。

**回答数 : 7185件**

- ・外遊びなどもっと体を動かしてほしい
- ・ゲームや動画視聴以外のことをしてほしい
- ・読書や勉強の時間を増やしてほしい

その他にもさまざまなコメントが挙がりましたので、いくつかご紹介します。

学校や児童館、お友達のお話をたくさん聞かせて欲しいです。

現状では勉強に追われているので、やることを厳選して、自分の好きなことを楽しんだり、休む時間に充ててほしい。

ゲームばかりではなく、今日の出来事や学校のことなどを話す団らんの時間もいいかなと思います----

リラックスして、いい休息ができる時間にしてもらいたい

夢中になれる事を見つけて欲しい

宿題以外に自主的に勉強して欲しい。又はどんな題材でもいいので興味のある事を自由研究のように調べる事をして欲しいです。

## まとめ

アンケートの結果から、平日における小学生の自由時間は「2～4時間」が最も多く、次いで「1～2時間」と思ったよりも自由時間が取れていない実態が明らかになりました。

毎日の学校生活にはじまり放課後のクラブ活動、塾に習い事、さらには学校の宿題など多忙な小学生にとって自由時間を確保することは容易な事ではないのかもしれない。

そのような「貴重」な自由時間の中で、平日は友達と遊んだり、ゲームや動画を見たりと思いつきに過ごしている一方、休みの日には学校の宿題以外の勉強にもきちんと取り組まれているお子さまも多く、遊びと勉強にメリハリをつけている様子も伺えました。

お子さまにとっての自由時間は、好奇心や想像力を豊かにし主体性を育むために必要不可欠な時間です。自由時間は好きに過ごしてもらいたいと思う一方、本当はこう過ごしてほしいと思われる方も多いのではないのでしょうか。

この機会にお子さまの自由時間に目を向け、有意義な時間を過ごさせるためには何ができるか、親子で考えるきっかけにしてみたいかがでしょうか。