

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

コロナ×こどもアンケート 第3回調査 報告書

2020年12月1日

修正：2021年4月5日

修正：2023年12月18日



コロナ×こどもアンケート報告書

はじめに	3
調査について	4
調査結果	6
基本属性	6
回答者人数と回答日	6
居住地	7
居住地の詳細（協力自治体）	8
学年	9
性別	10
回答した保護者の属性	11
家庭の状況	12
経済状況	12
保護者の就労状況	13
こどもたちの生活の状況	14
登校・登園の状況	14
医療関連	15
乳幼児健診・予防接種・予定受診	15
新型コロナウイルス関連	17
身近なコロナウイルス感染者	17
スクリーンタイム・デジタル教育・生活リズム	18
スクリーンタイム	18
デジタル教育	20
生活リズム	22
学校・勉強	24
学校	24
勉強	25
こどもたちの生活の質（3～17歳）	26
生活の質（QOL; Quality of life）	26

精神的健康.....	27
自尊感情；自己肯定感.....	29
ストレス反応.....	31
症状（お子さまが3-5歳児の場合）.....	31
症状（お子さまが小学生以上の場合）.....	32
ストレス対処行動（コーピング）.....	34
ストレス対処行動（コーピング）に関する4コマ漫画.....	35
子どもの権利～こどもたちの声は反映されているか～.....	36
学校.....	36
家庭.....	38
家庭（保護者回答）.....	40
こどもの意見を反映するには.....	42
自由記載.....	42
親子の関わり.....	48
好ましくない関わり.....	48
保護者のメンタルヘルス.....	50
こころの状態.....	50
保護者のセルフケア・コーピング（対処行動）.....	51
コロナ×こどもアンケート.....	53
参加回数.....	53
アンケートをどのように知ったか？.....	54
これまでのアンケート結果を見たことがあるか？.....	55
自由記載.....	56
おわりに.....	62

はじめに

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の流行は、いまもなお社会に大きな影響を及ぼしています。子どもたちもその例外ではありません。

【コロナ×こどもアンケート】は、国立成育医療研究センター社会医学研究部・こころの診療部を中心とした研究者・医師ら有志が実施しているオンライン調査です。コロナ禍におけるこどもと保護者の生活と健康の現状を明らかにすること、問題の早期発見や予防・対策に役立てることを目的として行っています。[第1回調査](#)では、主に緊急事態宣言下での生活の様子やこころの状態、困りごとなどが明らかになりました。[第2回調査](#)では、学校再開後、感染防止のための新しい生活様式の中での、こころの状態やスティグマ（コロナに関連した差別や偏見）に特に重点を置きました。調査結果をまとめた「教育機関向け資料」を全国の市区町村教育委員会へ郵送し、管轄の学校への情報提供をお願いいたしました。

第3回となる今回の調査【コロナ×こどもアンケートその3】は、第2波が過ぎ感染者数が比較的少なくなっていた9月から10月にかけて実施しました。第1回から継続して尋ねているこころの状態のほか、コロナ前後での生活の変化や、ストレス対処法、家庭や学校で様々な子どもの権利が守られているか、などについても尋ねました。また、第2回調査でたくさんの子どもたちから届いた「こどもの意見も聞いてほしい・取り入れてほしい」という声を踏まえ、どうしたらそれを実現できるのか（大人は何ができるのか）を子どもたちに教えてもらいました。

本報告書では、第3回調査の全体の結果をご報告させていただきます。お時間のない方もぜひ、終盤の「おとなたちへのおねがい・アドバイス」（または抜粋版の[別資料](#)）だけでもお読みください。ハッとさせられる意見がきっとたくさんあると思います。

子どもたちの支援に取り組まれている、あるいはこれから取り組んでくださる多くの方々の一助となりましたら幸いです。

2020年12月1日

国立成育医療研究センター コロナ×こども本部 一同

co_kodomo@ncchd.go.jp

調査について

- 実施主体

国立研究開発法人 国立成育医療研究センター コロナ×こども本部
(http://www.ncchd.go.jp/center/activity/covid19_kodomo/index.html)

- 実施時期

2020年9月1日～2020年10月31日

- 対象

- (1) 小学1年生～高校3年生（相当）のこども
- (2) 0歳～高校3年生（相当）のこどもの保護者

- 実施方法

インターネット調査

- リクルート協力団体

公益社団法人日本小児科学会
公益社団法人こども環境学会
日本学校ソーシャルワーク学会
公益社団法人日本小児保健協会
社会福祉法人日本保育協会
東京都
大田区教育委員会（東京都）
西宮市教育委員会（兵庫県）
和光市教育委員会（埼玉県）
東京大学大学院教育学研究科附属 発達保育実践政策学センター（Cedep）
公益社団法人セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン
公益財団法人ドナルド・マクドナルド・ハウス・チャリティーズ・ジャパン
公益財団法人ベネッセこども基金
Yahoo!きっず（ヤフー株式会社）
産婦人科オンライン・小児科オンライン（株式会社 Kids Public）
第一生命保険株式会社
認定NPO 法人フローレンス
特定非営利活動法人キッズデザイン協議会

- 調査概要

- ・ こどもが未就学児（6歳以下）の場合には保護者に回答を依頼した。
- ・ こどもが小学生以上（7歳以上）の場合には、こどもだけ、保護者だけ、

- あるいは子どもと保護者両方に回答を依頼した（回答者が選択した）。
- ・子どもと保護者両方の場合には、はじめに保護者が承諾、子どもが回答し続いて保護者が回答した。
 - ・家族構成など共通部分する部分は保護者だけに回答を依頼した。
 - ・子どもを対象とした調査票は年齢により3段階のふりがなレベルを設定した。
 - ・調査内容は、基本属性、家庭の様子、生活の様子、健康・生活の質（Quality of Life）、ストレス反応、親子の関わりや家庭でのトラブル、保護者のメンタルヘルス、困りごとやニーズなど。

● 調査財源

科学技術振興機構

新型コロナウイルス感染症関連国際緊急共同研究・調査支援プログラム

J-RAPID「新型コロナ流行期におけるこどもの健康・生活に関する全国調査
（コロナ×こどもアンケート）」

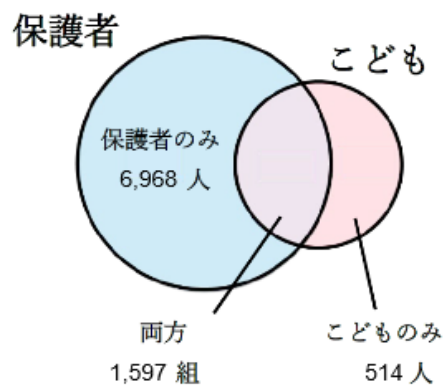
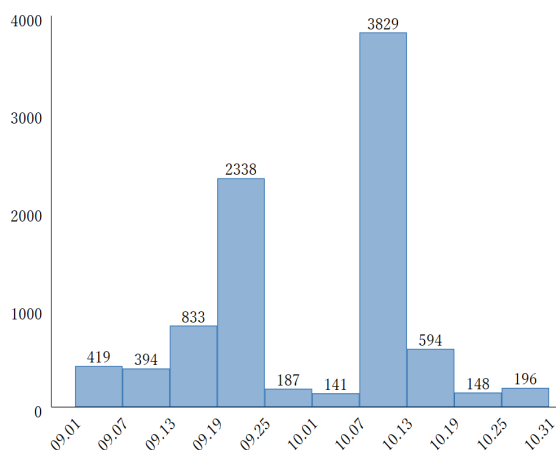
国立成育医療研究センター社会医学研究部裁量経費

調査結果

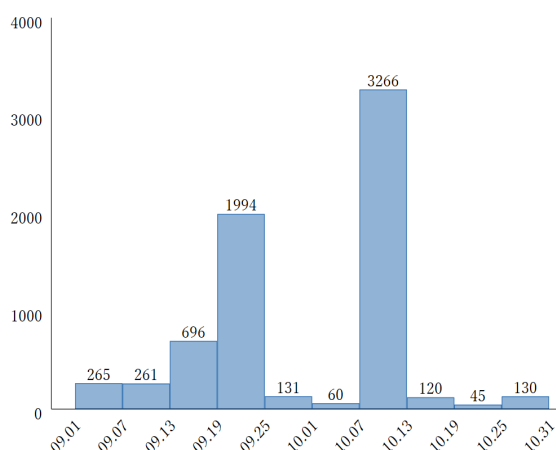
基本属性

回答者人数と回答日

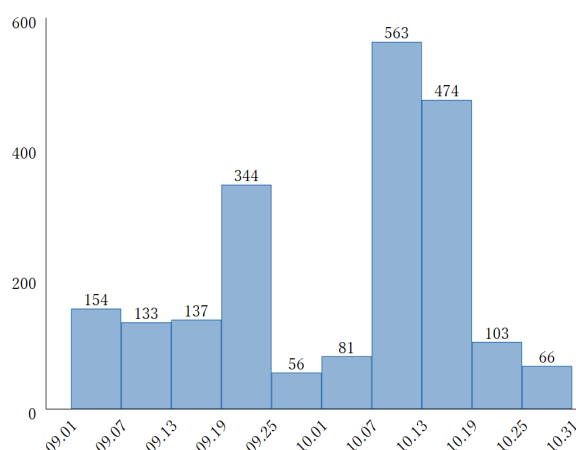
総回答数（保護者のみ・両方・こどものみ）（9,079 回答）



保護者回答数（保護者のみ） 6,968 回答



こども回答数（こどものみ・両方） 2,111 回答



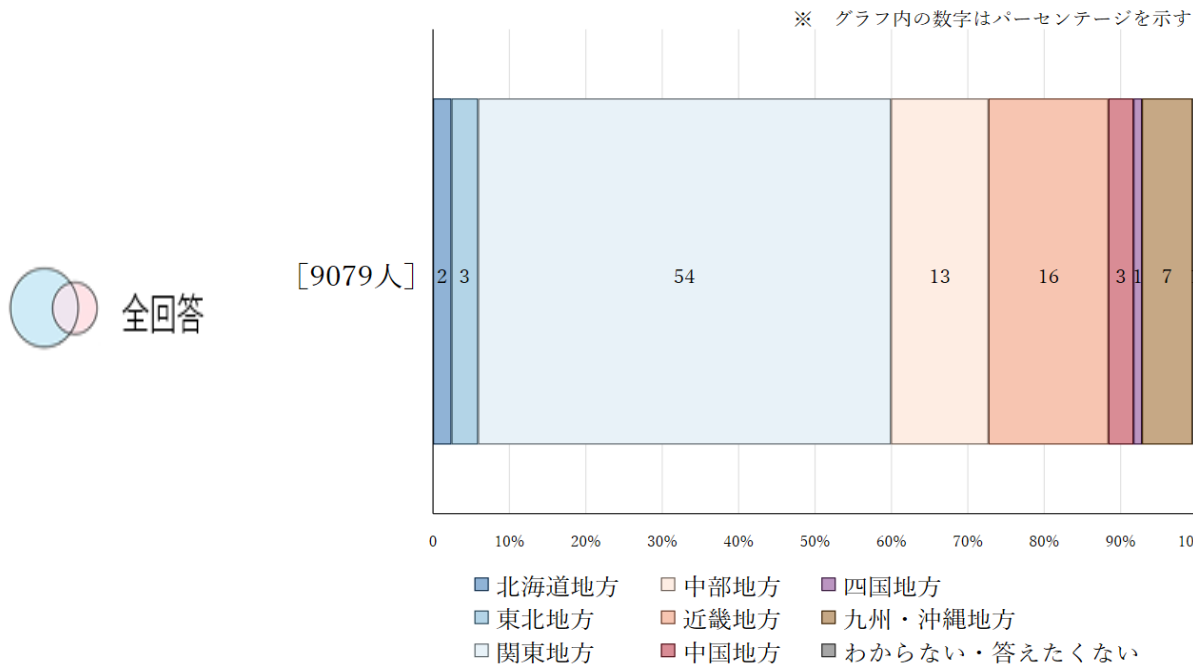
- 保護者 8,565 人、こども 2,111 人、あわせてのべ 10,676 人から回答を得た。

- 保護者とこども両方での回答は、1,597 組だった。

以下、**こども** はこどもによる回答、**保護者** は保護者による回答を表す。なお、回答中断などにより質問によって回答者数が異なることがある。

居住地域

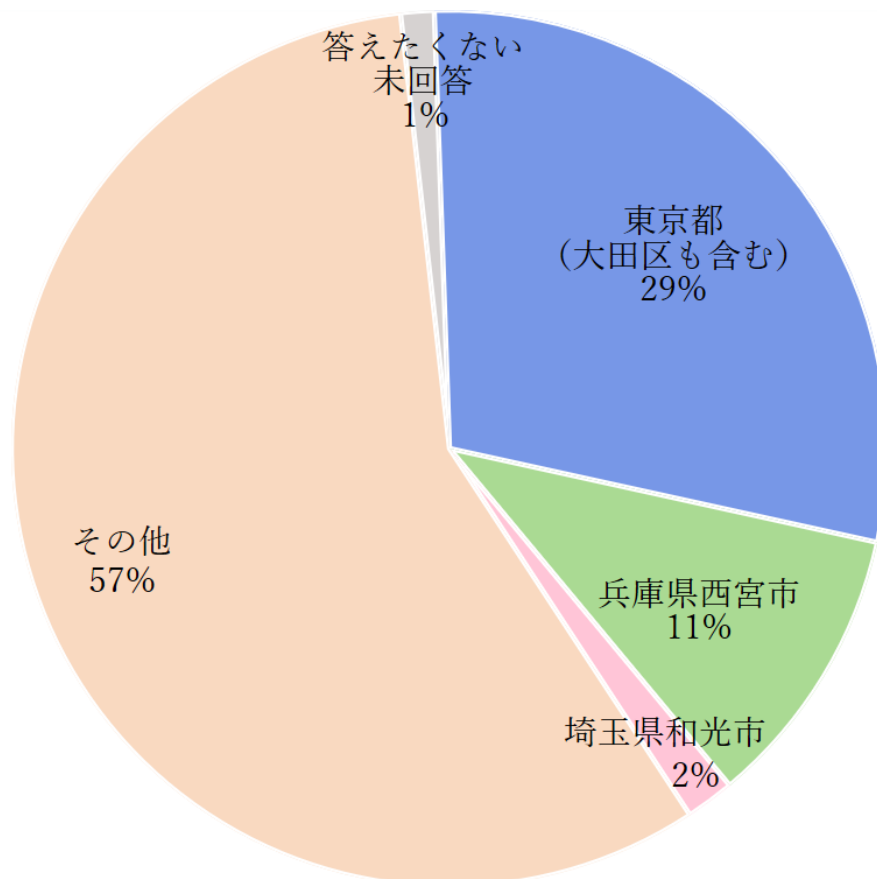
お住まいの都道府県を選んでください。



54%が関東地方在住であった。

居住地の詳細（協力自治体）

お住まいの地域は下記に該当しますか？

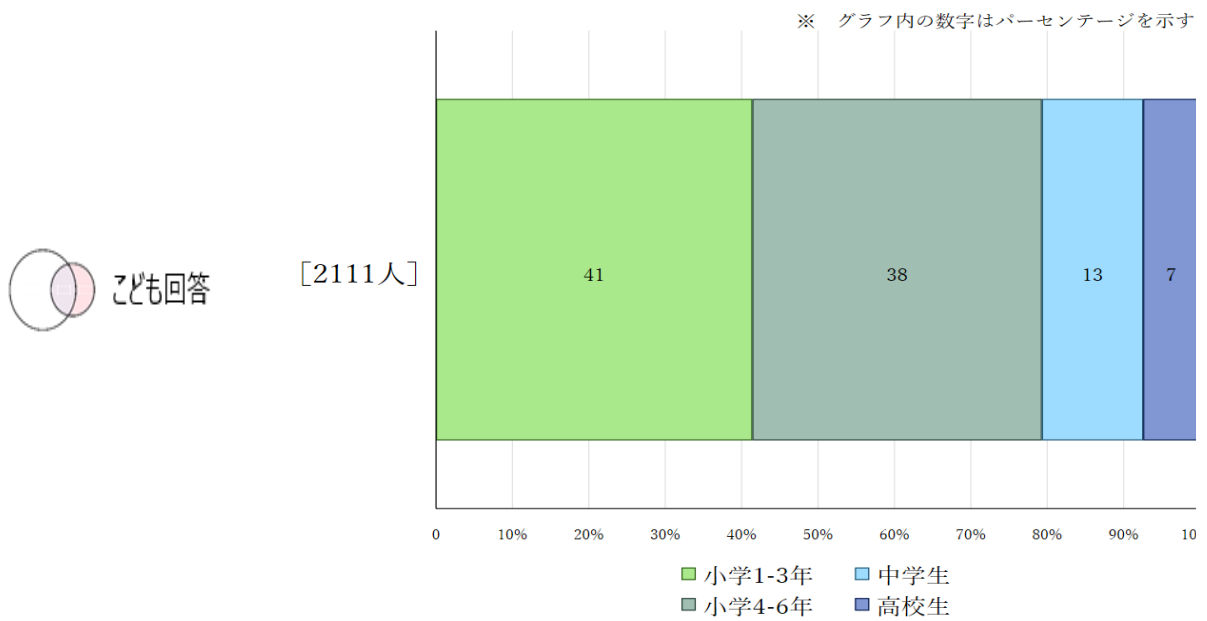
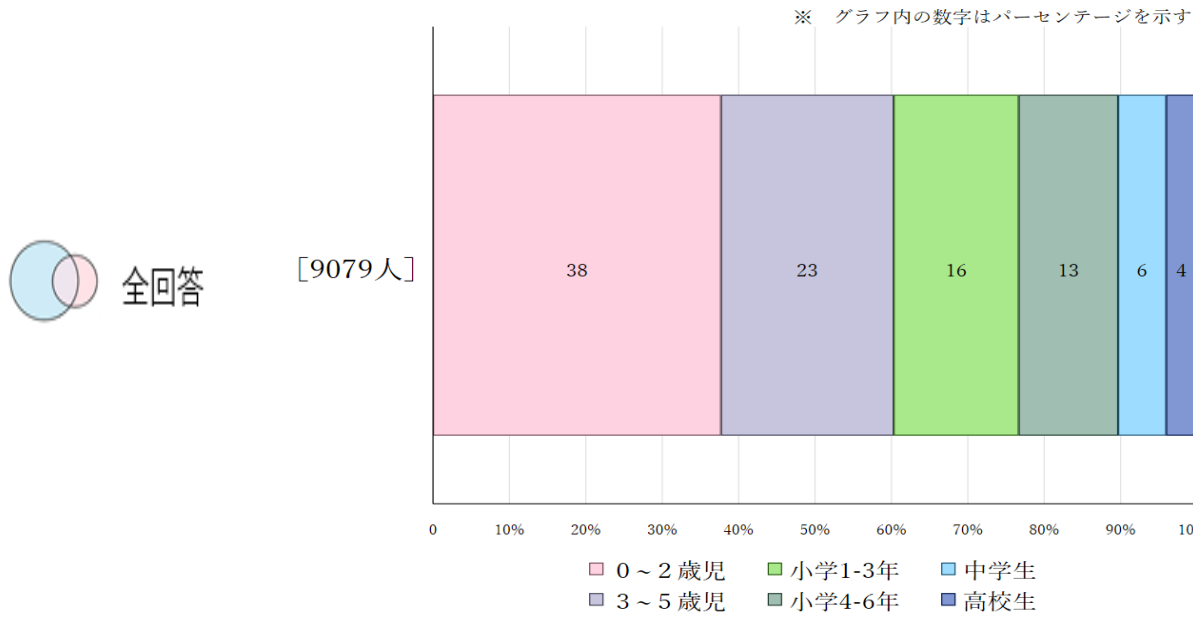


兵庫県西宮市、埼玉県和光市、東京都大田区の3自治体は、全公立小中学校の児童・生徒へリーフレットを実際に配布して、アンケートの周知にご協力くださいました。東京都は、区市町村教育委員会および都立学校への周知にご協力くださいました（実際の配布は各教育委員会・各校判断）。

学年

お子さまの学年を教えてください。

(2020年4月2日時点での年齢・学年を選んでください。)



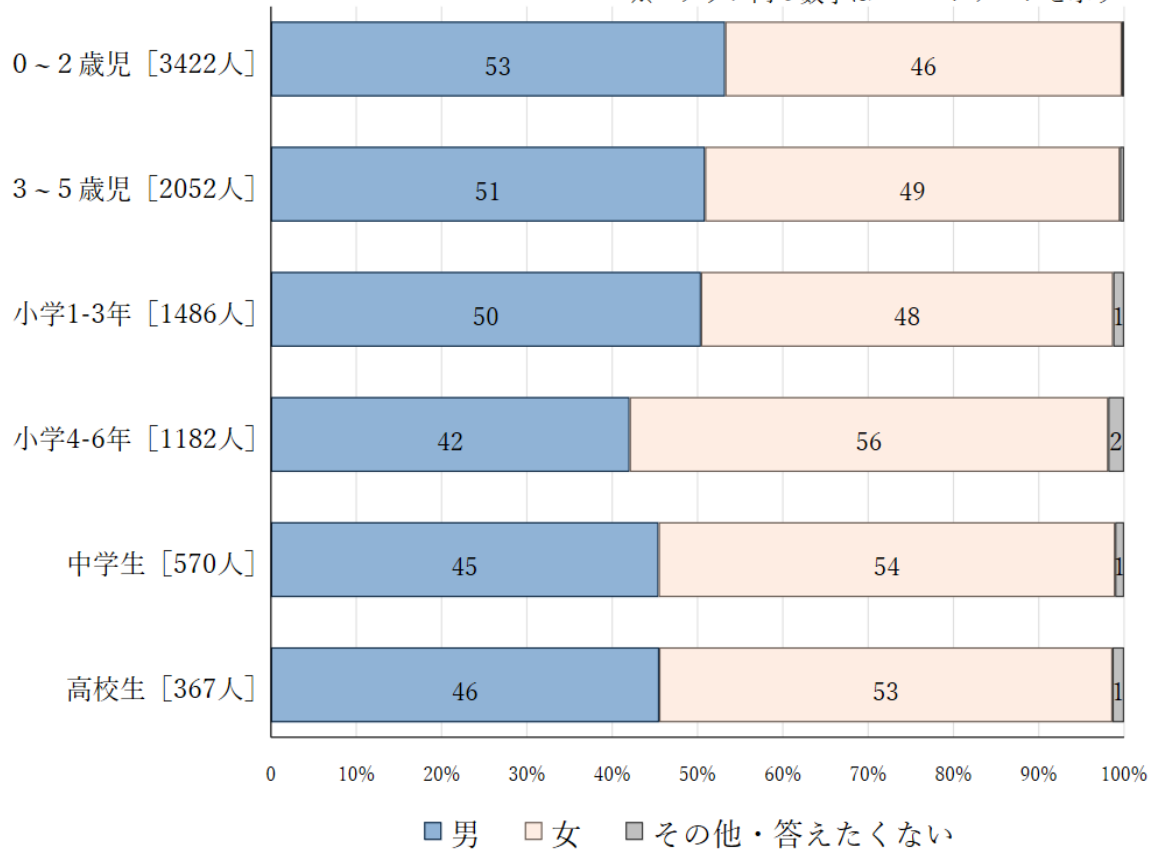
こどもによる回答の79%が小学生であった。

性別

お子さまの性別を教えてください。



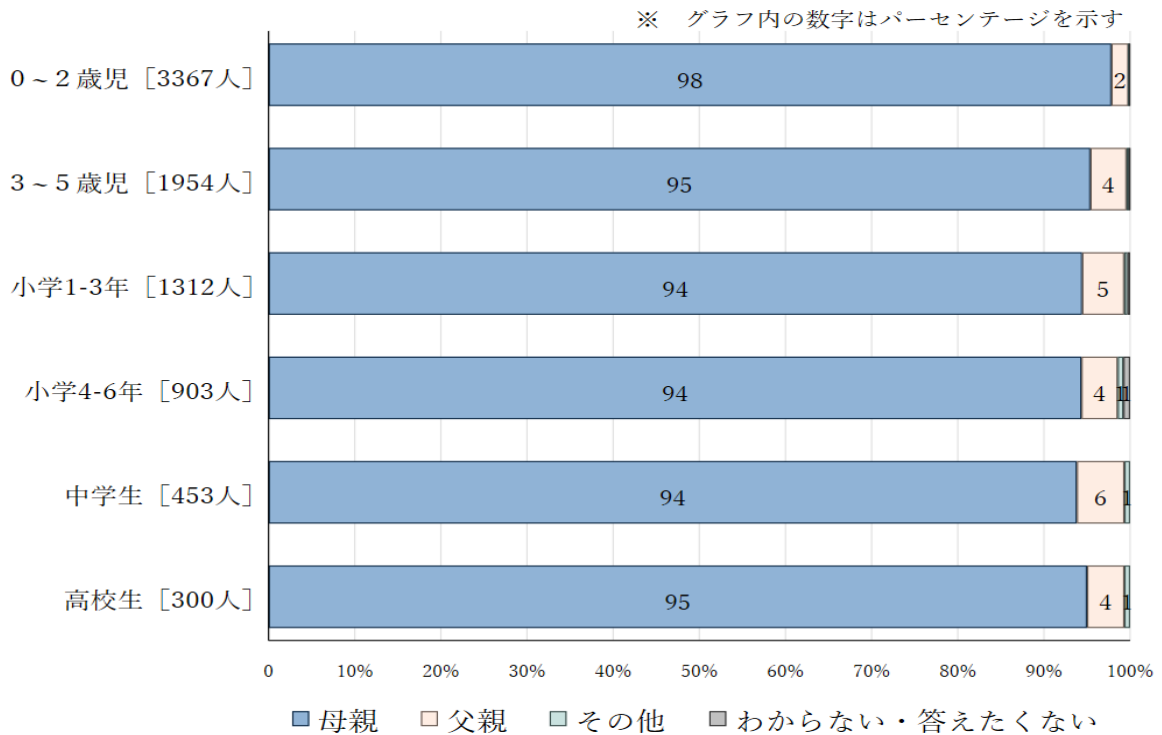
※ グラフ内の数字はパーセンテージを示す



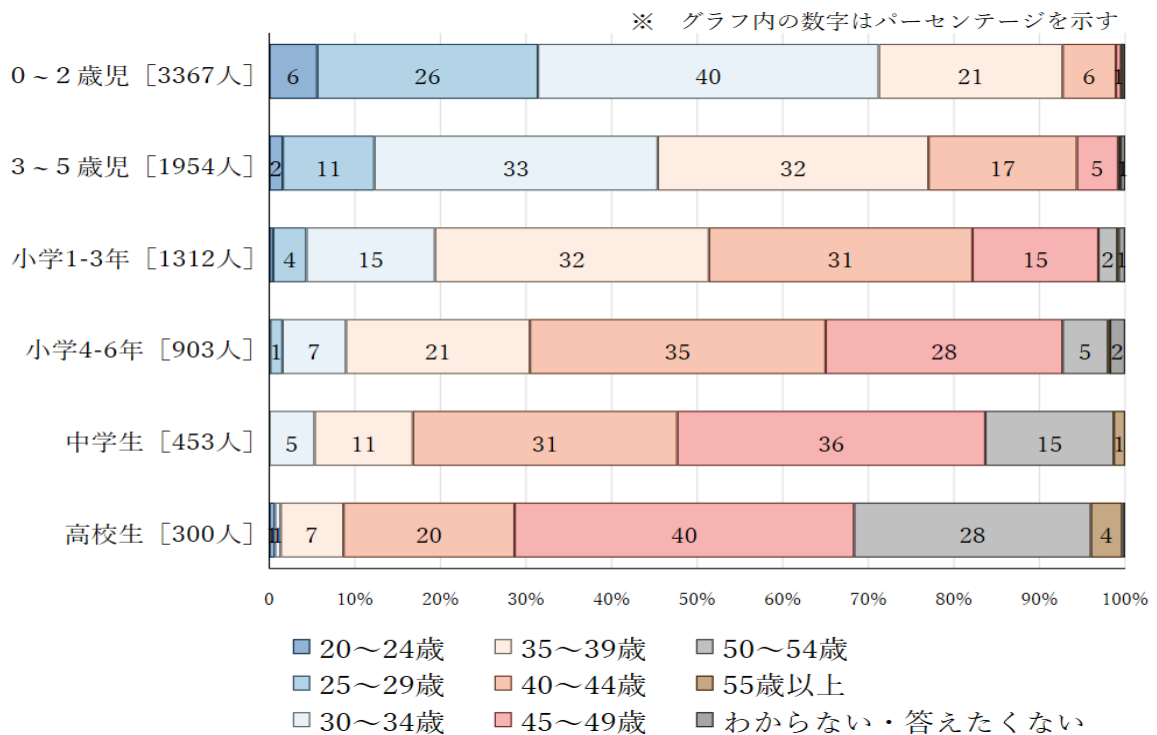
男の子は50%、女の子は49%であった。

回答した保護者の属性

保護者 お子さまとの関係を教えてください。



保護者 あなた（回答してくださっている保護者の方）の年齢を教えてください。



母親の回答者が96%であった。

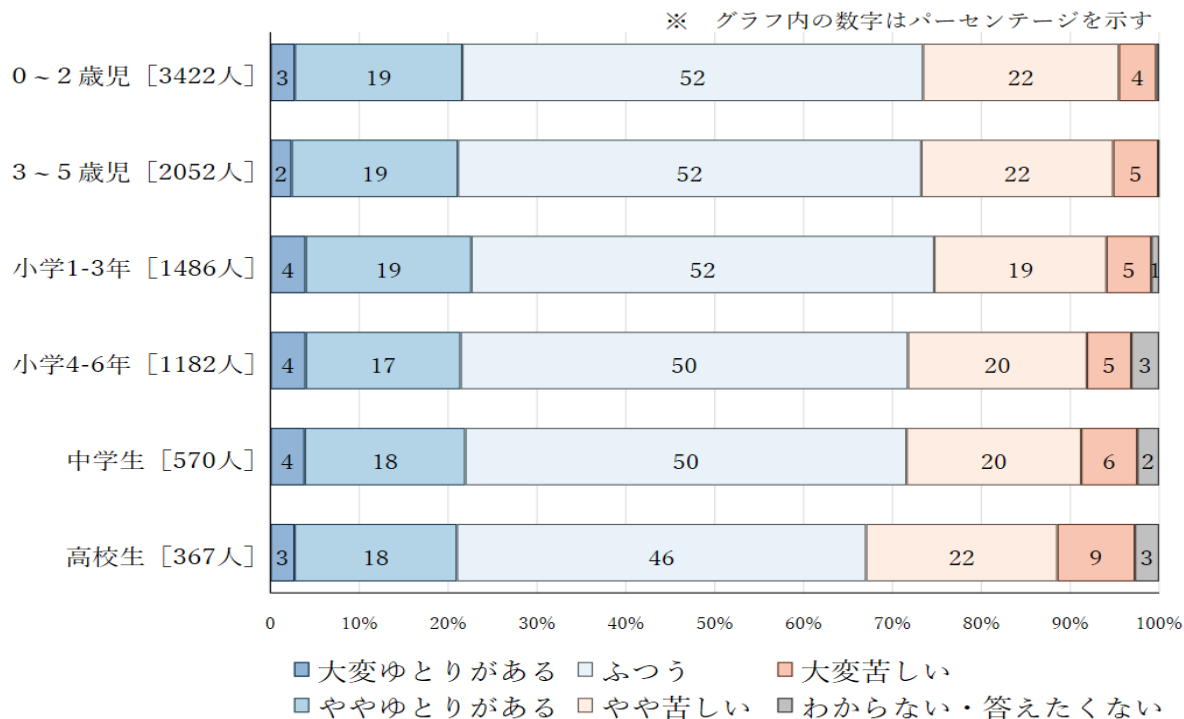
保護者の年齢は、20代は17%、30代は52%、40代以上は31%であった。

家庭の状況

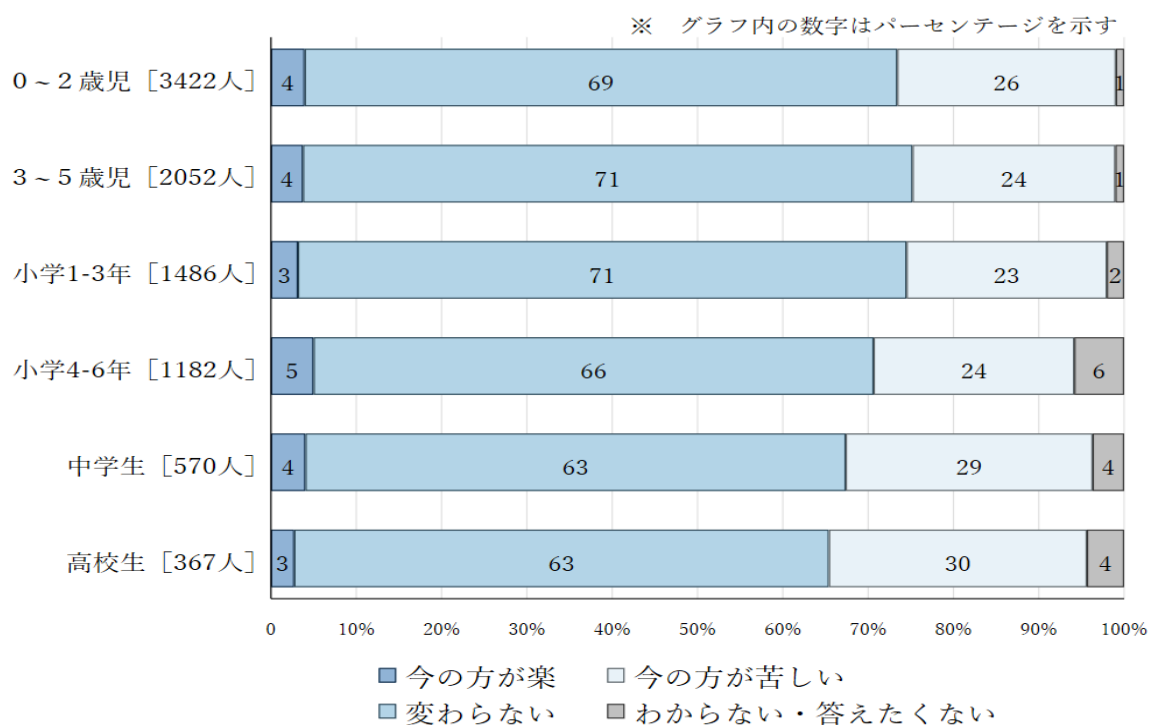
経済状況



現在のあなたの家庭の暮らし（経済状況）について、1番近いものはどれですか？



あなたの家庭の暮らし（経済状況）は、2020年1月時点と比べて、どうですか？

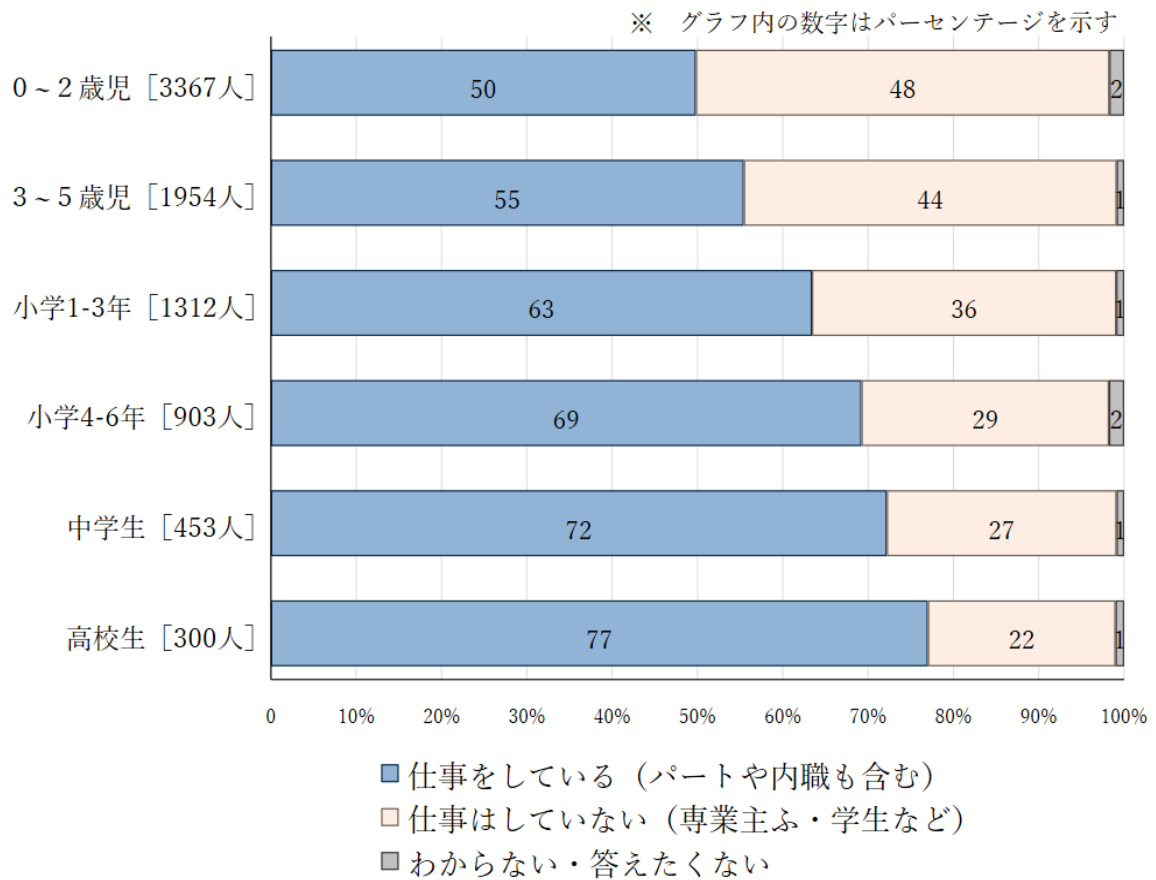


「やや苦しい」「大変苦しい」は26%であった。

「(2020年1月時点と比較して) 今の方が苦しい」が25%であった。

保護者の就労状況

保護者 あなたは現在仕事をしていますか？



「仕事をしている (パートや内職も含む)」は、58%であった。

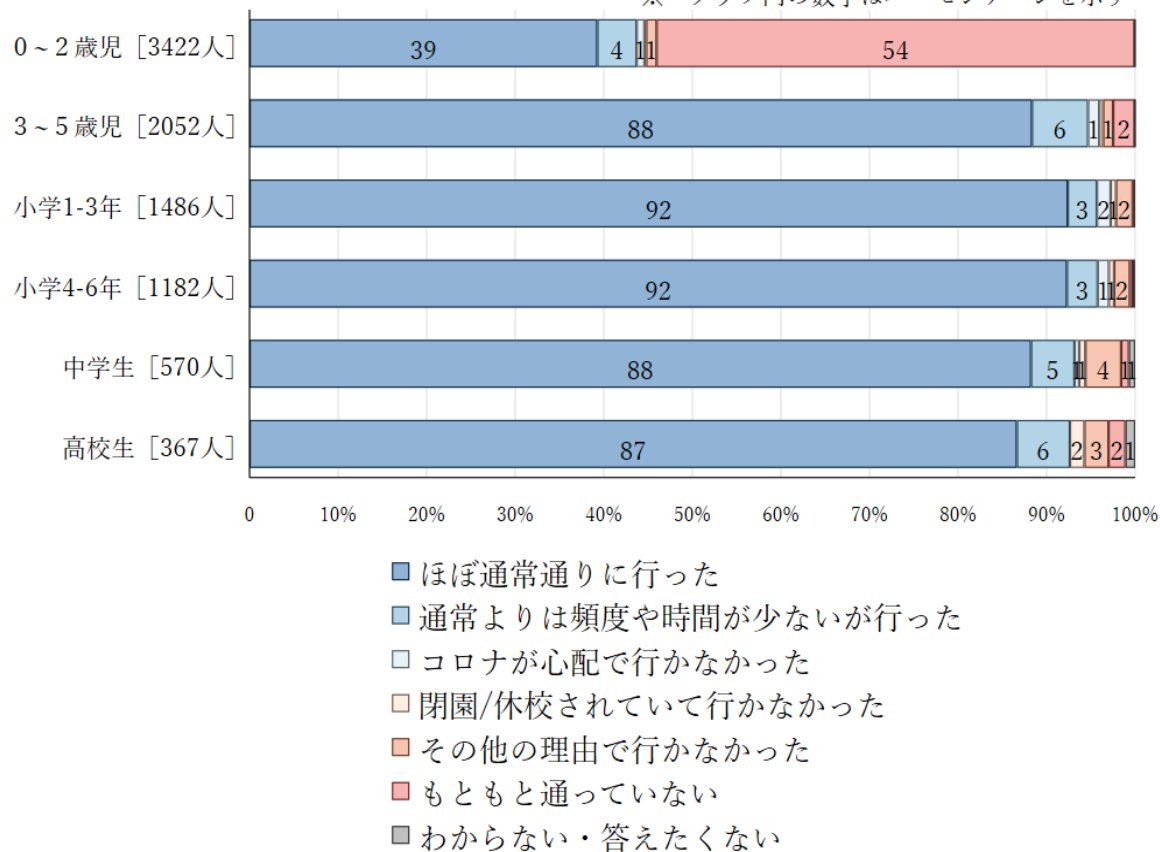
こどもたちの生活の状況

登校・登園の状況

さいきん1週間、お子さまは保育園・託児所や幼稚園／学校に行きましたか？もっともあてはまるものを選んでください。



※ グラフ内の数字はパーセンテージを示す

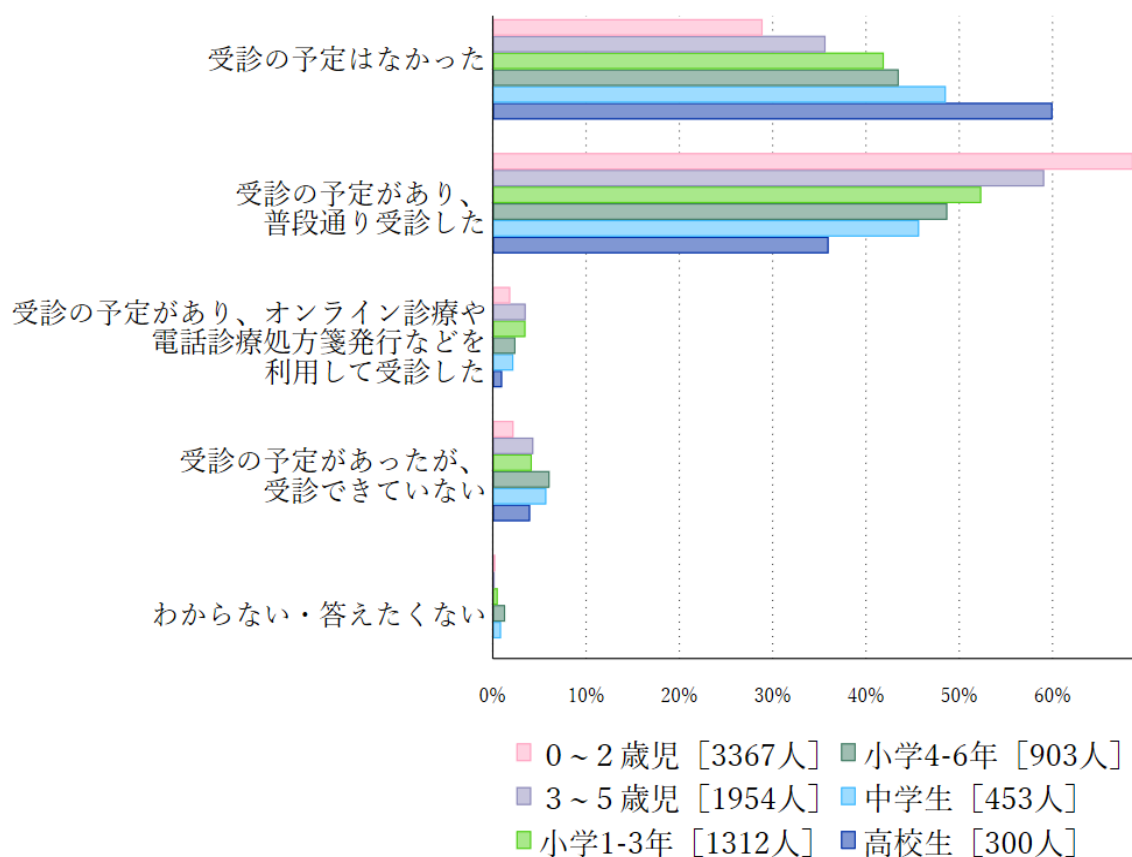


もともと通園・通学している人のうち90%が「ほぼ通常通りに行った」と回答した。

医療関連

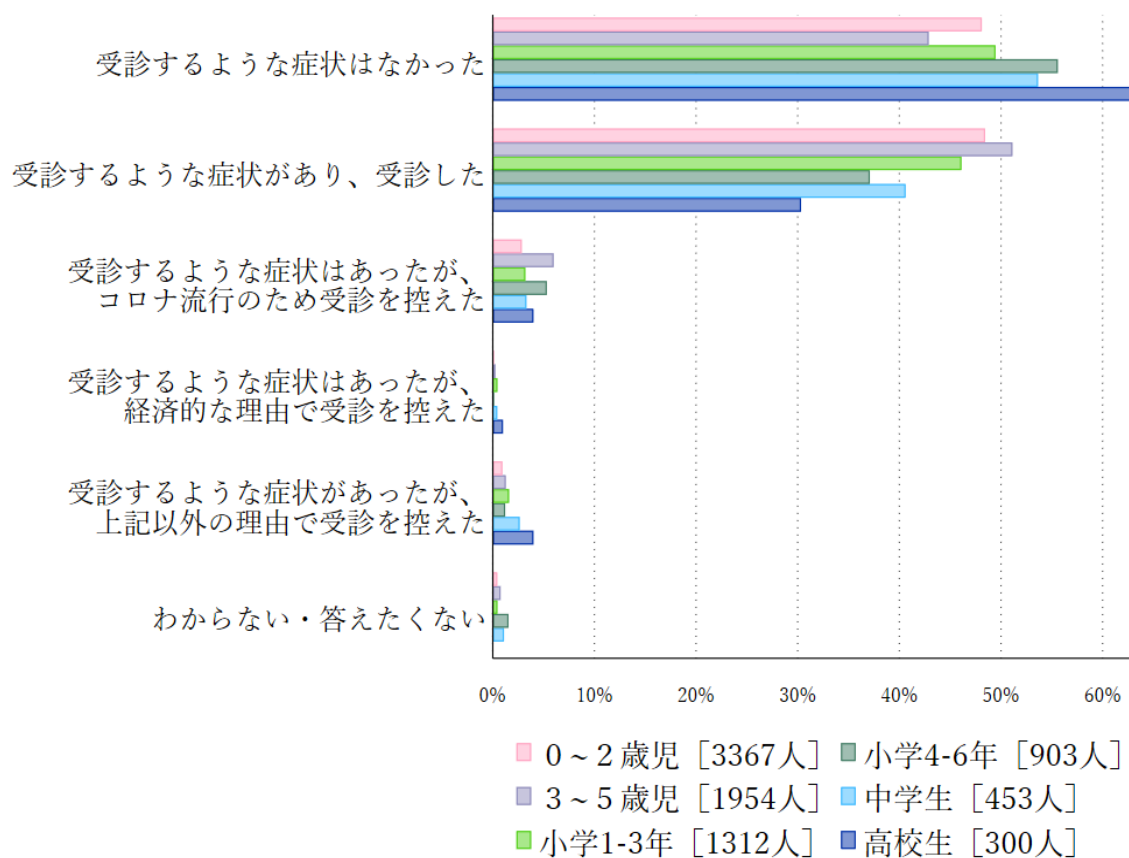
乳幼児健診・予防接種・予定受診

保護者 この1ヶ月間に、予防接種や健診、持病の定期受診など、お子さまが医療機関を受診する予定はありましたか？ あった場合はどのように対応しましたか？ あてはまるものを、すべて選んでください。



受診の予定があった人のうち、受診できていない人の割合は、4%だった。

保護者 この1ヶ月間に、お子さまは、医療機関を受診するような症状がありましたか？あった場合に受診を控えることはありましたか？あてはまるものをすべて選んでください。

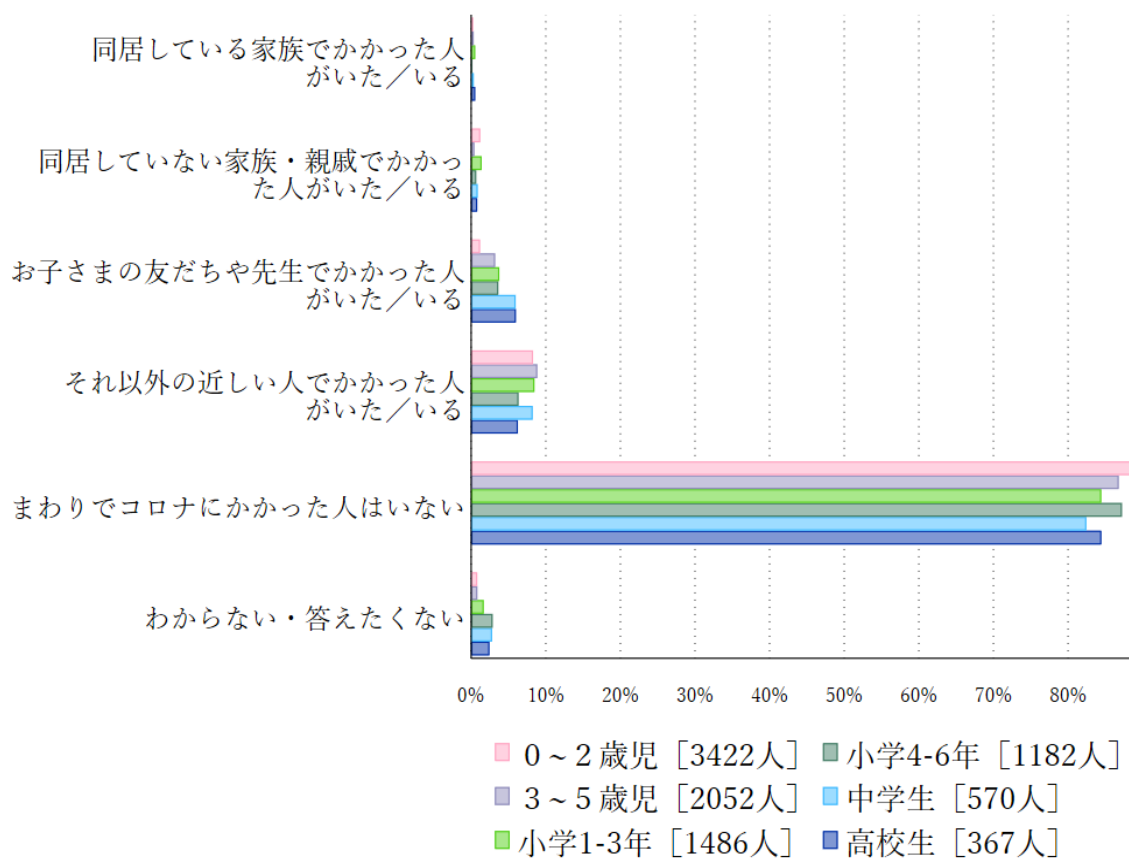


受診するような症状があった人のうち、コロナ流行のため受診を控えた人の割合は、4%だった。

新型コロナウイルス関連

身近なコロナウイルス感染者

あなたの家族や友だちでコロナにかかった人はいますか？あてはまるものをすべて選んでください。

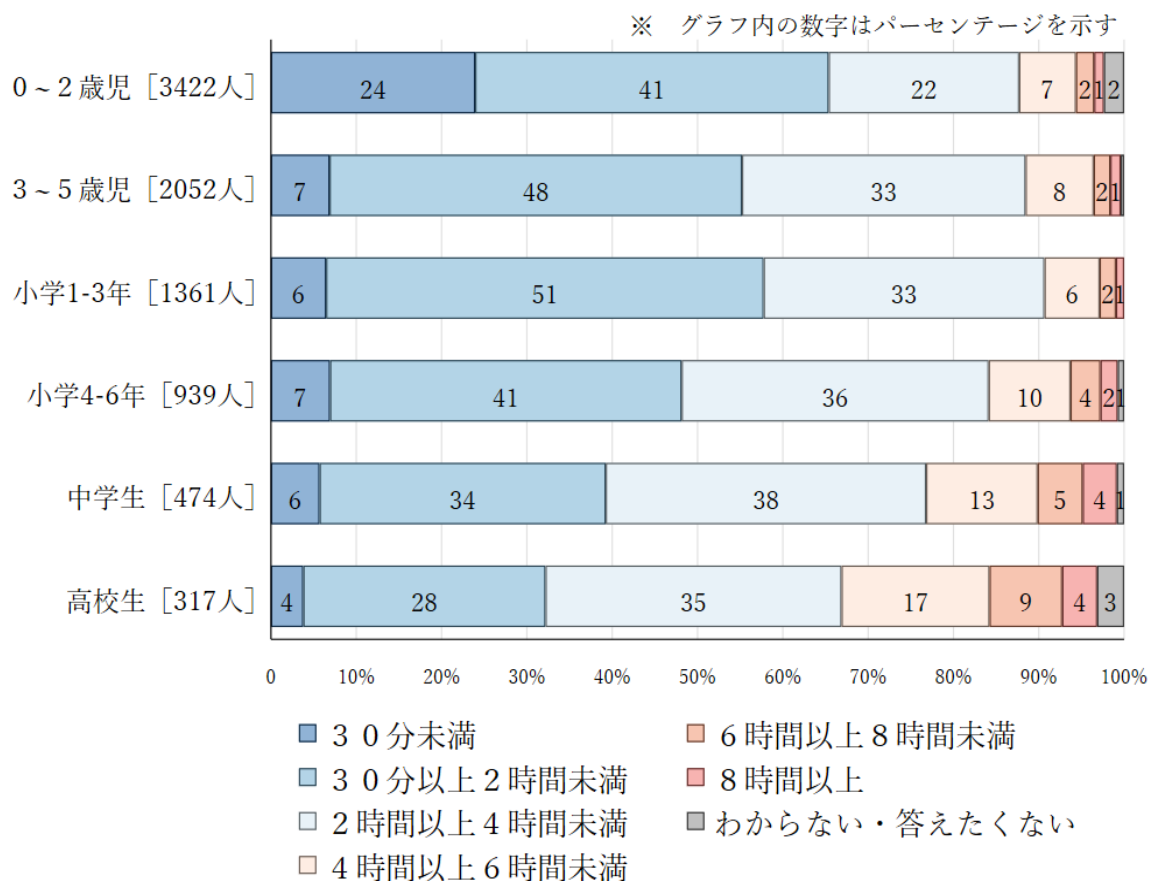


「まわりでコロナにかかった人はいない」と回答した人は87%であった。

スクリーンタイム・デジタル教育・生活リズム

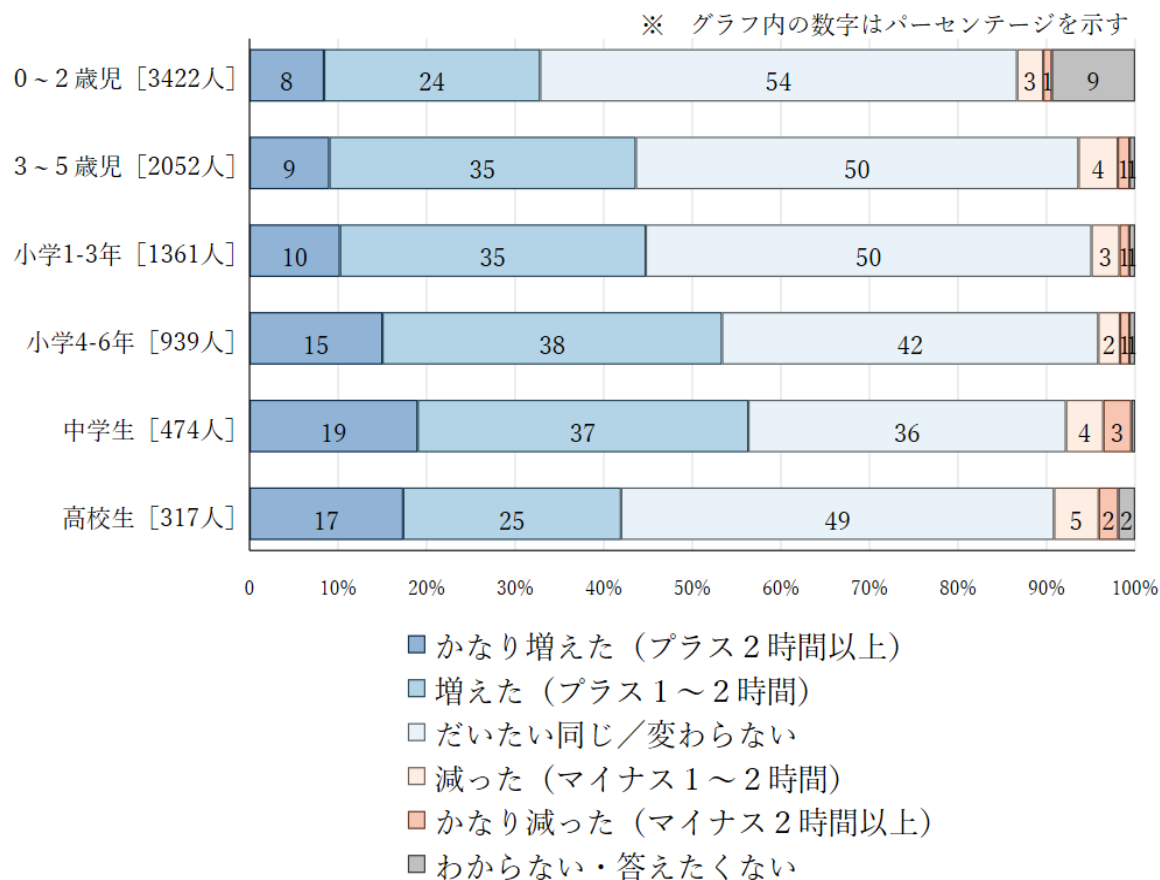
スクリーンタイム

保護者 さいきん1週間、お子さまは「1日あたり」どのくらい、テレビやスマホ、ゲームなどを見ていましたか？（勉強は含みません）



「2時間以上」と回答した人は42%であった。

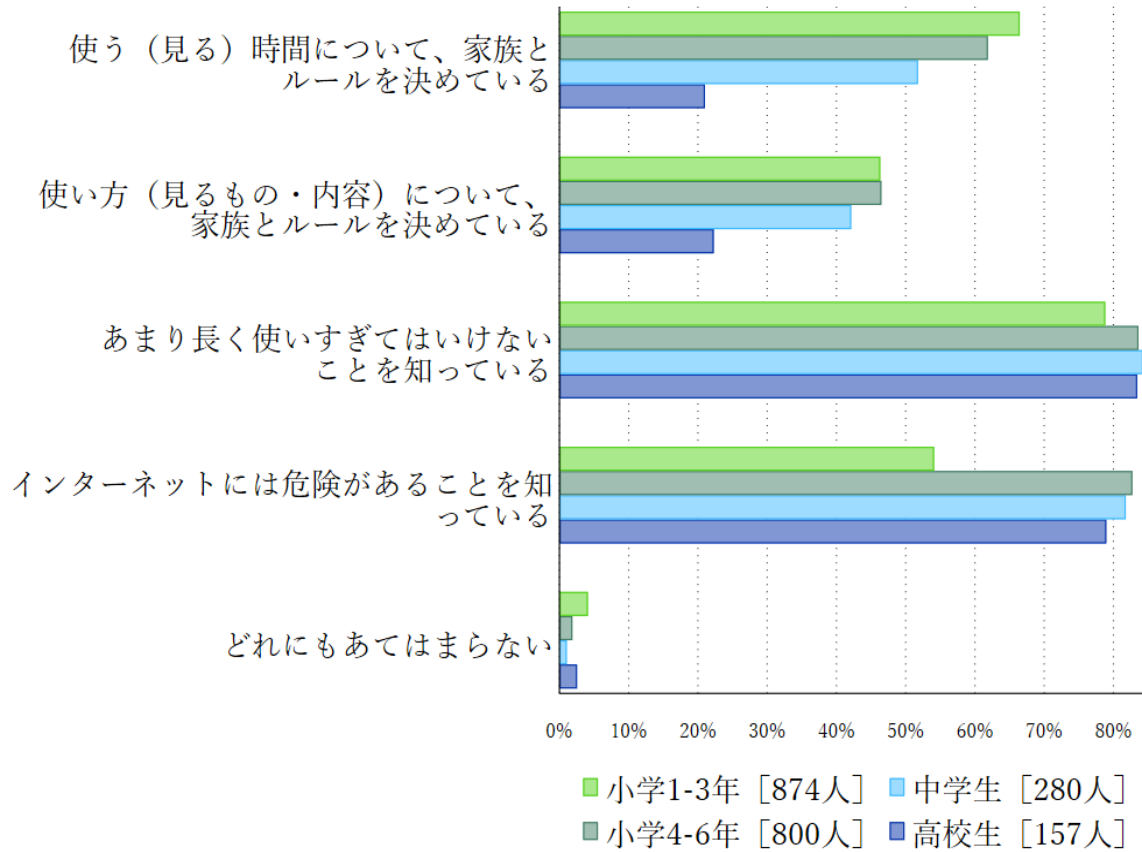
保護者 2020年1月と比べて、お子さまが「1日あたり」テレビやスマホ、ゲームなどを見ている時間は変わりましたか？（勉強は含みません）



「増えた (プラス1~2時間)」「かなり増えた (プラス2時間以上)」は41%であった。

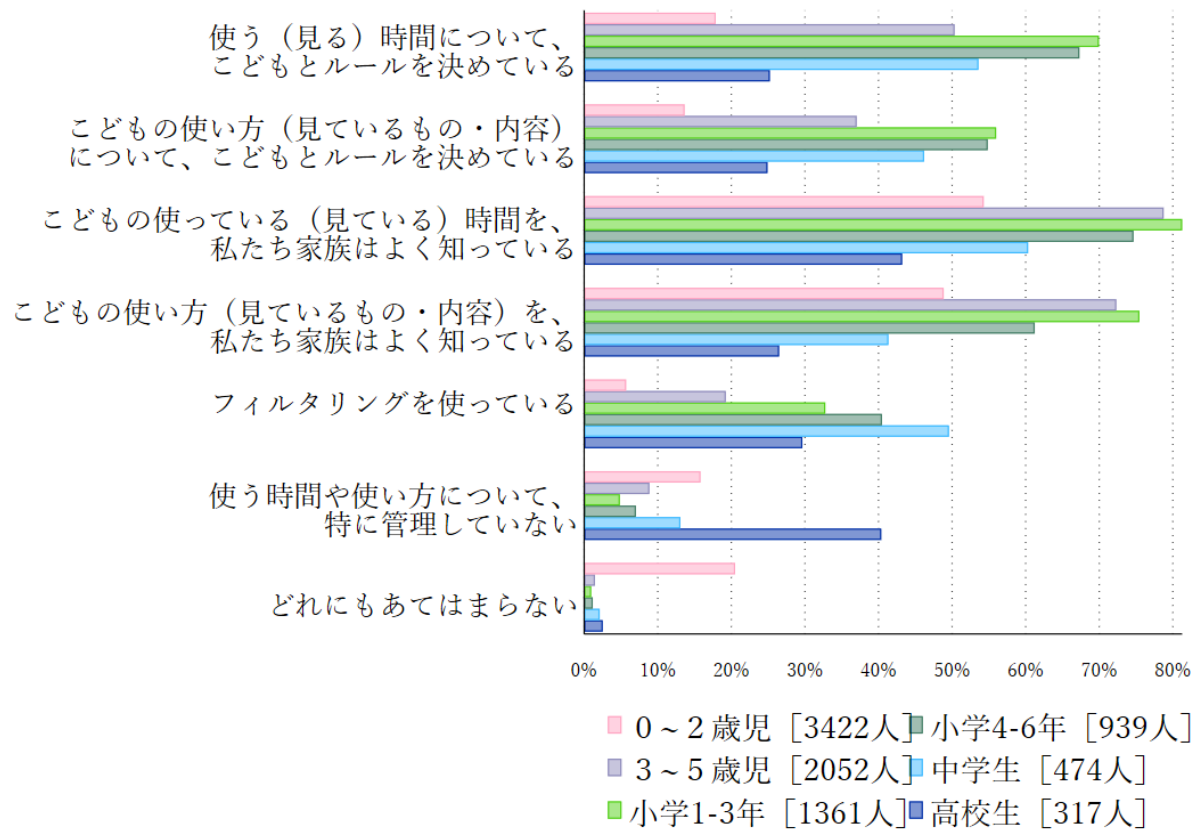
デジタル教育

【子ども】テレビやスマホ、ゲームなどについて、あなたにあてはまるものをぜんぶえらんでください。



こどもの回答では、「使う（見る）時間について、家族とルールを決めている」は59%、「使い方（見るもの・内容）について、家族とルールを決めている」は44%であった。

保護者 お子さまがテレビやスマホ、ゲームなどを使う（見る）ことについて、あなたにあてはまるものをすべて選んでください。

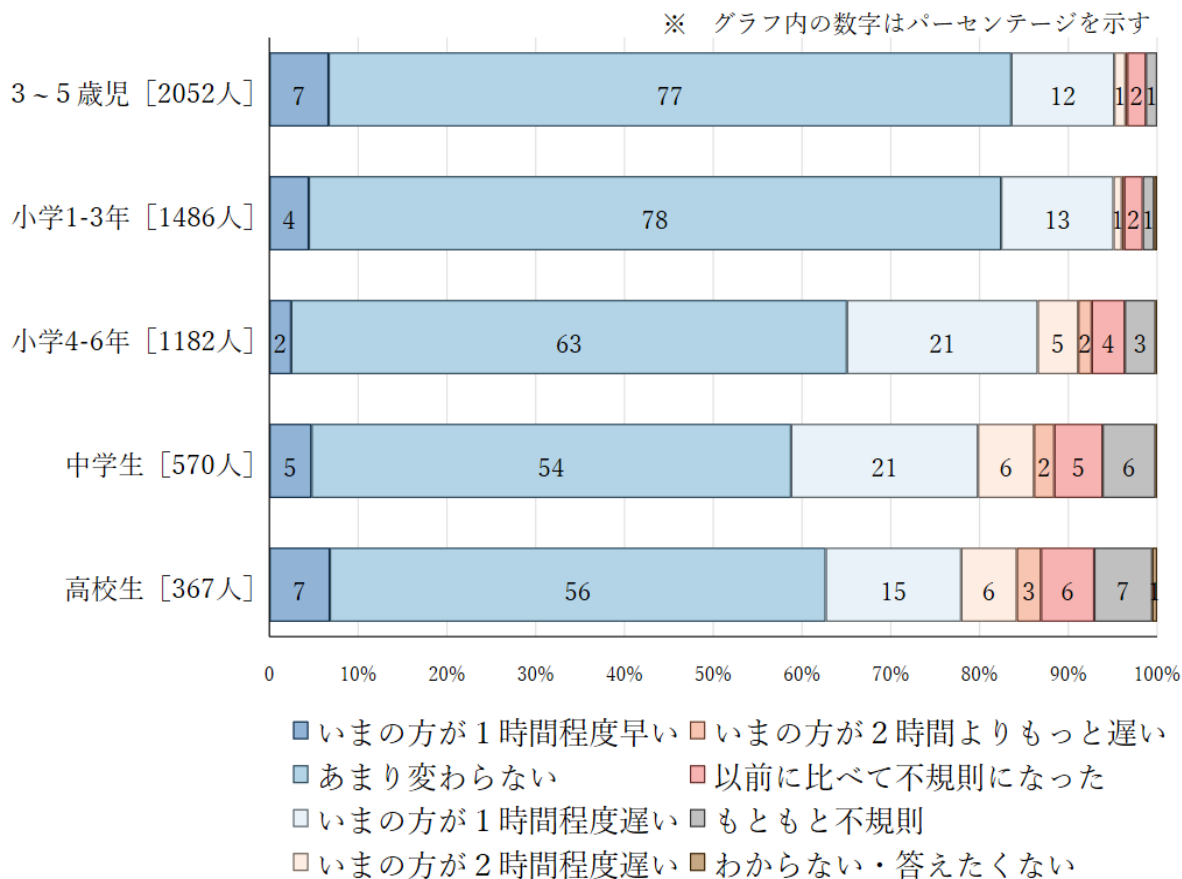


保護者の回答では、「使う（見る）時間について、子どもとルールを決めている」は、42%、「使い方（見るもの・内容）について、子どもとルールを決めている」は33%であった。また、「使う時間や使い方について、特に管理していない」保護者も、12%おり、「フィルタリングを使っている」と回答した保護者は20%にとどまった。

生活リズム

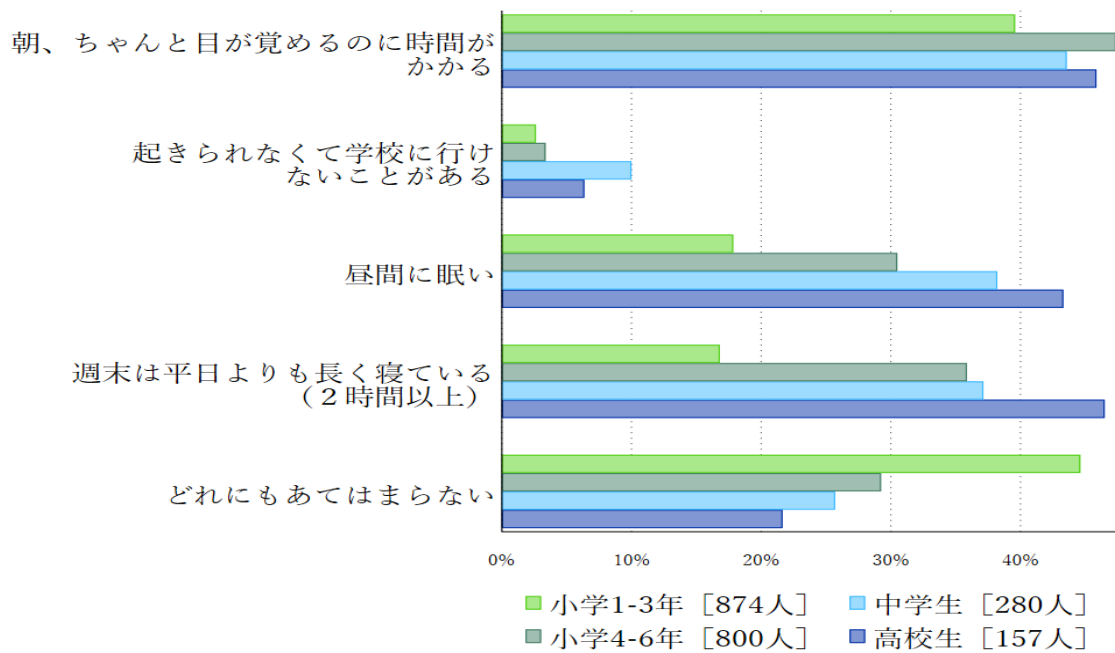
子ども 去年（コロナの前）とくらべて、夜ねる時間（じかん）は変わりましたか？

保護者 2020年1月（コロナ流行前）と比べて、お子さまの就寝時刻は変わりましたか？

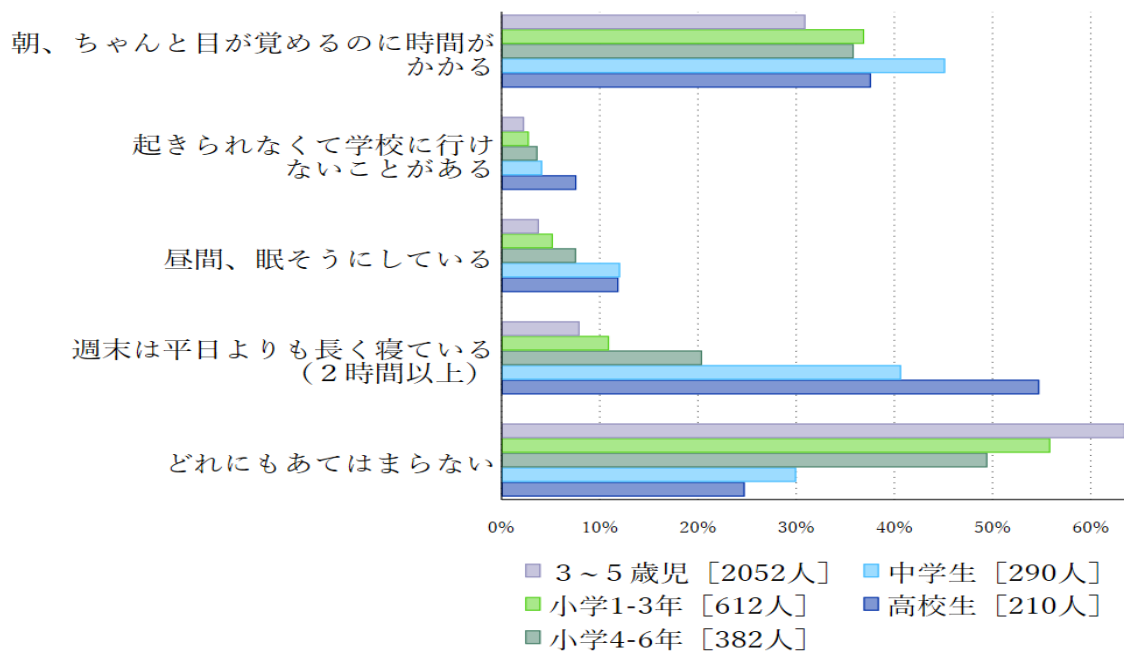


「いまの方が1時間程度遅い」は、15%、「いまの方が2時間程度遅い」「いまの方が2時間よりもっと遅い」は、合わせて4%で、「以前に比べて不規則になった」は、3%であった。

こども あなたの眠り（ねむり）に、あてはまるものをすべて選んでください。



保護者 お子さまの眠りについて、あてはまるものをすべて選んでください。

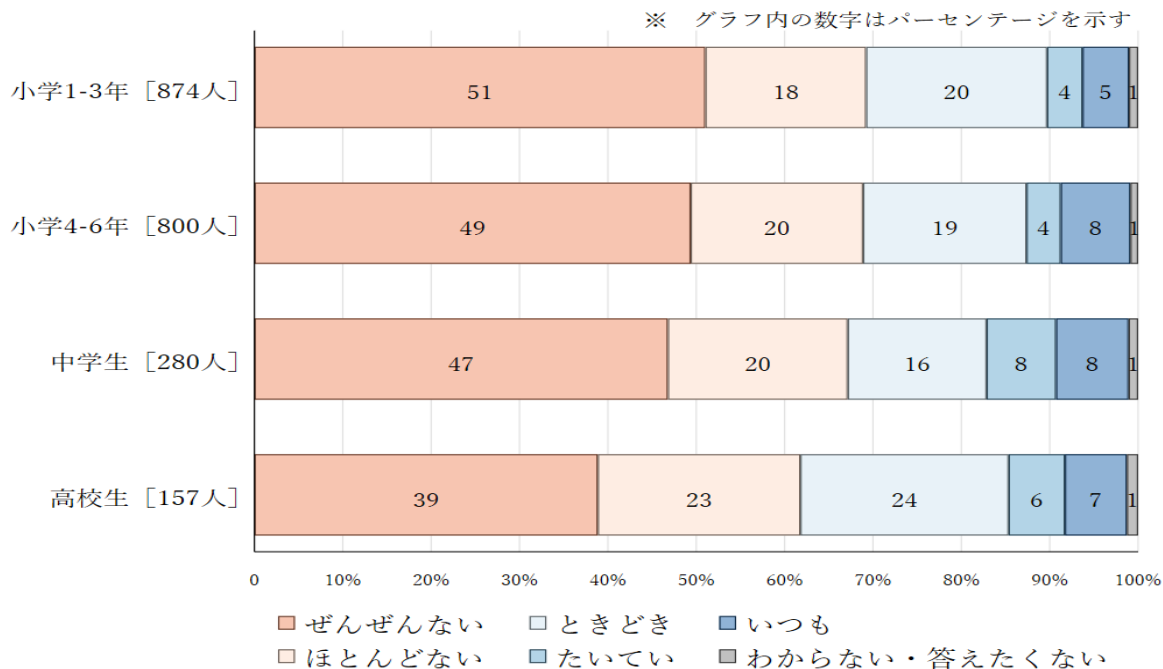


「朝、ちゃんと目が覚めるのに時間がかかる」は、こどもの回答では44%、保護者（未就学児の保護者を含む）の回答では34%であった。こどもの回答では、「昼間に眠い」は27%、保護者（未就学児の保護者を含む）の回答では「昼間、眠そうにしている」は6%だった。

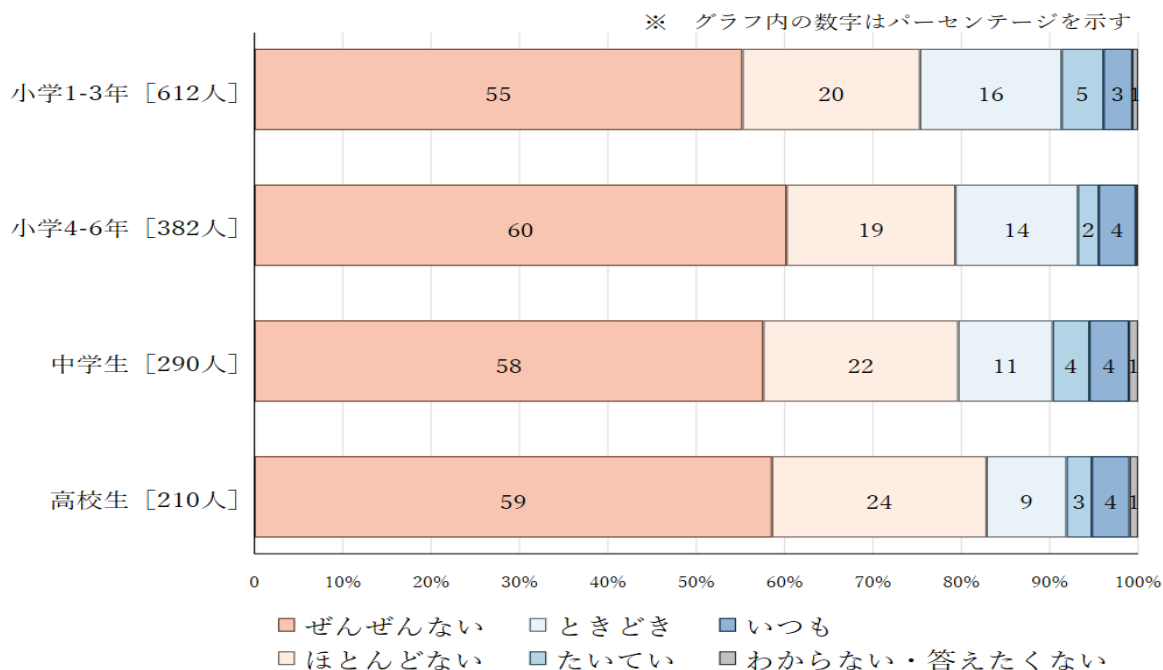
学校・勉強

学校

子ども さいきん1週間、学校に行きたくないことがありましたか？



保護者 さいきん1週間、お子さまは学校に行きたくない様子がありましたか？

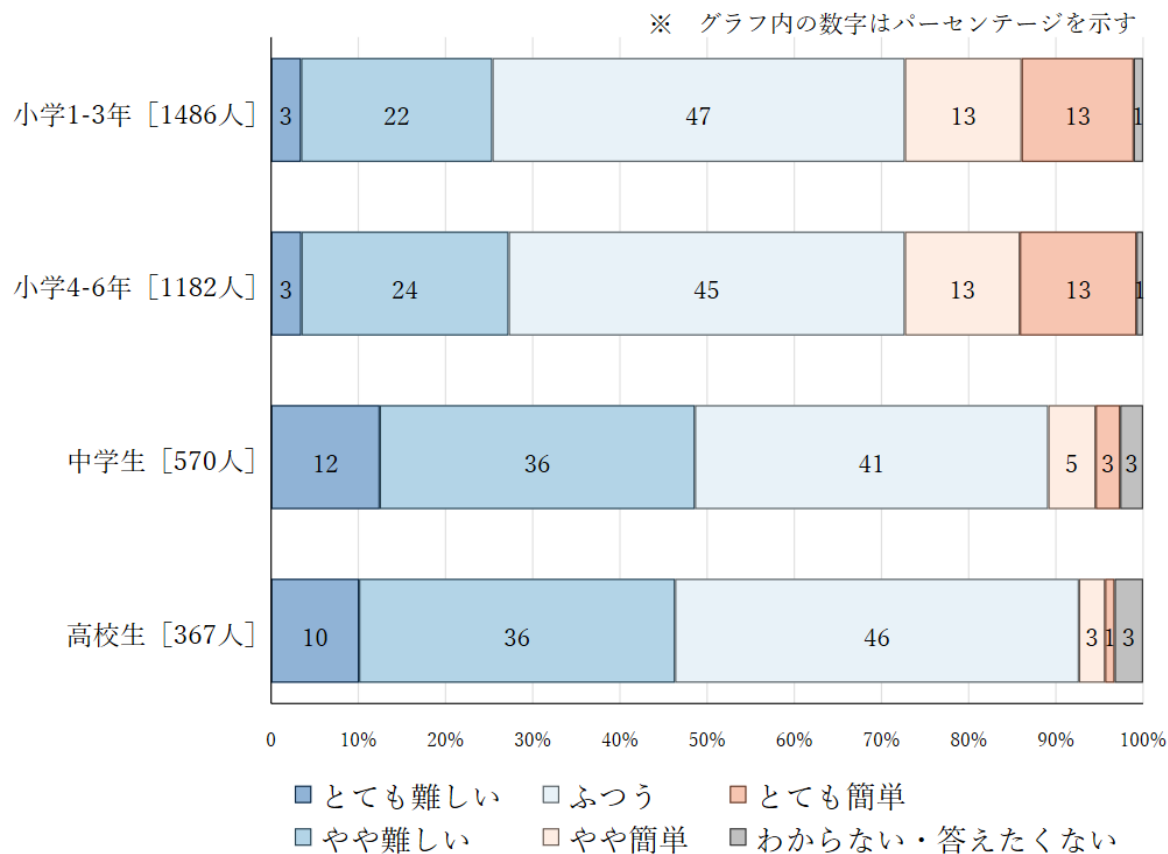


こどもの回答では、「ときどき」は19%、「いつも」「たいてい」は合わせて11%であった。保護者の回答では、「ときどき」は13%、「いつも」「たいてい」は合わせて8%であった。

勉強

子ども 学校の勉強は どうですか？

保護者 お子さまは学校の勉強を どう感じている様子ですか？



「とても難しい」「やや難しい」が合わせて、小学生で26%、中高生で48%であった。

こどもたちの生活の質（3～17 歳）

生活の質（QOL; Quality of life）

日本語版「KINDL^R」尺度（小学生版・中学生版・幼児親用・小中学生版親用）により、「精神的健康」及び「自尊感情」の2領域について、こどもたちのQOLを測定した。

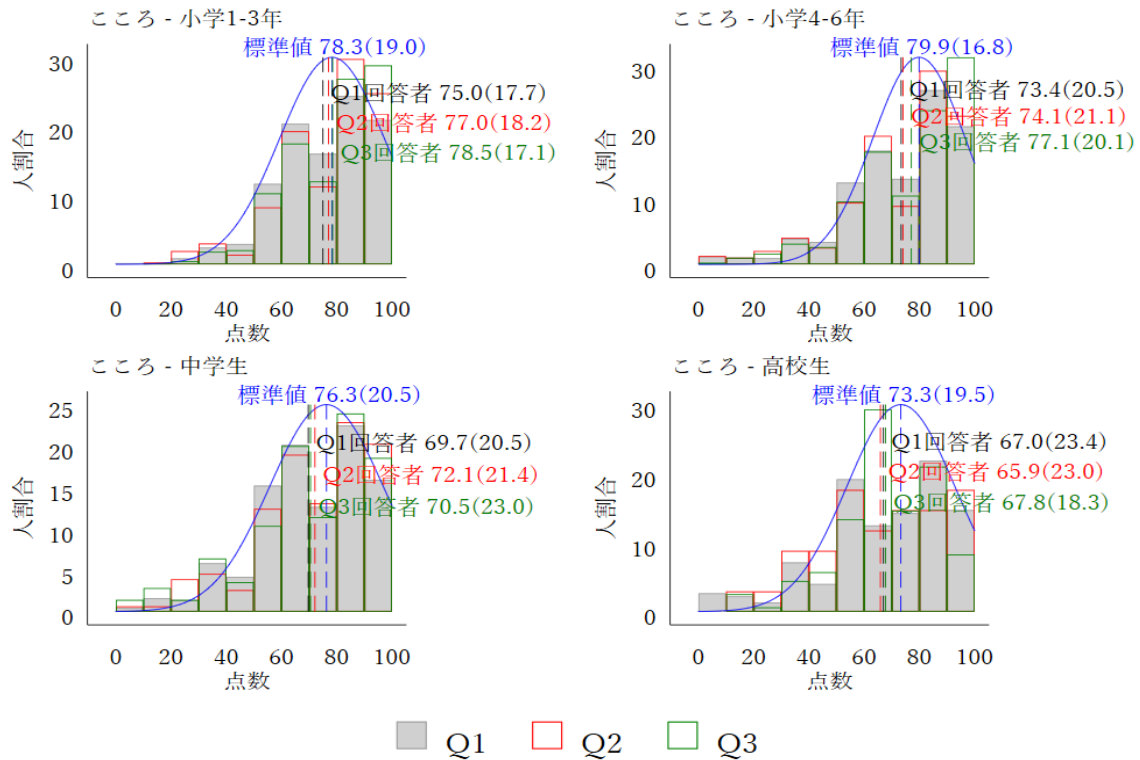
各4項目ずつ、計16項目に対して、この1週間の状態を、<ぜんぜんない、ほとんどない、ときどき、たいてい、いつも>の5段階で回答してもらい、各領域0～100点に換算している。（高得点ほどその領域のQOLが高いことを意味する。）

次ページからのグラフは、年齢/学年層別に作成されている。グラフ内の青色曲線は、先行する日本の調査*によって示された標準の平均点と標準偏差をもとに正規分布を仮定して描いた参考分布を表している。また、これまでの各調査ごとの平均点について、第1回調査を黒色、第2回調査を赤色、第3回(今回)調査を緑色の破線で、また、グラフ内の数値は「平均点（標準偏差）」を示している。なお、それぞれの調査回答者はその都度異なるため、調査と調査を単純に比較することはできない。このため、解釈には注意が必要である。

*聖心女子大学論叢. 第122集. 2014年1月; 27-52

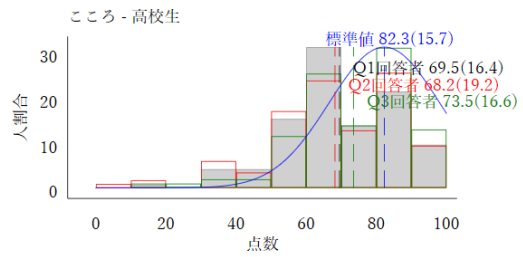
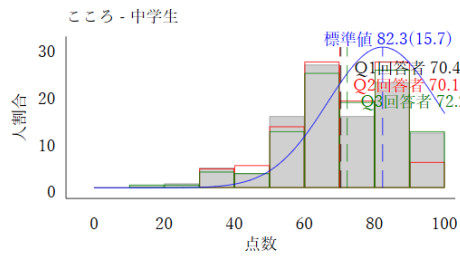
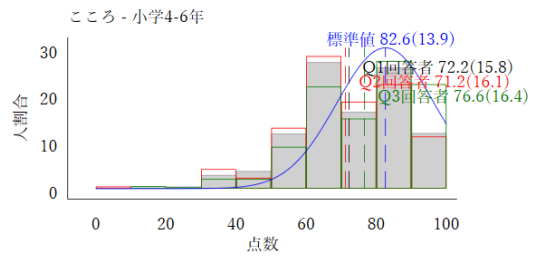
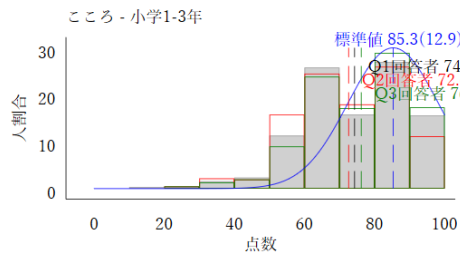
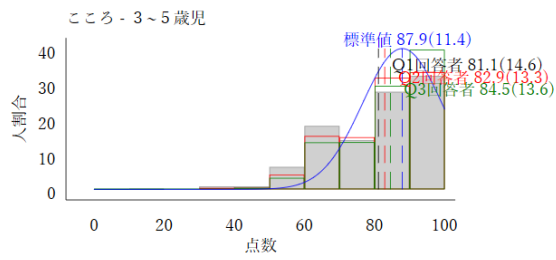
精神的健康

こども



こども回答における精神的健康は、小学生・高校生では、第1・2回調査時より平均点が高くなっていた。中学生では、第2回調査時より低くなっていた。

保護者

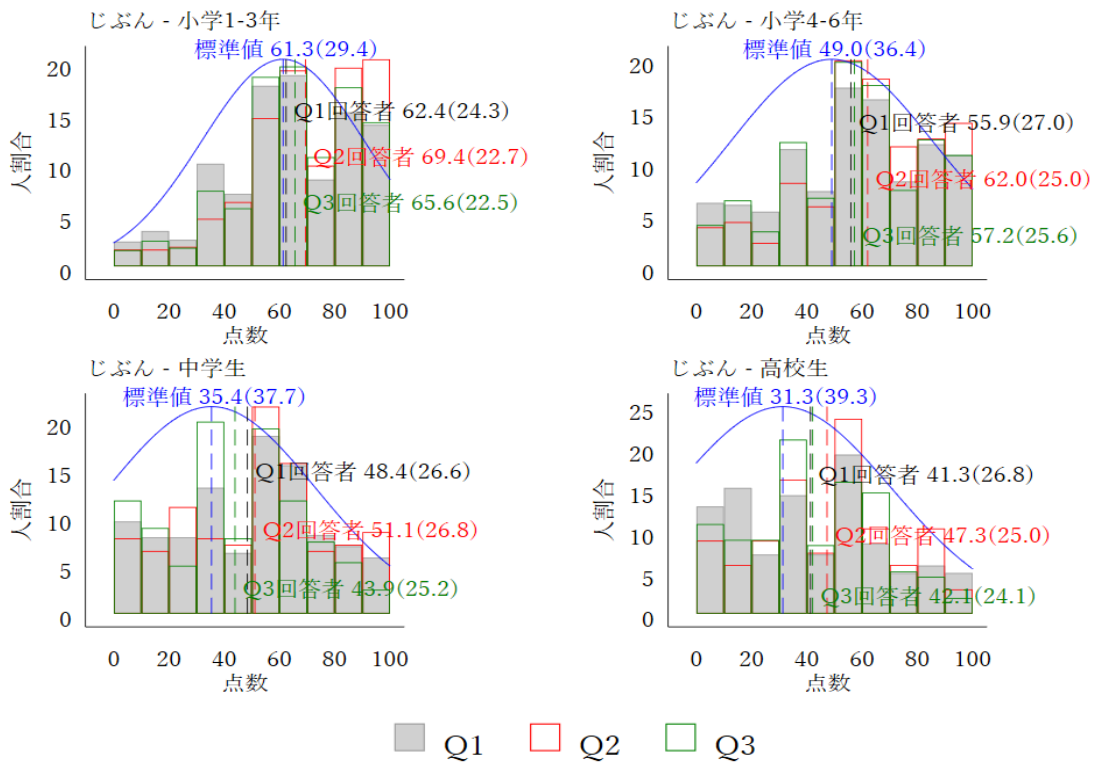


■ Q1 □ Q2 □ Q3

保護者回答における精神的健康は、全年齢群で、第1・2回調査時よりも今回（3回目）調査の方が平均点が高かった。

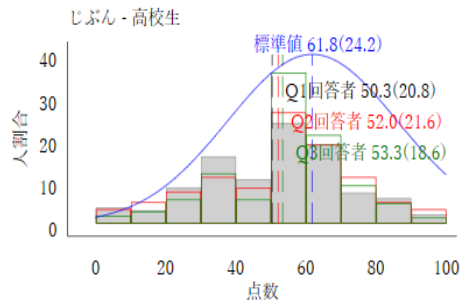
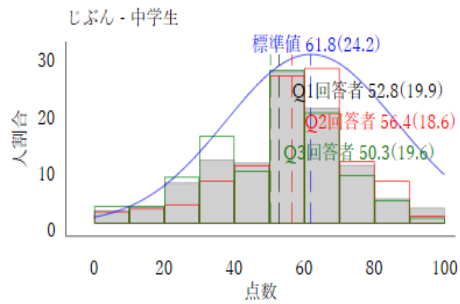
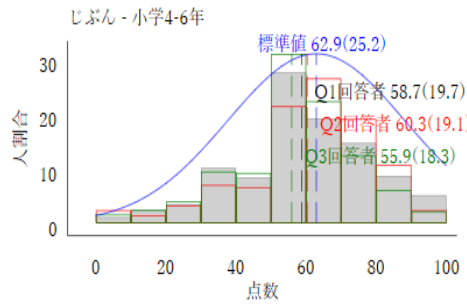
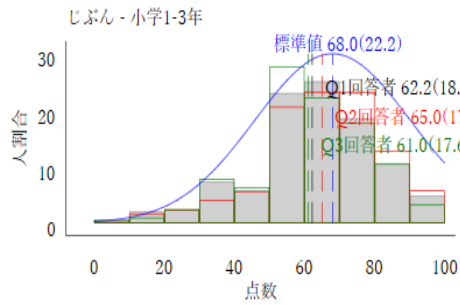
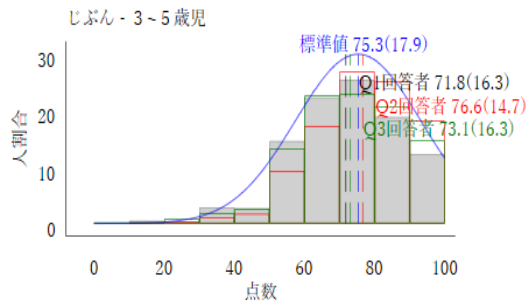
自尊感情；自己肯定感

こども



こども回答における自尊感情は、全年齢群で、第2回調査時よりも今回（3回目）調査のほうが平均点が低かった。

保護者



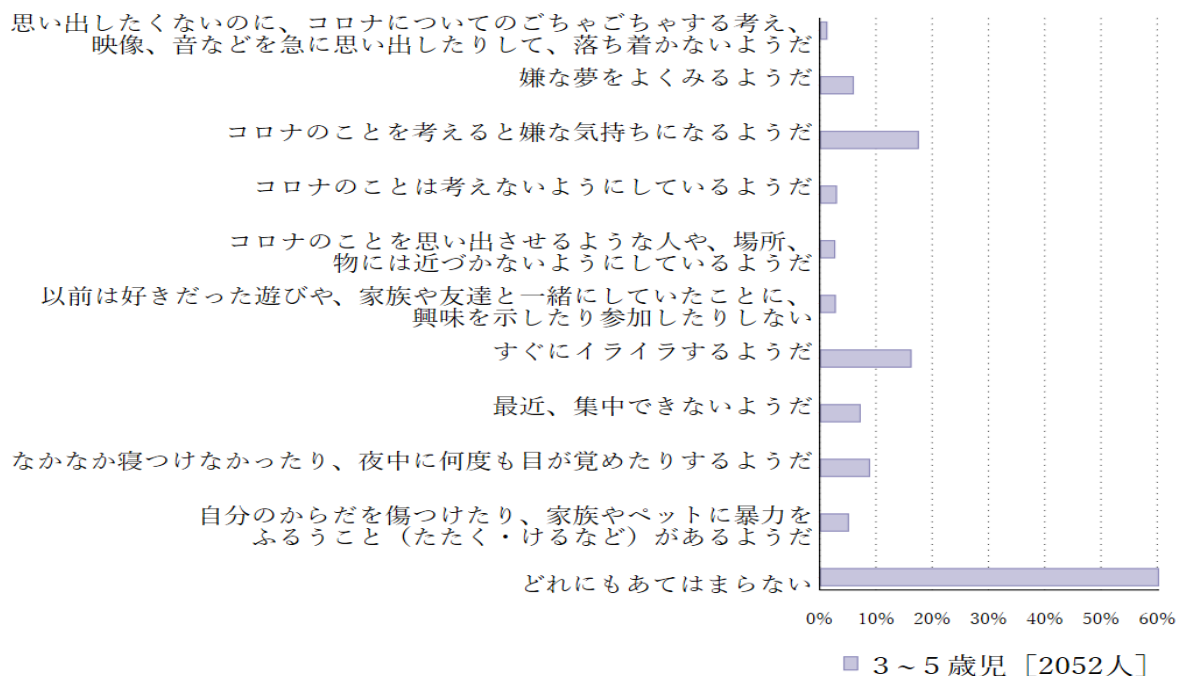
■ Q1 □ Q2 □ Q3

保護者回答における自尊感情は、全年齢群で第1・3回調査時より2回目調査の平均点が高かった。

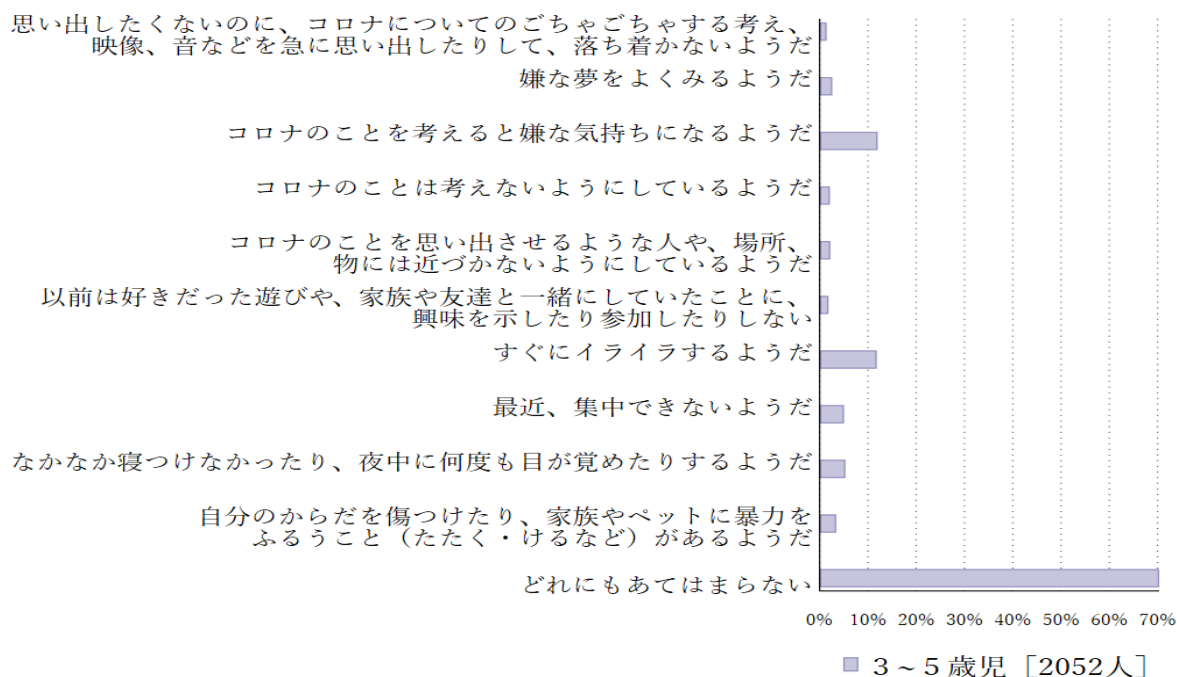
ストレス反応

症状（お子さまが3-5歳児の場合）

保護者 さいきん1ヶ月の、あなたのお子さまにあてはまるものをすべて選んでください。



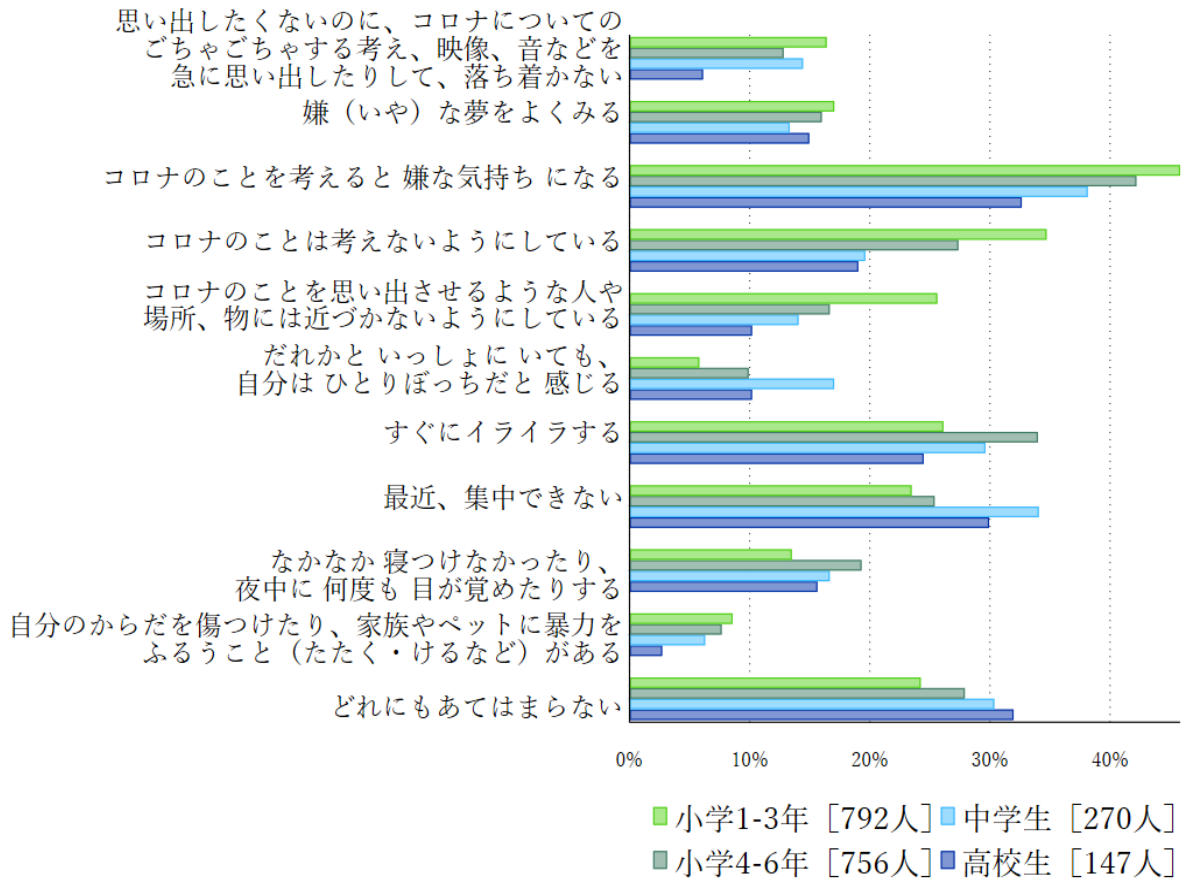
保護者 上のうちで、1ヶ月以上続いているものをすべて選んでください。



未就学児の保護者の回答全体では、こどもが「コロナのことを考えると嫌な気持ちになるようだ」は、18%で、これが1か月以上続いているとした保護者は、12%だった。

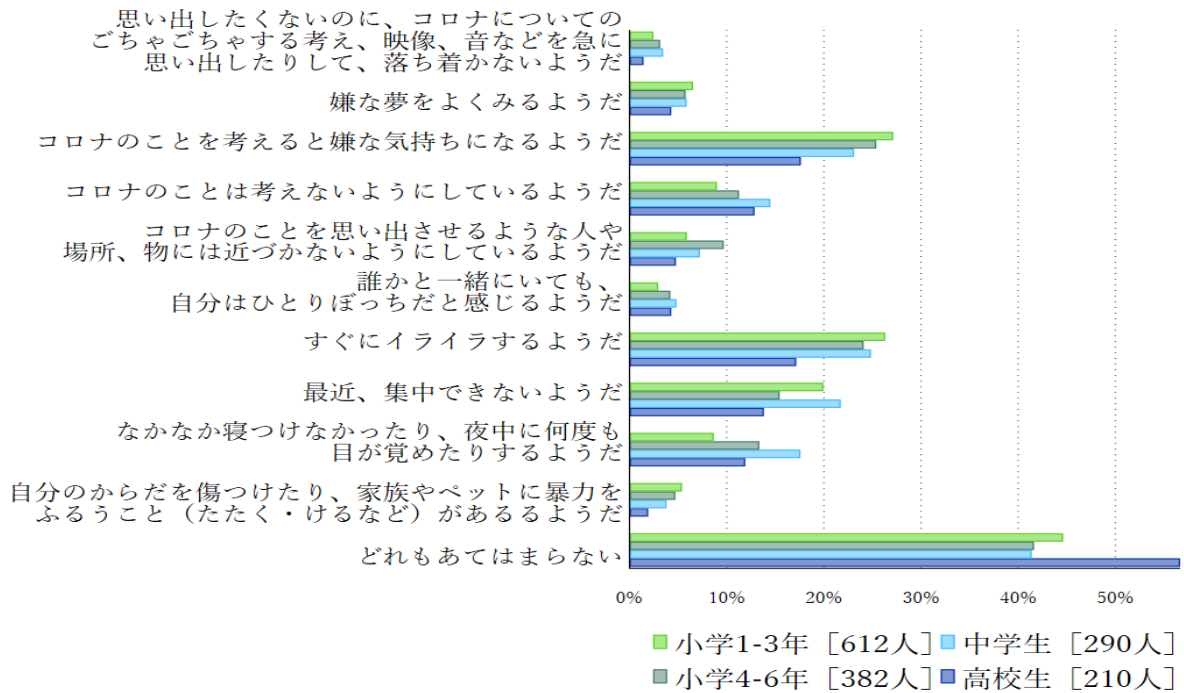
症状（お子さまが小学生以上の場合）

（こども）さいきん1ヶ月の、あなたにあてはまるものをすべて選んでください。

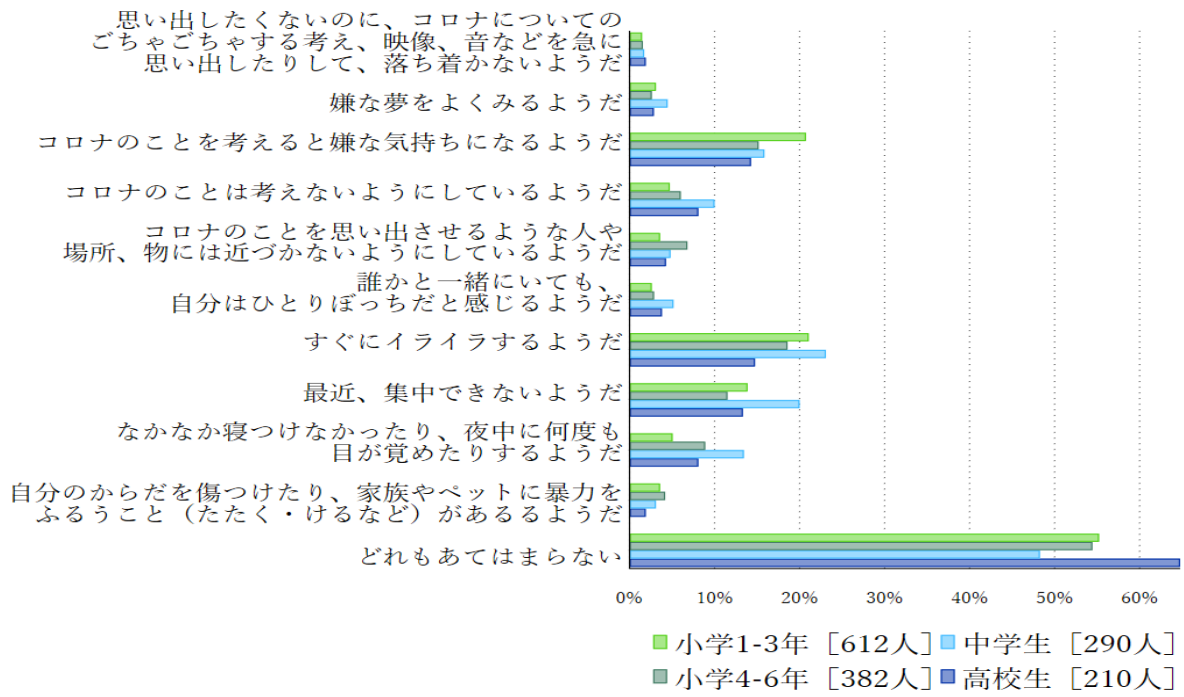


小学生以上のこどもによる回答全体では、42%が「コロナのことを考えると嫌な気持ちになる」を選択した。また、「すぐにイライラする」は30%、「最近集中できない」は26%であった。いずれか1つ以上のストレス反応を選択したこどもは、こども回答全体で、73%であった。

保護者 さいきん1ヶ月の、あなたのお子さまにあてはまるものをすべて選んでください。



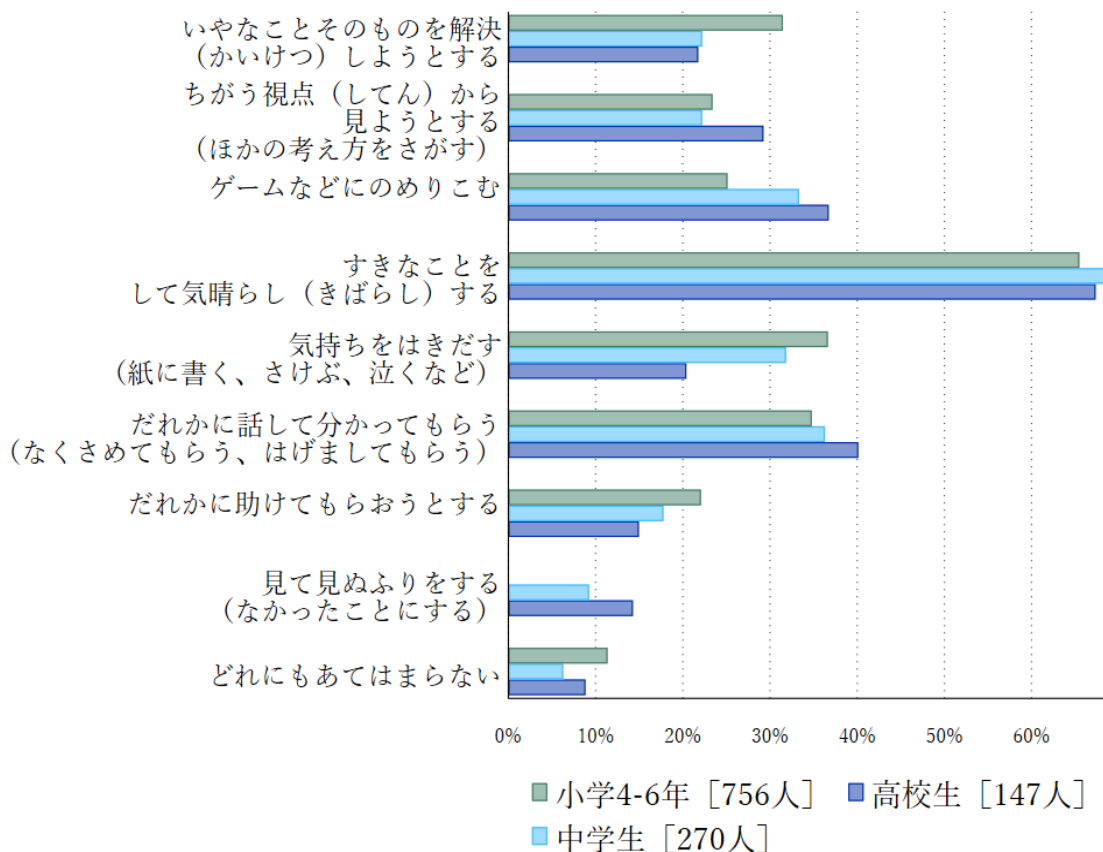
保護者 上のうちで、1ヶ月以上続いているものをすべて選んでください。



小学生以上の保護者の回答全体では、こどもが「コロナのことを考えると嫌な気持ちになるようだ」は25%、「すぐにイライラするようだ」は24%、これが1か月以上続いているとした保護者は、前者が17%、後者は20%であった。

ストレス対処行動（コーピング）

こども とてもしゃなことや困ったことがあり、気持ちがしずんだり、イライラしたりした時に、あなたがよくやっていることを、すべて選んでください。



こども回答では、ストレス対処行動で最も多かったのは「すきなことをして気晴らし（きばらし）する」で、66%であった。そのほかのストレス対処行動は4割以下にとどまり、保護者回答よりもやや少ない傾向だった。参照 p.51

ストレス対処行動（コーピング）に関する4コマ漫画

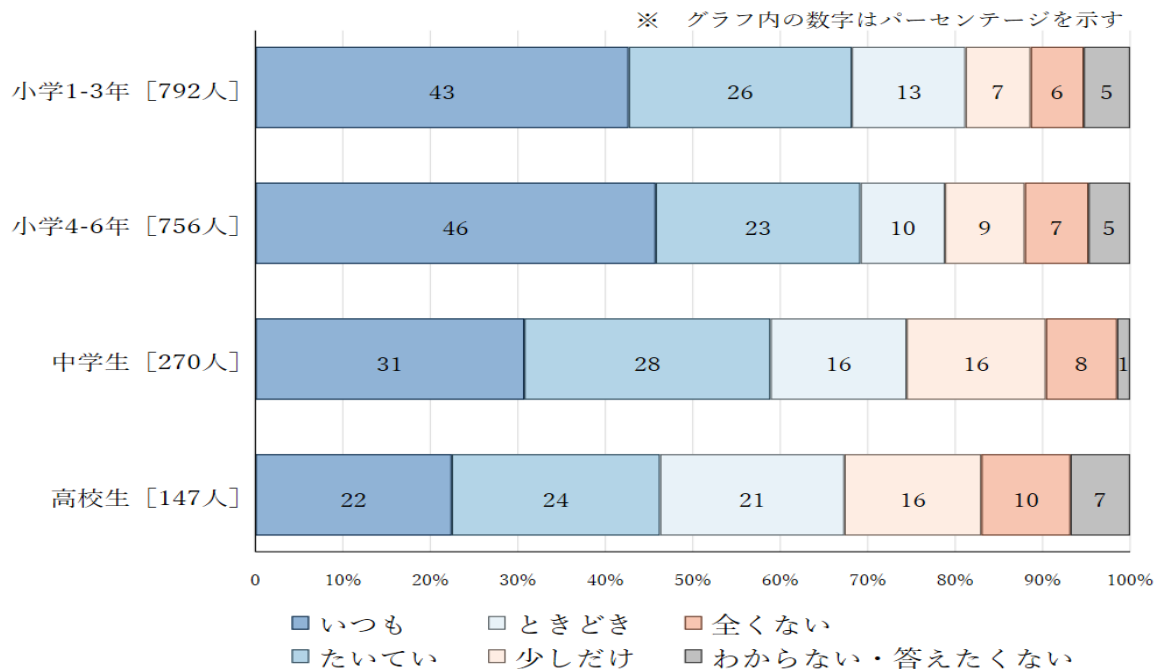
前ページの「ストレス対処行動（コーピング）」設問の後には、こども・保護者ともに次の4コマ漫画を読んでいた。



子どもの権利 ～こどもたちの声は反映されているか～

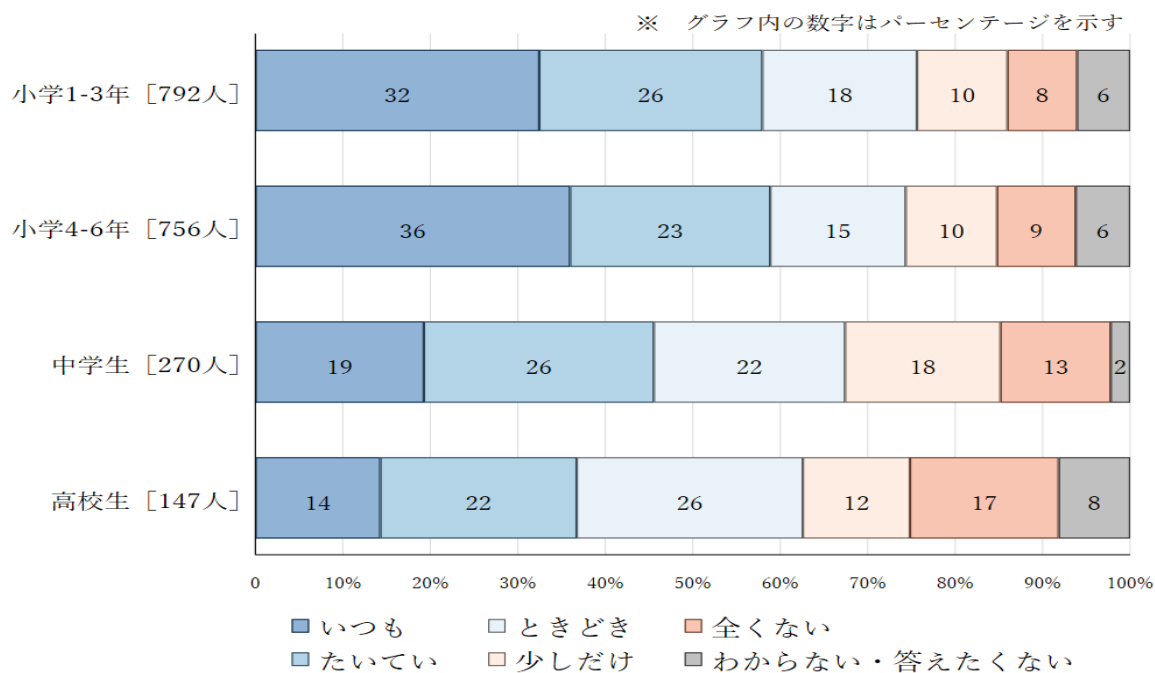
学校

こども 学校生活（授業・宿題・行事など）を変える理由を、わかりやすく教えてくれる。



「全くない」は 7%、「ときどき」「少しだけ」は、合わせて 23%であった。

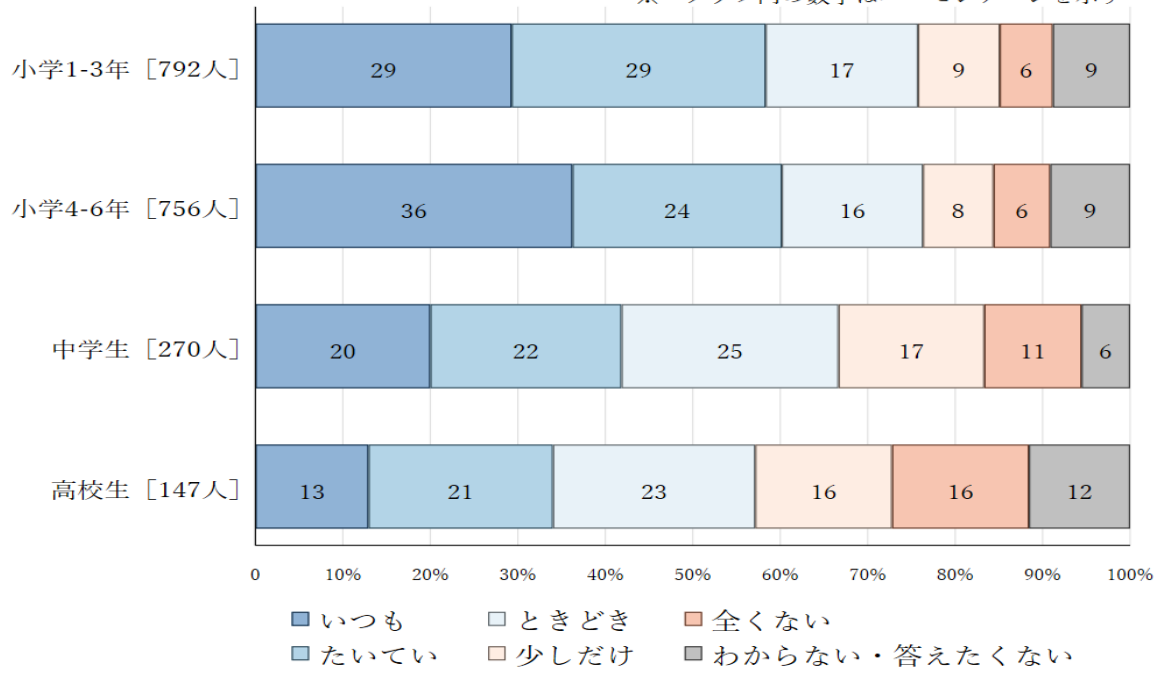
こども 私が考えを話せるように、質問したり確かめたりしてくれる。



「全くない」は 10%、「ときどき」「少しだけ」は、合わせて 30%であった。

こども 私の考えや気持ちを伝えたとき、それを取り入れようとしてくれる。

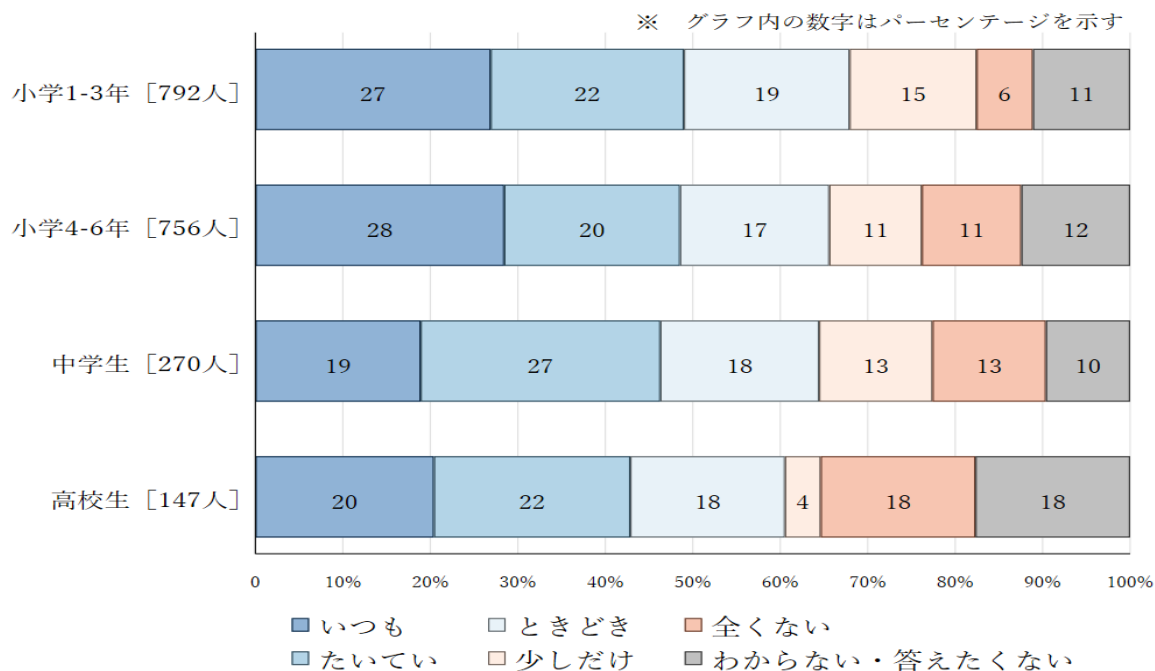
※ グラフ内の数字はパーセンテージを示す



「全くない」は8%、「ときどき」「少しだけ」は、合わせて29%であった。

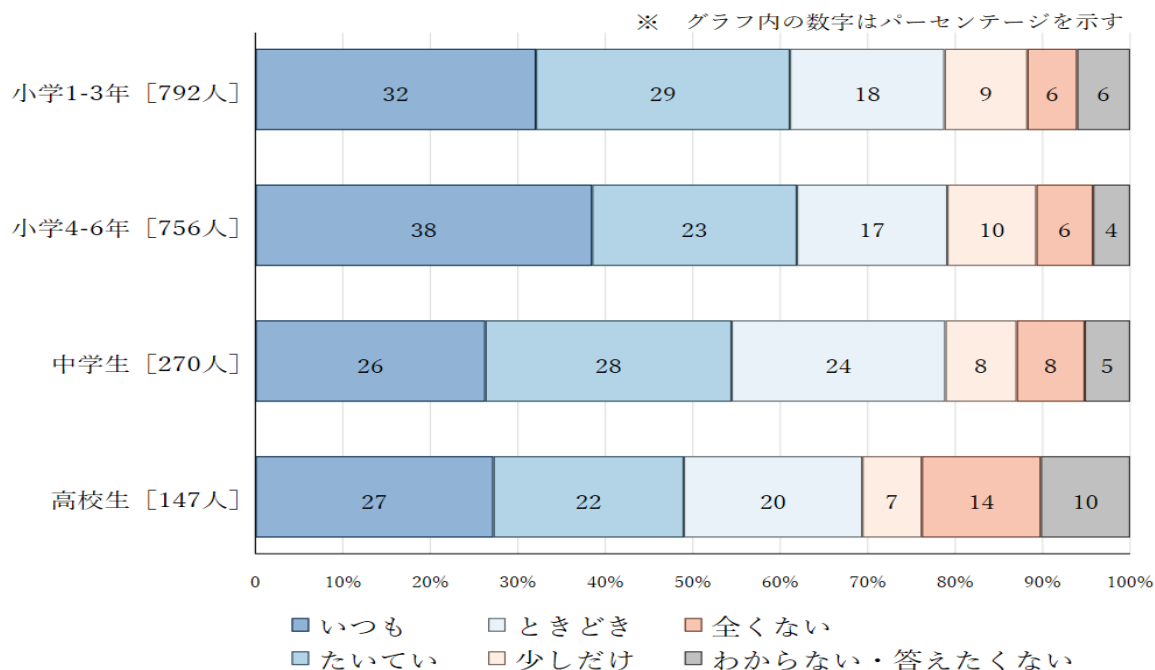
家庭

子ども おうちでの過ごし方を変える理由を、わかりやすく教えてくれる。



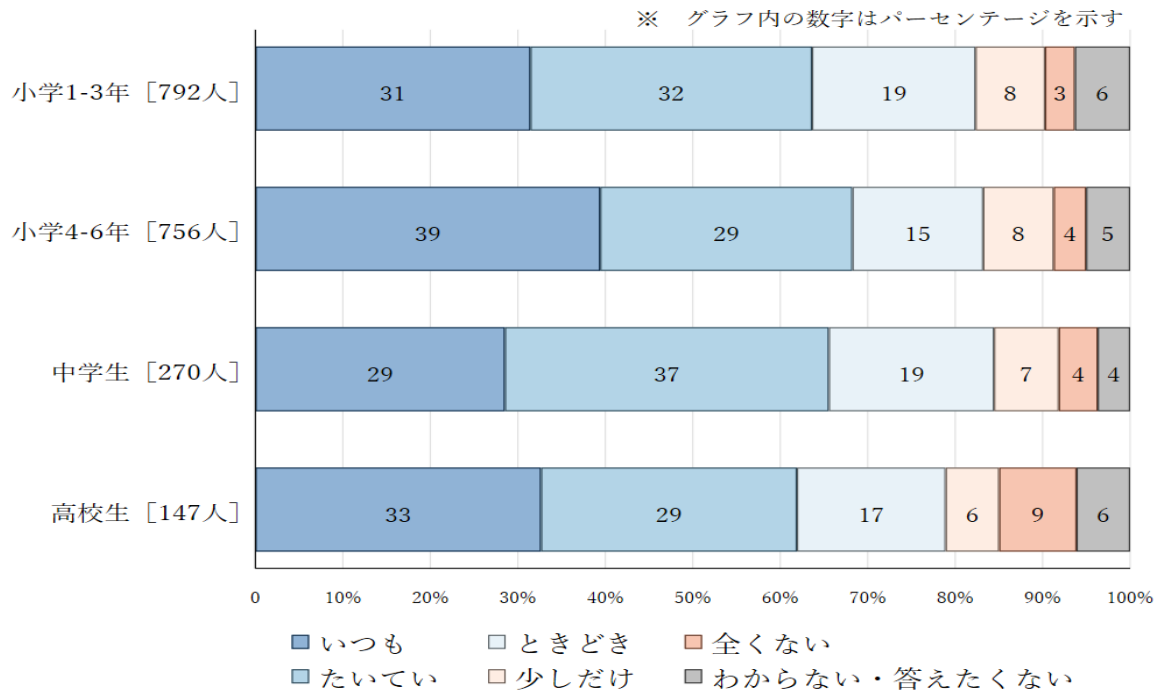
「全くない」は10%、「ときどき」「少しだけ」は、合わせて30%であった。

子ども 私が考えを話せるように、質問したり確かめたりしてくれる



「全くない」は7%、「ときどき」「少しだけ」は、合わせて28%であった。

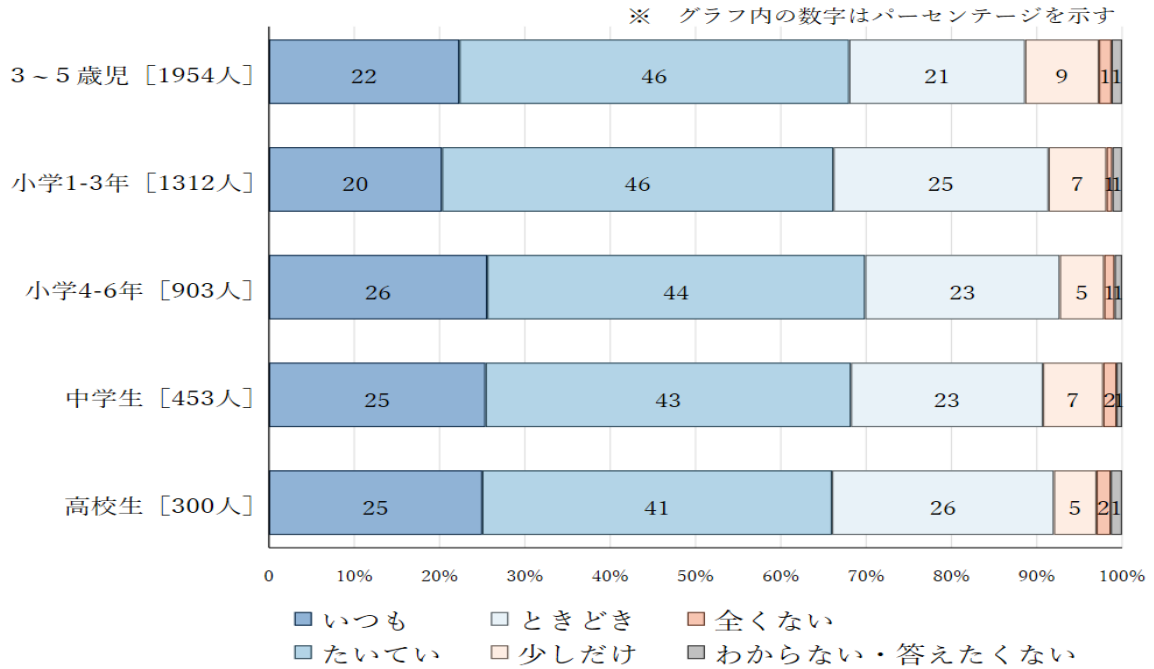
こども 私の考えや気持ちを伝えたとき、それを取り入れようとしてくれる。



「全くない」は4%、「ときどき」「少しだけ」は、合わせて25%であった。

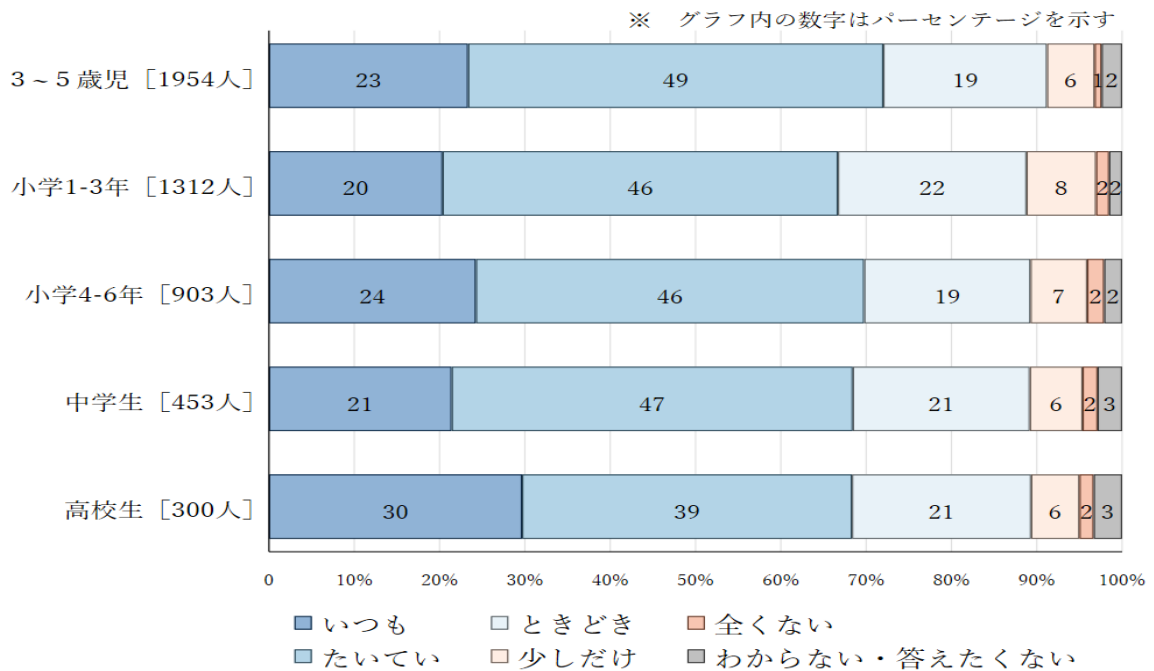
家庭（保護者回答）

保護者 こどもが知りたいこと、こどもに役立つことがあれば、さまざまな情報をこどもに示している。



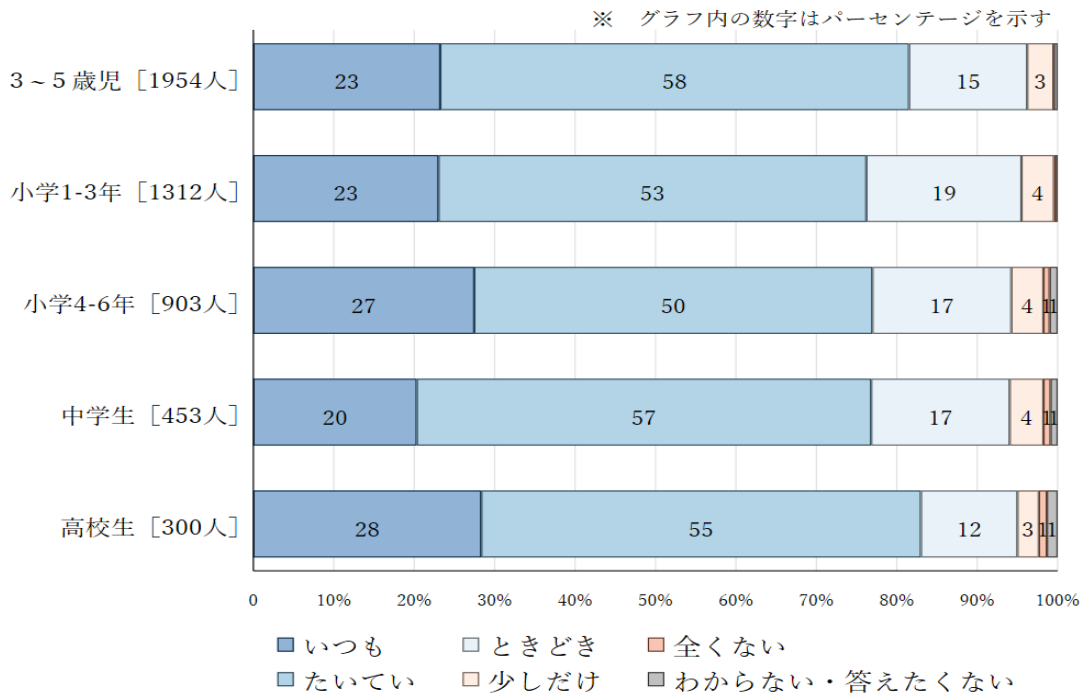
「全くない」は 1%、「ときどき」「少しだけ」は、合わせて 30%であった。

保護者 こどもが自由に考えを話せるように工夫している



「全くない」は 1%、「ときどき」「少しだけ」は、合わせて 27%であった。

保護者 子どもの考えや気持ちをできるだけ尊重し、取り入れようとしている



「ときどき」「少しだけ」は、合わせて20%であった。

こどもの意見を反映するには

自由記載

ここでは、すべて **こども** の回答を集計した。

おうちや学校で、あなたが考えや気持ちを話したり、話したことを取り入れてもらうためには、どのようにすればいいと思いますか？誰がどのようなことをしてくれたらいいと思いますか？

自由記載で尋ねた。記載された内容をカテゴリー別にまとめて抽出し、以下に記述する。

(※たくさんの回答をいただいたため、紹介できるのは一部のみになっています。)

みんな (不特定 or 不明) に対して

【話す・伝える】

- ・自分が気持ちや考えをきちんと伝える (男児/小学5年生/埼玉県)
- ・てがみをかく (男児/小学1年生/福岡)
- ・困った事があったら、話せる時間を、さがして、はなす (女児/小学4年生/新潟)
- ・積極的に諦めなかったらいいと思う。また、相手も納得できるような事を考える。(女児/小学6年生/岡山)
- ・自分が提案して言えばいい (女児/高校1年生 (15歳相当) /千葉)
- ・たくさん話をする (女児/小学1年生/広島)
- ・自分から伝える。家族など身近にいる人が声をかけてくれればいい。(女児/小学5年生/北海道)
- ・自分から人にゆってそれで…それおゆった人と色々その事に対して、話し合う。(男児/小学3年生/兵庫)
- ・理由をしっかりと伝える。反対の提案をするときは、賛成側のことも考えて伝える。(女児/小学2年生/埼玉)

【話をよく聴いてくれる・優しくしてくれる】

- ・相手が、無視しないで言葉を返すといい (男児/小学4年生/埼玉)
- ・話を聞いてくれる人は、からかったりうざがったりしないでちゃんと聞いてほしい (女児/中学3年生/東京)
- ・ちゃんと話をさえぎらないで聞いてほしいとおもいます。(女児/小学4年生/佐賀)
- ・話を最後まで聞いてくれる時間がほしい。僕たちの意見もたくさんある。(男児/小学3年生/茨城)
- ・やさしくゆっくりと、お話を聞いてほしい。(女児/小学2年生/東京)
- ・みんなに話を聞いてもらう (男児/小学4年生/岐阜)

【関係性・機会・環境をつくる・ほしい】

- ・子供がはっきりと意見を言える場所をつくって欲しい。（女兒/小学5年生/宮城）
- ・一人一人にアンケートなどを実施すると良いと思います。（女兒/小学6年生/東京）
- ・じかんをきめて話をきいてほしい（男児/小学3年生/大阪）
- ・もっとチラシやポスターを、県や市などで作れば良いと思います。作ればもっとみんなが、ちゃんと話してくれたり、関心を持ってくれると思うからです。（女兒/小学5年生/広島）
- ・何でもかんでもコロナのせいにして中止するのが当たり前になっていて、でもそれをおかしいと言っではいけない雰囲気になっている。コロナだから何もやらないということが思いやりではなくて、考えの違う人の意見を聞くのが本当の思いやりだとわかってほしい。（男児/小学6年生/北海道）
- ・そうだが、出来る所を作ってみるといいなと思います。（女兒/小学2年生/福岡）

【自分が相手の話をよく聴く・優しくする】

- ・否定から入らず「そういう考えもあるのだ」と、1回受け止める。（女兒/高校1年生（15歳相当）/愛知）
- ・相手の話もきちんと聞き、尊敬の念を忘れないようにする事。自分が中心だと思わず、このような大変な時もみんな頑張っているのだと思う優しい心を持つこと。寛容さ。（女兒/高校3年生（17歳相当）/東京）
- ・しっかりその人の悩み事を聞いてあげる（女兒/小学5年生/兵庫）
- ・自分以外の人の考えや気持ちも聞く。（女兒/小学5年生/埼玉）

家族に対して

【話す・伝える】

- ・おやとかに言う（女兒/小学2年生/埼玉）
- ・お父さんとお母さんに話すといいと思います（男児/小学3年生/福岡）
- ・おとなにいう！もっといっしょにいるじかんをふやしてほしい。（女兒/小学1年生/東京）
- ・親とたくさん会話をする。愚痴を言うだけでとてもラクになる。（女兒/小学6年生/兵庫）

【話をよく聴いてくれる・優しくしてくれる】

- ・親が、もっと優しくしてくれたらいい。（女兒/小学4年生/答えたくない・その他）
- ・お母さんがあまり怒らないで欲しい（男児/小学3年生/東京）
- ・おとうさんとおかあさんとわたしとこうかんノートをする（女兒/小学2年生/兵庫）
- ・うちのの人に最後まで話しを聞いて欲しいです（女兒/小学5年生/兵庫）

【関係性・機会・環境をつくる・ほしい】

- ・親がスマホをする時間を減らす（女兒/中学1年生/兵庫）
- ・自分から考えや気持ちを言えないこともあるから、おうちの人や先生が、毎日「今日の心の元気はどうですか？」ってきいてほしい。（男児/小学4年生/埼玉）
- ・家族が言いやすい雰囲気を作ればよいと思う（女兒/高校2年生（16歳相当）/東京）
- ・お父さんやお母さんがもっと優しくなったら話せるようになる（女兒/小学2年生/東京）

【自分が相手の話をよく聴く・優しくする】

- ・大人にも、子供と同じようにストレスが溜まっていると思うから、大人にも寄り添ってあげて大人の心に余裕ができれば、子供のことも考えられるようになると思う。（女兒/小学6年生/鹿児島）

先生・学校に対して

【話す・伝える】

- ・先生に積極的に伝える（男児/小学6年生/東京）
- ・担任だけでなく、何人かの先生と話すの機会を持つ（女兒/高校1年生（15歳相当）/静岡）
- ・〈学校〉モヤモヤボックス(嫌なことを書く)（女兒/小学5年生/東京）
- ・考えた事に、理由を付けて、先生に、お話してみる（女兒/小学5年生/福岡県）
- ・学校で、どうすべきか考えました。
〈取り入れてもらいたいこと〉
生徒会や先生宛に意見ボックスのようなものを作って、それに匿名で書く。またそれを全校朝礼や、クラス学活などの場で話し合う。
〈気持ち〉
スクールカウンセラーの人に話を聞いてもらう。（女兒/中学1年生/東京）
- ・先生と直接話す（男児/小学5年生/兵庫）

【話をよく聴いてくれる・優しくしてくれる】

- ・困ったことを相談したときに、先生がしっかり話をきいてくれたり、注意してくれたらいつも悩みを話せると思う。（女兒/小学3年生/埼玉）
- ・ママは聞いてくれるけど、学校の先生は全く相手にしてくれない。違う話だけど廊下を走ったら先生にすごく怒られるのに先生も全速力で廊下を走っているのを見たことがある。不平等だと思う。大人が言っていると聞く可能性があると思う。でも大人もあまり言おうとしない人が多いと思う（女兒/小学6年生/大阪）
- ・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。（男児/中学1年生/大阪）
- ・具体的に話す。先生がもっと生徒の意見を聞いてそれを取り入れる方針でいく。（女兒/中学3年生/福岡）

- ・先生が優しく『大丈夫?』とってくれると、なんだか安心して先生に今の気持ちを落ち着いて言える (男児/小学6年生/茨城)
- ・自分が言い方を変えてみる 先生も生徒の気持ちになる (女児/中学3年生/埼玉)

【関係性・機会・環境をつくる・ほしい】

- ・先生がアンケートを実施して、気持ちに寄り添った内容で聞いてほしいです。そして定期的に溜まったストレスや不満 😞 を発散出来るパーティーを開いて欲しいです。そうすれば楽しい気持ちになり、頑張る気持ちになれると思います。 😊 (女児/小学5年生/神奈川)
- ・あのねボックスが学校にあるので、その箱に書いて入れたいけど、誰かが入れているのを見たことや聞いたことがないから、勇気が出ません。もっといい方法があればいいなと思います。 (女児/小学2年生/島根)
- ・学校では先生と気軽に話せる環境作りをするべきだと思う (女児/高校1年生 (15歳相当)/愛知)
- ・一方的ではなくお互いが意見を言う場を設ける。学校側はどうして行事などが実施できないのか明確に理由を話す。生徒にも意見を述べる場を与えて欲しい。 (女児/高校2年生 (16歳相当)/岐阜)
- ・話を聞いてくれるカウンセラーの先生を呼んでカウンセリングできるようにする 授業中、話を聞いてもらう為に保健室へ行くことを自然に出来るような環境にする等。 (女児/高校1年生 (15歳相当)/大分)
- ・私は親には絶対に相談事など出来ない性格なので、教育相談という学校の先生が話を聴いてくれることはすごくありがたいと思っています。だけど、年に3回あるかないかしか機会がないので月に1回くらいアンケートをとって話をする機会が欲しいなと思います。(部活などで忙しそうなので自分から相談したいというのが難しいので…) (女児/中学3年生/神奈川県)

【自分が相手の話をよく聴く・優しくする】

- ・相槌をうつ 何か反応をする (質問など) (女児/小学6年生/東京)

友だちに対して

【話す・伝える】

- ・自分から友達に活発に話しかける (男児/小学5年生/北海道)
- ・友達や話しやすい人と笑い話にして相談する (男児/高校2年生 (16歳相当)/神奈川)
- ・友達に相談すると良い (女児/小学3年生/静岡)
- ・友達とたくさん話す (男児/小学4年生/滋賀)

【話をよく聴いてくれる・優しくしてくれる】

- ・学校では、友達に、話をちゃんと最後まで、聞いてもらいたい。（女兒/小学4年生/神奈川）
- ・おともだちが、すなおに、相手の考えを聞いてくれる。（男児/小学1年生/東京）
- ・ともだちがやさしくしてくれたらいいとおもう（女兒/小学3年生/東京）

【関係性・機会・環境をつくる・ほしい】

- ・信頼できる友達を作る 何でも話し合う（女兒/中学3年生/岐阜）
- ・みんなと仲良くなって自分を信じる。（男児/小学3年生/東京）

【自分が相手の話をよく聴く・優しくする】

- ・自分も、友達などの意見をよく聞いてあげて、取り入れる事です。（女兒/小学5年生/兵庫）

国・政府に対して

【話す・伝える】

- ・役所にメールする（男児/小学5年生/北海道）

【話をよく聴いてくれる・優しくしてくれる】

- ・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。（男児/高校1年生（15歳相当）/京都）

【関係性・機会・環境をつくる・ほしい】

- ・政治がちゃんとしてくれたらいい。（女兒/小学5年生/京都）
- ・日本がしっかりしてほしい（男児/小学3年生/大阪）
- ・風邪の症状が無いなら、マスクを着けたい人だけ着けて、着けたくない人は着けなくてもいいようにしてほしい。日本の医療機関の正しい知識を持った偉い人が正しい発表をして欲しい。（男児/中学3年生/山口）
- ・一人親の家庭などの、援護、寄付すれば、虐待や、寂しい想いをしないでいいと思います。家も、1人親で、寂しいです😞。仕事で、夜遅くに帰ることが多いから、話したい事を、話せないです😞😞😞（女兒/小学5年生/熊本）

その他誰か（カウンセラーやアドボケイトなど）に対して

【話す・伝える】

- ・家族や友達（相談しやすい人）に話してから、実際に相談する人に伝える。（女兒/小学5年生/大阪）

【話をよく聴いてくれる・優しくしてくれる】

- ・興味がある人に聞いてもらいたい。（男児/小学4年生/山梨）

【関係性・機会・環境をつくる・ほしい】

- ・カウンセラーがいると嬉しいです（女兒/小学6年生/愛知）
- ・学校では先生は忙しいので、スクールカウンセラーの先生とかいつでも相談できる先生がいてほしい。また教室以外の安心して過ごせる場所があればいい。（男児/中学1年生/東京）

現状に満足している・意見が無い

- ・おうちや学校は兄弟や人も多いしいちいち子供の意見を聞いてられないのもわかっているので今のままで満足です。自分の意見だけが通るわけでは決してないしそれは当たり前だけど先生や親は私たちがより楽しく充実した生活を過ごせるように考えてくれます。（女兒/高校1年生（15歳相当）/東京）
- ・そのままがいいと思う（男児/小学3年生/兵庫）
- ・変わらずに生活しているから、変わらない（男児/小学2年生/兵庫）

分からない・どうしようもない

- ・わからない（その他・答えたくない/小学4年生/山梨）
- ・しつものいみがわかりにくいのでわからない。（男児/小学2年生/埼玉）
- ・諦める（女兒/小学6年生/東京）
- ・私の学校の先生も、気軽に聞いてくれと言う割に何も実行しようとしてくれてないから、何をしても意味がないと思う（女兒/小学5年生/兵庫）

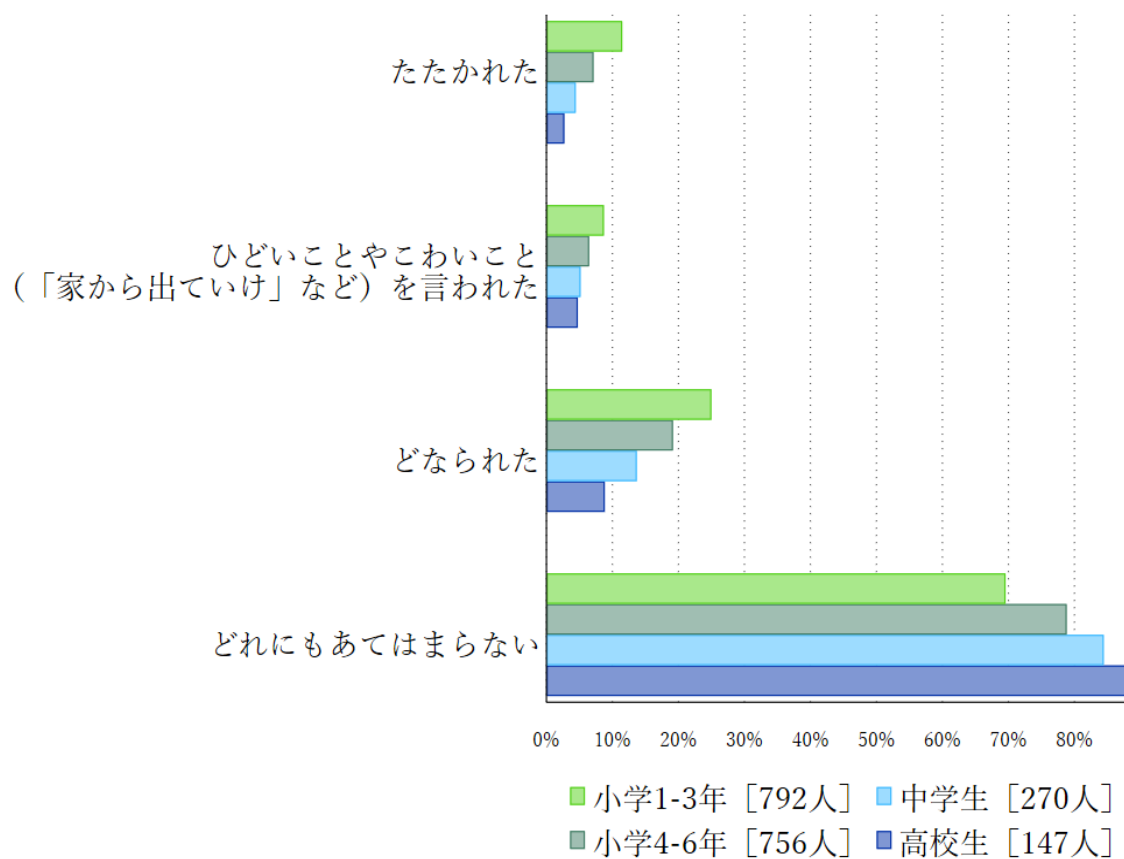
その他

- ・すきなことをさせる（女兒/小学4年生/東京）
- ・たのしいぎょうじをふやす（女兒/小学2年生/兵庫）
- ・個別でやってくれと嬉しい（男児/中学2年生/兵庫）
- ・子供扱いしないでほしい（男児/中学2年生/東京）

親子の関わり

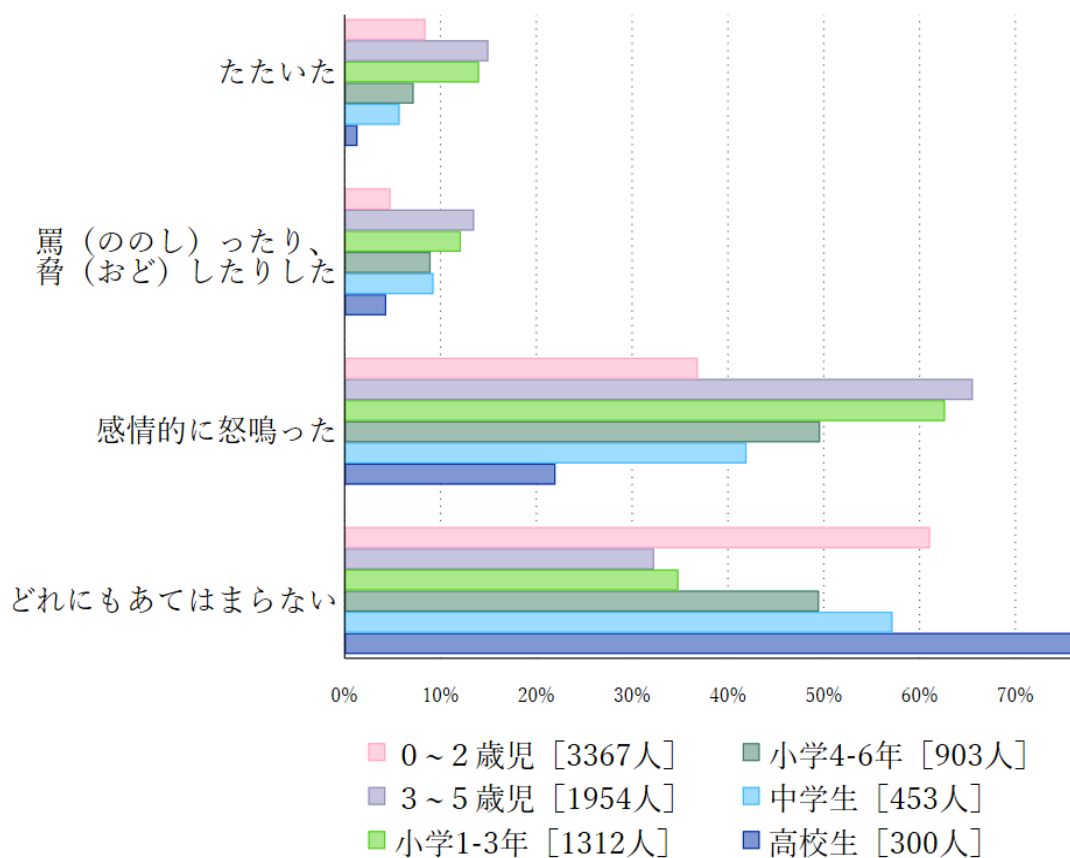
好ましくない関わり

こども さいきん1ヶ月の、おうちでのあなたにあてはまるものをすべて選んでください。



こどもの回答全体では、「どなられた」は20%、「たたかれた」は8%、「ひどいことや怖いことを言われた」は7%であった。

保護者 さいきん1ヶ月間、あなたやご家族のおとなが、お子さまに対して、次のようなことをしたことがありましたか？あてはまるものを、すべて選んでください。



保護者の回答では、「感情的にどなった」は49%、「たたいた」は10%、「罵(ののし)ったり、脅(おど)したりした」は9%であった。

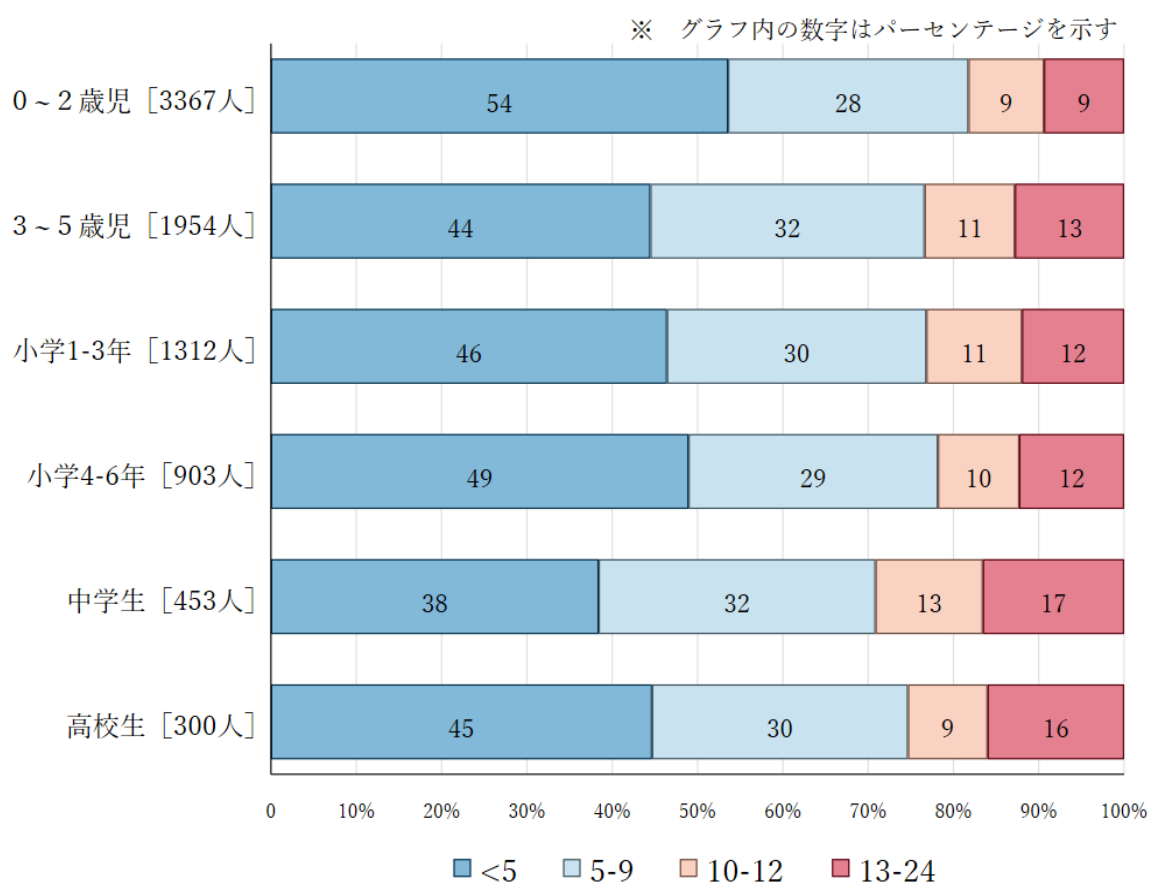
保護者のメンタルヘルス

こころの状態

日本語版「K6」尺度により、保護者自身のこころの状態を尋ねた。直近1か月について、6つの質問について、5段階<全くない、少しだけ、ときどき、たいてい、いつも>で尋ね、点数化した。

合計点数は0～24点で、高いほど、精神的な問題がより重い可能性があると考えられている

- 5点以上：中等度（こころに何らかの負担がある状態）
- 10点以上：高等度（気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている状態）
- 13点以上：極高等度（深刻なこころの状態のおそれがある）

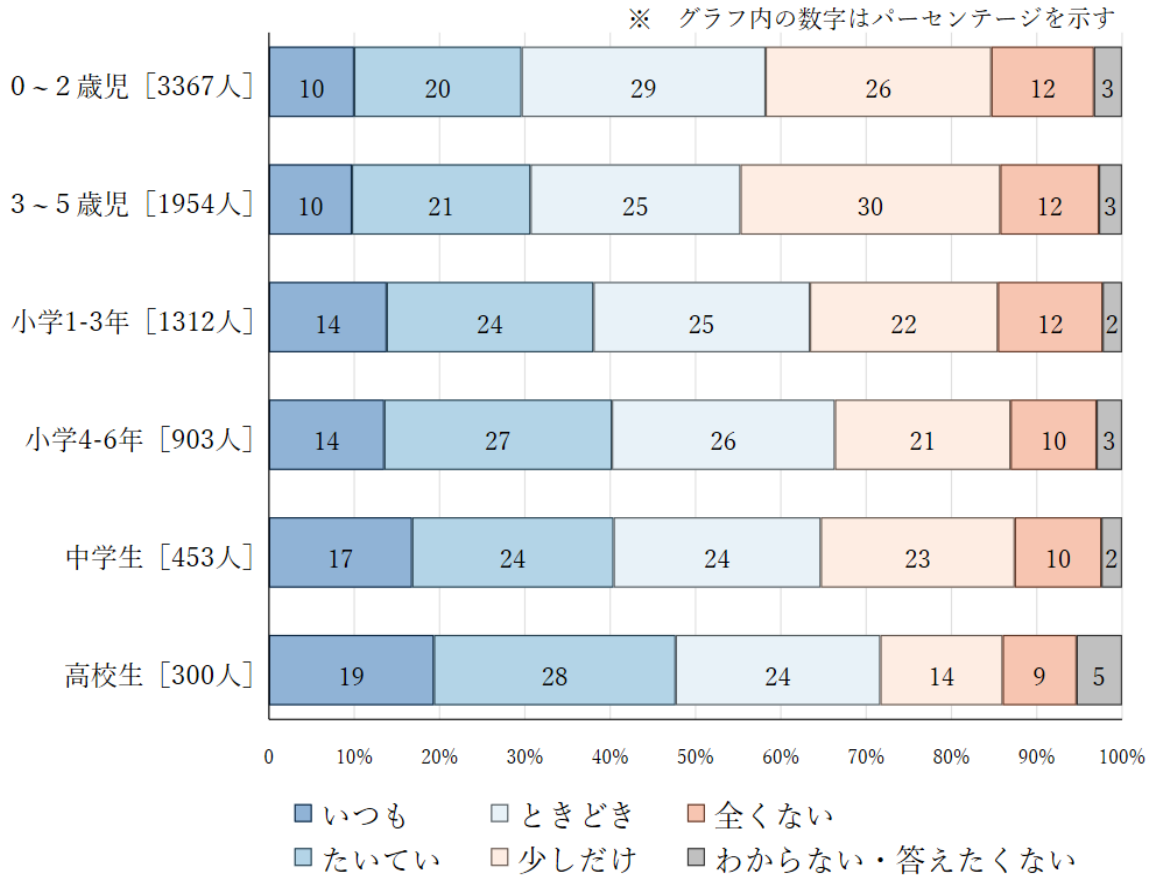


「こころに何らかの負担がある状態」は30%、「気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている状態」は10%、「深刻なこころの状態のおそれがある」は12%であった。

保護者のセルフケア・コーピング（対処行動）

保護者のセルフケアについて、こころの状態同様に、直近1か月について、5段階<全くない、少しだけ、ときどき、たいてい、いつも>で尋ねた。

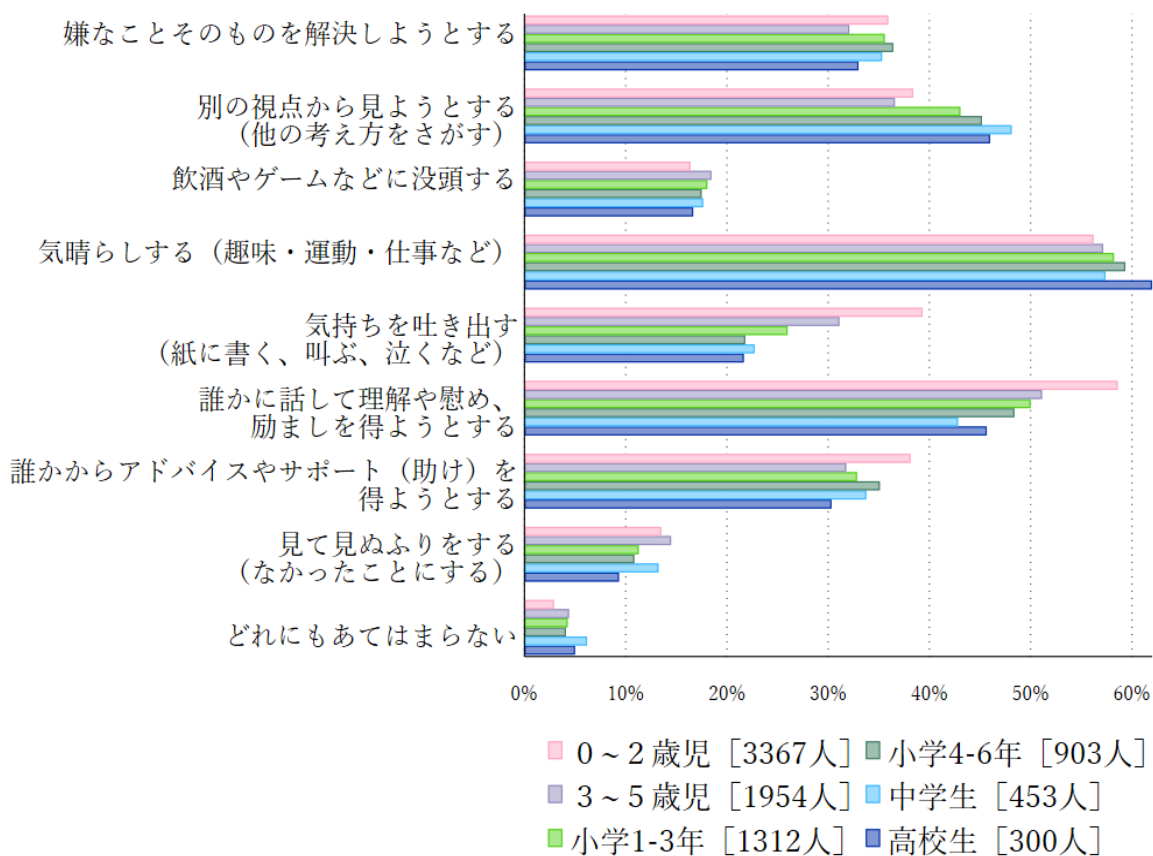
保護者 あなた自身のセルフケアやストレス対処の方法を大事にしていたか。



「全くない」は12%、「ときどき」「少しだけ」は合わせて52%であった。

ストレスを感じた時の保護者の対処行動（コーピング）について、尋ねた。

保護者 とても嫌なことや困ったことがあり、気持ちが沈んだり、イライラしたりした時に、あなたがよくやっていることを、すべて選んでください。

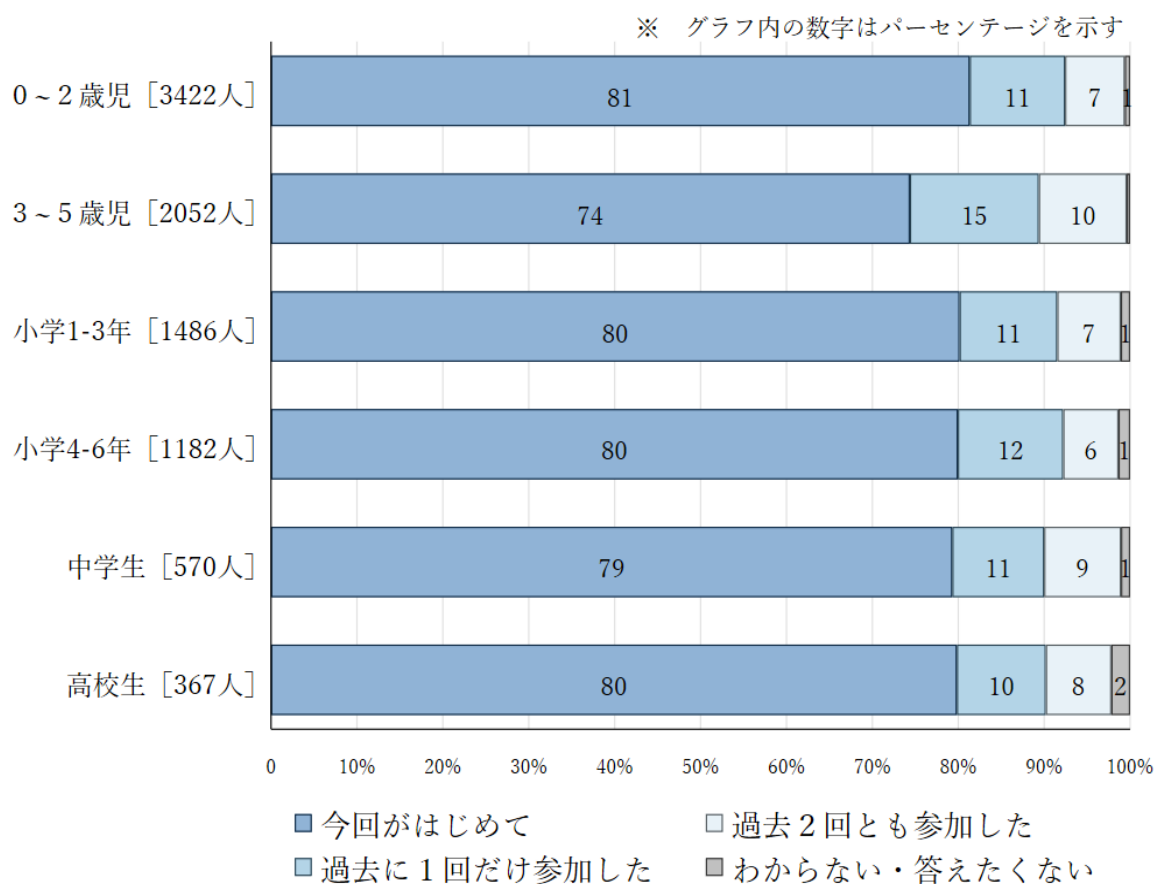


半数以上の保護者が選択したストレス対処行動は、「気晴らしする」57%、「誰かに話して理解や慰め、励ましを得ようとする」53%であった。3-4割の保護者が選択した行動は「嫌なことそのものを解決しようとする」35%、「別の視点から見ようとする（他の考え方をさがす）」40%、「気持ちを吐き出す（紙に書く、叫ぶ、泣くなど）」32%、「誰かからアドバイスやサポート（助け）を得ようとする」35%であった。

コロナ×こどもアンケート

参加回数

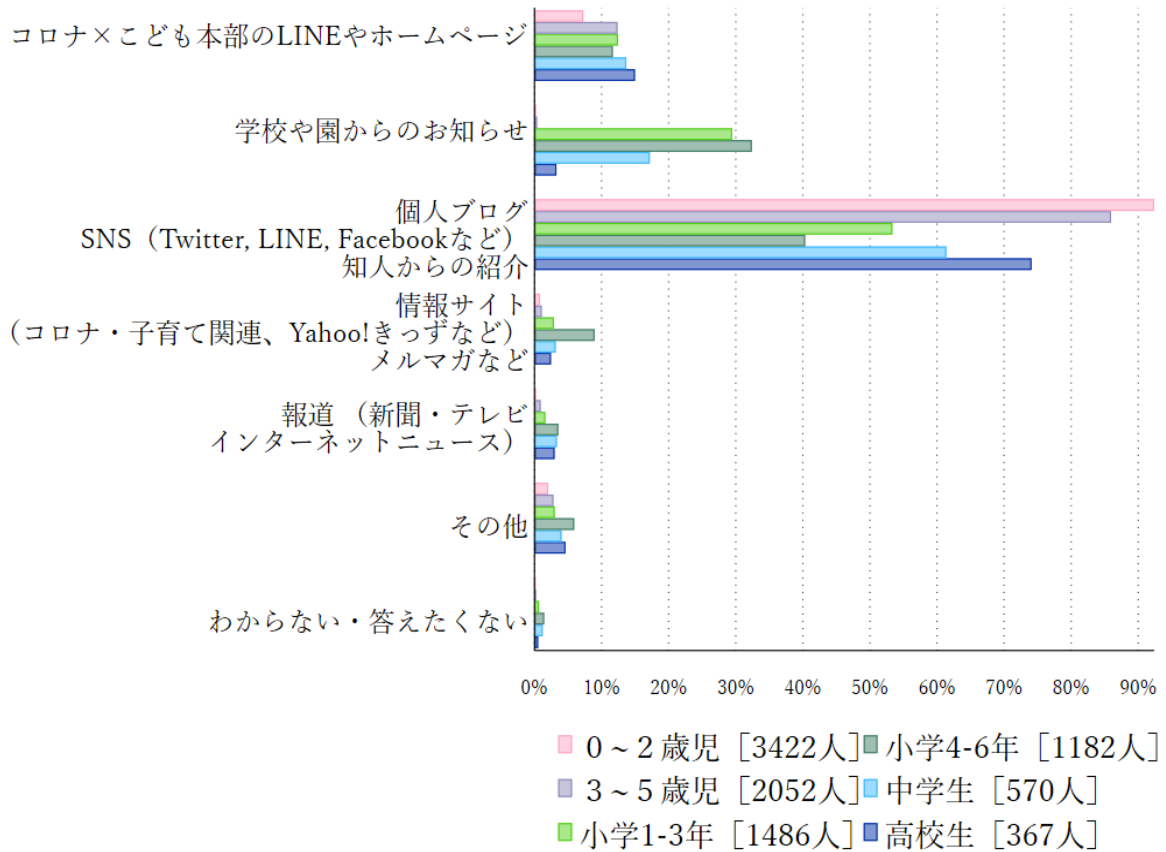
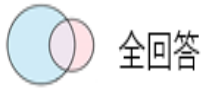
コロナ×こどもアンケートは今回が3回目です。これまでのアンケートに参加して下さったことはありますか？



「今回がはじめて」は79%、「過去に1回だけ参加した」は12%、「過去2回とも参加した」は8%であった。

アンケートをどのように知ったか？

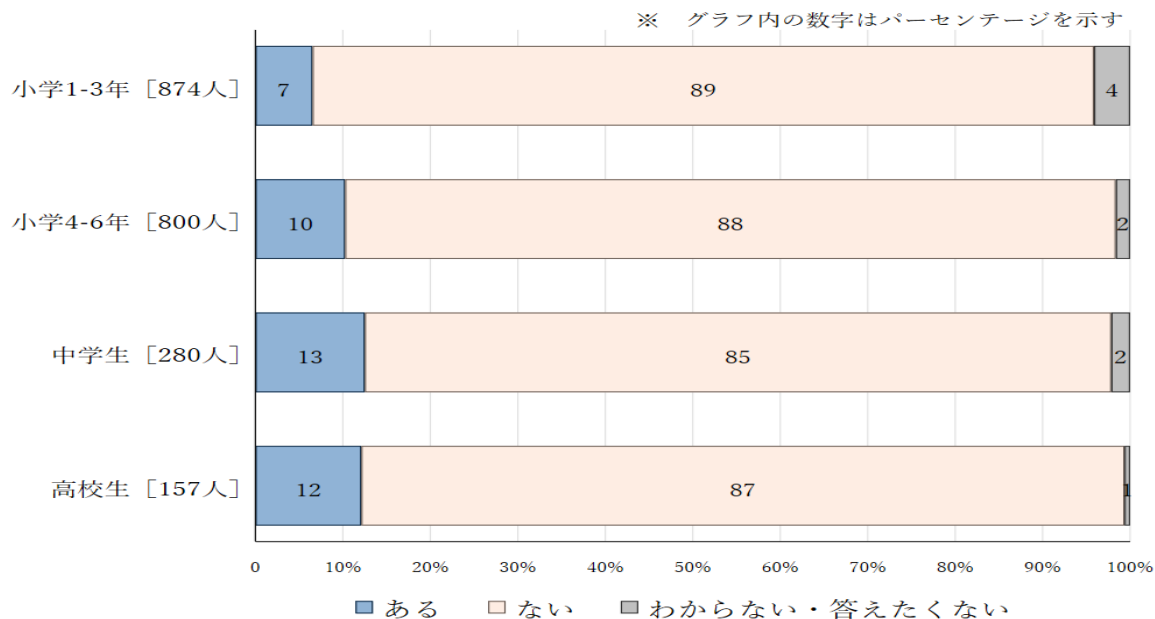
今回このアンケートをどのようにして知りましたか？あてはまるものをすべて選んでください。



「個人ブログ・SNS (Twitter, LINE, Facebook など) ・知人からの紹介」が最も多く 75%であった。

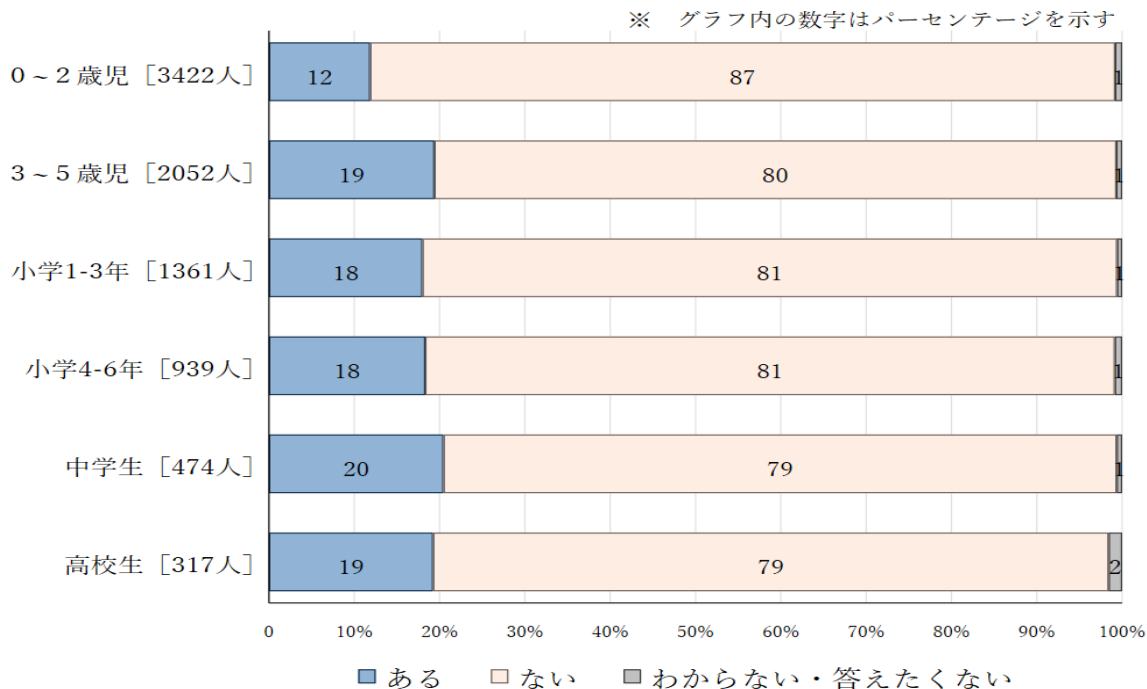
これまでのアンケート結果を見たことがあるか？

子ども いままでの コロナ×子どもアンケートの結果を見たことはありますか？



「ある」と回答した子どもは9%にとどまった。

保護者 いままでのコロナ×子どもアンケートの結果をご覧になったことはありますか？



「ある」と回答した保護者は16%にとどまった。

自由記載

こどもの声

ここでは、すべて **こども** の回答を集計した。

いま気になることや言いたいことがあれば、教えてください。

自由記載で尋ねた。記載された内容をカテゴリー別にまとめて抽出し、以下に記述する。

(※たくさんの回答をいただいたため、紹介できるのは一部のみになっています。)

【アンケートについて意見・要望】

- ・気になることなのですが第1弾のこと教えてください。(小学6年生・女兒/兵庫県)
- ・このアンケートを続けてほしいです。(小学6年生・女兒/宮崎県)
- ・このアンケートで子供の意見を聞いてくれてありがとうございます(小学6年生・男児/東京都)
- ・新聞でこのアンケートの存在を知りました。政治家や芸能人ばかりが発言して、子どもの切実な声には耳を傾けてもらえません。子どもの考えが、アンケートの結果となって世に届いて欲しいです。(高校2年生(16歳相当)・女兒/神奈川県)

【政治・政策などについて】

- ・今、世の中がどうなっているのかを簡単に教えてほしい。(小学3年生・女兒/兵庫県)
- ・コロナに関して政府が早く動いて欲しい。アベのマスクのお金の使い方をもっと考えて欲しかった。(小学3年生・女兒/兵庫県)
- ・感染対策にもっと力を入れて安心して外に出られるようにしてほしい。(小学5年生・女兒/大阪府)
- ・気軽に何でも相談する、チャットサポートなどがほしい(小学6年生・女兒/東京都)
- ・どうしてコロナにかかる人が0になってないのに、制限解除とか、大人だけ旅行やご飯を食べく事をがまんしなくていいのか分かりません。子供だけ(学校だけ)がソーシャルディスタンスを守らなきゃいけないの？(小学6年生・男児/茨城県)
- ・教育にお金を回して欲しい(小学6年生・男児/兵庫県)
- ・国は本気で私たちのことを考えてくれていますか？(中学1年生・女兒/茨城県)

【学校】

- ・あついののにマスクをしなきゃいけない、おともだちにいわれる。クラスのおともだちのかがおがわからない。(小学1年生・女兒/東京都)
- ・どうして学校に行かないといけないのかな。オンラインでおともだちとじゅぎょうができればいいのにな(小学2年生・男児/東京都)
- ・ともだちとなかよくあそびたい(小学2年生・男児/静岡県)

- ・学校が楽しいので、コロナのことを良く忘れることがあります。（小学3年生・女兒/東京都）
- ・学校で楽しいことをしていても、先生がコロナのことばかり言って台無しになる。学校の行事もほとんど中止されたのに、他のことは何もやってくれない。辛いのに、学校はいい子になることばかり要求してくる。いい子を装うのがいやだ。もっと本当の自分を出したい。唯一安心できるのは、家にいる時と友達としゃべっている時だけだ。学校が変わってほしいのに、自分でもどこが変わってほしいのかよく分からない。（小学5年生・女兒/宮城県）
- ・学校で、友達同士で相手に触ったりしてるのが気になる。手を洗っていない子が多いので心配。（中学1年生・男児/埼玉県）
- ・学校の感染対策が不安 先生が授業中にマスクあごにずらしたまま授業したり、体育ではマスクできないのにバスケしたり、部活も（高校1年生（15歳相当）・女兒/群馬県）

【学習について】

- ・がっこうのじゅぎょうがおくれすぎていて、しんぱいです。まだ、かんじを1もじもならっていません。（小学1年生・男児/東京都）
- ・学校で喧嘩があつて、授業が進まないのが困る。（小学3年生・男児/東京都）
- ・学校の宿題が多い。（小学4年生・男児/群馬県）
- ・行きたい学校があつて受験勉強しているが、何となく勉強に集中できない。学校を見に行けないので、不満だ（小学6年生・男児/東京都）
- ・Ict教育を取り入れる必要はない（中学2年生・男児/東京都）
- ・学校の勉強が早くて辛い もう一年かけて勉強したい 受験までに暗記できるか不安（中学3年生・女兒/岐阜県）

【心情】

- ・ばいきんが体の中にはいって病気になるんじゃないかととても気になります。手をたくさん洗いたくなったり、触るのがこわくなったりします。（小学1年生・女兒/福岡県）
- ・県外ののじいじやばあば達に会いたい（小学2年生・男児/神奈川県）
- ・ママがびょういんではたらいてて、コロナになったらわたしがひとりぼっちになるからこわいです。（小学2年生・女兒/東京都）
- ・授業中に文字がクネってなったり、変な文字に見えたり、授業に関係ないことを考えてしまいます。学校にある時計とか周り出してみえたり、そういうことが気になります。（小学3年生・男児/山口県）
- ・何も思っていないのに気持ちがざわつく事（小学4年生・女兒/奈良県）
- ・いつか死んでしまうと考えるととても怖くて泣いてしまいます。（小学6年生・その他・答えたくない/東京都）

- ・大人はいつも怒ったりする時、日ごろのイライラを子供にぶつけている気がします。（小学6年生・女兒/広島県）
- ・ストレスの吐き口がない（中学3年生・女兒/千葉県）
- ・ちゃんと話を聞いて。（高校1年生（15歳相当）・男児/静岡県）

【新型コロナウイルスに関して】

- ・ふゆのかぜとコロナがいっしょになるのがふあん（小学2年生・男児/福岡県）
- ・コロナの後遺症 子どもの感染に関して日本は何も対策がない。海外との差がひどい。
（小学4年生・女兒/滋賀県）
- ・私は心臓病がある。どのような基礎疾患が重症化するのか詳しく知りたい。（中学1年生・女兒/兵庫県）
- ・早く治療薬ができて、前のように友達と自由にしゃべったりじゃれたりしたい。（中学2年生・男児/東京都）
- ・マスク強制をやめて欲しい。ワクチン強制接種は絶対反対。（中学3年生・男児/山口県）
- ・いつまで この生活が続きますか？ワクチンは本当にできますか。（中学3年生・女兒/宮城県）

保護者の声

ここでは、すべて **保護者** の回答を集計した。

アンケートについて、ご意見やご要望がありましたらご記入ください。

自由記載で尋ねた。記載された内容をカテゴリー別にまとめて抽出し、以下に記述する。

(※たくさんの回答をいただいたため、紹介できるのは一部のみになっています。)

【感想・意見】

- ・いつもありがとうございます。4コママンガは、大人にも使えたり考えることができる内容でとても楽しみにしています。結果をみることができるので、とても役立っています。
- ・少し悲観的な設問が多く、このアンケートを受ける前より私自身が不安な気持ちになった。
- ・子供のアンケートを初めて知りました。子供のことを誰に相談していいのか、親同士や学校に話に行きづらかったので有難いです。
- ・お子様だけではなく、保護者のストレスケアも大切という言葉に涙が出ました。ありがとうございます。
- ・アンケート結果をセンセーショナルに報道するようなことを望んではいらないと思いますが、質問内容に多少なりとも期待する、予想する結果へと誘導するような感覚を持ちました。
- ・このようなアンケートがあることを学校からのちらしで知りました。子どもと答えれて良かったです。休校中は特にストレスがたまりました。今は、少しずつ慣れてきました。
- ・回答することで、思考が整理されます。こどもの意見が学校や行政に反映されることは、とても大切ですが機会が少ないです。とても重要な取り組みです、続けてください。
- ・先の見えない状況の中で、医療従事者の皆様には本当にお世話になっております。私自身、今春第二子（現在5ヶ月）を出産し、バタバタと2人の子供と日々過ごしている中で、芸能人の自殺の報などを耳にしたりして陰鬱な気分になることもままありました。そのような中でもこういったデータを見ることで、改めて現状を認識し、意識を新たにすることができたためとても助かっています。
- ・私自身は4、5月に比べてピリピリ感、不安感、不透明感はいぶ薄らいでいたが、子ども自身は我慢、イライラもやもやが継続していることが、アンケートをきっかけにした会話で判明しました。改めて子どもの思いを知ることができて良かったです。

【要望】

[調査に関して]

- ・結果をメディア等、いろんな方の目に触れるように積極的にアピールして欲しいです。コロナに対する温度差を日常でとても感じます。まだ未知なことが多いコロナについて、分かる範囲の情報発信を積極的にして欲しいです。
- ・辻希美さんのブログでアンケートを知りました。他人事ではないので、有名人がこういったことをアナウンスしてくださると、ありがたいです。
- ・こどもにアンケートだけとって、そのあとのサポートがないことが少し残念です。信頼できるストレス対処のサイトの紹介の提示などがあってもよいかと思います。他のひとはどうやって対処しているかの例など。
- ・海外赴任中です。アンケートに参加して良いか迷いつつ参加しました。子供は、リモートで授業をしていて、とても負担が大きくストレスを感じているように思います。そのような選択肢があって、アンケート結果に同じ環境の仲間がたくさんいることが分かると嬉しいのですが、無理でしょうか？ こちらにいと、現地の人には自粛してなく、自分たち家族だけがこもっているような気持ちになります。
- ・この結果を国や自治体に発信してください。
- ・うちの子たちは最近交互にチックが出るようになっていきます。小児科で伺うと、最近そういう子が増えている印象とのことでした。アンケートでできるかは分かりませんが、実際そうなのを知りたいです。

[国・政府・自治体]

- ・辻希美さんのブログでアンケートについて知りました。子どものケアも大事ですが、親また祖父母等のケアも大事だと思いました。難しいとは思いますが、結果によって自治体に連携する(自治体は結果を見て訪問する)・相談窓口の紹介する等をしていただきたいです。
- ・子どもたちは運動会・音楽会や修学旅行や自然学校も中止や短縮など、すべて制限されている中、大人がGOTOなど旅行に行ったり、政府が勧めるのは子どもをもつ親としては理不尽でなりません。コロナの収束の兆しも見えない中、子どもたちが置かれた環境に、もう少し配慮して欲しいとつくづく思います。

【園・学校】

- ・半年前と比べて、だいぶ落ち着いてきたと思っている。幼稚園の預かり保育が再開されたことが大きい。自宅で複数の未就学児を見ながら、テレワークをするのは地獄だった。働く以上、子どもの安全な預け先(保育園、幼稚園)を確保するのが何よりも最優先だと、改めて感じた。

- ・小学校1年生ですが、学校になじめておらず、行き渋りがあります。コロナはせいなのか、個人の問題なのか、分からないので不安です。アンケート結果で、何か傾向が分かればいいなと思います。
- ・夏休み明けから近所の方が登下校中のマスク警察をはじめました。教員も文科省や教育委員会のマニュアル以上にマスクの強要をしています。暑くなり教室の隅に行きマスクを外していても怒られます。政府が陽性者の8割が感染力がないと発表しており、陽性者と診断されたわけでも風邪症状もない子供へ過剰なマスク強要は意味ないどころか恐怖を感じます。コロナにはまったく恐怖を感じませんが、教員や近所の過熱した行動が怖く休校を考えるほどです。
- ・やっと登校するようにはなりましたが、遅刻ばかりです。勉強への意欲も戻りません。学校はつまらないと言っています。朝晩検温する時に、体温計を脇に挟むとすぐに、泣き出す。本人も家族もその時間がとても苦手です。
- ・学校の先生のストレスが心配です。複数の先生から必要以上に叱責を受けることが増えたようです。先生の状況についての調査もしていただけるとうれしいです。

おわりに

今回の調査で、慢性期に入りつつあるコロナ禍での、こどもたちや保護者の様子を知ることができました。回答者集団が前回までの調査と同一ではないため単純に比較することはできませんが、こどもたちのストレス反応に明らかな改善は見られませんでした。

学校に行きたくないと感じているこどもの割合が約3割にのぼっていることを、どのように受け止めたらよいのでしょうか。学校に行きたくない理由について、今回の調査では直接尋ねていませんが、自由記載などから少し垣間見ることができます。コロナによって変化を余儀なくされた学校生活（マスクなどの感染対策、勉強負荷増大、行事の縮小など）への不満や失望、学校での集団生活における感染リスクの心配などです。みんなが納得・安心できる方法を見つけることは不可能かもしれませんが、すべてのこどもたちは、その意見や気持ちを尊重される権利があり、私たちおとなはこれを守る責務があります。アンケートに回答してくれたこどもたちからの「おとなたちへのおねがい・アドバイス」には、そのヒントがたくさん詰まっています。

こどもたちのために大人ができることの一つとして、一緒にストレス対処方法を探し教えてあげることも効果的です。こどもだけでなく大人も、平時以上にストレスに曝されています。ぜひ、色々なストレス対処法と一緒に探していただけたらと思います。同センターこちらの診療部による資料「[⑫冬を迎える前に、ストレスコーピング](#)」を、ぜひご参考になさってください。

残念ながらコロナによるこどもたちへの影響はまだ進行中です。私たちは、今後もこの調査を続けていく予定です。調査の結果は速やかに公開し、現場でのこどもたちへのケアや施策提言に活かしていただけるよう努めたいと思います。さらに、みなさまの声や社会状況などを踏まえながら、次の調査を計画・実施していきます。また、お子さまや保護者の声をより多く集め、より多く活かすために、外部の団体や自治体との連携・協力を積極的に行っています。こどもたちの声を聴き、それをこどもたちのために活かすことにご賛同いただける団体様・自治体様のご協力、ご連絡を心よりお待ちしております。

引き続き、【コロナ×こども本部】・【コロナ×こどもアンケート】へのご協力・ご支援を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

2020年12月1日

国立成育医療研究センター コロナ×こども本部 一同
co_kodomo@ncchd.go.jp