

## 5. 付録

本調査では以下の質問票を用いて調査を実施した。

Q1. あなたの性別をお答えください。	1	男性
	2	女性
Q2. あなたの年齢をお答えください。	1	( ) 歳
Q3. あなたの婚姻状況を教えてください。	1	未婚
	2	有配偶（現在結婚している）
	3	死別（配偶者と死に別れた）
	4	離別（配偶者と離婚した）
Q4. あなたと、あなたの配偶者の主な職業はこの中のどれにあたりますか。	1	自営業（農林漁業、小売店・飲食店・理髪店・団体の経営者・個人営業主などの商工サービス業、開業医、弁護士事務所経営者、芸術家、茶華道師匠など）
(1) あなた	2	家族従事者（農家や個人商店などで自分の家族が経営する事業を手伝っている者）
(2) 配偶者	3	勤め人【正社員・正職員】（会社員、公務員、研究者、教員など）
	4	勤め人【契約社員・派遣社員・非常勤】（会社員、公務員、研究者、教員など）
	5	専業主婦・主夫（パートタイムをしていない方）
	6	パートタイムやアルバイト
	7	無職
	8	その他（ ）
Q5. あなたと同居している方をすべてお選びください。	1	配偶者・パートナー
	2	子ども（未就学児）
	3	子ども（小学生）
	4	子ども（中学生）
	5	子ども（高校生以上）
	6	父親・母親（義理含む）
	7	祖父・祖母（義理含む）
	8	兄弟・姉妹
	9	孫
	10	その他の親戚
	11	友人・知人
	12	その他
	13	同居家族はいない（一人暮らし）
Q6. 調査にご協力いただくお子様を含めて、同居するお子様は何人ですか。一番下のお子様の年齢をお答えください。	1	( ) 人
	2	末子年齢( ) 歳
Q7. あなた個人の年収とあなたのご家庭の世帯年収はおおよそどれくらいですか。	1	200万円未満
(1) 個人年収	2	200～300万円未満
(2) 世帯年収	3	300～400万円未満
	4	400～500万円未満
	5	500～600万円未満
	6	600～700万円未満
	7	700～800万円未満
	8	800～900万円未満
	9	900～1,000万円未満
	10	1,000万円以上
	11	わからない・答えたくない

Q8. あなたとあなたの配偶者が最後に卒業した学校はどれですか。	1	中学校
(1) あなた	2	高校
(2) 配偶者	3	短大・高専
	4	専門学校
	5	大学
	6	大学院
	7	その他の学校 ( )
	8	わからない
	9	答えたくない
ここからは小学生のお子様と同居している方にお伺いします。小学生のお子様にお話を聞いていただきながらご回答ください。		
Q9. あなたは、調査にご協力いただくお子様からみて、次のどなたにあなたはまりますか。	1	父
	2	母
	3	祖父
	4	祖母
	5	その他 ( )
Q10. 調査にご協力いただくお子様の年齢をお答えください。	1	( ) 歳
Q11. 調査にご協力いただくお子様の性別をお答えください。	1	男
	2	女
Q12. 調査にご協力いただくお子様の学年をお答えください。	1	1年
	2	2年
	3	3年
	4	4年
	5	5年
	6	6年
Q13. 調査にご協力いただくお子様は、今、学校の課外活動のクラブや運動部、民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など）などに入っていますか。	1	学校のクラブ活動・運動部活動
	2	民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）
	3	地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など）
	4	その他（具体的に： ）
	5	運動部・クラブに入っていない
Q14. Q13で「学校のクラブ活動・運動部活動」「民間のスポーツクラブ」「地域のスポーツクラブ」「その他」を回答した方にお伺いします。学校のクラブ活動・運動部活動、民間のスポーツクラブや地域のスポーツクラブなどで実践している種目は何ですか。※3種目以上の場合は主な種目をお書きください。	1	( )
	2	( )
	3	( )
Q15. Q14で回答した種目について、平日と休日それぞれの1か月あたりの活動日数と、1回あたりの活動時間はどのくらいですか。それぞれお答えください。		平日（月～金）1か月に（ ）日／1回（ ）分
		休日（土・日）1か月に（ ）日／1回（ ）分

Q16～Q21は調査にご協力いただくお子様の最近7日間の活動状況についての質問です。それぞれの質問文を読み上げながら、お子様にお聞きください。お子様に質問せずに保護者の方が回答を入力することのないようにしてください。		
調査にご協力いただくお子様の身体活動についておたずねします。 (最近の7日間)。		
ここでいう身体活動とは、心臓がドキドキしたり息切れしたりするようなすべての活動のことで、スポーツや友だちとあそぶこと、学校に徒歩や自転車を通うことも入ります。例えばランニング、速歩き、ローラースケート、自転車、ダンス、水泳、サッカー、バスケットボールなどがあります。		
Q16. 調査にご協力いただくお子様は、最近の7日間に、1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日は何日ありましたか。	1	1日
	2	2日
	3	3日
	4	4日
	5	5日
	6	6日
	7	7日
	8	なし
Q17. Q16で「1日」～「3日」と回答した方にお尋ねします。その理由は何ですか。	1	得意ではないから
	2	きらいだから
	3	疲れるから
	4	面倒だから
	5	時間がないから
	6	運動・スポーツより他にしたいことがあるから
	7	暑いから
	8	寒いから
	9	その他( )
	10	特に理由はない
Q18. 最近の7日間、調査にご協力いただくお子様は体育の授業やスポーツの練習以外で、1日平均何分間、屋外で活発に遊びましたか。 (注: 活発な屋外遊びとは、野原、校庭、遊び場、近所の公園、近くの自然など、屋外で行われる身体活動を伴った遊びを指します)。	1	1日あたり( )分間
Q19. 最近の7日間、調査にご協力いただくお子様は体育の授業やスポーツの練習以外で、1日平均何分、屋内で活発に遊びましたか。 (注: アクティブな屋内遊びとは屋内、学校の体育館、保育園、コミュニティセンター、または休み時間の教室で行われる身体活動を伴った遊びを指します)	1	1日あたり( )分間
最近の7日間、調査にご協力いただくお子様がそれぞれの場所でのくらの頻度、時間遊んでいるかを尋ねます。		
遊びとは、子どもが楽しむために行う、重大な目的や実用的な目的がない活動のことです。例えば、習い事やスポーツは遊びに含まれませんが、友達とボールで遊ぶことは遊びに含まれます。また、スクリーンタイムは含めないでください。		

Q20. どれくらいの頻度遊んでいるかお答えください。		
(1) 自宅や他人の家	1	毎日
(2) 運動場や公園	2	1週間に4～6回
(3) 木、森林、山	3	1週間に2～3回
(4) 屋内プレイセンターや屋内プール（例：屋内遊園地、体育館、スイミングプールなど）	4	1週間に1回
	5	まったくない
Q21. 1日あたりどれくらいの時間遊んでいるかお答えください。		
(1) 自宅や他人の家	1	30分未満
(2) 運動場や公園	2	30分～1時間未満
(3) 木、森林、山	3	1～2時間未満
(4) 屋内プレイセンターや屋内プール（例：屋内遊園地、体育館、スイミングプールなど）	4	2～3時間未満
	5	3～4時間未満
	6	4～5時間未満
	7	5時間以上
	8	わからない
Q22. 調査にご協力いただくお子様の、平日（月～金）と休日（土・日）の就寝時刻と起床時刻を24時間表記で教えてください。（例：午後10時⇒22時、午前0時⇒24時）（最近の7日間）		
(1) 平日（月～金）就寝時刻	1	( ) 時 ( ) 分
(2) 平日（月～金）起床時刻		
(3) 休日（土・日）就寝時刻		
(4) 休日（土・日）起床時刻		
Q23. 調査にご協力いただくお子様は、学校の授業以外で、テレビやDVDをみたり、パソコン、ゲーム（テレビ、パソコン、携帯式のゲーム機などを含む）、スマートフォンなどを使用したりする時間は1日あたりどれくらいですか。（最近の7日間）		
(1) 平日（月～金）	1	30分未満
(2) 休日（土・日）	2	30分～1時間未満
	3	1～2時間未満
	4	2～3時間未満
	5	3～4時間未満
	6	4～5時間未満
	7	5時間以上
	8	わからない
Q24. あなたと、あなたの配偶者の1週間あたりの勤務時間（残業時間を含む）を教えてください。過去1カ月を振り返ってお答えください。働いていない場合は「0」とお答えください。		
(1) あなた	1	1週間あたり ( ) 時間
(2) 配偶者	1	1週間あたり ( ) 時間

---

気候変動時代における子どもの身体活動と遊びに関する調査

研究代表者：日本体育大学 城所 哲宏

2026年3月発行

発行者 公益財団法人 笹川スポーツ財団

〒107-0052 東京都港区赤坂 1-2-2 日本財団ビル 3階

TEL 03-6229-5300 FAX 03-6229-5340

E-mail [info@ssf.or.jp](mailto:info@ssf.or.jp) URL <https://www.ssf.or.jp/>

---

無断転載、複製および転訳載を禁止します。引用の際は本書が出典であることを明記してください。

本事業は、ポートレースの交付金による日本財団の助成金を受けて実施しました。