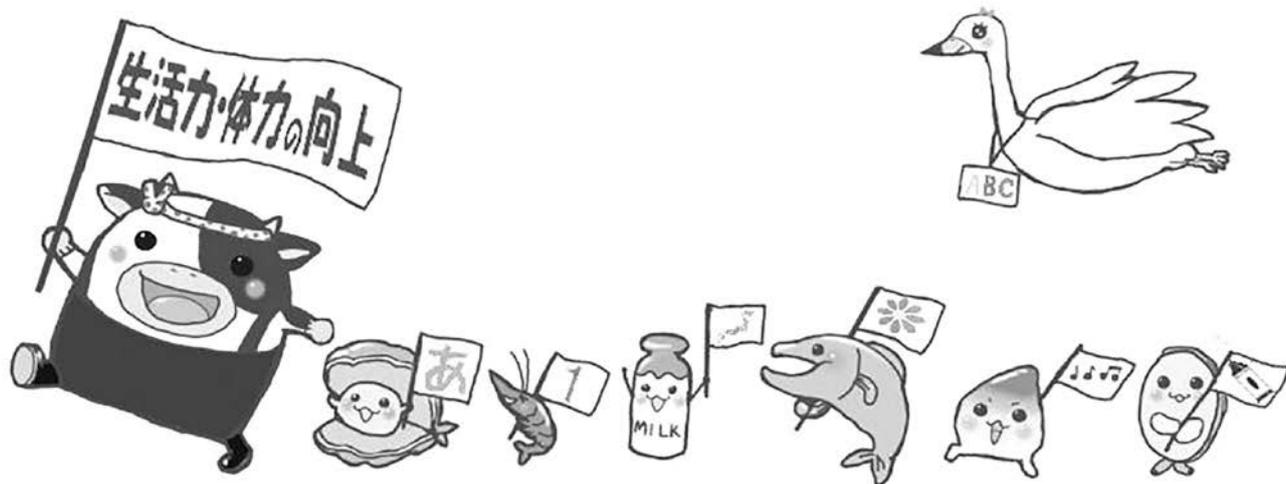


令和6年度

# 研究紀要

第15号



別海町生涯教育研究所



# 目 次

研究紀要の発刊にあたって .....	1
メディアと自己有用感に関するアンケートの概要 .....	2
メディアと自己有用感に関するアンケート 結果と考察	
【Ⅰ】生活習慣について .....	5
【Ⅱ】家庭でのメディア使用について .....	9
【Ⅲ】家庭でのメディア使用に関するルールについて .....	17
【Ⅳ】自己有用感について .....	21
総括 .....	25
資料 メディアと自己有用感に関するアンケート用紙 .....	29



## 研究紀要の発刊にあたって

～メディアと自己有用感に関する調査を通して～

別海町生涯教育研究所 所長 稲村 和典

文部科学省では、生涯にわたる一人ひとりの「可能性」と「チャンス」の最大化に向け、新しい地域づくりに向けた社会教育の振興方策の検討や、職業に必要な知識やスキルを生涯を通じて身に付けるための社会人の学び直しの推進など、人生100年時代を見据えた生涯学習の推進に取り組んでいます。

これからの社会では、各個人が生涯にわたり必要に応じて、あらゆる機会に、あらゆる場所において学習することができ、その成果を適切に生かすことのできる社会をつくりだすことが求められていて、そのための学びこそが生涯学習の原点です。

当研究所の活動を振り返ると、昭和57年に教育委員会の附属機関として「別海町生涯教育研究所」が設置されてから、生涯教育の考え方を学校教育に生かしつつ、家庭や地域の教育力の回復と活性化を目指し活動を推進してきました。

とりわけ平成18年度より「生活と健康に関するアンケート」を複数回実施し、過去の調査結果と比較しながら分析を行い、その時々の実態を把握して、別海町の子どもたちの対応について具体的に熟慮し具体策を生み出してきたところです。

さて、本年度の別海町教育委員会の基本姿勢に、社会教育と学校教育が連携して「学びの木」の実現を図り、町民一人ひとりの幸せが別海町全体の活性化につながる関係を創造するために「学びの木を軸としたウェルビーイング<sup>※1</sup>の向上」を重要なコンセプトの一つとして掲げています。その実現に向け『育てよう 別海町の「学びの木」』を生涯学習の拠り所とし、時代に即した見直しや、活用に係る調査研究を当生涯教育研究所において進めています。

昨今は予測困難な時代ともいわれ、社会状況の変化に伴い、人と人との繋がり希薄化も問題となっています。そこで、これまでのアンケート調査を生かしながら「メディアと自己有用感に関する調査」を実施し、どのような意識や行動の変化が起きているのかを把握しました。結果をもとに、今後は園児・児童・生徒はもとより、町民全体の望ましい生活習慣形成に向けた提言を行い、さまざまな場で個人のウェルビーイングが高まり、それが地域全体のウェルビーイングの向上につながることを期待しているところです。

発刊にあたり、調査などにご協力いただいた皆様、分析・考察に携わっていただいた研究所員の皆様に深く感謝申し上げます。この研究紀要が、別海町の地域・家庭・学校をつなぎ、社会教育と学校教育の指針となり、生涯学習の充実に資するものとなることを願っております。

※1 身体的・精神的・社会的に満たされている状態を意味する概念。  
個々の幸せ、社会の幸せ、将来にわたる持続的な幸せを含む。

## メディアと自己有用感に関するアンケート調査と収集結果・分析の概要

### (1) アンケート調査の目的

子どもたちの望ましい生活習慣の形成に向けた取り組みのため、また新型コロナウイルスなどによる社会の状況の変化に伴い、人と人との繋がり希薄化が深刻な問題となり、現在もまだその尾を引いています。そこで、メディア利用と自己有用感に関する調査を実施し、どのような行動変容が起きているかを把握し、子どもたちの望ましい生活習慣の形成に向けて改善生活様式やその中で本町における園児、児童、生徒の現在の生活実態の把握や、行政機関などが施策を検討するための一助とすること、子どもたちの望ましい生活習慣の形成に向けて改善すべき点を提言することで、本町の教育活動推進に資することを目的とする。

### (2) 調査対象と回答者数

町内全ての幼稚園・保育園の園児、小学生、中学生、高校生、園児及び児童・生徒の保護者、一般町民(18歳以上)を対象としたアンケート調査を実施。

調査対象	対象園、学校数	配布数	回答者数
幼稚園・保育園児	12	327	91
小学生	8	722	162
中学生	8	447	295
高校生	1	257	212
保護者(児童・生徒)	17	1,426	217
一般町民(18歳以上)			63
合計	46	3,179	1,040

### (3) アンケート調査期間

(4) 一般町民 令和5年11月1日から11月30日

(5) そのほか 令和5年11月21日から12月1日

### (4) 調査方法

「園児用」「小学校低学年用」「小学校高学年用」「中学生用」「高校生用」「保護者用」の二次元バーコードが記載された用紙を各園、学校を通じて配布し、回答フォームにてそれぞれ回答してもらった。また、一般町民については、広報、町ホームページ、公式 LINE にて周知し、フォームでの回答や各支所、公民館などにアンケート用紙を設置し回答してもらった。

### (5) 集計結果について

- ・単数回答の設問は、無効回答を集計から除き、該当設問の有効回答数を母数とし回答結果(百分率)を算出し、横グラフで示した。
- ・複数回答の設問は、無効回答者数を集計から除き、該当設問の有効回答者数を母数として回答結果(百分率)を算出し、横グラフで示した。
- ・回答結果(百分率)は、小数第1位を四捨五入し、整数で示しているため、百分率の合計が100%にならないことがある。(複数回答の設問を除く)

# メディアと自己有用感に関する アンケート結果と考察



# 【 I 】 生活習慣について

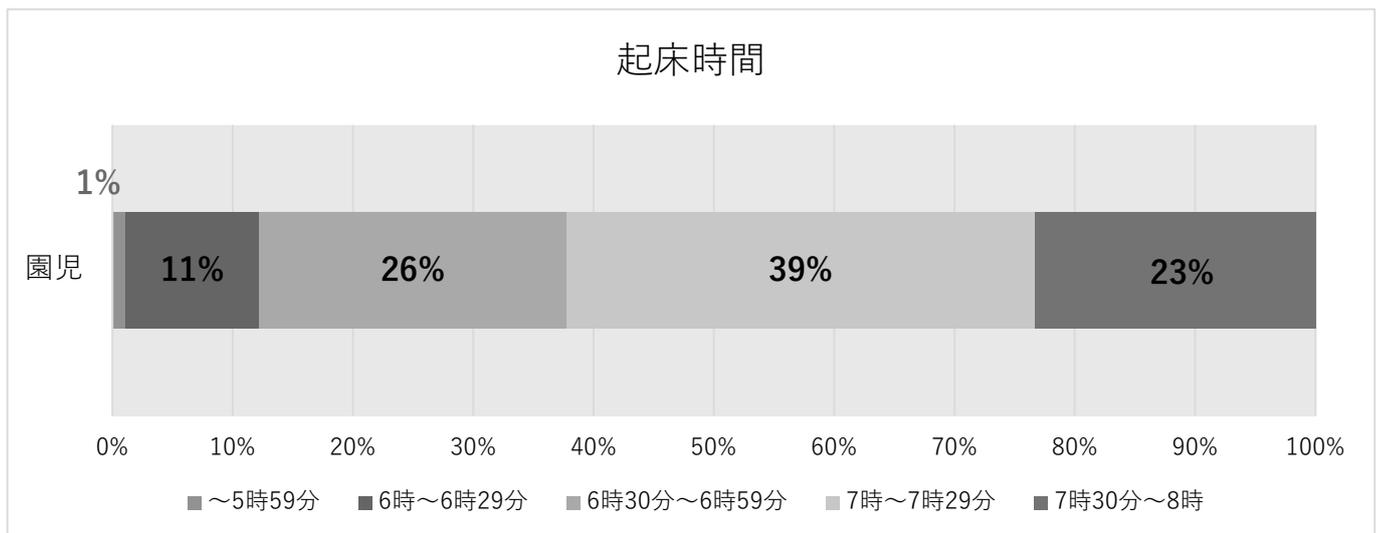
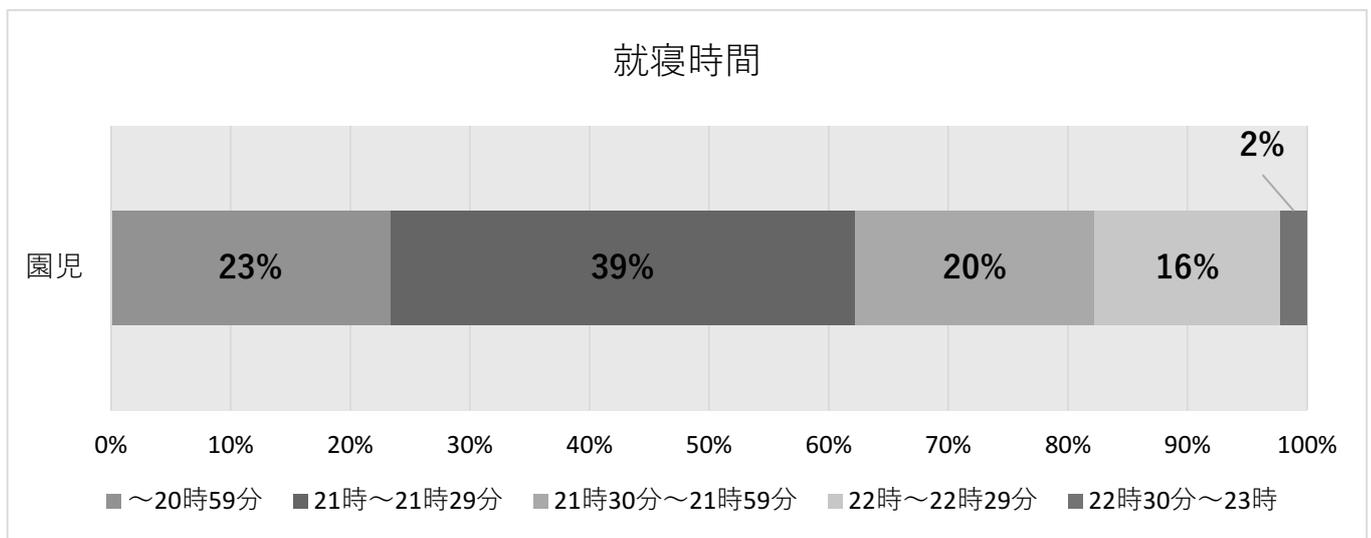
○保育園・幼稚園があるとき、何時ごろ寝て、何時ごろ起きますか。

〔就寝時刻〕

	園児	
～20時59分	21名	23%
21時～21時29分	35名	39%
21時30分～21時59分	18名	20%
22時～22時29分	14名	16%
22時30分～23時	2名	2%

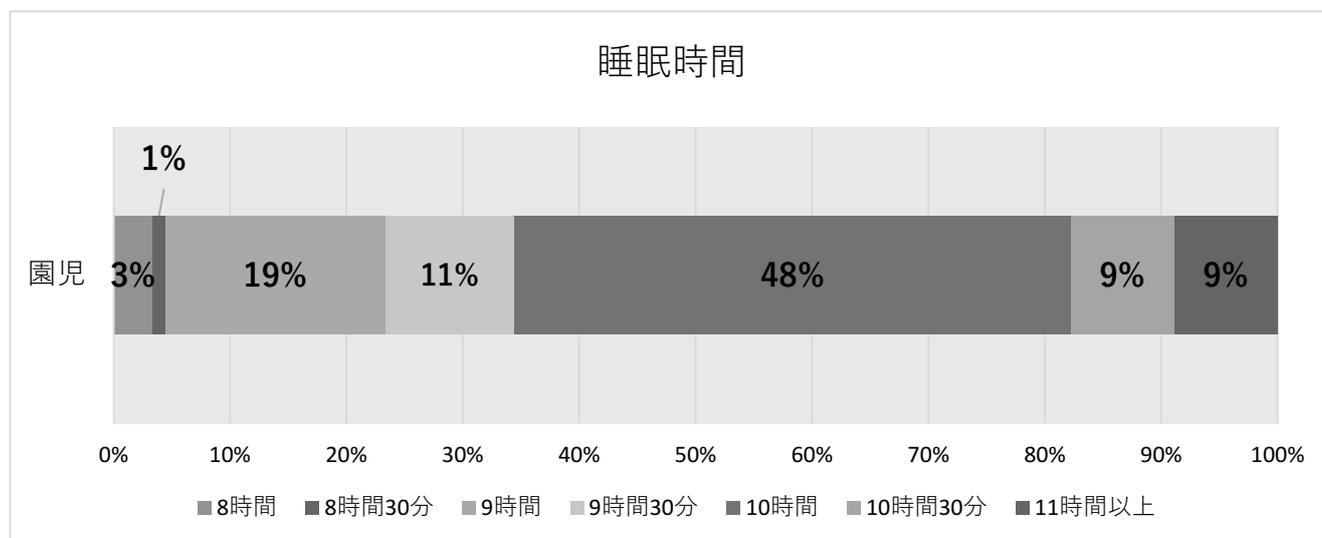
〔起床時刻〕

	園児	
～5時59分	1名	1%
6時～6時29分	10名	11%
6時30分～6時59分	23名	26%
7時～7時29分	35名	39%
7時30分～8時	21名	23%



〔睡眠時間〕

	園児	
8時間	3名	3%
8時間30分	1名	1%
9時間	17名	19%
9時間30分	10名	11%
10時間	43名	48%
10時間30分	8名	9%
11時間以上	8名	9%



〔考察〕

就寝時間については21時から21時29分までが全体の39%と多く、21時前に就寝する園児も23%いた。21時30分から22時29分までの園児も36%と少なくはなかった。

起床時間は、6時30分から8時までの間でばらつきがあった。

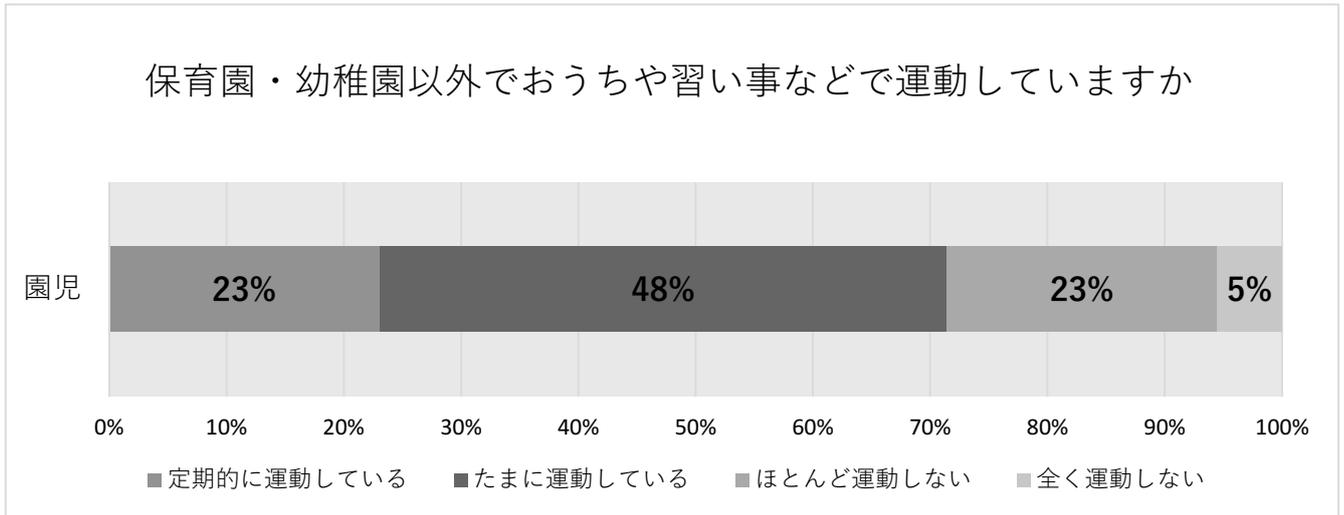
睡眠時間は、9時間以上とっている家庭が多かった。

○保育園・幼稚園以外で、おうちや習い事などで運動していますか。

	園児	
定期的に運動している	21名	23%
たまに運動している	44名	48%
ほとんど運動しない	21名	23%
全く運動しない	5名	5%

**[考察]**

「定期的に運動している」「たまに運動している」と回答した家庭は、71%おり「ほとんど運動しない」または「全く運動しない」と回答した家庭を上回っていた。

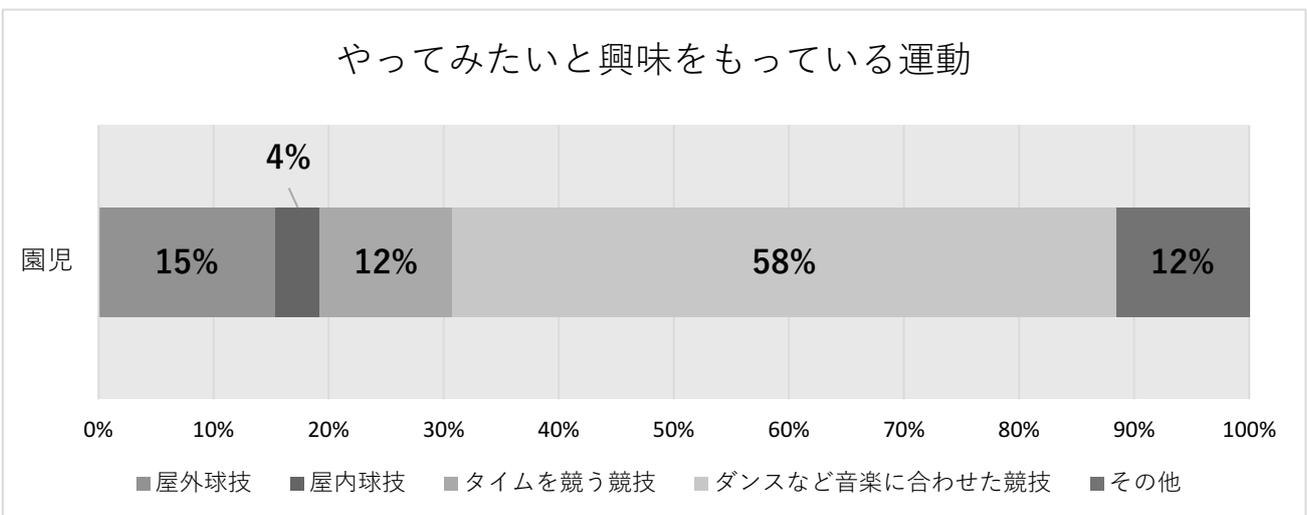


○上記で「ほとんど運動しない」「全く運動しない」と答えた方で、やってみたいと興味をもっている運動はありますか。

	園児	
屋外球技	4名	15%
屋内球技	1名	4%
タイムを競う競技	3名	12%
ダンスなど音楽に合わせた競技	15名	58%
その他	3名	12%

**[考察]**

ダンスなど、音楽に合わせて体を動かす運動に興味をもっている園児が多く、次いで、屋外で行う球技、タイムを競う競技という順での回答となっていた。

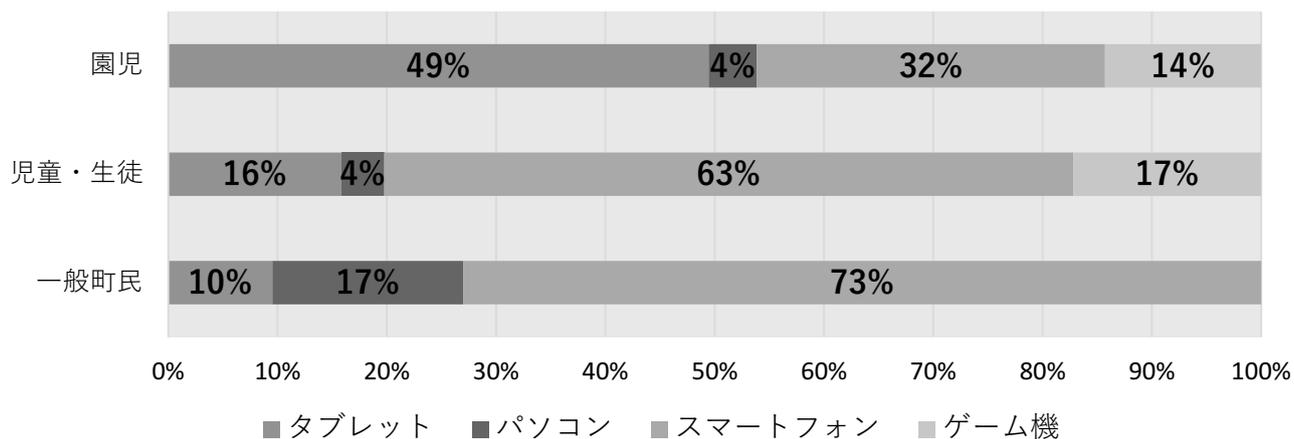


## 【Ⅱ】 家庭でのメディア 使用について

○最も利用しているメディア機器はなんですか。

	園児		児童・生徒		一般町民	
	名	%	名	%	名	%
タブレット	45名	49%	106名	16%	6名	10%
パソコン	4名	4%	26名	4%	11名	17%
スマートフォン	29名	32%	422名	63%	46名	73%
ゲーム機	13名	14%	115名	17%	0名	0%

最も利用しているメディア機器はなんですか



**[考察]**

園児は、タブレットとスマートフォンの利用がほとんどであった。

児童・生徒は、スマートフォンを最も利用しているという結果がでた。スマートフォンの利用率は年齢が上がるにつれ高くなっている。

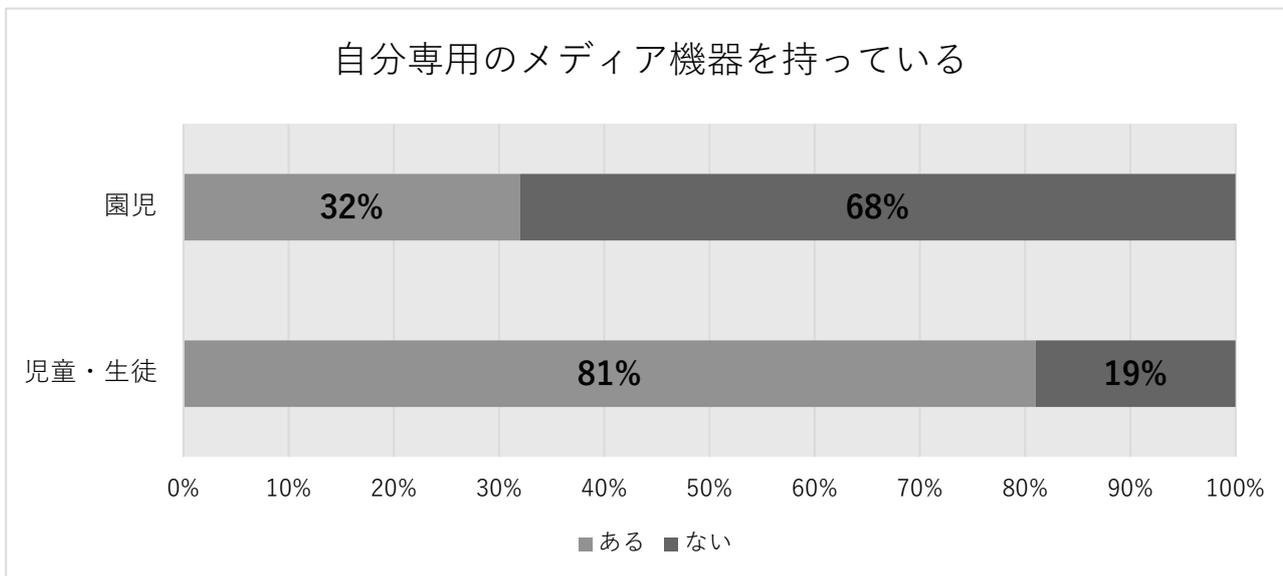
近年、タブレットの使用については、学校でのタブレットの持ち帰りがなされていることにより、特に小学生で、家庭でのタブレットの利用率が高くなってきている要因になっていると考える。

ゲーム機は小学生の利用率が高く、中学校、高校と上がるにつれて使用率が低くなっていた。また、高校では9割以上の生徒が、最も利用しているメディアはスマートフォンと答えている。

一般町民は、スマートフォンの利用率が最も高い結果となった。昔と比べ、現在は一人一台スマートフォンを所持していることが大半である。また、パソコンやタブレットよりも持ち運びが便利であることから、スマートフォンの普及が高まっている現状を表している。

○自分専用のメディア機器を持っていますか。

	園児		児童・生徒	
	人数	割合	人数	割合
ある	29名	32%	176名	81%
ない	62名	68%	41名	19%



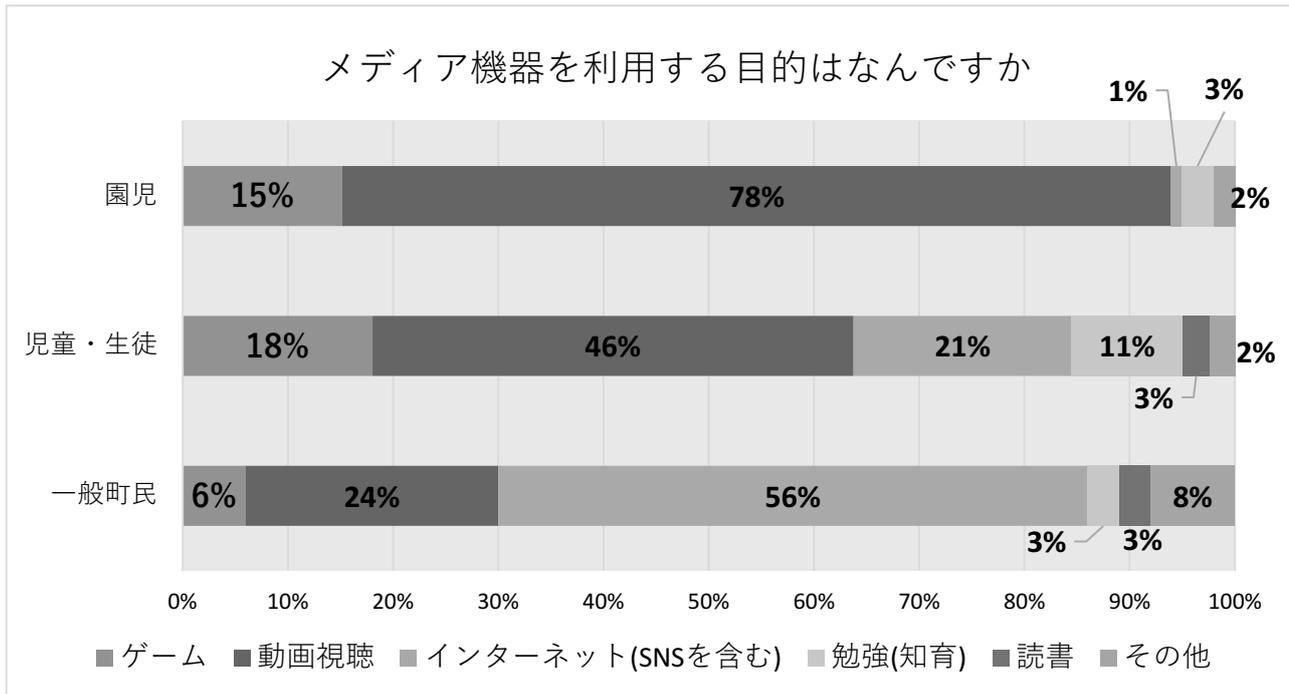
**〔考察〕**

園児は、自分専用のものというより、大人のを借りて使っているケースが多いと考えられる。

児童・生徒は、81%が「ある」、19%が「ない」という回答であり、全体の8割があると回答しており、今後も発達段階によらず、年々増加していく傾向になると考えられる。

○メディア機器を利用する目的はなんですか。

	園児		学校		一般町民	
	名	%	名	%	名	%
ゲーム	14名	15%	120名	18%	4名	6%
動画視聴	71名	78%	304名	46%	15名	24%
インターネット(SNSを含む)	1名	1%	138名	21%	35名	56%
勉強(知育)	3名	3%	70名	11%	2名	3%
読書	0名	0%	17名	3%	2名	3%
その他	2名	2%	16名	2%	5名	8%



**[考察]**

園児の場合、動画視聴に利用しているケースが半数以上であった。次にゲームという回答が多かった。

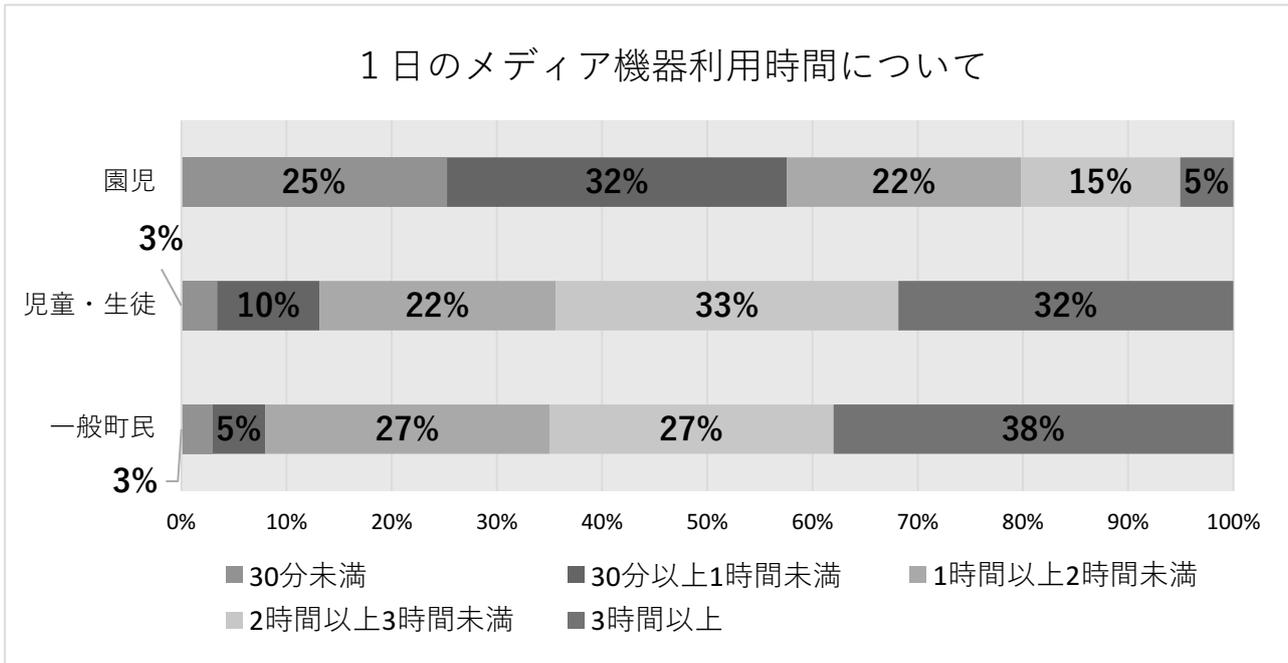
児童・生徒は、学校種を問わず、動画視聴が最も多く全体の46%で、テレビに替わって、インターネットでの動画視聴が中心になっていると考えられる。

また、学習のためのメディア機器利用は、小学生に比べ中学生・高校生の利用割合が低くなっていた。本紙10ページの「最も利用しているメディア機器はなんですか。」にも記述したように、学校ではタブレットの持ち帰りがなされ、小学校でタブレットドリルなどを使用していることが関係していると思われる。

一般町民は、インターネット(SNSを含む)の利用が最も多く、スマートフォンの普及率も高いことを踏まえての結果になっていると思われる。

○1日のメディア機器利用時間について

	園児		児童・生徒		一般市民	
30分未満	23名	25%	23名	3%	2名	3%
30分以上1時間未満	29名	32%	65名	10%	3名	5%
1時間以上2時間未満	20名	22%	150名	22%	17名	27%
2時間以上3時間未満	14名	15%	218名	33%	17名	27%
3時間以上	5名	5%	213名	32%	24名	38%



〔考察〕

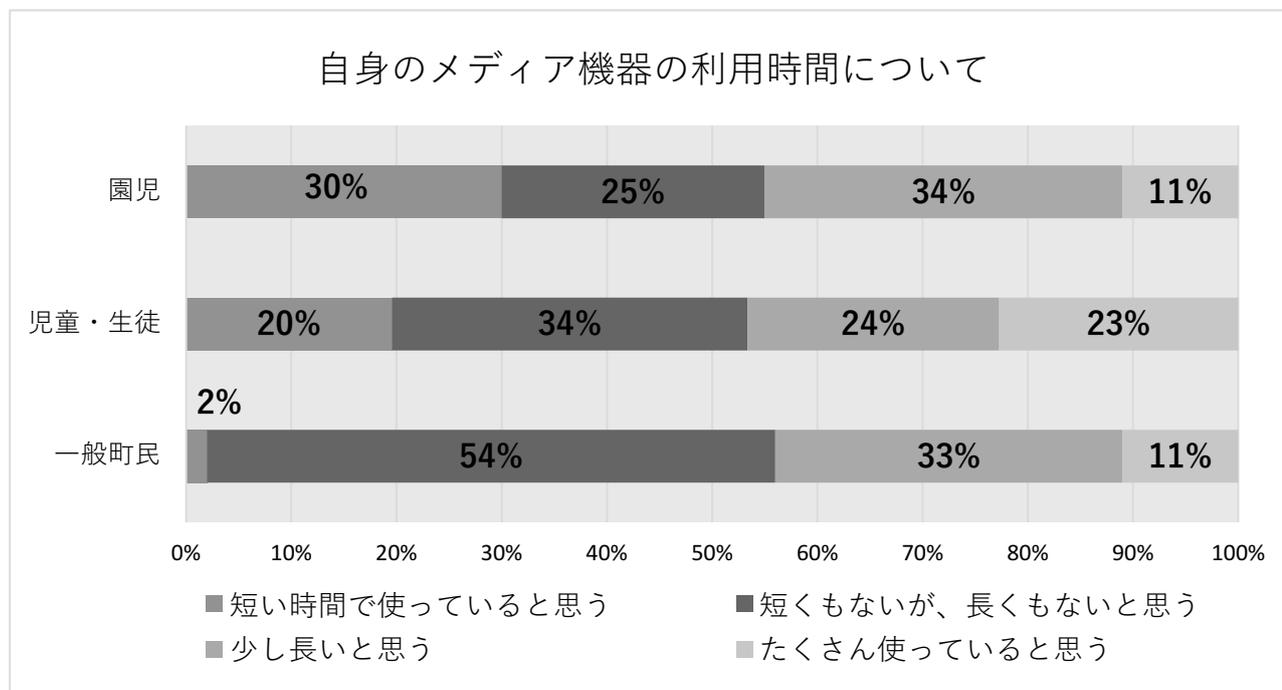
園児について、全体的には1時間未満が半数以上だったが、その中で30分未満の利用も多くあった。利用時間については制限している家庭もあるように見受けられるが、1時間以上3時間未満の利用も少なからずあった。中には3時間以上利用している園児もいた。

児童・生徒は、発達段階が上がるにつれ、メディアの利用時間が増えている。児童・生徒を低学年(1年～3年)、高学年(4年～6年)、中学生、高校生にわけて比較しても学年・学校種が上がるにつれ、メディアの利用時間が増加している。2時間以上利用の割合は児童・生徒が65%、児童・生徒と一般市民がほぼ同様の割合であった。また、小学生は約1割、中学生・高校生は約3～4割の生徒が3時間以上のメディア利用があった。

一般市民は、仕事などでもメディアを利用する機会が増えるため、3時間以上の利用が多い結果となった。

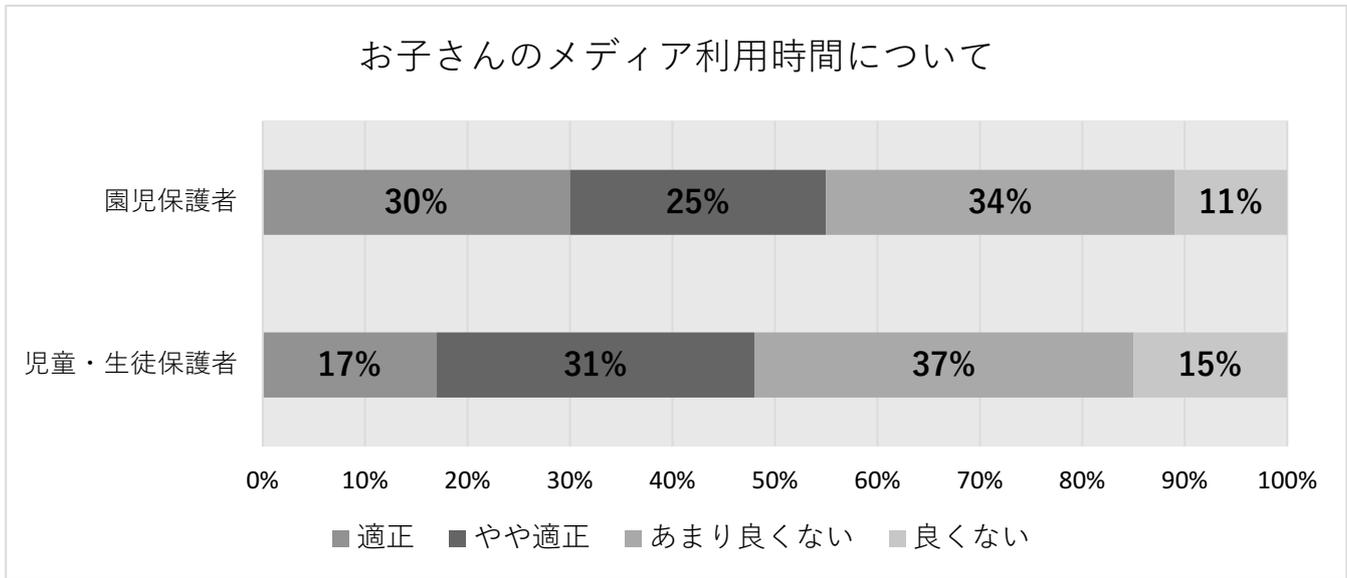
○自身のメディア機器利用時間について

	園児		児童・生徒		一般町民	
短い時間で使っていると思う	27名	30%	131名	20%	1名	2%
短くもないが、長くもないと思う	23名	25%	226名	34%	34名	54%
少し長いと思う	31名	34%	160名	24%	21名	33%
たくさん使っていると思う	10名	11%	152名	23%	7名	11%



○お子さんのメディア利用時間について

	園児保護者		児童・生徒保護者	
	人数	割合	人数	割合
適正	27名	30%	36名	17%
やや適正	23名	25%	67名	31%
あまり良くない	31名	34%	81名	37%
良くない	10名	11%	33名	15%



**〔考察〕**

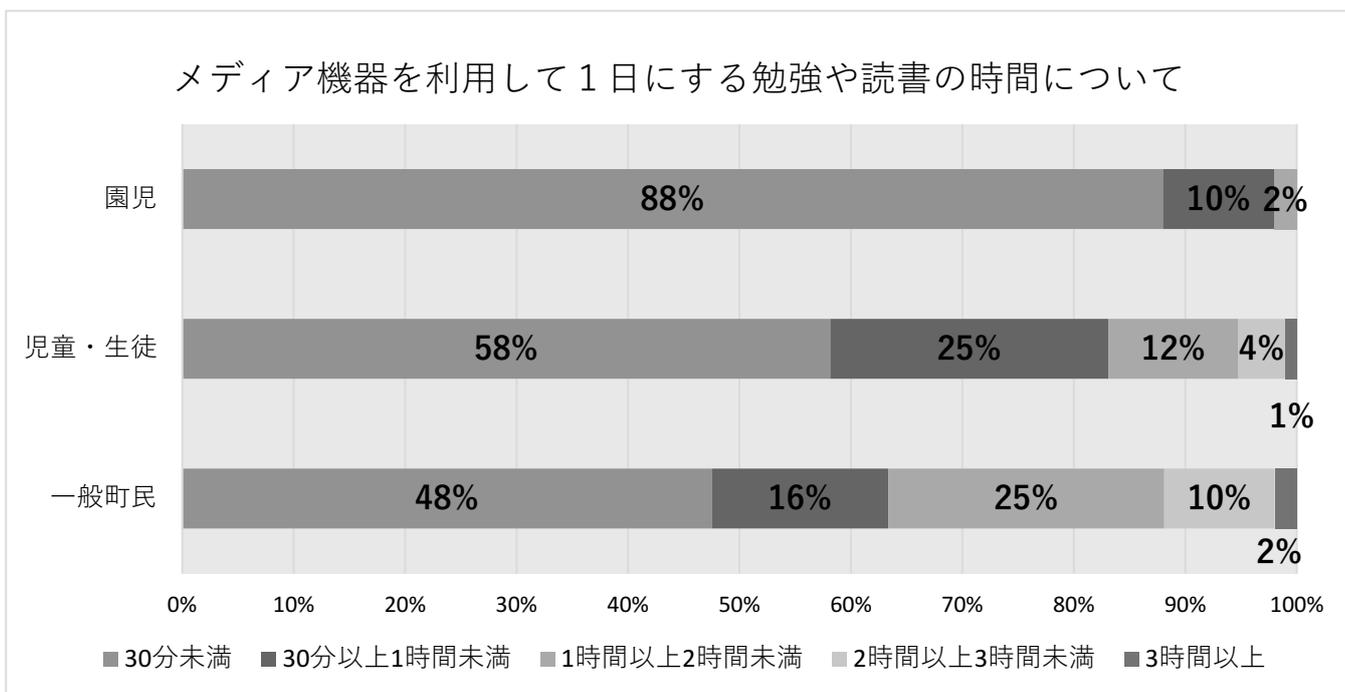
園児は、自身の利用時間については時間の回答ではないので、感覚的なものになるが、半数以上は「ちょうど良い」「短い」という回答があった。「少し長いと思う」「たくさん使っていると思う」という回答も半数近くあることから、長時間の利用を自覚していることが見受けられた。家庭内での利用についても半数以上が多いと思っていることが分かった。

児童・生徒は、メディア利用時間について54%が「短い時間で使っていると思う」または「短くもないが、長くもない」と回答し、保護者も子どものメディア利用時間について48%が「適正」または「やや適正」と答えている。このことから児童・生徒と保護者の認識に大きな差がないことが考えられる。

一般町民は、54%が「短くもないが、長くもないと思う」と回答している。就労などで社会に出ればメディア機器に触れる機会も増えるが、個人での利用に割く時間は長くないことが考えられる。

○メディア機器を利用して1日に勉強や読書をする時間について

	園児		児童・生徒		一般町民	
30分未満	80名	88%	389名	58%	30名	48%
30分以上1時間未満	9名	10%	167名	25%	10名	16%
1時間以上2時間未満	2名	2%	78名	12%	16名	25%
2時間以上3時間未満	0名	0%	28名	4%	6名	10%
3時間以上	0名	0%	7名	1%	1名	2%



**[考察]**

園児は、30分未満が88%という回答から、園児がメディア機器を読書や勉強に利用することは少ないのではないかと考えられる。

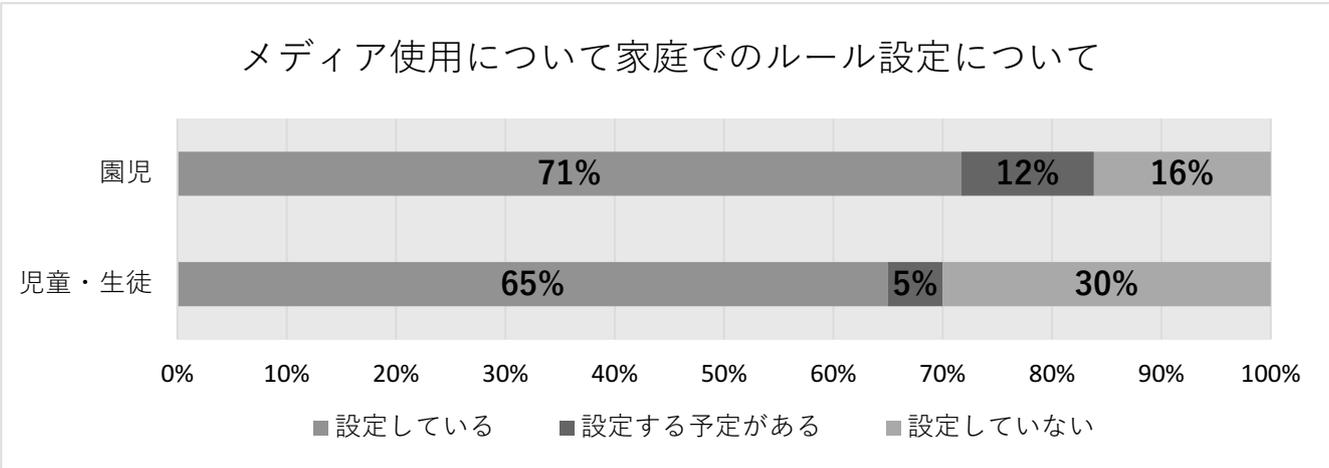
児童・生徒は、全体の58%が30分未満となっており、勉強や読書には短時間で使用していることが分かる。学校ではタブレットの持ち帰りがなされているが、まだICTの利活用までは至っていないと思われる。

一般町民は、30分以上3時間未満の割合が51%となっており、メディア機器を通じて勉強や読書をしていることが分かる。また、30分未満の割合も48%となっており、短時間ではあるが、利用していることが分かる。

# 【Ⅲ】 家庭でのメディア 使用に関する ルールについて

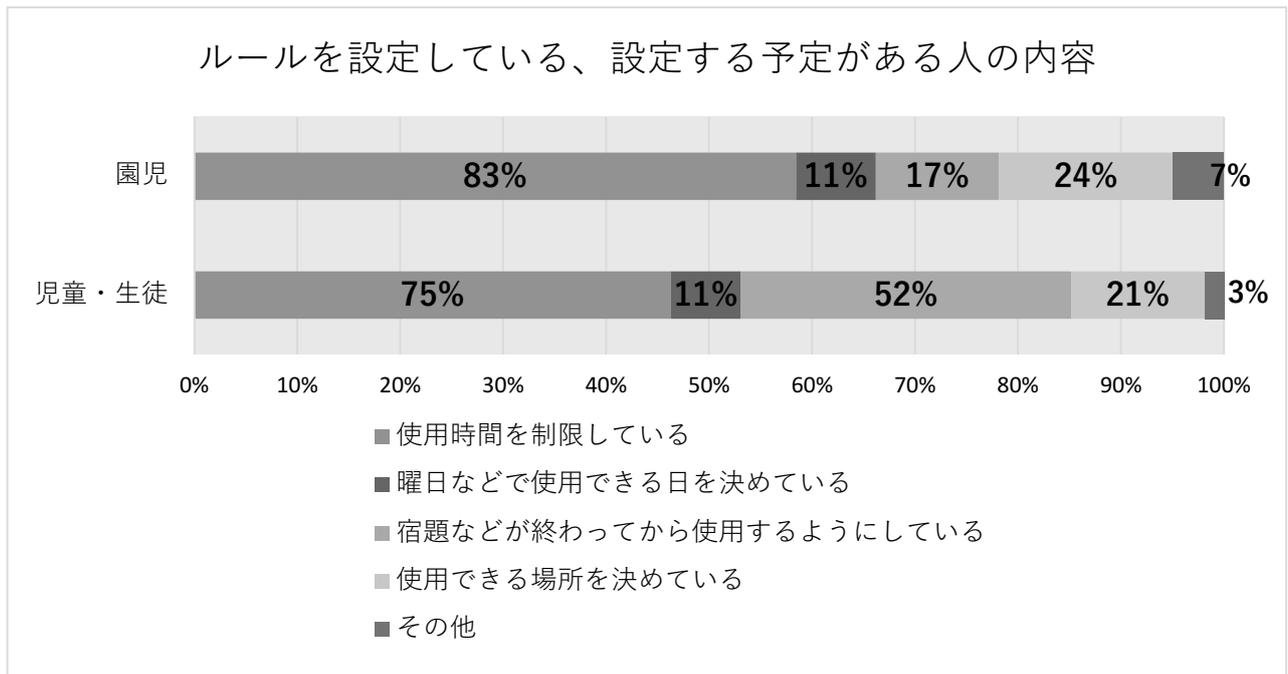
○メディア使用について家庭でのルール設定について

	園児		児童・生徒	
	名	%	名	%
設定している	65名	71%	140名	65%
設定する予定がある	11名	12%	11名	5%
設定していない	15名	16%	66名	30%



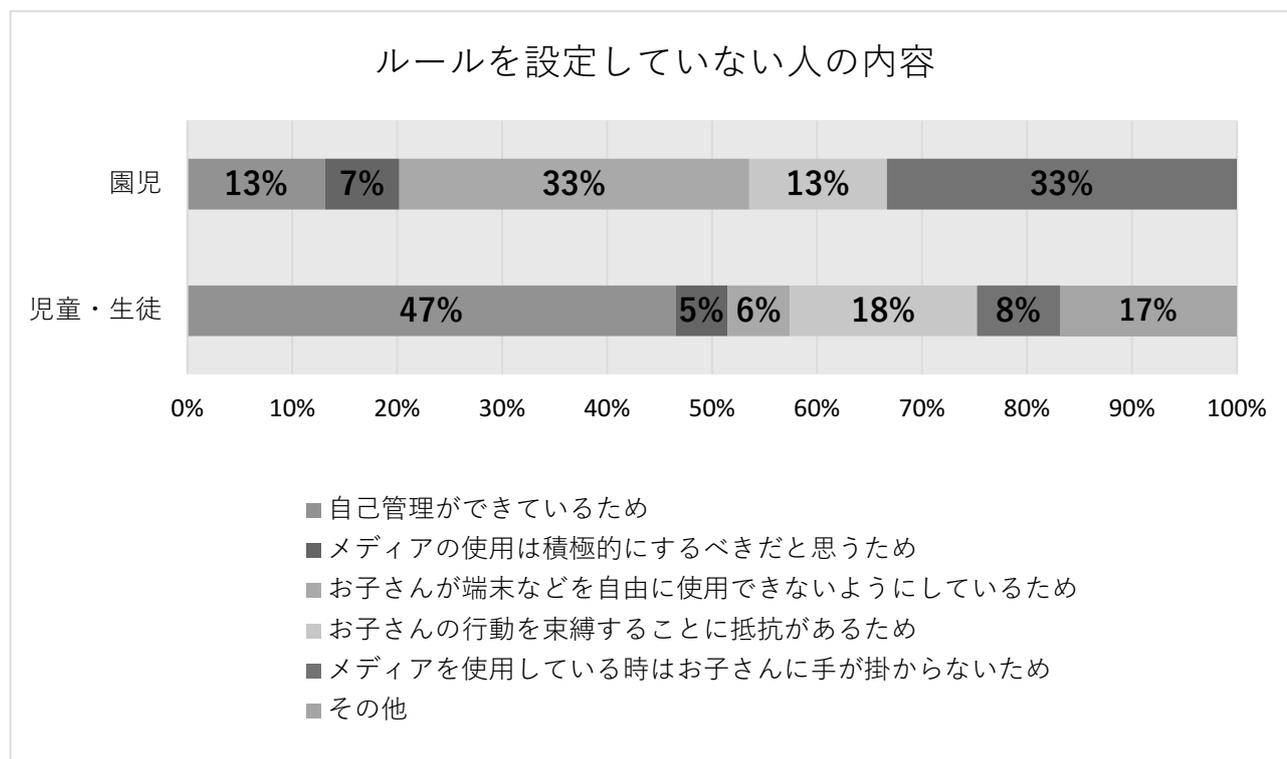
○ルールを設定している、ルールを設定する予定がある人の内容

	園児		児童・生徒	
	名	%	名	%
使用時間を制限している	63名	83%	113名	75%
曜日などで使用できる日を決めている	8名	11%	16名	11%
宿題などが終わってから使用するようになっている	13名	17%	78名	52%
使用できる場所を決めている	18名	24%	31名	21%
その他	5名	7%	4名	3%



○ルールを設定していない人の内容

	園児		児童・生徒	
	名	%	名	%
自己管理ができているため	2名	13%	31名	47%
メディアの使用は積極的にすべきだと思うため	1名	7%	3名	5%
お子さんが端末等を自由に使用できないようにしているため	5名	33%	4名	6%
お子さんの行動を束縛することに抵抗があるため	2名	13%	12名	18%
メディアを使用している時はお子さんに手が掛からないため	5名	33%	5名	8%
その他	0名	0%	11名	17%



### 〔考察〕

園児は「ルールを設定している」もしくは「設定する予定がある」家庭が83%と多く、家庭内でのルール作りが定着しつつあると考えられる。

使用時間や場所についてのルールを設定している家庭が大半で、その中でも使用時間の制限についてルールを設けている家庭が多かった。その他に「ご飯のときは消す」や「見る内容を制限している」という家庭もあった。

ルールを設定していない理由としては、自由に使用できないようにしていることから、設定する必要がないことや、使用している時にはお子さんに手が掛からないため、あえて自由にさせている家庭が多かった。また、積極的に使用すべきだと考えている家庭もあった。

児童・生徒は、ルールを「設定する予定がある」を含めた7割の家庭が「設定している」という回答結果であり、小・中・高ともに、メディアコントロールを内容とした児童・生徒向けの学習会を行っているが、発達段階が上がることによってルールを設定せずに、子どもの主体性へ任せる傾向が見られる。

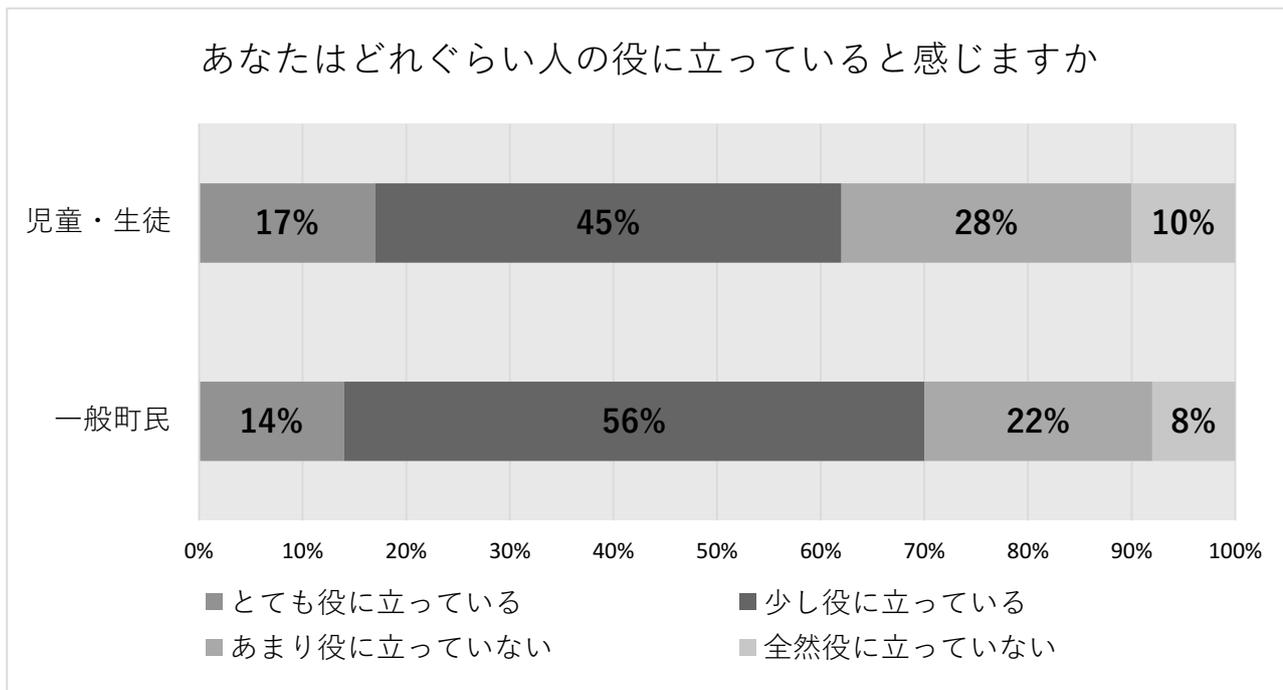
ルールを設定している児童・生徒保護者からの回答では「使用時間の制限」をはじめ「使用できる曜日の設定」など、時間に関するルールが多いが、発達段階が上がるにつれて「宿題が終わったらの使用」など条件付きのルールが増える傾向にある。

また、ルールを設定していない児童・生徒の保護者については「自己管理ができてい」「束縛することに抵抗がある」という回答が65%あり、発達段階が上がるにつれて、主体性に任せる傾向が多くみられる。

# 【IV】 自己有用感について

○あなたはどれくらい人の役に立っていると感じますか。

	児童・生徒		一般町民	
	人数	割合	人数	割合
とても役に立っている	114名	17%	9名	14%
少し役に立っている	301名	45%	35名	56%
あまり役に立っていない	186名	28%	14名	22%
全然役に立っていない	68名	10%	5名	8%



## 〔考察〕

児童・生徒は「とても」「少し」を含め「役に立っている」と実感していると回答した割合が、62%であった。校種ごとに見ていくと「役に立っている」と実感している子どもは、小学校低学年が81%、小学校高学年が77%、中学生が54%、高校生が60%であり、学年段階が上がるにつれて自己有用感が下がる傾向にある。

また「自分が他者の役に立ったり、認められるには、どんなことをしたらよいと思いますか。自由に書いてください。」の回答をみていくと、①他者への思いやりのある行動②協同③学習意欲、自主的・自律的な生活の3つの特性に分類される。小学校低学年は「助ける」「お手伝いをする」「思いやりをもつ」「注意する」など他者への思いやりのある行動の記述が多い。小学校高学年は他者への思いやりのある行動も見て取れるが「協力し合う」「優しく話す」など、協同の特性や「挨拶」「勉強」など「学習意欲、自主的・自律的な生活」という特性も見られるようになる。中学生や高校生は、3つの特性がバランスよく身に付いているとともに「自尊感情」の高まりと思われる規範意識、将来展望という特性が見られる。

さらに、自己有用感については「あなたはどれくらい人の役に立っていると感じますか。」と「自分が他者の役に立ったり、認められるには、どんなことをしたらよいと思いますか。自由に書いてください。」を関連させると、小学校段階で育まれた「自己有用感」が、その延長として「自尊感情」への育ちとなり、中学校・高校へつながっていることが見て取れる。

最後に、今後も自己有用感を高めるために学校教育では次の2点を重視するべきである。①子どもの記述に「話をする」「話を聞く」という表現が多々あり、教職員による賞賛と傾聴が大切になる。②集団として自己有用感を高めるためには、一人ひとりが好ましい人間関係を形成することが大切である。そのため受容と賞賛、集団としての規範意識の醸成を意識した指導が必要である。

一般市民も約70%が「誰かの役に立っている」と感じていることが見て取れる。前述同様の質問の回答をみると、仕事を通じ、社会に貢献しているという意識のある人が多いことが分かった。他にも、子育てや地域行事への参加を通じ、社会との繋がりを感じることで「誰かの役に立っている」と感じる人が多いことが分かった。



# 総括

## I 生活習慣について

幼児の体力低下や体の使い方が課題とされてきた状況から、新型コロナウイルスが5類に移行したことをきっかけに体を動かすことにも関心をもつようになってきていると考えられます。コロナ禍で運動に親しむことが難しかったという経験をしたことで体を動かすことの大切さへの理解が増し、少しでも運動に関わる機会をもとうとしているのではないかと推測されます。保育園や幼稚園でも体力の向上に向けて、発達の段階に応じた多様な動きが経験できる機会を多くもち、体を動かすことの楽しさや充実感を十分に感じられるような取り組みをしていくことが重要になっていくのではないかと思います。

## II 家庭でのメディア使用について

幼児の保護者の日常的なメディア機器の使用から、幼児期のスマートフォンやタブレットなどのメディアに取り巻かれている環境が伺われます。メディア機器使用への抵抗感や長時間使用することの罪悪感などが薄れてきているようにも思われますが、メディアを利用するメリットやデメリットについて広く周知されてきたことから使用時間や場所、内容などについて家庭内でのルールを設定したり、子どもへの悪影響を考え保護者自身の利用についても改善しようとしたりする姿勢が見られました。

しかし、まだ「使用している時は子どもに手がかからない」という理由から、スマホに子守りをさせている保護者も少なくないのが現状です。幼児期は保護者の意識改革が大きな課題であると考えます。引き続きメディアコントロールの取り組みを継続し、メディア利用のメリット、デメリットを理解できるよう、浸透させていく必要性を感じます。

そして、就学してからは、子どもと保護者ともに、メディアの利用時間は適正であると感じている家庭がほとんどであることが分かりました。また、昨今学校では、タブレット学習が導入され、家庭学習もメディア機器を利用していることから、メディア機器に触れる機会は増えても、動画視聴やゲームなどのやりすぎという認識は薄まっている現状にあることが考えられます。

## III 家庭でのメディア使用に関するルールについて

ルールを設定しているまたは設定する予定がある家庭は、全体の約8割を占める結果となりました。昨今メディア利用を通じてのトラブルや事件が増える中、家庭全体でルールを作り、共有することは、自衛にも繋がると考えられます。発達段階が上がるにつれ、メディアに触れる時間の増加や自分専用の端末を保有することが多いと思います。同時に、家庭でのルールも個人の主体性に任せる家庭も増えるため、子どもが小さいうちはルールを設け、正しい使い方を覚えていく必要

があると考えられます。

また、年齢が上がり家庭での使用に関するルールがなくなった場合でも、トラブルが起きた場合の対処法などは、家庭でしっかりと話し合い、共有する必要があると考えます。

#### IV 自己有用感について

アンケートの結果から、年齢が低い方が自己有用感が高く、大人になるにつれ自己有用感が低くなる傾向があることが分かりました。

子どものうちから、自分の話を聞いてもらい、受け止めてもらうことで、安心につながり、自分の存在を自身が認められる、それが自尊感情や自己有用感を高める結果につながるのではないかと考えられます。

また、幼児期や小学生期に育まれた自尊感情や自己有用感は、年齢が上がるにつれ重要なものとなると考えられます。自尊感情や自己有用感が高いほど、学習意欲や自立心も高まる傾向がみとれます。さらに、自分を大切にできる力があることは、他者を思いやる心があり、協同性や協調性を身につけることができると考えられます。

社会に出てからも、自尊感情や自己有用感が高いことは重要なことであると思います。前述でも記したように、自立心、協同性や協調性は社会に出てからも必要なスキルのうちの一つになります。

令和5年度、新型コロナウイルスも5類へ移行し、これまでの日常が戻りつつあるなかでも、コロナ禍において強まった、人と人との繋がり希薄化は否めない状況にあります。昔は、地域のこと、まちのこと、子どもたちのことは自分たちで考え、人と人が協力して成り立っていました。時代の変化とともに、地域で子どもを育てるといった考えもなくなってきています。それは、少なからず自己有用感の低さも一因となっていると考えられます。

自己有用感の高まりは、一人ひとりが「まちの未来」を考える力に繋がると思います。子どもでも大人でも、自分が誰かに必要とされている存在であると思えることは、それだけで自分の生きる意味になるのではないのでしょうか。幼児期から自己有用感を高めることは重要ではありますが、大人になってからでも遅くはないと思います。

そのためにも、家庭や学校、会社や地域、枠組みを超えて「自分の気持ちを話す」「誰かの思いを受け止める」から始めることが大切だと考えます。

人と人が手を取り合い、自分のことだけでなく、まちのことも考える、そういう人を目指し、そうしてくれる子どもたちを育てていくことがこれからの課題であり、そういった取り組みを進めていくことが重要であると考えます。



# 資料

メディアと自己有用感に関するアンケート用紙

(1)園児（保護者）用

(2)児童・生徒用

(3)児童・生徒保護者用

(4)一般町民用

※小学校低学年から高校生まで内容は同じのため、高校生用を掲載

## メディアと自己有用感に関するアンケート（2023年度）＜園児(保護者)用＞

1) お子さんの学年を教えてください。

・年少　・年中　・年長

2) お子さんの性別を教えてください。

・男　・女

3) お子さんは保育園・幼稚園がある時、何時ごろ寝て、何時ごろ起きますか。

ねる時間(　　時　　分ごろ) 起きる時間(　　時　　分ごろ)

4) お子さんは保育園・幼稚園以外で、おうちや習い事などで運動をしていますか。

- |               |              |
|---------------|--------------|
| 1. 定期的に運動している | 2. たまに運動している |
| 3. ほとんど運動しない  | 4. 全く運動しない   |

5) **4) で「ほとんど運動しない」「全く運動しない」と答えた方にお聞きします。**

お子さんがやってみたいと興味を持っている運動はありますか。

1. 野球・サッカー・テニスなどの屋外で行う球技　2. バレー・卓球・バスケなどの屋内球技  
3. 100m 走、スピードスケートなどのタイムを競う競技　4. ダンスなど音楽に合わせた競技  
5. そのほかの運動 (どんな運動: \_\_\_\_\_)

6) お子さんが、最も利用しているメディア機器はなんですか。

1. タブレット　2. パソコン　3. スマートフォン　4. ゲーム機

7) お子さんは、自分専用のメディア機器を持っていますか。

1. ある　2. ない

8) お子さんが、メディア機器を使用する目的はなんですか。

1. ゲーム　2. 動画視聴　3. インターネット(SNSを含む)　4. 勉強(知育)　5. 読書  
6. その他( \_\_\_\_\_ )

9) お子さんは、一日どのくらいの時間メディア機器を使用していますか。

1. 30分以下　2. 30分以上1時間未満　3. 1時間以上2時間未満  
4. 2時間以上3時間未満　5. 3時間以上

10) **9) で「3時間以上」と答えた方にお聞きします。**

具体的な時間を教えてください。

\_\_\_\_\_ 時間 \_\_\_\_\_ 分

- 1 1) お子さんはメディア機器を使って、一日何時間くらい勉強(知育)や読書をしていますか。
1. 30分以下
  2. 30分以上1時間未満
  3. 1時間以上2時間未満
  4. 2時間以上3時間未満
  5. 3時間以上

1 2) 1 1) で「3時間以上」と答えた方にお聞きします。

具体的な時間を教えてください。

時間 分

1 3) お子さんは、メディア機器をいつ使用していますか。

1. 登園前
2. 帰宅後
3. 両方

1 4) お子さんのメディア使用時間は、適正だと思いますか。

1. 適正
2. やや適正
3. あまり良くない
4. 良くない

1 5) 保護者の方の家庭内でのメディア使用について、自分の考えに一番近いものをお答えください。

1. 多すぎると思う
2. どちらかという也多い
3. 少なくはないが、多くもない
4. 少ない
5. お子さんの前ではメディアを使用しない

1 6) お子さんのメディア(ゲーム、テレビ、インターネット)使用について、家庭内でルールを設定していますか。

1. 設定している
2. 設定する予定がある
3. 設定していない

1 7) 1 6) で「設定している」及び「設定する予定がある」と答えた方

どのようなルールか、あてはまるものすべてを選択してください。

1. 使用時間を制限している
2. 曜日などで使用できる日を決めている
3. 宿題などが終わってから使用するようにしている
4. 使用できる場所を決めている
5. その他(自由記載: )

1 8) 1 7) で「設定していない」と答えた方

ルールを設定していない理由に一番近いものをお答えください。

1. 自己管理ができていないため
2. メディアの使用は積極的にするべきだと思うため
3. お子さんが端末などを自由に使用できないようになっているため
4. お子さんの行動を束縛することに抵抗があるため
5. メディアを使用している時はお子さんに手がかからないため
6. その他(自由記載: )

19) 家庭でのメディアコントロールについて、これからの学校や教育委員会に今後行ってほしい取り組みがあればお答えください (いくつでも)

1. 子ども向けのメディアコントロール講演
2. 保護者向けのメディアコントロール講演
3. 町独自の啓発ポスター・チラシの配布
4. 子どもたちを外遊びへ誘導する事業
5. 家庭での読書を推進する事業
6. その他 (自由記載: \_\_\_\_\_ )

メディアと自己有用感に関するアンケート（2023年度）＜ 児童・生徒用 ＞

1) あなたの学年を教えてください。

- ・小学校1年生                      ・小学校2年生                      ・小学校3年生
- ・小学校4年生                      ・小学校5年生                      ・小学校6年生
- ・中学校1年生                      ・中学校2年生                      ・中学校3年生
- ・高校1年生                         ・高校2年生                         ・高校3年生

2) あなたの性別を教えてください。

- ・男                                  ・女

3) あなたは、どのメディアを主に使用していますか。

- 1. タブレット                      2. パソコン                      3. スマートフォン                      4. ゲーム機

4) 一日どのくらいの時間メディアを使用していますか。

- 1. 30分未満                      2. 30分以上1時間未満                      3. 1時間以上2時間未満
- 4. 2時間以上3時間未満                      5. 3時間以上

5) 4) で3時間以上と回答した人に聞きます。

具体的な時間を教えてください。

\_\_\_\_\_時間 \_\_\_\_\_分

6) メディアの利用目的は何ですか。(複数回答可)

- 1. ゲーム                      2. 動画視聴                      3. インターネット(SNSを含む)                      4. 勉強                      5. 読書
- 6. その他 ( \_\_\_\_\_ )

7) あなたは、タブレットなどを使って一日にどのくらい勉強や読書をしますか。

- 1. 30分未満                      2. 30分以上1時間未満                      3. 1時間以上2時間未満
- 4. 2時間以上3時間未満                      5. 3時間以上

8) 7) で3時間以上と回答した人に聞きます。

具体的な時間を教えてください。

\_\_\_\_\_時間 \_\_\_\_\_分

9) あなたは自分のタブレットなどの使用時間についてどう思いますか。

- 1. 短い時間で使っていると思う                      2. 短くもないが、長くもないと思う
- 3. 少し長いと思う                      4. たくさん使っていると思う

10) あなたは、どれくらい人の役に立っていると感じていますか。

1. とても役に立っている
2. 少し役に立っている
3. あまり役に立っていない
4. 全然役に立っていない

11) 自分が他者の役に立ったり、認められるようになるには、どんなことをしたら良いと思いますか。自由に書いてください

## メディアと自己有用感に関するアンケート（2023年度）

<児童・生徒保護者用>

1) お子さんの学年を教えてください。

- ・小学校1年生                      ・小学校2年生                      ・小学校3年生
- ・小学校4年生                      ・小学校5年生                      ・小学校6年生
- ・中学校1年生                      ・中学校2年生                      ・中学校3年生
- ・高校1年生                        ・高校2年生                        ・高校3年生

2) お子さんの性別を教えてください。

- ・男                                  ・女

3) お子さんは、どのようなメディアを利用していますか。

- 1. タブレット                      2. パソコン                      3. スマートフォン                      4. ゲーム機

4) お子さん専用のメディア機器はありますか。

- 1. ある                              2. ない

5) お子さんは、一日どのくらいの時間メディア機器を使用していますか。

- 1. 30分未満                      2. 30分以上1時間未満                      3. 1時間以上2時間未満
- 4. 2時間以上3時間未満                      5. 3時間以上

6) **5) で3時間以上と回答した方にお聞きします。**

具体的な時間を教えてください。

\_\_\_\_\_ 時間 \_\_\_\_\_ 分

7) お子さんが、メディア機器を使用する目的はなんですか。

- 1. ゲーム                      2. 動画視聴                      3. インターネット(SNSを含む)                      4. 勉強                      5. 読書
- 6. その他 ( \_\_\_\_\_ )

8) お子さんは、メディア機器を使って一日にどのくらい勉強や読書をしますか。

- 1. 30分未満                      2. 30分以上1時間未満                      3. 1時間以上2時間未満
- 4. 2時間以上3時間未満                      5. 3時間以上

9) **8) で3時間以上と回答した方にお聞きします。**

具体的な時間を教えてください。

\_\_\_\_\_ 時間 \_\_\_\_\_ 分

10) お子さんは、メディア機器をいつ使用していますか。

1. 登校前            2. 帰宅後            3. 両方

11) お子さんのメディア使用時間は、適正だと思いますか。

1. 適正            2. やや適正            3. あまり良くない            4. 良くない

12) 保護者の方の家庭内でのメディア使用について、自分の考えに一番近いものをお答えください。

1. 多すぎると思う            2. どちらかというも多い            3. 少なくはないが、多くもない  
4. 少ない            5 お子さんの前ではメディアを使用しない

13) お子さんのメディア（ゲーム、テレビ、インターネット）使用について、家庭内でルールを設定していますか。

1. 設定している            2. 設定する予定がある            3. 設定していない

14) 13) で「設定している」及び「設定する予定がある」と回答した方にお聞きします  
どのようなルールか、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 使用時間を制限している            2. 曜日などで使用できる日を決めている  
3. 宿題などが終わってから使用するようになっている            4. 使用できる場所を決めている  
5. その他（自由記載：            )

15) 13) で「設定していない」と回答した方にお聞きします  
ルールを設定していない理由に一番近いものをお答えください。

1. 自己管理ができているため            2. メディアの使用は積極的にするべきだと思うため  
3. お子さんが端末などを自由に使用できないようになっているため  
4. お子さんの行動を束縛することに抵抗があるため  
5. メディアを使用している時はお子さんに手がかからないため  
6. その他（自由記載：            )

16) 家庭でのメディアコントロールについて、学校や教育委員会に今後行ってほしい取組みがあればお答えください（いくつでも）

1. 子ども向けのメディアコントロール講演            2. 保護者向けのメディアコントロール講演  
3. 町独自の啓発ポスター・チラシの配布            4. 子どもたちを外遊びへ誘導する事業  
5. 家庭での読書を推進する事業  
6. その他（自由記載：            )

## メディアと自己有用感に関するアンケート（2023年度）〈一般町民用〉

1) あなたの年齢を教えてください。

1. 18～20歳
2. 21～30歳
3. 31～40歳
4. 41～50歳
5. 51～60歳
6. 61～70歳
7. 70歳以上

2) あなたの性別を教えてください。

1. 男
2. 女

3) あなたは、どのメディアを主に使用していますか。

1. タブレット
2. パソコン
3. スマートフォン
4. ゲーム機

4) メディアの利用目的はなんですか。

1. ゲーム
2. 動画視聴
3. インターネット(SNSを含む)
4. 勉強(知育)
5. 読書
6. その他( )

5) 一日どのくらいの時間メディアを使用していますか。

1. 30分未満
2. 30分以上1時間未満
3. 1時間以上2時間未満
4. 2時間以上3時間未満
5. 3時間以上

6) **5)で3時間以上と回答した方にお聞きします。**

具体的な時間を教えてください。

\_\_\_\_\_時間 \_\_\_\_\_分

7) あなたは、タブレットなどを使って一日にどのくらい勉強や読書をしますか。

1. 30分未満
2. 30分以上1時間未満
3. 1時間以上2時間未満
4. 2時間以上3時間未満
5. 3時間以上

8) **7)で3時間以上と回答した方にお聞きします。**

具体的な時間を教えてください。

\_\_\_\_\_時間 \_\_\_\_\_分

9) あなたは自分のメディア使用について、自分の考えに一番近いものをお答えください。

1. 短い時間で使っていると思う
2. 短くもないが、長くもないと思う
3. 少し長いと思う
4. たくさん使っていると思う

10) あなたは、どれくらい他者の役にたったり、認められていると感じていますか。

1. とても役に立っている
2. 少し役に立っている
3. あまり役に立っていない
4. 全然役に立っていない

11) 自分が他者の役に立ったり、認められるようになるには、どんなことをしたら良いと思いますか。

自由に書いてください。

# 令和6年度別海町生涯教育研究所

研究紀要 第15号 編集委員

所長 稲村和典

副所長 鈴木和子

幼児教育研究部

部長 鈴木和子

佐藤史恵

西村弘美

大橋カナナ

山崎結衣

学校教育研究部

部長 根本渉

織井恒

葛迫勝秋

八岡純治

中野幸治

河村武司

社会教育研究部

部長 恒川敦史

瀬川航平

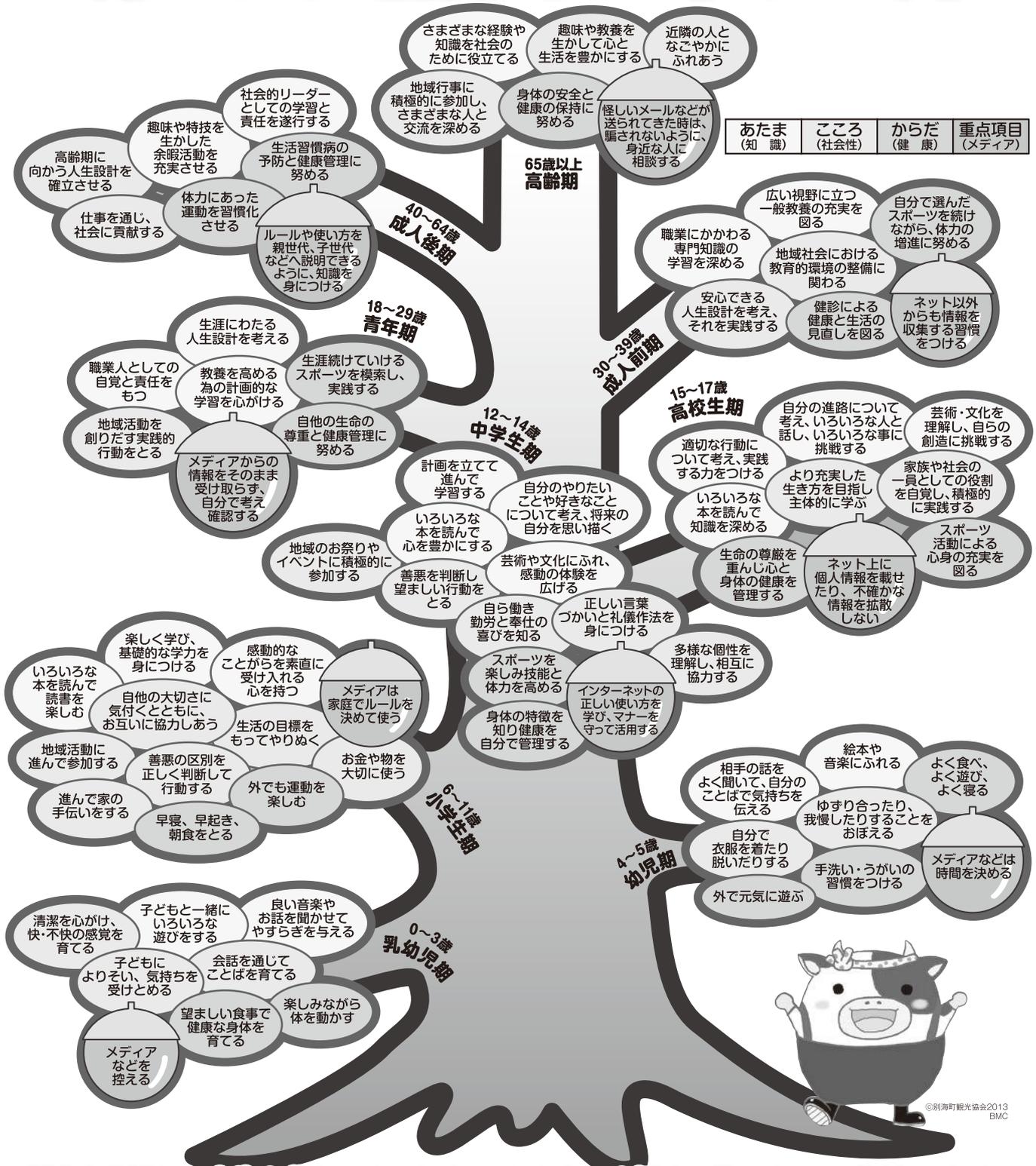
福原仁史

水本望

森野俊昭

発行年月日	令和7年1月
発行	別海町教育委員会 別海町生涯教育研究所

# べつかい 育てよう 別海町の『学びの木』



将来を見通して人生を豊かにするために ふれあいを深めて住みよい町づくりのために

別海町教育委員会・別海町生涯教育研究所



