

トピックス調査レポート

Vol. 6

放課後はどう過ごしている？

「勉強・宿題」をして過ごしている、が70.8%。
放課後を色に例えるなら、「青」や「オレンジ」。

9割以上の子どもたちが、今の放課後の過ごし方について、「満足している」と答えました。放課後にしていることのトップ項目は全体でみるとダントツで「勉強・宿題」で7割を超えていますが、属性別でみると小学生と中学生では過ごし方に違いがありました。「理想の放課後」を尋ねてみたら、何も気にせずに友だちと遊んだり、自分ひとりだけの世界を楽しんだり、ゆっくり休んだりしたいな、という本音も見えてきました。

博報堂教育財団こども研究所は、全国の小4～中3男女600人を対象に、子どもをとりまくさまざまなトピックスについて調査しています。「子ども」「ことば」「教育」などに関するトピックスについて、子どもたち自身がどう感じ、考えているのかを明らかにすることを目的としています。

1 放課後にすること：①勉強 ②ゲーム ③おやつ ④動画 ⑤本・漫画

※複数回答

- 「勉強・宿題」と答えた子は全体の7割、「ゲーム」「おやつ」は6割、「動画」が5割でした。
- 男女ともに外遊びの小学生に対してクラブ活動に励む中学生、という対比が見られます。
- 属性別では、中学生男子だけ「勉強」57.3%に対し「ゲーム」61.3%と数値がやや上回り、中学生女子だけ「音楽を聞く」46.0%と上位5つに入りました。

2 放課後は自分の家か友だちの家で過ごすことが多い。

- 放課後に過ごしている場所のうち、「勉強・宿題」「ゲーム」「動画（YouTubeなど）視聴」をするのは自分の家が90%以上、「友だちの家」が10%弱でした。
- 誰と過ごしているのかを見たところ、「勉強・宿題」は「自分ひとりで」するのが61.6%でしたが、「お母さん」「同じ学校の友だち」もそれぞれ19%弱でした。
- 「ゲーム」は「同じ学校の友だち」とが44.0%、「自分ひとりで」が41.5%でした。

3 放課後は自由な時間でやりたいことができる。友だちと遊べる時間が「大事」だし「好き」。

- あえてどちらかを選ぶとしたら、「大事」だと思うのは、学校6割に対して放課後4割。「好き、楽しい」と思うのは、学校3割に対して放課後が7割でした。
- 「学校が大事」の理由は、「勉強が大切」「将来困らないため」や「友だちと長い時間過ごせる」など。
- 「放課後が大事」な理由は、「自由・解放された時間だから」「友だちと遊べるから」などが挙がりました。
- 一方で「好き・楽しい」について「放課後」を選んだ人の理由の中には「勉強が好きではないから」という答えもありました。

4 放課後を色にたとえると、青やオレンジ。

- 全体で最も多かったのは「青」25.2%、次いでオレンジ22.5%。また属性別では、男子が「青」、女子が「オレンジ」を放課後の色にたとえる傾向でした。
- 理由を見ると、「青」には青空や爽やかさ、解放されたイメージ、「オレンジ」には明るさやエネルギー、夕日のイメージが連想されているようです。「白」を選んだ子は全体で11.2%でしたが、まだ何色にも染まっていない、これからいろいろな色になれる、などと答えています。

5 今の放課後の過ごし方に9割が満足。理想の放課後は？

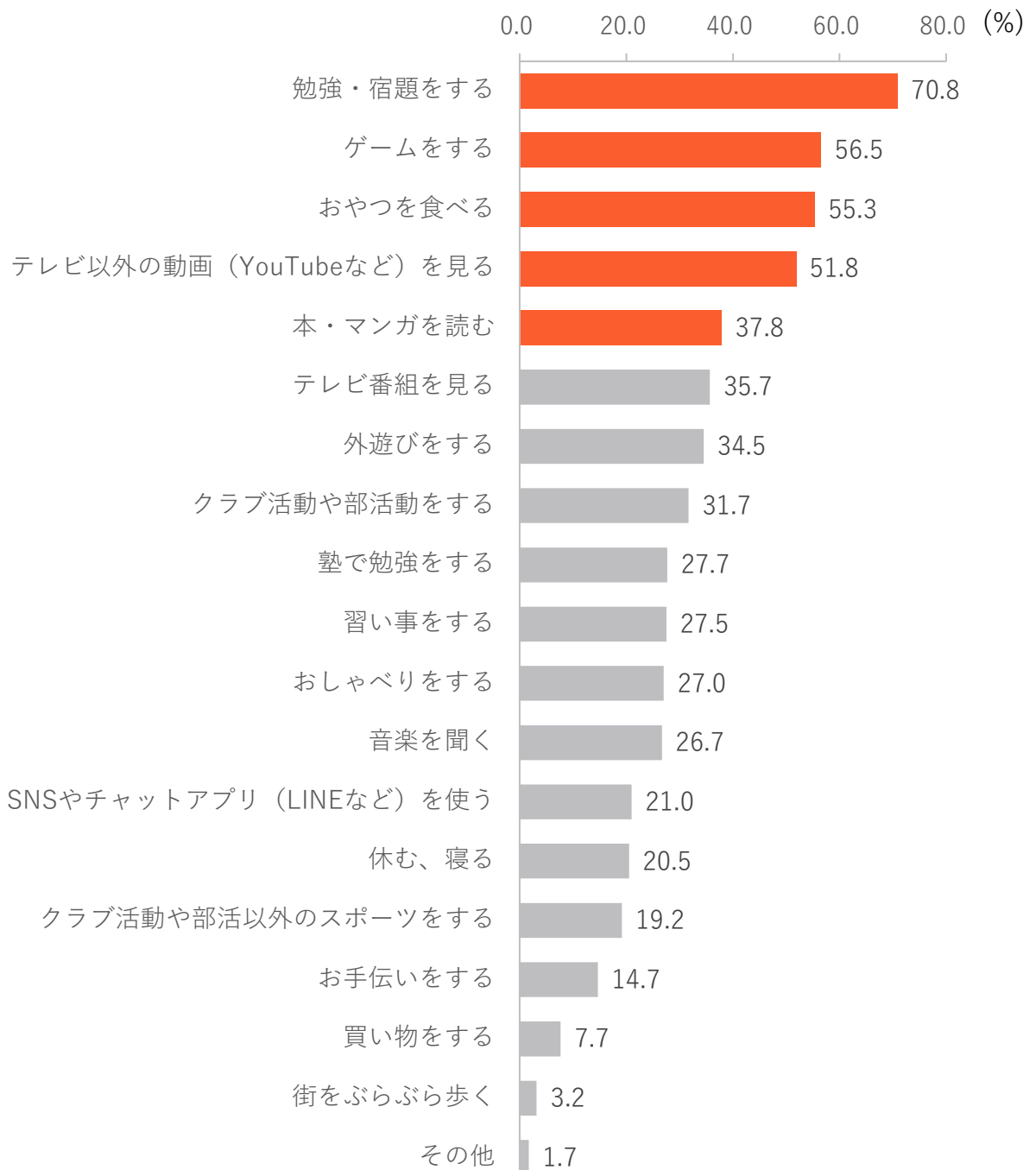
- 自分の放課後の過ごし方に「とても満足している」22.5%、「まあ満足している」70%と、9割以上の子どもたちが満足していることがわかりました。
- 理想の放課後は、大きく分けて「のんびりしたい」派と「いろいろやりたい」「時間が欲しい」派にわかれてきました。

1 放課後にすること：①勉強・宿題 ②ゲーム ③おやつ ④動画 ⑤本・漫画

- 全体で多い順に見ると、上位5項目は「勉強・宿題をする」70.8%、「ゲームをする」56.5%、「おやつを食べる」55.3%、「テレビ以外の動画（YouTube）を見る」51.8%、「本・マンガを読む」37.8%となりました。

Q. ふだん（平日）学校が終わってから、あなたはどんなことをして過ごしていますか。
あてはまるものをすべてえらんでください。

■ 全体



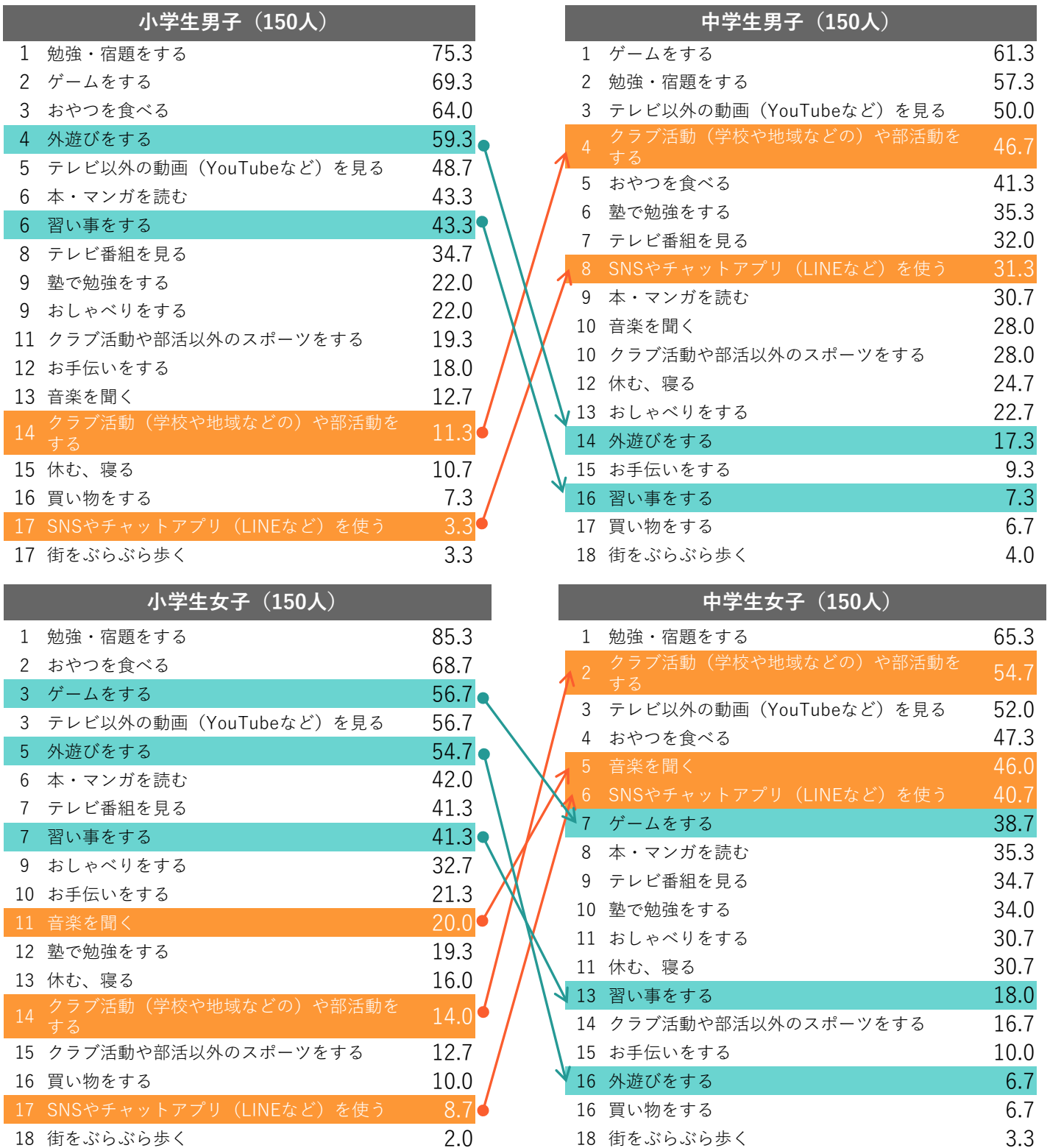
1 放課後にすること：①勉強・宿題 ②ゲーム ③おやつ ④動画 ⑤本・漫画

- 中学生男子のみ「ゲームをする」が61.3%と最上位、他の属性では「勉強・宿題をする」がトップでした。小学生では男女ともに「外遊び」が5位以内に、中学生になると「クラブ活動」が上位にあがってきます。
- 中学生女子では「音楽を聴く」46.0%、「SNSやチャットアプリ（LINEなど）を使う」40.7%と小学生女子と比較し大幅に高くなりました。

Q. ふだん（平日）学校が終わってから、どんなことをして過ごしていますか。あてはまるものをすべてえらんでください。

■ 属性別

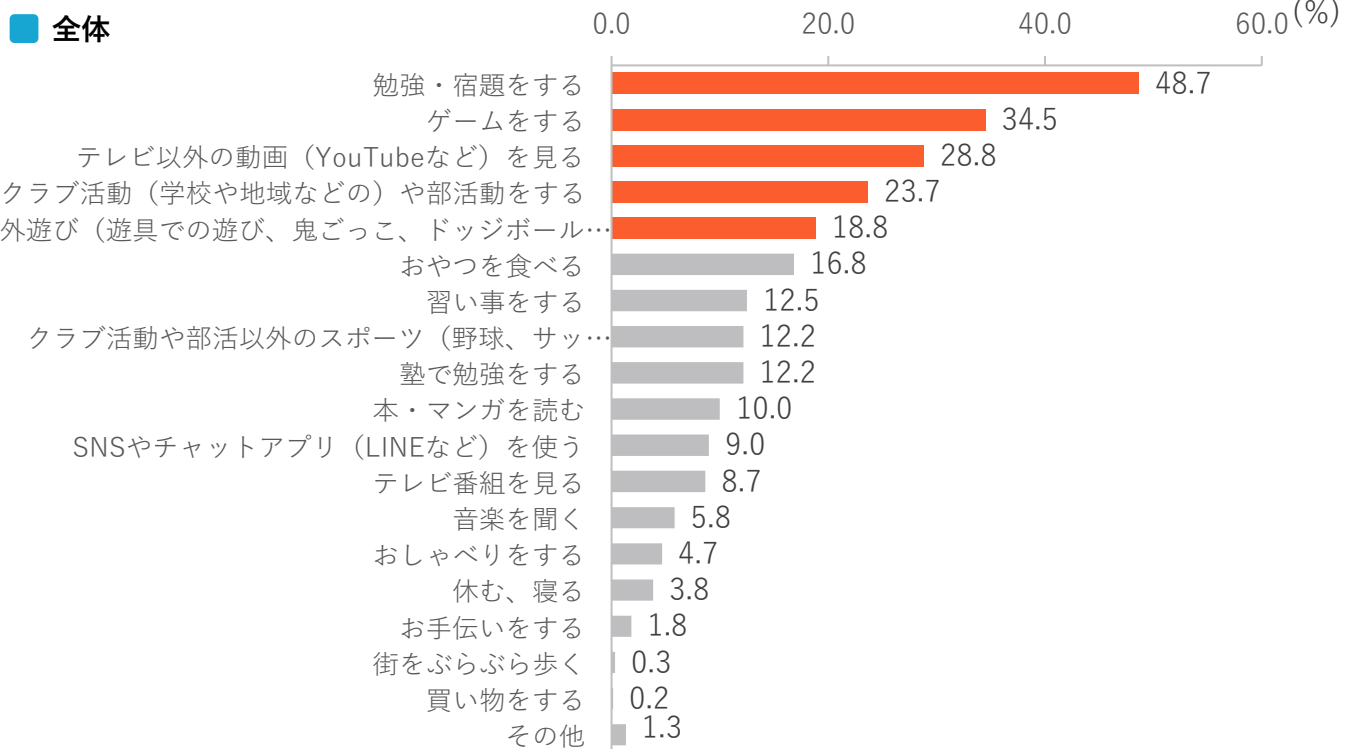
小学生と中学生を比較して ●→ 順位が上がる項目 ●← 順位が下がる項目



放課後は自分の家か友だちの家で過ごすことが多い。

- 放課後にすることのうち「よくすることを3つまで」では、「勉強・宿題をする」「ゲームをする」が1位、2位であることは変わりませんが、「おやつ」や「本・漫画」に代わって、「クラブ活動」と「外遊び」の順位が高くなります。
- 「どこで」しているかについて、上位3つの場所で圧倒的に高かったのは「自分の家」でした。
- 「誰と」しているかで見ると、「勉強」は「自分ひとりで」が6割ですが、「友だちと」が2割、「お母さんと」も2割。また、「ゲーム」は5割近くが「友だち」と答えた他「ひとりで」が4割、「きょうだいと」が2割の結果でした。

Q. ふだん（平日）学校が終わってから、あなたはどんなことをして過ごしていますか。よくすることを3つまで選んでください。



Q. (よくすることで選んだ項目について) どこで過ごすことが多いですか? 誰とすることが多いですか?

■ 全体

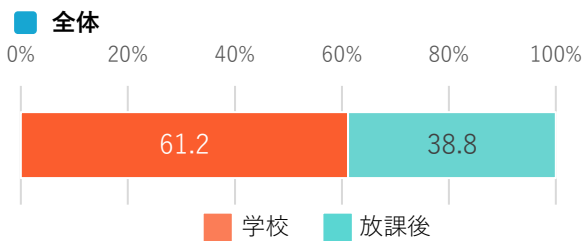
		1位	2位	3位
勉強・宿題をする (292人)	どこで	自分の家 96.2%	友だちの家 10.3%	学校 5.5% 学童クラブ5.5%
	だれと	自分ひとりで 61.6%	お母さん 19.5%	同じ学校の友だち 19.2%
ゲームをする (207人)	どこで	自分の家 98.6%	友だちの家 26.1%	公園 4.3%
	だれと	同じ学校の友だち 44.0%	自分ひとりで 41.5%	きょうだい 20.3%
テレビ以外の動画 (YouTubeなど) を見る (173人)	どこで	自分の家 98.3%	友だちの家 6.4%	祖父母、親戚の家 2.9%
	だれと	自分ひとりで 71.1%	きょうだい 19.1%	同じ学校の友だち 9.2%
クラブ活動 (学校や地域などの) や 部活動をする (142人)	どこで	学校 90.1%	自分の家 9.9%	学童クラブ 4.9%
	だれと	同じ学校の友だち 95.8%	コーチや習い事の先生 12.7%	学校外の友だち4.9%
外遊び (遊具での遊び、鬼ごっこ、ドッジボールなど) をする (113人)	どこで	公園 73.5%	友だちの家 33.6%	自分の家 27.4%
	だれと	同じ学校の友だち 98.2%	近所に住んでいる友達 15.9%	きょうだい 8.8%

放課後は自由な時間でやりたいことができる。友だちと遊べる時間が大事だし好き。

- 学校と放課後を比べたときに、「大事」だと答えたのは、学校6割・放課後4割。「好き・楽しい」と答えたのは、学校3割・放課後7割でした。
- 「学校が大事」な理由としては、「勉強が重要」「多くの友だちと会える」から。一方、「放課後が大事」なのは、「自由・解放された時間だから」「友だちと遊べるから」。
- 「好き・楽しい」について「学校」を選んだ人は、「勉強するのが楽しい」「友だちや先生たちと勉強以外にもいろいろと交流できるのが楽しい」と答えている一方、「放課後」を選んだ人の理由は「放課後が大事な理由」と同じく「自由な時間だから」「友だちと遊べるから」に加えて、「勉強が好きでないから」というものもありました。

Q. 「学校」と「放課後」では、どちらがあなたにとって「大事」だと感じますか。

「学校」と「放課後」では、どちらがあなたにとって「好き、たのしい」と感じますか。



■ 属性別

	学校が大事	放課後が大事
小学生男子	63.3%	36.7%
小学生女子	61.3%	38.7%
中学生男子	60.7%	39.3%
中学生女子	59.3%	40.7%

●学校が大事だと思う理由

【勉強が必要だから】

- ・勉強が大切だから (小4女子・大阪府)
- ・将来困らないため (小5男子・福岡県)
- ・学ぶことが多いから (小6男子・長崎県)
- ・今一番大事なときだから (中2男子・山口県)
- ・勉強は受験に必要なだから (中2女子・東京都)

【友だちと会えるから】

- ・たくさんの友達と長い時間すごせるから (小4女子・福井県)
- ・友達と顔を合わせられるから (小5女子・長野県)
- ・学校での同級生との絡みが多いから (小6男子・広島県)
- ・色々な友達との交流 (中1男子・神奈川県)
- ・友だちがいるから (中3女子・和歌山県)

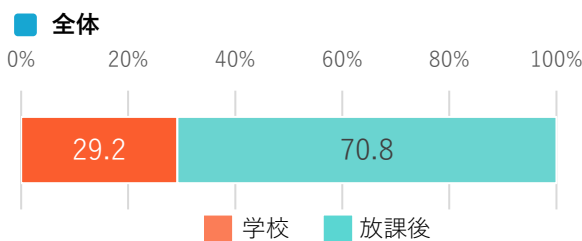
●放課後が大事だと思う理由

【自由な時間だから】

- ・遊びも大切 (小4男子・石川県)
- ・学校から放たれた時間が大事 (小4女子・埼玉県)
- ・学校ではなんだかんだで先生の目がある (小5女子・栃木県)
- ・自由にできる時間なので (中1女子・茨城県)
- ・いろいろやりたいことができる (中2男子・京都府)

【友だちと遊べるから】

- ・友だちとゲームができる (小6男子・島根県)
- ・友だちとオンラインでゲームをしたり話したりできる (中2男子・埼玉県)
- ・学校に来られない友だちともLINEなどでやり取りできるから (中2女子・埼玉県)



■ 属性別

	学校が好き、楽しい	放課後が好き、楽しい
小学生男子	32.0%	68.0%
小学生女子	35.3%	64.7%
中学生男子	24.7%	75.3%
中学生女子	24.7%	75.3%

●学校が好き、楽しいと思う理由

【勉強するのが楽しいから】

- ・勉強がとても楽しいし、先生もいるので (小5男子・福島県)
- ・授業は少し難しいけど新しい教科があるからおもしろい (中1女子・宮城県)
- ・勉強で分かって自分で吸収するのが楽しい (中3男子・宮城県)

【友だちや先生と過ごす時間が楽しいから】

- ・先生やクラスの人々と遊んだりするのが楽しいから (小4男子・千葉県)
- ・お友達みんながいて色々な体験ができる。給食もおいしい (小5女子・神奈川県)
- ・部活も楽しいけれど、学校時間の方がよりたくさんの友達や先生と関われるから (中1女子・東京都)
- ・学校で友達と話したりするのが好きだから (中3男子・大分県)

●放課後が好き、楽しいと思う理由

【自由な時間だから】

- ・ひとりでゆっくりできる時間があるから (小4女子・福井県)
- ・好きな遊びをできるから (小5男子・富山県)
- ・放課後の方が自由だから (中2男子・静岡県)
- ・好きなことが自由にできるから (中2女子・福岡県)

【友だちと遊べるから】

- ・友だちとおしゃべりしたりLINEしたりできる (中1女子・東京都)
- ・友だちと過ごす時間が好きなので (中2男子・京都府)

【勉強が好きじゃないから】

- ・勉強がつまらない (小5女子・千葉県)
- ・学校は勉強ばかりでしんどい (中1女子・大阪府)
- ・勉強は辛いですね。楽しい事ではありません。なので、放課後がすきです (中3女子・東京都)

放課後は自由な時間でやりたいことができる。 友だちと遊べる時間が「大事」だし「好き」。

【追加分析】「大事」と「好き、楽しい」の組み合わせで4グループに分けてみると。

Q. 「学校」と「放課後」では、どちらがあなたにとって「大事」だと感じますか。

「学校」と「放課後」では、どちらがあなたにとって「好き、たのしい」と感じますか。

		好き、楽しい	
		学校	放課後
大事	学校	① 26.3%	② 34.8%
	放課後	③ 2.8%	④ 36.0%

①（大事なのは学校、好きなのも学校）のグループは、

学校が大事な理由は「勉強するところだから」、学校が好きな理由は「友だちに会えるから」。知識や学力と仲間や友人という学校生活で得られるものに重心を置いているようです。

学校が大事な理由	学校が好き、楽しい理由	
勉強するところだから	友達に会えるから	(小5女子・群馬県)
学校は色々教えて貰える	友達がいる	(中2男子・大阪府)

②（大事なのは学校、好きなのは放課後）のグループは、

学校が大事な理由として「長時間過ごすから」「勉強が基本だから」に加えて「協調性を養う」「集団生活を学ぶ」といった学校を社会性を養う場としてとらえているような発言が、他のグループと比較すると最も多くありました。それゆえなのか、放課後は「自由に好きなことができる」という解放感を表現するような回答がありました。

学校が大事な理由	放課後が好き、楽しい理由	
勉強して協調性を生むため	自由に遊べるため	(小4男子・沖縄県)
勉強や集団行動を教えてもらえるから	自由なので	(小4女子・宮城県)

③（大事なのは放課後、好きなのは学校）のグループは、

全体の3%未満。放課後が大事なのは②グループと同じく「自由な時間だから」が多いのですが、他には「勉強に集中できる」といった回答もあり、少数ながら学校以外でも勉強に熱心に取り組んでいる子どももいるようです。その一方で「学校」が好きな理由は「友だちと話せて楽しい」が多く、学校が社交の場や息抜きの場になっている様子がありました。

放課後が大事な理由	学校が好き、楽しい理由	
勉強をするため	友達に会える	(小5男子・東京都)
自分にとって必要だと思うことを選べるから	大変な勉強をしなくてすむから。休み時間に遊べるから	(小6女子・埼玉県)
勉強に集中できる	遊べるから	(中2男子・茨城県)

④（大事なのは放課後、好きなのも放課後）のグループは、

最も多い36%でした。理由の多くは「自由」「遊べる」「勉強が嫌い」といったものでしたが、中には「過ごし方を自分で決められるから」「学業以外で学ぶことが沢山あるから」「部活動やスポーツをがんばっているから」といった、学校以外での学びや経験を重視しているようなコメントも散見されました。

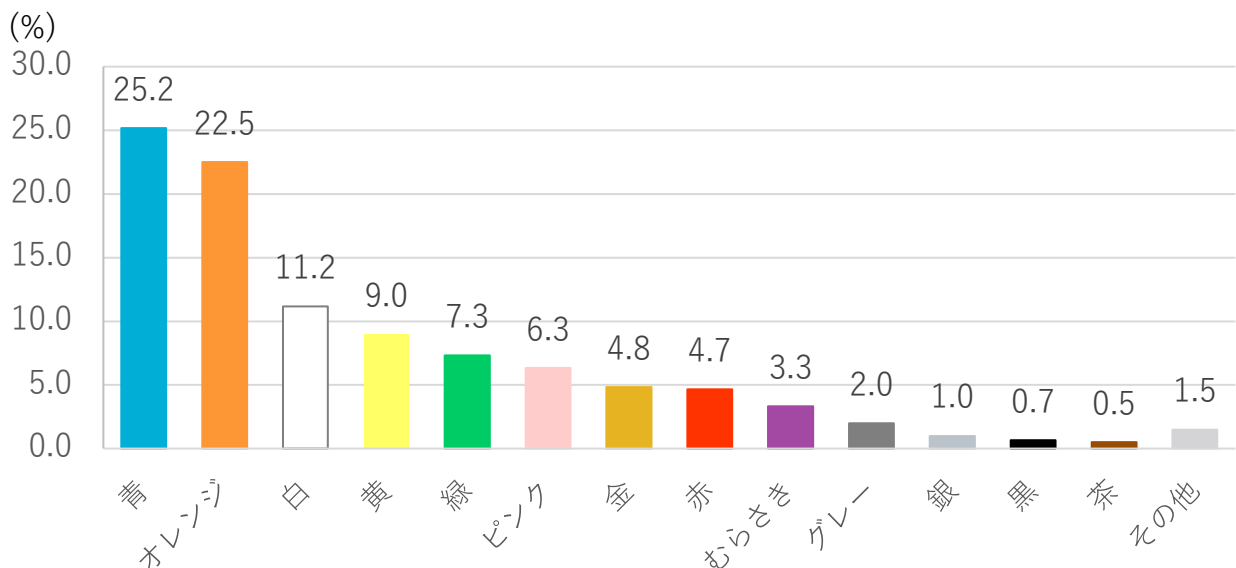
放課後が大事な理由	放課後が好き、楽しい理由	
放課後の過ごし方が大事だと思うから	自分がしたいことをできる時間だから	(小5女子・福岡県)
勉強以外の学びがあるから	友達がたくさんできたから	(小6男子・東京都)
サッカーの部活に入りたくて今の中学校へ行ったので、サッカーが大事だから	好きなサッカーができるから	(中1男子・東京都)

4 放課後を色にたとえると、青やオレンジ。

- 全体で見た場合、最も多くなったのは「青」25.2%、僅差で「オレンジ」22.5%。属性別では、男子が「青」、女子が「オレンジ」とそれぞれトップになりました。中学生女子は「白」が18.0%で3位にランクインしていました。
- 各色の理由では「青」=青空や爽やかさ、解放されたイメージ、「オレンジ」=明るさやエネルギー、夕日のイメージ、「白」=まだ何色にも染まっていない、これからいろいろな色になれる、などと答えています。
- 少数派の意見も見えてみると、「黄色」には楽しいワクワク感、「緑」には風景の色も重ねた安心感、「ピンク」には可愛らしさ、「金」には輝かしさ、「赤」には部活などで熱中する熱さ、「紫」には昼と夜の間の落ち着いた時間、などがイメージされています。（次ページ参照）

Q. あなたの放課後を、色でたとえると何色ですか？

■ 全体



■ 属性別

	1位	2位	3位	
小学生男子	青 (30.7%)	オレンジ (22.0%)	黄 (13.3%)	<div style="display: flex; flex-direction: column; gap: 5px;"> <div style="display: flex; align-items: center;"> 全体と比較して+10pt以上の値</div> <div style="display: flex; align-items: center;"> 全体と比較して+5pt以上の値</div> <div style="display: flex; align-items: center;"> 全体と比較して-5pt以上の値</div> <div style="display: flex; align-items: center;"> 全体と比較して-10pt以上の値</div> </div>
小学生女子	オレンジ (24.7%)	ピンク (18.7%)	青 (11.3%)	
中学生男子	青 (38.0%)	オレンジ (15.3%)	白 (10.7%)	
中学生女子	オレンジ (28.0%)	青 (20.7%)	白 (18.0%)	

放課後がこの色だと思う理由は、青空の爽やかさと夕日の明るさ、まだ何物にも染まらない白。

Q. 放課後を色でたとえると、____色と答えた理由を教えてください。

青



- 好きな色だから
- 外遊びが多いから
- 学校から解放されてのんびりした気持ちだから
- 空と一緒に色で時間から解放された広い心の色
- 青空ってイメージ
- 青春の青。友達と運動に打ち込んでいると充実する
- ユニフォームの色
- 塾の看板の色が青だから

多数

(小4女子・熊本県)
(小5男子・神奈川県)
(小5男子・三重県)
(小6男子・新潟県)
(中1女子・東京都)
(中2男子・福岡県)
(中3男子・神奈川県)

オレンジ



- 好きな色だから
- 明るいから
- 夕方まで遊べる夕日のイメージ
- 夕焼けの見える景色が印象に残るから
- 元気カラーだから
- 夕日のイメージが強いので
- 夕陽ある風景とエネルギーを感じる色だから
- 夕焼けの色だから

多数

(小4男子・石川県)
(小5女子・神奈川県)
(小5女子・東京都)
(中1男子・千葉県)
(中1女子・茨城県)
(中2女子・愛知県)
(中3男子・沖縄県)

白



- いろいろな色になれるから
- その日のやる事で色が変わるから。白なら色を塗れるから
- 自由だから
- 何色にも染まっていないから
- 自分次第でなんでもできる

(小4女子・北海道)
(小5女子・岐阜県)
(小6男子・愛知県)
(中1男子・山口県)
(中3女子・和歌山県)

黄



- 自分の時間を有意義に使っていると思うから
- 黄色は好きな色だから、楽しい時間は黄色だと思う
- キラキラしてるから
- 明るい感じ

(小4男子・兵庫県)
(小6男子・北海道)
(小6女子・神奈川県)
(中3女子・広島県)

緑



- 学校の校庭の緑
- 気持ちが楽になる感じがするから
- うちの芝が緑だから
- 何かが回復している気がする。リセットする癒されるから

(小5男子・滋賀県)
(小6女子・千葉県)
(中2男子・長野県)
(中2女子・東京都)

ピンク



- 女の子のお友達と遊ぶことがほとんどだから
- 可愛いから
- 楽しいと感じる色だから

(小4女子・大阪府)
(小6女子・大阪府)
(中3女子・神奈川県)

金



- まぶしい時間
- 輝かしい未来に向けて輝いている時期なので
- 輝いている時間だ

(小5男子・東京都)
(中1女子・埼玉県)
(中3男子・京都府)

赤



- 勉強とダンスで気持ちを高めるため
- 燃えているから
- 部活でグラウンドを走っている時に実際に顔が赤くなったり、気持ちも熱くなるから

(小4女子・埼玉県)
(中3男子・奈良県)
(中3女子・長崎県)

紫



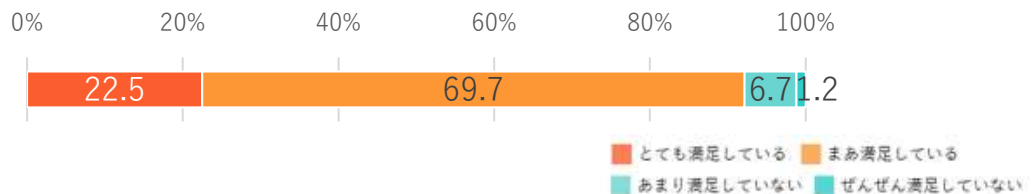
- 落ち着いて過ごしているから
- 特に理由はない。暗くもなく明るくもないから
- 自分のためになっている気がする。紫は良い色と聞いたことがある。

(小4女子・東京都)
(中1女子・埼玉県)
(中1女子・東京都)

今の放課後の過ごし方に9割が満足。理想の放課後は？

- 放課後の過ごし方に「とても満足している」22.5%、「まあ満足している」69.7%とあわせて9割以上の子どもたちが満足していました。
- 理想の放課後を聞いてみたところ、過ごし方では大きく分けて「のんびりしたい」派と「いろいろやりたい」「時間が欲しい」派にわかれしました。また誰と過ごすかでは「友だちと過ごしたい」派と「一人で過ごしたい」派がいました。

Q. 自分の放課後の過ごし方に、あなたはどのくらい満足していますか？



Q. あなたにとって理想的な放課後の過ごし方を教えてください。

友だちと外で遊びたい

- 天気が良く、男女混ざって友達たくさんと、公園で鬼ごっこかリレーとかして元気に動き回って遊ぶ (小4女子・東京都)
- たくさんの友達と家の前の広いお寺で、鬼ごっこやバドミントン、ドッチボールをして過ごしたいです (小6男子・石川県)
- 公園で学年関係なく地域の子供達と遊ぶ。 (小6女子・新潟県)
- 学校のお友達と学校のグラウンドでわちゃわちゃ走り回っていたい。 (小6女子・東京都)

友だちとおしゃべりしたい

- 友達と場所はどこでもいいから、ゆっくり話したい。 (小4男子・秋田県)
- 友だちとしゃべりながら下校したり、部活したい。まだ、入学してから特に仲良い友だちが出来ていない。 (中1女子・香川県)
- 仲のいい友達と勉強を教えあったり、推しの話をしたい。 (中3女子・長崎県)

部活・クラブ活動したい

- 部活で友達と切磋琢磨したい。 (中1男子・愛媛県)
- 学校の友達と部活動を一生懸命にやって、目標達成に向け努力すること。 (中2女子・千葉県)
- クラブ活動に専念する。 (中3男子・福井県)

ひとりでのんびりしたい

- お菓子を食べながらずっと家でひとりでゲームしたい。 (小4女子・大阪府)
- ゴロゴロしまくる、スマホみてゴロゴロしまくる (小5女子・愛知県)
- ひとりで音楽を聴きながら本や漫画を読みたい。 (小6女子・埼玉県)
- 家でダラダラとお菓子を食べながら快適な空間で誰にも邪魔されずにゲームをする (中1男子・静岡県)
- ひとりで家でのんびり過ごしたい。 (中3女子・千葉県)

休みたい

- おやつを食べて少し寝て、気分が良くなれば宿題とかやることをやりたい。 (中1女子・岐阜県)
- サッカーばかりだけど、休む時間もほしい。 (中2男子・兵庫県)

時間がほしい

- もう少し時間があるとうれしい。 (小5男子・大阪府)
- もう少し時間欲しい。授業があると始まるのが遅くなる。 (中2男子・島根県)
- 通学時間が片道50分かかるので、その時間がもったいないです。本来なら、友達と一緒にゲームをしたい。 (中3女子・東京都)

大人な過ごし方をしたい

- 早く、中学生になって友だちとゆめタウンなどに行きたい。 (小5男子・福岡県)
- 彼女と手をつないで帰る (中3男子・大分県)

編集後記

放課後の過ごし方について、今のままで満足だと感じている子がほとんどでした。今の自分にとって大切なことが何か、子どもたちは冷静に考えています。勉強したり部活の練習に出るのは必要なこと。それでもたまにはそこから解放されて、友だちと走り回ったりたわいないおしゃべりをしたり、時間や大人の目を気にせずゲームや動画視聴をしたり、好きなことだけを思い切り楽しめたらいいな、と思ったりします。

放課後は色にとえるなら青空と青春の青、夕焼け空と元気のオレンジ。もしくは、まだ何色にも染まっていない白。

小学生、中学生の現在の姿を、どこか客観的に眺めているような印象を受けました。

早く大人になって自由を手にした気もするけれど、いつまでもこのままの日々が続いてほしいとも思う。そんな揺れる心が、「放課後」という特別な夕方の時間に垣間見えました。（研究員A）

調査概要

調査エリア

全国

調査対象

小4～中3 男女 600人

	男性	女性	計
小学4年生	50	50	100
小学5年生	50	50	100
小学6年生	50	50	100
中学1年生	50	50	100
中学2年生	50	50	100
中学3年生	50	50	100
合計	300	300	600

調査日

原則毎月第2日曜日に調査実施

調査分析

公益財団法人博報堂教育財団 こども研究所

調査方法

インターネット調査

実施集計

株式会社H.M.マーケティングリサーチ

子どもの回答にあたっては、保護者の同意のもとで行っております。