

# みんなと考える

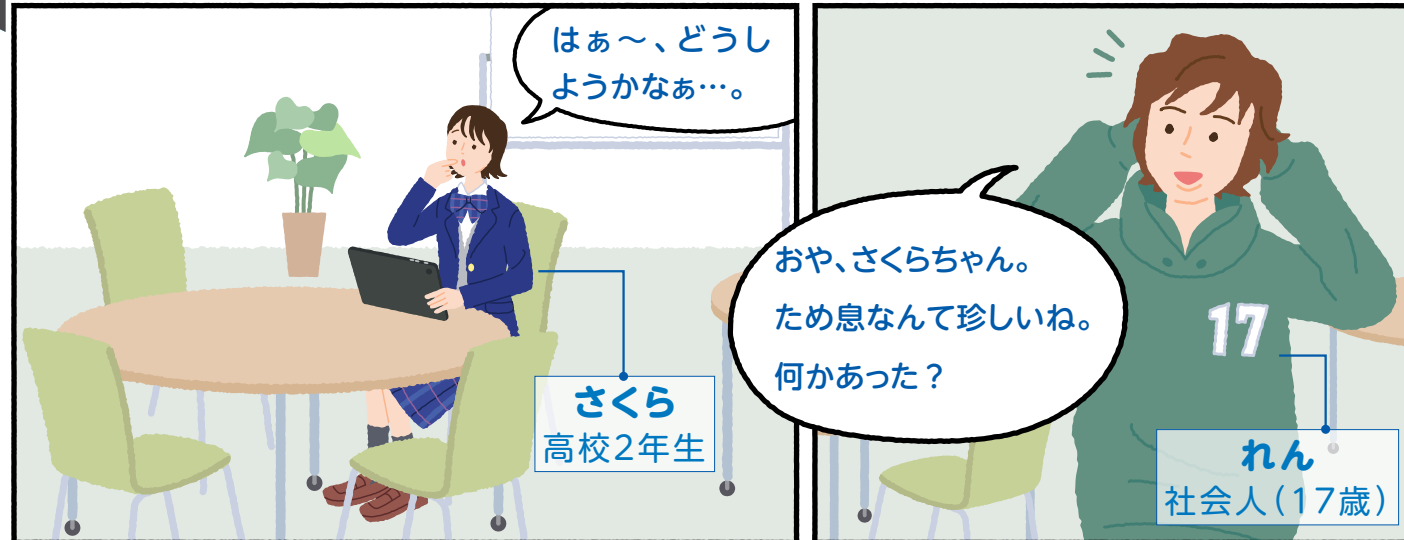
Wow! **今**

と

**未来**



東京都に住む中学2年生と17歳に聞いたアンケート結果を紹介します！



## 「とうきょう こども アンケート」とは？

東京都に住む中学2年生、17歳(高校2年生にあたる年齢)に、普段の生活や気持ち、将来の夢などについて、アンケートをお願いし、中学2年生は887人、17歳は1,009人から回答をいただきました。

東京都ではこのアンケート結果をもとに、いろいろな政策や取組を進めています。

アンケートの結果を少し紹介しているので、ぜひ読んでみてください。

# 放課後や休日は何してるの？

# ほっとできる場所ってある？

## 放課後や休日の遊び方（複数回答、上位7項目）

	中学2年生 【回答者：887人】	17歳 【回答者：1,009人】
1位	YouTubeやSNSなど 85%	YouTubeやSNSなど 87%
2位	テレビを見る 55%	DVDや動画配信、録画番組など 55%
3位	DVDや動画配信、録画番組など 53%	友達とおしゃべり 51%
4位	友達とおしゃべり 48%	オンラインゲーム 45%
5位	オンラインゲーム 46%	マンガや本を読む 40%
6位	マンガや本を読む 46%	テレビを見る 39%
7位	スポーツや体を動かして遊ぶ 42%	スポーツや体を動かして遊ぶ 31%

## ほっとできる場所・安心できる場所（複数回答、上位8項目）

	中学2年生 【回答者：887人】	17歳 【回答者：1,009人】
1位	自分の部屋 81%	自分の部屋 85%
2位	自分の部屋以外の家の中 62%	自分の部屋以外の家の中 59%
3位	祖父母・親戚の家 45%	祖父母・親戚の家 32%
4位	学校の教室 32%	ネット空間 28%
5位	ネット空間 31%	学校の教室 23%
6位	友達の家 29%	教室以外の学校内 19%
7位	教室以外の学校内 21%	友達の家 15%
8位	地域* 19%	地域* 14%

\* 図書館、公民館、児童館、公園など

上位は似てるね！  
ネット関係や友達  
とのおしゃべりが  
多いよ。

「テレビを見る」と  
「スポーツや体を動か  
して遊ぶ」について  
は、17歳が中学2年生  
より10ポイント以上、  
低い。この違いは興味  
深いね。

自分の部屋とそれ以外  
の家の中では20ポイン  
トくらい差があるね。

地域には、中学2年生や17歳がほっ  
とできる場所は少ないのかな…。



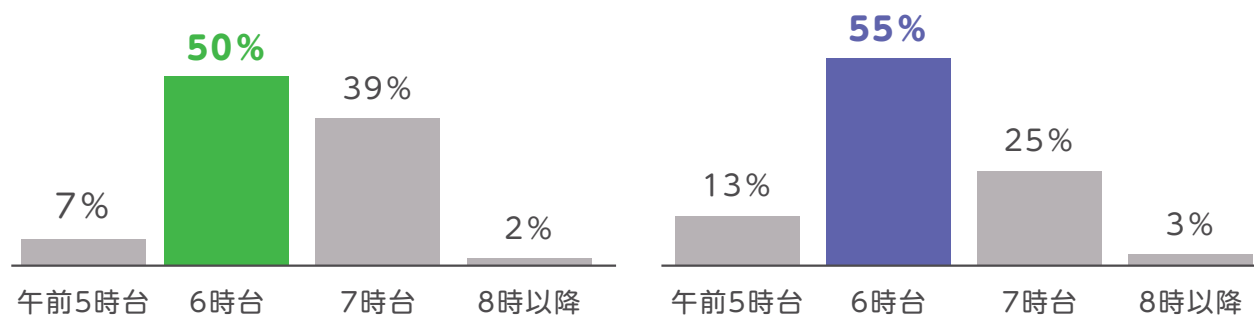
# いつ起きていつ寝てる？

## 起きる時間

【回答者：中学2年生 887人、17歳1,009人】

### 中学2年生

### 17歳

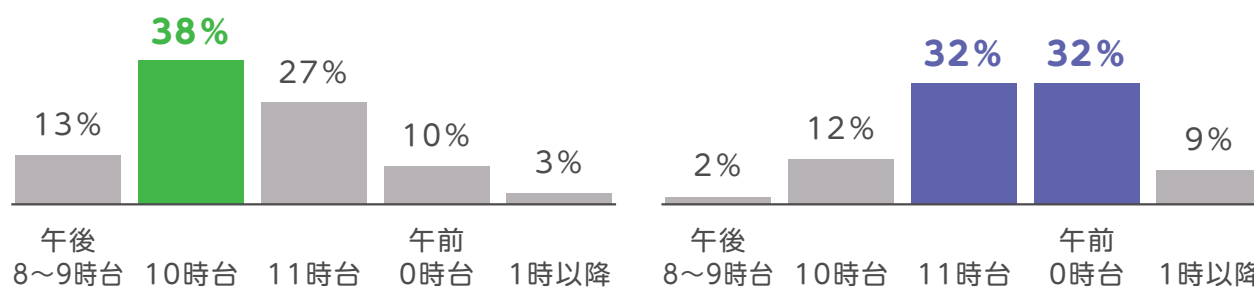


## 寝る時間

【回答者：中学2年生 887人、17歳1,009人】

### 中学2年生

### 17歳



上記時間帯以外、「時間が決まっていない」、回答なしは非表示

起きる時間は6時台が多いけど、寝る時間は17歳の方が遅いね。

みんな睡眠時間は足りているのかな…。

# テレビやスマホってどれくらい見る？

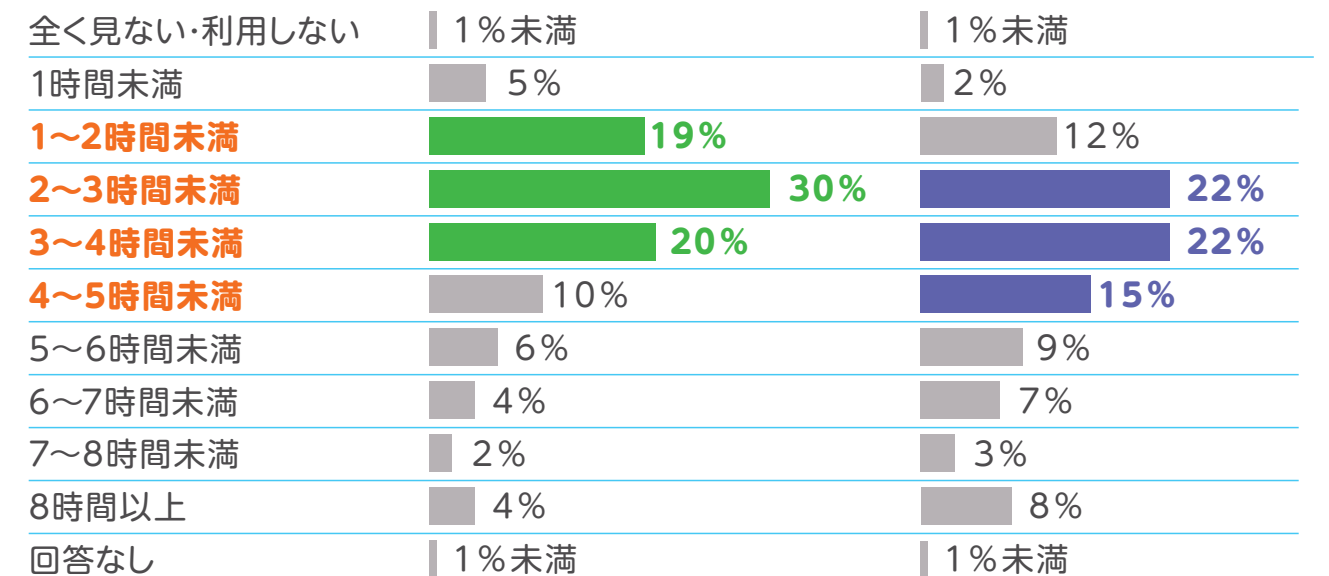
最近、気づいたらスマホばかり見てる気がするんだよね。みんなはどうなんだろう？

## 平日にテレビやスマホ、パソコン、ゲーム機などの画面を見る時間（授業や仕事で見る時間を除く）

【回答者：中学2年生 887人、17歳1,009人】

### 中学2年生

### 17歳



2～3時間と3～4時間という人が多いね。

17歳の方が中学2年生より時間が長くなっているね。

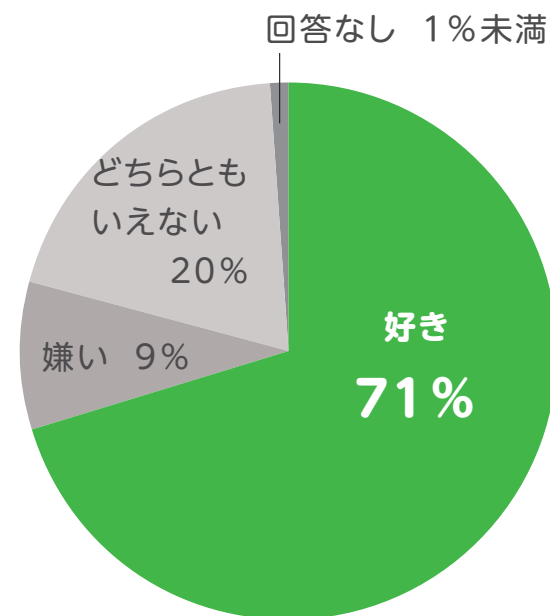
# 学校や職場が好き？ 不満あったりする？

## 学校または職場が好きか

好き:「とても好き」「好き」の合計 嫌い:「嫌い」「とても嫌い」の合計

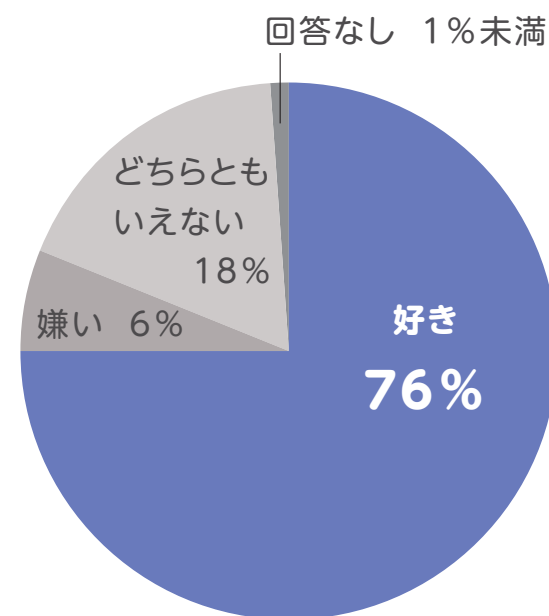
### 中学2年生

【回答者:887人】



### 17歳

【回答者:995人】



中学2年生も17歳も70%以上が学校を好きなんだね。でも「どちらともいえない」人も20%近くいるね。

学校の教室がほっとできる場所だと思う人は20~30%くらいだったよね(5ページ)。「好き」と「ほっとできる場所」は違うのかな？

## 学校について不満に感じること (複数回答、上位7項目)

中学2年生 【回答者:887人】			17歳 【回答者:938人】		
1位	友達や先輩・後輩との関係 (苦手な人がいる、仲の良い人がいないなど)	27%	校則など生活上のルールが厳しい		28%
2位	先生の指導力や対応・態度 (先生の教え方や言い方が苦手)	27%	先生の指導力や対応・態度 (先生の教え方や言い方が苦手)		26%
3位	特にない	25%	友達や先輩・後輩との関係 (苦手な人がいる、仲の良い人がいないなど)		23%
4位	校則など生活上のルールが厳しい	22%	特にない		22%
5位	授業が難しい	19%	授業が難しい		21%
6位	施設に関すること (古い・狭い・暗い・使いづらいなど)	17%	施設に関すること (古い・狭い・暗い・使いづらいなど)		20%
7位	雰囲気・居心地	15%	学校にかかる費用 (学費や給食費、授業・部活で使う道具など)		16%

17歳は、学校に所属している人(学校に所属しながら働いている人を含む)

17歳は「校則などが厳しい」が1位なんだね。

校則は学校ごとの差が大きいかもしれないね。

# 学ぶことについて どう思ってる？

# 生成AI使ってる？

## 学ぶことについての意識

「そう思う」「どちらかといえばそう思う」の合計

【回答者：中学2年生 887人、17歳1,009人】

学校で学んだことは  
将来や人生に役立つ

中学2年生  
88%

17歳  
84%

学校で学ぶ以外の  
内容や方法で  
もっと学びたい

中学2年生  
60%

17歳  
65%

学ぶことが楽しい

中学2年生  
62%

17歳  
66%

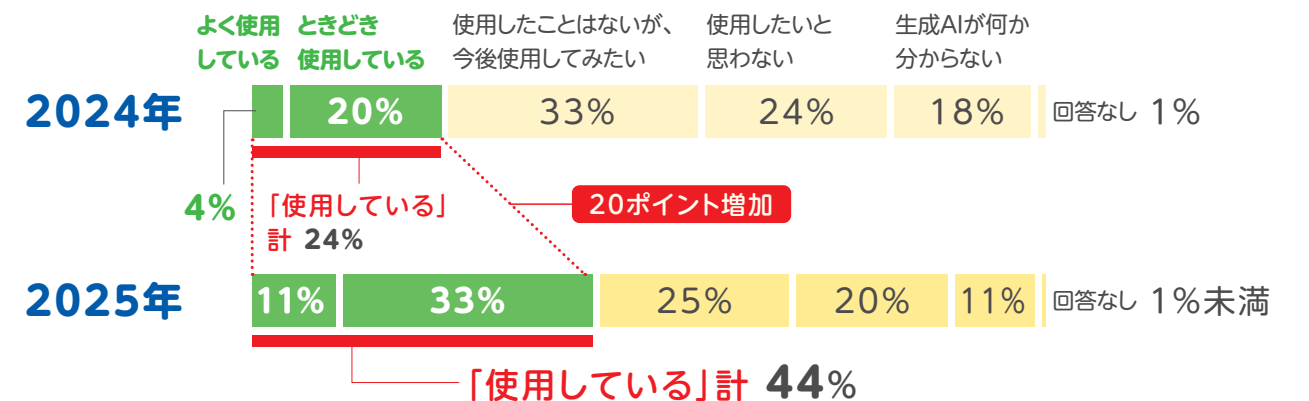
灰色の部分は、「そう思わない」「どちらかといえばそう思わない」「回答なし」の割合

80%以上が学校で学んだことは役立つと思っているんだね。

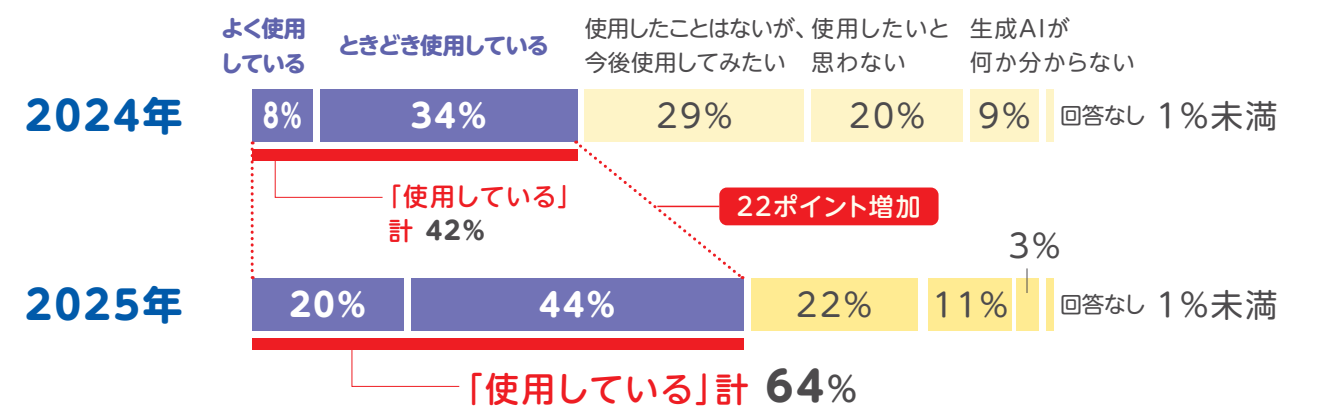
でも「もっと学びたい」「学ぶことが楽しい」と思う人は60%くらいで、20ポイントくらい差があるんだね…。

## 生成AIの使用状況

中学2年生 【回答者：2024年 849人 2025年 887人】



17歳 【回答者：2024年 995人 2025年 1,009人】



中学2年生も17歳も、昨年に比べて「使用している」が20ポイント以上増えているね！

来年はもっと増えるのかな？



# 将来かなえたいことある？



20年後って、どんな自分になって  
るんだろう。みんなは、どんな未来  
を思い描いてる？

## 20年後に一番かなえたいこと

【回答者：中学2年生 887人、17歳1,009人】

	中学2年生	17歳
好きな仕事をしている	38%	32%
趣味や余暇を楽しんでいる	22%	21%
経済的に豊かな暮らしをしている	16%	21%
結婚している／パートナーと暮らしている	10%	13%
好きな国・地域で暮らしている	5%	4%
こどもを育てている	4%	4%
その他	2%	2%
特にない	3%	3%
回答なし	1%未満	1%未満

中学2年生の多い順に表示

17歳になると「好き  
な仕事をしている」が  
減って、経済面のこ  
とを考える人が増える  
んだね。

結婚や子育てのこ  
とはまだイメージが  
わからないのかも。

## ちょっと ひと休み



ここでちょっと休憩！  
れん君から「未来の自分に一言」って  
いうお題を出すよ！

東京の中学2年生・  
17歳の普段の生活や  
意識がだいぶ分かっ  
てきたね！

ほんとできる場所  
学校が好き？  
生成AIについて

想像してみよう！もし  
未来の自分に一言だ  
けメッセージを送れる  
としたら…1～7のど  
れを選ぶ？

### 未来の自分にメッセージを 送れるとしたらどれを選ぶ？

- ちゃんと朝ごはん食べてる？
- 夢、諦めてない？
- スマホの使い過ぎ、  
気を付けて！
- そっちの世界、AIと仲良くし  
てる？
- ちゃんと休んでいる？  
無理してない？
- 誰かのために動けてる？
- まさか、まだ宿題に追われて  
る？

未来のぼくには「夢、諦めてない？」って  
言いたいかも。  
次は、将来のことをどう思っているのか  
調べてみよう！

# 将来や進路のこと 何か問題ある？

## 将来像や進路を難しくしている問題（複数回答）

中学2年生 【回答者：887人】		17歳 【回答者：1,009人】	
自分の努力不足	52%	自分の努力不足	56%
希望する将来像や進路を実現する方法が分からない	36%	希望する将来像や進路を実現する方法が分からない	42%
進学費用が足りないなどの経済的な問題	20%	進学費用が足りないなどの経済的な問題	24%
親／保護者の理解が得られない、考え方の違い	7%	自分の健康上の問題	7%
自分の健康上の問題	7%	親／保護者の理解が得られない、考え方の違い	5%
その他	2%	その他	2%
まだ分からない	19%	まだ分からない	11%
特に問題はない	8%	特に問題はない	5%

「自分の努力不足」だと思う人が多いね。将来や進路についてより切実に考えるようになるから、「もっと努力しなくちゃ」と思う人が多くなるのかな？

「実現する方法が分からない」人もいるから、自分に向いている仕事分かるような個人診断的なものがあるといいな。

# 社会課題への意識 諸外国と比べると？

## 社会課題への意識 （「そう思う」「どちらかといえばそう思う」の合計）

東京 (とうきょうこども アンケート)			諸外国 (18歳意識調査)					
中学 2年生	17歳		日本	アメリカ	イギリス	中国	韓国	インド
71%	66%	社会課題について 関心がある	57%	62%	58%	82%	65%	63%
57%	58%	留学や他国で働きたい	53%	72%	77%	73%	79%	76%
60%	58%	ボランティア活動に 参加したい	60%	76%	69%	90%	71%	79%
43%	45%	自分の行動で社会を 変えられる	46%	66%	56%	84%	61%	81%
37%	40%	社会課題について 議論している	51%	67%	66%	80%	63%	75%

【回答者：中学2年生 887人、17歳1,009人】

【回答者：各国 1,000人】

## 【参考】質問内容について

	とうきょうこどもアンケート	18歳意識調査
社会課題について関心がある	社会課題について関心がある	政治や選挙、社会問題について、関心がある
留学や他国で働きたい	機会があれば留学や他国で働いてみたいと思う	機会があれば留学や他国で就労してみたいと思う
ボランティア活動に参加したい	ボランティアをしたいと思う	ボランティア活動に参加したい
自分の行動で社会を変えられる	自分の行動で社会を変えられると思う	自分の行動で国や社会を変えられると思う
社会課題について議論している	社会課題について家族や友人と積極的に議論している	政治や選挙、社会問題について家族や友人と議論することがある

（出典）日本財団第62回18歳意識調査「国や社会に対する意識（6カ国調査）」

令和6(2024)年2～3月、インターネット調査にて、各国17～19歳男女1,000人を対象に実施されたもの。下記レポートの、P10、P15、P16より引用し、編集。

[https://www.nippon-foundation.or.jp/app/uploads/2024/03/new\\_pr\\_20240403\\_03.pdf](https://www.nippon-foundation.or.jp/app/uploads/2024/03/new_pr_20240403_03.pdf)

上記調査で「同意」「どちらかといえば同意」と回答した割合と、とうきょうこどもアンケートで「そう思う」「どちらかといえばそう思う」と回答した割合を比較している。

ぼくたちは「社会的な課題への関心」は高いけど、それ以外はほとんど諸外国より低いね。

これは私たちの課題としてレポートに書いた方がいいな…。



# 将来は育児したい？ 育児分担どう思う？

## 将来子どもを育てたいか

### 子どもを育てたい

	回答者数	1人 育てたい	2人 育てたい	3人以上 育てたい	子どもを 育てたいとは思わない	まだ 分からない
中学2年生	887人	11%	24%	5%	13%	47%
17歳	1,009人	10%	29%	7%	15%	39%

回答なし 中学2年生:1%未満 17歳:1%未満

## 育児についての男女の役割分担

		回答者数	主に男性が 担うべき	主に女性が 担うべき	男女で同じ ように担うべき	分から ない
中学2年生	男性	399人	1%未満	9%	77%	13%
	女性	462人	1%	5%	86%	8%
17歳	男性	484人	1%	11%	74%	13%
	女性	496人	1%未満	8%	89%	3%

回答なし 中学2年生男性:1% 中学2年生女性:0% 17歳男性:1% 17歳女性:1%未満

ちなみに… 中学2年生・17歳の子どもを持つ働く母親に聞きました！ 育児分担はどうなっている？



母親(回答者数1,207人)

育児全体を10とすると、私(母親)が8割やっています。

「将来子どもを育てたいか」は「まだ分からない」が多いね。

育児分担は「男女で同じように担うべき」が一番多いね。

でも「男女で同じように担うべき」と思う割合は男性の方が女性より10ポイント近く低いね。

column

コラム



## 東京の高校生に「子育て」について どう思うか聞きました！

東京都立永山高等学校の3年生に東京都職員が出前授業を実施し、左のアンケート結果を見てどう思うか考えたり、グループで話し合いをしたりしました。



今の社会で子どもをつくるには不透明なことがありすぎて分からない。

男性が育児に対して参加しやすいサポートがあまりない。

父親が育児を手伝っていないのは、仕事の時間が長いからで、働く時間を少なくするべき。

授業に参加した  
みなさんの意見

育児の分担は母と父でしっかりとやるべき。

国任せではなく、自分のことも考えようと思う。

親のことは見ていると、今の子どもたちも子どもが欲しいとか思わなくなりそうだなと思った。

東京都では、望む人誰もが子育てしやすい社会の実現に向けて、多様な価値観を尊重しながら、育業の推進や育児と仕事の両立支援など、幅広い視点で取組を行っています。

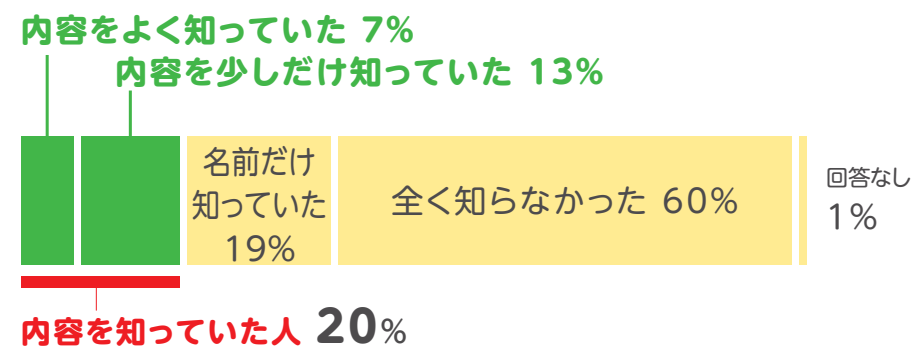
# 「東京都子ども基本条例」って知ってる？



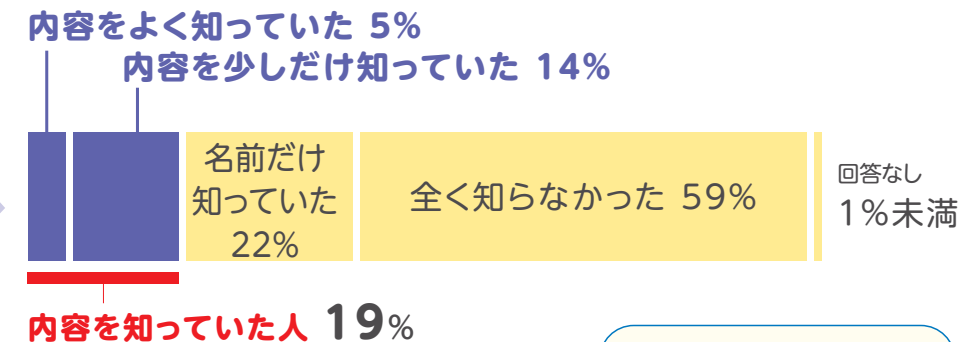
こどもの権利が大切にされ、みんなが幸せに過ごせる社会の実現に向けて、制定された条例なんだって！

## 「東京都子ども基本条例」の認知度

中学2年生  
【回答者:887人】



17歳  
【回答者:1,009人】



私たちは社会の一員として、自由に意見を表明することができるということが条例には書かれているよ。詳しく知りたい人は、二次元コードを読み込むかクリックしてみてね！

## ■東京都子ども基本条例

### ホームページ



### ハンドブック



### 解説動画

こどもクリエイターと作成



中学生向け

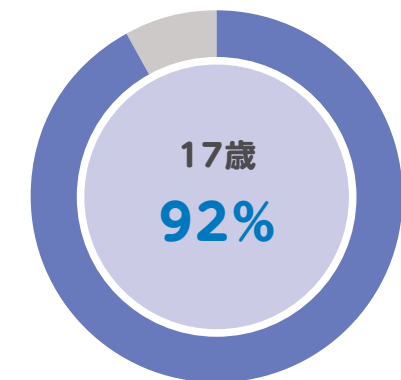
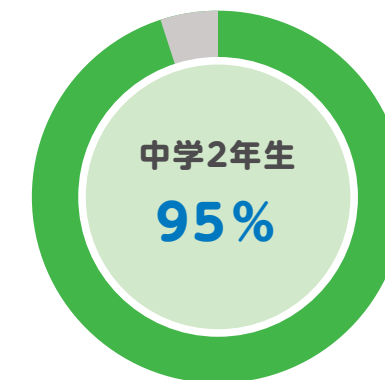


高校生向け

# 自分の考えを他の人に言える？

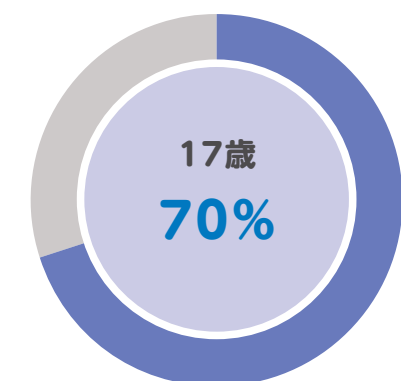
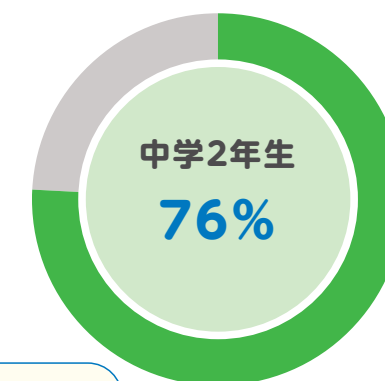
## 自分の考えをしっかりと持つことは大事だ 「そう思う」「どちらかといえばそう思う」の合計

【回答者:中学2年生 887人、17歳1,009人】



## 自分の考えを他の人にしっかりと伝える 「そう思う」「どちらかといえばそう思う」の合計

【回答者:中学2年生 887人、17歳1,009人】



中学2年生も17歳も考えを持つことは大事だと思う人がほとんどなのに、他の人に考えを言えるとなると20ポイントも下がる…。

灰色の部分は、「そう思わない」「どちらかといえばそう思わない」「回答なし」の割合

自分の考えを言う機会があまりないのかな…？  
みんなはどう思う？





調べてみたら、みんなが何を  
考えているのかが見えてき  
て、すごく面白かった！

本当だね。同世代のリアルな声  
を集めたら、全部が大事なメッ  
セージだったね。

こういう声が、ちゃんと届けば、少し  
ずつ社会が変わっていくのかな。

そうだね、これからも自分の  
考えや思いを伝えていこう！  
だって、ぼくらの声には  
“今”と“未来”を動かす力が  
あるんだから。

東京都のこどものための取組を知りたい人は  
「こども未来アクション」、悩みごとがある人は  
「相談窓口一覧」を見てみてね！

### こども未来アクション



東京都の  
こどものための  
政策や取組



### 相談窓口一覧



さまざまな悩みに  
対する窓口一覧  
東京都こどもホーム  
ページ内に掲載



性やからだ、こころの  
悩みに対する窓口一覧  
TOKYO YOUTH  
HEALTHCARE内に掲載



TOKYO  
YOUTH  
HEALTHCARE

## みんなと考える「今」と「未来」

～とうきょう こども アンケート2025～

令和7年11月発行

【編集・発行】 東京都子供政策連携室 企画調整部 企画調整課  
〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号  
電話:03(5388)3812

このパンフレットについて、こちらから  
意見や感想をぜひお知らせください！

