資料１　専門家による詳細な分析

本章では、東京科学大学の先生方に行っていただいた分析を掲載いたします。

＜分析実施者＞
東京科学大学　公衆衛生学分野
藤原 武男 教授
寺田 周平 助教
東京科学大学　政策科学分野
伊角 彩　 講師

本章では、東京科学大学の先生方に行っていただいた分析を掲載いたします。

※　この章に出てくる「Ｐ値」という言葉について

ある物事の関連が偶然によるものかどうか、を判断するうえで用いられるのが「Ｐ値」です。多くの研究などでは、Ｐ値が 0.05 未満の場合に、物事と物事との関連がない確率が非常に低い（つまり関連がある）と判断されています。

１　新たに追加した質問項目に係る分析

（１）目的

今回の調査から新たに追加した質問項目として、１）習い事の状況、２）動画投稿サイトの利用状況、３）子どもの主体性や挑戦を支える保護者の関わり、４）家庭における日常的な管理・意思決定の主体、５）子どもの学校環境に関する認知、６）家族のソーシャル・キャピタルについて、子どもの「レジリエンス（逆境を乗り越える力)」との関連を明らかにすることを目的とした。

（２）調査概要

悉皆調査である小２の全データ（N=2,539）を用いた。

調査対象者と回収状況は P7 の通りである。無回答（欠測）の割合は省略し、各割合の分母を 2,539 に統一した。

（３）調査結果

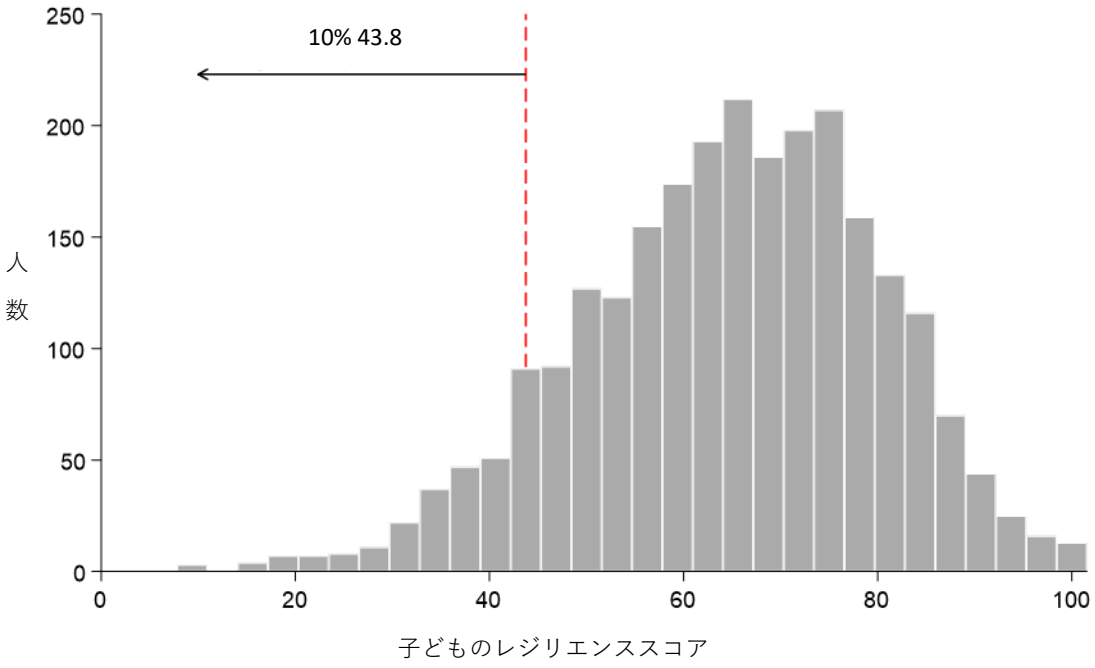
ア　子どものレジリエンス（逆境を乗り越える力）

本調査では､子どものレジリエンス･ストレス対処能力を Children’s Resilience and Coping Scale （CRCS、保護者が下記の 8 項目に回答)を用いて計測した。スコアが高い方がレジリエンスが高いことを示す。

過去１か月の間のお子さんの様子にあてはまる番号を選んでください。

	まったくこのとおり	だいたいこのとおり	少し合っている	ほとんど合っていない	まったくちがう
(ア) 将来について、明るい面を言うことができる	1	2	3	4	5
(イ) 自分のベストを尽くそうとする	1	2	3	4	5
(ウ) 馬鹿にされたり、悪口を言われても、うまく対処することができる	1	2	3	4	5
(エ) 他人にきちんと挨拶することができる	1	2	3	4	5
(オ) 大人が指示しなくとも、自ら学校の準備、宿題、家の手伝いができる	1	2	3	4	5
(カ) 必要な時には適切にアドバイスを求めることができる	1	2	3	4	5
(キ) 将来よい結果となるように、今欲しいものをあきらめたり、嫌なことでも実行することができる	1	2	3	4	5
(ク) 自分がわからなかったことを知るために、質問をすることができる	1	2	3	4	5

スコアを 100 点満点に換算したところ、次のような分布となった。



イ　習い事の実施状況

本項目では、子どもの習い事の状況について把握するため、習い事をしているかどうかに加え、子ども自身が希望して始めた習い事の数・内容、および保護者が希望して始めた習い事の数・内容を尋ねた。これらの項目を用いて、習い事への参加状況やその開始の背景（子どもの意向か、保護者の意向か）が、子どものレジリエンスとどのように関連しているかを検討した。

（ア）習い事の有無

子どもが習い事を「している」と回答した者は 2,129 人（83.9%）、「していない」と回答した者は 406 人（16.0%）であった。

レジリエンス（100 点満点）との関連について分析を行ったところ、習い事をしている子どもの平均レジリエンススコアは 65.3 点であり、習い事をしていない子どもの 61.2 点と比べて 4.1 ポイント高かった（差 = 4.08、95%信頼区間: 2.46, 5.71、P < 0.001）。

	平均	標準偏差
習い事をしていない	61.2	0.7
習い事をしている	65.3	0.3

（イ）子どもが希望して始めた習い事の数

次に、子ども自身が行きたいと希望して始めた習い事の数について検討した。子どもが希望して始めた習い事の数は、「0 こ」が 170 人（6.7%）、「1 こ」が 826 人（32.5%）、「2 こ」が

670 人（26.4%）、「3 こ」が 304 人（12.0%）、「4 こ」が 99 人（3.9%）、「5 こ」が 34 人（1.3%）、「6 こ」が 13 人（0.5%）、「7 こ以上」が 5 人（0.2%）だった。

各群におけるレジリエンススコアの平均値は、下表のとおりである。

習い事の数	平均	標準偏差
0 こ	59.0	16.1
1 こ	64.5	15.5
2 こ	65.5	15.1
3 こ	68.5	15.1
4 こ	69.2	13.7
5 こ	68.8	13.5
6 こ	65.1	14.7
7 こ以上	80.6	17.2
習い事をしているが回答なし	69.5	12.7

全体として、子どもが希望して始めた習い事の数が多いほど、レジリエンスが高い傾向が示された（P for trend ＜ 0.001）。

（ウ）親が希望して始めた習い事の数

さらに、父母が行かせたいと考えて開始した習い事の数について検討した。親が希望して始めた習い事の数は、「0 こ」が 585 人（23.0%）、「1 こ」が 847 人（33.4%）、「2 こ」が 449 人（17.7%）、「3 こ」が 157 人（6.2%）、「4 こ」が 32 人（1.3%）、「5 こ」が 21 人（0.8%）、「6 こ」が 4 人（0.2%）、「7 こ以上」が 7 人（0.3%）だった。

各群におけるレジリエンススコアの平均値は、下表のとおりである。

習い事の数	平均	標準偏差
0 こ	66.5	14.8
1 こ	65.0	15.6
2 こ	64.1	15.8
3 こ	64.0	16.2
4 こ	69.9	11.1
5 こ	66.2	16.1
6 こ	61.7	20.9
7 こ以上	71.0	19.8
習い事をしているが回答なし	71.2	10.7

全体として、子どもが希望して始めた習い事の数と比べて、レジリエンスとの関連は明らかではなかった（P for trend 0.232）。

以上、習い事に関する分析から、習い事をしていること自体は子どものレジリエンスと有意に関連していたが、その関連の強さは「誰の意向で始めたか」によって大きく異なることが明らかとなった。特に、子ども自身が希望して始めた習い事の数が多いほど、レジリエンスは一貫して高くなる傾向が認められた。一方で、保護者の意向で始めた習い事の数とレジリエンスとの関連は明確ではなかった。これらの結果から、習い事の数そのものよりも、子ども自身の主体性や選択に基づく経験が、レジリエンス形成において重要である可能性が示唆された。

ウ　動画投稿サイトの利用

本項目では、子どもの動画投稿サイト（YouTube、TikTok など）の利用状況を把握するため、一日当たりの利用時間に加え、動画投稿サイト利用に関する家庭内のルールの有無、ルールの決定主体（父母で決めたかどうか)、子どもと相談してルールを決めているか、およびルールを守らせる程度について尋ねた。

（ア）動画投稿サイトの利用時間

まず、動画投稿サイト（YouTube、TikTok など）の一日当たりの利用時間について尋ねた。その結果、「動画投稿サイトは見ない」と回答した者は 333 人（13.1%)、「1 時間未満」が 700 人（27.6%)、「1～2 時間未満」が 866 人（34.1%)、「2～3 時間未満」が 435 人（17.1%)、「3～4 時間未満」が 137 人（5.4%)、「4 時間以上」が 59 人（2.3%）であった。

各群におけるレジリエンス（100 点満点）の平均値は、「見ない」子どもでは 65.7 点、「1 時間未満」では 65.9 点、「1～2 時間未満」では 65.1 点、「2～3 時間未満」では 64.5 点、「3～4 時間未満」では 57.9 点、「4 時間以上」では 55.3 点だった。

	平均	標準偏差
動画投稿サイトはみない	65.7	16.5
1 時間未満	65.9	14.3
1～2 時間未満	65.1	15.1
2～3 時間未満	64.5	15.6
3～4 時間未満	57.9	15.0
4 時間以上	55.3	15.9

さらに、動画投稿サイトの一日当たりの利用時間とレジリエンスとの関連を回　　帰分析により検討したところ、3 時間未満の利用では、レジリエンスとの有意な関連は認められなかった一方、3～4 時間の利用ではレジリエンスが有意に低く（係数 −7.8、$P<0.001$)、4 時間以上の利用ではさらに大きな低下が認められた（係数 −10.4、$P < 0.001$)。このことから、動画投稿サイトの利用時間が 3 時間を超える場合に、レジリエンスの低下と関連することが示された。

	係数	信頼区間	P 値
動画投稿サイトはみない	参照		
1 時間未満	0.1	(-1.8, 2.1)	0.888
1～2 時間未満	-0.6	(-2.5, 1.3)	0.526
2～3 時間未満	-1.3	(-3.4, 0.9)	0.251
3～4 時間未満	-7.8	(-10.8, -4.8)	<0.001
4 時間以上	-10.4	(-14.6, -6.2)	<0.001

（イ）動画投稿サイト利用に関する家庭内のルールの有無

次に、動画投稿サイトの利用について家庭内でルールがあるかどうかを調査した。その結果、「ルールがある」と回答した者は 1,949 人（76.8%）、「ルールがない」と回答した者は 577 人（22.7%）であった。レジリエンスとの関連について分析を行ったところ、ルールがある家庭の子どもの平均レジリエンススコアは 65.1 点であり、ルールがない家庭の 63.1 点と比べて 2.0 ポイント高かった（差=2.00、95%信頼区間:0.58,3.43、P=0.006）。

このことから、動画やゲームの利用に関するルールがある家庭の子どもは、そうでない家庭の子どもと比べてレジリエンスが有意に高いことが示された。

（ウ）動画投稿サイトに関する利用ルールを誰が決めたか

ルールがある家庭を対象に、誰がそのルールを決めたかについて検討した。その結果、「母と父で決めた」が 1,244 人（49.0%）、「母だけで決めた」が 632 人（24.9%）、「父だけで決めた」が 51 人（2.0%）、「母と父以外で決めた」が 18 人（0.7%）であった。

各群におけるレジリエンススコアの平均値は、下表のとおり。

	平均	標準偏差
はい、お母さんとお父さんで決めた	66.2	14.8
いいえ、お母さんだけで決めた	63.1	16.0
いいえ、お父さんだけで決めた	63.8	14.3
いいえ、お母さんとお父さん以外で決めた	61.6	14.5

分散分析の結果、ルールを決めた主体によってレジリエンススコアには有意な差が認められた（P＜0.001）。特に、母と父の両方が関与してルールを決めている家庭の子どもで、レジリエンスが高い傾向が示された。

（エ）子どもと相談してルールを決めたかどうか

さらに、ルールを子どもと相談して決めたかどうかについて検討した。その結果、「相談して決めた」と回答した者は 1,318 人（51.9%）、「相談していない」と回答した者は 628 人（24.7%）であった。

レジリエンスとの関連について分析を行ったところ、子どもと相談してルールを決めた場合の平均は 66.5 点であり、相談していない場合の 62.2 点と比べて 4.3 ポイント高かった（差 = 4.34、95%信頼区間: 2.90, 5.77、P < 0.001）。

	平均	標準偏差
子どもと相談して決めた	66.5	0.4
相談しないで決めた	62.2	0.6

このことから、ルールを一方的に決めるのではなく、子どもと相談して決めている家庭の子どもでは、レジリエンスが有意に高いことが示された。

（オ）動画投稿サイトの利用ルールを守らせる程度

最後に、動画投稿サイトの利用ルールをどの程度守らせているかについて検討した。その結果、「常に守らせている」が 488 人（19.2%）、「ある程度守らせている」が 1,369 人（53.9%）、「あまり厳しく守らせていない」が 93 人（3.7%）であった。

各群におけるレジリエンススコアの平均値は、下表のとおり。

	平均	標準偏差
常に守らせている	68.1	16.0
ある程度守らせている	64.6	14.8
あまり厳しく守らせていない	57.6	14.6

ルールを明確に設定し、それを継続的に守らせている家庭の子どもほど、レジリエンスが高い傾向が示された（P for trend < 0.001）。

以上、動画投稿サイトの利用に関する分析から、利用時間が長くなるほど子どものレジリエンスは低下する一方で、家庭内の関わり方によってその影響が大きく異なる可能性が明らかとなった。特に、家庭内に明確な利用ルールがあり、そのルールを保護者間で共有し、さらに子どもと相談しながら決めている場合には、レジリエンスが高い傾向が一貫して認められた。また、ルールを形骸化させず、一定程度守らせている家庭の子どもほどレジリエンスが高いことも示された。これらの結果は、動画投稿サイトの利用そのものを単に制限するのではなく、家庭内での合意形成や一貫した関わりを通じて利用を調整することが、子どものレジリエンス形成に重要である可能性を示唆している。

ウ　子どもの主体性や挑戦を支える保護者の関わり

本項目では、子どもの主体性や挑戦を支える保護者の関わりについて把握するため、以下の 6 項目について、「常にしている」「時々している」「ほとんどしていない」の 3 段階で尋ねた。

あなたは、次のようなことをどの程度行っていますか。

	常に している	時々 している	ほとんど していない
お子さんの興味・関心を広げようとしている	2	1	0
お子さんがやりたいことに挑戦して失敗した時に、否定せず、温かく見守る	2	1	0
お子さんがやりたいことに挑戦していることについて、前向きな声かけを行う	2	1	0
お子さんがやりたい遊びや活動に付き合う	2	1	0
お子さんのやりたい遊びや活動を止めないようにする（あまりにも高額であったり命に関わるようなことの場合は除く）	2	1	0
お子さんが自分の意見を言う権利を尊重する	2	1	0

（ア）子どもの興味・関心を広げようとする関わり

「常にしている」は 1,145 人（45.1%）、「時々している」は 1,303 人（51.3%）、「ほとんどしていない」は 77 人（3.0%）であった。

各群におけるレジリエンス（100 点満点）の平均値は、「常にしている」で 68.5 点、「時々している」で 61.9 点、「ほとんどしていない」で 54.2 点であった。

興味・関心を広げようとする関わりが多くなるにつれて、レジリエンスが有意に高くなる傾向が認められた（P for trend ＜ 0.001）。

（イ）挑戦の失敗を否定せず見守る関わり

次に、子どもの挑戦に対して、失敗を否定せず見守っているかどうかについて、「常にしている」は 1,435 人（56.5%）、「時々している」は 1,036 人（40.8%）、「ほとんどしていない」は 53 人（2.1%）であった。

各群におけるレジリエンススコアの平均値は、「常にしている」で 69.1 点、「時々している」で 59.4 点、「ほとんどしていない」で 49.4 点であり、挑戦の失敗を否定せず見守る関わりが多くなるほど、レジリエンスは有意に高くなる傾向が認められた（P for trend ＜ 0.001）。

（ウ）挑戦について前向きに声かけを行う関わり

保護者が子どもの挑戦について前向きな声かけを行っているかどうかについて、「常にしている」は1,750人（68.9%）、「時々している」は740人（29.2%）、「ほとんどしていない」は29人（1.1%）であった。

レジリエンススコアの平均値は、「常にしている」で67.7点、「時々している」で58.2点、「ほとんどしていない」で42.5点であり、前向きな声かけの頻度が多くなるにつれて、レジリエンスが有意に高くなる傾向が示された（P for trend < 0.001）。

（エ）子どもがやりたい活動に付き合う関わり

次に、子どもがやりたい活動に保護者が付き合っているかどうかについて、「常にしている」は957人（37.7%）、「時々している」は1,482人（58.4%）、「ほとんどしていない」は82人（3.2%）であった。

各群におけるレジリエンススコアの平均値は、「常にしている」で68.9点、「時々している」で62.4点、「ほとんどしていない」で 54.3点であり、子どもがやりたい活動に付き合う関わりが多くなるほど、レジリエンスが有意に高くなる傾向が認められた（P for trend < 0.001）。

（オ）子どもがやりたい活動を止めない関わり

さらに、子どもがやりたい活動を保護者が止めないようにしているかどうかについて、「常にしている」は1,222人（48.1%）、「時々している」は1,235人（48.6%）、「ほとんどしていない」は64人（2.5%）であった。

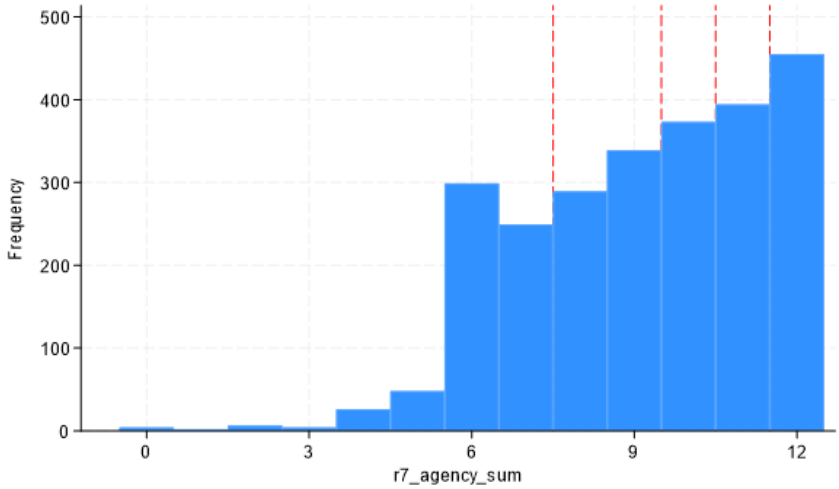
各群のレジリエンススコアの平均値は、「常にしている」で 68.3点、「時々している」で 61.8点、「ほとんどしていない」で 50.4点であり、子どものやりたい活動を止めない関わりが多くにつれて、レジリエンスが有意に高くなる傾向が示された（P for trend < 0.001）。

（カ）子どもの意見を尊重する関わり

保護者が子どもの意見を尊重しているかどうかについて、「常にしている」は 1,800 人（70.9%）、「時々している」は708人（27.9%）、「ほとんどしていない」は18人（0.7%）であった。

レジリエンススコアの平均値は、「常にしている」で 67.3点、「時々している」で 58.2点、「ほとんどしていない」で 47.9点であり、子どもの意見を尊重する関わりが多くなるほど、レジリエンスが有意に高くなる傾向が認められた（P for trend < 0.001）。

子どもの主体性や挑戦を支える保護者の関わりに関する6項目について信頼性を検討したところ、Cronbach α は0.80であり、高い内的一貫性が確認された。そこで、これら6項目（各0～２点）を合計した12点満点の指標を作成し、その分布を確認したところ、図のような結果であった。



子どもの主体性や挑戦を支える保護者の関わり（合計点）

これらの五分位とレジリエンスの関連は下表のとおり。

	係数	95%信頼区間	P 値
第 1 五分位（0～7 点）	参照		
第 2 五分位（8～9 点）	6.8	(5.2, 8.4)	＜ 0.001
第 3 五分位（10 点）	10.3	(8.4, 12.1)	＜ 0.001
第 4 五分位（11 点）	14.0	(12.2, 15.8)	＜ 0.001
第 5 五分位（12 点）	16.0	(14.3, 17.7)	＜ 0.001

保護者の関わり得点が高い五分位群ほど、子どものレジリエンスは段階的に高くなっており、第 1 五分位を基準とすると、第 2～第 5 五分位でいずれも有意に高い値を示した。この結果から、保護者が子どもの主体性や挑戦を支える関わりを多く行っているほど、子どものレジリエンスが高いという量反応関係が認められた（P for trend＜0.001）。

（キ）家族のイベントの計画時に子どもの意見を尊重する関わり

他の設問（問１５（３））でも同様に、家族イベントの計画時に子供の意見を尊重するかについて、「とてもそう思う」から「まったくそう思わない」の 5 段階で尋ねた。

家族で休暇やイベントの計画を立てる時、お子さんの意見を聞いて尊重したり取り入れようとしたりする	とてもそう思う	まあそう思う	どちらでもない	あまりそう思わない	まったくそう思わない

その結果、「とてもそう思う」は 1,602 人（63.1%）、「まあそう思う」は 831 人（32.7%）であり、肯定的に回答した者が全体の約 96%を占めていた。一方、「どちらでもない」は 77 人（3.0%）、「あまりそう思わない」および「全くそう思わない」は合わせて 16 人（0.6%）と少数であった。

各群におけるレジリエンスの平均値は、「とてもそう思う」で 67.7 点、「まあそう思う」で 60.1 点、「どちらでもない」で 54.3 点、「あまりそう思わない」で 50.8 点、「全くそう思わない」で 43.8 点であった。家族イベントの計画時に子どもの意見を尊重している程度が高くなるにつれて、レジリエンスが有意に高くなる明確な傾向が認められた（P for trend < 0.001）。

（ク）子どもの成績のことできつく叱る

関連して、問 15(4) では子どもの成績のことで「きつく叱る」頻度について、「しばしばある」から「全くない」までの 4 段階で尋ねた。

子どもの成績のことできつく叱る	まったくない	たまにある	ときどきある	しばしばある

その結果は下表のとおりで、「たまにある」は 368 人（14.5%）、「ときどきある」は 45 人（1.8%）、「しばしばある」は 11 人（0.4%）だった。

	人数	割合
全くない	2,101	82.8
たまにある	368	14.5
ときどきある	45	1.8
しばしばある	11	0.4
回答なし	14	0.6

レジリエンスとの関連を見た結果は下表のとおり。

	係数	95%信頼区間	P 値
全くない	参照		
たまにある	-2.7	(-4.4, -1.0)	0.002
ときどきある	-8.2	(-12.7, -3.7)	< 0.001
しばしばある	-18.1	(-27.2, -9.1)	< 0.001

子どもを成績のことできつく叱る頻度が高いほどレジリエンスが低い傾向が示された（P for trend < 0.001）。

以上、子どもの主体性や挑戦を支える保護者の関わりに関する分析から、いずれの項目においても、保護者が子どもの行動や考えに肯定的に関与しているほど、子どものレジリエンスが一貫して高いことが明らかとなった。特に、挑戦の失敗を否定せず見守ること、前向きな声かけ、子どもの意見を尊重する姿勢といった関わりは、レジリエンスとの関連が強かった。また、家族イベントの計画時に子どもの意見を尊重している家庭ではレジリエンスが高い一方で、成績のことで子どもをきつく叱る頻度が高いほどレジリエンスが低い傾向が認められ、保護者の関わり方の質が子どもの適応力に影響する可能性が示唆された。これらの結果は、子どもに対して過度に介入したり制限したりするのではなく、子どもの主体的な挑戦や意思決定を尊重し、安心して試行錯誤できる環境を家庭内で整えることが、レジリエンス形成において重要である可能性を示している。

エ　家庭における日常的な管理・意思決定の主体

本項目では、家庭における日常的な管理や意思決定について、主に誰が行っているかを把握するため、以下の 4 項目について、「いつも子どもが行う」から「いつも保護者が行う」までの 4 段階で尋ねた。

あなたのご家庭では、次のことは主に誰が行いますか

	いつも 子どもが 行う	たいてい 子どもが 行う	たいてい 保護者が 行う	いつも 保護者が 行う
宿題をしたかどうかの管理	3	2	1	0
登校準備・持ち物の管理	3	2	1	0
子どもが着る洋服を決める	3	2	1	0
放課後や土日の過ごし方を決める	3	2	1	0

（ア）宿題をしたかどうかの管理

宿題をしたかどうかの管理を誰が行っているかについて、「たいてい保護者が行う」が最も多く 1026 人（40.4%）、次いで「いつも保護者が行う」が 814 人（32.1%）であった。一方、「たいてい子どもが行う」は 522 人（20.6%）、「いつも子どもが行う」は 164 人（6.5%）であった。

各群におけるレジリエンス（100 点満点）の平均値は、「いつも子どもが行う」で 72.1 点、「たいてい子どもが行う」で 67.9 点、「たいてい保護者が行う」で 64.4 点、「いつも保護者が行う」で 61.3 点であった。管理主体を順序尺度として回帰分析を行った結果、宿題の管理を子どもが行う程度が高くなるにつれて、レジリエンスが有意に高くなる傾向が認められた（P for trend ＜ 0.001）。

（イ）登校準備・持ち物の管理

次に、登校準備や持ち物の管理を誰が行っているかについて、「たいてい子どもが行う」が最も多く 1106 人（43.6%）、次いで「たいてい保護者が行う」が 762 人（30.0%）であった。「いつも子どもが行う」は 439 人（17.3%）、「いつも保護者が行う」は 216 人（8.5%）であった。

各群のレジリエンススコアの平均値は、「いつも子どもが行う」で 69.0 点、「たいてい子どもが行う」で 66.0 点、「たいてい保護者が行う」で 62.4 点、「いつも保護者が行う」で 56.9 点であった。登校準備や持ち物の管理を子どもが担っている程度が高くなるにつれて、レジリエンスが有意に高くなる傾向が認められた（P for trend ＜ 0.001）。

（ウ）子どもが着る服を決める

子どもが着る服を誰が決めているかについて、「いつも子どもが行う」が 1022 人（40.3%）と最も多く、「たいてい子どもが行う」が 689 人（27.1%）、「たいてい保護者が行う」が 602 人（23.7%）、「いつも保護者が行う」が 208 人（8.2%）であった。

各群のレジリエンススコアの平均値は、「たいてい子どもが行う」で 66.0 点、「いつも子どもが行う」で 65.2 点、「たいてい保護者が行う」で 63.2 点、「いつも保護者が行う」で 61.8 点であった。子どもが服装を決める程度が高くなるにつれて、レジリエンスが有意に高くなる傾向が認められた（P for trend = 0.001）。

（エ）放課後や土日の過ごし方を決める

最後に、放課後や土日の過ごし方を誰が決めているかについて、「たいてい保護者が行う」が 1212 人（47.7%）と最も多く、「たいてい子どもが行う」が 974 人（38.4%）であった。「いつも子どもが行う」は 229 人（9.0%）、「いつも保護者が行う」は 99 人（3.9%）であった。

各群におけるレジリエンススコアの平均値は、「いつも子どもが行う」で 65.3 点、「たいてい子どもが行う」で 65.0 点、「たいてい保護者が行う」で 64.5 点、「いつも保護者が行う」で 61.8 点であった。放課後や休日の過ごし方の決定主体とレジリエンスとの関連は、統計学的に有意ではなかった（P for trend = 0.096）。

以上、家庭における日常的な管理や意思決定の主体と子どものレジリエンスとの　関連を検討した結果、宿題の管理や登校準備・持ち物の管理、服装の選択といった日常的な自己管理において、子どもが主体的に担っている程度が高いほど、レジリエンスが一貫して高いことが示された。一方で、放課後や休日の過ごし方の決定については、子ども主体か保護者主体かによるレジリエ

ンスの差は明確ではなかった。これらの結果から、日常生活の中で子どもが自ら判断し、責任をもって行動する機会を持つことが、レジリエンスの形成と関連している可能性が示唆される一方、余暇の過ごし方のように家庭の事情や安全配慮が関与しやすい領域では、その関連が必ずしも単純ではないことが示された。

オ　学校のソーシャル・キャピタル

本項目では、学校のソーシャル・キャピタルを把握するため、子ども自身の学校や担任に対する感じ方や学校行事への参加について、下表のとおり「全くそう思わない」から「非常にそう思う」まで 5 段階で尋ねた。

	全くそう思わない	あまりそう思わない	どちらでもない	まあそう思う	非常にそう思う
お子さんは、担任の先生が好きである	0	1	2	3	4
お子さんは、学校が楽しいと思っている	0	1	2	3	4
お子さんは、担任の先生を信頼している	0	1	2	3	4
お子さんは、学校の行事に積極的に参加している	0	1	2	3	4

（ア）子どもは担任の先生が好きかどうか

子どもが担任の先生を好きかどうかについて、「非常にそう思う」は 864 人（34.0%）、「まあそう思う」は 1,217 人（47.9%）であり、肯定的に回答した者が全体の約 8 割を占めていた。一方、「どちらでもない」は 311 人（12.3%）、「あまりそう思わない」および「全くそう思わない」は合わせて 134 人（5.3%）であった。

各群におけるレジリエンススコアの平均値は、「非常にそう思う」で 68.7 点、「まあそう思う」で 63.1 点、「どちらでもない」で 60.2 点、「あまりそう思わない」で 62.0 点、「全くそう思わない」で 65.8 点であった。順序尺度として回帰分析を行った結果、担任の先生を好意的に捉えている程度が高くなるほど、レジリエンスが有意に高くなる傾向が認められた（P for trend < 0.001）。

（イ）子どもは学校が楽しいと思っているかどうか

子どもが学校を楽しいと思っているかどうかについて、「非常にそう思う」は 938 人（36.9%）、「まあそう思う」は 1,229 人（48.4%）であり、肯定的回答は全体の 85.3%を占めていた。「どちらでもない」は 208 人（8.2%）、「あまりそう思わない」および「全くそう思わない」は合わせて 151 人（6.0%）であった。

各群におけるレジリエンススコアの平均値は、「非常にそう思う」で 70.3 点、「まあそう思う」で 62.7 点、「どちらでもない」で 56.7 点、「あまりそう思わない」で 55.9 点、「全くそう思わない」で 58.3 点であった。学校を楽しいと感じている程度が高いほど、レジリエンスは有意に高くなる明確な傾向が認められた（P for trend < 0.001）。

（ウ）子どもは担任の先生を信頼しているかどうか

子どもが担任の先生を信頼しているかどうかについて、「非常にそう思う」は 873 人（34.4%）、「まあそう思う」は 1,229 人（48.4%）であり、肯定的回答は全体の 82.8%を占めていた。「どちらでもない」は 293 人（11.5%）、「あまりそう思わない」および「全くそう思わない」は合わせて 126 人（5.0%）であった。

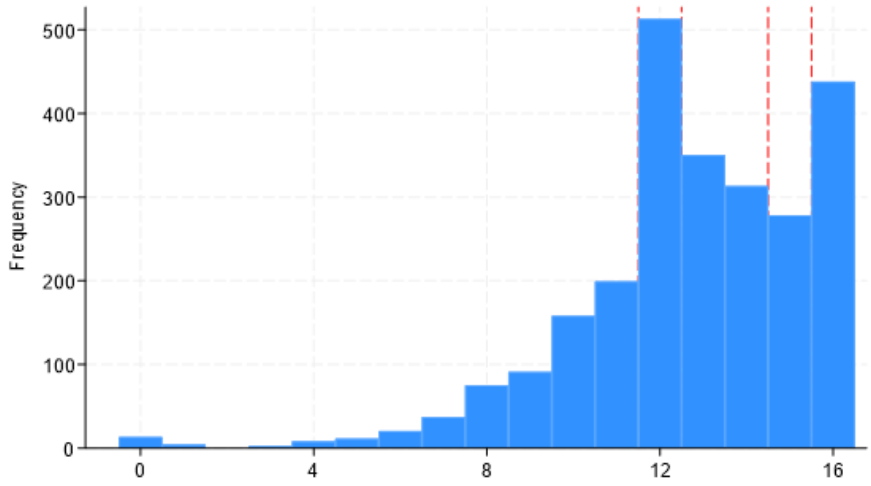
レジリエンススコアの平均値は、「非常にそう思う」で 69.5 点、「まあそう思う」で 63.0 点、「どちらでもない」で 57.5 点、「あまりそう思わない」で 63.5 点、「全くそう思わない」で 65.4 点であった。担任の先生に対する信頼感が高まるにつれて、レジリエンスが有意に高くなる傾向が認められた（P for trend < 0.001）。

（エ）子どもは学校行事に積極的に参加しているかどうか

子どもが学校行事に積極的に参加しているかどうかについて、「非常にそう思う」は 1,234 人（48.6%）、「まあそう思う」は 1,057 人（41.6%）であり、肯定的回答は全体の 90.2%を占めていた。「どちらでもない」は 158 人（6.2%）、「あまりそう思わない」および「全くそう思わない」は合わせて 77 人（3.0%）であった。

各群におけるレジリエンススコアの平均値は、「非常にそう思う」で 69.7 点、「まあそう思う」で 61.3 点、「どちらでもない」で 54.5 点、「あまりそう思わない」で 46.3 点、「全くそう思わない」で 66.4 点であった。学校行事への参加に対する積極性が高いほど、レジリエンスが有意に高くなる傾向が認められた（P for trend < 0.001）。

学校のソーシャル・キャピタルに関する 4 項目について信頼性を検討したところ、Cronbach α は 0.81 であり、高い内的一貫性が示された。そこで、これら 4 項目（各 0~4 点）を合計した 16 点満点の指標を作成し、その分布をヒストグラムで確認した。



学校のソーシャル・キャピタル（合計点）

さらに、この合計指標を五分位に分類し、レジリエンスとの関連について解析を行った結果を以下に示す。

	係数	信頼区間	P 値
第 1 五分位（0 ～ 11 点）	参照		
第 2 五分位（12 点）	3.7	(2.0, 5.3)	< 0.001
第 3 五分位（13 ～ 14 点）	8.9	(7.3, 10.5)	< 0.001
第 4 五分位（15 点）	11.3	(9.2, 13.3)	< 0.001
第 5 五分位（16 点）	14.9	(13.1, 16.7)	< 0.001

以上、学校のソーシャル・キャピタルとレジリエンスとの関連を検討した結果、担任の先生に対する好意や信頼、学校を楽しいと感じていること、学校行事への積極的な参加は、いずれもレジリエンスと一貫して強く関連していることが示された。特に、学校が楽しいと感じていることや学校行事への参加意欲は、レジリエンスとの関連が比較的大きく、学校への所属感や心理的つながりが子どもの心理的な強さを支える重要な要因である可能性が示唆された。これらの結果から、学習面のみならず、子どもが安心して過ごせる学校環境や、教員との信頼関係、学校活動への主体的な参加を促す取り組みが、レジリエンスの育成において重要であることが示された。

カ　家族のソーシャル・キャピタル

本項目では、家族のソーシャル・キャピタル（Family Social Capital）について把握するため、保護者が考える、家族への好意や信頼、相談のしやすさ、家族内での支え合い、ルールの共有や尊重などに関する 7 項目について、「とてもそう思う」（4 点）～「まったくそう思わない」（0 点）の 5 段階で尋ねた。

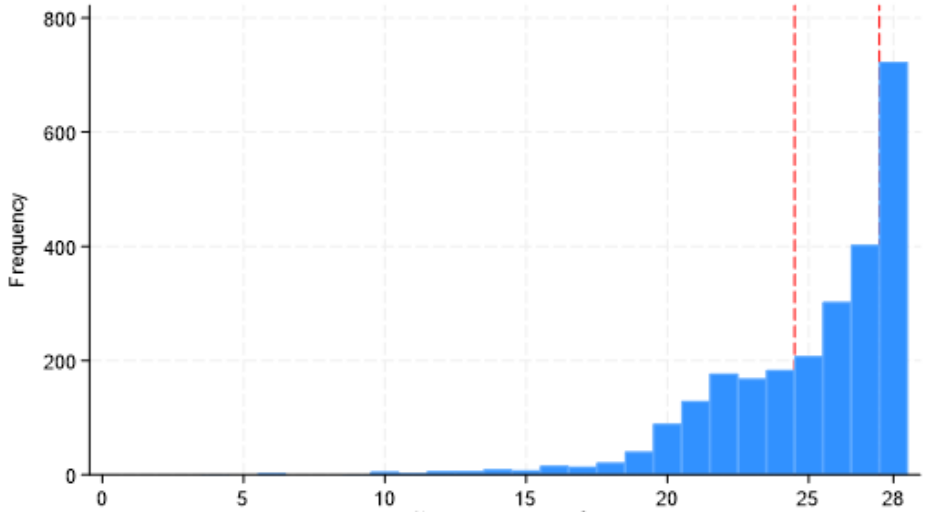
あなたとご家族との関係について、あてはまる番号をひとつ選んでください。

	とてもそう思う	まあそう思う	どちらでもない	あまりそう思わない	全くそう思わない
私は家族が好きである	4	3	2	1	0
私は家族といる時間が楽しい	4	3	2	1	0
私は困った時に家族の誰かに相談する	4	3	2	1	0
私は家族を信頼している	4	3	2	1	0
家族で夏休みに出かけたり、誕生日のお祝いをしたりする	4	3	2	1	0
私の家族は、家族のルールを守っている	4	3	2	1	0
家族の誰かが困った時には、みんなで助け合う	4	3	2	1	0

家族のソーシャル・キャピタルは 7 項目（各 0~4 点）の合計得点（0~28 点）として算出した。さらに、家族のソーシャル・キャピタルを三分位に分類したところ、第 1 三分位（低位群）は 4～24 点、第 2 三分位（中位群）は 25～27 点、第 3 三分位（高位群）は 28 点（満点）であった。

回帰分析の結果、低位群（第 1 三分位）と比べて、中位群（第 2 三分位）ではレジリエンススコアが平均で 7.9 点高く（$p<0.001$）、高位群（第 3 三分位）では 14.6 点高かった（$p<0.001$）。

以上より、家族のソーシャル・キャピタルが高い家庭ほど、子どものレジリエンスは一貫して高く、低位群・中位群・高位群の間で明確な段階的差が認められた。特に高位群では、低位群と比べてレジリエンススコアが大きく高く、家庭内の信頼関係や支え合い、ルールの共有といった日常的な家族関係の質が、子どもの逆境を乗り越える力と強く関連していることが示唆された。



家族のソーシャル・キャピタル（合計点）

２　第１期（平成２８年度）同学年との比較

（１）詳細分析の目的と比較の枠組み

本報告は、小学校 2 年生を対象に実施した足立子どもの健康・生活実態調査で把握した子どもの生活習慣と心身の健康・発達について、第 2 期（令和 7 年度実施、2,539 人）の結果を第 1 期（平成 28 年度実施、4,358 人）の結果と比較し、集団の特徴の変化を把握することを目的とする。特に、令和 7 年度調査の対象学年は未就学期に新型コロナウイルス感染症の流行を経験していることから、生活習慣や心理面に差が生じている可能性も踏まえて検討した。

なお、本比較は同一個人の追跡ではなく、異なる対象集団による比較である。したがって、観察された差はコロナ禍の経験の有無だけでなく、家庭・地域環境、社会経済状況、学校・保健施策、調査票の実施形式（第 1 期は紙媒体、第 2 期はオンライン）や回収状況など、複数の要因の影響を含む点に留意されたい。

（２）結果の概要

令和 7 年度調査の結果を平成 28 年度と比較すると、複数の面で改善傾向が認められた一方、学校適応や心理面では懸念すべき変化も観察された。

生活習慣については、ベジファーストの実践割合が約 2.5 倍に増加し、ベジファーストの浸透が示唆された。朝食習慣は両年度で同程度に維持されていた。運動習慣については令和 7 年度の方が高い割合を示したが、設問形式の違いがあるため単純比較には限界がある。歯磨き頻度は両年度でほぼ同程度であった。

身体的健康については、虫歯既往本数の分布に改善傾向がみられ、虫歯予防の取り組みの成果が示唆された。肥満傾向の割合は両年度でほぼ同程度であった。

心理的側面と学校適応では、SDQ による問題行動の分布は両年度で概ね同程度であったものの、レジリエンス平均点がわずかに低下し、欠席を伴う登校しぶりの割合が約 2 倍に増加した。

（３）生活習慣の経年比較

ア　ベジファースト

	第 1 期（平成 28 年度）調査	第 2 期（令和 7 年度調査）
それ以外	3,834 (88.0%)	1,816 (71.5%)
野菜から食べる	498 (11.4%)	713 (28.1%)
回答なし	26 (0.6%)	10 (0.4%)
合計	4,358 (100%)	2,539 (100%)

「野菜から食べる」割合は令和 7 年度で 28.1%（713 人）と、平成 28 年度の 11.4%（498 人）を大きく上回っており、この約 10 年間でベジファーストの実践が広く浸透してきたことが示唆される。

この変化の背景としては、区や学校における食育の普及・定着、および保護者の食や栄養に関

する意識の向上などが考えられる。また、未就学期にコロナ禍を経験した学年では、外出自粛に伴い家庭内での食事機会が増加し、保護者が子どもの食事内容や食べ方に関わる機会が相対的に多かった可能性も一つの仮説として挙げられる。ただし、調査方法の違い（紙媒体からオンラインへの変更）が回答傾向に影響した可能性もあるため、解釈には留意が必要である。

イ　朝食欠食

	第 1 期（平成 28 年度調査）	第 2 期（令和 7 年度調査）
毎日食べる	4,054 (93.0%)	2,385 (93.9%)
時々食べない	246 (5.6%)	127 (5.0%)
ほとんど・ 全く食べない	46 (1.1%)	25 (1.0%)
回答なし	12 (0.3%)	2 (0.1%)
合計	4,358 (100%)	2,539 (100%)

朝食は両年度とも「毎日食べる」が 9 割を超えており、「時々食べない」は令和 7 年度 5.0%・平成 28 年度 5.6%、「ほとんど・全く食べない」は令和 7 年度 1.0%・平成 28 年度 1.1%と、分布は両年度間で概ね同程度であった。

朝食習慣については大きな悪化も改善もみられず、一定水準が維持されていると言える。一方、少数ながら「ほとんど・全く食べない」層は両年度に存在しており、睡眠・生活リズムの乱れ、家庭の時間的・経済的制約、保護者の就労状況などとの関連が考えられる。朝食欠食は学習意欲や身体活動にも影響しうることから、区や学校が早期に把握し、継続的な支援を提供していくことが求められる。

ウ　運動

	第 1 期（平成 28 年度調査）	第 2 期（令和 7 年度調査）
1 日 30 分以上、 週 3 回以上	1,166 (26.8%)	1,079 (42.5%)
上記に該当せず	3,041 (69.8%)	1,453 (57.2%)
回答なし	151 (3.5%)	7 (0.3%)
合計	4,358 (100%)	2,539 (100%)

週 3 回以上の運動に相当する割合は令和 7 年度で高かったが、両年度で設問形式が異なるため、この差をそのまま経年的な変化として解釈することはできない。（平成 28 年度は運動頻度と 1 回あたりの時間を組み合わせて再構成したのに対し、令和 7 年度は 30 分以上の運動頻度を直接尋ねる設問から算出している。）設問形式の違いが回答傾向に影響している可能性があり、両年度の数値を単純に比較することには限界がある。

その点を踏まえると、令和 7 年度の値は参考所見として捉える必要がある。一方で、令和 7 年度においても週 3 回以上運動していない児童が 57.2%存在しており、運動習慣の定着に向けた継続的な働きかけが求められる。

エ　歯磨き頻度

	第 1 期（平成 28 年度調査）	第 2 期（令和 7 年度調査）
1 日 2 回以上	3,304 (75.8%)	1,882 (74.1%)
1 日 1 回	945 (21.7%)	629 (24.8%)
毎日は磨かない	94 (2.2%)	23 (0.9%)
わからない	3 (0.1%)	0 (0.0%)
回答なし	12 (0.3%)	5 (0.2%)
合計	4,358 (100%)	2,539 (100%)

「1 日 2 回以上」歯磨きをする割合は令和 7 年度 74.1%（1,882 人）、平成 28 年度 75.8%（3,304 人）と、両年度でほぼ同程度であった。「1 日 1 回」は令和 7 年度 24.8%・平成 28 年度 21.7%とわずかに令和 7 年度の方が高く、「毎日は磨かない」は令和 7 年度 0.9%・平成 28 年度 2.2%と令和 7 年度の方が低かった。

全体として、歯磨き習慣の分布は両年度で大きな差はなく、おおむね維持されていると言える。「毎日は磨かない」層がわずかながら減少している点は、口腔衛生意識の底上げという観点から一定の改善として捉えられる一方、約 4 人に 1 人は 1 日 1 回以下にとどまっており、就寝前の歯磨き習慣の定着に向けた継続的な働きかけが引き続き求められる。

（４）からだの健康に関する経年比較

ア　虫歯既往本数（処置済・未処置含む）

	第 1 期（平成 28 年度調査）	第 2 期（令和 7 年度調査）
なし/記入なし	2,330 (53.5%)	1,947 (76.7%)
1～2 本	840 (19.3%)	314 (12.4%)
3～4 本	450 (10.3%)	123 (4.8%)
5 本以上	694 (15.9%)	134 (5.3%)
回答なし	44 (1.0%)	21 (0.8%)
合計	4,358 (100%)	2,539 (100%)

虫歯既往が「なし/記入なし」の割合は令和 7 年度で 76.7%（1,947 人）であり、平成 28 年度の 53.5%（2,330 人）を大きく上回った。一方、虫歯既往が 1～2 本、3～4 本、5 本以上の割合はいずれも平成 28 年度の方が高く、特に 5 本以上では令和 7 年度 5.3%（134 人）に対し平成 28 年度 15.9%（694 人）と、約 3 倍の差がみられた。

この結果は、未就学期から学童期にかけてのう蝕予防の取り組み（保護者の口腔衛生意識の向上、フッ化物の利用普及、定期歯科受診の定着、学校歯科保健活動の充実など）が、平成 28 年度当時と比べて全体的に改善している可能性を示唆する。

イ　肥満度

	第 1 期（平成 28 年度調査）	第 2 期（令和 7 年度調査）
-30%以下	2 (0.0%)	0 (0.0%)
-20%以下	15 (0.3%)	11 (0.4%)
-20%～20%	3,959 (90.8%)	2,366 (93.2%)
20%～30%	156 (3.6%)	86 (3.4%)
30%～50%	84 (1.9%)	58 (2.3%)
50% 以上	23 (0.5%)	17 (0.7%)
回答なし	119 (2.7%)	1 (0.0%)
合計	4,358 (100%)	2,539 (100%)

肥満度は、肥満度＝（実測体重－標準体重）/ 標準体重×100（%）で算出した。分布は両年度で大きな差はなく、多くが-20%～20%の正常範囲にあった（令和 7 年度 93.2%、平成 28 年度 90.8%）。肥満傾向に相当する 20%以上の割合を合算すると、令和 7 年度は約 6.4%、平成 28 年度は約 6.0%とほぼ同程度であった。

コロナ禍では、外出自粛や運動機会の減少により小児の肥満が増加したとの報告が国内外でみられる。足立区子どもの健康・生活実態調査のデータを用いた縦断研究（Kawahara et al., Pediatr Obes, 2024）においても、差分の差分法を用いた分析により、コロナ禍を経験した令和 2 年の小学 6 年生で BMI z スコアおよび過体重割合が有意に上昇したことが報告されている。

一方、本調査では両年度間で肥満傾向の割合に顕著な差は認められなかった。ただし、上記の先行研究は小学 4 年生から 6 年生への縦断的変化を捉えたものであり、本調査のように異なるコホートの小学 2 年生を横断的に比較したものとは調査設計が異なる。令和 7 年度の対象児はコロナ禍を未就学期に経験しているが、調査時点では行動制限の解除から一定期間が経過しており、身体活動量がある程度回復していた可能性もある。いずれにせよ、研究デザインの違いを踏まえると、両結果を単純に比較することは難しく、本調査の結果のみからコロナ禍の肥満への影響を評価することには限界がある。

（５）こころの健康に関する経年比較

ア　レジリエンス

第 1 期（平成 28 年度調査）	第 2 期（令和 7 年度調査）
66.0 (16.1)	64.7 (15.3)

※100 点満点。平均（標準偏差）で示す。

レジリエンス平均点(標準偏差)は、令和 7 年度が 64.7 (15.3) 点、平成 28 年度が 66.0 (16.1) 点であり、令和 7 年度の方が平均 1.3 点低かった。差は小さいものの、集団平均としてはレジリエンスがやや低下している可能性を示唆する。

この背景として、未就学期における新型コロナウイルス感染症流行に伴う生活の変化（対人経験の制限、活動機会の減少、家庭内ストレスの増大など）がレジリエンスの形成に長期的に影響を与えた可能性が一つの仮説として挙げられる。一方で、このような集団における平均点は調査票の実施形式（紙媒体からオンラインへの変更）や回答率・対象集団の構成の違いによっても変動しうる。したがって、今回観察された差を実質的な変化として解釈するには注意が必要である。

イ　問題行動（SDQ）

	第 1 期（平成 28 年度調査）	第 2 期（令和 7 年度調査）
正常域	3,061 (70.2%)	1,800 (70.9%)
境界域	551 (12.6%)	329 (13.0%)
臨床域	714 (16.4%)	392 (15.4%)
回答なし	32 (0.7%)	18 (0.7%)
合計	4,358 (100%)	2,539 (100%)

SDQ の総合的困難さスコアを正常域・境界域・臨床域の 3 群に分類した。分布は両年度で概ね類似しており、正常域は令和 7 年度 70.9%・平成 28 年度 70.2%、境界域は令和 7 年度 13.0%・平成 28 年度 12.6%、臨床域は令和 7 年度 15.4%・平成 28 年度 16.4%であった。臨床域の割合は平成 28 年度の方がわずかに高いが、両年度の差は 1 ポイントにとどまり、実質的に大きな変動とは言いがたい。

したがって、SDQ が捉える問題行動の全体的な分布については、両調査間で顕著な変化は認められなかった。一方、令和 7 年度において登校しぶりの増加やレジリエンス平均点のわずかな低下が観察されていることを踏まえると、SDQ の総合スコアには反映されにくい側面、たとえば漠然とした登校への不安や意欲の低下、集団生活における負担感、ストレス場面での立ち直り力の低下などが表面化している可能性が示唆される。

ウ　登校しぶり

	第 1 期 （平成 28 年度調査）	第 2 期 （令和 7 年度調査）
それ以外	4,248 (97.5%)	2,393 (94.2%)
行きたがらなかったので休んだ	110 (2.5%)	146 (5.8%)
合計	4,358 (100%)	2,539 (100%)

小学校 2 年生になってからの 6 か月間に学校を休んだ理由として「行きたがらなかったので休んだ」と回答した場合を「登校しぶり」ありと定義した。該当割合は令和 7 年度で 5.8%（146 人）と、平成 28 年度の 2.5%（110 人）を上回り、登校しぶりによる欠席の頻度は約 2 倍に増加していた。これは、定義は異なるものの、近年、東京都で不登校児童数が増加していることとも整合的な方向性を示している。

この差は、子どもの不安・ストレス、対人関係の困難さ、生活リズムの乱れなど、複数の要因を反映している可能性がある。特に、未就学期にコロナ禍を経験した令和 7 年度の児童においては、集団生活経験の不足、行事や対面交流の制限、家庭内ストレスの増大といった発達環境上の影響が、入学後の学校への適応に何らかの影響を与えた可能性が考えられる。なお、登校しぶりをめぐる社会的認知や保護者における欠席への意識の変化も近年変化しており、報告率そのものが上昇している側面も排除できない。引き続き経年的な動向を注視するとともに、長期欠席に至る前の段階で登校しぶりを早期発見し、支援につなげる体制の整備が求められる。

（６）総合的考察

本報告では、足立区の小学校 2 年生を対象とした第 1 期（平成 28 年度調査）と第 2 期（令和 7 年度調査）の結果を、子どもの生活習慣や心身の健康・発達に関わる 8 項目にわたって比較した。両調査は同一個人の追跡ではなく異なる対象集団による横断比較であり、また調査票の実施形式（紙媒体からオンラインへの変更）や回答率・対象集団の構成も異なる。こうした調査設計上の制約を前提としつつ、以下に総合的な解釈を述べる。

まず、生活習慣および身体的健康の面では、一定の改善ないし維持が確認された。ベジファースト実践割合の顕著な増加と、虫歯既往本数の分布の改善は、この約 10 年間における食育・口腔保健活動の着実な成果を示唆する。運動習慣については設問形式の違いに留意が必要であるが、コロナ禍で懸念された身体活動の低下は少なくとも調査時点では顕在化していなかった。肥満傾向も両年度でほぼ同程度にとどまっており、同様のことが言える。

一方、心理的側面と学校適応においては令和 7 年度に懸念すべき変化が認められた。登校しぶりによる欠席は約 2 倍に増加し、レジリエンス平均点はわずかながら低下していた。SDQ による問題行動の総合分布は両年度で大きく変わらなかったものの、SDQ の総合スコアが捉えにくい漠然とした不安や学校への適応困難が、登校しぶりの増加やレジリエンス低下として表面化している可能性がある。

令和 7 年度の対象児童は、幼児期の重要な社会的発達の時期にコロナ禍を経験した世代である。集団生活経験の制限、行事・対面交流の減少、家庭内ストレスの増大といった発達環境上の問題が、小学校入学後の集団への適応やストレス対処能力の形成に影響を与えた可能性については、引き続き検討していく必要がある。今回の比較自体は横断的なものであるが、今後は第 2 期調査対象者を継続して追跡することで、どのような生活習慣や環境が心理的側面や学校適応の悪化を予防・改善できるかを、より詳しく明らかにしていくことが重要である。