

みんなの こえで みんなを げんきに!



コロナ×こどもアンケート

その3



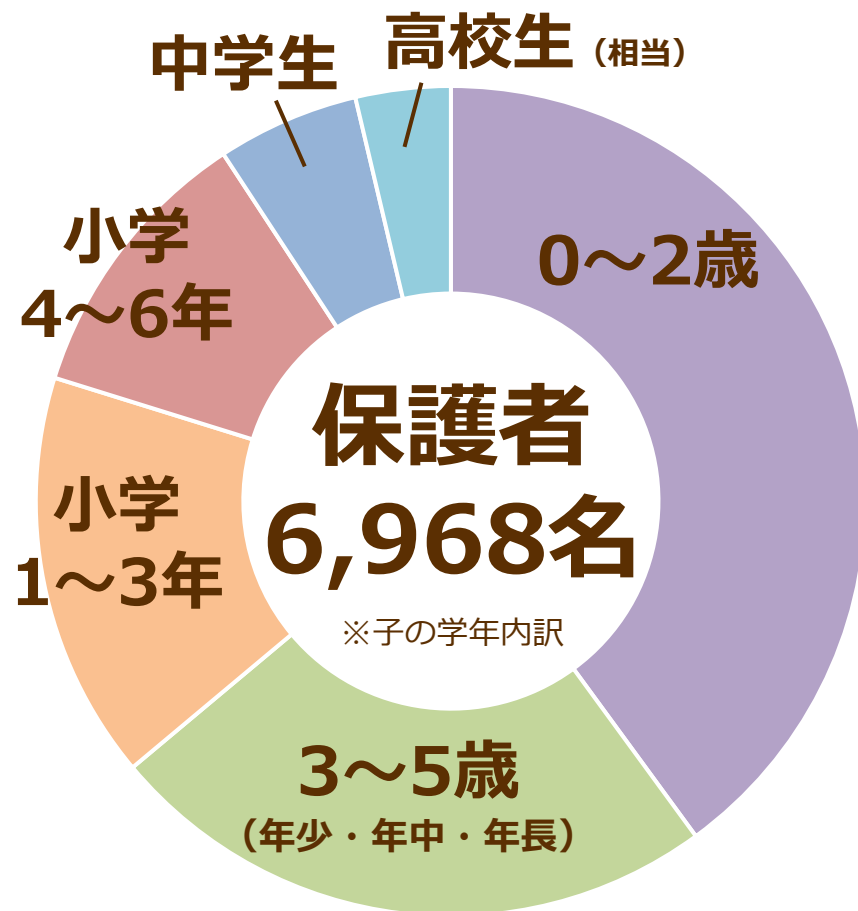
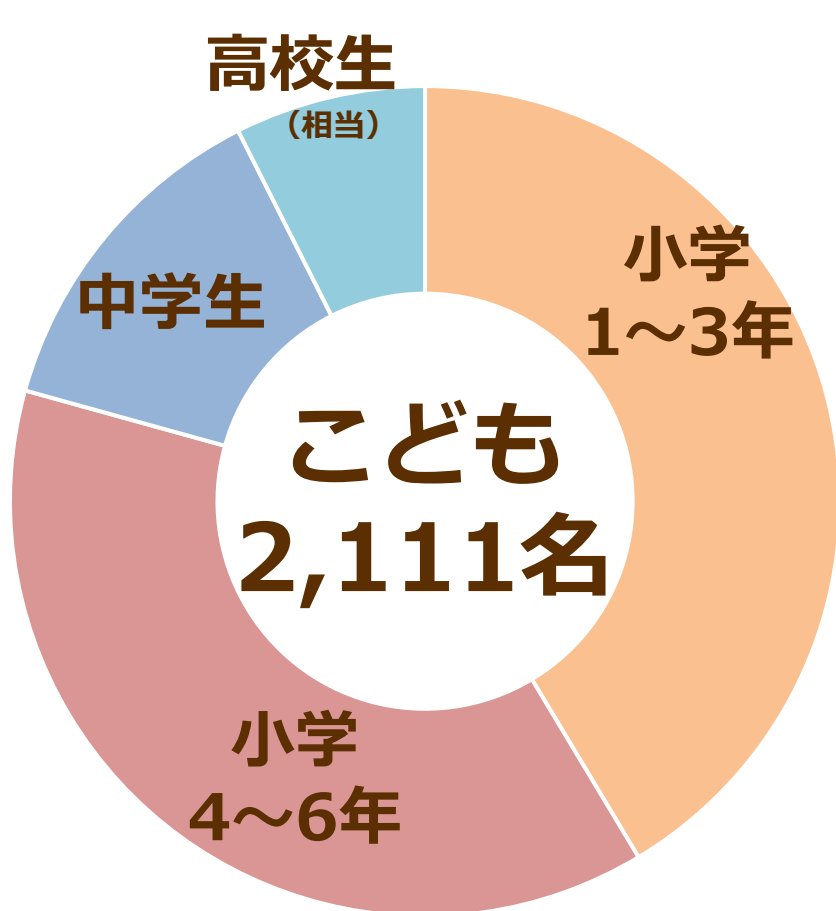
ちょうさほうこく

第3回 調査報告 ダイジェスト版

* 調査実施期間：2020年9月1日～10月31日

報告日：2021年3月26日

たくさんの声をありがとうございます！

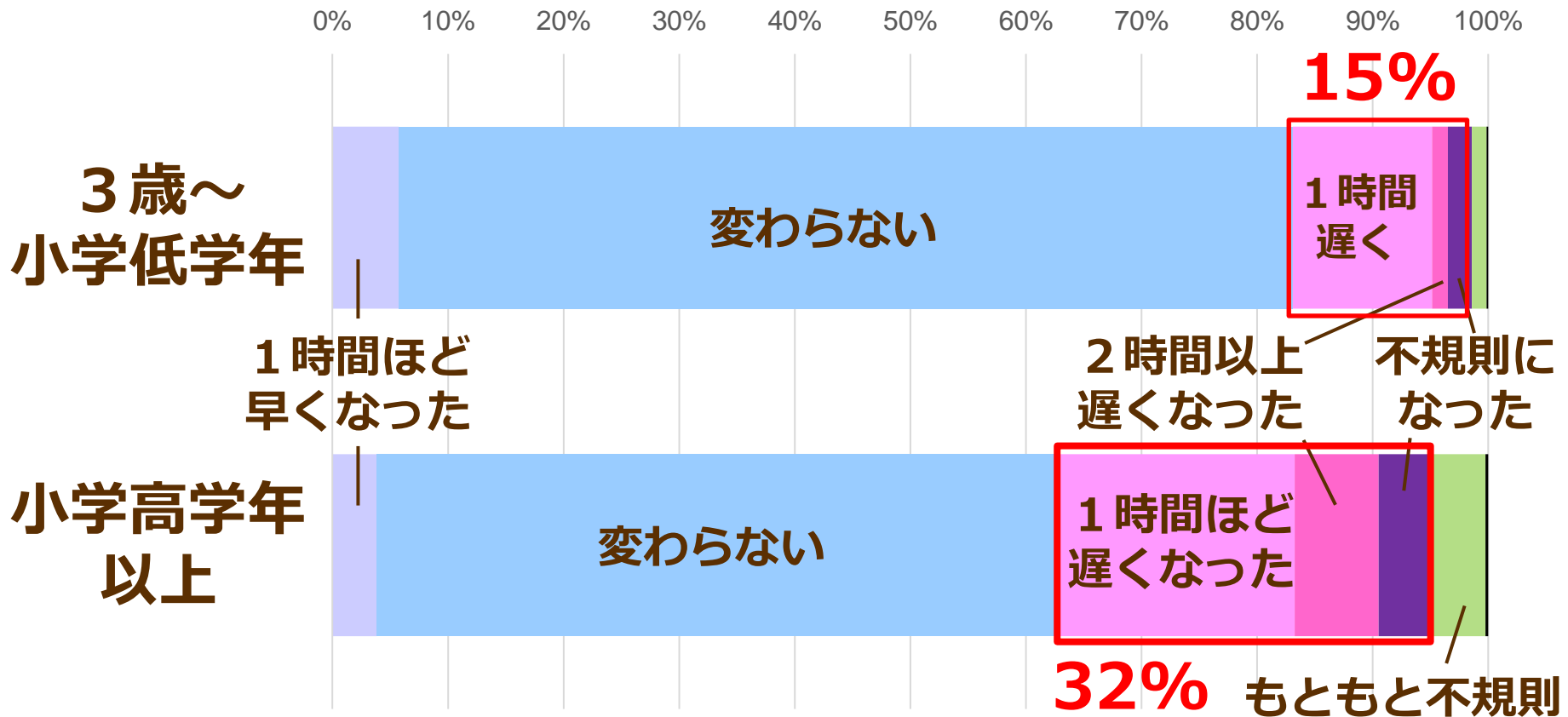


計10,676名



就寝時刻（コロナ前と比較）

全員に
ききました

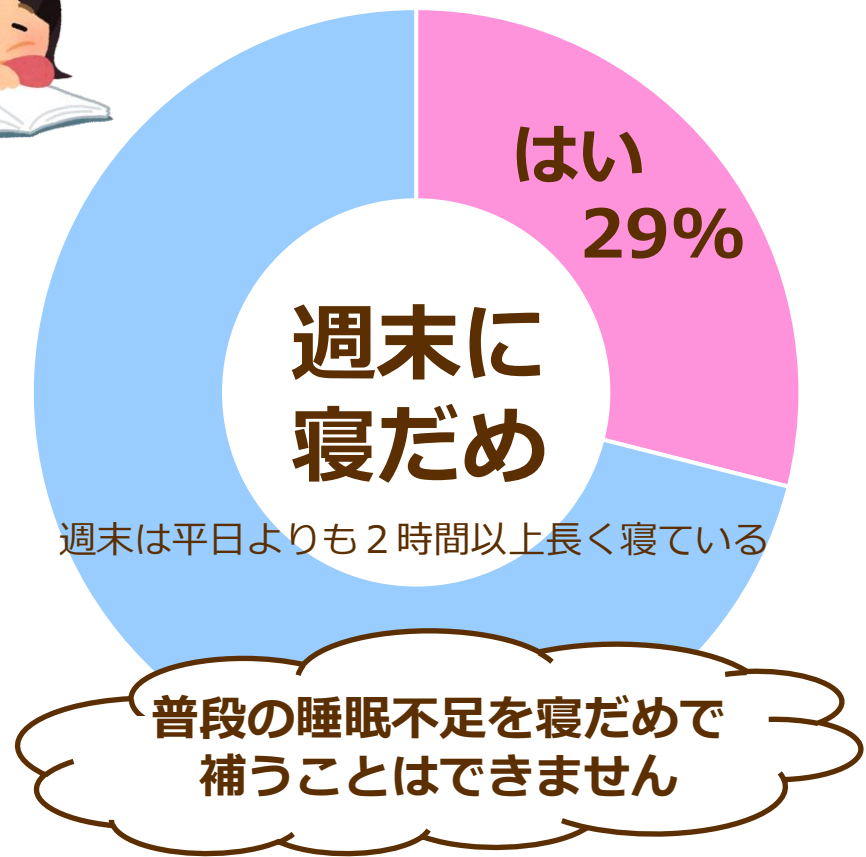
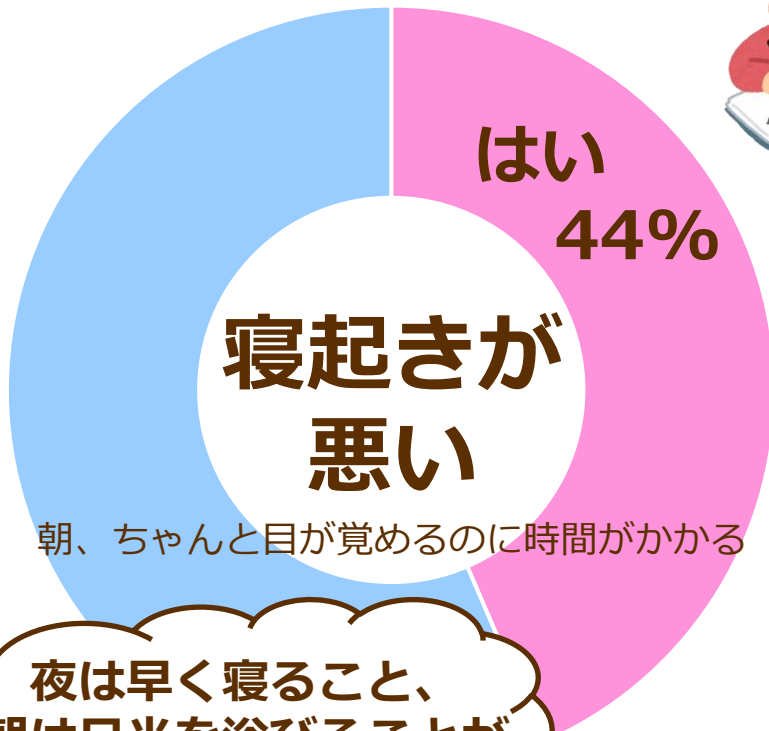


コロナ前よりも就寝時刻が遅くなったり、不規則になったりしているこどもが少なくないようです。



睡眠の現状

こどもに
ききました



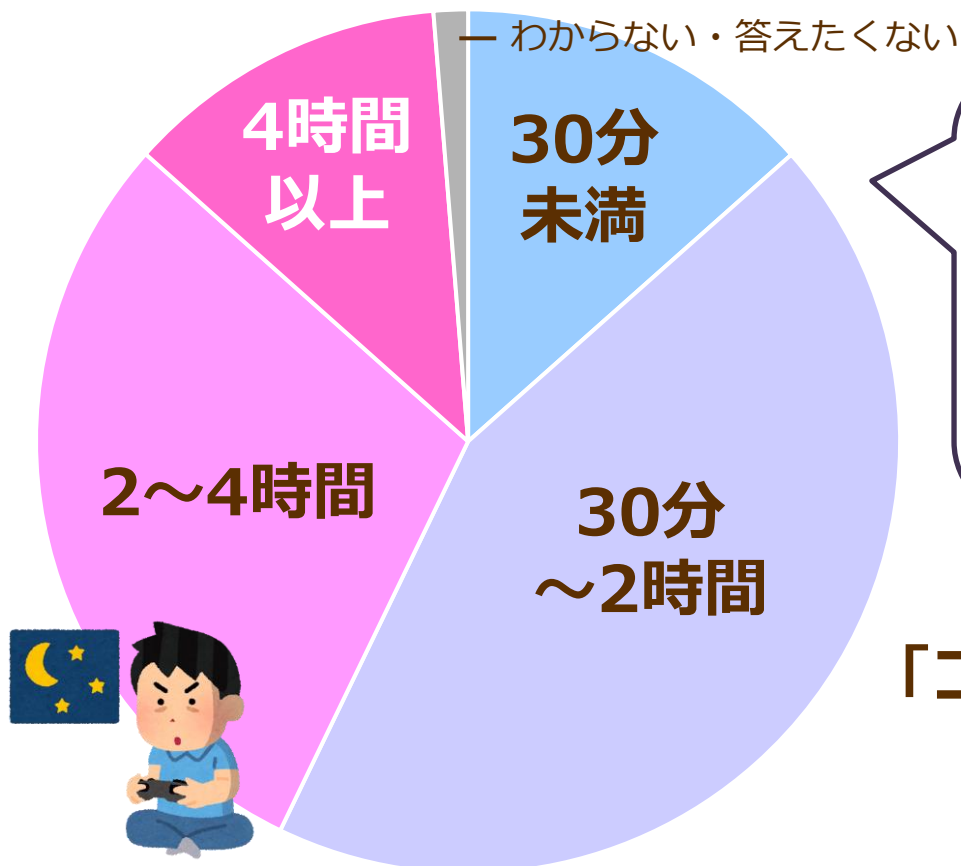
成長・発達に大切な睡眠、しっかり確保したいですね。
早寝早起き、規則正しい生活をこころがけましょう。



テレビ・スマホ・ゲームの時間

(勉強の時間は除く)

保護者に
ききました



1日に **4時間** 以上は、

- ・小学生以下の **12%**
- ・中高生の **25%**

「コロナ前より増えた」
全体の **41%**

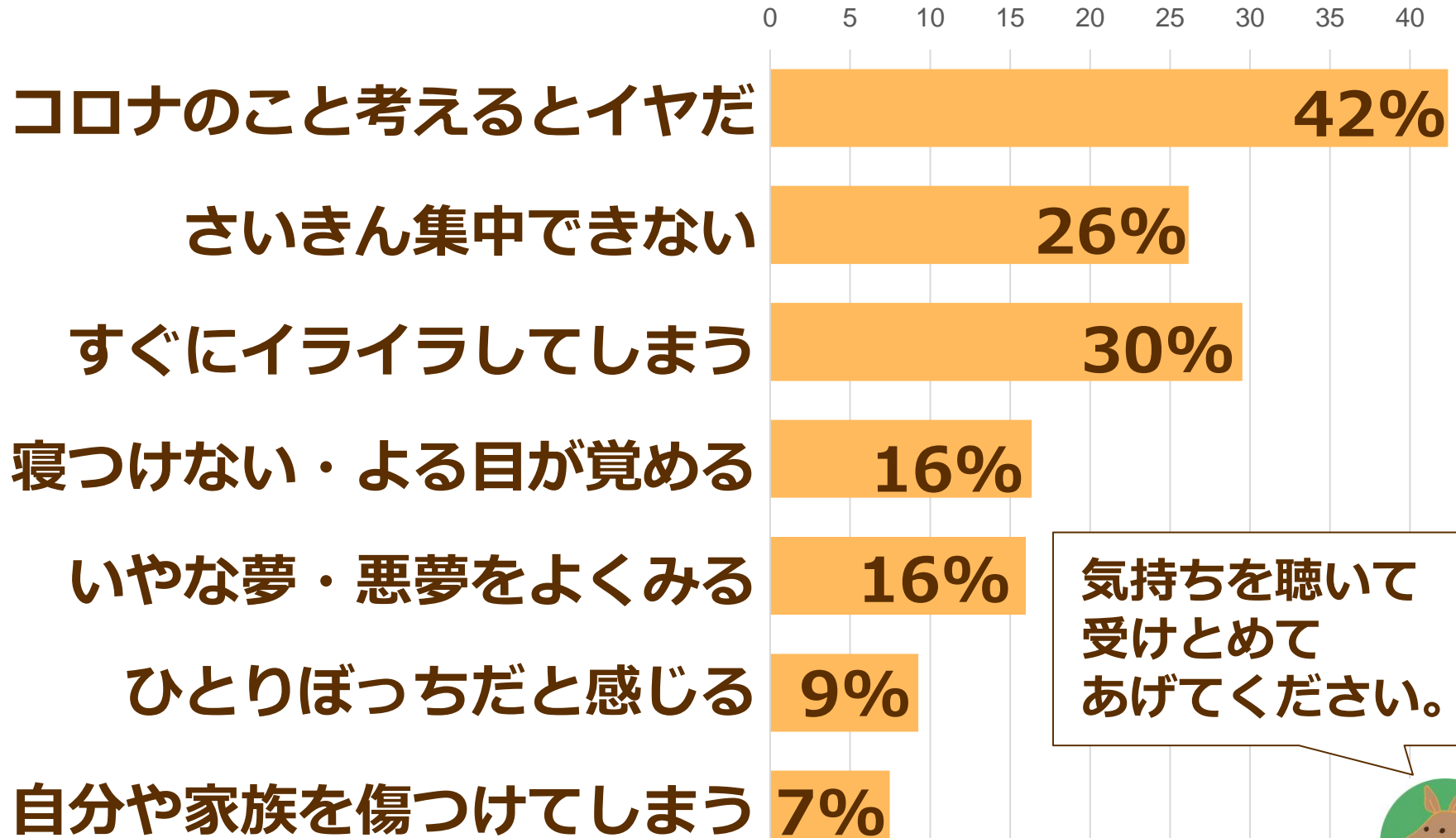


コロナによって使用時間や機会が増えたかもしれません。
内容や時間など、家族でルールを話し合えるとよいですね。



こどもの こころの様子は？

こどもに
ききました



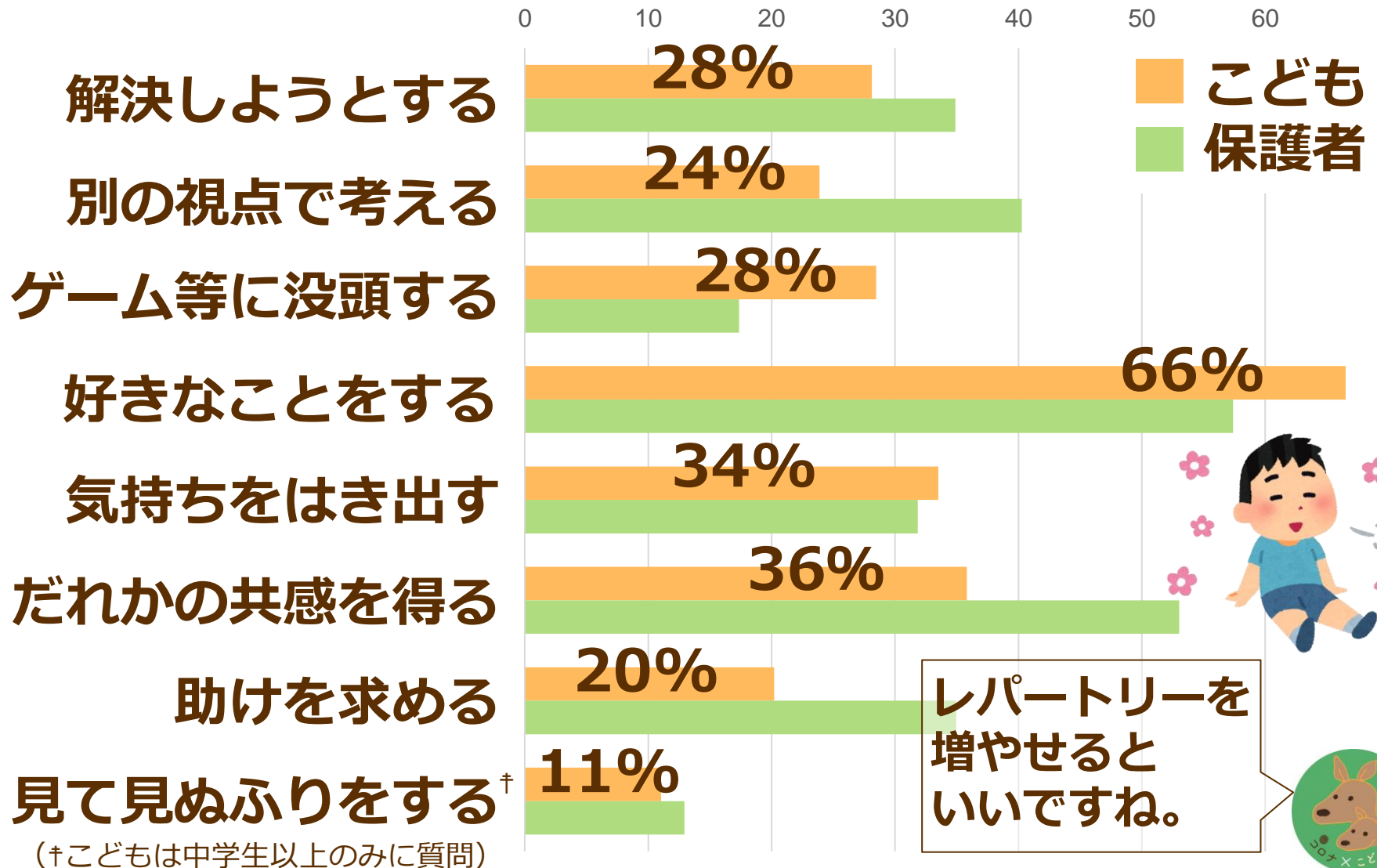
気持ちを聴いて
受けとめて
あげてください。



*小学高学年以上の子どもと全保護者の回答を集計
(小学低学年の子どもには該当質問なし)

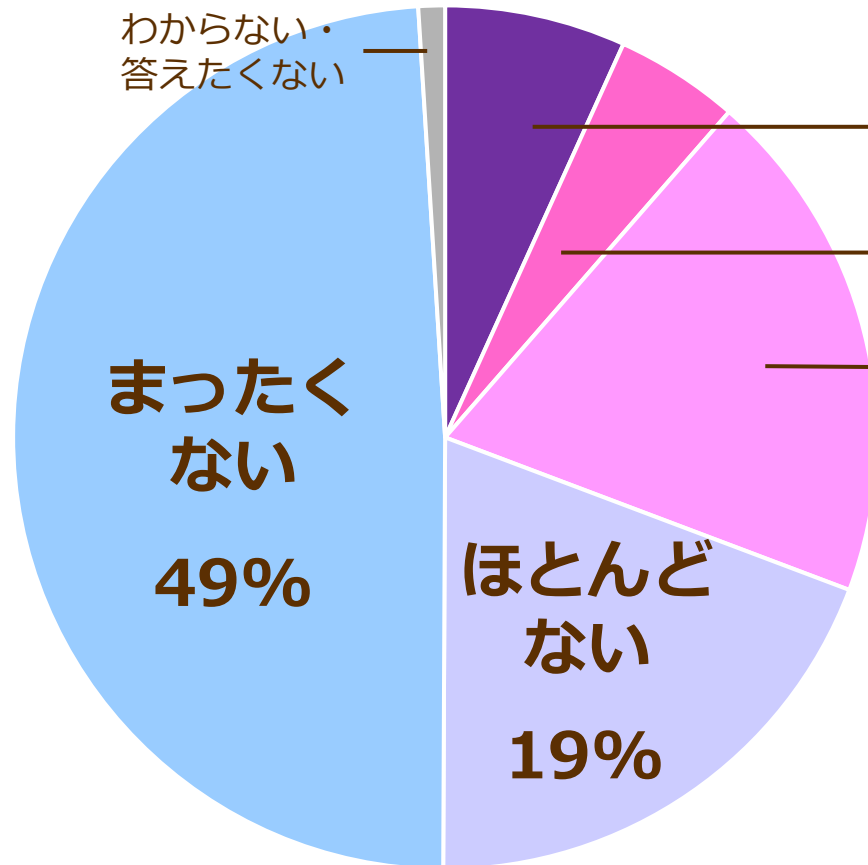
ストレス感じたらどうしている？

全員*に
ききました

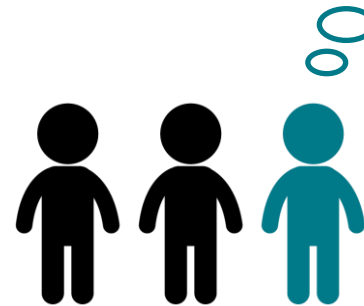


学校に行きたくないことはある？

こどもに
ききました



いつも 7%
たいてい 5%
ときどき 19%

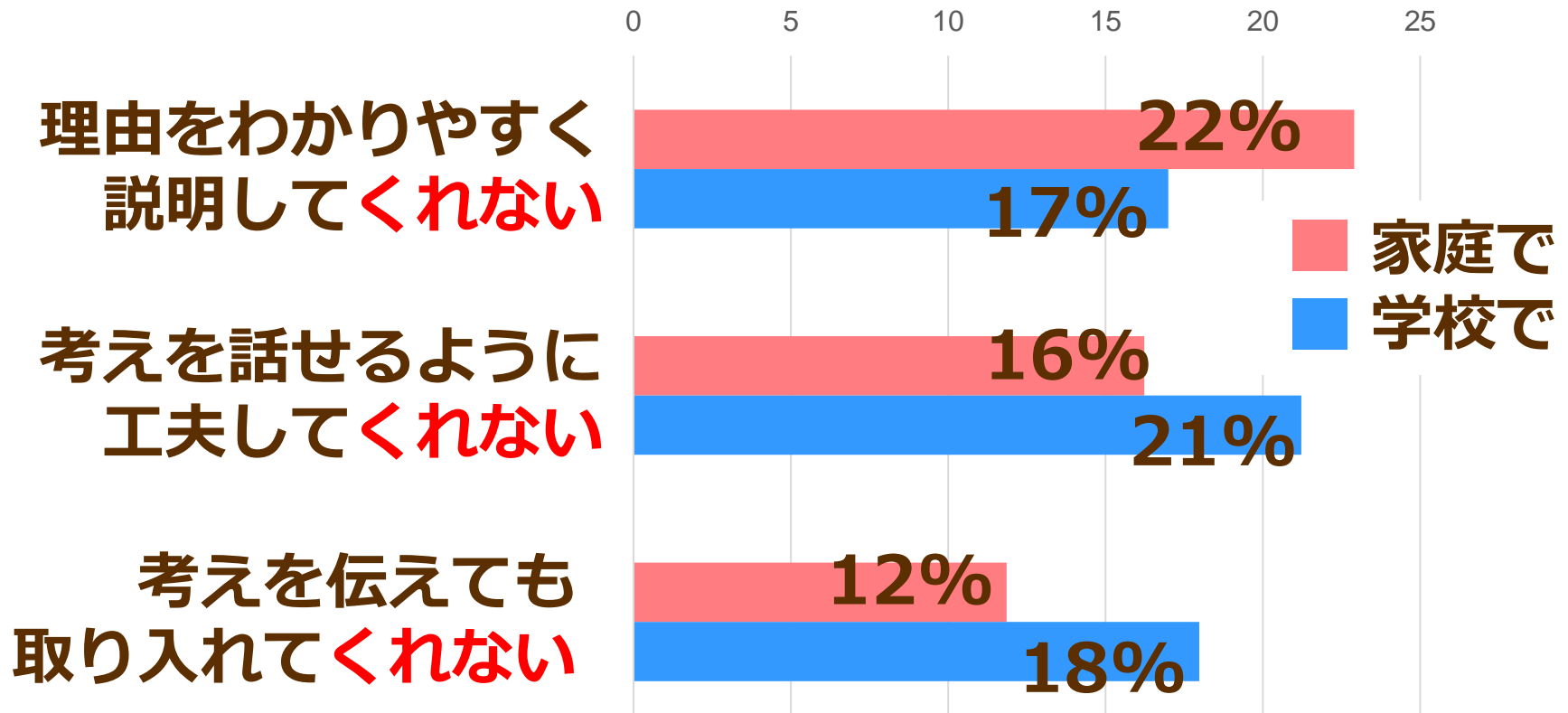


3人に1人が「学校に行きたくないことがある」ようです。ひとりひとりの気持ちに寄り添うことが大切です。



コロナによる生活の変化について

こどもに
ききました



※それぞれ「…してくれますか？」に対して「いつも・たいてい・ときどき・ほとんどない・まったくない」の5段階で回答。このうち「ほとんどない・まったくない」を合算して「…してくれない」として示している。

こどもの生活が変わるような物ごとを決めるとき、理由を説明したり、意見を取り入れたりとできるといいですね。



意見を取り入れてもらうには？

こどもに
ききました

お母さんがもっと
話を聞いてくれたら
良いと思う。

(小5男子・神奈川県)

学校の先生の場合、
他の生徒に聞かれない所で、
安心して話せる部屋で
話を聞いてもらう。

(中1男子・大阪府)

相談するのは
難しいから
手伝ってください。

(小4女子・神奈川県)

親がスマホをする
時間を減らす。

(中1女子・兵庫県)

てがみをかく

(小1男子・福岡県)

大人がきちんと話を
よく聞いてくれたらよいと思う。

取り入れられないなら理由をきちんと
話してくれればいいです。

(高1男子・京都府)

学校はマスクで声も聞こえないし、
顔も見えない人と話すの無理だ。
マスクやめたら前みたいに何でも話せる。

(小6男子・東京都)

こどもたちから色々
気づかされますね。



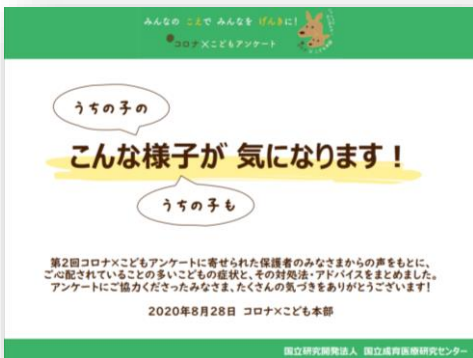
こころを健康に保っていますか？

こどもも、大人も、日々さまざまなストレスにさらされています。
上手に対処できる方法を、お子さまと一緒にぜひ見つけてみましょう。



新型コロナウイルスに負けないために 親子でできるストレスコーピング編

(国立成育医療研究センターこころの診療部)
できることから、一緒にはじめてみませんか？



うちの子のこんな様子が気になります！

(国立成育医療研究センターコロナ×こども本部)
アンケートに寄せられた保護者のみなさまの声を
もとに、色々な症状と対処法をまとめました。



満たされていますか？「子どもの権利」

『児童の権利に関する条約（子どもの権利条約）』をご存知でしょうか？

おとなは、こどもの最善の利益のために行動しなければいけません。

こどもたちの権利を守るためにいまできること、探してみませんか？



子どもの権利条約（セーブ・ザ・チルドレン）

こどもに分かりやすい言葉で42の権利を紹介。
コロナ禍で読んでみると気づきがありそう。



話してみよう！伝えてみよう！“子どもの権利”のお話

（国立成育医療研究センターこころの診療部）

お子さんと一緒にワークをやることで、
ストレスに気づいてあげるきっかけにもなるはず。

