

こどもの声から考える

# 小学生の放課後 well-being レポート

2023



# はじめに

昨今注目を集めている「well-being」ですが、「こどものwell-being」についてはまだまだ研究途上です。本レポートでは、「こどものwell-being」、とりわけ「こどもの放課後のwell-being」について焦点を当て、まとめました。

昨今のこどものきびしい現状を受け、実際にこどもの声を聞くと共に専門家や保護者にもヒアリングを行い、こどもにとってどういふ放課後のあり方がいいのか、こどものwell-beingを高める放課後のあり方はどういふものなのかを考えました。本レポートがこどもたちの自由で豊かな放課後の実現に一歩でも近づき助けることを願っています。

## 目次

- P4 第1章 なぜ今、こどものwell-beingなのか
- P11 第2章 こどもの声から考える放課後のwell-being
- P18 第3章 関係者と考える放課後のwell-being
- P24 第4章 こどもの放課後のwell-beingの実践事例
- P26 第5章 放課後のこどものwell-beingを実現するために

### 発行元 特定非営利活動法人 Chance For All (CFA)

「生まれ育った家庭や環境に関わらず、だれもがしあわせに生きていける社会の実現」をめざし、こどもたちのための放課後の居場所づくりや遊び場づくりを行っています。放課後の時間は、長期休みなどの時間も含めると学校の時間よりも長い時間を過ごしています。また、学習指導要領がある学校の時間と違い、決まったことのない自由な時間だからこそ、遊びと学びでいっぱいの可能性にあふれています。一方で、こどもの家庭環境によって過ごし方に差が生まれやすい時間でもあります。すべてのこどもたちが豊かな放課後の時間の中でのびのびと成長していけるように、現在、東京都足立区と墨田区に児童保育施設を8施設、地域のこどもの居場所となるフリースペース併設の駄菓子屋を足立区で運営。また、千葉大学等との共同実施で、こどものあそび場づくり事業を行っています。



## 代表から

well-being 日本語では「幸福」「健康」とも訳されますが、もともとの意味は「よく在る、よく生きる」ということです。つまりwell-beingとは獲得できるスキルのようなものではなく、生き方やあり方そのものを意味していると言えます。well-beingな状態にとって大切なのは「地域や家族とのつながり」や「他者に与えること、感謝すること」また「今この瞬間を楽しむこと」などと言われます。

こどもが生まれたその瞬間、多くの親は「この子にはよい人生を生きてほしい」と、ただこどもの幸せを願うのではないのでしょうか。生まれたときから「偏差値の高い学校に合格して欲しい」「大企業に入って欲しい」と思ったという話はあまり聞きません。そして、小さな口から紡がれた初めての言葉や踏み出した初めての一步に感動し、夜中に高熱を出して苦しんでいる我が子を見ては自分が代わってあげたいと心を痛め、元気になった姿を見た時には健康でさえいくればと胸をなでおろし。子育てに苦勞しながらも、我が子の成長が人生に新しい喜びを与えてくれたという人も多いでしょう。

しかし、日に日に成長していく我が子の姿を頼もしく思いながらも、だんだんと他の子とわが子の違いが気になったり、小さい頃は何もできなくてもかわいかったのに、小学生になる頃には「片付けなさい!」「勉強しなさい!」と気づけば注意ばかりしていたり、保育園の頃には自分のことそっちのけで他の子を助ける我が子の優しさに感動していたのが「人のことなんていいから自分のことをちゃんとして欲しい」という気持ちになったり。

日本においては保育園までの子育てと小学生以降の子育てがまるでまったく別の行為のようです。それと呼応するように日本の小学生の自己肯定感小学生に入ると共に下がり続けます。たった6年間の小学生時代で幸福な状態から世界の中でも最低レベルの自己肯定感になってしまうのです。これはいったいなぜでしょうか? 幸せに生きてほしいと願い、のびのびと育つ姿を見守ってきたのはいったいなんだったのでしょうか。

実は、日本のおとなたちは、GDP世界3位なのに幸福度は世界47位という「幸せに生きるのが下手な人たち」です。そのおとなたちが、こどもが小学生になると「では、そろそろ…」とよってたかって自分たちと同じように「幸せに生きるのが下手なおとな」に育てようとしているのです。あれはダメこれもダメとやる気を削いで、将来のために今は我慢しなさいと無理を強いて、誰かが決めた一律の評価で他人と比べられていいとか悪いとか…こんな環境では、幸せに育つ子の方が珍しいということもなはずけます。

そんな中でもこどもたちは一日を生きることを全力で楽しもうとしています。珍しい石を見つけて興奮し、生き物に興味を示し、友達と笑いあったり喧嘩したり…そんなこどもたちを見てると、日本という国やそこに生きる人たち、そしてそれらを取り巻くこの世界のすべてが本当の意味で豊かになるためにはどうしたらよいかの答えを知っているのは、我々おとなではなくこどもたちなのではないかと思えてなりません。

「こどもの声を聞く」という行為が、こどもの権利を尊重するという意味以上に、おとなたちがこどもたちに教えることの方が多いうことが今回の調査の一番の学びであったことをここに記します。



特定非営利活動法人  
Chance For All  
代表理事 中山勇魚

# なぜ今、子どもの well-being なのか

この章では、なぜ今子どもの well-being なのか、well-being が注目されるようになってきた背景と、現在の子どもが置かれている状況をご紹介します。

## 世界の潮流

well-being はもともと欧米を中心に健康の文脈で広がってきました。近年ではSDGsやジュネーブ宣言などにも well-being という言葉が使われたり、世界経済フォーラムの創設者であり会長でもあるクラウス・シュワブ氏が、世界的に強い影響力を持つダボス会議のテーマとして「グレート・リセット」を掲げ、

「第二次世界大戦後から続くシステムは環境破壊を起こし、持続性に乏しく、もはや時代遅れだ。人々の幸福を中心とした経済に考え直すべきだ」

と述べるなど、単に健康だけではなく人々が幸福に生きていくため人類が大切にしていけるべきものとして位置づけられています。



ニュージーランドでは  
国家予算を国民の幸福度向上のために活用

2019年5月、ニュージーランド政府は、幸せをコンセプトに入れた予算「幸福予算 (Well-being Budget)」を発表しました。世界で初めて、国や国民の幸せを体系的に考え、予算に落とし込んだのです。ジャシンダ・アーダーン首相は当時「経済的な幸福だけでなく、社会的な幸福にも取り組む必要がある」と宣言し、以下の5つの領域を中心にまとめました。

- 1 メンタルヘルス支援
- 2 子どもの幸せをサポート
- 3 先住民マオリ族と南太平洋諸国系の生活向上
- 4 イノベーティブな国家創り
- 5 サステナブルな経済社会への移行

参考 URL : <https://ampmedia.jp/2019/06/30/wellbeing-budget/>

日本でも政府による  
「Well-beingの動向の見える化」が進む

「我が国の経済社会状況について、GDPだけでなく、満足度・生活の質に関する幅広い視点から「見える化」することが重要である。(満足度・生活の質に関する調査報告書2021より)」とされています。

「骨太方針2022」でも  
“Well-being”が取り上げられる

骨太方針とは「経済財政運営と改革の基本方針2022」の通称であり、岸田内閣が取り組むとする具体的な経済財政政策という位置付けです。その中でも「個人と社会全体の Well-being の向上」が目指すべき姿として掲げられています。

参考 URL :  
・内閣府「満足度・生活の質に関する調査」  
<https://www.5.cao.go.jp/keizai2/wellbeing/manzoku/index.html>  
・内閣府「経済財政運営と改革の基本方針2022」  
<https://www.5.cao.go.jp/keizai-shimon/kaigi/cabinet/2022/decision0607.html>

そういった背景をもとに、子どもに関する政策や行政においても、well-being が注目されています。「子ども政策の新たな推進体制に関する基本方針 (閣議決定令和3年12月21日)」でも、今後の子ども政策の基本理念として、「well-beingの向上」が掲げられています。

## 子ども政策の基本理念

- |  |  |  |
|--|--|--|
| 1. 子どもの視点、子育て当事者の視点に立った政策立案                                  | 2. 全ての子どもの健やかな成長、Well-beingの向上                                       | 3. 誰一人取り残さず、抜け落ちることのない支援                     |
| 4. 子どもや家庭が抱える様々な複合する課題に対し、制度や組織による縦割りの壁、年齢の壁を克服した切れ目ない包括的な支援 | 5. 待ちの支援から、予防的な関わりを強化するとともに、必要な子ども・家庭に支援が確実に届くようプッシュ型支援、アウトリーチ型支援に転換 | 6. データ・統計を活用したエビデンスに基づく政策立案、PDCAサイクル (評価・改善) |

実際に子ども家庭庁の設置や子ども基本法でも、子どもが幸せに健やかに成長していくことがめざす姿として掲げられています。

## 子ども家庭庁がめざすもの

- ◆ 子ども政策をさらに強力に進めていくため、常に子どもの視点に立ち、子どもの最善の利益を第一に考え、子どもまんなか社会の実現に向けて、専一に取り組む独立した行政組織と専任の大臣が必要。
- ◆ 新たな行政組織として、子どもが自立した個人としてひとしく健やかに成長することができる社会の実現に向けて、子どもと家庭の福祉の増進・保健の向上等の支援、子どもの権利利益の擁護を任務とする、子ども家庭庁を創設。

※参考 URL :  
・内閣官房子ども政策の推進に係る作業部会閣議決定「子ども政策の新たな推進体制に関する基本方針について」  
[https://www.cas.go.jp/seisaku/kodomo\\_seisaku/pdf/kihon\\_housin.pdf](https://www.cas.go.jp/seisaku/kodomo_seisaku/pdf/kihon_housin.pdf)  
[https://www.cas.go.jp/seisaku/kodomo\\_seisaku/pdf/kihon\\_housin\\_gaiyou.pdf](https://www.cas.go.jp/seisaku/kodomo_seisaku/pdf/kihon_housin_gaiyou.pdf)  
・内閣官房子ども家庭庁設立準備室「子ども基本法説明資料」  
<https://www.cas.go.jp/houan/220622/77setsume.pdf>

## 子ども基本法の目的

日本国憲法及び児童の権利に関する条約の精神にのっとり、次代の社会を担う全ての子どもが、生涯にわたる人格形成の基礎を築き、自立した個人としてひとしく健やかに成長することができ、子どもの心身の状況、置かれている環境等にかかわらず、その権利の擁護が図られ、将来にわたって幸福な生活を送ることができる社会の実現を目指して、子ども政策を総合的に推進する。

## ● ひるがえって日本のこどもの現状は…

### 日本のこどもの精神的幸福度は世界最低レベル

ユニセフ(国連児童基金)・イノチェンティ研究所は2020年9月3日、「レポートカード」シリーズの最新報告書を発表。レポートカード16では、先進国のこどもの幸福度ランキングを調査しました。

日本のこどもの身体的健康度は世界1位でしたが、精神的幸福度は38か国中37位。幸福度の総合順位は38か国中20位という結果でした。15歳時点で生活満足度の高い子どもの割合はトルコについて2番目に低く、15歳～19歳の若者の自殺率も平均より高いことから、「精神的幸福度」は37位という結果になりました。

総合順位	国	精神的幸福度	身体的幸福度	スキル
1	オランダ	1	9	3
2	デンマーク	5	4	7
3	ノルウェー	11	8	1
4	スイス	13	3	12
5	フィンランド	12	6	9
6	スペイン	3	23	4
7	フランス	7	18	5
8	ベルギー	17	7	8
9	スロベニア	23	11	2
10	スウェーデン	22	5	14
20	日本	37	1	27

子どもの幸福度(結果)の総合順位表: 精神的幸福度、身体的健康、学力・社会的スキル

※参考URL

・ユニセフ「レポートカード16 先進国の子どもの幸福度をランキング 日本の子どもに関する結果」<https://www.unicef.or.jp/report/20200902.html>

・リセマム「先進国の子どもの幸福度ランキング、日本は38か国中20位」<https://resemom.jp/article/2020/09/04/57962.html>

## ● いじめや校内暴力、不登校はここ数年増加の一途をたどっている

### 小学生のいじめの発生件数激増

- ・いじめを認知した学校は約9割。
- ・生命・身体・財産に重大な被害が生じた可能性のある「重大事態」も増加しています。

2006年度 約6.1万件 → 2021年度 約50万件

約8.2倍

### 小学生の校内暴力発生件数激増

- ・中学校の発生件数の約2倍。校内暴力は中学生の問題ではありません。

2006年度 約3,800件 → 2021年度 約48,100件

約12.7倍

### 不登校児童も増加

- ・不登校も増加の一途をたどっており、小・中学校を合わせると、約24.5万人もの子どもが不登校となっています。小学校では77人にひとり、中学校では20人にひとりが不登校なのです。

2006年度 23,825人 → 2021年度 81,498人

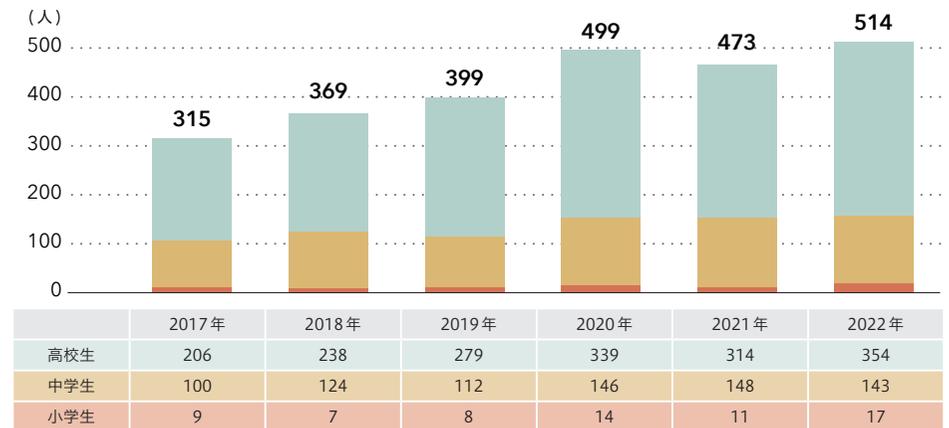
約3.4倍

文部科学省「令和3年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果」より

## こどもの自殺数も増加傾向

2022年には、初めて500人を超え、過去最多となっています。

### 児童生徒の自殺者の推移

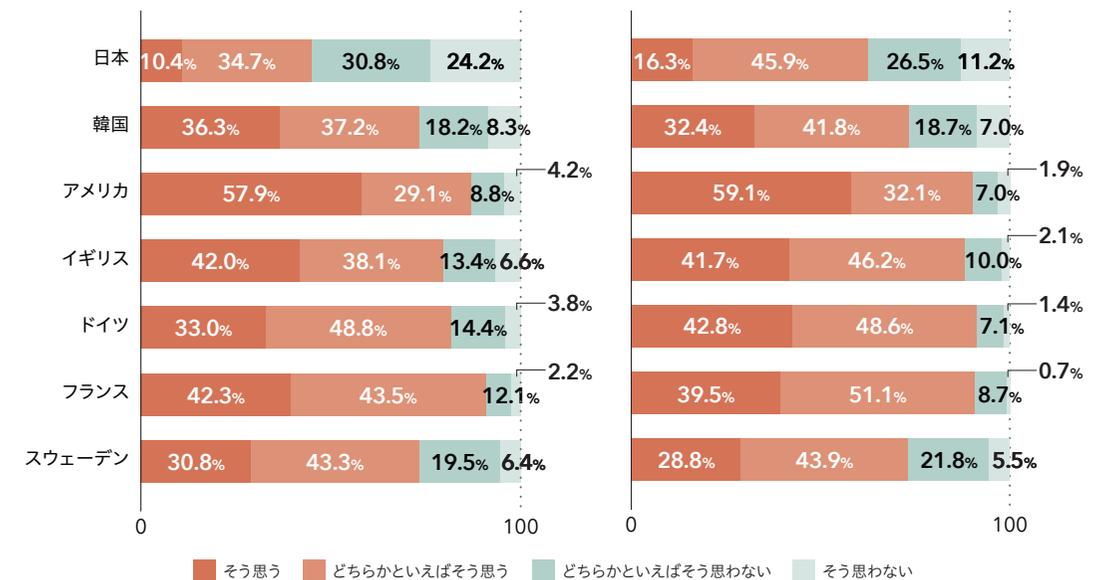


※厚生労働省の自殺統計に基づく児童生徒の自殺者数の推移を元に作成

## 世界の中でも自己肯定感の低い日本の若者たち

日本の若者は諸外国の若者と比べて、「自分自身に満足」していたり「自分には長所がある」と思ったりするなど、自身を肯定的に捉えている若者の割合が低い傾向にあり、こうした自己肯定感の低さには自分が役に立たないと感じる自己有用感の低さが関わっていることが明らかになっています。

### 自分自身に満足している / 自分には長所がある



※令和元年版 子供・若者白書より

[https://www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/r01honpen/s0\\_1.html](https://www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/r01honpen/s0_1.html)

## こどもの放課後の現状

### そもそも小学生の放課後の時間とは

実は、長期休みも含めると、学校で過ごすよりも長い時間を過ごす

年間平均  
283日中



学校

約 1,200時間



学童

約 1,600時間

※全国学童保育連絡協議会「5年ぶりの学童保育の詳細な全国調査報告」より

## 放課後について考える必要がある理由

かつては

在校時間外の自由な時間に、家庭や地域社会において、人格形成や情操教育につながるさまざまな経験をしていた。(例：家庭での手伝い、地域でも異年齢の子どもや多様なおとなとの出会い、自発的な遊びや自然体験等)

それらを通じて、責任感、忍耐力、チームワーク、自信、体力・運動能力、コミュニケーション能力、創造力、集中力を得たり、ストレス発散したりすることで、学校は学業に専念することができた。

現在

家庭では、世帯当たりの人数の減少、サラリーマン家庭の増加、家電製品・外食の増加などで、子どもが家業や家事に関わる機会が大きく減った。

地域では、女性の就業の増加で地域活動の担い手が減り、都市化とともに自然の空間が減り、モータリゼーションとともに交通事故や犯罪の不安も高まり、子どもが社会を体験できる機会が制約されつつある。

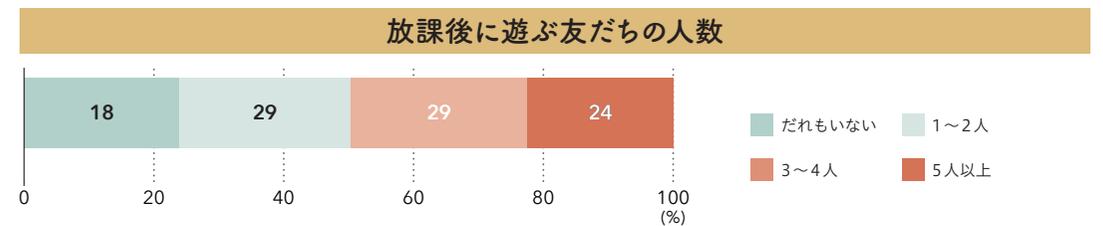
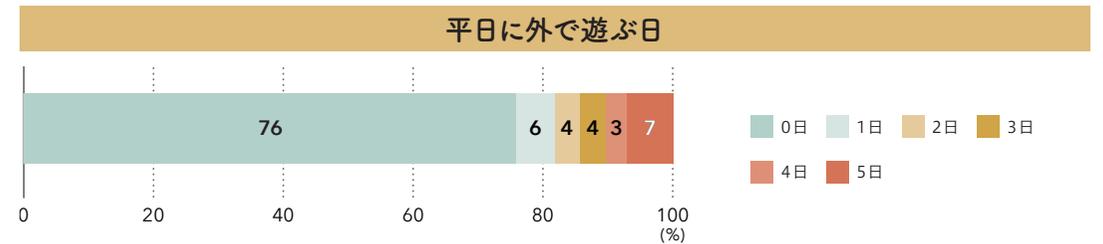
つまり

家庭や地域社会といった「学校外」でのこどもの教育機能が低下する中、**学校外の教育の機能を再構築する必要性が高まっている。**

(池本美香編著 『子どもの放課後を考える 諸外国との比較でみる学童保育問題』2009年 勁草書房)

### 小学生の8割近くが平日外遊びをしていない

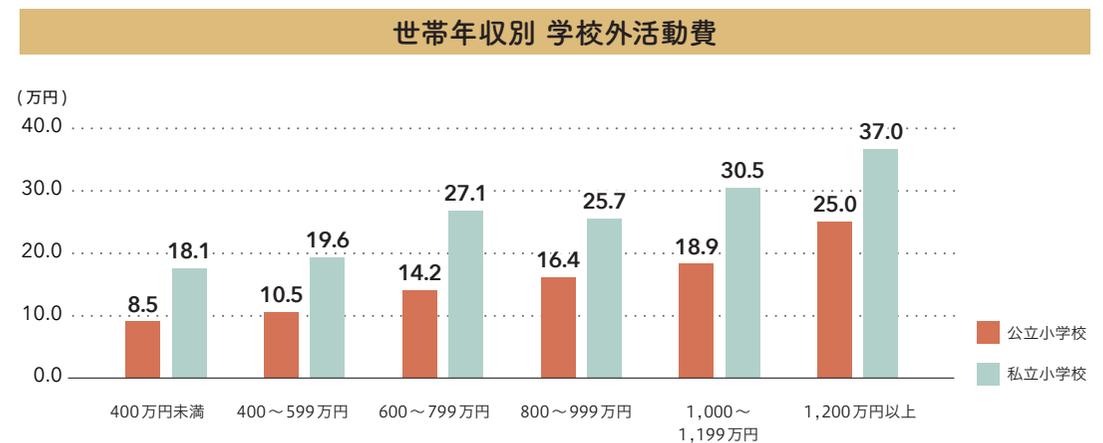
千葉大学名誉教授木下勇さんの研究(2019年)によると、小学生の8割近くのこどもが平日外遊びをしていないことがわかっています。2016～18年に千葉市、宮城県気仙沼市、福島県石川町、群馬県の片品村、みなかみ町の計5市町村で行われ、2986人が回答した調査で、都市部に限ったことではなく、農村部でも変わらない傾向となっています。



(千葉大学・木下勇研究所の調査)

### 経済格差が体験格差につながっている

文部科学省の調査(平成28年「子供の学習費調査」)によると、世帯年収の高低によって、学校外の活動にかかる費用が異なっています。(この調査の学校外活動費は、スポーツや文化活動などの習い事費用、ハイキングやキャンプなどの野外活動にかかる費用等が計上されています。)経済的にぎびしい状況にいるこどもたちは学校外で様々な体験や経験を積むことがむずかしい状況があります。



## ● ご存じですか? 子どもの権利条約

「児童の権利に関する条約」、通称「子どもの権利条約」とは、こどもの基本的人権を国際的に保障するために定められた条約です。

18歳未満のこどもを、権利をもつ主体と位置づけ、おとなと同様ひとりの人間としての人権を認めるとともに、成長の過程で特別な保護や配慮が必要な子どもならではの権利も定めています。

1989年の第44回国連総会において採択され、1990年に発効しました。日本は1994年に批准しています。

子どもの権利条約は、内容を分けると大きく4種類に分類することができます。

<b>生きる権利</b>	住む場所や食べ物があり、医療を受けられるなど、命が守られる
<b>育つ権利</b>	勉強したり遊んだりして、もって生まれた能力を十分に伸ばしながら成長できる
<b>守られる権利</b>	紛争に巻きこまれず、難民になったら保護され、暴力や搾取、有害な労働などから守られる
<b>参加する権利</b>	自由に意見を表したり、団体を作ったりできる

具体的には、以下のような権利も保障されています。

### 第3条 子どもにもっともよいことを

子どもに関係のあることが決められ、行われるときには、子どもにもっともよいことは何かを第一に考えなければなりません。



### 第13条 表現の自由

子どもは、自由な方法でいろいろな情報や考えを伝える権利、知る権利をもっています。



### 第12条 意見を表す権利

子どもは、自分に関係のあることについて自由に自分の意見を表す権利をもっています。その意見は、子どもの発達に応じて、じゅうぶん考慮されなければなりません。



### 第31条 休み、遊ぶ権利

子どもは、休んだり、遊んだり、文化芸術活動に参加したりする権利をもっています。



※参考URL  
 ・ユニセフ 子どもの権利条約  
[https://www.unicef.or.jp/about\\_unicef/about\\_rig.html](https://www.unicef.or.jp/about_unicef/about_rig.html)  
<https://www.unicef.or.jp/kodomo/kenri/syo1-8.html>

## 第2章

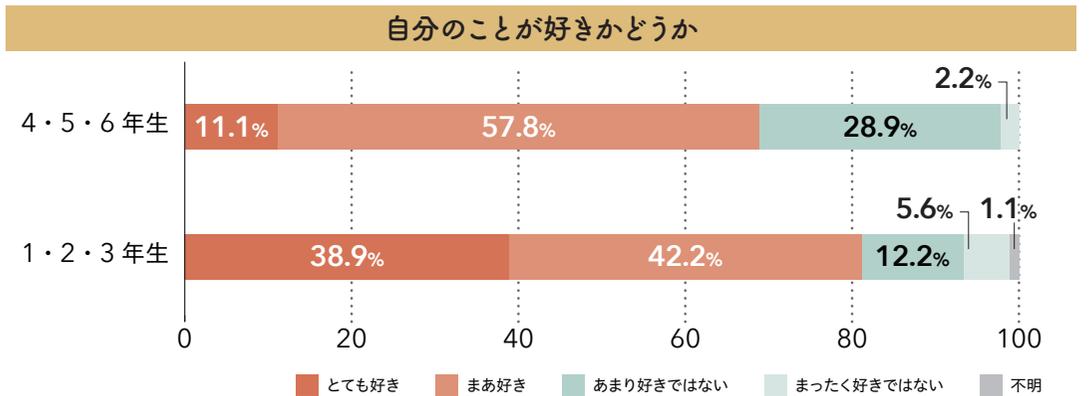
## こどもの声から考える放課後のwell-being

私たちCFAはこどもの放課後の居場所づくりを行っています。放課後からこどものwell-beingを実現したいと考えたときに、まずこどもたちの声を聞くことから始めることが大切だと考えました。そこで、私たちが運営している、地域のこどもたちの居場所である駄菓子屋irodoriや足立区内で行われたイベントにてアンケートを実施し、こどもの声を調査することにしました。

- 調査期間** 2021年12月～2022年2月
- 調査場所** 東京都足立区  
駄菓子屋irodori及び足立区内で行われたイベントにて
- 調査方法** スタッフからこどもへの聞き取り、  
またはこどもが自分で記入
- 収集件数** 153件



### TOPIC 1 小学校低学年の子どもよりも、高学年のこどものほうがきびしい状況にいる子が多い

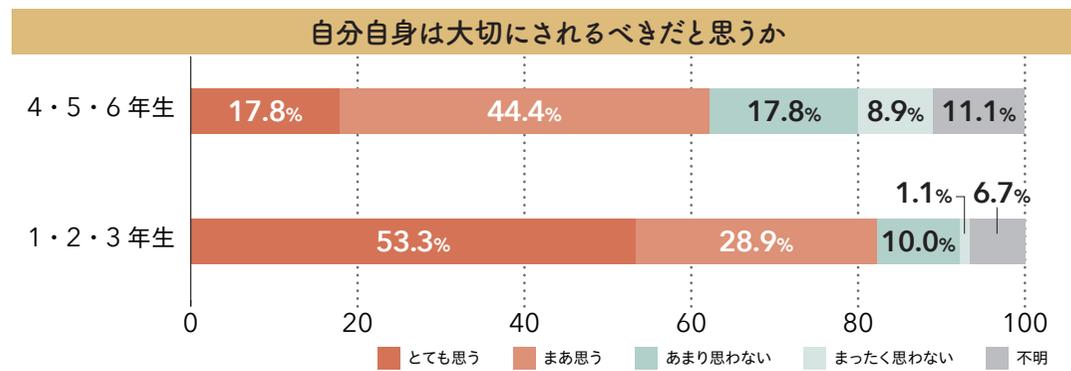


こどもの声

「まあ好き:よくわからないけど好き(2年生・女の子)」「とても好き:自分自身は好き!そうじゃないと何も信じられないしね!」  
 「まあ好き:足が速い(1年生・男の子)」「とても好き:自分がおもしろいからです(1年生・男の子)」「あまり好きではない:理由はいいたくない(5年生・女の子)」「あまり好きではない:勉強ができない、失敗が多い(6年生・女の子)」  
 「まったく好きではない:バカだから(1年生・男の子)」「あまり好きではない:悪いところがあるから(4年生・男の子)」

考察

低学年と比較すると、学校の勉強の難易度が上がり、勉強の得意不得意が明確になってくる高学年。足立区でも、塾に通い始める子が増え、勉強の出来不出来が自己評価につながりやすくなっているのではないのでしょうか。学力の差が明確に出るのは小学校3年生くらいからと言われています。また以前は学校と放課後が明確に切り離され、こども同士での関係性が大切な放課後では学力は大きなウェイトを占めていませんでした。しかし、塾通いの子が増えたり、学校の中にある学童保育に通う子が増えたことで、大人からの評価や学校のヒエラルキーを放課後も引きずってしまい、自分に自信を持っていない子が増えていると考えられます。

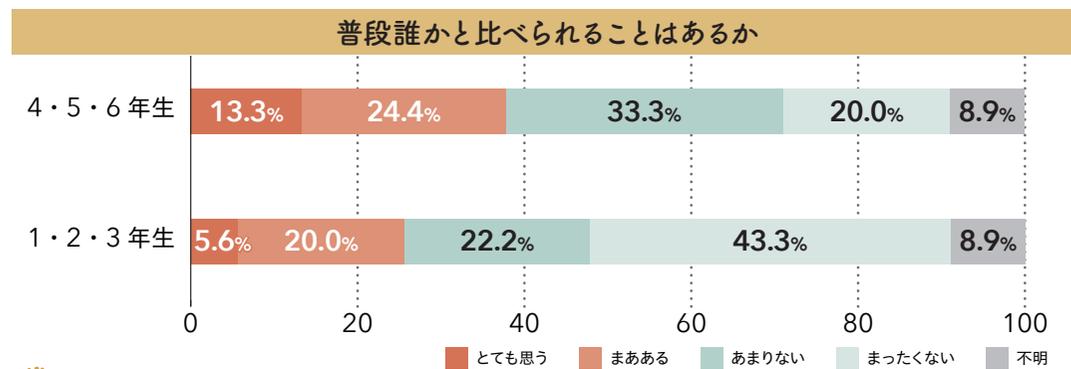


**子どもの声**

「とても思う：自分がいなくなったら周りの人が悲しむ。生まれ変わってもまた自分に生まれたい。(2年生・女の子)」  
 「とても思う：子どもだから(1年生・女の子)」  
 「とても思う：大事にされないといやだから(2年生・女の子)」  
 「とても思う：世界にひとりしかいないから(2年生・女の子)」  
 「あまり思わない：自分は人に迷惑ばかりかかっているから(5年生・男の子)」  
 「あまり思わない：わるいところがあるから(5年生・男の子)」  
 「まったく思わない：得意なことがないから(6年生・女の子)」

**考察**

自身に非があると感じ、そういう自分は大切にされるべきではないと感じている子が多そうです。純粋に愛を感じている低学年と、自分の悪いところに目が向いてしまっている高学年の差がここでも目立ちます。高学年になると実に25%以上の子が自分は大切にされるべきだと思えていません。多くの保護者や教育関係者は「子どものため」と思って、子どもたちにより多くのことを要求していると思いますが、高学年の子たちの苦しさ、辛さについておとなたちにもっと知ってほしいと感じました。



**子どもの声**

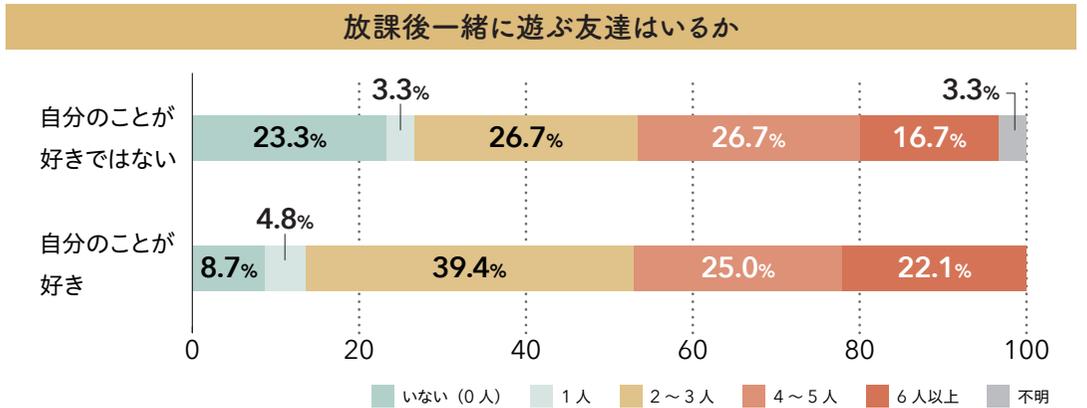
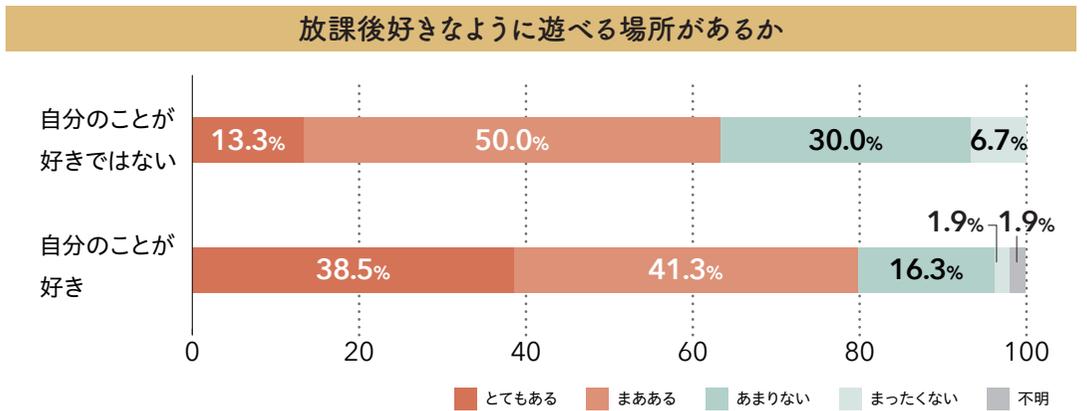
「まあある：友達同士で、勉強ができるとかできないとか。(5年生・女の子)」  
 「とてもある：妹と頭のよさとか比べられて、少しいやな気持ちになる(5年生・女の子)」  
 「まあある：お母さんが他の子の話を(2年生・男の子)」  
 「まあある：おこられる時にくらべられているようだから(5年生・男の子)」  
 「まあある：”〇〇は～できるのに、君にはできないの?”といわれたことがある。誰かと比べられるのがいやだから、とてもいやな気持ちになった」

**考察**

勉強について比較されていることが多そうです。また、低学年では、比較されることがあっても、ほめられるときに比較されから嫌な気持ちにならないという声もありました。こちら高学年の子の方が比較されていると感じる一方、インタビューでは低学年の子たちも比較されることに嫌な気持ちを感じていることがわかりました。特に「他の人と自分を比べられる」ことに対して、子どもたちは傷ついていることがわかりました。

## TOPIC 2

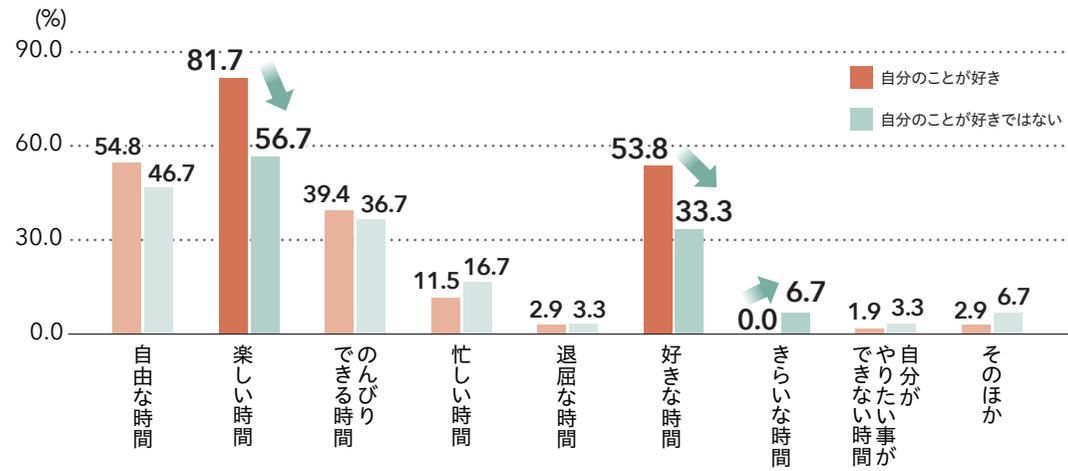
「自分のことが好きではない」という子のほうが放課後に遊べる場所や遊べる友達が少なく、放課後に対してネガティブな印象を持っている



「自分のことが好きではない」と答えた子のほうが、放課後に自由に遊べる場所があると答えた子が少なく、「放課後に一緒に遊ぶ友達がいない」と答えた割合が高いという結果になりました。



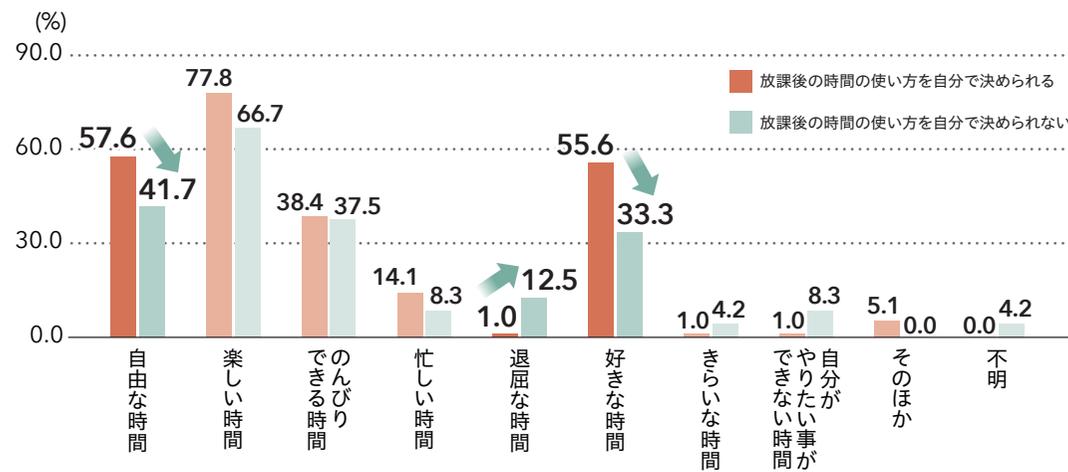
放課後はどんな時間か



「自分のことが好きではない」と答えた子のほうが、放課後を「楽しい時間」「好きな時間」と答えた子の割合が低く、「きらいな時間」と答える子の割合が高いという結果になりました。

TOPIC 3 放課後の時間の使い方を「自分で決められない」と答えた子のほうが放課後の時間についてネガティブ

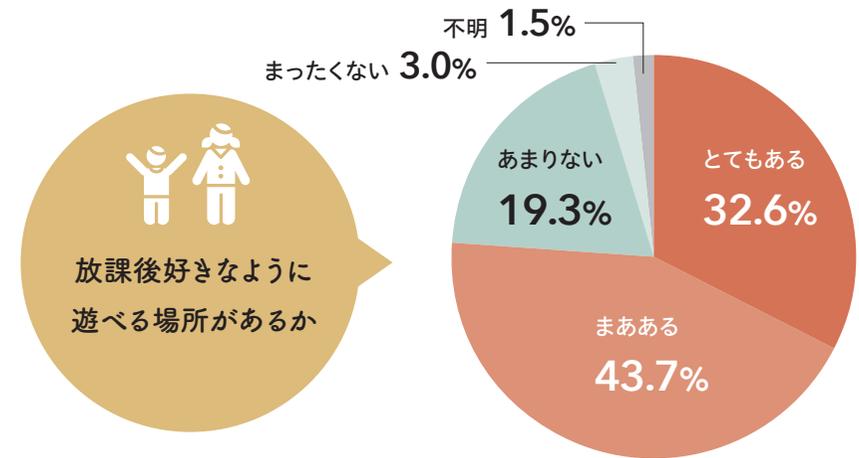
放課後はどんな時間か



「自分で決められない」と答えた子の方が、放課後は「自由な時間」「好きな時間」と答えた子の割合が低く、「退屈な時間」と答える子の割合が高いという結果になりました。

TOPIC 4

駄菓子屋 irodori に来ている75%以上の子どもたちが、放課後に自由に遊べる場所があると回答している



「とてもある」「まあある」を足し合わせると、75%以上の子どもたちが遊べる場所があると回答しています。

子どもの声より

- ・とてもある：公園で遊べると思ったから (5年生・女の子)
- ・とてもある：身のまわりに公園がたくさんあるから (2年生・女の子)
- ・とてもある：こうえんやともだちのいえ (1年生・女の子)
- ・まあある：公園はいっぱいある、あとはirodori (3年生・男の子)

一方で、

子どもの声より

- ・まあある：公園でたくさん遊べるが、低学年がわちゃわちゃいて下の子だと気を遣う (5年生・女の子)
- ・あまりない：コロナだから (4年生・女の子)
- ・(遊びについて) スマホをいじっていても誰からも何も言われない (5年生・女の子)

という声もあった。

また、今回、フリースペース併設の駄菓子屋 irodori にてアンケートを実施したため、駄菓子屋 irodori が子どもたちの居場所となり、自由に遊べる場所があるという答えにつながったことも考えられます。(実際に遊べる場所として、駄菓子屋 irodori を挙げる子が多く存在)

## TOPIC 5

### こども一人ひとりのコメントから、 こどもたちそれぞれに辛い状況にあることがわかる

#### 5年生・女の子

自分のことはあまり好きではない。ダメなところしか出てこないから。将来はあまり楽しみではない。あまり将来のことを考えないから。

#### 6年生・女の子

習い事は日曜日以外、週6日。放課後は忙しい時間。自分のことを大切にされるべき人間とはまったく思わない。得意なことがないから。放課後は自分のことをあまり自分で決められない。親に自習室へ行けと言われるから。将来のことはあまり楽しみではない。将来何ができるかわからないから。

#### 5年生・男の子

自分のことはあまり好きではない。自分を憎んでいる。ちゃんと授業をやれたことがない。(勉強をする気持ちはるけど、面倒でやらないからできない)。みんなみても自分はバカだと思う。自分は大切にされるべきとまったく思わない。自分はクズ。自分は平気でうそをつくし、いらぬと思う。

#### 2年生・男の子

放課後に遊ぶ友達は1人で、クラスの友だち。ほぼ毎日一緒の子とあそんでいる。ほかの子は誘ってもキャンセルされる…。みんなお母さんに「宿題やりなさい」と言われている。放課後は、楽しい時間と忙しい時間。宿題と勉強が忙しい。宿題を30分やったら30分ゲームできる。自分のことはまったく好きではない。字が下手だから。あと、すぐにいらつくし、いやなことあったら八つ当たりしてしまう。

#### 3年生・女の子

習い事が週5日。放課後は忙しい時間。将来のことはあまり楽しみではない。理由はわからない。

#### 1年生・女の子

放課後に遊ぶ友達はいない(0人)。お勉強しているから。放課後は忙しい時間。自分のことはあまり好きではない。自分を褒め思っちゃうから。自分は大切にされるべき人間だとあまり思わない。自分のことをバカだと思う、自分は勉強ができないが、友だちはできるから。

#### 5年生・女の子

自分のことはまあ好き。推しに会えたから好き、押しを好きな自分が好きだから。今はとても幸せ。推しがいるから。将来がとても楽しみ。新しい推しが見つかるかも!押しの成長がみられるのが楽しみ。彼氏ほしい。結婚してこどもできるのが楽しみ。

#### 4年生・女の子

放課後に遊ぶ友達はいない(0人)。放課後遊ばないから。自分のことはあまり好きではない。いいところが少ないから。自分は大切にされるべき人間だとあまり思わない。理由はよくわからない。

#### 5年生・女の子

自分のことがあまり好きではない。いろんなところをためこんじゃうところが好きじゃない、好きなところは特にない。将来のことはまあ楽しみ。自分の好きなようにできそう。

#### 3年生・女の子

放課後遊ぶ場所はあまりない。放課後遊ぶ友達はいない(0人)。勉強しているから。放課後は、好きな時間、自分のやりたいことができない時間。自分のことはまったく好きではない。バカだから。

## 一方で、こどもらしい元気な声も

#### 5年生・男の子

放課後に遊ぶ友達は6人以上!全員用事がないから。

#### 4年生・女の子

放課後は自由な時間、楽しい時間、好きな時間。自分自身のことは好き!そうじゃないと何も信じられないしね!

#### 2年生・女の子

放課後は、irodoriにいる時間は自由な時間、楽しい時間、のんびりできる時間。宿題するときは退屈な時間。

#### 4年生・女の子

放課後に遊ぶ友達は6人以上!みんな仲良くあそんでくれる。放課後は自由な時間、のんびりできる時間。自分のことはまあ好き。よいところとわるいところが五分五分だから。

#### 2年生・女の子

放課後は、楽しい時間、好きな時間。毎日いろいろなことができている楽しい時間だからです。

#### 2年生・男の子

放課後は遊ぶ友達は6人以上!自分が人気者だから。自分のことはとても好き。自分がおもしろいから。放課後は自由な時間だけど、自由に遊びに行ける場所があまりない。

#### 2年生・女の子

放課後は、自由な時間、楽しい時間、のんびりできる時間、好きな時間。irodoriや学校が好き。学校の友達と葉っぱ拾いやどんぐり拾いをして遊んでいる。



## 関係者と考える放課後の well-being

専門家や保護者、立場を変えて子どもたちの well-being を実現する放課後のありかたを考えます。

### 幸福学の観点から



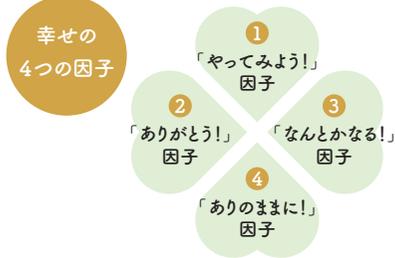
お話を伺った専門家 前野マドカ先生 (EVOL 代表取締役 CEO)

慶應義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科附属システムデザイン・マネジメント研究所研究員。IPPA (国際ポジティブ心理学協会) 会員。サンフランシスコ大学、アンダーセンコンサルティング (現アクセンチュア) などを経て現職。幸せを広めるワークショップ、コンサルティング、研修活動およびフレームワーク研究・事業展開、執筆活動を行っている。システムデザイン・マネジメント学、幸福学の研究者である前野隆司の妻。2児の母。

#### 幸福学が考える well-being とは

幸福の対象には地位財と非地位財があります。地位財は、長続きしない幸せで、他人と比較できるカネ、モノ、地位などです。非地位財は、精神的、身体的、社会的に良好な状態、つまり well-being のこと。幸福学の前野隆司先生の研究で、幸せの心的要因を因子分析すると、4つの因子が得られたとのこと。

参考文献：前野隆司『幸せのメカニズム——実践・幸福学入門』、講談社現代新書、2013年 / 前野隆司・前野マドカ『ウェルビーイング』、日本経済新聞出版、2022年



#### 前野マドカ先生と CFA 代表 中山の対談



放課後の well-being を実現するためには何が  
必要なのか、前章でご紹介した子どもたちの声  
からみえてきたことをもとに、幸福学の前野マ  
ドカ先生と CFA 代表の中山が対談しました。

#### 多様性と Well-being の関係

司会：放課後といえば遊びだと思いますが、まず遊びと well-being の関係を考えたいと思います。

中山：遊びってというのはなんなんだろうと思っています。遊びに目的があるとすれば、一緒に楽しむこと。足が速い子も遅い子もいるけど「一緒に楽しむためにはどうしたらいいだろう?」と考えることが、まさに「ありのまま」かなと思っています。ありのままでするところが幸せにつながっていくのでしょうか。「遊び」のもともとの中国の語源は「なにごとにも囚われない、自

由で主体的な心のありかた」と、人の心のありようのことを言っていたそうです。遊びは本来、本質的な幸せのありかたと同じで、それぞれの人がありのままの自分自身でいることというのが元々の意味だったのかなあと考えています。

前野：幸せの研究では、「幸せ」と「多様」ってすごく相関があることがわかっています。「幸せ」と「創造性の高さ」も相関があります。つまり、「幸せ」と「多様性」「創造性」は相関関係があるということなんです。これに自己肯定感も関係します。多様な人と遊ぶと、いろんなアイデアが浮かんで来て、わくわくしてきますよね。

それは、先ほど中山さんがおっしゃった自由と主体性というところにつながるのだと思います。人と関わって遊ぶことは、主体性が発揮される機会が多くなるということだと思いますし、自分の感性が触発されることにつながったり、友達のいいところが見つけれられたり、小さな成功体験が重ねられたりと、相乗効果でよい状態になっていくと思います。

中山：多様で創造的だと幸せっていうところがおもしろいですね。逆に言うと日本の子どもたちの環境では、多様性や創造性が低いことも幸福度の低さにつながっているかもしれません。

前野：だから、いかに多様で創造的な機会をつくるのが大切なのだと思います。学校の中も大切ですが、学校の外でもそういう機会をつくって、慣れさせていくということも大切だと思います。

#### 日本と北欧の教育での感情の扱い方のちがいを

前野：幸福度の高い北欧ですが、日本と北欧とで、幸せに関わる教育が違うなと思ったことがあります。それは、北欧では、感情にフォーカスした教育をしているということ。「これをしたらどう思うか」と常に問われたり、「今日の感情を天気で表すと、晴れなのか曇りなのか」と問われたり、感情を聞かれる機会がたくさんあります。

図書館でもそうなんです。作者別やタイトル別でなくて、本が感情で分けられているんです。例えば、「悲しい時に読む本」「ちょっと元気になりたいときに読む本」「すごく元気で喜びの本」など。そうすると、子どもは今の自分の感情を考えて、自分の気分に合わせて本を選ぶんですね。自分の気持ちが well-being な状態でないと、どんなに素晴らしいコンテンツであったり、素晴らしい先生が来てくれたりしても身にならないし、頭に入ってこないですね

中山：おもしろいですね。日本だと子どもの頃に、自分の好きな作者やジャンルを見つけれられた子だけが本好きになるように感じますが、それは「こういう時にこの

本を読むと心地よい」というストックを増やしていくということですね。個人に依存するのではなく、可視化されているのが素晴らしいですね。

前野：本当に悲しくて、何も受け入れられないときに、元氣な本を読んでも入ってこないですね。だから、自分で選べる。「今の気持ちで選んでください。そうじゃなくて元氣だったらどれ選んでもいいですよ。」自己決定もすぐ幸福度と強い相関があるので、自己決定する機会をいたるところに作っています。

司会：アンケート結果でも「放課後の過ごし方を自分で決められない」子は「自分を好きでない」という相関がありました。関連しているのでしょうか?

前野：自分にやりたいことがあっても、それをやらせてもらえない、自分の選択肢をもらえないというお子さんもいるんじゃないかと思っています。必ず理由があるのだと思っていて、その理由をくみ取ってあげたいですね。日本は自分の感情を表に出すということをしなくていいですね。学校でも聞かれないし、外で遊んでいる時間にわざわざ聞かれない。

ずっと自分がどう思っているか、わからないという状態が続くので、自己肯定感が低くなってしまっても仕方がないと思いました。幸せには、自己肯定感が大事で、そのためには「自分のことを知る」ことが大事です。

#### 子どもたちが自分の感情を知るためにやってほしいこと

中山：このレポートは子どもと関わる大人に見てもらいたいと思っていますが、子どもたちとどういう関わりをしていくと、子どもたちが自分や自分の感情を知ることにつながるのでしょうか?

前野：ぜひやってほしいのは、まずは「おとなによる声掛けのときに名前を呼ぶこと」。「●●ちゃん、元気?」「○○ちゃん、おはよう」といったように、必ず名前を呼んでほしいのです。名前を呼ぶのか呼ばないのかが海外との大きな違いです。「あなたに対して言っている」ことを明示することが、子どもたちが自分の

存在自体を認識できることにつながります。自分にはここに居場所があるとわかって、自分が大事にされている、認められていると感じることにつながります。さらに次の一歩としてやってもらいたいのは、どんなにくだらなげなことや些細なことでも、何かこどもが言ったことに対して、必ず反応すること。どうなのかと感じるときには、「どう思うの?」「どうしたいの?」と聞いてあげてほしいと思います。

アンケートで、自分を好きではないという子がたくさんいましたが、こどもが自分を好きではない理由が必ずあると思います。その子たちはおそらく誰かに聞いてもらいたいと思っているのではないのでしょうか。聞いてくれるおとながいたら、そこは投げ所になると思います。親に言えなくても誰かに言える、第三者的に関わることはすごく大切なことだと思います。

**中山:** CFAKidsの学童のルールで「こどもたちが帰ってきた時に”名前を呼んでおかえり”と言う」約束があります。その返事の仕方や表情でこどもたちの気持ちが伝わるので大切にしているのですが、名前を呼ばずに「おかえり」と言っていると、こどもたちもコミュニケーションをとっている感覚がなくなるので、だんだんと返事をしなくなるんですね。ひとつ質問です。楽しいことやうれしいことには反応しやすいと思うのですが、こどもが嫌なことを言ってきたときは幸福学的にはどうリアクションを返しますか?

**前野:** たとえば、こどもが「バカだから、あいつはできないんだよ」って言ったら「あ、そうなんだ、〇〇ちゃんは△△くんのことバカだって思うんだね」とミラーリングをするんです。こどもがそういうことを言うときは、「自分を見てほしい」という思いがあって言う側面があると思うんです。それを同じ言葉で返されると、意外と「あ、こんなこと自分言ってるんだって」って思えるんですね。こどもが言ったことに、「いい」とか「いけない」とか、自分がどう思ったなどは一切言わず、ただただオウム返しで淡々と返していくと、こどもは気づいてだんだん言わなくなるんです。

**中山:** たしかに。おとなに「そんなこと言うんじゃないませ

ん」って言われると、蔑ろにされている感じがして、ますます興奮することがあるように感じます。冷静に「そう思ってるんだね」って言われると、「いや、別にそうでもないけど」みたいな感じになるのかなと思います。

**前野:** おとなは「人の悪口は言っちゃいけません!」って言いにくくなっちゃうのですが、こどもが言いたい気持ちの裏にはそれを言うことによって「自分を見てほしい」とか「その子よりもぼくのほうができているよ。だからぼくを愛して」というようなほかの願いがあると思うんです。だから、ただただ受け止めること。ただただ共感してあげるだけで、本人は満足するというか、受け止めてもらえたと思うんです。

**司会:** こどもと関わるおとなにやってほしいことはほかにはありますか?

**前野:** あとは、おとなが感情を出すんだというのを、ぜひこどもたちに見せてほしいと思います。そうしたら、こどもたちも感情を出していいんだって思えていくので。怒りの感情を大きく出してくださいということではなくて、「おもしろいね」とか「これ楽しいね」とか、感情に関係する様々なキャブラリーをどんどん口に出してください。「人生って楽しいから、全身で味わってるんだよ!」というおとなが身近にいると、こどももそれができるようになると思います。

**中山:** おとなもこどもも感情を向き合うことが大事ということですね。日本の教育現場では「感情排除」が重視されているように感じます。

**前野:** 感情が幸せにダイレクトに響くというのがわかっていますから。心にフォーカスして、こんな小さいことでもよかったねって思えると、人生っていいなと思うことにつながります。やっぱり私たちは感情と切っても切れないので。

**中山:** おとなもこどもも自分の感情を大切にできる場づくりをしていきたいと思いました。ありがとうございました!

専門家コラム

## 「放課後の遊び場」

千葉大学  
デザイン・リサーチ・インスティテュート  
教授 原 寛道先生



### かつての放課後の遊び

本気で友達を組み伏せ、トドメに一発みまおうとした。気がつけば床を殴っていた。あれ、何やってるんだ??とお互い我に返り、バカらしくてヘラヘラ笑った。放課後に教室でじゃれあっていたときの出来事だった。後日、学校の男子便所で隣になり、「仲直りな〜」と、互いがつまんでいた箇所を見せあった。小学5年生の男子2人にはふさわしい、暗く汚い学校の便所の出来事だ。小学校の通学路は川の土手だった。散歩の犬も多く、フンも片付けられていない。そんな犬のフンを見つけると、遊びに飢えたこどもは目を輝かせた。大きな葉っぱを筒状にし、そこにフンを仕込んで振り回す。狙ったところにフンを当てるのは熟練した技術が必要だ。だから、互いに投げあっても、まずは当たらない。ギリギリの際どい快感を楽しむ。大抵のフンは、カッピカピに乾燥しているから、万が一当たっても、偶然あつた本人が運がつかってなかった、と納得する。土手には、子どもならではの遊びのネタが限りなく潜在していた。取っ組み合い、便所でいかがわしいことをし、犬のフンを撒き散らかす。自慢して良い内容では無いが、全力で遊んだことは事実だ。今では、そんな私は、国立大学の教授で、遊んだ仲間はどこで生きているかもわからない。

### 放課後の遊びの今

午後3時半から5時過ぎ頃に街をフラフラ歩いていると、放課後の子どもたちにそこかしこに出会う。電子ゲームやスマホを手にしている小学校高学年もよく見かける。電子端末を前にこなれたスピードでなにやら作業をしている姿を凌駕している。川の土手の遊びのひどさに比べると、よっぽどスマートである。フラフラ街を歩く大学教授こそ、時代に乗り遅れているようだ。

あるとき、地域でよく見かけた子どもに1年ぶりにすれ違った。話を聞くと、来年から中学生、近所では有名な進学校に行くことになったと。しばらく見ないと思ったら、中学受験で塾に行っていた。どんな優秀な中学生になり、そして、どんな大学を目指すのだろうか。その大学で、またしても、ひょっこり再会して失望させることにならないことを祈る。

### 放課後の遊びの可能性

放課後は、遊びの場となり得るのだろうか。今のところ、放課後は、さまざまな社会のシステムから残された余白である。学校という教育のシステムや、家庭を最小単位とする社会システムに切り取られた余白である。実は、私の専門はデザイン学であるが、造形的観点では、この余白は極めて重要とされる。例えば、ポスターのデザインでは、伝えたい情報を際立たせるためには余白のバランスが重要である。建築などの空間をデザインする際にも、機能が明らかな部屋よりも、その他の余白になる空間が全体の豊かさを決める。最近では3次元CADで一切の寸法にずれの無い完璧な図面が生み出される。しかし、その図面通りに現実のものは完成できるとは限らない。そもそも、ポルトとナットは余白が無いギチギチの状態では、ぴったりしすぎて締め込むことができない。この余白を遊びという。そのようなことを思うと、放課後は、存在が自体が遊びであり、そのことによって教育や家庭の機能が活かされていると見ることができる。しかし、現状は余白以外の機能が増すばかりで、余白は残り僅かの、いびつな状況になっている。余白はあくまで残されたものであるから、これから余白を増やそうとするのはとても難しい。残された可能性は、余白に余白としての価値を高めることだ。放課後の遊びが充実できるように、余白を奪ってきた大人が放課後の遊びの価値を丁寧に再評価していくことが必要だろう。

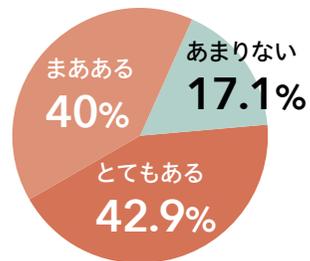
## 保護者が考える放課後のwell-being

CFAが運営する学童保育CFAKidsにお子さんを通わせている保護者にアンケートを実施しました。(回答件数70件) 保護者のこどもの頃と現在のこどもの放課後の過ごし方のギャップや保護者が求めていることなどを伺いました。

現在のこどもたちと、ご自身の放課後の過ごし方でギャップを感じることはありますか？

8割以上の保護者が自身のこども時代と放課後の過ごし方にギャップがあると回答

現在のこどもたちと、ご自身の放課後の過ごし方でギャップを感じることはありますか？

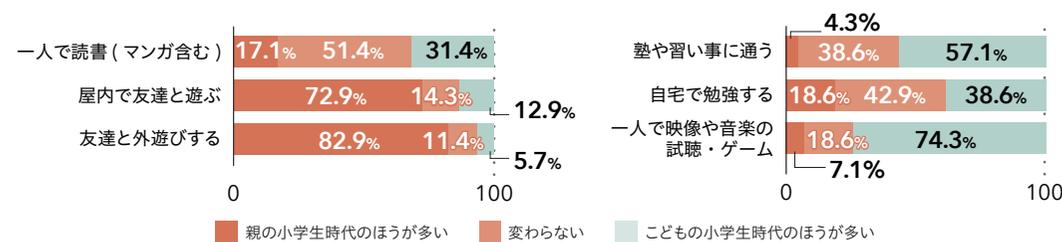


まったくない 0%

- ・放課後安全に過ごす(ひとりで過ごさない)ために塾や習い事で1週間を埋める家庭の多さ。(小学3年生の保護者)
- ・公園で知らない友達と遊んだり、子供だけで冒険したりすることが、家庭環境や治安の問題などでできなくなっている。またYouTubeなど子供にとって魅力的なコンテンツが身近にあり中毒性が強く懸念している。(小学1年生の保護者)
- ・昔は学校から帰ってくると、学校の友達複数人と公園などでよく遊んでいた。クラスの友達が10人以上集まることもよくあった。しかし、今は習い事をしているお子さんが多く、放課後に頻繁に過ごすということが難しい。また子供だけで遊びに行かせるのが心配な世の中になってしまい、子供だけの外出はたとえ近所の公園であっても心配なところがある。外で遊ぶにしても、昔は思いきり体を動かさせたが、今は公園内は自転車禁止やボール遊び禁止など、遊びに制限があり窮屈さを感じる。(小学1年生の保護者)
- ・気軽に友達同士で約束して遊びにくい。(小学2年生の保護者)
- ・もっと自由に外でたくさん遊んでいた。親にはあまり何か言われたりせず自分で考えて行動していた。(小学4年生の保護者)
- ・自分の頃は、遊び道具(カードゲームやSwitchなど)がなくても、毎日暗くなるまで友だちと遊んでいた。今の子ども達は習い事が忙しく、公園でも決まり事が多く、遊びも制限が多いと感じる。(小学2年生の保護者)

保護者の小学生時代と今のこどもの放課後の過ごし方

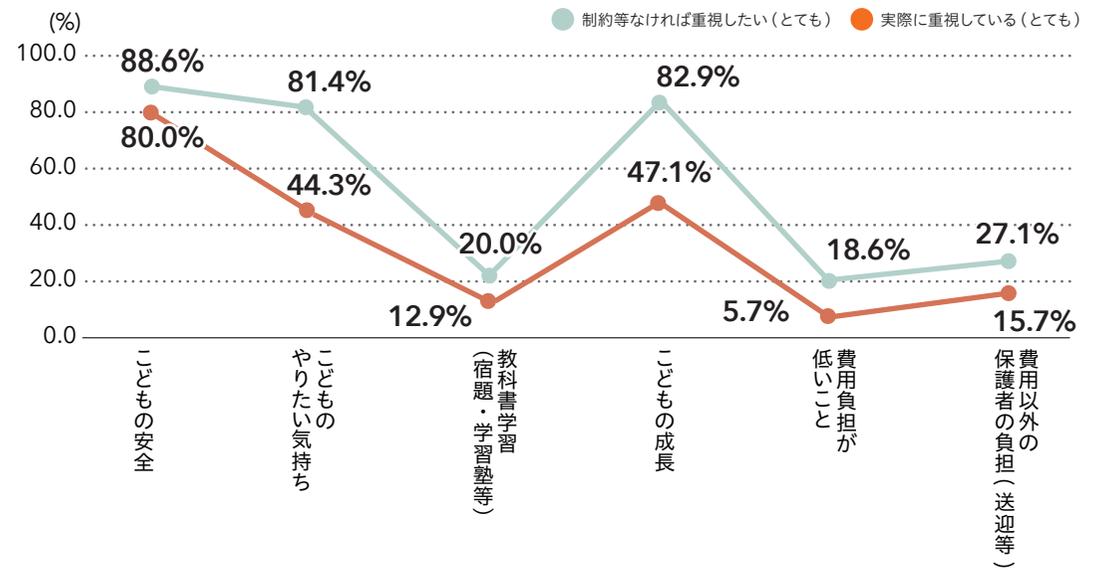
7割以上の保護者が、今のこどもたちのほうが外遊び・室内遊びともに友達と遊べていないと回答



今のこどもたちのほうが外遊び・室内遊びともに友達と遊べていないと回答する一方で、今のこどものほうが塾や習い事に通うことや、一人で映像や音楽を視聴する時間やゲームをしている時間が長いと回答しています。

子どもの放課後で重視したいものと実際にしているもの

こどものやりたい気持ちやこどもの成長を重視したいが、実現しにくい現状



- ・本当は子供が時間や周りの目を気にせず思う存分遊ばせたいが、友だちもそれぞれ忙しくて予定をあわせるのが大変である。また、学校のみでは身につかない事柄を習い事で補ったりと子ども自身も忙しい。(小学2年生の保護者)
- ・外遊びの時間や場所が十分にとれず、体力があまることがある。(小学1年生の保護者)
- ・もっと自由に遊ばせたいが、安全面から学童や自宅での遊びになっている。(小学4年生の保護者)
- ・遊びに行きたい、習い事がしたいという気持ちに答えてあげたいが、仕事があり送迎や見守りができないことで応えてあげられない(小学6年生の保護者)

### アンケート結果よりまとめ

放課後の時間は、保護者の方のこどもの頃とはギャップがあることがわかりました。屋外、屋内ともに、友達と遊ぶのは、保護者がこどもの頃のほうが多く、保護者の方の実感として、今のこどもたちのほうが遊べていないという感触を持っていることがわかりました。また、保護者としてもこどもの放課後のために実現したいことがあっても、治安面、こどもと保護者の多忙化などから、ありがたい放課後の姿になっていないことがわかります。



## こどもの放課後の well-being の実践事例

ここまで子どもたちの声を聞き、専門家の方や保護者の声などから、放課後のwell-beingについて考えてきました。「自由に遊ぶこと」「子どもたちが選択できること」「多様性と幸福度の相関」「こどものやりたい気持ちが重視できていない現状」「余白」などキーワードが様々に出てきました。こちらで、特定非営利活動法人Chance For All (CFA) が運営するCFAKidsの学童保育についてご紹介いたします。



### 学童保育 CFAKids

「生まれ育った家庭や環境に関わらず、誰もがしあわせに生きていける社会の実現」をめざし、団体名の通りすべての子どもたちのための放課後も居場所であることをめざす。足立区墨田区にて8施設を運営。年間約300人近くの子どもが通う。

### ● CFAKids が大切にしていること

#### 幸福なくして教育なし

子どもたちの将来だけではなく、今の幸せを大切に考えようという私たちの行動指針です。

#### あそびこそさいこうのまなび

自由なあそびの時間の中で、子どもたちがそれぞれに学ぶたくさんのことを大切にします。

#### 体験が人を育てる

うれしかったことも楽しかったことも、大変だったことや苦労したこと。すべてがこどもの成長の糧となります。

#### ごちゃまぜで過ごす

家庭の経済状況も、特性も、発達も。ごちゃまぜだからこそ、互いに学び合い、気づき合うことができるのです。

#### いるだけでいい場所

私たちが考える居場所とは「いるだけでいい場所」。子どもたちひとりひとりがここにいていいんだと感じられるあたたかい場所づくりを目指しています。

#### 自分たちのくらしは自分たちがつくる

自分たちのことは自分たちで決めてやってみることが幸せにつながる一歩であり、成長の一歩です。

#### つながりが力になる

個人だけでは、CFAだけでは解決できないことも、たくさんの方とつながることで解決できることがあると考えています。

#### Be unique!

唯一無二の存在であるひとりひとりの「その子らしさ」を大切に育てていきたいと考えています。

### ● CFAKids の実践

#### あそびこそさいこうのまなび

##### 暇な時間を確保すること

子どもたちが消費者となり、消費するプログラムがあふれている現在。大人が子どもたちへ伝えたいことをプログラムとして提供するのではなく、子どもたち自身が考え、工夫し、試行錯誤しながら、自分たちで楽しめる環境を大切にしています。



#### 自分たちの暮らしは自分たちがつくる

##### こども経理部

CFAKidsでは、各施設の予算は子どもたちによって構成される「こども経理部」が権限を持っています。大人も施設に必要だと思うものがあったら、予算を決めるミーティングで、子どもたちに提案しなければいけません。



##### 一日のスケジュール

毎日、何をするかは子どもたち自身が決めます。CFAの一つの目標は「子どもたちがCFA以外の居場所を見つけ自立していくこと」。卒業後に自分自身で自分の生活を豊かにしていけるよう、時には友達と折り合いをつけながら、何をして過ごすかを自由に決めていきます。



##### CFAAdvance・運営委員

自立に向かう4年生以上の上級生のための取り組みです。放課後の過ごし方について「CFAにランドセルを置いて友達と遊びに行く」など完全に自分で決められる選択肢が増えるほか、校舎を代表する運営委員やキャンプ委員となって、他の校舎の委員とともに、CFAKids 全体の運営について考える役割を担います。例えば、遠足の行き先なども子どもたち自身が選定、交渉して当日のオペレーションも企画/実施します。



#### ごちゃまぜで過ごす

##### CFA 奨学制度

「家庭の経済状況に関わらず、子どもたちがみな豊かな放課後の時間の中で成長できるように」という想いで、困難家庭を対象に保育料や食事代金、行事料金等無料でCFAKidsに通うことのできる制度を運営しています。「すべての子どもたち」が異なる環境に生まれながらも、お互いのちがいを認識し、理解し、受け入れられながら生きていくことをめざし、2019年度より制度を開始し、現在、10%弱の家庭が奨学制度を利用して通っています。

保育料  
無料

長期休み中の  
食事代  
無料

キャンプなどの  
行事代無料

## 放課後のこどもの well-being を実現するために

こどもたちの声、保護者や専門家からの声を元に、放課後においてどうしたらこどもの well-being を実現することができるのか、提言をまとめました。

### あそび条例の制定

こどもたちは、「選挙権がない」「区役所などに直接意見を言いにくい」などの理由から非常に弱い立場にいます。

ある自治体ではたった一人の高齢者の声で、多くのこどもに親しまれていた公園が廃止となりました。廃止までいかなかったとしても、大人の要望に寄って公園でのこどもたちの遊び方が制限される例は、全国で枚挙に暇がありません。

文部科学省をはじめとした多くの研究で「あそびがこどもの成長にとって不可欠」であることは証明されています。事故やケガ、不登校や非行のようにすぐに目に見えるものではありませんが、あそびが失われることでこどもたちの成長や将来に大きなマイナスの影響があります。

以下のようなあそび条例を定めることで、声を上げづらいこどもたちのあそびを保証していく必要があります。

#### 条例の例

- ・放課後の時間における、公園などの公共空間における「あそび優先」
- ・住宅街等における道路での「こどもの通行優先」
- ・こどもたちの意見を聞く機会の確保

今の学習指導要領は「標準授業時間」が決められていて、基本的にはその時間以上の授業が必要です。

さらに、宿題や補講など実質的にはこどもたちに放課後も含めて勉強させ放題です。また、保護者は不安からどんどん塾や習い事などを追加して小学生は多忙を極めていきます。

土曜授業も復活、有給休暇のように自由に休める制度もなく、残業規制のようなものはありません。現代社会からかけ離れた昭和の時代の猛烈サラリーマンのような生活をしています。

昭和の時代は放課後が自由だったことで一定のバランスが取れていましたが、都心部では半数が中学受験をするという異様な状況の中、生活のバランスを崩すこどもが増えています。

小学生は「最大学習時間」を設定し、それ以上は勉強させてはいけないという決まりを作ることで、こどもたちの well-being を向上させる必要があります。

### 年間最大学習時間の設定

### パークリーダーを公園に

こどもたちが公園で遊べない理由の一つに「保護者の心配」があります。

地域で働く大人が少なくなった現状では「ケガやトラブルがあったら誰が助けてくれるのか」「こどもだけで遊んでいて何か問題を起こしたらどうしよう」と考えてそれならばとお金を払って習い事に預けることで、安全性を確保しようとする保護者が増えています。

しかし、学童保育を卒業しこどもたち主体で自由に遊べる年齢のこどもたちがいつまでも大人の管理下にあることは発達にあった健全な成長を阻害する可能性があります。

トレーニングを受けた大学生ボランティア等がパークリーダーとして放課後の公園に常駐することで、一定の安全性の確保とクリエイティブな遊びの創出の両面からこどもたちを支援することができます。

また、児童館や学童は責任があるためルールがどんどん増えてしまって、こどもたちの自由な活動を生み出せなくなっています。「お金は取りません。責任も取りません」とすることで、あくまでもこどもたちの自主的な遊びのサポートをするという仕組みに転換していく必要があります。

### 終わりに

この「こどもの声から考える 小学生の放課後 well-being レポート 2023」は、合同会社めぐる様の「白書製作サポートプロジェクト」にて伴走いただき、完成することができました。

また、みてね基金様、クラウドファンディングサービス「READY FOR」にて、124名の方から853,000円ものご支援いただきました。

ご支援いただいた皆様に心より感謝申し上げます。

#### 「READY FOR」にてご支援いただいた皆様

青空ぼんちよ、アルパカ、いくちゃん、伊澤貴大・絵理子、Y.Ishikawa、市川望美、稲留由美、今井悠介、岩下尚義、江崎環、おざとも、学習支援塾ビーンズ 塚崎、かつち、かま子、河合将生、北野雅、北波瑠子、きつー、くまさん、小泉美すず（ひよこのカフェハウス）、小磯麻樹子、郡山幹生、こまっちゃん、佐々木大河、さとし、清水潤子、しみずみえ、菖蒲健太、ジョニー、すーさん、鈴木彩子、鈴木一徳、sumi ママ\*、すみれ105、ずんちゃん、ずんチチ、関根みゆき、關博旨、関麻里・本木裕子・林美輪、瀬頭輝実、高梨真紀、高橋史篤、竹内弓乃、竹之内大輝@かぐや、たなかし、谷隼太、ちいさな館長、ちやのま保育園、辻義和（つじちよう）、寺田いつ子、渡慶次康子、戸田由美、トネリライナーノーツ、富田輪香子、西坂紋、野際里枝、長谷川友紀、馬場周一郎、林直人、番野智行、福田春貴、藤井啓、藤代國忠、保木紀人、細谷崇、まいさん、前田宏美、マシユマロ、松木ゆう子、みいくん、みお、三島理恵、藁手章吾、箕輪大祐、宮城早美、みやちゃん、みりん、MUTSUMI、村松純平、合同会社めぐる、森川公介、モリソン、森村美和子、森谷哲（さとにい）、やまがたてるえ、山田泰久、山本邦美子、山本典代、横山栄一郎、横山重宏、吉田忍、ヨシムラマキ、りさ、work and play soshigaya

（敬称略・五十音順/記載不要の方を除く）



## こどもの声から考える「小学生の放課後 well-being」レポート 2023

---

発行者：特定非営利活動法人 Chance For All

連絡先：[info@chance-for-all.org](mailto:info@chance-for-all.org)

デザイン インクデザイン株式会社

Special Thanks 大坂紫

協力 合同会社めぐる

