

2. 調査の概要

(1) 調査対象

全国に居住する 3～6 歳の幼児を養育する父親または母親

(2) 調査方法

インターネット調査

調査委託機関：株式会社インテージ

東京都千代田区神田練塀町 3 番地 インテージ秋葉原ビル

(3) サンプルの抽出方法

1) 全国の市区町村について都道府県を単位として次の 10 地区に分類した。

北海道地区＝北海道（1 道）

東北地区＝青森県、岩手県、宮城県、秋田県、山形県、福島県（6 県）

関東地区＝茨城県、栃木県、群馬県、埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県（1 都 6 県）

北陸地区＝新潟県、富山県、石川県、福井県（4 県）

東山地区＝山梨県、長野県、岐阜県（3 県）

東海地区＝静岡県、愛知県、三重県（3 県）

近畿地区＝滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県（2 府 4 県）

中国地区＝鳥取県、島根県、岡山県、広島県、山口県（5 県）

四国地区＝徳島県、香川県、愛媛県、高知県（4 県）

九州地区＝福岡県、佐賀県、長崎県、大分県、熊本県、宮崎県、鹿児島県、沖縄県（8 県）

2) 抽出

①令和 2 年国勢調査人口より推計した全国 10 地区別の 3～5 歳児人口に基づき、回収目標数 3,000 を目標に性別・年齢別に割付を行った。

②株式会社インテージのモニターを利用し、長子または末子が 2017 年 4 月 2 日～2020 年 4 月 1 日 生まれの幼児（3～6 歳）を養育する保護者（父親と母親）を抽出した。

③該当する年齢の幼児が 2 人以上いる場合は、どちらか 1 人の幼児の状況について回答させた。

(4) 調査期間

2023 年 11 月 8 日～10 日

(5) 回収結果

1) 対象者数

幼児（年少～年長）を養育する保護者：3,144

2) 年齢別にみた対象者数

3 歳児（年少）：1,053、4 歳児（年中）：1,060、5 歳児（年長）：1,031

3) 地域ブロック別にみた対象者数

表1に示した。

【表1】地域ブロック別にみた対象者数

地域ブロック	全体	年齢別			性別×年齢別					
					男子			女子		
		3歳	4歳	5歳	3歳	4歳	5歳	3歳	4歳	5歳
全体	3144	1053	1060	1031	525	534	518	528	526	513
北海道地区	132	49	43	40	21	22	22	28	21	18
東北地区	197	66	66	65	32	33	32	34	33	33
関東地区	1042	350	351	341	174	175	172	176	176	169
北陸地区	134	44	46	44	23	22	22	21	24	22
東山地区	124	41	39	44	20	20	20	21	19	24
東海地区	339	114	114	111	59	57	56	55	57	55
近畿地区	495	162	170	163	79	88	83	83	82	80
中国地区	188	62	62	64	32	31	33	30	31	31
四国地区	97	39	30	28	22	13	13	17	17	15
九州地区	396	126	139	131	63	73	65	63	66	66

4) 調査依頼した対象者数：30,082

5) 有効回答数：3,144（※有効回答数が回収目標に達した時点で回答締切）

6) 回収率：10.5%

7) 回答時間中央値：13分17秒

8) 回答時間平均値：37分26秒

(6) 調査内容

- 1) 幼児の運動実施状況：外遊び、室内・屋内での運動遊び、運動・スポーツ系の習いごと、運動遊びの内容（基本的な動作の経験頻度）
- 2) 幼児の生活習慣：幼児の朝食摂取状況、幼児の就寝時刻・起床時刻（平日・休日）、幼児のスクリーンタイム（平日・休日）
- 3) 生育環境：親子での運動遊びの実施頻度、保護者の就寝時刻・起床時刻（平日・休日）、保護者の運動習慣、ママ友・パパ友の有無、子どものスポーツ活動にかかる費用、居住年数、居住形態
- 4) 情緒・行動特性：子どもの強さと困難さアンケート（Strength and Difficulties Questionnaire：SDQ）日本語版の親による評価の尺度得点
- 5) 基本属性（幼児）：就園状況、登園時刻・降園時刻、身長・体重、同居家族、ケガや病気などによる運動への支障有無
- 6) 基本属性（保護者）：続柄、職業、労働時間、婚姻状況、学歴、世帯年収

(7) 分析方法

- 1) 運動実施状況に関わる項目の質問方法

運動は過去1ヵ月間における園外（幼稚園や保育園などの園にいる時間帯での活動は含めない）、以下の活動についてたずねた。ただし、園が終了してから、園の施設や場所を使って家庭が任意で習わせる運動・スポーツは、園外の運動・スポーツの習いごととして回答させた。

①外遊び：

曜日ごとに「公園や園外での遊び場」、「自宅の敷地内(庭など)」、「路上(道路や路地裏など)」、「その他の外遊びの場所」での外遊びの有無を回答させた。次に、有と回答した場面について平均的な1日あたりの時間を曜日ごとに回答させた。その後、回答した曜日ごとの場面と時間をみながら、そのうち息がはずむ程度のきつさの運動時間が何分あるのかを回答させ、中高強度の運動(以下、MVPA: Moderate to Vigorous Physical Activity)とした。

②室内・屋内での運動遊び：

曜日ごとに「室内でゲーム機やテレビ、動画をみながら体を動かす運動(例：Wii Sports、ニンテンドースイッチなどのゲーム、YouTubeなど)」、「室内で体を動かす運動(例：ゲーム機やテレビ、動画以外。走り回る、親子で体を動かして遊ぶなど)」、「屋内運動施設(例：体育館・プール、児童館、商業施設の遊び場など)」、「その他の室内で体を動かす場面」での室内・屋内での運動遊びの有無を回答させた。次に、有と回答した場面について平均的な1日あたりの時間を曜日ごとに回答させた。その後、回答した曜日ごとの場面と時間をみながら、そのうち息がはずむ程度のきつさの運動時間(MVPA)が何分あるのかを回答させた。

③運動・スポーツの習いごと：

曜日ごとに「運動・スポーツの習いごと」の有無について回答させた。次に、有と回答した曜日について、平均的な1日あたりの時間を回答させた。その後、回答した曜日ごとの時間をみながら、そのうち息がはずむ程度のきつさの運動時間(MVPA)が何分あるのかを回答させた。

2) 運動実施状況に関わる項目の分析方法

①総運動日数

外遊び、室内・屋内での運動遊び、運動・スポーツの習いごとのいずれかを行っている日を1日とカウントし、1週間あたりの総運動日数を算出した。

②総運動時間

外遊び、室内・屋内での運動遊び、運動・スポーツの習いごとの実施時間を足し合わせ、週の合計および週1日あたりの平均的な体を動かす遊びや運動時間を算出した。

③運動遊びの内容(基本的な動作の経験頻度)

過去3ヵ月間に、以下の基本的な動作が含まれる運動遊びを行った頻度をたずねた。文部科学省の幼児期運動指針および体育科学センターの基本的動作の分類に基づき、「体のバランスをとる動き」、「体を移動する動き」、「用具などを操作する動き」の3つの系統から、特に運動・スポーツにつながる基本的な動きと考えた以下の12種類の動きを選定した。習いごとでの活動は含めるが、幼稚園や保育園などでの活動は除くよう指示して回答させた。

【体のバランスをとる動き】

ぶら下がる遊び(鉄棒、うんていなど)

回る遊び(鉄棒、前回り、横転がり、親子遊び、ダンスのターンなど)

逆さまになる遊び(逆立ち、鉄棒、親子遊びなど)

水にもぐる、浮く、泳ぐ遊び(風呂にもぐる、水に顔をつける、スイミングも含む)

【体を移動する動き】

走る遊び（おにごっこ、かけっこなど）

ジャンプする遊び（トランポリン、ケンケンパ、なわとび、ジャンプを含むダンスなど）

登る遊び（斜面や垂直面を手足を使って登る、ジャングルジム、登り棒、登り綱、木登りなど）

【用具などを操作する動き】

物を投げる遊び（ドッジボール、キャッチボール、フリスビー、紙飛行機飛ばしなど）

物を蹴る遊び（サッカー、石けりなど）

物を打つ遊び（バットで打つ、ラケットで打つ、棒で打つなど）

乗り物に乗る遊び（三輪車、自転車、キックボード、ブレイブボードなど）

押したり引いたりする遊び（すもう、人や物を押したり引いたりなど）

3) データの事前処理方法

【運動・スポーツの習いごと】

幼児がしている運動・スポーツの習いごとの内容で「その他」と回答した者（n=81）のうち、ピアノ（n=14）、英語・英会話（n=7）、お絵かき（n=1）、工作（n=1）という運動・スポーツ以外の習いごとを回答した者（n=23）が確認されたため、これらの回答は除外した。この23件のうち、18件は運動・スポーツの習いごとの内容に関する既存の12種類の選択肢に回答がなかったため、「運動・スポーツの習いごとをしていない」に修正した。関連して、運動・スポーツを実施している曜日や時間の入力されているデータは無効データとした。

【起床・就寝時刻】

ベネッセ教育総合研究所の調査結果に基づき「起床時刻が5時以前または10時以降」、「就寝時刻が0～19時」のデータは幼児の非典型的な起床・就寝時刻と判断した（n=132）。これらのデータの特徴を観察し、明らかな入力ミスと考えられるデータを修正するために、以下の処理を全体のデータに適用した結果、122件が修正または除外された。保護者のデータについては③の条件のみ適用した（n=13）。

①「起床時刻が19～24時」かつ「就寝時刻が5～10時」の場合（n=8）

起床時刻と就寝時刻を入れ替えた場合に典型的な範囲に収まるため、起床時刻と就寝時刻を入力する場所を間違えたと判断し、起床時刻と就寝時刻のデータを入れ替えた。

②「就寝時刻が4～12時」の場合（n=76）

①を全体に適用後、就寝時刻が4～12時の場合は、就寝時刻を12時間表記と間違えたと判断し、12時間を追加することで24時間表記に修正した。

③平日および休日の起床・就寝時刻がすべて同じ時刻になっている場合（n=12）

すべて同時刻が入力されている場合は、回答者が考慮せずに回答したと判断し、その起床・就寝時刻は分析に含めない無効データとした。

④「起床時刻が0～4時」または「起床時刻が12～24時」の場合（n=26）

幼児の起床時刻は5～10時にほぼデータが収束するため、それ以外のデータは入力ミスと判断し、無効データとした。

【登園・降園時刻】

ベネッセ教育総合研究所の調査結果に基づき「登園時刻が7時よりも前または10時よりも後」、「降園時刻が13時より前または19時よりも後」のデータは幼児の非典型的な登園・降園時刻と判断した(n=434)。これらのデータの特徴を観察し、明らかな入力ミスと考えられるデータを修正するために、以下の処理を全体のデータに適用した結果、352件が修正または除外された。

①「月曜日～日曜日のいずれかの降園時刻が9時よりも前」の場合(n=258)

降園時刻を12時間表記と間違えたと判断し、12時間追加することで24時間表記に修正した。

②「月曜日～日曜日のいずれかの在園時間が1.5時間未満」の場合(n=6)

①の処理後のデータに対して、各曜日の降園時刻から登園時刻を引いて、在園時間を算出した。在園時間が短すぎる場合(1.5時間未満)は入力ミスと判断し、該当する曜日の登園時刻と降園時刻を無効データとした。

③起床時刻よりも登園時刻が早い曜日がある場合(n=88)

登園時刻の入力ミスと判断し、該当する曜日の登園時刻を無効データとした。

4) データの除外基準

【ケガや病気の有無】

運動に関わる項目の分析を行う場合は、過去1ヵ月、ケガや病気などで運動に支障があった幼児(n=241)は除外した(1週間以内で治るケガや風邪などは含まない)。

(8) 運動の範囲

「外遊び」「室内・屋内での運動遊び」は、園にいる時間や運動の習いごと以外の活動を指す。

(9) 研究体制・共同研究者

【研究担当】 公益財団法人 笹川スポーツ財団 研究調査グループ 武長 理栄

【共同研究者】 名城大学 農学部/大学院 総合学術研究科 准教授 香村 恵介

公立大学法人 福岡女子大学 国際文理学部 教授 長野 真弓