プロジェクト研究9

現代児童の生活実態に関する研究

研究第7部　高橋種昭・萩原英敏
須永　進
研究第8部　星　美智子・湯川礼子
研究第4部　水野清子

はじめに

最近の児童の生活は，戦後の正に革命的ともいえる社会変革の中で，非常な変容を遂げ，戦前の児童の生活からは考えられぬような新しいものに変貌している。とくに昭和30年代の後半からの経済の高度成長は，児童の生活を根底から変えるような変化をもたらした。第1次産業から第2次・第3次産業中心へという産業構造の変化は，高学歴社会を生み出すことになり，児童を進学競争の嵐の中に追いやり，彼等の生活を著しく歪める事になったし，消費優先の生活文化は，彼等の価値観を変え，使い捨ての生活を定着させてしまった。そして，人口の一部地域への集中化や全くその逆の過疎化現象をもたらしたのも産業構造の変化によるものであり，児童を取巻く地域の生活環境は，全く以前とは異なるものになってしまった。

以上述べたような社会の変容は，当然児童の生活全体を変える事になり，衣食住の生活をはじめとして，学習生活や遊び生活など児童の日常生活の全般にわたって大きな変化がみられる。もちろん，そうした変化の中には，児童の心身の発達成長に好ましい影響をもたらすものもあることは事実である。彼等の身体発育値の著しい向上や，乳幼児を中心にした死亡率の低下などは，彼等の医療，保健環境を中心にした生活環境の改善を示す最もよい例と言えるし，進学，就園率のめざましい向上などは教育環境の整備の充実を示すものであろう。

しかし，同時に，児童の生活を歪め，損うような形での生活環境の変容がなされたのもこれ又事実である。そのよい例が遊び環境の現在における悪化であり，児童の心身の健全な発達に欠かす事のできぬ，彼等にとって生命とも言われる子ども本来の遊びが殆んど行えないのが現状である。悪化した地域環境や，偏差値中心，成績偏重の教育環境の中で，彼等が子ども本来の好ましい形での遊びを，自由に，のびのび行う事は至難の事である。又，食生活においても，その環境は決してよいものとは言えず，既製品的食文化が彼等の食生活を支配し，食事の世界からも個性や創造性が失われつつあるのが現状である。

更に，産業構造の変容や婦人の社会意識の変化に伴う既婚婦人の就業率の上昇は，家庭生活にも大きな変化をもたらし，児童の生活にもいろいろな形で影響を及ぼしている。

このように大きな変化を遂げつつあるわが国の児童を取巻く環境の中で，彼等がどのような生活をおくっているかについては，多くの報告や調査がなされている。我々も前回の報告に記した如く，幼児期の児童を対象にした生活実態調査を実施し，その実状について報告を行ったわけであるが，今回は年齢を更に上げ，既に進学戦争の渦中にある小学五年生を対象にし，その生活がどのようなものであるかを都市と農村において調べてみる事とした。

I　目　的

本研究では，可能な限り子どもとの直接的接触に留意しつつ，その生活をとりまく環境，生活行動の実態などを明らかにすることを目的とする。また，調査結果の総括は，ただ数量的な集成にとどまらず，記述的方法をも活用することによって，統計的処理では見逃されてしまう，具体的な児童たちの実際の生活様相を提示しようとするものである。

II　方　法

1.　調査および測定

1）生活時間調査

家族，一日の生活時間，食事などの質問紙（付1）と一日の生活時間表（付2），一週間の塾とけいこごとの調査表（付3）に記入させる。（付2）の「一日の生活時間」は個々に面接して聞きとり調査する。

2）行動量と行動範囲測定

起床から就寝まで「歩数計」を用いて行動量を測定する。行動範囲は自宅，学校，外出先きなど記入してもらい，後日，地図をみてキルビメーターで距離を測定する。

3）その他の調査

生活時間や行動量を個人的に検討する資料として担任に個人の行動評価（付4）を記入してもらう。肥満と行動量・食事，行動量の分析算の資料として，調査当日の学校の時間割，給食献立表，個々人の身長・体重測定表を揃える。

2. 手続き

1）調査前日

対象校で，一学級ずつ45分（一時限）かけて，調査主旨，歩数計の着け方，目盛のよみ方，カードへの記入（付5）を実施指導する。調査者3～4名が個々の子どもの点検にあたる。つぎに調査用紙を渡し，調査日の翌日学校で記入してもらうことを説明する。つまり，調査当日，何時，どこで，何をしたかを記憶することの必要を知らせるためである。調査用紙は白紙のまま回収。

2）調査当日

起床時に歩数計を着装し，通常の生活をする。下校時と就寝時に歩数計の目盛をカードに記入する（詳細はⅢの3. 行動量と行動範囲）。生活時間と行動をおぼえておくかメモをしておく。

3）調査翌日

歩数計とカードを回収。各調査用紙記入。東京K校と青森M校，T校では，調査員がひとりひとりの子について詳細な聞きとりによる調査をした。各校，調査員4名の他，補助員5名が担当した。

※　以上，調査方法について述べたが，調査のため授業時間を削除して振替える限度，個人評価など担任に負担がかかること，プライバシーを守るため親の職業は外部に洩らせない……など，学校によってさまざまの支障があり，方法の統一を欠くこと，資料が一部欠除することなど免れなかった。これらについては，結果の各項で具体的に触れることとする。

3. 対象および日時

本研究では，都市部の中心地区と周辺地区，都市部と農村（地方），公立校と私立校などの比較を意図した。この条件のもとに学校を選択したが，個々の対象校は，上述のように実際問題としては調査に種々の困難を伴うため，とりわけ本研究の主旨を理解し協力を得られる学校となった。

1）対象校

東京都文京区立Y小学校

（創立明治3年，在籍数552人，学級数16，1学級平均34.5人）

東京府に初めて設置された6小学校の一つ。旧い典型的な下町で地域の消防少年団組織があり，月2～3回土曜・日曜に子どもたちを集めている。今回調査対象のうちの数人の男子がこれに参加している。近隣は商店街が多く，学区内に交通事故多発地点が3個所もある。

東京都豊島区立K小学校

（創立大正7年，在籍数642人，学級数18，1学級平均35.7人）

山手線の駅近く，商店街を入った住宅地に設置されている。5年3学級のうち，1学級のみ調査対象とする。プライバシーに触れない枠での家庭調査がされ，母親の勤務状況などは調査できない。

東京都保谷市立H小学校

（創立昭和38年，在籍数550人，学級数17，1学級平均32.4人）

東京都の郊外にあり新たに開発された新興住宅地の小学校である。都内とことなり道路広く，空気も澄んでいる。東京のベットタウンであり，会社員多く，また核家族世帯が多くなっている。

私立T学園小学校

（創立昭和4年，在籍数907人，学級数24，1学級平均37.8人）

東京都郊外に56万㎡の広大な敷地をもち，幼稚園から大学までの校舎や図書館・運動場など種々の施設が整備されている。樹木や池と自然にめぐまれた環境で，全人教育の理念のもとに，学問・道徳・芸術・宗教・身体・生活の調和的教育をめざしている。

青森県三沢市立M小学校

（創立明治10年，在籍数298人，学級数10，1学級平均29.8人）

米軍基地が近く，爆音が頻繁である。校舎は鉄筋，二重窓で防音対策がされている。周辺には，新しく開発が進展している漁港と国の農業政策の変更とともに休耕を再度繰返している水田がある。親の職業は漁業・農業・軍関係従業員や運転手，大工，工員，会社員，公務員など種々で，それらがほぼ同じ割合（10％内外）である。

青森県十和田湖町立T小学校

（創立明治37年分教場，昭和57年独立校，在籍数58名，

学級数6，1学級7～12人，平均9.7人）

学校は国立公園内にあり，旅館，民宿，みやげ店，食堂などに従事する親が殆んどである。観光シーズンは活気があるが，冬期は人口300人になってしまう町である。学校では僻地教育の研究がなされ，研修会の主催校になっている。先生達は学校中のひとりひとりの子どもをよく把握し，授業も子どもの個性や能力にあわせて進められている。

2）対象児

1)の対象校の5年生を調査対象とした。K校は5年3学級のうちの1学級，その他の学校は5年生全員が対象である。表1は対象児を学校別，男女別に示したものである。

3）調査日時

調査は，1986～1988年に施行し，各校の調査日時は表1に示す通りである。調査依頼校の種々の条件もあり統一することが困難であったが，青森のM校，T校では，9月第一週の水曜日と半年後の3月第一週の水曜日に調査でき，季節の差をみることができた。東京のY校とT校は青森の3月調査の日にあわせた日時に調査できた。

表1

調査対象	男	女	計(人)	調査日時	
都内K校	19	17	36	'86 2/25	
都内Y校	62	48	110	'87 3/4	
郊外H校	69	57	126	'86 11/18	
私立T校	66	77	143	'88 3/4	
青森M校	31	30	61	'86 9/3	'87 3/4
青森T校	8	4	12	'86 9/3	'87 3/4
計	255	233	488		

Ⅲ 結果および考察

1. 家 族

1）家族類型

対象児の家族についてその世帯の家族類型を核家族と複合家族に分けてみると，図1の割合になっている。全体として核家族の方が複合家族より多く，核家族69.7%に対して複合家族30.3%である。核家族の最も多いのは，東京郊外のH校で（82.5%）新興住宅地区の特徴がみられ，青森は核家族57.5%と最も少なく複合家族が逆に42.5%で最も多く地方の特色を示している。

なお，全体のうち，父子家庭6，母子家庭15で計21（4.4%）が片親家族である。この数字は小学5年生の家庭としては少なくなく，現代の離婚率の高い風潮がうかがえる。

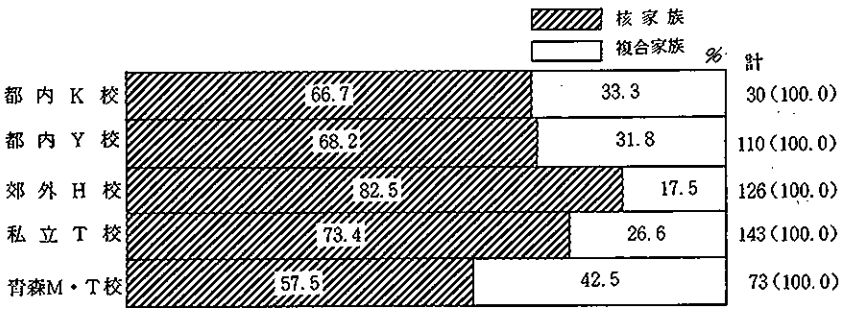
2）親の平均年齢

親の平均年齢は，父親41.5歳，母親38.2歳である。私立T校は父母ともに他校より年齢が高く父42.5歳，母39.5歳である。これに対し青森は父母ともに年齢が低く，父40.3歳，母36.8歳であり，東京私立校より父親2.2歳，母親2.7歳若くなっている（表2）。

3）家族数　家族数をみると，どの地域も4～5人が過半数を占め，次が6～7人である。東京公立各校の平均人数は4.8人，私立4.6人に対し，青森では5.2人と

表2　平均年齢　（単位：歳）

	都内K校	都内Y校	郊外H校	私立T校	青森M・T校	計
父	40.9	42.3	41.6	42.5	40.3	41.5
母	37.7	38.5	38.4	39.5	36.8	38.2



（昭60年度国勢調査　核家族60.0%）

図1　家族類型

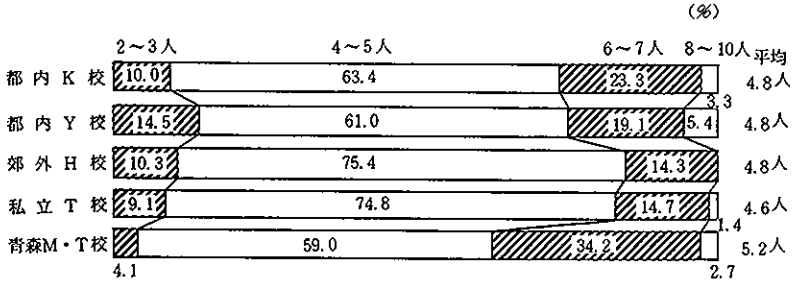
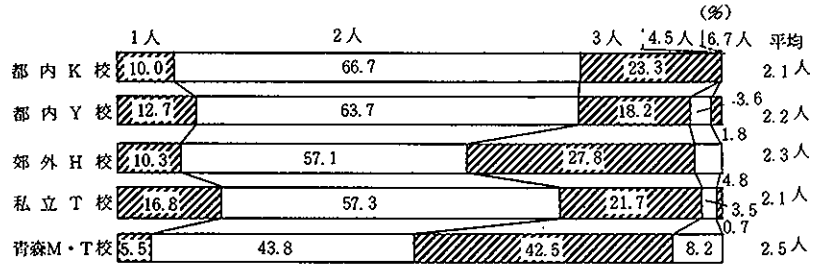


図2　家　族　数



（厚生省人口研　第9次（昭62）出産力調査　平均2.17人）

図3　きょうだい数

表3　一日の生活時間

	都内K校		都内Y校		郊外H校		私立T校		青森（9月）		青森（3月）		
	平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差	
朝，起きた時間	7：09	14.7	6：59	28.9	6：51	30.6	6：16	29.2	6：13	28.7	6：25	21.7	
朝の食事時間	7：26	12.3	7：26	17.5	7：23	15.8	6：36	24.2	6：39	23.7	6：47	20.4	
学校へ出かけた時間	8：02	7.4	7：56	14.3	8：08	13.1	7：05	23.3	7：06	20.5	7：14	18.0	
学校へ着いた時間	8：15	6.1	8：07	14.0	8：16	3.7	7：52	14.9	7：31	15.3	7：37	13.1	
下校の時間	4：02	31.6	2：08	42.1	2：50	26.4	3：34	8.8	4：27	29.8	4：09	24.4	
家に帰った時間.	4：20	23.8	2：26	54.5	3：12	38.2	4：50	51.8	5：07	26.2	4：44	30.4	
夕食を食べた時間	7：20	33.7	7：08	53.3	7：10	42.0	7：14	49.2	6：36	36.1	6：40	40.3	
夜，寝た時間	10：17	48.2	10：43	66.9	9：51	36.8	9：59	45.8	9：20	48.8	9：26	41.1	
通学時間（往）	13分	6.3	11分	6.7	11分	5.3	47分	18.5	24分	12.9	23分	12.8	（平均）
（復）	18分	7.7	19分	33.8	20分	23.8	75分	52.2	32分	18.7	35分	20.9	（21.5）
睡眠時間	8時間53分	48.8	8時間18分	64.8	9時間1分	46.9	8時間16分	46.0	8時間54分	46.3	9時間00分	43.1	（33.2）

家族数が多くなっている（図2）。

4）きょうだい数

きょうだい数の数は各校とも2人がもっとも多い。ひとりっ子は私立校（16.8%）が多く，青森（5.5%）の3倍強である。第9次（昭62年）出産力調査では平均2.17人であり，東京郊外校が2.3人とやや高く，青森は2.5人で明らかにきょうだい数の多いことを示している（図3）。

2．生活時間

1）一日の生活時間

(1) 起床から登校まで。表3に示すように，青森（9月）と東京私立が6時15分頃起床し6時台に朝食をとり，7時5～6分に家を出ている。青森の3月は9月よりそれぞれ10分ぐらい遅くなっている。東京の他校の起床時間は青森より遅く，K校で7時9分である。NHK調査(注1)では小学5年生で7時すぎまで寝ている子は10%になっており，K校は標準偏差も少なく，ほぼこれに含まれる。通学時間の長いのは私立校の47分であり，青森は24分，東京公立校は11～13分である。登校時間は公立校では8時7～16分，私立校7時52分であるが，青森では7時31～37分に登校し学校の園庭で走ったり遊んだりしている。なお，NHKの調査では通学時間は全国平均25分

弱であり，青森がこれに近い。

(2) 下校から就寝まで。下校時間は調査当日の時間割，課外活動の有無などに左右される。Y校は当日学校行事のため1時限早い下校となった。下校時間の最も遅いのが青森（9月）であり，登校時間も早く，一日に9時間も学校にいるのである。下校から帰宅時間をみると，朝の通学時間（平均21.5分）より12分近く（平均33.2分）時間がかかっている。とくに私立校では28分も開きがあるが，朝，車のところを徒歩やバス利用，また電車の乗り継ぎ時間の差などによると思われる。夕食は都市部では7時10～20分頃であるが，青森では6時40分頃で30～40分早くなっている。就寝時間も都市部の最も早い所より30分も早く健康的な小学生の生活が伺われる。就寝時間のもっとも遅いY校は平均10時43分で青森の小学校より1時間20分以上の差がある。NHK調査では，小学5年生の過半数は9時30分に就寝し，10時には80%の子が就寝している。

(3) 睡眠時間。NHKの全国調査では5年生の睡眠時間は9時間8分である。今回調査では全般にそれを下廻り，とくにY校とT校では50分も短かく8時間16～8分である。

2) 下校後の活動

下校後の活動を勉強，遊び，外出，手伝いなどにわけ，それら行った者の人数と%，およびその所要時間の平均をしらべた（H校は調査できなかった）のが表4である。

(1) 勉強・塾。勉強は私立が最も多く86.7%，次いでY校79.1%，K校と青森は70%弱である。しかし，勉強時間の平均はY校が2時間強，K校1時間14分，私立校1時間8分，青森40分弱である。さらに塾に通う子はK校，Y校30%で，平均時間もY校2時間50分強，K校2時間弱でかなりの時間を占め，都市部公立校の課外学習の厳しさを示している。男女差をみると（表4－2図），勉強・塾とも行為者の%は近似であるが，平均時間であると男子の方がほぼ40分長くなっている。

(2) 遊び。遊びについては，「戸外・運動遊び」「室内遊び」「友だち遊び」「テレビ」に分けて調査した。まず，今回の研究の中心的テーマとなっている，児童の行動とのかかわりから，「戸外遊び」と「室内遊び」の二つを比較してみる。

「戸外遊び」は，男女ともに1日平均45分程度，「室内遊び」は，テレビ視聴時間を除いても55分となっており，全般的に戸外での遊びのほうが少なくなっている。男女別にみると，男子のほうが女子に比べ，戸外・運動遊びが多くなっている。

また，友だちとの遊びでは，男女ともに平均して52分程で，K校はなかでも低くなっている。

(3) テレビ。テレビ視聴時間は，Y校が73.6%と少なく，青森（9月と3月の平均値）93.1%で一番多い。NHK調査では小学5年の行為者（テレビをみた者）94%，平均時間115分であり，われわれの調査より多くなっている。これは朝のテレビ視聴時間を含む視聴時間だからであろう。男女を比較してみると行為者率，視聴時間殆んど変りなかった。

(4) 外出，手伝い，昼寝。外出は都内のK校，Y校が多く私立校，青森の倍以上である。友だちと遊ぶ割合と似ている。私立校・青森校は帰宅時間がおそく自宅が学校や友人宅と遠方にある影響と思われる。手伝いは，全体に少なく2割に満たないが，とくに私立校は少なく1割弱である。男女では女の方が倍以上多い。ひる寝は，NHK調査では小学生は無しとなっているがY校にみられる。

(5) 季節別。青森M校・T校の9月と3月の下校後の活動を比較してみる。表4－3にみるように，冬期は戸外遊びが減少し，テレビ視聴時間が40分弱多くなり，テレビ視聴児が86.3%から100%に増加している。

表4－1　下校後の活動（学校別）

	都内K校			都内Y校			私立T校			青森M・T校		
	人数( )%	平均	標準偏差	人数( )%	平均	標準偏差	人数( )%	平均	標準偏差	人数( )%	平均	標準偏差
勉強	25 (69.4)	74.0	42.8	87 (79.1)	120.6	92.2	124 (86.7)	67.7	45.5	101 (69.7)	39.6	20.4
塾	12 (33.3)	118.8	76.1	33 (30.0)	171.5	103.7	21 (14.7)	131.0	56.6	1 (0.7)	15.0	0.0
友だちと遊ぶ	14 (38.9)	21.3	33.3	45 (40.9)	107.3	52.5	7 (4.9)	31.4	8.7	10 (6.9)	48.6	24.4
戸外・運動遊び	10 (27.8)	16.0	30.6	33 (30.0)	103.9	62.0	15 (10.5)	37.7	13.3	11 (7.6)	47.0	21.6
室内遊び	29 (80.6)	52.9	41.7	78 (70.9)	68.6	54.0	99 (69.2)	50.2	36.7	83 (57.2)	51.2	37.2
テレビ	33 (91.7)	102.2	59.4	81 (73.6)	101.4	65.0	112 (78.3)	79.1	47.2	135 (93.1)	127.9	59.1
外出	11 (30.6)	35.1	34.6	46 (41.8)	70.0	52.8	24 (16.8)	34.4	25.0	22 (15.2)	59.8	53.1
手伝い	5 (13.9)	37.0	28.2	19 (17.3)	42.6	23.0	13 (9.1)	38.8	28.3	22 (15.2)	27.5	15.5
昼寝・休憩	1 (2.8)	30.0	0.0	33 (30.0)	71.8	99.1	15 (10.5)	41.7	32.7	6 (4.1)	53.3	46.4
	N＝36			N＝110			N＝143			N＝145		

表４－２　下校後の活動（男女別）

	男子			女子		
	人数( )%	平均	標準偏差	人数( )%	平均	標準偏差
勉強	170 (75.9)	69.8	48.9	167 (79.5)	65.8	36.9
塾	33 (14.7)	111.4	50.0	34 (16.2)	67.7	33.4
友だちと遊ぶ	56 (25.0)	56.9	28.3	20 (9.5)	44.1	9.7
戸外・運動遊び	45 (20.1)	56.2	33.0	24 (11.4)	31.3	16.9
室内遊び	154 (68.8)	57.6	42.0	135 (64.3)	51.8	37.9
テレビ	187 (83.5)	108.7	57.5	174 (82.9)	106.1	52.9
外出	54 (24.1)	48.9	40.0	49 (23.3)	48.7	30.4
手伝い	18 (8.0)	24.0	13.1	41 (19.5)	37.3	22.7
昼寝・休憩	32 (14.3)	45.6	38.5	23 (11.0)	49.3	44.9
	N＝224			N＝210		

表４－３　下校後の活動（季節別）

	青森M・T校　9月			青森M・T校　3月		
	人数( )%	平均	標準偏差	人数( )%	平均	標準偏差
勉強	55 (75.3)	36.6	19.9	46 (63.9)	42.5	20.8
塾	1 (1.4)	30.0	0.0	0 (0.0)	0.0	0.0
友だちと遊ぶ	3 (4.1)	50.0	21.6	7 (9.7)	47.1	27.2
戸外・運動遊び	8 (11.0)	25.7	15.9	3 (4.2)	68.3	27.2
室内遊び	49 (67.1)	48.1	36.1	34 (47.2)	54.2	38.3
テレビ	63 (86.3)	109.9	54.3	72 (100.0)	145.8	63.8
	N＝73			N＝72		

3）12時すぎまで起きている児童

NHKの生活時間調査では，小学５年で11時台に起きている子１％で午前０時以後は０％である。われわれの調査でも，Ｙ校の他は12時前に就寝していた。Ｙ校では12.7％の14名もが12時以後の就寝である。これらの数は統計的に処理すれば，平均就寝時間を僅かに遅らすことであるが，小学生の生活実態として見逃がせない問題であろう。表５は，これらの児童たちの個々の６時以後の生活を具体的にとりあげてみたものである。夕食・入浴の生活必需時間を除けば，塾と勉強で殆んどの時間を費している。テレビや家族とのおしゃべりの時間をもつ子も２～３みられるが，それも勉強の息抜きのようである。Ｙ校のように中学受験の厳しい課外学習をしている公立校は都内にいくつかあると思われる。全国調査でも昼寝は70歳以上17％，高校３年生が夜間の試験勉強に備えて20％が昼寝をし，小・中学生に昼寝はみられない。都内の小学５年生の何人かは，まさに大学受験生のような睡眠形態をとっているといえる。最も就寝時間のおそいものは午前３時15分であり，この児童については次の項で詳細にとりあげる。

※注１「日本人の生活時間」1985年NHK世論調査部，日本放送出版協会

4）Ａ君の事例

生活時間では，学校（あるいは地域）差，男女差などに若干の違いはみられるが，なかでも現代児童の一面が表われていると思われる，都内Ｙ校のＡ君の事例をとりあげてみる。

Ａ君の場合，生活時間では特に，放課後以降，通塾と勉強時間にほとんど費やされているのが特長となっている。そのため，外食は外（塾）で10分程度で済ませている。この他，入浴時間を除くと，学習時間で占められている。就床が午前３時15分，１日の睡眠時間が４時間30分（この他昼寝１時間）で，成長期にある児童にとって食事（夕食）のあり方と睡眠時間の少なさが気になる。

また，家族との関係では，Ａ君は日常的に学校と塾（あるいは勉強）との生活が中心となっており，朝食と夕食をひとりで食べている。また，記入してもらった調査票では家族とのかかわりが少ないのが目についた。

稽古ごとには通っておらず，通塾のみとなっている。学習塾では，小学生にとって最も難関といわれているＹ塾に，一週間のうち，金曜日を除くほぼ毎日通塾している。そのため，母親はＡ君の塾での夕食（弁当）を作るなど

表5　12時すぎに寝る子（Y校：男子9人，女子5人，計14人　12.7%）

	項目／生徒	就寝時刻	睡眠時間	昼寝の時間	PM 6:00　7:00　8:00　9:00　10:00　11:00　AM 12:00　1:00　2:00　3:00
男子	G．Y	12：00	7：30		塾 → ← テレビ → 勉強 ‖ 12:00
	N．I	12：10	7：05		テレビ，おもちゃ ← 勉強 → 風呂，起きていた ‖ 12:10
	D．T	1：00	6：00		塾 → ← 勉強 → ← 読書 → ‖ 1:00
	Y．T	12：03	7：27		塾 → 風呂，夜食 ＜勉強＞ ‖ 12:03
	K．T	1：20	7：00	2：00	ゲーム　テレビ　食事 ← 寝る → ← 勉強 → ‖ 1:20
	D．A	3：15	4：30	1：00	＜寝＞ ← 塾 → 風呂 ← 勉強 → ‖ 3:15
	Y．A	12：30	6：00		塾 → ゴロ寝，テレビ ＜勉強＞ ‖ 12:30
	M．K	12：00	6：41		塾 → 風呂，食事 ＜勉強＞ マンガ，ファミコン ← テレビ → ‖ 12:00
	H．K	1：00	6：30		塾 → 風呂，休 ← 勉強 → ‖ 1:00
女子	K．E	12：00	6：00		テレビ，風呂，本 ← 勉強 → ‖ 12:00
	S．K	12：20	7：10		塾 → 夕食，テレビ，マンガ本 風呂，明日の用意 ‖ 12:20
	A．Y	12：30	6：00		塾 → ← 勉強 → ‖ 12:30
	E．U	12：00	5：00		塾 → 風呂，明日の用意 ‖ 12:00
	K．F	12：30	6：50		家族とおしゃべり　＜勉強＞ 家族とおしゃべり ‖ 12:30

表6　A君の放課後の生活（平日）

午後2時	15分	30分	3時30分	4時30分	7時10分	9時15分	はみがき	午前3時15分
学校	帰宅（ひとりで）	おやつ（ひとりで）	勉強（ひとりで）	昼寝	塾での勉強（ひとりで）	夕食・塾で	自宅での勉強（ひとりで）	入浴	自宅での勉強（ひとりで）	就床

表7

（単位：歩数）

	朝～下校時	下校時～夜	1日(朝～夜)
A　君	22,700	4,800	27,500
Y校（平均）	9,345	9,543	18,888

の協力をしており，勉強一辺倒の生活の感が強い。

さらに，一日の行動量（歩数）をみると，A君の通っているY校の5年生全体と比べると，次のようになる。

上の表に示されるように，A君は朝から学校にいる間は，活発な活動をとっている。その間の行動量はとび抜けて多い（22,700歩）が，それは休み時間に友だち13人とするボール遊びによるものと思われる。その結果，クラスで上位2番目に位置するほどの行動量となっている。

反対に，下校後は昼寝と通塾および自宅学習により，他の子どもの平均歩数の半分に減少している。おそらく学習塾と家庭での長時間にわたる勉強が，A君の行動量（歩数）に少なからず影響を与えているものと思われる。

また，A君にたいする担任の評価は高く，性格，行動，学習面その他での問題は今のところ見られない。（表8）

しかし，現在のこうした生活は，小学生の生活としてはやや不健全さを感じる。児童の心身の豊かな成長と発

表8

生徒氏名　D・A　　男・女　　記入者　T

	ふつう	
1 健康である	①	病気がち
2 体力がある	①	体力がない
3 運動能力がすぐれている	①	運動能力劣る
4 学力がすぐれている	①	学力が劣る
5 ものごとに積極的	①	消極的
6 動きが活発	①	不活発
7 落ちついている	①	落ちつきがない
8 のんびり	①	せっかち
9 きちょうめん	①	だらしがない
10 まじめ	①	ふまじめ
11 はきはき	①	ぐずぐず
12 集中力がある	①	気が散りやすい
13 がんばりや	①	なげやり
14 目立ちたがり	①	控え目
15 自発性，創造性ある	①	自発性，創造性ない
16 自立している	①	依存的
17 友達と協調性ある	①	協調性ない
18 明るい性格	①	暗　い
19 食事量（食欲）多い	①	食事量少ない
20 偏食がない	①	偏食がつよい

達を考えると，これからのA君の成長にどういった影響をおよぼすことになるのか，発達全体の観点からとらえ直す必要があるように思える。

3. 一日の行動量

1) 歩数による行動量

児童の行動の量を調べるために今回は朝起きた時から夜寝るまでの一日に歩行した歩数を測定することにした。測定の方法は5万歩まで測定できる歩数計を児童ひとり1個宛用意し，調査日に起床時から入浴時を除いて就寝時まで一斉に装着してもらった。歩数の読みとりは下校時と就寝時の2回で，歩数を子どもに読みとらせるのではなく，歩数計の目盛板をカードに印刷したものに針の位置と万単位を表示する数字を記入させた。下校時は担任教師の指導で記入し，就寝時はカードを家に持ち帰らせて記入させ，翌日歩数計と同時に提出させた。歩数計はすり足での歩行や上下動は正しく測定されない場合もあるが行動量はほぼ把握することができる。

(1) 地域別行動量

歩数の地域別平均値を起床から下校まで，下校から就寝まで，起床から就寝までに分けて示したのが表9－1である。先ず起床から下校までをみると都内K校が7,600歩で一番少なく，次いで都内Y校9,340歩，郊外H校11,190，青森M・T校13,878となっており，一番多い私立T校は18,959でK校の2.5倍となっている。下校後から就寝までは都内K校，私立T校，青森M・T校の3校が6,000歩台でありH校8,100，Y校9,500となっている。Y校は調査当日は5時限がなく下校時刻が他校に比べて早かったために歩数が多くなっており下校から就寝までの歩数は地域による差は余り認められない。起床から就寝までの一日の歩数を比較すると起床から下校までと同様にK校，Y校，H校，M・T校，T校の順に多くなっており最少のK校と最も多いT校では11,000歩の差がみられる。

各地域毎の最多歩数と最少歩数を表9－1の下欄に示したが同一地域であっても最多と最少には大きな開きがあり，起床から下校までをみるとH校の最少が2,000歩でどの学校の最少よりも小さいが最多は27,200歩で最少の13.6倍になっている。下校から就寝までを比べると，最少は各学校とも2,000歩前後であるが，最多値はY校の30,100歩で最少の14.3倍にも達している。起床から就寝までの一日の行動量では最多値が4万歩以上がY，H，Tの三校にみられた。最少はK校の5,100歩であり今回

表9－1　行　動　量（地域別）

（単位：歩）

	都内K校 36人		都内Y校 110人		郊外H校 126人		私立T校 143人		青森M・T校 73人	
	平　均	標準偏差	平　均	標準偏差	平　均	標準偏差	平　均	標準偏差	平　均	標準偏差
起床時～下校時	7,608.1	3,510.4	9,345.3	4,361.5	11,190.9	4,698.4	18,959.9	4,245.9	13,878.1	4,272.3
下校時～就寝時	6,713.9	3,431.6	9,542.5	4,959.5	8,184.3	4,372.8	6,530.3	2,765.5	6,038.4	2,889.9
起床時～就寝時	14,394.4	5,255.6	18,888.7	7,428.2	19,213.2	7,113.1	25,545.8	5,463.9	20,190.4	5,677.8
	最　多	最　少	最　多	最　少	最　多	最　少	最　多	最　少	最　多	最　少
起床時～下校時	15,500	2,500	25,000	3,000	27,200	2,000	30,300	8,300	22,700	5,400
下校時～就寝時	16,000	1,900	30,100	2,100	31,600	2,800	16,400	1,900	14,500	1,800
起床時～就寝時	27,000	5,100	42,900	7,200	41,200	6,000	40,000	12,800	36,100	8,400

表9－2　行　動　量（男女別）

（単位：歩）

	男　255人		女　233人		計　488人	
	平　均	標準偏差	平　均	標準偏差	平　均	標準偏差
起床時 ～ 下校時	14,412.4	4,420.8	9,860.0	4,748.2	12,136.2	3,219.0
下校時 ～ 就寝時	8,087.2	1,960.3	6,619.2	823.9	7,353.2	1,038.0
起床時 ～ 就寝時	22,511.3	4,023.9	16,483.4	4,361.2	19,497.4	4,262.4
	最　多	最　少	最　多	最　少	最　多	最　少
起床時 ～ 下校時	30,300	3,000	27,100	2,000	30,300	2,000
下校時 ～ 就寝時	31,600	1,800	24,700	1,900	31,600	1,800
起床時 ～ 就寝時	42,900	8,000	38,200	5,100	42,900	5,100

表10　昼休みにしたこと

（%）

	都内K校	郊外H校	私立T校	青森M・T校
学校や学級の仕事	16（50.0）	4（3.2）	6（4.3）	10（13.7）
勉　強	3（9.4）	1（0.8）	5（3.6）	0（0）
教室で遊ぶ	10（31.2）	13（10.5）	11（7.9）	14（19.2）
校庭で遊ぶ	2（6.3）	104（83.9）	118（84.2）	36（49.3）
その他（劇の練習など）	1（3.1）	2（1.6）	0（0）	13（17.8）
計	32（100.0）	124（100.0）	140（100.0）	73（100.0）

の調査対象児中の最低の行動量である。

(2)　行動量の男女差

次ぎに男女別の平均，標準偏差，最多，最少を示したのが表9－2である。起床～下校，下校～就寝ともに男子の方が女子より行動量が多くなっている。起床から就寝までの一日の歩数を比べると男子22,511，女子16,483で女子より6,000歩多くなっている。最少値は起床～下校，下校～就寝とも男女差はみられないが最多値は男子の方が多くなっている。また男女それぞれに最少と最多を比較すると男子は起床から下校までの最多は30,300で最少3,000の10倍，下校から就寝まででは最少は僅か1,800，最多は31,600で最少の17.6倍に達している。女子は起床から下校時（最多27,100，最少2,000），下校から就寝時（最多24,700，最少1,900）ともに最多は最少の13倍の行動量となっており最多と最少の行動量の差は非常に大きい。地域別，男女別とも標準偏差が大きい。最多値，最少値の開きも非常に大きく行動量は個人差が大きいことを示している。

(3)　調査日の授業科目

調査当日は都内Y校は4時限で他の4地域はすべて5時限であったが，科目によっては一時間の授業中椅子に腰かけたまま動かない場合もあるし，体育の時間は行動が激しく，当然歩数にも大きく影響する。各校の時間割から調査当日の体育の授業の有無をみると郊外H校は3クラス中2クラス，私立T校は4クラスとも体育の授業が行われていた。起床時から下校時までの平均歩数がT校，H校が多く（表9－1）なっているのは体育の時間の有無が大きく関係しているといえる。

(4)　昼休みにしたこと

児童が朝登校してから下校するまでの学校生活の中で授業以外の昼休みの時間は自由な行動の時間である。歩数計を装着した日の昼休みには何をしていたかを質問したのが表10である。

都内K校では学校や学級の仕事に児童の半数の50%が関わっている。青森M・T校では13%強，郊外H校，私立T校では3～4%の児童が昼休みに学校や学級の仕事に携っているだけである。勉強は都内K校9%で，他校は少なく，青森は昼休みに勉強をしていた児童はひとりもいない。昼休みに遊んだ児童を教室，校庭に分けてみると郊外H校，私立T校は84%が校庭で遊んでおり，青森M・T校は半数近くが校庭で遊んでいる。都内K校は校庭で遊んだのは6%だけで，31%が教室内で遊んでいる。青森M・T校は19%，郊外H校10%，私立T校8%と教室で遊んだ児童は少ない。

以上のように昼休みに校舎の中で仕事や勉強をするのと校庭で遊びまわるのとでは行動量に大きな差が生じてくる。起床から下校時までの平均歩数が一番多い私立T校は昼休みには教師が児童と一緒に校庭で遊ぶため行動量に非常に大きな影響を与えていると思われる。行動量の少ないK校は調査日が2月の厳寒期であったことや調査前日に降雪があり，校庭の隅や道路の端には残雪があったために教室内の遊びが多くなったといえる。

(5)　運動場面積

体育の授業や昼休みの活動の場である運動場の広さは行動量や行動内容に関係してくる。同じ校庭一周マラソンであっても狭い運動場と広い運動場では走る距離が異るし，狭い校庭の場合には昼休みのボールを用いる遊びは制限されることも起り得る。平均的な都市の学校であるK校と青森の学校の運動場面積を比較したのが表11である。

表11　運動場面積

	都内K校	青森M校	青森T校
運動場面積	3,163 ㎡	8,100 ㎡	22,207 ㎡
児童数	788 人	298 人	58 人
一人当り面積	4.0 ㎡	27.2 ㎡	382.9 ㎡

都内K校の運動場の面積は3,163㎡，青森M校8,100㎡，青森T校は22,207㎡もあり都内K校の7倍の面積がある。これを児童1人当りの面積で比べてみると都内K校4.0㎡，青森M校27.2㎡，青森T校は382.9㎡で，M校はK校の6.8倍，T校はK校の95.7倍で都会では想像できない広さである。これを図示すると1人当りの運動場の面積の差が一層明らかになる（図4）。この差がK校とM・T校の行動量の差に大きく影響していると思われる。

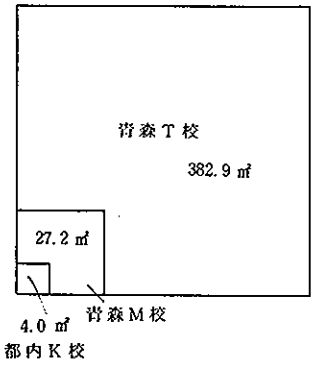


図4　1人当り運動場の広さの比較

また表には示さなかったが私立T校は56万㎡の広大な校地に幼稚園から小学校，中学校，高校，短大，大学の校舎が点在し，小学校の運動場は一応区分されているが運動場以外にも池，花壇，畑，動物小屋があり，都内の公立小学校に比べ非常に大きな面積を有している。これはT校の起床から下校までの行動量の多さの要因の一つであろう。

2)　一日の行動範囲

(1)　自宅から学校までの距離

一日の行動の広がりの中で必ず行く場所，即ち学校までの距離の平均を表わしたのが表12－1である。通学距離は，各児童に記入してもらった住所を手がかりにひとりひとりの通学路を地図の上に印し，キルビメーターで長さを計測し，それぞれの地図の縮尺に応じて換算し算出した。都内Y校が平均486mで一番近く，都内K校530m，郊外H校574mで都市では500m前後である。それに対し青森は平均2,321mで最も遠くから通学している児童は8,060mである。この児童はスクールバス利用の2名で8㎞の区間をバスに乗車している。都市の最長は1,250mで他の2校も似通った数値であり，通学区域は学校を中心として大体1,200m～1,300mが通学範囲とみることができる。最短距離は都内Y校が12.5mで青森は最短でも200mあり通学区域の広さがうかがえる。

私立T校はバスや電車を利用しての通学者が多く通学距離の計測が困難なため次表のように通学方法を示した（表12－2）。徒歩のみで通学している児童は2割に満たない。電車またはバスと電車を利用するものがほとんどで，電車を2回も乗り換え，3種類の電車を乗り継いで通うものも3％弱あった。また自宅から最寄りの駅やバス停まで自転車を利用するものは10％弱，車で送ってもらうのは15％弱である。通学時間は最も近い子で7分，最も遠い子は1時間45分かけて通学している。

(2)　下校後の行動範囲

下校後の行動範囲については児童1人ずつに詳細な聞き取り調査を行ない，外出先きの名称や位置が地図で確認することのできた都内K校・青森M・T校について取り上げた。

先ず下校後のさまざまな行動の中から戸外での遊びや買物，病院への外出，友だちの家や塾へ行くための移動をまとめて戸外活動とし，戸外活動の有無を比較した（図5）。都内K校では戸外活動ありが男61％，女76％であるが，青森M・T校では男18％，女29％と少ない。即ち，青森では児童の7～8割は学校から帰宅後は家から全く出ていない。

次ぎに戸外活動の行動範囲は聞きとり調査における子

表12－1　通　学　距　離

（単位：m）

	都内K校		都内Y校		郊外H校		背森M・T校	
	平　均	標準偏差	平　均	標準偏差	平　均	標準偏差	平　均	標準偏差
男女合計	530.1	207.2	486.4	536.5	574.7	308.6	2,321.4	1,588.7
最短	50.0		12.5		117.0		200.0	
最長	1,050.0	電車通学の1名を除く	1,250.0	学区外3名を除く	1,186.0		8,060.0	（スクールバス）

表12－2　私立T校通学方法

	人　数	%
徒歩のみ	27	18.9
車・徒歩	1	0.7
バス（乗り換えなし）	1	0.7
バス（　〃　1回）	2	1.4
電車（　〃　なし）	55	38.6
電車（　〃　1回）	14	9.8
電車（　〃　2回）	4	2.8
バス・電車	36	25.2
バス・電車（乗り換え1回）	2	1.4
無　記　入	1	0.7
計	143	100.0
最短時間	7分	
最長時間	105分	

どもの回答から地図で道順を辿り通学距離と同様の方法で算出した（表13）。男女の合計で2校を比較すると都内K校は平均815m，背森M・T校は1,260mで背森の方が行動範囲は大きい。都内K校で最も近い行動範囲は50mの珠算塾，最も遠いのは4,325mで電車を利用しての学習塾である。背森は最も近いのは220mで店舗まで買物に出かけている。最も遠いのは4,400mで母親が車で市役所へ出かけるのに同乗し帰途母親と買い物している。背森男子の最短は320mの友だちの家である。一軒一軒が離れしかも交通が不便なために戸外活動がK校に比べて少ないと考えられる。また両地域とも男子より女子の方が戸外活動が多いのは母の買いものについて行ったり母の用事に同道するためであろう。

3）行動量の多少両群の比較

環境的に似通った都内の2校について行動量の多少二群の比較をした。K校，Y校それぞれの下校後の行動量の平均値から，一標準偏差分以上の隔りのある児童を取り上げ行動多量群（男15人，女10人），行動少量群（男10人，女6人）とした。

下校後の種々の行動の中で勉強（家庭及び塾での勉強），室内遊び（室内での友だち遊び，テレビ視聴，ファミコン，読書など），戸外活動（戸外遊び，外出，移動など）を取り出し平均時間を算出した。勉強，室内遊び，戸外活動の平均時間を合計したものを100としその割合を図示したのが図6である。

行動多量群では男女とも少群に比べ戸外活動時間が多くなっている。これは直接歩数に関係するので当然の結果である。室内遊びは男女とも行動少量群に多く，殊に女子は室内遊び時間の多いのが目立つ。勉強時間は男子は行動少量群に多いが，女子では逆に行動多量群に多くなっている。この年齢の女子は，活動的な子どもは勉強に対しても意欲的であるのかもしれない。

次ぎに室内遊び，戸外活動を含め友達と遊んだ時間を多少両群で比較したのが図7である。男女とも行動多量群の方が友だちとの遊び時間が長くなっている。男子多群は67分友だちと遊んでいるのに対し，少群は38分である。女子は多群でも44分で男子多群より20分少ないが，女子少群では15分しか友達と一緒に行動していない。逆にいえば友達との行動が行動量に反映しているといえる。

多少両群について上述の他に生活時間，好きな教科，担任の行動評価，体位，朝食の摂食状況，給食量の適否などの項目を比較検討したが差は認められなかった。

次ぎにK校の行動量多少群の中から男女1名ずつを選び比較したのが表14である。歩数は起床から就寝までの1日の歩数を示したが男子は行動多量のT.S.と少のS.K.では17,000歩の開きがあり，女子は9,000歩の差である。通学距離は男女とも行動多児の方が短い。下校後の行動範囲では男子のT.S.は戸外活動はしているが自宅前であり，S.K.は帰宅後外出していない。女子は両名とも自宅から5,600mの距離で行先きは同じ珠算塾である。また行動量多少群での比較と同様に勉強，室内遊び，戸外活動に分けて比べると男は勉強時間は150分で同じであるが，室内遊びは行動多のT.S.60分に対し少S.K.は140分であり，外遊び，外出，移動を含めての戸外活

表13　下校後の行動範囲

（単位：m）

	男　10人		女　12人		計　22人	
	平　均	標準偏差	平　均	標準偏差	平　均	標準偏差
都内K校	701.0	336.1	911.5	1,180.2	815.8	906.7
最　短	125（遊び場）		50（珠算塾）			
最　長	1,100（自転車で学習塾）		4,325（電車で学習塾）			
	男　5人		女　6人		計　11人	
	平　均	標準偏差	平　均	標準偏差	平　均	標準偏差
青森M・T校	818.0	747.9	1,627.5	1,519.0	1,259.5	1,294.3
最　短	390（友だちの家）		220（買物）			
最　長	2,300（家族と買物）		4,400（車で母と市役所）			

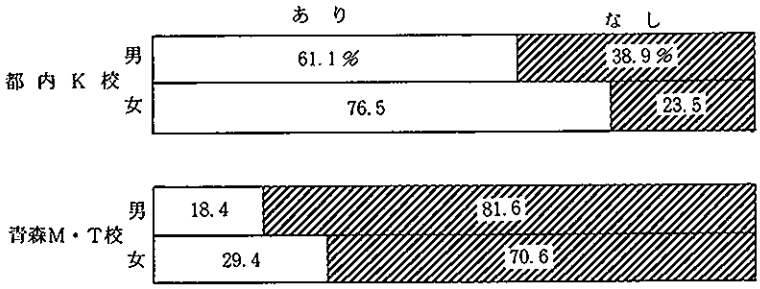


図5　戸外活動の有無

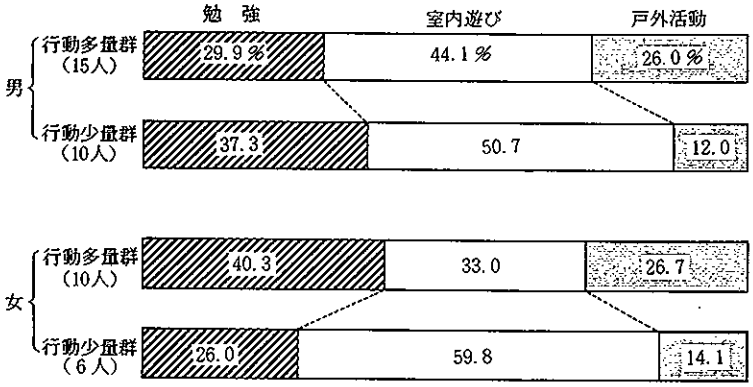


図6　下校後の活動　都内K，Y校

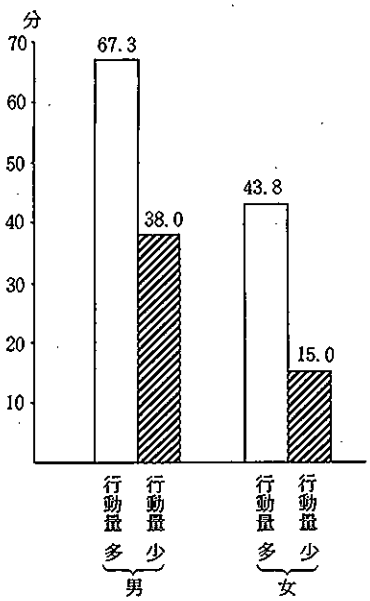


図7　友だち遊びの時間

動は多T.S.50分，少S.K.は全くない。多T.S.は帰宅後すぐに友人と50分間自宅前でサッカーに熱中している。そのあと，テレビを見たり，勉強をし，ピアノの練習もしている。少S.K.は帰宅して姉とおやつを食べたあとマンガ（有閑クラブ）を30分読み，夕食まで勉強，夕食後マンガの続きを読み，また1時間勉強，入浴後アイスを姉と食べ，マンガの続きを就寝までの1時間20分読んでいる。調査当日少S.K.児は戸外活動もせず，テレビも見ずにマンガに熱中しておりこの行動内容の差が歩数に現われたといえる。

女子の行動量多量児のA.M.と少S.S.は同じ珠算塾に2人とも自転車で通っている。通学距離，行動範囲とも行動少のS.S.が距離が少し長いが，行動多のA.M.は帰宅してから弟と近くの駐車場でサッカーを90分しているのが歩数に影響したと思われる。少S.S.の戸外活動10分は珠算塾への移動である。勉強，室内遊びは少S.S.の方が多くなっている。テレビは両名とも夕食後は家族と一緒に視聴している。

以上，小学校5年生の行動量について述べたが，行動量は通学距離，体育の時間の有無，昼休みの過ごし方，運動場の広さ，下校後の活動内容や行動の範囲などによって大小の差が出てくるといえる。特に下校後の活動のうち戸外活動と友達遊びの有無が行動量に大きく影響することが明らかであった。大都市では小学生が充分に戸外活動できる場所が少ない。また塾やけいこ事に通う子が多くて時間帯が合わないために友人との遊び時間が持てない。このような事は周囲のおとなや社会が問題としなければならない課題である。今回調査した学校の中で郊外のH校は登校前の一定時間を地域サッカークラブに校庭開放し戸外活動の場を提供している。戸外活動は天候に大きく左右されるので何日間か通して調査すれば各個人の行動量は今回とは異った結果が得られることが予測される。

4. 稽古ごと・塾について

稽古ごとと塾の調査結果は，（表15－1）および（表15－2）である。

まず，（表15－1）をみると，都内Y校と私立T校では，稽古ごとと塾に「通っている」「両方通っている」児童の数はほぼ同じ（ただし，「塾のみ通っている」私立Tの女は除く）で，私立T校は，稽古ごとと塾の両方に通っている男女平均では4割（40.3%）に達している。これにたいし，青森M・T校は，「塾のみ」「両方」に通っている児童は少なく，稽古ごとに通っている児童が男女あわせて56.2%となっている。また，Y校と私立T校と異なり，塾あるいは稽古ごとに通っていない割合いが高く，男女平均で35.6%になっている。

次に，（表15－2）によって塾と稽古ごとに通っているかどうかをみると，塾では，Y校児童の半分以上（55.6%）が通塾している一方，私立T校では23.8%，青森のM・T校に至っては，わずか5.5%が通塾しているにす

表14　行動量多・少児の比較

		1日の歩数	通学距離	下校後の行動範囲	勉　強	室内遊び	戸外活動
男	T.S.（多量児）	27,000 歩	362 m	自宅前	150 分	60 分	50 分
	S.K.（少量児）	10,000	650	—	150	140	0
女	A.M.（多量児）	16,000	425	600 m	60	100	110
	S.S.（少量児）	7,700	625	525	125	125	10

表15－1　稽古ごと・塾について

( )%

		稽古ごとのみ通っている	塾のみ通っている	両方に通っている	通っていない	無記入	計
(都内Y校)	男	18 (29.5)	16 (26.2)	19 (31.2)	8 (13.1)	—	61 (100.0)
	女	15 (31.9)	9 (19.1)	17 (36.2)	6 (12.8)	—	47 (100.0)
	計	33 (30.6)	25 (23.1)	36 (33.3)	14 (13.0)	—	108 (100.0)
(私立T校)	男	23 (34.3)	10 (14.9)	18 (26.9)	15 (22.4)	1 (1.5)	67 (100.0)
	女	31 (40.3)	5 (6.5)	40 (51.9)	1 (1.3)	0 (0.0)	77 (100.0)
	計	54 (37.5)	15 (10.4)	58 (40.3)	16 (11.1)	1 (0.7)	144 (100.0)
(青森M・T校)	男	17 (43.6)	3 (7.7)	0 (0.0)	19 (48.7)	—	39 (100.0)
	女	24 (70.6)	2 (5.9)	1 (2.9)	7 (20.6)	—	34 (100.0)
	計	41 (56.2)	5 (6.8)	1 (1.4)	26 (35.6)	—	73 (100.0)

表15－2　塾・稽古ごとに通っているかどうか（学校別）

( )%

	塾				稽古ごと			
	都内Y校	私立T校	青森M・T校	計	都内Y校	私立T校	青森M・T校	計
通っている	60 (55.6)	34 (23.8)	4 (5.5)	98 (30.2)	69 (63.9)	116 (81.1)	46 (63.0)	231 (71.3)
通っていない	48 (44.4)	109 (76.2)	69 (94.5)	226 (69.8)	39 (36.1)	27 (18.9)	27 (37.0)	93 (28.7)
計	108	143	73	324	108	143	73	324

表15－3　塾・稽古ごとに通っているかどうか（男女別）

( )%

	塾		稽古ごと	
	通っている	通っていない	通っている	通っていない
男	57 (34.3)	109 (65.7)	99 (59.6)	67 (40.4)
女	41 (25.9)	117 (74.1)	132 (83.5)	26 (16.5)

表15－4　週あたりの日数

( )%

	内容＼日数	1～2日	3～4日	5～7日	計
男	塾	22 (38.6)	21 (36.8)	14 (24.6)	57 (100.0)
	稽古ごと	63 (63.6)	30 (30.3)	6 (6.1)	99 (100.0)
女	塾	16 (39.0)	17 (41.5)	8 (19.5)	41 (100.0)
	稽古ごと	64 (48.5)	53 (40.2)	15 (11.4)	132 (100.1)

表15－5

( )%

校別＼内容＼日数		1～2日	3～4日	5～7日	計
都内Y校	塾	13 (21.7)	29 (48.3)	18 (30.0)	60 (100.0)
	稽古ごと	46 (66.7)	17 (24.6)	6 (8.7)	69 (100.0)
私立T校	塾	21 (61.8)	9 (26.5)	4 (11.8)	34 (100.0)
	稽古ごと	75 (64.7)	31 (26.7)	10 (8.6)	116 (100.0)
青森M・T校	塾	4 (100.0)	0 (0)	0 (0)	4 (100.0)
	稽古ごと	6 (13.0)	35 (76.1)	5 (10.9)	46 (100.0)

表16－1　都内Y校

順位	内容	男	女	計	順位	内容	男	女	計
①	塾	31	25	56	①	水泳	10	5	15
②	ピアノ	4	15	19	②	剣道	6	2	8
③	習字	6	9	15	〃	バレーボール	0	8	8
④	英語	7	5	12	④	バスケット	7	0	7
⑤	家庭教師	5	4	9	⑤	本郷少年消防団	6	0	6
⑥	そろばん	3	3	6	〃	バレエ・日舞	0	6	6
⑦	バイオリン	0	1	1	⑦	ボーイスカウト・ガールスカウト	3	1	4
〃	合唱	1	0	1	⑧	野球	3	0	3
					⑨	柔道	1	1	2
					⑩	サッカー	1	0	1
					〃	卓球	1	0	1

表16－2　私立T校

順位	内容	男	女	計	順位	内容	男	女	計
①	ピアノ	14	52	66	①	テニス	5	7	12
②	英語	11	26	37	②	水泳	5	5	10
③	習字	5	17	22	③	野球	7	0	7
④	塾	13	6	19	④	ボーイスカウト・ガールスカウト	4	2	6
⑤	家庭教師	3	8	11	⑤	サッカー	4	0	4
⑥	バレエ	0	7	7	⑥	ラグビー	3	0	3
⑦	エレクトーン	2	4	6	⑦	剣道	1	1	2
⑧	公文式	2	3	5	〃	空手	2	0	2
⑨	バイオリン	1	2	3	⑨	バスケットボール	1	0	1
〃	そろばん	2	1	3	〃	柔道	1	0	1
〃	茶道	1	2	3	〃	少林寺拳法	1	0	1
〃	ソルフェージュ	0	3	3	〃	ゴルフ	0	1	1
⑬	囲碁	2	0	2	〃	ボクシング	0	1	1
〃	絵画教室	1	1	2					
〃	ギター	1	1	2					
〃	合唱	0	2	2					
〃	タップダンス	0	2	2					
〃	音楽教室	0	2	2					
⑲	マリンバ	0	1	1					
〃	琴	0	1	1					
〃	シンクロナイズドスウィミング	0	1	1					
〃	折り紙	0	1	1					
〃	クラリネット	0	1	1					
〃	ミュージカルの練習	0	1	1					
〃	フルート	1	0	1					
〃	将棋	1	0	1					

表16－3　青森M・T校

順位	内　　容	男	女	計
①	そ ろ ば ん	11	24	35
②	習　　字	1	10	11
③	柔　　道	3	2	5
④	ピ ア ノ	0	4	4
⑤	算　　数	2	1	3
〃	英　　語	1	2	3

ぎない。

稽古ごとでは，私立T校に通っている児童の8割以上(81.1%）が，青森M・T校では63%，Y校では63.9%の児童が何んらかの稽古ごとに通っていることがわかる。

また，この塾や稽古ごとについて男女別でみると，男の通塾は，34.3%，女のほうが25.9%で男のほうが高くなっている。稽古ごとに通っている割合いでは，男では59.6%，女では83.5%と女のほうが高くなっている。

さらに，1週間に塾や稽古ごとに通っている日数をみると，男では塾に1～2回と3～4回をあわせると7割以上を占める。稽古ごとでは，1～2日が6割強となっている。一方，女では，1～2日あるいは3～4日通塾している児童が8割と多く，稽古ごとでも1～4日が約9割を占めている。

この他，1週間ほとんど毎日ともいえる，5～7日の通塾も，男で24.6%，女では19.5%に達しており，今日の児童の生活の中心になりつつある，塾や稽古ごとの存在を改めて示す結果となっている。

また，その具体的な内容については，表16－1，2，3に表示する通りである。(ただし，調査のできなかった，都内K校，郊外H校は除く）

学校別にみると，都内Y校では塾をはじめ，習字，英語，家庭教師など学習面が中心となっている。

これにたいし，私立T校の児童が習っている稽古ごとは，種類が多様でバラエティーに富むものがみられる。例えば，スポーツ・運動系では，ゴルフ，ボクシング，楽器では，マリンバ，クラリネットと，数は少ないが習っている。また，趣味関係をみると，囲碁，折り紙などもみられ，公立小学校とは異なる傾向を示している。

一方，青森M・T校の場合，そろばんが一番多く，それを除くと，算数，英語といった学習系の通塾は少ない。

このように，同じ小学校でも都内の公立（Y校）と私立（T校），あるいは青森M・T校では，塾や稽古ごとの内容（種類）に差があることがわかる。

5. 児童の興味・関心

1）好きな教科目

児童の好む教科目については，(表17）のような結果が得られた。

特長としては，調査対象校の児童のほとんどが（私立T校の女を除く）が「体育」を好きな教科目にあげている。

男女別では，男に算数，理科，女に音楽，図工（美術を含む），家庭科を好む傾向がみられる。

しかし，教科目は教える教師の教え方，内容などに左右されるケースが多いので，一概に結論づけるのは適当ではないが，成長の途上にある児童が一定時間，体を動かす「体育」を好むのは，むしろ当然といえる。

2）遊びの内容について

どの学校でも，遊びの内容ではテレビ視聴，読書，ファミコン，室内遊びなど比較的静的でひとりないし少人数による遊びが主流となっている。それとは反対に，外遊びを含む，動的な運動などは数が少なくなっている。これは，地域差がなく，青森でも同様の傾向を示している（表18)。

また，季節によって遊びの内容が異なるかどうかは，青森M・T校の9月と3月の調査結果にみられるように，差はほとんどなかった。

表17　好きな教科目

( )人数

男					女				
都内K校	都内Y校	郊外H校	私立T校	青森 M・T校	都内K校	都内Y校	郊外H校	私立T校	青森 M・T校
①体　育(8)	①体　育(31)	①体　育(26)	①体　育(18)	①体　育(17)	①体　育(5)	①体　育(16)	①体　育(18)	①音　楽(28)	①体　育(15)
②算　数(3)	②算　数(10)	②図　工(20)	②算　数(8)	②図　工(11)	②国　語(4)	②図　工(12)	②図　工(12)	②美　術(26)	②音　楽(7)
③理　科(2)	③理　科(9)	③算　数(15)	③社　会(7)	③算　数(8)	③音　楽(3)	③理　科(8)	②音　楽(12)	③体　育(16)	③家庭科(6)
③社　会(2)	④図　工(7)	④社　会(9)	③音　楽(7)	④社　会(3)	④算　数(1)	④算　数(4)	②家庭科(12)	④算　数(4)	④国　語(3)
⑤音　楽(1)	⑤社　会(5)	⑤家庭科(4)	⑤美　術(6)	⑤国　語(1)	④家庭科(1)	④家庭科(4)	⑤算　数(5)	⑤英　語(2)	⑤算　数(2)
⑤道　徳(1)				⑤家庭科(1)	④書　与(1)			⑤クラブ(2)	⑤理　科(2)
					④学級会(1)				⑤図　工(2)

この他，男に比べ，女のほうに家族との会話が多く，友だちとの電話による「おしゃべり」もみられ，現代的な児童の一面をのぞかせている。

このようにみると，従来のように遊び場の少ない都心部の児童は公園やわずかな空き地での遊び以外では室内遊びを，郊外および地方の児童は，主に原っぱや空き地での戸外遊びが中心となっていた（『子どもの遊び空間』藤本浩之輔，NHK ブックス）時期に比べると，全般的にテレビや読書，ファミコンなどの室内遊びが中心となってきており，今回の調査に限ってみると，遊びの内容における地域差は特にみとめられず，遊びの同質化現象が進んでいる様子が明らかとなった。

表18　遊びの内容について

都内K校　　人数

順位	内容	男	女	計
1	テレビ・ビデオ	17	16	33
2	読書・マンガ本	11	7	18
3	外出（買物他）	5	6	11
4	サッカー，すもう	9	1	10
4	ファミコン	7	3	10
6	室内遊び（トランプ・パズルなど）	2	5	7
7	おしゃべり	2	2	4
8	ラジコン	3	0	3

都内Y校　　人数

順位	内容	男	女	計
1	テレビ	47	34	81
2	読書・マンガ本	28	28	56
3	外出（買物他）	24	20	44
4	ファミコン	32	8	40
5	室内遊び（楽器・ラジオ他）	17	19	36
6	外遊び，運動	21	12	33
7	おしゃべり，電話他	1	7	8

私立T校　　人数

順位	内容	男	女	計
1	テレビ	52	60	112
2	読書	27	43	70
3	室内遊び（楽器，トランプ，工作他）	14	36	50
4	外出（買物）	16	17	33
5	ファミコン	21	2	23
6	おしゃべり，電話，けんか	4	14	18
7	外遊び・運動（野球，ローラースケート）	10	5	15

青森M・T校（9月）　　人数

順位	内容	男	女	計
1	テレビ	33	30	63
2	ファミコン	19	8	27
3	読書・マンガ本	10	10	20
4	室内遊び	7	7	14
5	外出（買物他）	6	7	13
6	外遊び，運動	2	6	8
7	おしゃべり，けんか	1	2	3

青森M・T校（3月）　　人数

順位	内容	男	女	計
1	テレビ	38	34	72
2	ファミコン	16	2	18
3	読書	8	9	17
3	室内遊び（トランプ他）	6	11	17
5	外出（買物他）	5	6	11
6	外遊び（野球他）	3	0	3

表19　テレビ視聴 ── カテゴリー別視聴番組（M・A）

( )%

カテゴリー別＼性別	都内K校 男(15人)	都内K校 女(15人)	都内Y校 男(62人)	都内Y校 女(48人)	私立T校 男(66人)	私立T校 女(77人)	青森M・T校 9月 男(39人)	青森M・T校 9月 女(34人)	青森M・T校 3月 男(38人)	青森M・T校 3月 女(34人)
(1) 日常的アニメ	10 (66.7)	8 (53.3)	4 (6.5)	4 (8.3)	14 (21.2)	8 (10.4)	27 (69.2)	21 (61.8)	13 (34.2)	2 (5.9)
(2) 非日常的アニメ	3 (20.0)	1 (6.7)	30 (48.4)	4 (8.3)	13 (19.7)	4 (5.2)	25 (64.1)	17 (50.0)	16 (42.1)	12 (35.3)
(3) 日常的ドラマ	3 (20.0)	10 (66.7)	3 (4.8)	2 (4.2)	8 (12.1)	10 (13.0)	1 (2.6)	17 (50.0)	12 (31.6)	9 (26.5)
(4) 非日常的ドラマ	2 (13.3)	3 (20.0)	4 (6.5)	0 (0)	18 (27.3)	19 (24.7)	12 (30.8)	11 (32.4)	0 (0)	0 (0)
(5) 歌謡・音楽	1 (6.7)	7 (46.7)	3 (4.8)	4 (8.3)	2 (3.0)	7 (9.1)	6 (15.4)	7 (20.6)	3 (7.9)	11 (32.4)
(6) お笑い・コミック	1 (6.7)	1 (6.7)	0 (0)	0 (0)	14 (21.2)	10 (13.0)	22 (56.4)	17 (50.0)	5 (13.2)	11 (32.4)
(7) クイズ	2 (13.3)	2 (13.3)	5 (8.1)	1 (2.1)	0 (0)	0 (0)	1 (2.6)	6 (17.6)	0 (0)	2 (5.9)
(8) 劇映画	1 (6.7)	2 (13.3)	1 (1.6)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	1 (2.6)	0 (0)	2 (5.3)	3 (8.8)
(9) スポーツ	5 (33.3)	4 (26.7)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	26 (68.4)	8 (23.5)
(10) ドキュメンタリー	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	1 (1.3)	3 (7.7)	2 (5.9)	0 (0)	0 (0)
(11) ニュース・報道	2 (13.3)	6 (40.0)	2 (3.2)	1 (2.1)	5 (7.6)	3 (3.9)	10 (25.6)	5 (14.7)	6 (15.8)	9 (26.5)
(12) 趣味	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	3 (4.5)	1 (1.3)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
(13) 教育	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	1 (2.6)	1 (2.9)
(14) C M	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)

（※　なお，郊外H校は調査できず）

表20－1　母親の在宅状況

( )%

学校別＼在宅状況	母親が家にいた	いない	無記入	計
都内K校	24 (66.7)	12 (33.3)	—	36 (100.0)
都内Y校	67 (60.4)	43 (38.7)	1 (0.9)	111 (100.0)
私立T校	88 (62.9)	52 (37.1)	—	144 (100.0)
青森M・T校 (9月)	43 (61.4)	27 (38.6)	—	70 (100.0)
青森M・T校 (3月)	47 (66.2)	22 (31.0)	2 (2.8)	71 (100.0)

表20－2　母親の就労状況

( )%

学校別＼就労状況	仕事	仕事以外	無記入
都内K校	7 (63.6)	4 (36.4)	—
都内Y校	27 (67.5)	13 (32.5)	—
私立T校	19 (36.5)	29 (55.8)	4 (7.7)
青森M・T校 (9月)	23 (92.0)	2 (8.0)	—
青森M・T校 (3月)	16 (69.6)	6 (26.1)	1 (4.3)

3）テレビ視聴番組

現代児童がどういった内容のテレビ番組を視聴しているかについては，次のような結果となっている。(表19)

全体的な傾向として，男はアニメーション番組を中心に，お笑い・コミックを，女は歌謡番組やアニメーションのマンガを好んで視聴している。

また，別の調査（『日本の子どもたち－生活と意識』NHK放送世論調査所編，1980年）によると，男ではスポーツ番組（野球）を好む傾向を指摘しているが，今回の調査でもスポーツ番組のある日には，青森M・T校の3月時の調査結果にみられるように，7割近い（68.4%）児童が視聴しており，先の調査を裏付ける結果となっている。

この他，番組に違いはあるにせよ，都市と地方（青森）では内容的な差は特にみられず，アニメ，ドラマ，歌謡，お笑い・コミックの番組に児童の人気が高いなど，ほぼ同様の傾向を示しているといえそうである。

6. 母親の就労について

児童の帰宅時に，母親が在宅しているかどうかについては，学校および地域の差はなく，在宅が6～7割，不在が3～4割となっている。(表20－1)

また，不在の母親の就労の有無について調べると，(表20－2）に示される。これによると，都内のK校，Y校は，ほぼ6：4くらいの割合いで母親が就労している。しかし，同じ東京の私立T校の母親は，その就労の有無の比率が逆で，就労している率は約3割強となっている。この他，青森のM・T校では，観光地に隣接しているため，調査した9月には，9割以上の母親が観光関連の仕事に就いており，いつもの状態とは若干異なっていた。

7. 食生活の実態

1）朝食の現状

対象児の朝食の現状及び朝食時における共食者を表21に示す。対象の73～91%の者は朝食をいつも摂っており，その割合は郊外H校に高く，都内K校に低い。朝食を食べないことが多いという者は数人ではあるが都内K校，郊外H校および私立T校にみられ，「食べないことがある」と合わせるとその割合は都内K校および私立T校に高い。各地域における性差はみられない。

近年，朝食の欠食はどの世代の食生活においても問題視されている。文献にみる朝食の欠食率は対象の年齢や地域，また，欠食の定義などによってかなりの変動を示しているが，私達が別途に行った小学5年生の食生活調査では，朝食の欠食率は13%という数である。都内K校及び私立T校ではこれを上回る結果となった。朝食の欠食理由はいろいろ考えられるが，生活面では先ず起床時刻や学校へ出かける時刻などが関与するであろう。そこで，これらと朝食の欠食との関係をみてみた。対象児の1日の生活時間は表3に示したが，都内K校，Y校，郊外H校における児の起床・朝食及び学校へ出かける時刻には殆んど差異はみられず，特に都内K校がY，H校に比べ欠食率が高い理由は明らかでない。しかし，私立T校では表3にみられるように，いずれの時刻も他校に比べ30分から60分間早くなっており，これらが朝食の欠食に一部関与しているのかも知れない。

現代の子どもの食生活において欠食と同時に孤食も問題にされている。本調査対象の朝食時における食卓環境をみると，家族揃って朝食を摂る者は28～71%に及び，かなりの地域差がみられた。家族が全く不在の食卓は

表21　朝食の摂取状況と共食者

( )内%

		都内K校	都内Y校	郊外H校	私立T校	青森M・T校
摂食状況	いつも食べる	22 (73.3)	91 (82.8)	115 (91.3)	119 (83.2)	64 (87.7)
	食べないことがある	6 (20.1)	14 (12.7)	5 (4.0)	18 (12.6)	6 (8.2)
	食べないことが多い	1 (3.3)	0 (0.0)	2 (1.6)	5 (3.5)	0 (0.0)
	無記入	1 (3.3)	5 (4.5)	4 (3.1)	1 (0.7)	3 (4.1)
	計	33 (100.0)	110 (100.0)	126 (100.0)	143 (100.0)	73 (100.0)
共食者	家族	11 (36.7)	63 (57.3)	89 (70.6)	40 (28.0)	39 (53.5)
	子ども達だけ	10 (33.3)	24 (21.8)	24 (19.1)	43 (30.1)	23 (31.5)
	一人	3 (10.0)	16 (14.5)	9 (7.1)	56 (39.1)	9 (12.3)
	その他	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (0.7)	0 (0.0)
	無記入	6 (20.0)	7 (6.4)	4 (3.2)	3 (2.1)	2 (2.7)
	計	30 (100.0)	110 (100.0)	126 (100.0)	143 (100.0)	73 (100.0)

7～39%にみられ，その割合は私立T校に高く，郊外H校に低い。私立T校に孤食する者の割合が高かったのも朝食の欠食理由と同様に起床・朝食・学校へ出かける時間が他校より早いためであろう。

2）間食及び夜食摂取の実態

調査日前日の間食及び夜食の摂取状況を表22，23に示す。対象の70～87%の者は間食を摂っており，その比率は私立T校と郊外H校に高く，青森M・T校の9月調査において低かった。特に後者に間食の摂取率が低かったのは，他群と調査時期が異ったためと思われる。この時期を除くと，各学校間に地域差はみられない。しかし，いずれの学校においても，間食を摂る者の割合は，男に比べ女に高い。

間食の摂取は対象児の遊びと切り離して考えることは難かしい。即ち，屋内遊びやテレビ視聴時間が長くなる程，間食の摂取率が高くなる可能性も考えられる。そこで表4－1に示す遊び時間の中，これらの時間の長短と間食の摂取状況との関係を調べてみた。間食の摂り方は必ずしもこれらの時間とは一致しないが，青森M・T校の2回に亘る調査をみると，男女共に9月よりも3月調査時にテレビ視聴時間が長く，このために間食を摂取する者の割合がこの時期に多くなったものと思われる。

表22　間食の現状

( )内%

		地域別						性別	
		都内K校	都内Y校	郊外H校	私立T校	青森M・T校 9月	青森M・T校 3月	男	女
摂食状況	摂った	24 (80.0)	85 (77.3)	107 (84.9)	125 (87.4)	51 (69.9)	55 (76.4)	216 (74.7)	231 (87.2)
	摂らない	6 (20.0)	23 (20.9)	18 (14.3)	18 (12.6)	22 (30.1)	15 (20.8)	69 (23.9)	33 (12.5)
	無記入	0 (0.0)	2 (1.8)	1 (0.8)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (2.8)	4 (1.4)	1 (0.3)
	計	30 (100.0)	110 (100.0)	126 (100.0)	143 (100.0)	73 (100.0)	72 (100.0)	289 (100.0)	265 (100.0)
用意する者	父					1 (2.0)			
	母	7 (29.1)	30 (35.2)	45 (42.1)	54 (43.2)	15 (29.4)			
	父・母	1 (4.2)							
	家族の者	2 (8.3)	3 (3.5)	6 (5.6)	10 (8.0)	5 (9.8)			
	母・家族の者			1 (0.9)	1 (0.8)				
	自分	12 (50.0)	16 (18.9)	35 (32.7)	38 (30.4)	15 (29.4)			
	母・自分		2 (2.4)	3 (2.8)	3 (2.4)				
	自分で買った	1 (4.2)	16 (18.9)	8 (7.5)	10 (8.0)	7 (13.7)			
	母・家族・自分で買った	1 (4.2)	3 (3.5)	2 (1.9)	5 (4.0)	1 (2.0)			
	他(3)		3 (3.5)	1 (0.9)	1 (0.8)				
	無記入	0 (0.0)	12 (14.1)	6 (5.6)	3 (2.4)	7 (13.7)			
	計	24 (100.0)	85 (100.0)	107 (100.0)	125 (100.0)	51 (100.0)			

注(1)：友だち，友だちの母親，塾など

表23　間食の内容

		都内K校	都内Y校	郊外H校	私立T校	青森M・T校	
						9月	3月
食べ物	1位	スナック菓子	スナック菓子	果物	スナック菓子	アイスクリーム	チョコレート
	2位	せんべい	せんべい	あめ	せんべい	果物	スナック菓子
	3位	あめ	あめ	スナック菓子	ケーキ	スナック菓子	あめ
	4位	果物	ケーキ	チョコレート	チョコレート	せんべい	果物
	5位	チョコレート	ガム	クッキー	果物	あめ	アイスクリーム
飲み物	1位	ジュース	ジュース	ジュース	牛乳	ジュース	ジュース
	2位	日本茶	炭酸飲料	乳酸飲料	ジュース	炭酸飲料	炭酸飲料
	3位	—	牛乳	牛乳	日本茶	牛乳	牛乳

表24　夜食の摂取状況とその内容　　( )内%

		地域別						性別	
		都内K校	都内Y校	郊外H校	私立T校	青森M・T校 9月	青森M・T校 3月	男	女
摂取状況	摂取した	20 (66.7)	70 (63.6)	84 (66.7)	102 (71.3)	54 (74.0)	50 (69.4)	183 (63.4)	197 (74.3)
	摂取しない	10 (33.3)	39 (35.5)	41 (32.5)	42 (28.7)	19 (26.0)	21 (29.2)	105 (36.3)	66 (24.9)
	無記入	0 (0.0)	1 (0.9)	1 (0.8)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (1.4)	1 (0.3)	2 (0.8)
	計	30 (100.0)	110 (100.0)	126 (100.0)	143 (100.0)	73 (100.0)	72 (100.0)	289 (100.0)	265 (100.0)
内容	飲物だけ	8 (40.0)	18 (25.7)	21 (25.0)	30 (29.4)	13 (24.1)	9 (18.0)	52 (28.4)	47 (23.9)
	食べ物だけ	9 (45.0)	18 (25.7)	33 (39.3)	25 (24.5)	17 (31.5)	15 (30.0)	60 (32.8)	57 (28.9)
	両方	3 (15.0)	34 (48.6)	30 (35.7)	47 (46.1)	24 (44.4)	26 (52.0)	71 (38.8)	93 (47.2)
	計	20 (100.0)	70 (100.0)	84 (100.0)	102 (100.0)	54 (100.0)	50 (100.0)	183 (100.0)	197 (100.0)

対象の39～50%の者は間食を父母や家族の者により用意されており，その割合は私立T校に高く，都内Y校に低く，従って間食を自分で買って食べる者の割合はY校に高い。Y校にこのような傾向がみられたのは自営家庭が多かったためと思われる。

間食内容は表23の通りで，郊外H校では果物が一位にあげられているが，都内K，Y及び私立T校ではスナック菓子，せんべいの順となった。青森M・T校の9月調査ではアイスクリームと果物が上位にあげられたのは，恐らく季節が関係していると思われる。一方，飲物の種類をみると，私立T校以外はジュースが1位に，次いで炭酸飲料が，牛乳は3位にランクされていた。今回の調査群の中では郊外H校及び私立T校は他校と異なり果物や牛乳が1位にあげられていたのは，他校に比べ両校とも間食を母親が用意する者の割合が高かったためと思われる。

夜食の摂取状況をみると（表24），地域差は殆どみられず，いずれの地域においても約%の者が夜食を摂っている。しかし，間食と同様に摂取する者は男よりも女に多く，また，夜食に飲物，食べ物を双方摂る者も男に比べ女に多い。

3）給食に対する生徒の評価及び摂取状況

結果を表25及び26に示す。対象の約80～92%の者は給

表25　給食に対する生徒の評価

( )内%

		都内K校	都内Y校	郊外H校	青森M・T校
雰囲気	楽しい	25 (83.3)	101 (91.8)	114 (90.5)	66 (90.4)
	楽しくない	2 (6.7)	3 (2.7)	7 (5.5)	4 (5.5)
	無記入	3 (10.0)	6 (5.5)	5 (4.0)	3 (4.1)
	計	30 (100.0)	110 (100.0)	126 (100.0)	73 (100.0)
味	おいしい	10 (33.3)	55 (50.0)	51 (40.5)	30 (41.1)
	ふつう	20 (66.7)	48 (43.7)	73 (57.9)	39 (53.5)
	まずい	0 (0.0)	4 (3.6)	2 (1.6)	4 (5.4)
	無記入	0 (0.0)	3 (2.7)	0 (0.0)	0 (0.0)
	計	30 (100.0)	110 (100.0)	126 (100.0)	73 (100.0)

表26　給食の量に対する評価及び摂取状況

( )内%

		地域別				性別	
		都内K校	都内Y校	郊外H校	青森M・T校	男	女
量	丁度よい	19 (63.2)	68 (61.8)	93 (73.8)	54 (74.0)	119 (64.3)	115 (74.7)
	多すぎる	5 (16.7)	14 (12.8)	11 (8.7)	13 (17.8)	15 (8.1)	28 (18.2)
	少ない	4 (13.4)	26 (23.6)	20 (15.9)	6 (8.2)	46 (24.9)	10 (6.5)
	無記入	2 (6.7)	2 (1.8)	2 (1.6)	0 (0.0)	5 (2.7)	1 (0.6)
	計	30 (100.0)	110 (100.0)	126 (100.0)	73 (100.0)	185 (100.0)	154 (100.0)
摂取状況	全部食べた	12 (40.0)	87 (80.6)	100 (79.4)	59 (80.8)	153 (83.6)	105 (68.2)
	一部残した	17 (56.7)	17 (15.7)	23 (18.3)	11 (15.1)	25 (13.7)	43 (27.9)
	無記入	1 (3.3)	4 (3.7)	3 (2.4)	3 (4.1)	5 (2.7)	6 (3.9)
	計	30 (100.0)	108 (100.0)	126 (100.0)	73 (100.0)	183 (100.0)	154 (100.0)

食の時間を「楽しい」としており，「楽しくない」という者は5%前後であった。給食に対する評価をみると，「まずい」という者は極僅かで，本調査対象の大部分の者は給食に対してほぼ満足している様子が伺えた。さらに給食の量に対する評価をみると，⅔の者は「丁度よい」としているが，一方，「多すぎる」という者もみられ，その割合は東京地区ではK校に多い。また，性別にみると，「少ない」という者は男に多く，「多すぎる」という者の割合は女に多い。給食の摂取状況をみると当然のことながら量に対する評価とパラレルな関係にあり，給食を一部残す者は都内Y校に多く，また，男より女に多かった。小学校5年生に対する栄養所要量をみると，エネルギーに男女差が多少ではあるが見込まれており，また，学校給食の所要量基準を用いる場合，同一学年においても性別，個人及び地域などの変動要因に十分配慮するよう付記されているが，これがどの程度考慮されて給食が行われているかは今回の調査では明らかでない。

8.　児童の体格と食生活との関係

1)　対象児の体格

前述の対象の中，身体測定値と朝食及び夕食の食事記録のとれた都内K校及び青森M・T校の児童について，

表27　調査対象

(人)

性別	都内K校	青森M・T校	計
男	19 (15)	40 (39)	59 (54)
女	17 (15)	34 (34)	51 (49)
計	36 (30)	74 (73)	110 (103)

(　)内：食事調査を行ったもの

表28　対象児の体格

			都内K校		青森M・T校	
			男	女	男	女
身長	M±SD (cm)		142.2±4.0	142.4±5.4	141.1±6.9	141.9±5.4
	分布(人)	M+3σ			1	
		M+2σ	1	1	1	1
		M+σ	7	3	11	7
		M±σ	11	12	24	26
		M−σ			1	
		M−2σ			1	
体重	M±SD (kg)		36.0±6.3	36.7±5.8	36.7±7.4	37.5±7.8
	分布(人)	M+3σ				3
		M+2σ	2	1	7	2
		M+σ	4	4	4	14
		M±σ	13	10	26	14
		M−σ			2	1

体格と食生活との関連づけを試みた。

対象数は表27に示したように，都内K校36名（男19名，女17名），青森M・T校74名（男39名，女34名）の計110名で，この中，食事調査を実施できた者は103名である。

対象児の体格を昭和60年，61年度の学校保健統計調査報告書に基づき評価し，その結果を表28に示す。身長及び体重を平均値でみる限り，男女共に都内K校及び青森M・T校の間に殆んど差異はなく，身長，体重共にそれぞれの全国平均値を上廻っている。一方，身長及び体重の分布をみると，身長及び体重共にM＋3σ以上及びM−σ以下の者が青森M・T校にみられた。身長別体重値を求め，その値の120％以上を肥満傾向，80％以下を痩身傾向として区分すると，表29のようで，全体的に痩身傾向に属する者よりも肥満傾向に属する者の割合が高い。肥満傾向者は男児では都内K校，青森M・T校共にそれぞれ15％にみられ，女児では青森M・T校にその割合が高く，26.5％という数である。本調査での肥満傾向者の出現率は全国平均値よりも高く，特に青森M・T校の女児ではその値の3倍に達している。

表29　肥満及び痩身傾向児の出現率　( )％

	都内K校		青森M・T校	
	男	女	男	女
肥満傾向[1]	3 (15.8)	1 (6.7)	6 (15.4)	9 (26.5)
普通	15 (78.9)	14 (93.3)	33 (84.6)	25 (73.5)
痩身傾向[2]	1 (5.3)	0	0	0

注1）身長別体重値の120％以上
　2）身長別体重値の80％以下

2）対象児の食生活

最近，1日に供される料理数を調べ，それと栄養摂取量との関連づけが試みられている。特に幼児の食生活調査の結果によると，間食を含めて1日に16〜17種の料理を摂っていると，栄養のバランスが比較的よいという。そこで，今回の調査で調査日前日の朝食及び夕食のメニュー調査を試みた。

朝食の欠食者は青森M・T校にはみられないが，都内K校に6.9％みられた。1人当りの平均料理数は朝食においては都内K校の男児2.7，女児2.8，青森M・T校男児3.3，女児3.6，夕食では前者それぞれ3.6，3.5，後者3.7，3.9となり，都内K校では朝食より夕食に幾分料理数が増加している。朝食及び夕食時の料理数の分布を図1に示す。朝食では3皿未満の者が都内K校に多く，4皿以上の者は青森M・T校に多い。また，夕食においても同様な傾向がみられ，M・T校に料理数の多い者の割合が多く，従って料理数によって児の食生活を評価すると，都内K校よりもM・T校の方がより充実している可能性が考えられる。

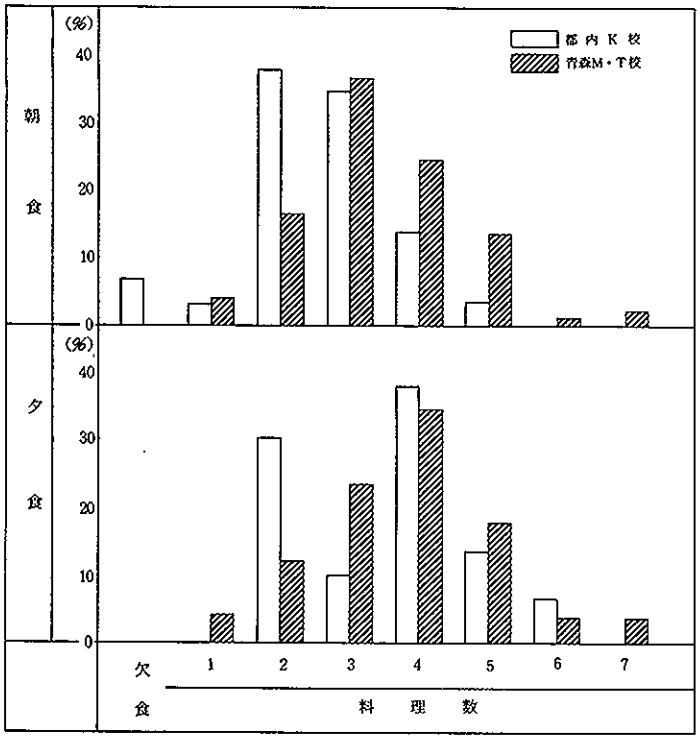


図8　朝食および夕食時の料理数

表30　間食および夜食の摂取状況

(%)

		都内K校			青森M・T校		
		男	女	平均	男	女	平均
間食	摂取する	60.0	100.0	80.0	65.0	76.5	70.3
	1 品	25.0	40.0	34.8	48.0	30.8	39.2
	2	37.5	46.7	43.5	32.0	26.9	29.4
	3	12.5	13.3	13.0	16.0	23.1	19.6
	4	25.0		8.7	4.0	15.4	9.8
	7					3.8	2.0
	平均品数	2.4	1.9	2.0	1.8	2.4	2.1
夜食	摂取する	66.7	60.0	63.3	75.0	76.5	75.7
	1 品	90.0	66.7	78.9	78.9	42.4	45.2
	2	10.0	33.3	21.1	21.1	27.0	28.3
	3					11.5	17.0
	4					11.5	5.7
	5					3.8	1.9
	6					3.8	1.9
	平均品数	1.1	1.3	1.2	1.7	2.2	2.0

次に間食及び夜食の摂取状況を表30に示す。帰宅後夕食までの間に摂取したものを間食，夕食後就寝までの間に摂取したものを夜食として区分すると，間食を摂取する者は両校共に男児よりも女児に多い。しかし，夜食についてみると，前述の全数調査においてはその摂取状況に性差がみられたが，都内K及び青森M・T校のみを比較すると，一定の傾向はみられない。間食の品数をみると1品から7品にまで及ぶが，1人平均の品数は2品前後となり，両校に差はみられない。しかし，3品以上摂取している者は男児ではK校に，女児ではM・T校に多い。一方，夜食の1人平均品数は1.5品前後で，男女児共に品数は都内K校よりも青森M・T校に多い。間食の場合と同様に4品以上摂取する者は青森M・T校女児に多く，その割合は約20%に及んでいる。

3）対象児の体格と行動量

対象児を肥満群（身長別体重値　120%以上の者）及び普通群（身長別体重値　80%以上及び120%未満の者）とに分け，行動量との関連づけを試み，その結果を表31に示す。前述のように対象児の行動量には各地域差や個人差がみられており，これと行動量との関連づけを行うことは難かしく，また，都内K校の女には肥満群に属

表31　体格と行動との関係

			起床時～下校時	下校時～就寝時 (A)	1　日　計 (B)	A/B×100(%)
都内K校	男	肥　満　群（3）	10300	6700	17000	59.4
		普　通　群（15）	10367	7237	17673	60.1
	女	肥　満　群（1）	5500	7500	13000	42.3
		普　通　群（14）	4900	6107	10864	47.4
青森 M・T校	男	肥　満　群（6）	13267	7733	21000	63.3
		普　通　群（32）	16306	6094	22338	74.1
	女	肥　満　群（9）	11589	5922	17511	66.9
		普　通　群（25）	11996	6032	18028	67.6

（　）内：例数

表32　体格と給食の供与量との関係

(人)

	男				女			
	丁度よい	多すぎる	足りない	無回答	丁度よい	多すぎる	足りない	他
肥満群	5	2	1		9	1		
普通群	31	6	8	2	26	11	1	1

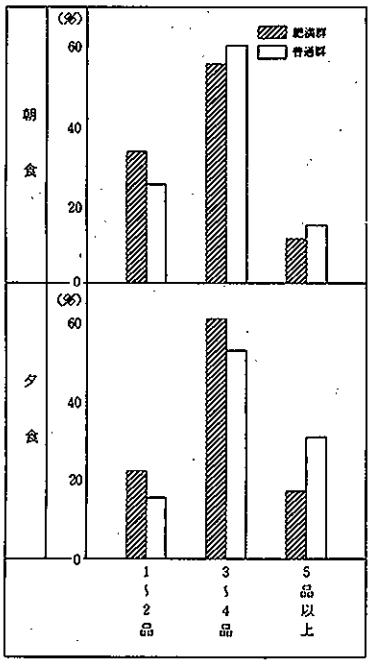


図9　体格と朝食及び夕食時の料理数との関係

する者は1名にしかみられなかったので，青森M・T校女との比較は差し控えなければならないが，一応，都内K校男と青森M・T校の男女を体格別に分けて，行動量との関連づけを試みた。

1日の平均行動量をみると，いずれの群においても普通群に比べて肥満群にやや行動量が少ないが，前述のように同一地域及び同一性間にかなりの個人差がみられており，肥満群及び普通群間にみられたこれらの差は個人差の範囲内に入ってしまうものと思われる。1日の行動量に対する下校後の行動量の割合をみると肥満群及び普通群間に一定の傾向はみられなかった。

4）対象児の体格と食生活との関連

対象児の体格別に朝食，夕食，間食及び夜食の摂り方についてみた。

先ず，朝食および夕食の料理数の摂り方をみると，図9のようで，朝食の料理数が1～2品の者は肥満群33.4%に対し普通群25.1%，また，3～4品の者はそれぞれ55.4%，59.9%，さらに5品以上の者は11.2%，15%となり，3品以上の者は肥満群に比べ普通群に多い。

また，夕食では1～2品の者が普通群に比べ肥満群に幾分多いが，5品以上摂取している者は肥満群16.8%，

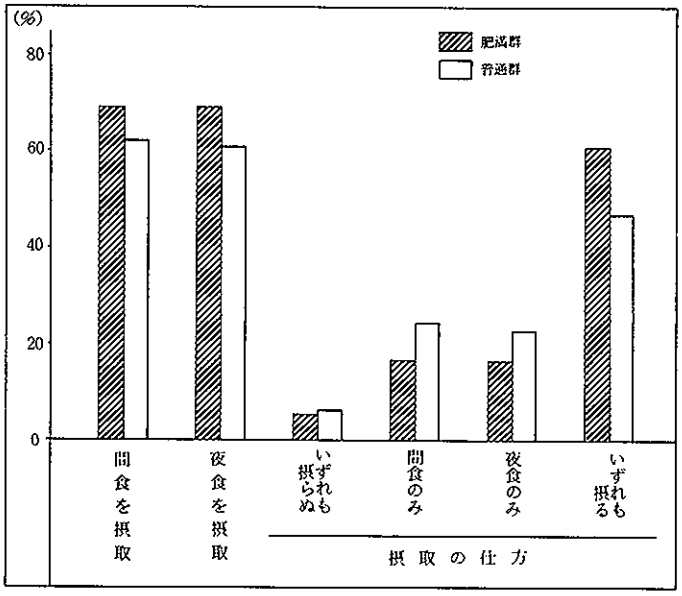


図10　体格と間食及び夜食の摂り方

普通群30.9%となり，普通群に栄養のバランスのとれている者が多い傾向がみられた。朝食及び夕食の食事内容をみると，穀類を中心とする糖質性食品は朝・夕食共に全対象によって摂取されていた。肥満群には朝食も夕食も1～2品の料理数の者が多くみられたことは，普通群に比べ肥満群では穀類偏重の食生活を営んでいる可能性が考えられる。

さらに間食及び夜食に摂る食品の内容をみると，肥満，普通群間に明らかな差異はみられなかった。しかし，図10に示すように間食や夜食を摂取する者の割合は普通群よりも肥満群に幾分多い。さらに間食，夜食の摂り方を詳細にみると，間食または夜食のいずれか一方のみを摂取する者は普通群に多く，間食，夜食両方を摂取する者は肥満群に多い。

日常供される給食の量に対する対象児の評価は既述の通りで，全対象者の中，給食量が多いという者の割合は男に比べ女に多かった。そこで対象児の体格と給食の供与量に対する評価との比較を試みた。男の肥満群は普通群に比べ，必ずしも給食の受容状況は良好であるとは言えないが，女では普通群に比べ肥満群に「丁度よい」とする者の割合が多く，逆に「多すぎる」という者の割合は少なく，給食の受容状況は肥満群に幾分よい傾向がみられた。

今回の調査は例数も少なく，また，食生活調査や行動量調査が1日間のみであったために結論を出すまでには至らない。全数調査の中，対象児の静的遊び時間に地域差はみられなかったが，今後，児の体格は彼らの食生活とさらに遊びを合せてみる必要があろう。

おわりに

学童期の子どもの生活実態に関する調査は，テレビ視聴や遊びの実態に関するものを中心に，学習時間や塾通いの実態やら，いろいろなものがなされている。

今回のわれわれの調査は，子どもの行動量を軸として生活の時間と空間を調べることを目標とした。つまり，子どもの行動量の実態を知るとともに，その背景となる子どもの生活の時間と内容（睡眠，食事，学盟，遊びなど）および行動場所や行動範囲を把握することである。

その結果は，最初から予想していたように，生活時間においても，その内容においても，現在のわが国の社会状態なり，社会環境をそのまま反映したものであった。確かに彼等の生活は非常に豊かなものがあり，以前のわが国の子ども達が全く経験することがなかった世界で日々の生活を送っていることは事実である。しかし，如何に豊かであろうとも，子ども本来の生活を彼等が過しているかといえば，それはすこぶる疑問と言わざるをえない。狭い屋内で非活動的な生活を余儀なくされ，小学生という年齢段階において，放課後も塾通いに追われ，夜遅くまで机の前に坐らざるをえないような状況の下で，日々の生活を過すものが多い現在の彼等の生活は，極めて非健康的である。特に大都市の小学校の子どもの場合

そうした傾向が顕著である。豊かな自然に恵まれた農村の子ども達の場合でも，現在においてはその生活の内容において極めて都会と似たものになってきている。

我々が今回，行動量の調査のために用いた歩数計による調査の結果においても，非常に行動量の少ない子どもがおり，その数字は大人のそれと変らぬものであった。しかし，運動クラブに属している子どもや，長時間かけて通学している農村の子どもの場合には，4万歩をこえるものもあり，その生活の過し方によっては，現在でも子どもにとって必要と思われる活動量は確保されていた。したがって，現在のような環境条件の中にあっても，周囲の人々が彼等の生活指導を適切に行えば，必ずしも現状に甘んじることなく，子ども本来の姿の生活に近づけることは不可能ではないはずである。このことは，あらためて児童憲章や児童福祉法の理念を持ち出すまでもなく，社会全体の人々に課せられた責任であり，義務であろう。子ども達が生き生きとした生活を，望ましい環境の中で過せることが努力によってはあながち不可能ではないことを知ったことも今回の調査の一つの成果といえる。

おわりに，今回の調査に快く協力して下さった東京，青森の小学校の先生方をはじめとして，個人的に調査のために便宜を図って下さった十和田乳児園長の江渡礼子先生や資料の整理に献身的な協力を戴いた段木委子さんに深甚の謝意を表するものである。又，本研究には東邦先命社会福祉厚生事業団から一部研究助成があった事を付記しておく。

Study on the Actual Condition of Present Children's lives

Taneaki TAKAHASHI, Hidetoshi HAGIWARA,
Susumu SUNAGA, Michiko HOSHI,
Reiko YUKAWA, Kiyoko MIZUNO

The purporse of this study is to clear the actual condition of present children's lives, and to find how their lives affect their wholesome development.

First, we tested the interview and questionnaire to evident the children's lives.

An object of investigation is boys and girls in fifth grade. The regions are in Tokyo and Aomori Prefecture.

The result's summary was as follows:

(1) Children's time of life were affected to social condition and enviroment today.

(2) Most of them, for instance, are living narror and inner area, studying till late at night and go to cramming schools after school. This tendency held good country children this time.

(3) According to the result of the pedometer, at many cases, children had shown sufficiently the active quantity.

(4) We observed children's missing meals (ex, breakfast or supper), eating alone and obesity, especially the cause of obesity was related to dietary life.

(5) As mentioned above, we found many children led an active life in spite of under this condition.