



調査からわかったこと

エコチル調査北海道ユニットセンターの参加者のみなさまにご回答いただいた質問票から、調査結果の一部をご紹介します。

(なお、このデータは2021年1月5日現在の回答に基づく暫定的な数字です。回答数：4歳質問票6,139 / 5歳6か月質問票5,718)

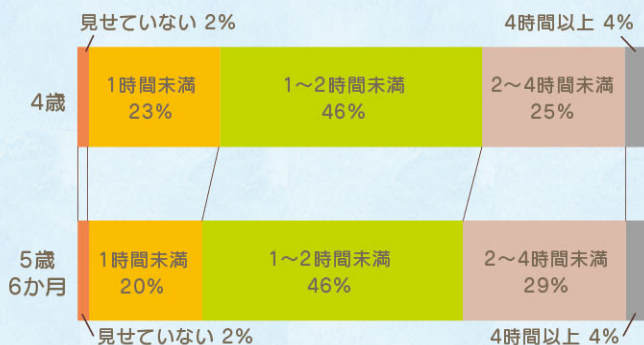


みなさまの周りにも眼鏡やコンタクトレンズを使っているという方、きっと多いのではないのでしょうか？最近では、若者を中心にスマートフォンの見過ぎで目に異常が起きるなどという気になる話も耳にします。そこで今回は、4歳と5歳6か月の質問票から、お子さんの一日あたりの電子機器(テレビや携帯情報端末など)を使う時間や外遊びをする時間を集計しました。人生が100年といわれる時代を生きる子どもたち、生涯にわたって良好な見え方を保つために、早いうちから健康的な生活習慣を身につけるよう心がけたいですね。

(出典：公益社団法人日本眼科医会ホームページ)

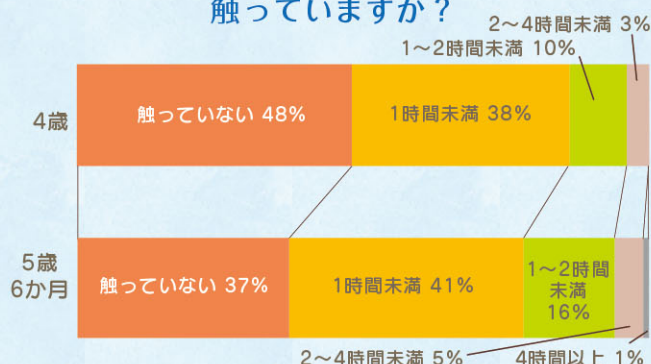


ふだんお子さんは、一日に何時間くらいテレビやDVDを見ていますか？



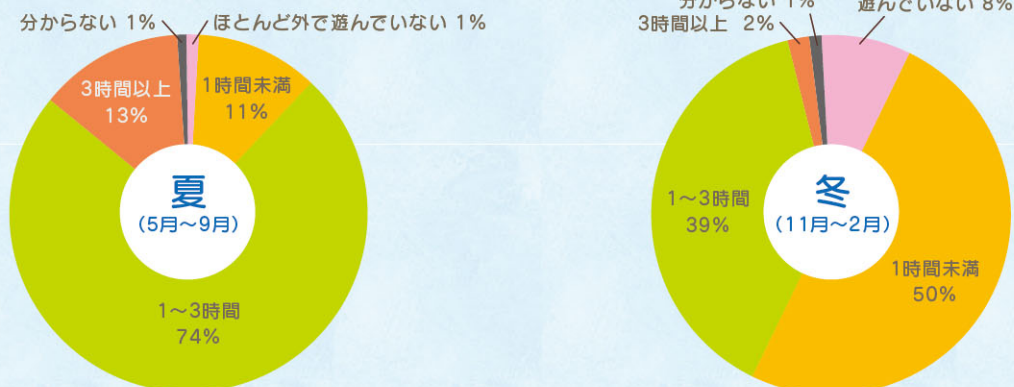
4歳、5歳6か月ともに、一番多い視聴時間は1～2時間未満で、各年齢の半分近くを占めました。次いで2～4時間未満、1時間未満、4時間以上の順でした。年齢での比較では、1時間未満と答えた人は、4歳から5歳6か月で、3ポイント減った一方で、2～4時間未満と答えた人は、4ポイント増加していました。

ふだんお子さんは、一日に何時間くらい携帯電話、携帯情報端末、電子ゲーム機などを触っていますか？



4歳のときに最も多かった回答は“触っていない”で、次は1時間未満でしたが、5歳6か月ではそれが逆転しました。“触っていない”と答えた人の割合は、4歳から5歳6か月で11ポイント減りました。逆に、1時間未満と答えた人の割合は3ポイント増え、1～2時間未満は6ポイント、2～4時間未満は2ポイント増加しました。4時間以上触っているお子さんも、5歳6か月では全体の1%いました。

お子さんは日中(9時～17時)、だいたい何時間くらい外で遊んでいましたか？(5歳6か月の質問票より)



一番多かった回答は1～3時間で、全体の約3/4を占めました。次いで3時間以上、1時間未満、ほとんど外で遊んでいないの順でした。1～3時間と3時間以上と回答した人を合わせると87%となり、夏季は多くのお子さんが1時間以上外遊びをするという結果でした。

冬季は、1時間未満という回答が最も多く、全体の半分でした。ほとんど外で遊んでいないと回答した人は夏よりも7ポイント増えていきます。全体の41%が1時間以上と回答し、北海道という寒冷地にもかかわらず全体の半分近いお子さんが冬でも1時間以上外遊びをしているという結果になりました。