

10代のこどもたちと コロナを振りかえる

コロナが明けて良かったこと
悪くなったあるいは解決していないこと
世の中の仕組みを作っている人へ伝えたい「ねがい」

～10代のこどもたちとその保護者による回答～

国立成育医療研究センター 2024年10月

「新型コロナウイルス流行下における日英の親子の精神的健康とニーズの推移分析から学ぶ」
「新型コロナウイルス感染症流行による親子の生活と健康への影響に関する実態調査」



はじめに

今回まとめさせていただいた調査は
子ども自身が自分にとって大切なことについて他の子どもや周囲の人の声を
聴きながら、感じ、考え、必要なところに届けるプロセスに
大人がパートナーとして伴走することを目指した
[「ティーンボイス・プロジェクト」](#)に参加している全国16名のこどもたちと、
一緒に作成しました。

調査時期、対象者

2024年4月15日～2024年5月12日

郵送調査に参加くださっている全国の小6～高3のお子様のいる
2628家庭に送付し、子ども864名と保護者901名に回答いただきました。

Q 子ども

- 01：コロナが明けて、良かったと思うことは何ですか？具体的に教えてください。
- 02：コロナが明けて、イヤだ、悪くなったと思うこと、または、コロナは明けたけれど問題として残っていると思うことは何ですか？あれば具体的に教えてください。
- 03：あなたの経験をふまえて、世の中の仕組みを作っている人たちにあなたが伝えたい「ねがい」はありますか？例えば「もっと〇〇してほしいかった（今やこれからは〇〇してほしい）」「〇〇を続けてほしい」など、あれば具体的に書いてください。

Q 保護者

- 01：コロナが明けて、あなたのこどもにとって良かったと思うことは何ですか？具体的に教えてください。
- 02：コロナが明けて、あなたのこどもにとって、悪くなったと思うこと、または、コロナは明けたけれど問題として残っていると思うことは何ですか？あれば具体的に教えてください。
- 03：あなたのお子さまの経験をふまえて、世の中の仕組みを作っている人たちにあなたが伝えたい「ねがい」はありますか？なるべく具体的に書いてください。

01：コロナが明けて、良かったと思うことは何ですか？具体的に教えてください。

子ども

コミュニケーション
他者との交流・機会
気持ち・体調
学校
行事・活動
行動の自由
感染症対策の緩和
感染することについて
ない・わからない
その他

保護者

コミュニケーション
他者との交流・機会
気持ち・体調
学校
行事・活動
行動の自由
感染症対策の緩和
感染することについて
ない・わからない
その他

※子ども回答792件、保護者回答850件を回答内容の類似性からカテゴリー化した際に抽出されたテーマ一覧になります

全ての回答は「[10代のこどもたちとコロナを振りかえる（リンクへ飛ぶ）](#)」からご覧ください

コミュニケーション

給食でお話できること(大阪府, 小学生)

マスク外して喋れる。もっと仲良くなった(北海道, 小学生)

マスクが外れて、みんなの顔が見れるようになったことが嬉しいです。(愛媛県, 中学生)

他者との交流・機会

友達と会える(長野県, 小学生)

人との交流が増えた(香川県, 中学生)

友達と毎日話せたり、一緒に触れ合って遊ぶことができて嬉しい(宮城県, 小学生)

気持ち・体調面

開放感が出た(大阪府, 中学生)

不安が無くなる(石川県, 高校生)

友達に会うことができた。だるさが無くなった。(福岡県, 中学生)

学校

学校が楽しいと思う(京都府, 中学生)

みんなと授業ができるようになってうれしい(香川県, 小学生)

みんなが学校に普通に行けるようになったこと(兵庫県, 中学生)

行事・活動

いろいろなお祭りが開催されること(福岡県, 中学生)

修学旅行が行けるようになったこと。(高知県, 中学生)

学校の行事などが元通り楽しめるようになった。(東京都, 中学生)

行動の自由

行動の制限がなくなり色々なことに取り組めるようになったこと(神奈川県, 中学生)

やりたい事が制限されることが無くなった(熊本県, 高校生)

思い出に残るところに行ける(山形県, 中学生)

感染症対策の緩和

マスクしなくても良い、消毒しなくてもOK(鹿児島県, 小学生)

暑い体育の授業でマスクを外せるようになったこと。(岡山県, 高校生)

前ほど手洗いや消毒を気にしなくてよくなった気がする。(富山県, 高校生)

感染することについて

亡くなる人が減った(山形県, 小学生)

感染しても心配があまりない(熊本県, 高校生)

自分がかかる可能性が低い。苦しむ人が減る。(福岡県, 小学生)

ない・わからない

特に無い(宮城県, 中学生)

あまり変わりなく過ごしているので、なし。(山梨県, 高校生)

その他

まだあけていないとおもう(岩手県, 小学生)

なんとなく世の中が明るくなったこと(静岡県, 高校生)

コミュニケーション

友だちとの会話を楽しそうに教えてくれるとき(京都府, 高校生母親)

友達と出かける機会が増えて親密になった。(千葉県, 中学生母親)

マスクを外す機会が多くなり、他人の表情を見ることができる事(島根県, 高校生母親)

他者との交流・機会

友達とたくさん、あそんでいる(熊本県, 中学生母親)

友達などと思い切り交流ができて楽しそうにしている姿。(静岡県, 中学生母親)

罪悪感なく友人と集まることができるようになったこと(広島県, 中学生母親)

気持ち・体調面

なんとなく気が楽になった(和歌山県, 中学生母親)

他人の目を全く気にしなくて良くなった事。(山形県, 高校生父親)

感染に気を付けていたら他の感染症も防げた(熊本県, 高校生母親)

学校

気兼ねなく学校に行ける(茨城県, 中学生父親)

学校が楽しいと、より思いが強くなった(高知県, 小学生母親)

学校に通って勉強をしてもらえること。家では全くしないので。(大阪府, 高校生母親)

行事・活動

行事等、体験する機会が増えたこと。(埼玉県, 高校生母親)

修学旅行に行けたことと、部活の試合に親が観に行けたこと。(愛知県, 高校生母親)

体育祭や修学旅行など学校行事で思い出づくりが出来た。(千葉県, 高校生母親)

行動の自由

外で思いっきり遊べる(島根県, 小学生母親)

行動範囲が広がり、のびのびと過ごせている(北海道, 高校生母親)

さまざまな体験を制限なくできたり、選択肢に制限がなくなったこと(宮城県, 中学生母親)

感染症対策の緩和

ストレスに感じる感染症対策の手間が減った事。(山口県, 小学生父親)

マスクなしで生活できることや過度な手指消毒が不要になったこと。(岩手県, 中学生母親)

感染することについて

感染の恐れが減ったこと(福岡県, 中学生母親)

コロナに対しての過敏さが減少(千葉県, 高校生父親)

ない・わからない

まだあまりよかったと感じたことがないです。(和歌山県, 中学生母親)

特にない コロナ期と変わらない生活をしているしまだマスクが外せない気持ちらしい(広島県, 中学生母親)

その他

すべてにおいてリアル、LIVEがなによりも大切だと改めて感じた。(京都府, 中学生母親)

日常はいつ変わるかわからないから大事にしなければならないということ(石川県, 高校生母親)

02：コロナが明けて、イヤだ、悪くなったと思うこと、または、コロナは明けたけれど問題として残っていると思うことは何ですか？あれば具体的に教えてください。

子ども

コミュニケーション
他者との交流・機会
健康面
学校・勉強
行事・活動
オンライン
マスクについて
感染症対策
感染することについて
わからない
その他

保護者

コミュニケーション
他者との交流・機会
健康面
生活習慣
学校・勉強
行事・活動
オンライン
マスクについて
感染症対策
感染することについて
わからない
その他

※子ども回答382件、保護者回答496件を回答内容の類似性からカテゴリー化した際に抽出されたテーマ一覧になります

全ての回答は「[10代の子どもたちとコロナを振りかえる（リンクへ飛ぶ）](#)」からご覧ください

コミュニケーション

マスクをしていて出会った友達は顔がよくわからない時があります(東京都, 高校生)

コロナのせいか、わからないけど、みんな、ちょっと静かになった…(神奈川県, 中学生)

マスクを外す時に自分がどう思われるかが不安なこと。変な顔だと思われなかが不安。
(福岡県, 高校生)

他者との交流・機会

一人でいる時間が減った事(埼玉県, 高校生)

距離感が難しい(三重県, 高校生)

休みの期間が長かったり、交流が制限されていたので人との関わり方が難しいと感じることが多々あります。(広島県, 高校生)

健康面

免疫力の低下。(岡山県, 中学生)

マスクしてて肌荒れがおきた(広島県, 小学生)

体力がなく戻すのに大変。おもに体育や部活(新潟県, 中学生)

学校・勉強

学校に毎日行くのがいやです(静岡県, 高校生)

普通に学校がいけるようになったことで6時間目があるひとはいつもより疲れること(兵庫県, 中学生)

行事・活動

行事の負担が増えた(山口県, 中学生)

学校行事がコロナ前にできていたことがコロナが開けてもできなくなった(広島県, 小学生)

オンライン

オンライン授業を経験してみたかった(富山県, 高校生)

リモートで便利だった集会などを対面に戻して不便になったこと(徳島県, 高校生)

マスクについて

マスクを外すことに抵抗がある(石川県, 中学生)

まだマスクをしてる人がいる(東京都, 中学生)

みんな意味もなくマスクつけたがる(新潟県, 中学生)

感染症対策

場所によっては換気してないところがあること(高知県, 中学生)

スーパーやお店などでコロナ禍は頻繁に消毒をしていたが、今はあまり消毒をしている人が少ないので、基本的な消毒などして欲しい(神奈川県, 中学生)

感染することについて

感染に対して 神経質になった(大阪府, 中学生)

風邪をひくとコロナかと不安になる(京都府, 中学生)

新たな感染症への不安(徳島県, 中学生)

ない・わからない

特に無い(愛知県, 高校生)

わからない(岩手県, 小学生)

その他

コロナ前の感覚がわからない(広島県, 高校生)

コロナは開けたが、まだ少し窮屈。(広島県, 中学生)

コミュニケーション

ずっとマスク生活だったので、マスクを外した時の笑顔がぎこちない。(高知県, 高校生母親)
マスクを取ることが不安なお友達とトラブルになる。風邪も花粉症も肩身が狭く、学校に行きづらくなる。(東京都, 小学生母親)

他者との交流・機会

友達との対話が、直接よりSNSでのつながりが濃くなった(山口県, 高校生母親)
外出を控えて家にいるのが当たり前になっていたのに、コロナが明けても、家でいる事が多くなった。人との関わりをめんどくさいと感じている(徳島県, 高校生母親)

健康面

家でのゲームの時間が増え、視力が低下した事。(新潟県, 中学生母親)
コロナの影響なのか、蓄積されたストレスなどもあり、学習意欲が低下し、ダルさを訴えるようになった。(新潟県, 高校生母親)

生活習慣

外遊びの習慣がつかなかった(茨城県, 中学生母親)
ステイホームの影響か、家でゲームやYouTubeなどの時間が増えたまま(広島県, 中学生母親)

学校・勉強

水泳の授業が無かった為、泳げない(岡山県, 中学生母親)

学校は行かなくても良いという意識を持ってしまったこと。(茨城県, 中学生母親)

学校をよく休むようになり、不登校になった。(広島県, 高校生母親)

行事・活動

地域や学校の行事が縮小されたまま復活しないものがある。(愛知県, 高校生母親)

コロナ禍による様々な制限により、何事においても経験や体験の機会が少なく、未熟さを感じる事がある。(東京都, 高校生母親)

オンライン

オンラインで済ませることができるとも対面に戻った(愛知県, 中学生母親)

体調が悪くてもリモート授業が受けられなくなった事(静岡県, 高校生母親)

マスクについて

マスクを外すのに友達の顔色を伺うこと(兵庫県, 小学生母親)

マスクに対して子供達の中でも考え方が違う。(静岡県, 高校生母親)

暑い日もマスクをはずしたがたらない(顔を見せたくない)(大阪府, 中学生母親)

感染症対策

マスクが減ってきて感染症対策が疎かになってきた事(福島県, 高校生母親)

まだ完全に明けたわけではないので、予防をしないとイケないが、周りで対策を全くしない人がいたり温度差を感じる事(岩手県, 高校生母親)

感染することについて

インフル等の感染症に罹患しやすくなった(大阪府, 小学生父親)

コロナが明けてもコロナが無くなった訳ではないので、感染が学校で広まりやすい。去年は2度も学年閉鎖があった。(東京都, 高校生母親)

ない・わからない

あまり変化なし(北海道, 高校生母親)

コロナが明けて悪くなったと思うことはない。問題点も特にない。(福岡県, 中学生母親)

その他

つついコロナのせいにしてしまう事。(山形県, 高校生父親)

経済的なダメージがまだまだ尾を引いている為、暮らしが少し厳しくなった。(北海道, 小学生母親)

03：あなたの経験をふまえて、世の中の仕組みを作っている人たちにあなたが伝えたい「ねがい」はありますか？例えば「もっと〇〇してほしい（今やこれからは〇〇してほしい）」
「〇〇を続けてほしい」など、あれば具体的に書いてください。

子ども

コミュニケーション
ケア・サポート
子どもを尊重・
主体にして

学校の制度・設備
行事・活動
学習
オンライン

感染症対策・薬・ワクチン
経済支援
政策
安心、安全、平和に
遊びや余暇の保障

わからない
その他

保護者

コミュニケーション
ケア・サポート
子どもを尊重・
主体にして

学校の制度・設備
行事・活動
学習
オンライン
遊びや余暇の保障
スマホ・SNS
情報

感染症対策・薬・ワクチン
経済支援
政策
仕事
安心、安全、平和に
希望を持てるように
暮らしやすいように

わからない
その他

※子ども回答366件、保護者回答586件を回答内容の類似性からカテゴリー化した際に抽出されたテーマ一覧になります

全ての回答は「[10代のこどもたちとコロナを振りかえる（リンクへ飛ぶ）](#)」からご覧ください

コミュニケーション

みんなで集まれることを続けて欲しい。(茨城県, 小学生)

給食をグループで食べれるようにしてほしい(鹿児島県, 小学生)

繋がりの場を増やして欲しい、将来不安にならないような環境を作って欲しい、(熊本県, 中学生)

ケア・サポート

簡単に先生や大人などに相談したかった(岡山県, 中学生)

学校へ行けなくなった子の心のケア(富山県, 高校生)

心のホットラインを続けてほしい(東京都, 中学生)

子どもを尊重・主体にして

1人1人、思いや考えは違うので子どもの声をもっと聞いてほしい。(東京都, 中学生)

もっと私たち子ども達にもこれからのことを説明してほしい。(山形県, 高校生)

学校の制度・設備

学校にエアコンをつけてほしい(北海道, 中学生)

小学校の先生の負担を減らしてあげて欲しい(兵庫県, 小学生)

お金がなくても大学へ行ける支援をして欲しい(長野県, 高校生)

行事・活動

できなかった行事をあとからでもやりたかった。(埼玉県, 高校生)

大きな行事はしなくてもいいから、思い出になる小さなことを沢山やって欲しい
(新潟県, 中学生)

学習

学校の勉強をもっと社会に出てから役立つものにして欲しい。(静岡県, 中学生)

進路など将来のことを考える機会をもっと作ってほしい。(神奈川県, 中学生)

オンライン

オンラインでできることはそのままオンラインにしてほしい。(茨城県, 高校生)

学校のipadのセキュリティーをもう少し考えたから支給して欲しかった。みんな学校の授業中
ipadでゲームをしてるから。(新潟県, 中学生)

感染症対策・薬・ワクチン

新型のウイルスが蔓延した時の対策を考え続けてほしい。(山形県, 高校生)

子ども達に自粛を要請して、大人達はパチンコ屋に遊びに行くような状態を許さないでほしかった。
(茨城県, 高学生)

経済支援

生活が苦しくなっている人にもっとお金を配ってほしい!(広島県, 中学生)

お金がなくても大学へ行ける支援をしてほしい。(長野県, 高校生)

政策

もっと国民のことを思って政治をして欲しい。(新潟県, 高校生)

もっと若い世代が日本の政治を引っ張ってほしい(広島県, 高校生)

しっかりと情報を見極めて、本当に規制すべきかを考えて欲しい(熊本県, 高校生)

安心、安全、平和に

このままいじめなどが少なくなるようになってほしい。(茨城県, 小学生)

みんなが苦しいと思わないように考え続けてほしい(愛知県, 小学生)

小さな子供からお年寄りまで安全に暮らせる社会を作って欲しいです。(広島県, 小学生)

遊びや余暇の保障

たのしいことがしたい(福岡県, 中学生)

遊ぶ場所を増やして欲しい。ボール遊びが出来る場所が少ない(兵庫県, 中学生)

休みの日を増やして欲しい(徳島県, 高校生)

親の休みに合わせて、学校を休みたい(広島県, 小学生)

ない・わからない

特に無し(北海道, 小学生)

今は実感が湧いていないのでわかりません(大阪府, 中学生)

その他

世の中の仕組みに関心がない(島根県, 高校生)

あまり制限に気にしてほしくない(和歌山県, 小学生)

コロナで奪われ時間を返してほしい。(鹿児島県, 小学生)

コミュニケーション

思いやる心、気遣う心を忘れずにいてほしい(京都府, 中学生母親)

人と人が関わる経験ができやすい環境にしてほしい。何でもリモートで終わらせない。
(香川県, 高校生母親)

ケア・サポート

SOSを手軽に出せれる場所があるといいです。(広島県, 高校生母親)

どんな子どもにも居場所があってほしいと思います。個々に合わせた学校や勉強のスタイルが受け入れることができる社会であってほしいです。(大阪府, 中学生母親)

子どもを尊重・主体にして

制限されるのは大人だけでいい。こどもはこどもらしい生活をさせてあげたい
(兵庫県, 高校生母親)

子供に直結するわかりやすい仕組みにしてほしい。『子育て世帯』ではなく直接『子供自身』へ。
(長野県, 中学生母親)

学校の制度・設備

学校生活の中での決まりはある程度の歳になったら自分で選択できるようにしてほしい
(鹿児島県, 小学生母親)

家庭の状況、収入に関係なく、学びたい学校やなりたい職業につけるように、そのために必要な学費等を全て無償化してほしい。(福岡県, 中学生母親)

行事・活動

こどもたちが頑張って取り組んできた事の、発揮、発表する機会はなくすべきではない。様々な事柄でたくさんの経験を積ませてあげたい。(和歌山県, 中学生母親)

子供達にはもっとリアルに生きて欲しい。たくさん経験してたくさん失敗して学び成功体験に繋げてほしい。(京都府, 中学生母親)

学習

こどもの学びかたの多様性。横並びの学びではなく、自分の好きなことを楽しく追及できる環境。
(岩手県, 中学生母親)

同じ公立の学校でもコロナ禍での家庭学習のやり方にかなり差があったので全ての子供達に同様の環境を整えて欲しいと思いました。(神奈川県, 高校生母親)

オンライン

学校がタブレットをさせすぎ(山梨県, 小学生父親)

オンラインの仕事や授業が思ったほど浸透しなかったので、もっと国として制度として整備してほしい。 (大阪府, 高校生母親)

遊びや余暇の保障

公園や子供が遊び、集うスペースや場の確保をお願いしたいです。(石川県, 中学生母親)

放課後に遊べる場所を作ってほしい。学校の校庭を開放するなど、いつも生活している場所を使えるようにしてもらえるとよいと思う。(東京都, 中学生母親)

スマートフォン・SNS

中学生までスマホの利用を規制してほしい(兵庫県, 中学生母親)

大きくなり、携帯電話等に振り回されている。子供全体に制限をかけて欲しい。SNSがないと遊ぶ約束もできない。これはコロナ禍でかなり進んだと思う。(茨城県, 中学生母親)

情報

できるだけ、正しい情報を分かりやすく受け取れる環境作り。(高知県, 中学生母親)

情報の発信の仕方を、社会経験の少ない子どもたちや社会性に苦手さのある人たちの不安を煽らない情報の伝え方を願います(兵庫県, 中学生母親)

感染症対策・薬・ワクチン

コロナが明け、学校でマスクをする先生、しない先生、する生徒しない生徒がいる。自分はどうするのか判断できる考え方を指導して欲しい。(東京都, 中学生母親)

子供たちが何も気にすることなく活動できるように、感染症対策に取り組んで欲しい。(福岡県, 中学生父親)

経済支援

コロナで体験できなかったことを、家庭で補う場合に補助金を出してほしい。(新潟県, 小学生母親)

補助金は、子供には所得制限なしで平等に出してもらいたい。子供がかわいそうでした。(福岡県, 高校生母親)

政策

一般人の感覚を持つ人が、世の中の仕組みを作っている人になって欲しい。(三重県, 小学生母親)

住んでる地域での格差(例えば医療費など)があるので誰もが納得のいくものになれば…(京都府, 小学生母親)

仕事

感染時に仕事を休めと言われてもただの欠勤になり、何の保障もないところで勤めている。強制的に休ませるなら何かしらの補償が欲しい。(兵庫県, 中学生母親)

子供に寄り添えるように会社を休みやすい社会にしてほしい。もっと、柔軟でフレキシブルな仕事体系を望む。かつ、給与を十分もらえるように。(愛知県, 高校生母親)

安心、安全、平和に

子どもたちが大人になった時でも安心して生活出来る環境を整えておいて欲しいです(神奈川県, 高校生母親)

性別年代の垣根を越えて世界中の人々が平和に暮らせる世の中でありますように。(新潟県, 高校生母親)

希望を持てるように

子供たちが希望を持てるような社会にしてほしい(福岡県, 小学生母親)

子供達が将来に絶望し、夢を諦めることのない未来を今のうちに構築して欲しい(山形県, 中学生母親)

暮らしやすいように

逃げ道をたくさん用意する(島根県, 高校生母親)

管理社会が進み過ぎていて、可能性を秘めたこども達が伸び伸びしていない感じがするのでもっとおおらかな社会になって欲しい。(東京都, 中学生母親)

ない・わからない

今は特に思いつきません(広島県, 高校生母親)

願っても、なにもできないだろうから、期待は持たない。(千葉県, 中学生母親)

その他

誰かが解決できる問題ではないと思う(北海道, 中学生母親)

コロナ禍の経験は辛いものではなかったそうです。皆が元通りの生活を望んでいるわけではないことともご理解下さい(広島県, 中学生母親)

おわりに

私たちは、コロナ流行初期の2020年4月から、オンライン調査や郵送調査を継続して行ってきました。その中で、パンデミックのような社会の変化の中でも、子どもの声を聴き、その声を子ども自身や社会全体に届ける努力を続けてまいりました。そして、子どもたちの声から多くのことを学ぶ過程で、大人が聴きたいことを大人の方法で聴き、大人がまとめて届けるだけではなく、子どもの声を聴くプロセス自体も、子どもたちとともに作り上げていきたいという願いが生まれました。

今回、子どもたちとともに考えた質問に多くの方が答えてくださり、それを子どもたちや周囲の方たちと共有できることに心から感謝申し上げます。

これからも、私たちの社会はさまざまに変化し、コロナのような危機を超えていくことが予想されます。今回の調査結果が、変化の中にあっても子どもたちの最善の利益を実現できる社会の実現に少しでも役立てば幸いです。

