

## &lt;研究資料&gt;

## 小学校における生活習慣調査の経年変化 (2013~2022年)

米嶋美智子・大谷直史・丸田裕子

## Changes over Time in Lifestyle Surveys in Elementary Schools (2013-2022)

YONESHIMA Michiko, OOTANI Tadasu, MARUTA Yuko

キーワード：生活習慣，近視，小学生

Key Words: Lifestyle, Myopia, Elementary school students

## 1 課題

筆者らは、A小学校において実施されている生活習慣調査を用いて、現在日本において進行している視力低下の要因を探ろうとしてきた。今回2013年度調査から10年間にわたるデータが蓄積され、小学校同一入学年度の児童の6年間の推移も5入学年度分を確認することができることとなった。本稿はこの10年間の学年間の推移(表)及び5入学年度分の6年間の推移(グラフ)を比較することで、生活習慣の移り変わりを明らかにする基礎資料としたい。それぞれの変化の理由は、学年進行による効果(学年効果あるいは加齢効果)、入学年度の違いによる効果(入学年効果あるいはコホート効果)、社会の変容に伴う(時代効果)に区分され、各グラフからはその一端が推測されるだろう(ただし5年・10年では時代効果は明確ではない)。こうした検討を行うことで、全国各地で行われているであろう生活習慣調査の集積と検討を進めるための一助としたい。

## 2 調査概要

視力は、4月と10月に国際基準に準拠したランドルト環を使用した視力表(字詰まり)を使用して測定した。生活習慣調査は、毎年10月に実施され、学校内で記入・回収を行っている。記入漏れ等がある場合は、本人に確認している。調査項目は表1の通りである。調査年によっては若干質問項目が入れ替わっているため、比較が可能な項目について示すこととする。

表1. 質問項目・選択肢一覧

設問	選択肢
ふだん、朝、何時ごろに起きますか？	1) 6時前 2) 6時~6時29分 3) 6時30分~6時59分 4) 7時~7時29分 5) 7時30分~
朝、人におこされなくて自分で起きていますか？	1) 自分で起きる 2) ときどき自分で起きる 3) いつもおこしてもらおう
朝ごはんは食べますか？	1) 毎日食べる 2) ときどき食べない 3) 食べない
毎日うんこがでますか？	1) ほぼ毎日でる 2) 2日に1回でる 3) 3日に1回でる 4) 4日以上でない
学校の昼休みは外で遊びますか？	1) よく遊ぶ 2) ときどき遊ぶ 3) あまり遊ばない 4) 遊ばない
ふだん、家に帰ってから友だちと外で遊びますか？	1) よく遊ぶ 2) ときどき遊ぶ 3) あまり遊ばない 4) 遊ばない
外で遊んだり、運動をしたりする	1) 好き 2) どちらかといえば好き 3) どちらかといえば嫌い

のが好きですか？	4) 嫌い
机で勉強をしているときや本を読んでいるときの姿勢はいいですか？	1) いつもいい 2) どちらかといえばいい 3) あまりよくない 4) よくない
学校以外で勉強をどのくらいしていますか？	1) ほとんどしない 2) 30分以内 3) 30分～1時間未満 4) 1時間～2時間未満 5) 2時間～3時間未満 6) 3時間以上
ふだん、テレビをどのくらい見えていますか？	1) 見ない・ほとんど見ない 2) 30分以内 3) 30分～1時間未満 4) 1時間～2時間未満 5) 2時間～3時間未満 6) 3時間以上
ふだん、何時ごろにねますか？	1) 8時より前 2) 8時～8時59分 3) 9時～9時59分 4) 10時～10時59分 5) 11時以降
あなたは、つぎのことをやっていますか？	学習塾に通ったり、家庭教師にきてもらったりしている
	お稽古事（習字・音楽教室・そろばん・絵画など）
	学校以外のスポーツ教室クラブに入っている
学校の生活は楽しいですか？	1) 楽しい 2) まあまあ楽しい 3) あまり楽しくない 4) 楽しくない
家の生活は楽しいですか？	1) 楽しい 2) まあまあ楽しい 3) あまり楽しくない 4) 楽しくない
あなたは大人になったらやってみたい仕事がありますか？	1) ある 2) ない
あなたは自分のことが好きですか？	1) 好き 2) どちらかといえば好き 3) どちらかといえば嫌い 4) 嫌い

### 3 調査結果

#### 1) 視力

裸眼視力 1.0 以上の児童の割合は、男女ともに学年進行に伴って減少し、男子の視力低下に比して、女子の視力低下が著しい。また女子では、2015 年度入学生は 2016・2017 年度と比べて視力が維持されており、入学年度による違いも大きい。特定の学年で視力が低下するという傾向はこのデータからは確認できない。

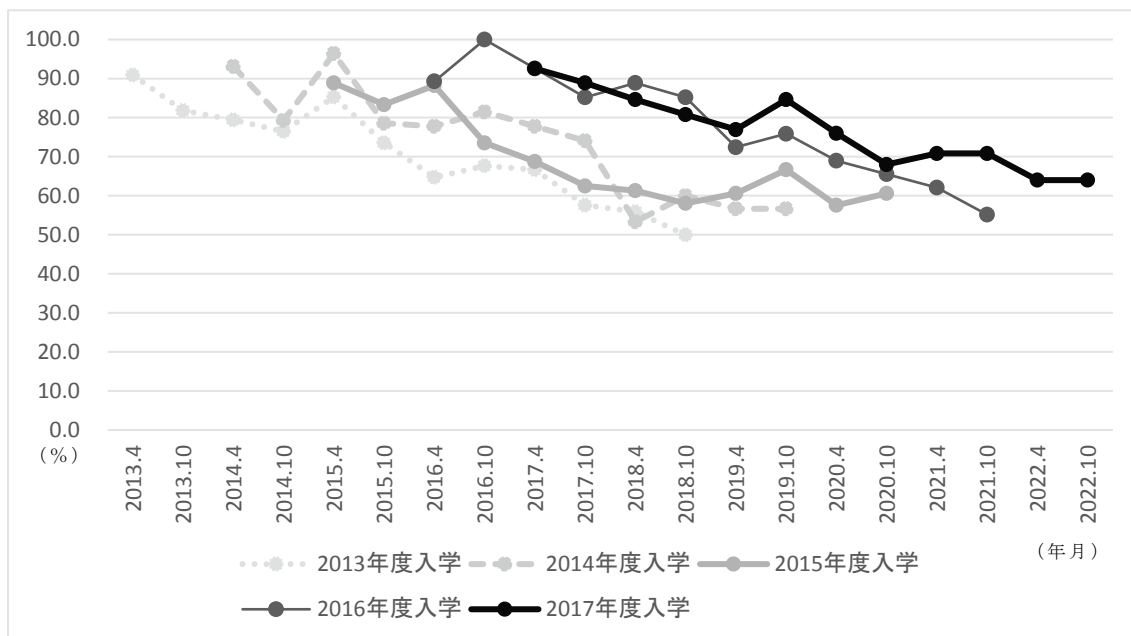


図 1. 視力 1.0 以上割合の学年進行による変化 (男)

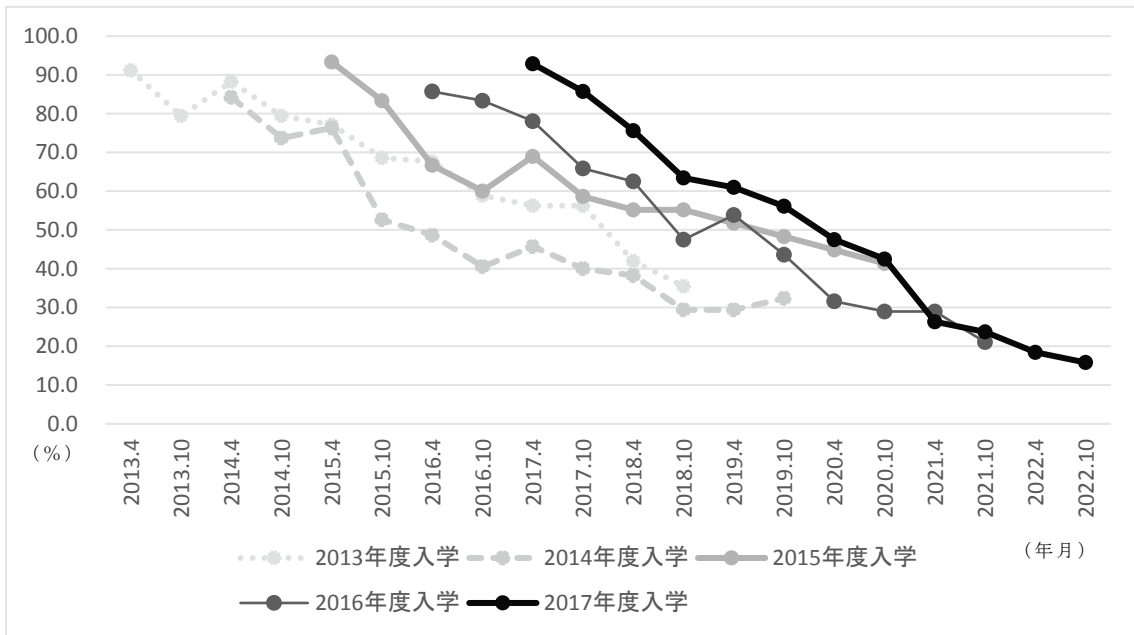


図 2. 視力 1.0 以上割合の学年進行による変化 (女)

表 2. 性学年別視力 1.0 以上の者の推移

	2013.4	2013.10	2014.4	2014.10	2015.4	2015.10	2016.4	2016.10	2017.4	2017.10
男 1年	90.9	81.8	93.1	79.3	88.9	83.3	89.3	100.0	92.6	88.9
2年	80.6	61.1	79.4	76.5	96.4	78.6	88.2	73.5	92.6	85.2
3年	57.1	51.4	68.6	62.9	85.3	73.5	77.8	81.5	68.8	62.5
4年	60.6	48.5	55.9	50.0	64.7	50.0	64.7	67.6	77.8	74.1
5年	64.7	61.8	48.5	45.5	60.6	48.5	57.6	51.5	66.7	57.6
6年	36.4	33.3	67.6	61.8	42.4	33.3	51.5	45.5	51.5	48.5
女 1年	91.2	79.4	84.2	73.7	93.3	83.3	85.7	83.3	92.9	85.7
2年	71.0	54.8	88.2	79.4	76.3	52.6	66.7	60.0	78.0	65.9
3年	55.0	47.5	60.7	57.1	77.1	68.6	48.6	40.5	69.0	58.6
4年	54.5	47.7	40.0	42.5	60.7	28.6	67.6	58.8	45.7	40.0
5年	35.0	30.0	47.7	43.2	37.8	32.4	28.6	25.0	56.3	56.3
6年	38.9	25.0	35.0	32.5	40.9	22.7	32.4	29.7	33.3	37.0
	2018.4	2018.10	2019.4	2019.10	2020.4	2020.10	2021.4	2021.10	2022.4	2022.10
男 1年	87.1	90.3	87.0	91.3	84.4	84.4	89.2	81.1	86.7	86.7
2年	84.6	80.8	90.0	90.0	85.7	71.4	81.3	75.0	78.4	73.0
3年	88.9	85.2	76.9	84.6	73.3	66.7	65.0	65.0	78.1	78.1
4年	61.3	58.1	72.4	75.9	76.0	68.0	66.7	56.7	54.5	50.0
5年	53.3	60.0	60.6	66.7	69.0	65.5	70.8	70.8	63.3	50.0
6年	55.9	50.0	56.7	56.7	57.6	60.6	62.1	55.2	64.0	64.0
女 1年	93.8	96.9	83.3	90.0	83.3	83.3	84.4	71.9	85.0	82.5
2年	75.6	63.4	84.4	78.1	75.0	60.7	72.2	55.6	71.9	71.9
3年	62.5	47.5	61.0	56.1	51.6	45.2	67.9	57.1	55.6	47.2
4年	55.2	55.2	53.8	43.6	47.5	42.5	41.9	35.5	53.8	50.0
5年	38.2	29.4	51.7	48.3	31.6	28.9	26.3	23.7	35.5	25.8
6年	41.9	35.5	29.4	32.4	44.8	41.4	28.9	21.1	18.4	15.8

2) ふだん、朝、何時ごろに起きますか？

朝6時半前に起床すると回答した児童の値は、2年生80.6%（2018年）が最も高く、2年生49.0%（2020年）が最も低い。高学年が低学年に比して起床時刻が遅くなる傾向も見られるが、学年効果に目立った傾向は見られない。居住地によって起床時刻がある程度規定されるためか、入学年度効果が示唆される。2017年度入学の児童は、起床時刻が早い傾向にある。

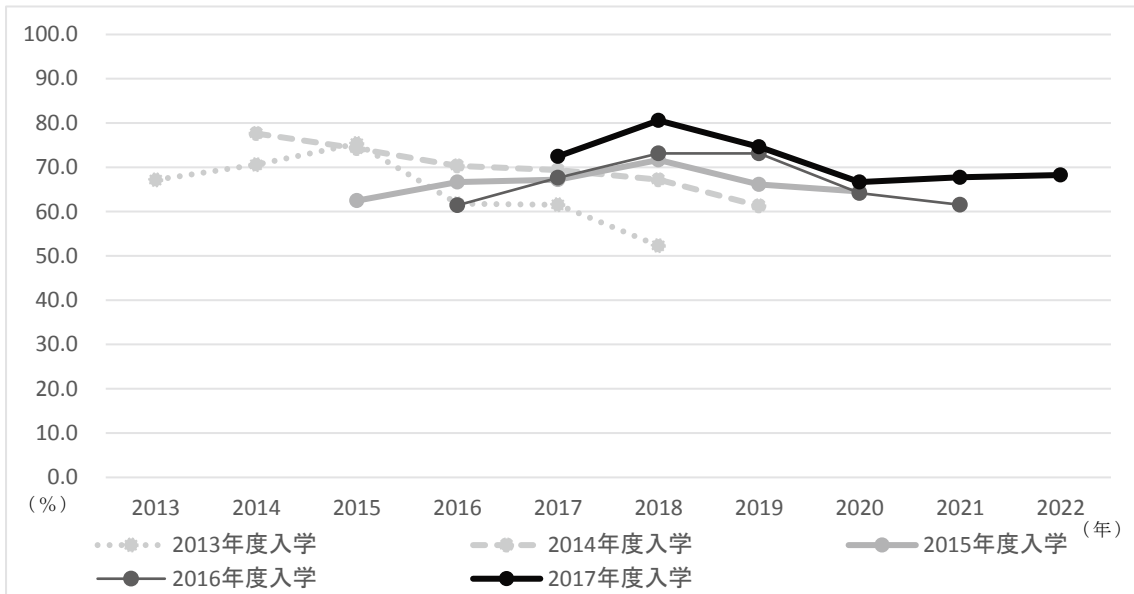


図 3.朝 6 時半前に起床すると回答した割合

表 3. 朝 6 時半前に起床すると回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	67.2	77.6	62.5	61.4	72.5	79.4	68.6	73.5	61.8	71.4
2年	74.6	70.6	74.2	66.7	67.6	80.6	70.5	49.0	72.1	71.0
3年	72.0	60.3	75.4	70.3	67.2	73.1	74.6	78.7	64.6	63.2
4年	75.3	74.3	61.3	61.8	69.4	71.7	73.1	66.7	70.5	62.5
5年	77.0	76.6	65.7	59.0	61.5	67.2	66.1	64.2	67.7	67.2
6年	68.1	79.7	70.1	58.6	55.0	52.3	61.3	64.5	61.5	68.3

3)朝，人におこさないで自分でおきていますか？

人におこさないで，自分でおきると回答した児童の値は，5年生 54.8%（2019年）が最も高く，1年生 18.6%（2016年）が最も低い。高学年が比較的，自分でおきる傾向にあり学年効果が見られるが入学年度に目立った傾向は見られない。

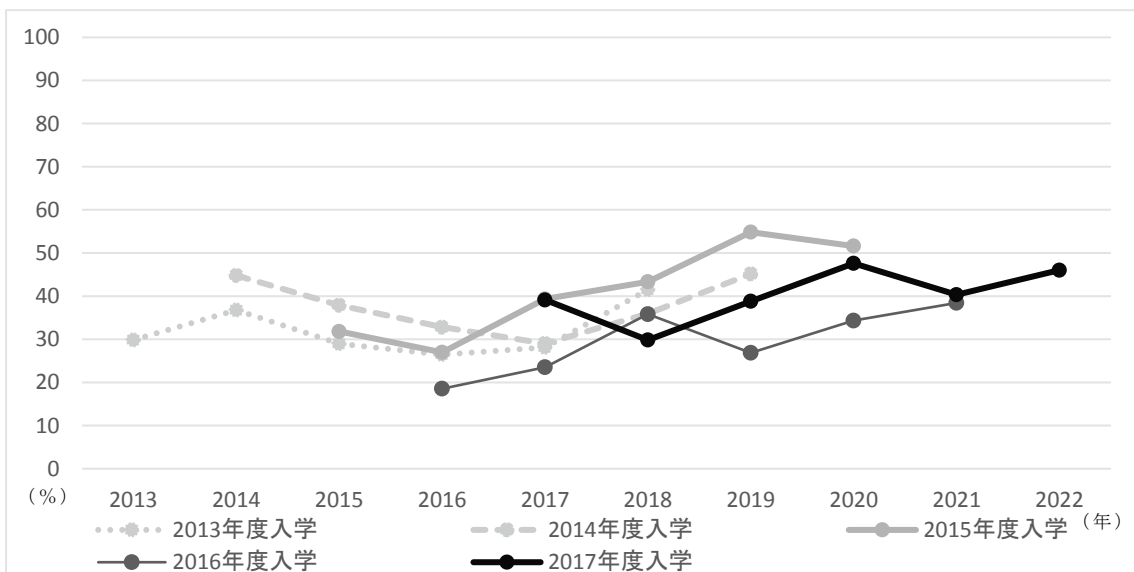


図 4.朝「自分でおきる」と回答した割合

表4. 朝「自分でおきる」と回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	29.9	44.8	31.8	18.6	39.1	33.3	27.5	47.1	34.8	38.6
2年	32.8	36.8	37.9	27.0	23.5	29.9	44.3	24.5	33.8	40.6
3年	32.0	39.7	29.0	32.8	39.3	35.8	38.8	44.3	37.5	36.4
4年	53.2	32.4	40.3	26.5	29.0	43.3	26.9	47.6	37.7	33.3
5年	41.9	41.6	47.1	39.3	28.1	35.9	54.8	34.3	40.3	41.0
6年	53.6	43.2	41.6	42.9	40.0	41.5	45.2	51.6	38.5	46.0

4)朝ごはんは食べますか？

毎日朝ごはんを食べると回答した児童の値は、3年生94.7%（2013年）が最も高く、1年生74.3%（2016年）が最も低い。1年生は他学年より毎日朝食を食べる児童が比較的少ない傾向にあり学年効果が見られるが、入学年度には目立った傾向は見られない。

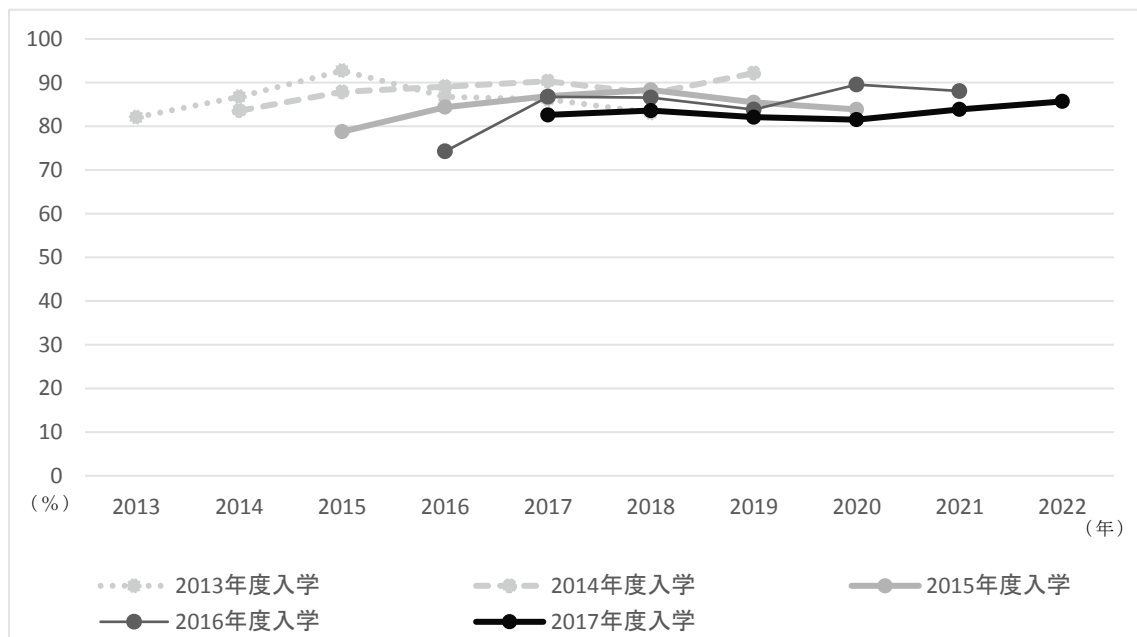


図5.朝ごはんを「毎日食べる」と回答した割合

表5. 朝ごはんを「毎日食べる」と回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	82.1	83.6	78.8	74.3	82.6	74.6	83.0	88.2	85.5	92.9
2年	85.1	86.8	87.9	84.4	86.8	83.6	88.7	87.8	89.7	89.9
3年	94.7	93.7	92.8	89.1	86.9	86.6	82.1	88.5	89.6	86.8
4年	89.6	93.2	90.3	86.8	90.3	88.3	83.8	81.5	80.3	83.3
5年	93.2	85.7	94.3	88.5	86.2	87.5	85.5	89.6	83.9	85.2
6年	92.8	94.6	84.4	87.1	86.7	83.1	92.2	83.9	88.1	85.7

5)毎日うんこがでますか？

排便に関しては、ほぼ毎日あると回答した児童の値は、6年生69.2%（2018年）が最も高く、6年生39.7%（2022年）が最も低い。排便習慣は個々の生活習慣に関与するため、学年効果に目立った傾向は見られない。一方、2017年度入学児には、他入学年度の児童に比して全体的に低い傾向が見られる。

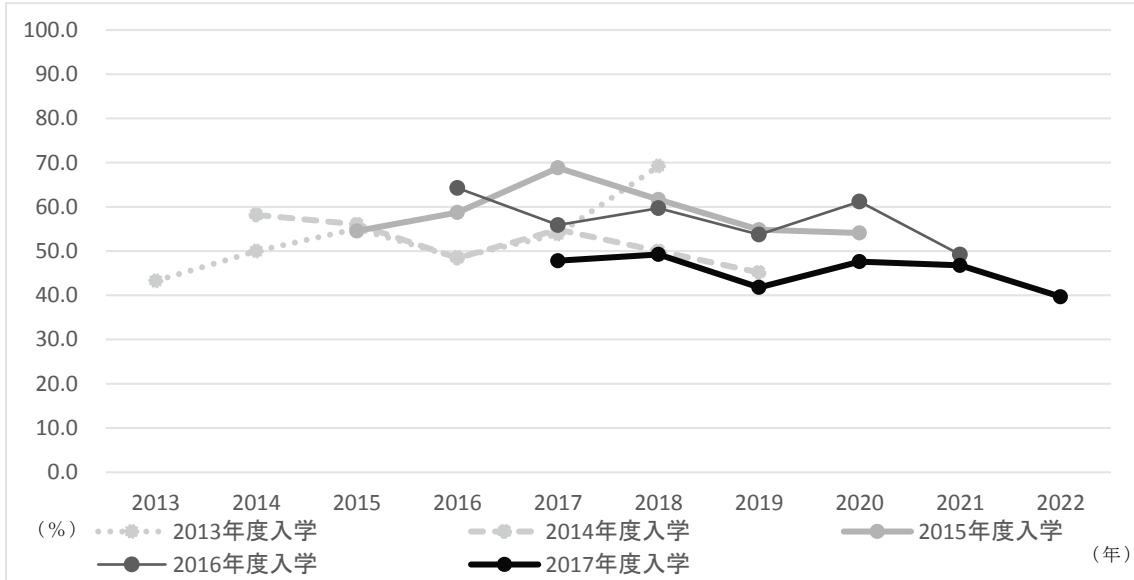


図 6. 排便が「ほぼ毎日ある」と回答した割合

表 6. 排便が「ほぼ毎日ある」と回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	43.3	58.2	54.5	64.3	47.8	50.8	58.8	47.1	47.8	40.6
2年	56.7	50.0	56.1	58.7	55.9	49.3	60.7	42.9	57.4	50.7
3年	54.7	52.4	55.1	48.4	68.9	59.7	41.8	50.8	47.9	52.9
4年	63.6	54.1	51.6	48.5	54.8	61.7	53.7	47.6	44.3	41.7
5年	66.2	45.5	51.4	50.8	53.8	50.0	54.8	61.2	46.8	44.3
6年	59.4	59.5	48.1	45.7	56.7	69.2	45.2	54.1	49.2	39.7

6) 学校の昼休みは外で遊べますか？

昼休み外で遊ぶと回答した児童の値は、4年生 77.9%（2016年）が最も高く、6年生 18.2%（2015年）が最も低い。6年生になると急激に減少する傾向が見られる。一方、2017年度入学児は、6年間を通して外で遊ぶ児童が少ない傾向にある。

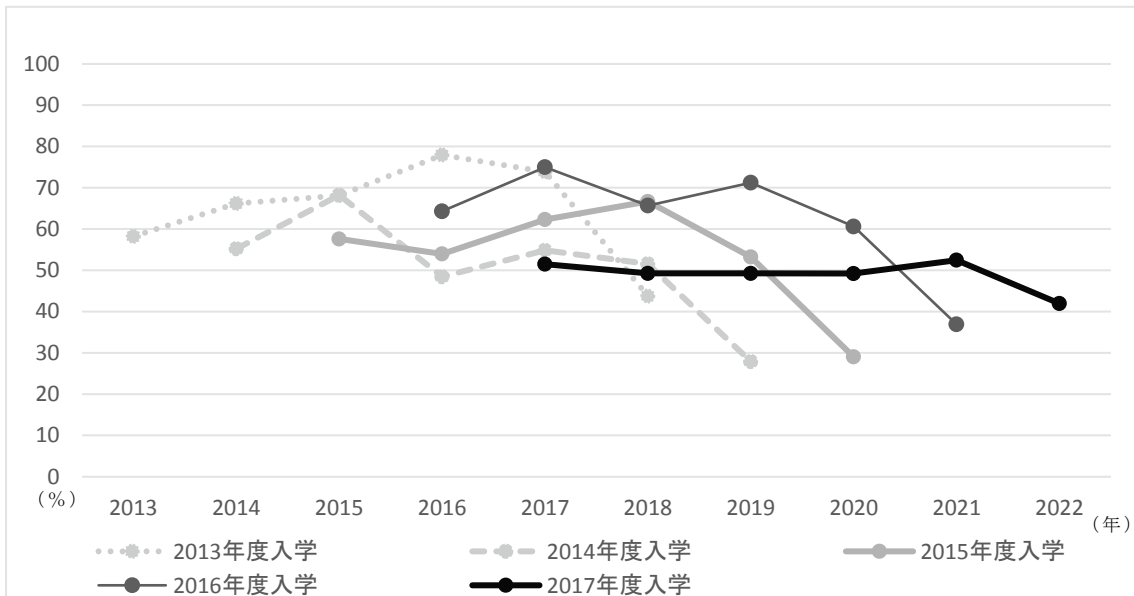


図 7. 昼休みに外で「よく遊ぶ」と回答した割合

表 7. 昼休みに外で「よく遊ぶ」と回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	58.2	55.2	57.6	64.3	51.5	65.1	52.0	52.9	57.4	72.9
2年	67.2	66.2	68.2	54.0	75.0	49.3	51.7	69.4	62.7	65.2
3年	32.0	49.2	68.1	48.4	62.3	65.7	49.3	65.6	74.5	63.2
4年	54.5	47.3	59.7	77.9	54.8	66.7	71.2	49.2	55.7	64.6
5年	51.4	55.8	45.7	65.6	73.8	51.6	53.2	60.6	52.5	46.7
6年	27.5	41.9	18.2	44.3	41.7	43.8	27.9	29.0	36.9	41.9

7) ふだん、家に帰ってから友だちと外で遊びますか？

放課後、外で「よく遊ぶ」「ときどき遊ぶ」と回答した児童の値は、3年生 64.0% (2013年) が最も高く、6年生 9.7% (2020年) が最も低い。比較的5・6年生に減少傾向が見られる。高学年になると放課後の塾や習い事の日が増え遊ぶ時間が減少することがうかがえるが、入学年度には目立った傾向は見られない。

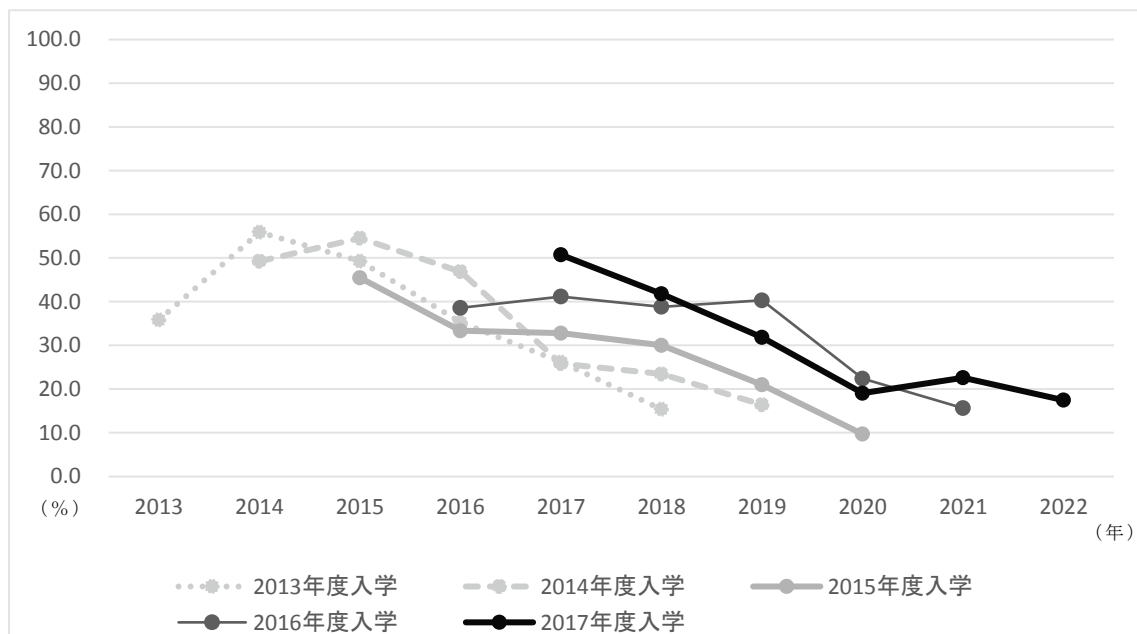


図 8. 放課後に友だちと外で「よく遊ぶ」「ときどき遊ぶ」と回答した割合

表 8. 放課後に友だちと外で「よく遊ぶ」「ときどき遊ぶ」と回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	35.8	49.3	45.5	38.6	50.7	34.9	36.0	35.3	29.0	31.4
2年	41.8	55.9	54.5	33.3	41.2	41.8	31.1	32.7	36.8	21.7
3年	64.0	46.0	49.3	46.9	32.8	38.8	31.8	24.6	29.2	28.8
4年	45.5	62.2	38.7	35.3	25.8	30.0	40.3	19.0	23.0	27.1
5年	45.9	26.0	62.9	34.4	26.2	23.4	21.0	22.4	22.6	27.9
6年	46.4	41.9	16.9	31.4	10.0	15.4	16.4	9.7	15.6	17.5

8) 外で遊んだり、運動をしたりするのが好きですか？

外遊びや運動が「好き」と回答した児童の値は、3年生 77.9% (2020年) が最も高く、6年生 44.4% (2022年) が最も低い。6年生になると外で遊んだり、運動をしたりするのが好きと答える児童が減少する傾向が見られる。一方、2017年度入学児は、他入学年度の児童に比して、6年間を通して全体的に低い傾向が見られる。

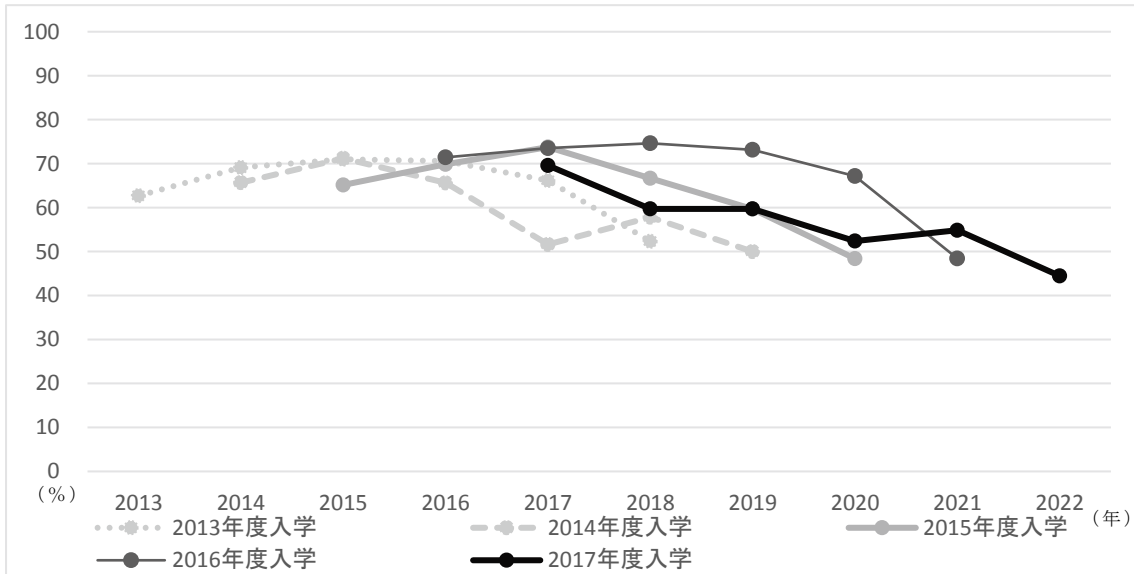


図 9. 外遊びや運動が「好き」と回答した割合

表 9. 外遊びや運動が「好き」と回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	62.7	65.7	65.2	71.4	69.6	63.5	74.0	77.9	63.8	72.5
2年	71.6	69.1	71.2	69.8	73.5	59.7	77.0	63.3	70.6	69.1
3年	62.7	61.9	71.0	65.6	73.8	74.6	59.7	59.0	66.7	70.1
4年	54.5	58.1	58.1	70.6	51.6	66.7	73.1	52.4	57.4	47.9
5年	71.6	55.8	55.7	60.7	66.2	57.8	59.7	67.2	54.8	59.0
6年	56.5	64.9	42.9	52.9	51.7	52.3	50.0	48.4	48.4	44.4

9)机で勉強をしているときや本を読んでいるときの姿勢はいいですか？

机で勉強をしているときや本を読んでいるときの姿勢は「いつもいい」「どちらかといえばいい」と回答した児童の値は、1年生 84.3%（2016年）が最も高く、6年生 37.8%（2014年）が最も低い。高学年になるほど、勉強時間等が増えるためか、正しい姿勢が保持できない児童が増加する傾向が見られる。一方、入学年度別に見ると、入学年度が上がるにつれて、姿勢がよいと答える児童が増加する傾向にある。

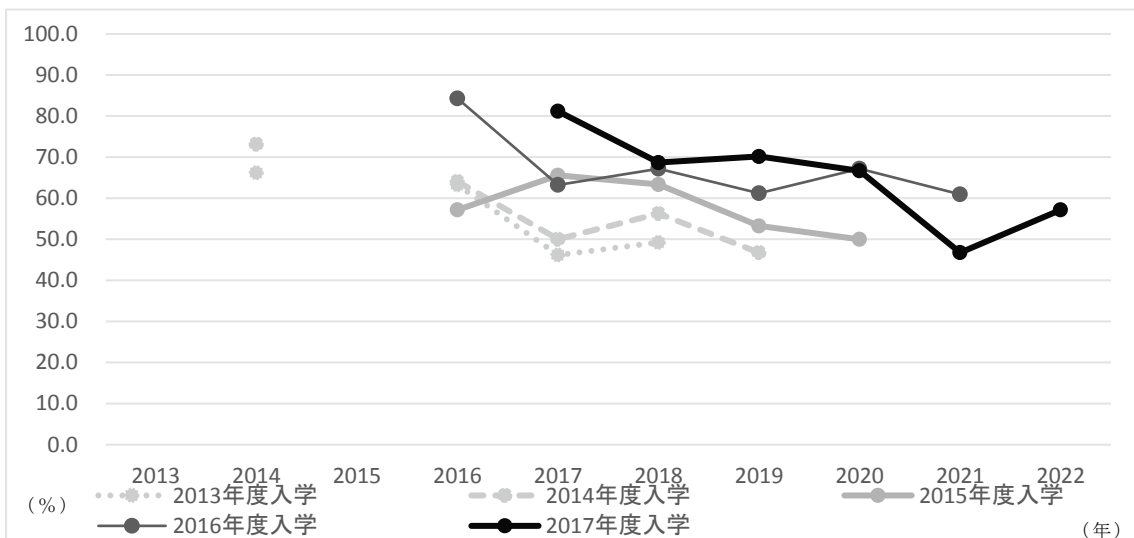


図 10. 姿勢について「いつもいい」「どちらかといえばいい」と回答した割合



表 10. 姿勢について「いつもいい」「どちらかといえばいい」と回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	—	73.1	—	84.3	81.2	82.5	56.9	76.5	75.4	74.3
2年	—	66.2	—	57.1	63.2	68.7	68.9	61.2	76.1	72.5
3年	—	46.0	—	64.1	65.6	67.2	70.1	50.8	60.4	55.9
4年	—	45.9	—	63.2	50.0	63.3	61.2	66.7	49.2	53.2
5年	—	49.4	—	49.2	46.2	56.3	53.2	67.2	46.8	44.3
6年	—	37.8	—	42.9	43.3	49.2	46.8	50.0	60.9	57.1

10) 学校以外で勉強をどのくらいしていますか？

学校以外での勉強の平均時間は、6年生 158.3分（2017年）が最も高く、1年生 42.6分（2021年）が最も低い。高学年になるほど勉強時間が増える傾向にあり学年効果が見られるが、入学年度に目立った傾向は見られない。

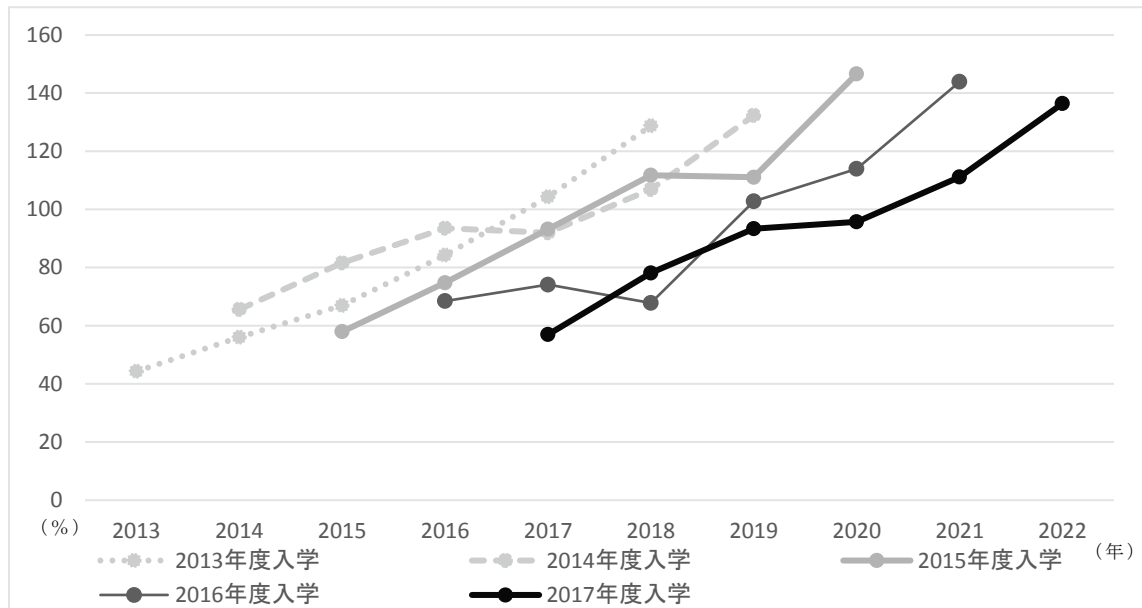


図 11. 学校以外での勉強の平均時間

表 11. 学校以外での勉強の平均時間

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	44.3	65.6	58.0	68.5	57.0	43.6	68.5	49.0	42.6	51.5
2年	60.2	56.0	81.6	74.8	74.1	78.1	71.8	78.1	75.9	70.9
3年	65.6	67.1	67.0	93.5	93.2	67.8	93.4	65.9	105.3	82.4
4年	77.1	89.4	77.2	84.3	91.9	111.8	102.8	95.7	98.6	118.1
5年	98.7	95.1	103.9	106.5	104.3	106.9	111.0	114.0	111.1	108.7
6年	147.4	125.3	118.2	127.9	158.3	128.8	132.3	146.6	143.9	136.4

11) ふだん、テレビをどのくらい見えていますか？

テレビの平均視聴時間は、5年生 111.1分（2016年）が最も長く、1年生 41.4分（2022年）が最も短い。1年生が短く、6年生より5年生の視聴時間が長いのが特徴的である。低学年は就寝時刻が早いこと、6年生は、中学受験があることが視聴時間に関連していることがうかがえる。入学年度に目立った傾向は見られない。

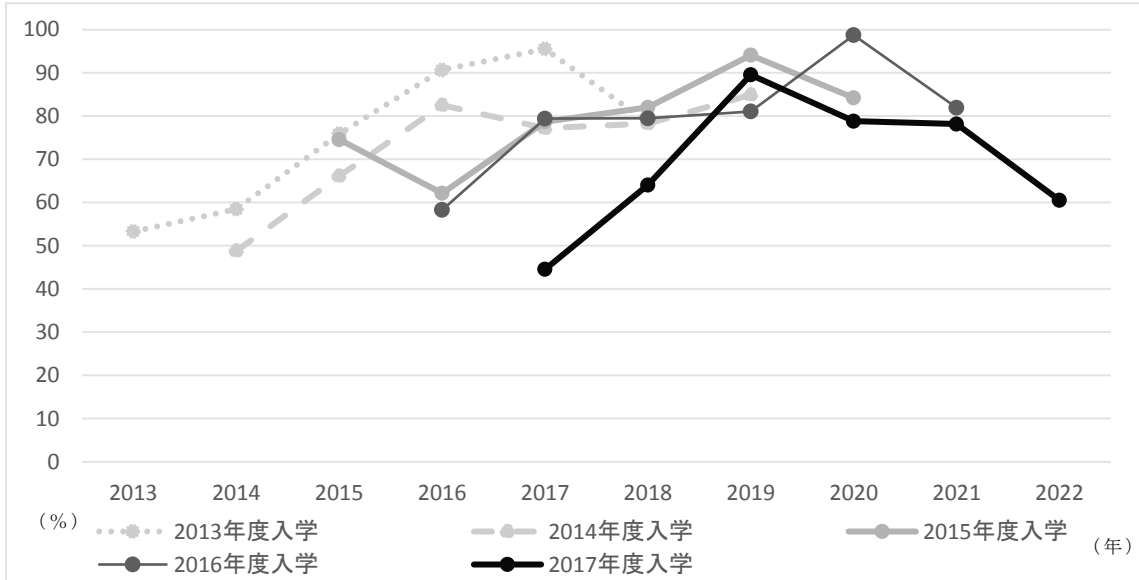


図 12. テレビの平均視聴時間

表 12. テレビの平均視聴時間

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	53.3	48.8	74.5	58.3	44.6	53.6	54.1	52.5	57.6	41.4
2年	70.7	58.5	66.1	62.1	79.4	64.0	68.1	74.1	57.3	58.5
3年	81.8	83.8	75.9	82.5	78.7	79.5	89.6	89.3	85.6	75.0
4年	88.6	78.2	103.5	90.7	77.2	82.0	81.0	78.8	81.9	93.1
5年	92.8	107.3	84.2	111.1	95.5	78.3	94.1	98.7	78.1	86.6
6年	75.7	95.7	97.0	81.0	88.0	78.5	84.9	84.2	81.9	60.5

12) 学校以外で読書をどのくらいしていますか？

学校以外での読書の平均時間は、3年生80分（2021年）が最も長く、1年生15分（2013年）が最も短い。目立った学年効果は見られない。一方、2013.2014年度入学児には、他入学年度の児童に比して読書時間が短い傾向が見られる。

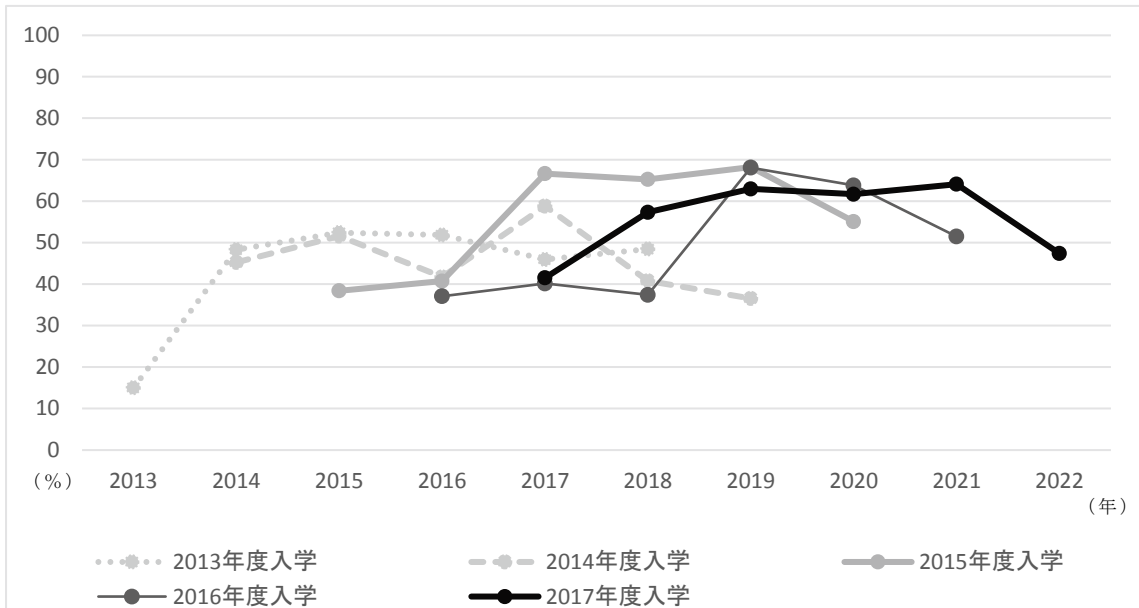


図 13. 学校以外での読書の平均時間

表 13. 学校以外の読書の平均時間

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	15.0	45.2	38.4	37.1	41.5	44.5	42.4	44.6	45.0	42.2
2年	37.4	48.3	51.6	40.7	40.1	57.3	42.5	41.9	53.8	53.5
3年	50.8	30.2	52.4	41.7	66.6	37.4	63.0	33.4	80.0	67.5
4年	46.0	56.1	40.9	51.8	58.8	65.3	68.1	61.7	47.5	66.9
5年	77.4	59.8	56.1	34.9	45.9	40.8	68.2	63.8	64.1	40.3
6年	57.0	69.5	59.8	53.8	29.8	48.5	36.5	55.1	51.5	47.4

13)ふだん、何時ごろにねますか？

夜、10時前に就寝すると回答した児童の値は、1年生96.8%（2018年）が最も高く、6年生20.6%（2022年）が最も低い。学年が進むにつれて、就寝時刻が遅くなる学年効果が見られるが、入学年度に目立った傾向は見られない。

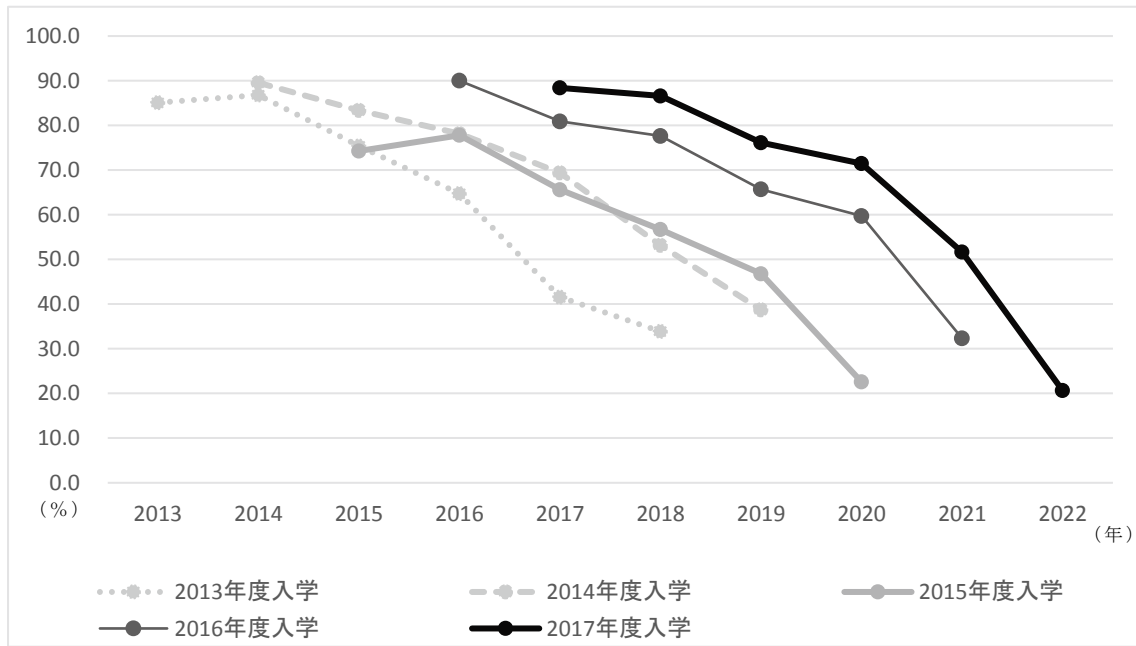


図 14.10 10時前に就寝すると回答した割合

表 14.10 10時前に就寝すると回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	85.1	89.6	74.2	90.0	88.4	96.8	88.2	85.3	87.0	77.1
2年	73.1	86.8	83.3	77.8	80.9	86.6	85.2	77.6	86.8	81.2
3年	84.0	74.6	75.4	78.1	65.6	77.6	76.1	67.2	66.7	71.6
4年	70.1	82.4	64.5	64.7	69.4	56.7	65.7	71.4	57.4	62.5
5年	55.4	48.1	58.6	34.4	41.5	53.1	46.8	59.7	51.6	39.3
6年	36.2	36.5	29.9	47.1	26.7	33.8	38.7	22.6	32.3	20.6

14)あなたは、つぎのことをやっていますか？—学習塾に通ったり、家庭教師にきてもらったりしている

塾に通っていると回答した児童の値は、6年生88.9%（2022年）が最も高く、2年生29.9%（2018年）が最も低い。中学受験予定の6年生に増加する特徴的な学年効果が見られた。一方、2017年度入学児は、4年生から5年生にかけて通塾児童が急激に増加する傾向が見られる。

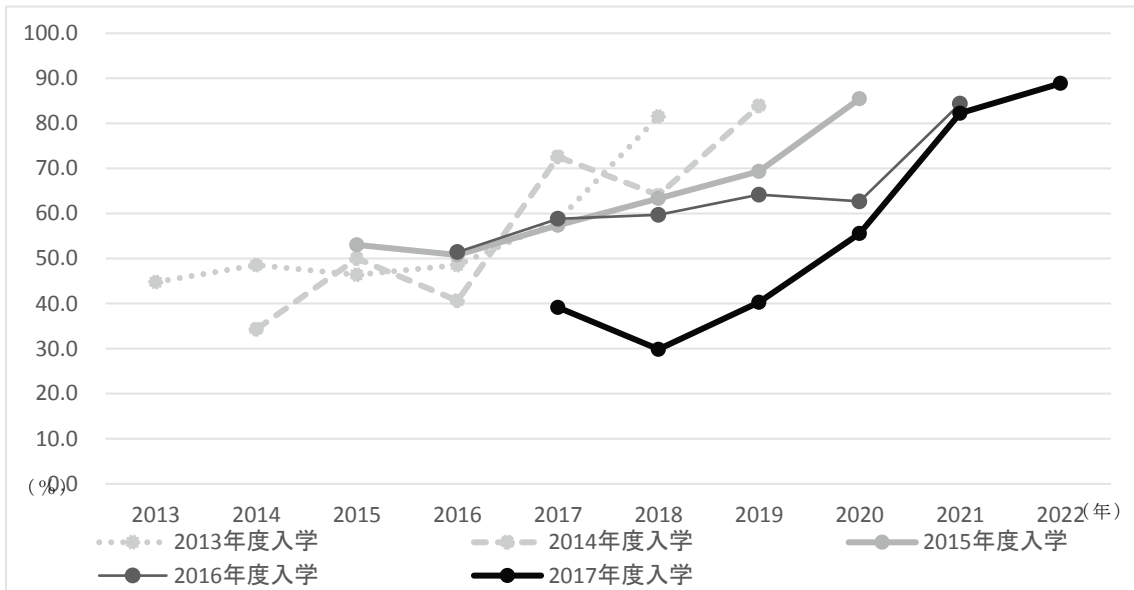


図 15. 学習塾に通っていると回答した割合

表 15. 学習塾に通っていると回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	44.8	34.3	53.0	51.4	39.1	47.6	51.0	30.9	35.3	38.6
2年	31.3	48.5	50.0	50.8	58.8	29.9	54.1	49.0	41.2	53.6
3年	42.7	38.1	46.4	40.6	57.4	59.7	40.3	44.3	54.2	45.6
4年	41.6	50.0	45.2	48.5	72.6	63.3	64.2	55.6	60.7	54.2
5年	67.6	61.0	58.6	62.3	58.5	64.1	69.4	62.7	82.3	72.1
6年	81.2	75.7	75.3	75.7	88.3	81.5	83.9	85.5	84.4	88.9

15) あなたは、つぎのことをやっていますか？—お稽古事（習字・音楽教室・そろばん・絵画など）

習いごとに通っていると回答した児童の値は、3年 76.5%（2022年）が最も高く、5年 43.5%（2019年）が最も低い。6年生になると、中学受験の影響からか、習いごとに通う児童が減少する傾向が見られる。一方入学年度に目立った傾向は見られない。

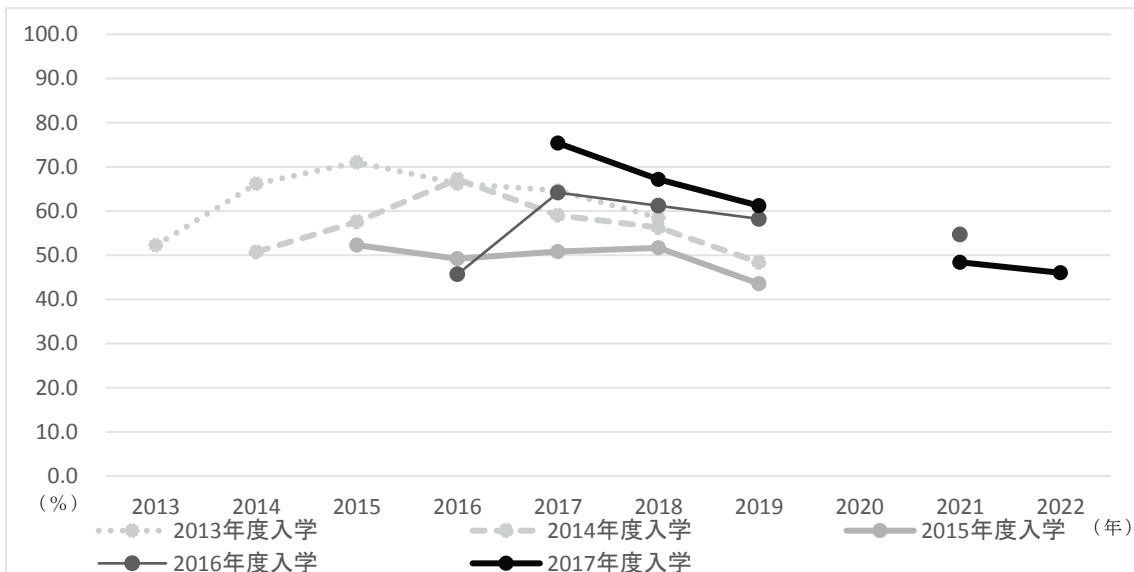


図 16. 習いごとに通っていると回答した割合

表 16. 習いごとに通っていると回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	52.2	50.7	52.3	45.7	75.4	50.8	51.0	-	44.1	48.6
2年	53.7	66.2	57.6	49.2	64.2	67.2	63.9	-	60.3	56.5
3年	66.7	63.5	71.0	67.2	50.8	61.2	61.2	-	72.9	76.5
4年	62.3	68.9	59.7	66.2	59.0	51.7	58.2	-	49.2	72.9
5年	45.9	58.4	60.0	62.3	64.6	56.3	43.5	-	48.4	47.5
6年	65.2	50.0	51.9	61.4	50.0	58.5	48.4	-	54.7	46.0

※2020年度は、コロナ禍のため回答なしとした。

16)あなたは、つぎのことをやっていますか？—学校以外のスポーツ教室やクラブに入っている

スポーツ教室やクラブに入っていると答えた児童の値は、3年生 74.6% (2014・2019年) が最も高く、6年生 38.1% (2022年) が最も低い。比較的3・4年生に増加する傾向が見られるが、入学年度に目立った傾向は見られない。

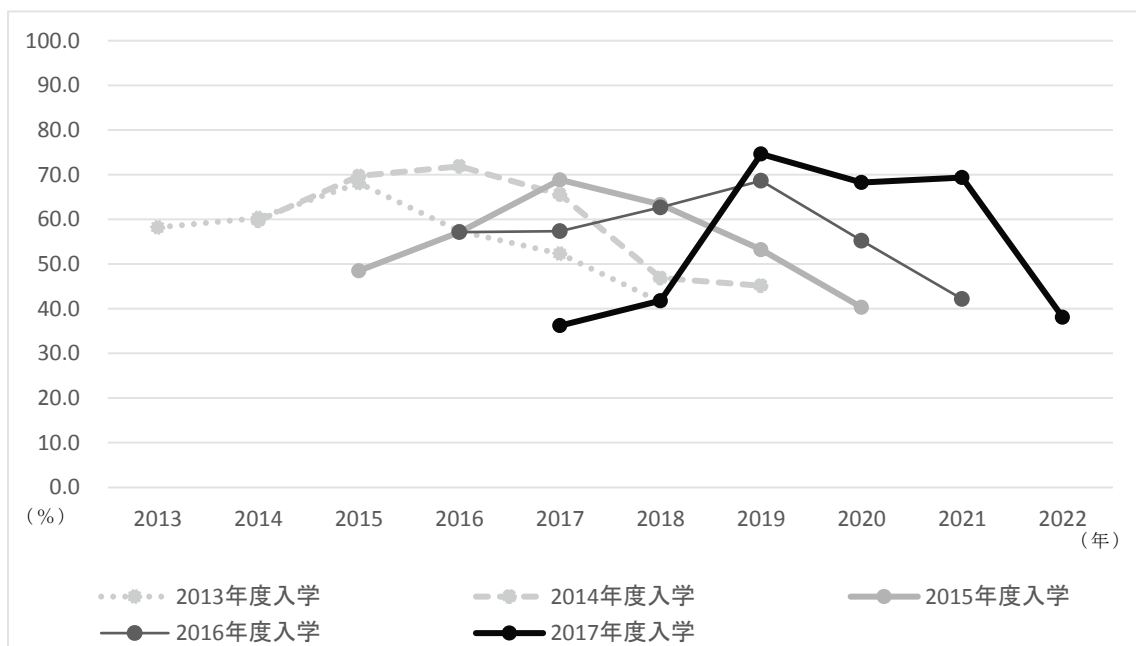


図 17. スポーツクラブに入っていると回答した割合

表 17. スポーツクラブに入っていると回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	58.2	59.7	48.5	57.1	36.2	52.4	58.8	20.6	38.2	55.7
2年	68.7	60.3	69.7	57.1	57.4	41.8	44.3	38.8	61.8	52.2
3年	65.3	74.6	68.1	71.9	68.9	62.7	74.6	62.3	60.4	61.8
4年	54.5	66.2	71.0	57.4	65.6	63.3	68.7	68.3	59.0	56.3
5年	66.2	51.9	62.9	62.3	52.3	46.9	53.2	55.2	69.4	50.8
6年	49.3	63.5	44.2	44.3	46.7	41.5	45.2	40.3	42.2	38.1

17)学校の生活は楽しいですか？

学校生活が「楽しい」と答えた児童の値は、1年生 77.1% (2022年) が最も高く、6年生 34.9% (2022年) が最も低い。目立った学年効果は見られない。一方、2016年度入学児は、他入学年度に比して、やや楽しいと答える児童が多い傾向にある。

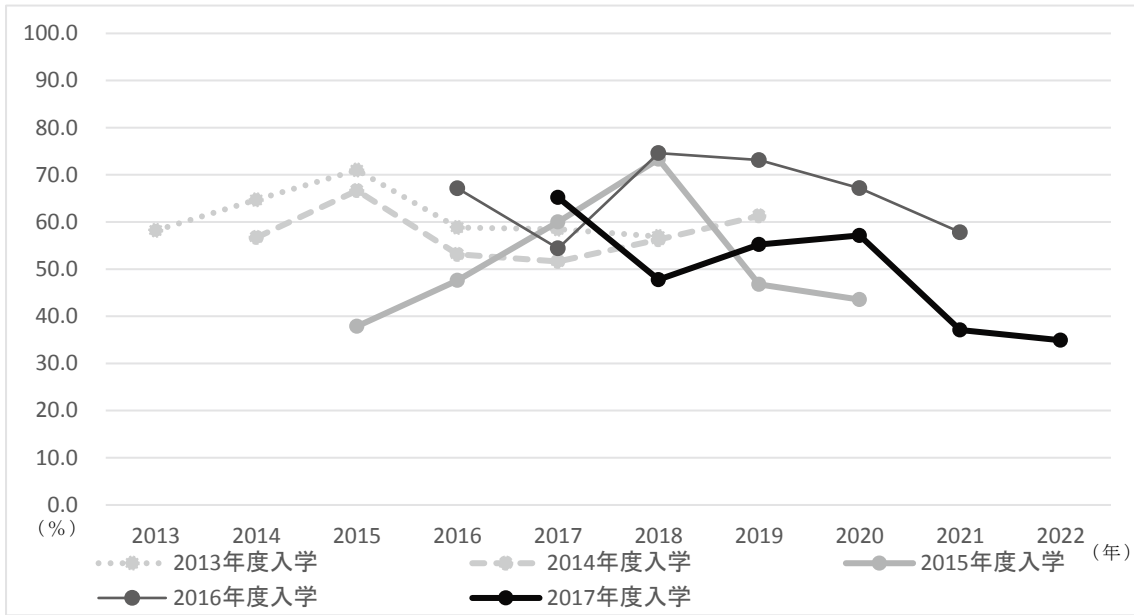


図 18. 学校の生活が「楽しい」と回答した割合

表 18. 学校の生活が「楽しい」と回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	58.2	56.7	37.9	67.1	65.2	73.0	62.7	70.6	66.7	77.1
2年	46.3	64.7	66.7	47.6	54.4	47.8	55.7	57.1	70.6	71.0
3年	48.0	44.4	71.0	53.1	60.0	74.6	55.2	57.4	40.4	60.3
4年	45.5	52.7	37.1	58.8	51.6	73.3	73.1	57.1	41.0	52.1
5年	64.9	53.2	37.1	49.2	58.5	56.3	46.8	67.2	37.1	55.7
6年	69.6	73.0	48.1	68.6	55.0	56.9	61.3	43.5	57.8	34.9

18) 家の生活は楽しいですか。

家庭生活が「楽しい」と答えた児童の値は、5年生 90.5%（2013年）が最も高く、6年生 53.2%（2020年）が最も低い。中学受験をする6年生に「楽しい」と答える児童が減少する特徴的な傾向が見られる。一方、2014年度入学児の値は、6年間を通してやや低く、2016年度入学児は、やや高い傾向にある。

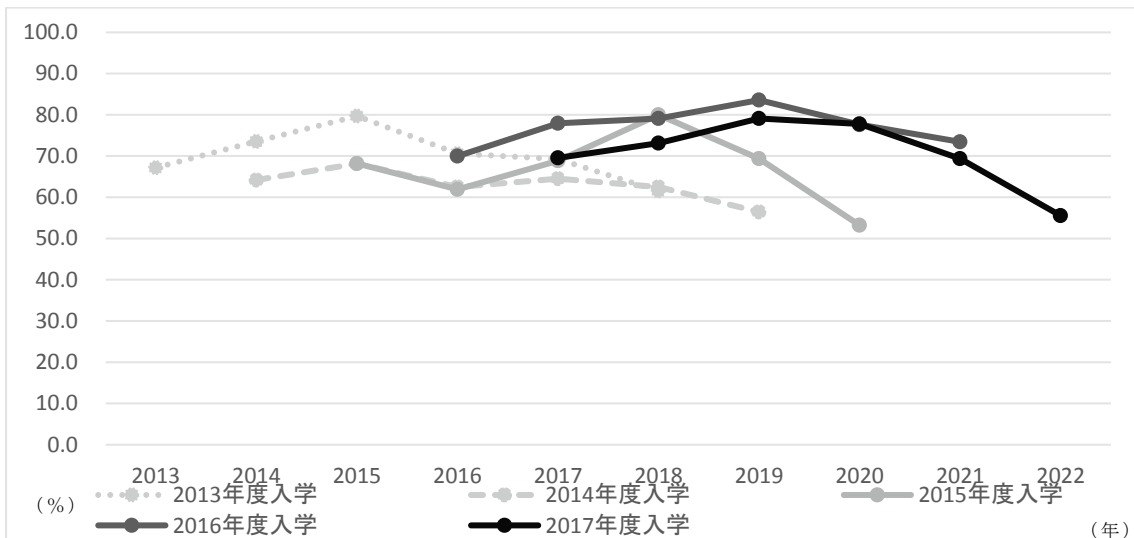


図 19. 家の生活が「楽しい」と回答した割合

表 19.家の生活が「楽しい」と回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	67.2	64.2	68.2	70.0	69.6	79.4	56.9	80.9	72.5	72.9
2年	68.7	73.5	68.2	61.9	77.9	73.1	77.0	59.2	79.4	79.7
3年	86.7	61.9	79.7	62.5	68.9	79.1	79.1	78.7	66.7	80.6
4年	77.9	74.3	56.5	70.6	64.5	80.0	83.6	77.8	73.3	72.9
5年	90.5	77.9	54.3	65.6	69.2	62.5	69.4	77.6	69.4	72.1
6年	62.3	77.0	57.1	64.3	56.7	61.5	56.5	53.2	73.4	55.6

19)あなたは大人になったらやってみたい仕事がありますか？

大人になったらやってみたい仕事が「ある」と回答した児童の値は、5年生 95.9% (2013年) が最も高く、6年生 73.0% (2022年) が最も低い。一方、入学年度効果に目立った傾向は見られない。

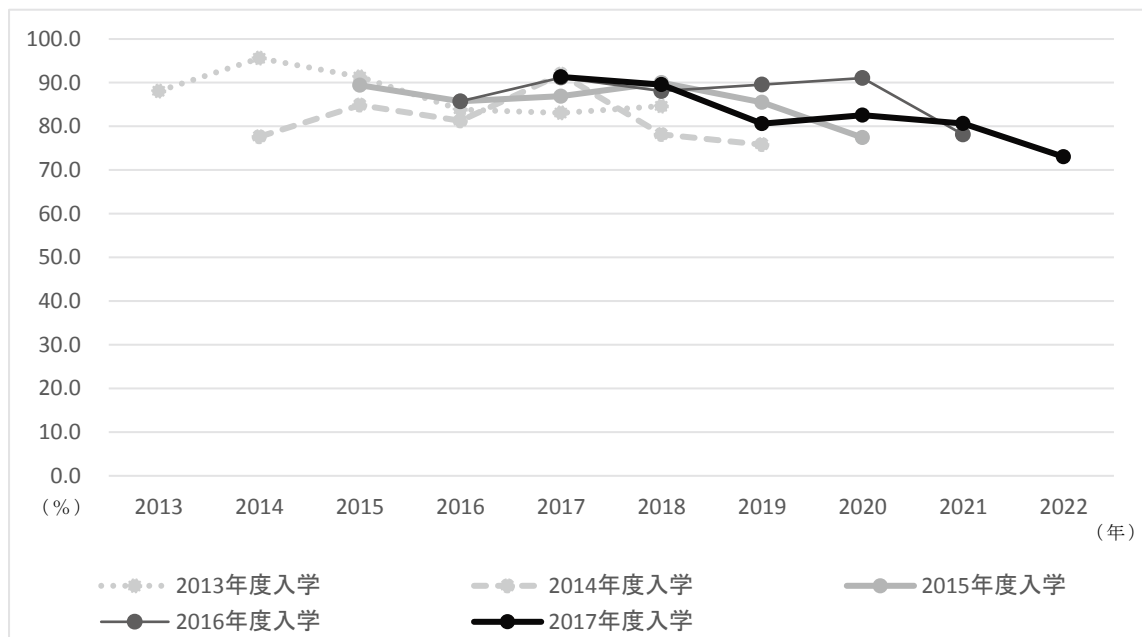


図 20.大人になったらやってみたい仕事が「ある」と回答した割合

表 20.大人になったらやってみたい仕事が「ある」と回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	88.1	77.6	89.4	85.7	91.3	88.9	74.5	86.8	85.5	90.0
2年	86.6	95.6	84.8	85.7	91.2	89.6	95.1	87.8	95.6	92.8
3年	89.3	82.5	91.3	81.3	86.9	88.1	80.6	90.2	89.6	95.6
4年	94.8	89.2	85.5	83.8	91.9	90.0	89.6	82.5	91.8	91.7
5年	95.9	87.0	87.1	78.7	83.1	78.1	85.5	91.0	80.6	90.2
6年	92.8	93.2	80.5	84.3	83.3	84.6	75.8	77.4	78.1	73.0

20)あなたは自分のことが好きですか？

自分のことが「好き」と回答した児童の値は、1年生 95.7% (2017年) が最も高く、3年生 52.1% (2021年) が最も低い。学年効果に一貫した傾向は見られない。一方、2016年度入学児は、他入学年度児に比して、6年間を通して自分が好きな児童が多い傾向にある。

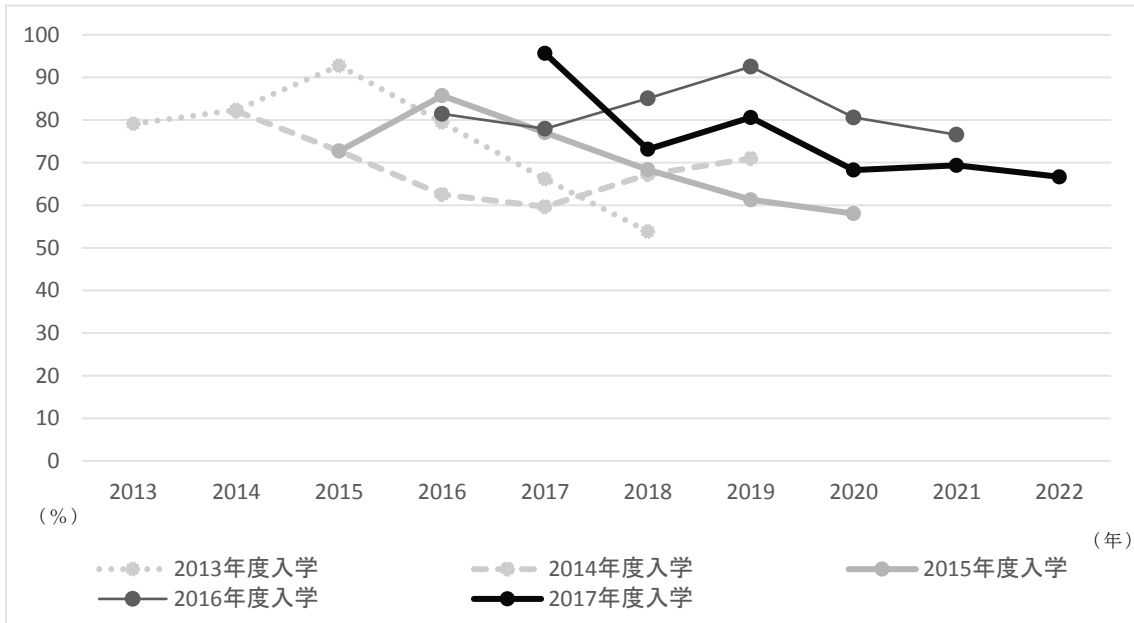


図 21. 自分が「好き」と回答した割合

表 21. 自分が「好き」と回答した割合

	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1年	79.1	82.1	72.7	81.4	95.7	84.1	62.7	89.7	84.1	84.3
2年	80.6	82.4	72.7	85.7	77.9	73.1	75.4	55.1	92.5	79.7
3年	76.0	61.9	92.8	62.5	77.0	85.1	80.6	62.3	52.1	79.4
4年	88.3	79.7	80.6	79.4	59.7	68.3	92.5	68.3	61.7	58.3
5年	83.8	77.9	77.1	67.2	66.2	67.2	61.3	80.6	69.4	77.0
6年	78.3	78.4	74.0	78.6	71.7	53.8	71.0	58.1	76.6	66.7

#### 4 今後の課題

小学生の視力低下は、学年が進むほど視力低下者が増えており、男子よりも女子に多く、増加し続けている。そのため、視力低下の進行を防ぐために、まずは児童が、「正しい姿勢の保持」や、適度に目を休める等の日常生活の習慣を見直し、自己で健康管理ができるような児童育成が急がれる。今後も、家庭と学校が連携し、学校眼科医の協力のもと、集団や個別の保健教育の推進を図ることが必要である。

本研究の調査において、生活習慣調査で学年効果がなかった項目は「起床時刻」「排便」「学校生活」「自分が好きか」であることが分かった。一方、入学年度効果に関しては、効果がないものは「起床の自立」「朝食摂取」「放課後の外遊び」「学校外勉強時間」「テレビ視聴時間」「就寝時刻」「習い事」「スポーツ教室・クラブ」「大人になったらやってみたい仕事があるか」の9項目であった。今後は、男女別の生活習慣と視力の変化、新型コロナウイルス感染症の流行前後の比較、デバイスやデジタル教科書利用による視力の変化について追究していきたい。

米嶋美智子（志學館大学人間関係学部心理臨床学科）

大谷直史（鳥取大学教育支援・国際交流推進機構教員養成センター）

丸田裕子（鳥取大学附属小学校）