

3歳から12歳までの保護者500人に調査

9割以上が子供の外遊びは大切だと回答

外遊び みんな どう思ってる？



東京都生活文化スポーツ局は、子供の外遊びに関する意識について、3歳から12歳(小学生)の子供がいる保護者500人にインターネットを利用したアンケート調査を行いました。

調査結果によると、約9割の保護者が「子供の外遊びは大切だと思う」と回答。

一方で、新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、外遊びの機会やデジタルデバイスの利用時間の変化もあったことがわかりました。

調査概要

調査タイトル: 子供の外遊びに関する意識調査

調査方法: インターネットリサーチ

調査期間: 2022年10月20日～10月23日

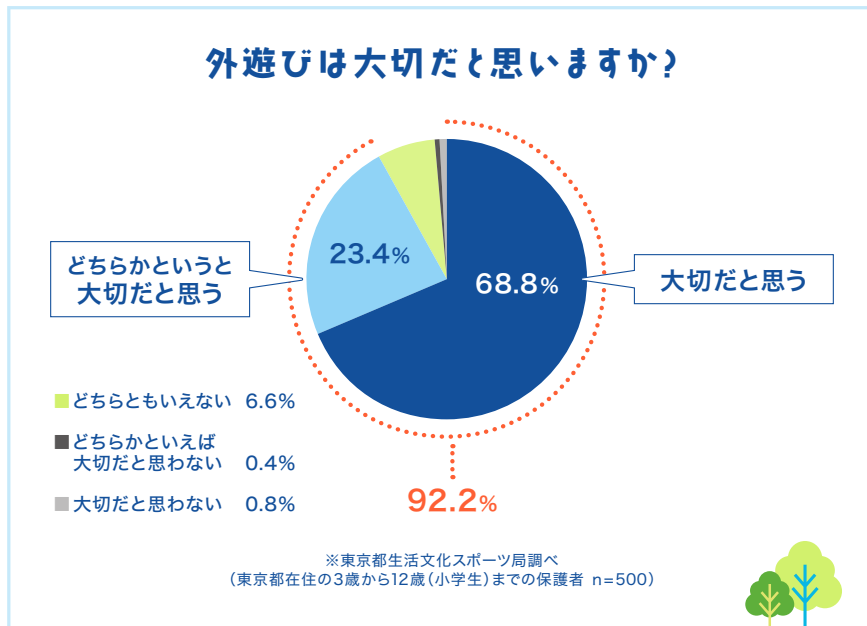
調査対象: 東京都在住の3歳から12歳(小学生)のお子様がいる保護者

有効回答: 500サンプル

トピックス

- 1: 子供の外遊びは大切? 子供たちは外遊びしたい?
- 2: 外遊びにはどんな効果があると思う?
- 3: 外遊びの機会やデジタルデバイスとのかかわり方は?
- 4: 子供との遊びに関する情報収集で参考にしているものベスト5
- 5: 外遊びに役立つ動画を観て、元気に体を動かそう!

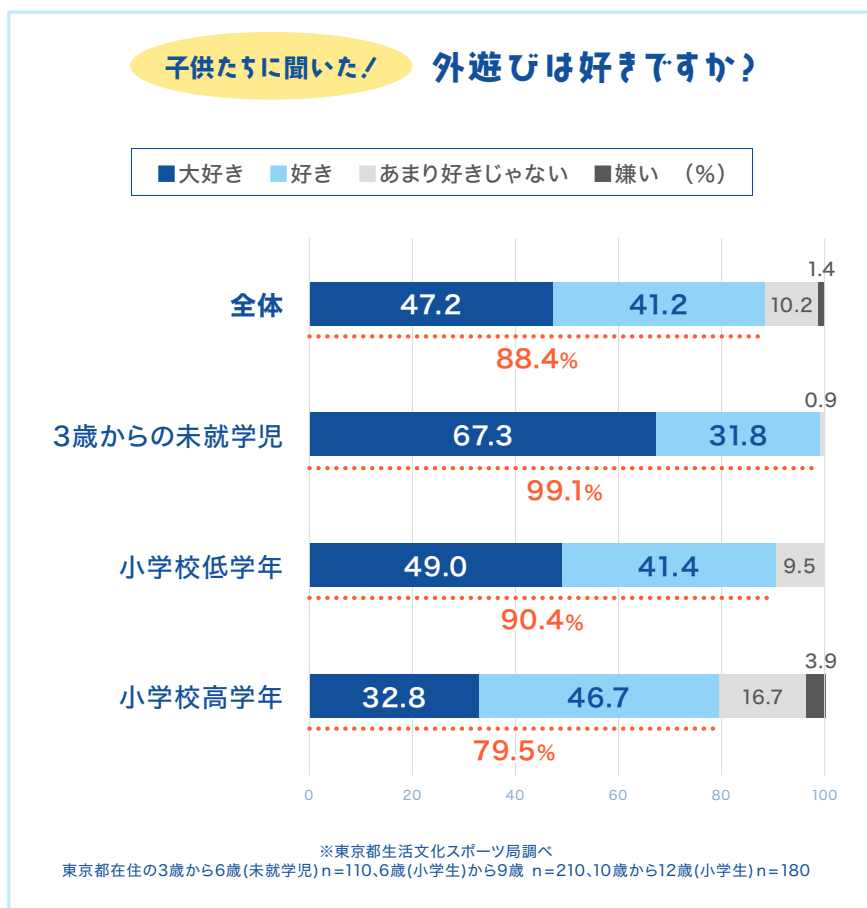
1 子供の外遊びは大切？子供たちは外遊びしたい？



まずは、保護者や子供たちが、外遊びについてどのように考えているかを聞いてみました。

保護者は、外遊びは大切だと思いますか？という問いに対し、「大切だと思う」という回答が68.8%になり、「どちらかといえば大切だと思う」を合わせると、92.2%になりました。

また、子供たちにも外遊びが好きかと聞いたところ、全体では88.4%が好きと回答しており、遊び方が多岐にわたってくる小学校高学年でも79.5%が「外遊びが好き」と回答しました。

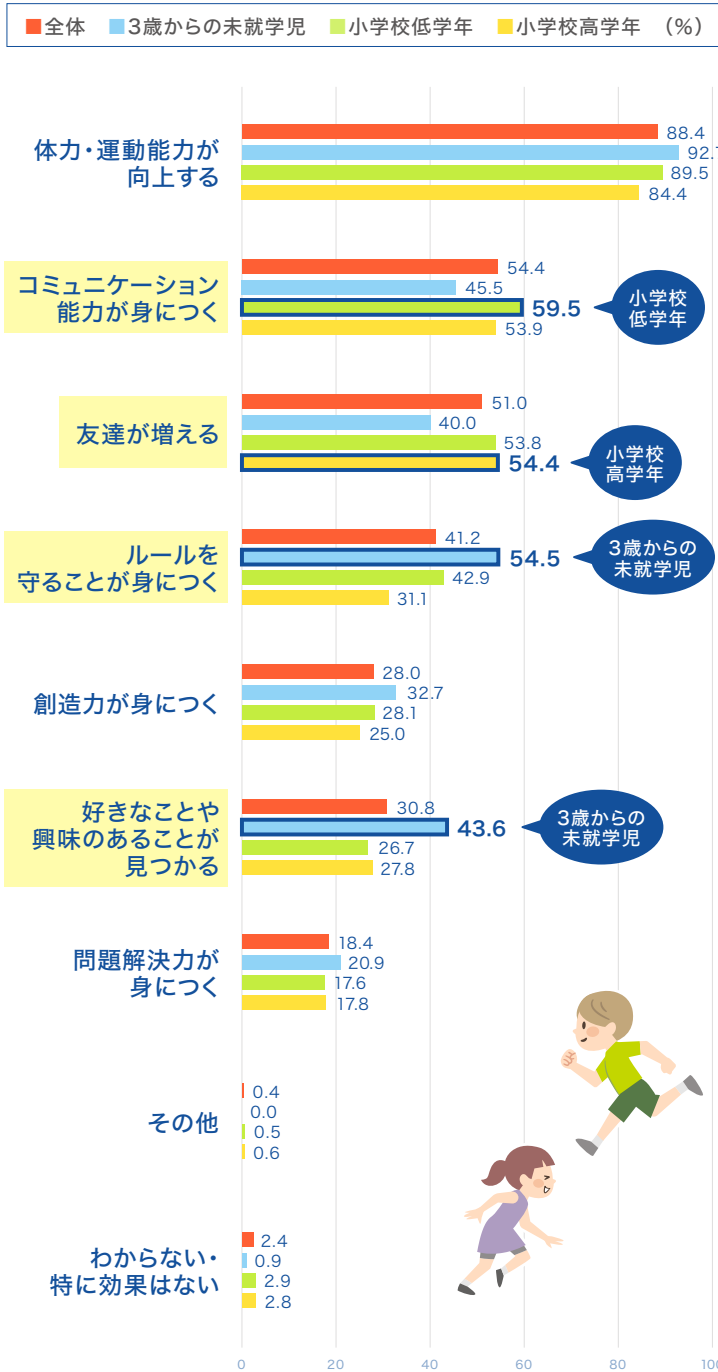


2 外遊びにはどんな効果があると思う？

では、保護者は子供たちにとって外遊びにどんな効果があると考えているのでしょうか？

外遊びにはどのような効果があると思いますか？

(複数回答可)



※東京都生活文化スポーツ局調べ
(東京都在住の3歳から12歳(小学生)までの保護者 n=500)

最も多かったのは、直接的な効果である「体力・運動能力が向上する」で、どの年代でも8割以上の支持を得ました。それ以外の項目を見ていくと、少し年代別に優位性がみられるものもありましたのでご紹介します。

未就学児は「ルールを守ることが身につく」が他の年代に比べて、10%から20%以上高く、保護者がこの時期の子供に学んでほしいと思っていることがうかがえます。

また「好きなことや興味のあることが見つかる」も他の年代に比べ、約17%高い傾向にありました。外遊びを通じて、本人の好きなことや興味のあることを見つけてあげたいという思いも見えてきます。

小学校低学年では、「コミュニケーション能力が身につく」が他の年代に比べ、5%から15%程度高く、子供たちだけで遊ぶことも増えてくるこの時期に身につけてほしいという思いがあるようです。

最後に小学校高学年では、「友達が増える」が他の年代よりも若干多い傾向にありました。

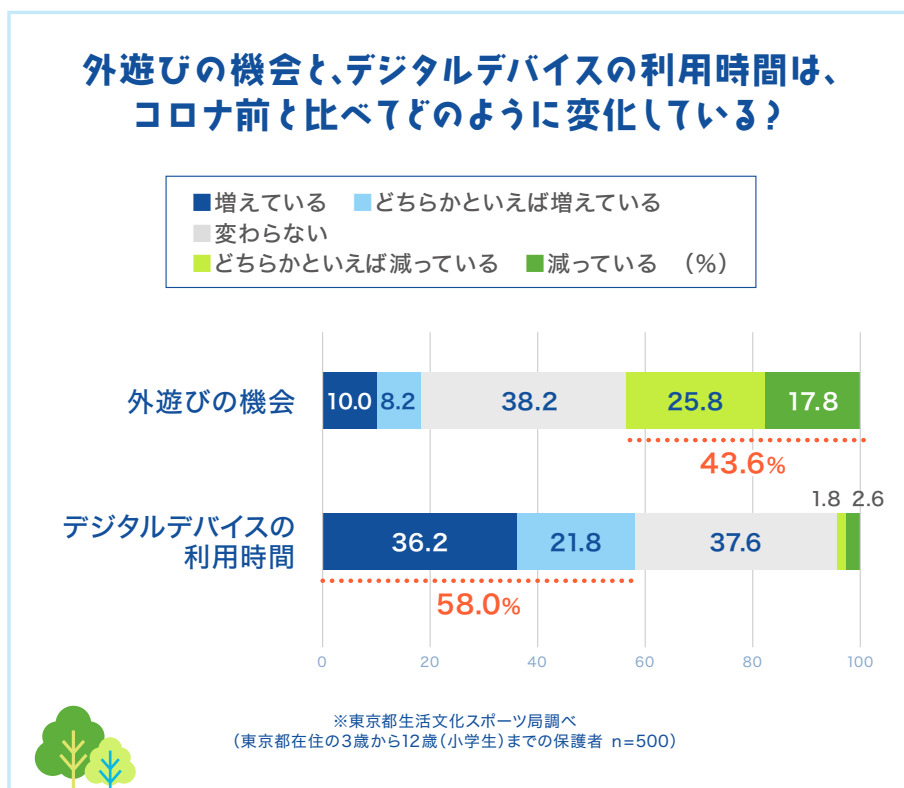
学校、習い事など遊び以外の時間も多くなっていく年代なので、遊びを通して得られる友情を大切にしてほしいと思う気持ちがあるのかもしれません。

3 外遊びの機会やデジタルデバイスとのかかわり方は？

ここまでは、外遊びの大切さや効果についてみてきました。では、外遊びの機会や時間は十分なのでしょうか？

昨今の新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響で、おうち時間が増えていた時期は、デジタルデバイスの活用も子供たちが楽しむうえで不可欠でした。

この2つがコロナ前と比べて、どのように変化しているのかを見ていきましょう。



外遊びの機会は減少傾向にあり、デジタルデバイスの利用時間は増加傾向にあります。

外遊びの機会が減っている割合は、「どちらかといえば減っている」を合わせて43.6%で、デジタルデバイスの利用時間が増加している割合は、「どちらかといえば増えている」を合わせて58%という結果でした。

おうち時間のバランスも徐々に変化していく中で、各家庭に適したバランスで外遊びの時間とデジタルデバイスの利用時間を見つけていければよいですね。

4 子供との遊びに関する情報収集で参考にしているもの ベスト5

最後に、保護者が子供との遊びに関する情報収集で参考にしているものを聞いてみました。

子供との遊びに関する情報収集で 参考にしているものベスト5

1位	 YouTube	37.0%
2位	 知人・友人からの情報	35.4%
3位	 学校や幼稚園・保育園・児童館などの情報	28.8%
4位	テレビやラジオ	24.0%
5位	Instagram 書籍や雑誌	14.2%

※東京都生活文化スポーツ局調べ
(東京都在住の3歳から12歳(小学生)までの保護者 n=500)

オンラインでの情報収集と、リアルでの情報収集、どちらもバランスよく行なっている傾向にありますが、最も参考にしているのはYouTubeという結果になりました。

子供のデジタルデバイスの利用時間に、一緒に楽しめるYouTube動画があれば、親子で楽しめて良いですね。

外遊びに役立つ動画を観て、元気に体を動かそう！

東京都生活文化スポーツ局では、子供同士や家族で外遊びを楽しむきっかけとなる動画を配信しています。未就学児・小学生向けの内容や親子で楽しめる外遊びなどを紹介！(全5回)

楽しく体を動かして、健康的な体を手に入れましょう！
「カラダにいいことイッパイ!そとあそびずかん」はこちらから



https://www.sports-tokyo-info.metro.tokyo.lg.jp/suru/hajimeru_sotoasobi_zukan/index.html

