



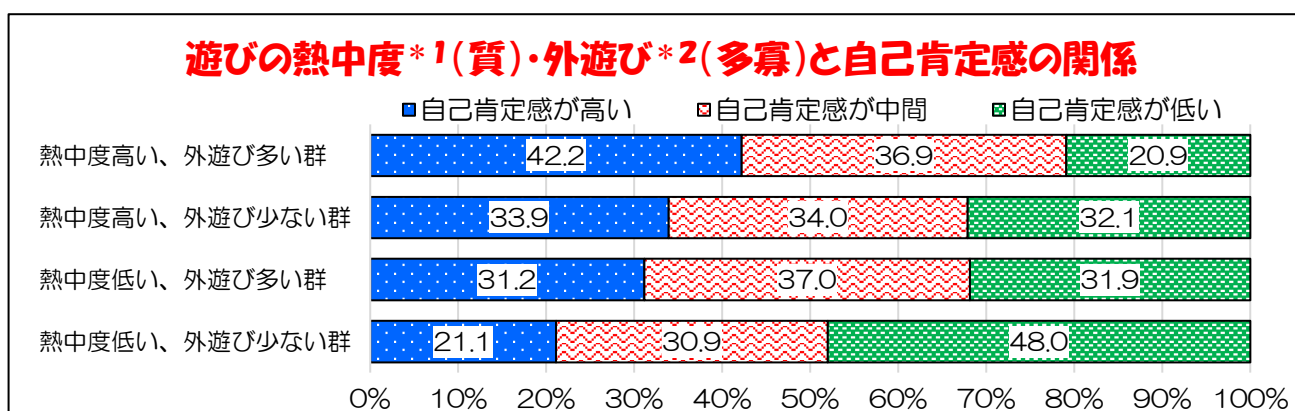
# みねの風

子育て中の親や  
子供に関わる方へ

★遊びの熱中度\*<sup>1)</sup>が高く、外遊び\*<sup>2)</sup>が多い子供は、大人になってから自己肯定感が高くなる傾向にある。

\*1) 遊びの熱中度：遊びに夢中で時間がすぐ過ぎてしまったこと、遊び疲れていつの間にか眠ってしまったこと、新しい遊びを考えたこと。

\*2) 外遊び：ボール遊び、遊具での遊び、集団での外遊び、自然の中での遊び、ごっこ遊び、昔遊び、乗り物遊び。



【出典】国立青少年教育振興機構「子供の頃の体験がはぐくむ力とその成果に関する調査研究〔結果の概要（改訂版）〕」、(2017)、p15  
 【調査概要】対象：全国の20～60代の男女、回収数5,000人（各年代で男女各500人）  
 期間：2016年10月4日（火）～10月6日（木）3日間、方法：ウェブアンケート調査



子供の遊び（熱中度・外遊び）と自己肯定感の関係について説明してありますが、なぜ、遊びの熱中度が高く、外遊びが多いと自己肯定感も高い傾向にあるのでしょうか？

**【風をよむ】** 「外遊び」を通して、友達や地域の人との交流、その交流に付随した友達や社会のルールを守ること、遊び場での新たな出会い等、「外遊びが少ない群」との体験の差が生じると想定されます。それら様々な体験から自分の好きなことを見つけたり、その好きなことに熱中することで自信となり、自己肯定感も高まると示唆されます。子供がより豊かな人生を送るためにも、色々な体験をしたくなるような言葉かけ（大人の工夫）が必要であり、それら子供の体験に対して大人も共感し呼応することで、子供の次なるエネルギーに繋がるのではないのでしょうか。

（【風をよむ】担当 対馬青年の家 イッチー）

☆直接メール配信も行っていますので、必要な方は下記アドレスへ連絡ください。  
 ☆可能であれば、本用紙を印刷し子供たちへ配布していただければと思います。  
 ☆ぜひ御意見・御感想を送っていただければと思います。

**長崎県立対馬青年の家**  
 TEL：0920-83-0559  
 E-mail：tsushima1186@sea.tcctv.ne.jp

【対馬青年の家 Facebook】  
 過去の資料も閲覧可能です。  
 「いいね」をお願いします。

