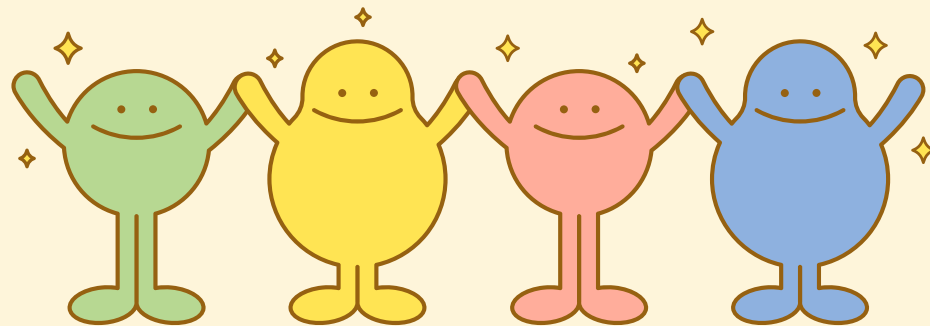


こどもの^{なや}悩みやもやもやについての^{ちょう}^さ調査 からわかったこと



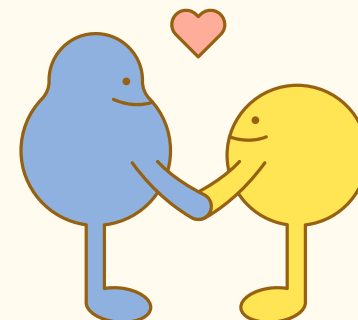
★ ^{ぜん} ^{こく} 全国のこどものみなさんへ

はじめに

だれでも、^{なや}悩んだり、もやもやしたりすることがあります。

こども家庭庁は、こどもであるみなさんが、^{なや}悩んだりもやもやしたときに、もっと力になれるよう、社会のおとなと^{いっしょ}一緒にとりくみたいと考えています。このため、「こどもの^{なや}悩みに^{かん}関するプロジェクトチーム」を^た立ち^あ上げました。

プロジェクトの一つとして、こどものみなさんが^{なや}悩んだり、もやもやしたときのことを知りたいと考え、^{かんが}全国の^{ぜん}こどもと^{こく}おとなにアンケートやヒアリング^{ちょうさ}調査^{おこな}を行いました。
この「こども向け^む概要版^{がいようばん}」は、その^{けっか}結果についてまとめています。



調査でわかったこと

ちょうさけっか
くわしい調査結果はこちらから

P10,11

悩^{なや}んだり、もやもや^{き も}した気持ちになることってある？
どんなこと^{なや}で悩^{き も}んだり、もやもやした気持ちになる？

だれでも悩^{なや}んだりもやもやすることがあります。

しょうがくせい ともだち ちゅうがくせい こうこうせい べんきょう せいせき だいがくせい しんろ しょうらい
小学生は友達のこと、中学生・高校生は勉強や成績のこと、大学生は進路や将来のことで、

悩^{なや}んだりもやもやしたことがある人が多いようです。「友達」^{ともだち}「勉強・成績」^{べんきょう せいせき}は全年代^{ぜんねんだい}で多^{おお}く挙^あがりました。

P12

悩^{なや}んだり、もやもやしたりしたとき、どうしてる？

どんな年^{ねんれい}齢であつても、いろいろな方法^{ほうほう}で、

悩^{なや}んだりもやもやした気持ち^{き も}を解決^{かいけつ}するために行動^{こうどう}をしていることがわかりました



ちょうさ 調査でわかったこと

あん しん はな 安心して話せるおとなはだれ？

P13

あんしん はな かん かぞく がっこう せんせい はなし
「安心して話せる」と感じるおとなは、家族や学校の先生など、ふだん話をするおとな
えら ひと おお
を選んだ人が多かったです。
かぞく がっこう せんせい いがい えら ひと おお
家族や学校の先生以外のおとなを選んだ人は多くはありませんでした。



なや つた 悩み・もやもやをおとなに伝えたのはなぜ？

P14

なや り ゆう なや
悩みやもやもやをおとなに伝えた理由はいろいろありました。たとえば悩んでいることにつ
い けん ひと きも らく かんが つた ひと
いて意見がほしかった人や、気持ちを楽にしたいと考えておとなに伝えた人がいました。

なや つた つた 悩みやもやもやについて伝えなかった・伝えられなかったのはなぜ？

P15

なや つた つた り ゆう なや はな むずか
悩みやもやもやをおとなに伝えなかった・伝えられなかった理由は、「悩みを話すのが難し
なにか おも じ ぶん かいけつ おも なや し
かった」「何も変わらないと思った」「自分で解決しようと思った」「悩んでいることを知られた
り ゆう
くなかった」などいろいろな理由がありました。

ちょう さ 調査でわかったこと

おとなに^{なや}悩み・もやもやを^{はな}伝えてどうだった？

P16

よかった/^{おも}いやな思^{おも}いをしたのはなぜ？

P17,18

おとなに^{はな}悩みやもやもやを^{つた}伝えてよかったと^{かん}感じている人^{ひと}が多いですが、なかには^{おも}いやな思^{おも}いをしたことがあるという人^{ひと}もいました。

✓ ^{つた}伝えてよかった^{り ゆう}理由

- ^{はなし}話を^{いっしょ}ちゃんと^{かんが}きいてくれた
- ^{いっしょ}一緒に^{かんが}考えてくれた
- ^{きもち}気持ちが^{らく}楽になった

✗ ^{つた}伝えて^{おも}いやな思^{り ゆう}いになった理由

- ^{いっ ぼう てき}一方的に^{はなし}話されたり、^き決めつけられた
- ^{おこ}怒られた
- ^{かい げつ}解決しなかった



^{はな}話しやすいおとなは、なぜ^{はな}話しやすい？

P19

おとなを^{はな}「話しやすい」と感じる^{かん}理由^{り ゆう}として、^{なや}悩みやもやもやを^{つた}伝えたときのおとなの^{たい ど}態度だけでなく、^{たい ど}ふだんのおとなの^{かん けい}態度や、おとなとの^{たい せう}関係も大切なことがわかりました。

ちょうさ 調査でわかったこと

どんな場所や方法だと、悩みを伝えたり相談しやすい？ P20, 21

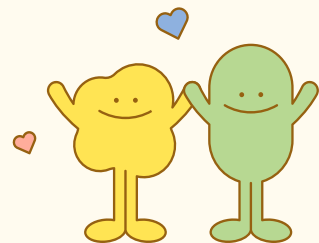
保護者や学校の先生以外で悩みやもやもやを伝える・相談するとしたら、人に直接会って（対面で）相談したい人が多く、一方で、SNSやチャットがいいという人もいました。

悩みやもやもやを伝えてみよう・相談してみようと思う場所として、「静かで落ち着いて過ごせる場所」や「他の人に話を聞かれない場所」を選んだ人が多くいました。

悩み・もやもやがあるとき、周りの人にどうしてほしい？ P22,23

悩みやもやもやがあるときに周りのおとなにしてほしいこととして、どの年代も「自分の話を聞いてほしい」人が一番多く、次いで、小学生では「そばにいてほしい」、中学生以上では「そっとしておいてほしい」人が多くいました。

「周りから声をかけてほしい」と、「自分から話すのを待ってほしい」人がいることはわかりました。また、おとなから声をかけるときは、「元気なさそうだよ」「大丈夫？」など、軽い声かけがうれしいという声がありました。



ちょう さ 調査でわかったこと

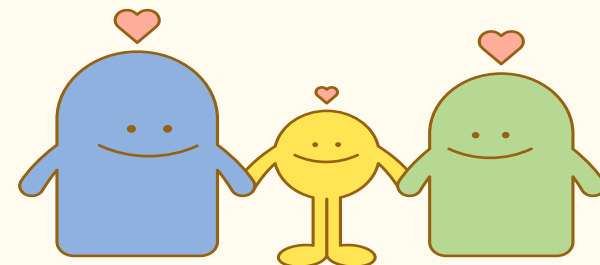
なや 悩み・もやもやをおとなに^{つた}伝えた^{とき}時に、どうしてほしい？

P24-26

なや 悩み・もやもやを^{つた}伝えた^{とき}ときにおとなにどう^{せつ}接してほしいかについて、どの^{ねん れい}年齢^{いち}でも一番^{ばん}多かった^{おお}声^{こえ}は、「最後まで^{さい ご}話を^{はなし}聞いてほしい」でした。

また、^{しょう がく せい}小学生^{じ ぶん}では、「^{じ ぶん}自分の^{き も}味方^{かんが}になって^{おう えん}応援^{こえ}してほしい」という^{おお}声^{こえ}が多く、^{ちゅう がく せい い じょう}中学生^{い じょう}以上は「自分の^{し ぶん}気持ち^{き も}や^{かんが}考え^{ひ てい}を^{こえ}否定^{おお}しないでほしい」という^{こえ}声^{おお}が多くありました。

おとながこどもの^{はなし}話を^き聞く^てとき、^と手を^き止めて^め聞く、^み目^うを見る、うんうんとあいづちを^う打つなどの^{たい ど}態度^きが、「ちゃんと^き聞いているよ」「^{み かた}味方^{かた}になるよ」というメッセージになることがわかりました。



ちょう さ 調査でわかったこと

おも おとなが思っていること

P27-28

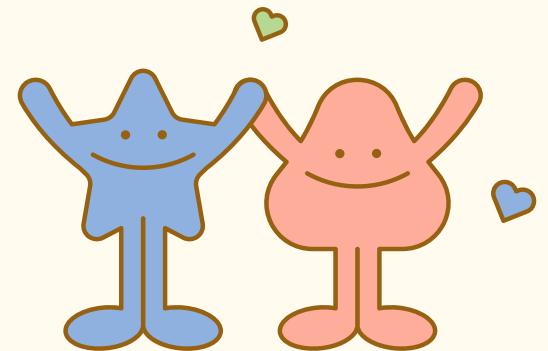
ふだんから、こどもにとって良い接し方を心掛けているおとなや、こどもが困っていたら一緒に考えたいと思っ**おも**ているおとながいます。

おとなは、こどもの悩みを受け止めるときに、こどもにとって自分の対応がよかったか不安になったり悩むことがあることがわかりました。

いえ がっ こう い がい ば しょ 家や学校以外の場所にいるおとなにできること

P29

こどもを応援してくれたり、話を聞いてくれるおとなは家や学校以外の場所にもいて、力になってくれるかもしれません。関わるおとなが増えると、「話しやすいな」と感じる人に出会えるかもしれません。



ちょう さ けっ か しょう かい
調査結果の紹介

P10～

なや
悩みやもやもやした
けい けん
経験について

どんなことで^{なや}悩んだり、もやもやした^{き も}気持ちになる？

^{なや}悩んだりもやもやしたとき、どうしてる？

^{あんしん}安心して^{はな}話せるおとなはだれ？

^{なや}悩みやもやもやをおとなに^{つた}伝えてどうだった？

など

P19～

おとなに
^{なや}悩みやもやもやを
^{つた}伝えることについて

^{はな}話しやすいおとなは、なぜ^{はな}話しやすい？

どんな^{ば しょ}場所や^{ほう ほう}方法が^{つた}伝えやすい？

^{なや}悩み・もやもやがあるとき、おとなにどうしてほしい？

^{なや}悩み・もやもやを^{つた}伝えた^{とき}時に、おとなにどうしてほしい？

など

P27～

おとなのこと

おとなが^{おも}思っていること

^{いえ}家や^{がっこう いがい}学校以外の^{ば しょ}場所にいるおとなについて

など

P30

ちょう さ
調査について

P31

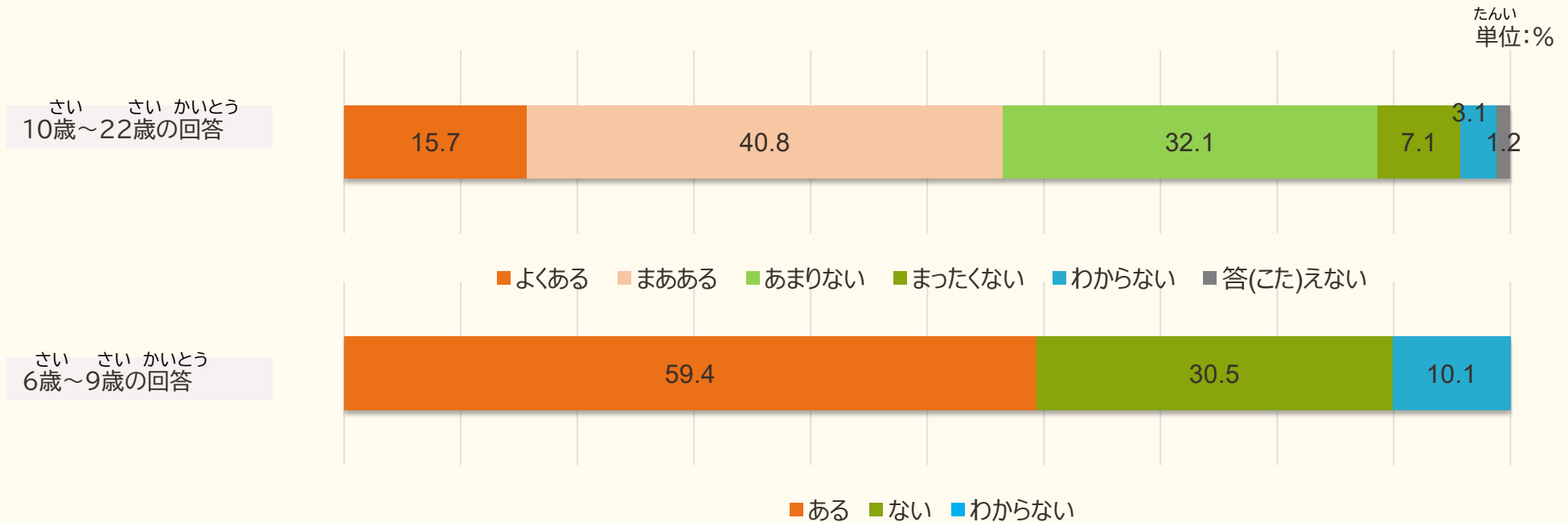
おわりに

なや き も 悩んだり、もやもやした気持ちになることってある？

なや
だれでも悩んだりもやもやすることがあります。

アンケートの結果

さい きん なや き も
Q. 最近、悩んだりもやもやした気持ちになったりすることがありましたか。



にん にん
どちらも、だいたい10人に6人が「ある」とこたえているね



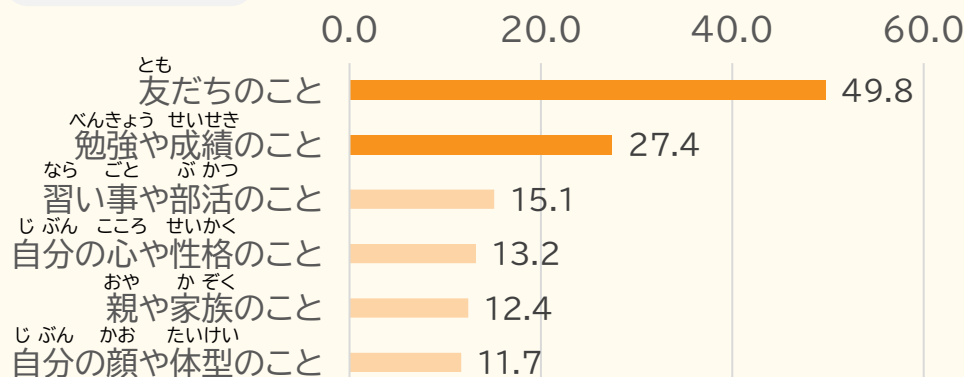
どんなことで悩んだり、もやもやする？

しょうがくせい とも だち ちゅうがくせい こう こう せい べんきょう せい せき だいがくせい しんろ しょうらい なや
小学生は友達のこと、中学生・高校生は勉強や成績のこと、大学生は進路や将来のこと、悩んだりもやもやしたことがある人が多いようです。「友達」「勉強・成績」は全年代で多く挙がりました。

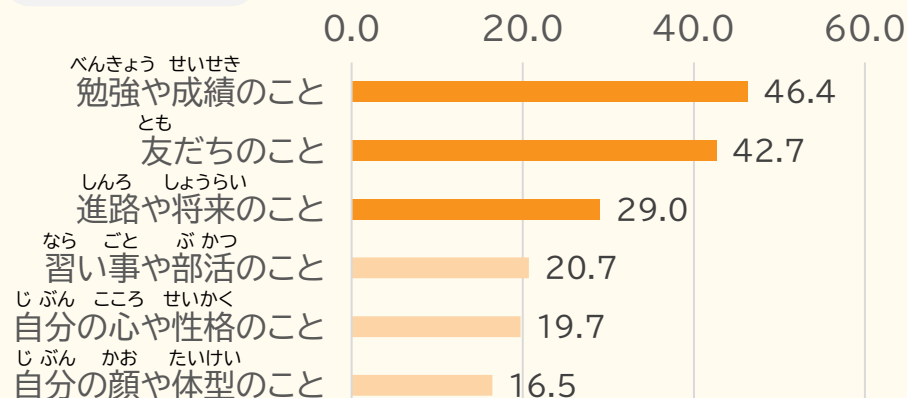
アンケートの結果

Q. いままででいちばん悩んだりもやもやした気持ちになったりしたとき、どんなことについて悩んだりもやもやした気持ちになりましたか。

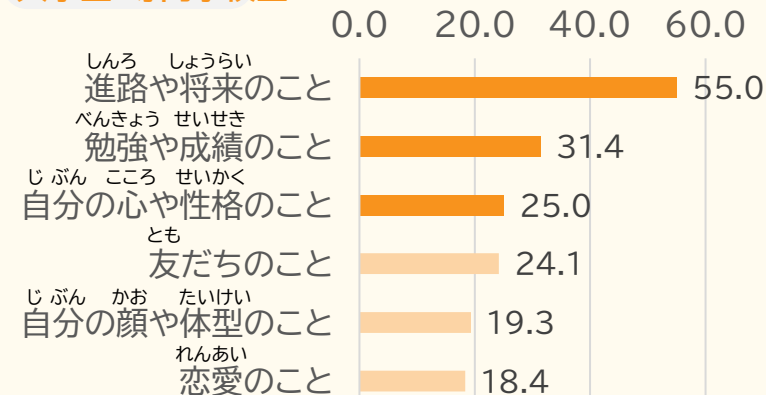
しょうがくせい さいいじょう 小学生（10歳以上）



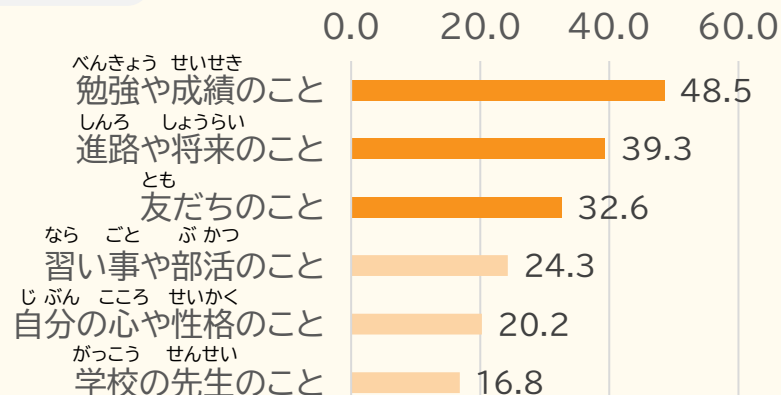
ちゅうがくせい 中学生



だいがくせい せんもんがっこうせい 大学生・専門学校生



こうこうせい 高校生

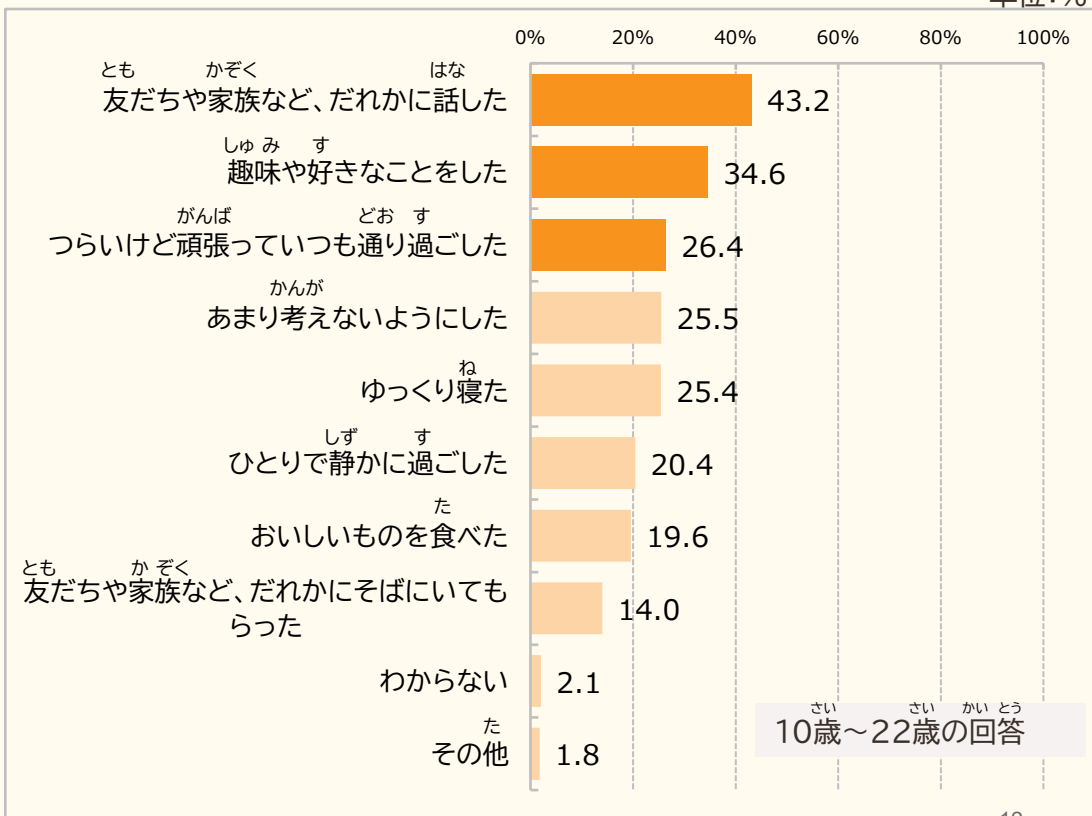


悩んだり、もやもやしたりしたとき、どうしてる？

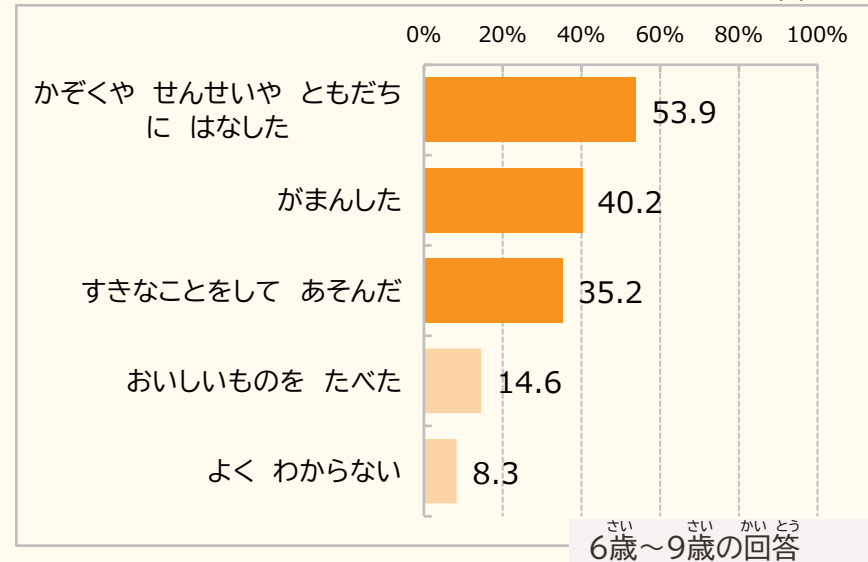
どんな年齢であっても、いろいろな方法で、悩んだりもやもやした気持ちを解決するために行動をしていることがわかりました。

アンケートの結果

Q. いままででいちばん悩んだりもやもやした気持ちになったりしたとき、あなたは怎么样了か。



Q. いやな気持ちになったとき、あなたは怎么样了か？



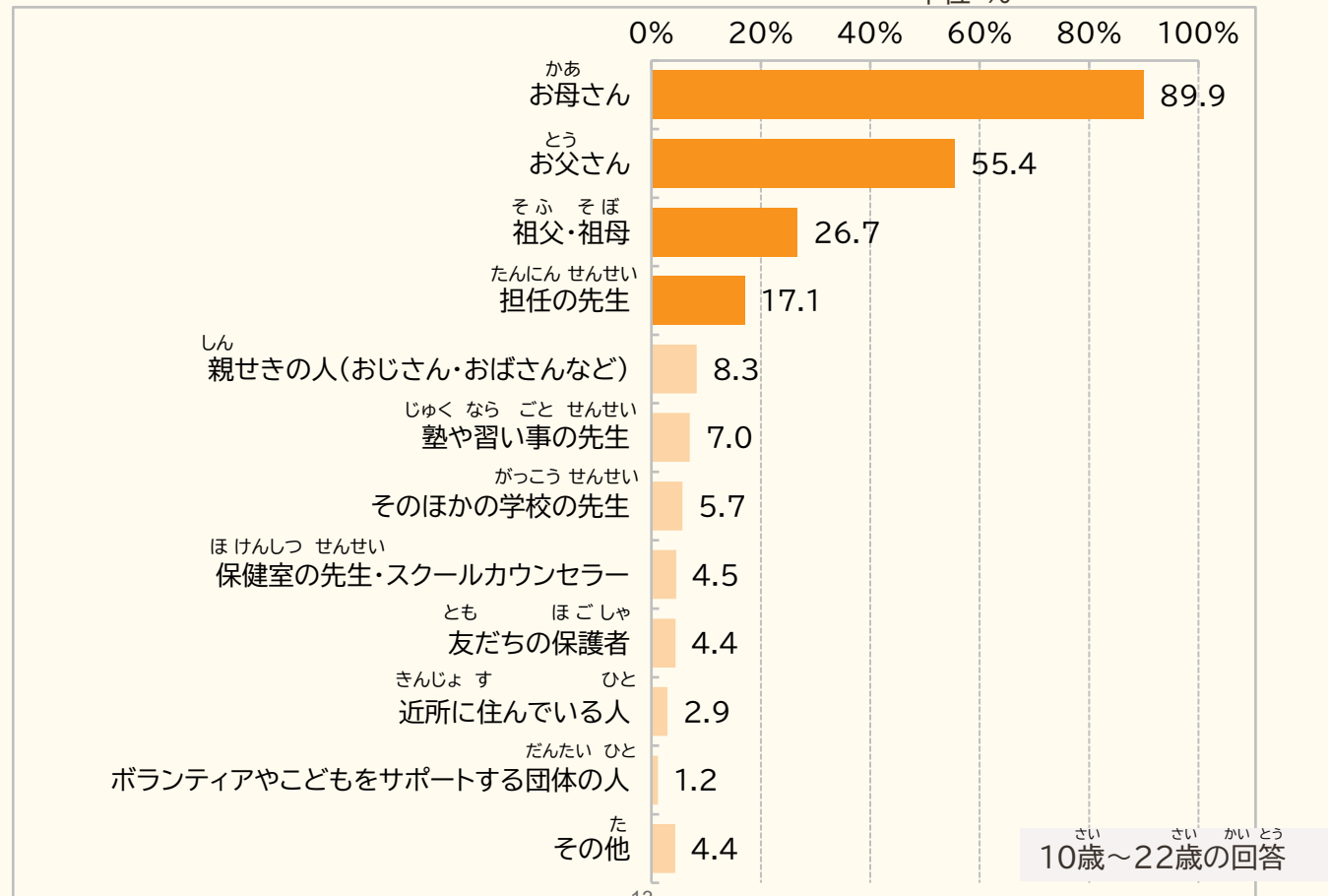
自分の気持ちを、自分自身で安心させたり、気を紛らわせたり、落ち着かせたりするためのいろいろな行動があるね。



安心して話せるおとなはだれ？

「安心して話せる」と感じているおとなとして、家族や学校の先生など、ふだん話をするおとなを選んだ人が多かったです。家族や学校の先生以外のおとなを選んだ人は多くはありませんでした。

アンケートの結果 Q. あなたが普段、安心して話せるおとなの人はだれですか。 単位：%



悩み・もやもやをおとなに伝えたのはなぜ？

悩みやもやもやをおとなに伝えた理由はいろいろありました。たとえば悩んでいることについて意見がほしかった人や、気持ちを楽にしたいと考えておとなに伝えた人がいました。

ヒアリングの意見 おとなの人に悩み・もやもやを話した理由

ヒアリングの意見 話す相手にその人を選んだ理由

ずっともやもやするのはいやだから、
話した方がいいかなって思った。

なんか話した方がすっきりする
と思った。

自分がいままで一番病んでいて、
最後の最後にだれかに認めてほしいなと
いう気持ちで話した。

お母さんに「今の気持ちを話してみて」と
言われて、話せた。

自分のことをよく知ってくれているから。
「(名前)は〇〇だね」とちゃんと自分の
ことを理解してくれている。

友達よりもやっぱりおとなの意見を聞きたい
ときがある。自分より長く生きているから、
「そんな時どうしてた？」
「そんなことあったよ」といろんな意見が聞きたい。

親からいつも今日何があったか聞かれるから。

悩みやもやもやについて伝えなかった・伝えられなかったのはなぜ？

悩みやもやもやをおとなに伝えなかった・伝えられなかった理由は、「悩みを話すのが難しかった」「何も変わらないと思った」「自分で解決しようと思った」「悩んでいることを知られたくなかった」などいろいろな理由がありました。

アンケートの結果 おとなに話さなかった・話せなかった理由

	小学生 ※10歳以上	中学生	高校生	大学生・ 専門学校生
第1位	話すのがむずかしくて、うまく言えそうになかったから(33.6%)	話しても何も変わらないと思ったから(33.0%)	話しても何も変わらないと思ったから(34.8%)	話しても何も変わらないと思ったから(34.2%)
第2位	悩んでいることを知られたくなかったから(24.7%)	話すのがむずかしくて、うまく言えそうになかったから(30.4%)	自分で解決しようと思ったから(29.1%)	自分で解決しようと思ったから(28.5%)
第3位	自分で解決しようと思ったから(21.8%)	悩んでいることを知られたくなかったから(28.8%)	悩んでいることを知られたくなかったから/ 話すのがむずかしくて、うまく言えそうになかったから(25.7%)	悩んでいることを知られたくなかったから(24.6%)



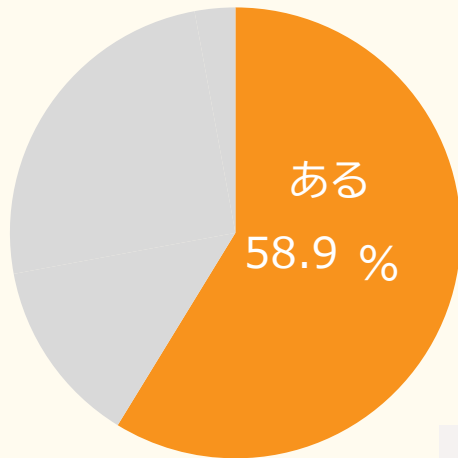
「話しても何も変わらない」と思う理由は何だろう。例えば、誰かに話をしたけどうまくいかなかったことがあったのかな。

おとなに^{はな}悩みやもやもや^{つた}を伝えて、どうだった？

おとなに^{なや}悩みやもやもや^{つた}を伝えてよかったと^{かん}感じている人^{ひと}が多いですが、なかにはいやな^{おも}思いをしたことがあるという人^{ひと}もいました。

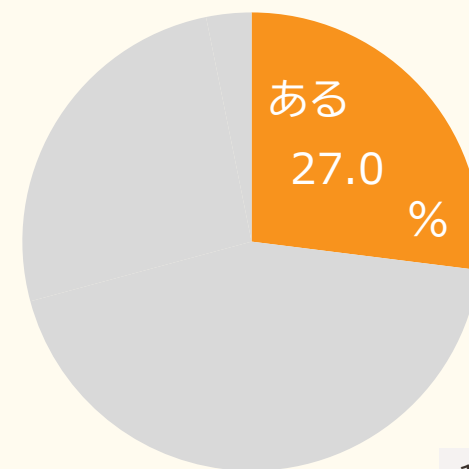
アンケートの結果

Q. これまでに、おとなに^{なや}悩みやもやもやした^{きも}気持ちを^{はな}話して、よかったなと^{かん}感じたことがありますか。



さい さい かい どう
10歳～22歳の回答

Q. これまでに、おとなに^{なや}悩みやもやもやした^{きも}気持ちを^{はな}話して、いやな思い^{おも}をしたことがありますか。



さい さい かい どう
10歳～22歳の回答

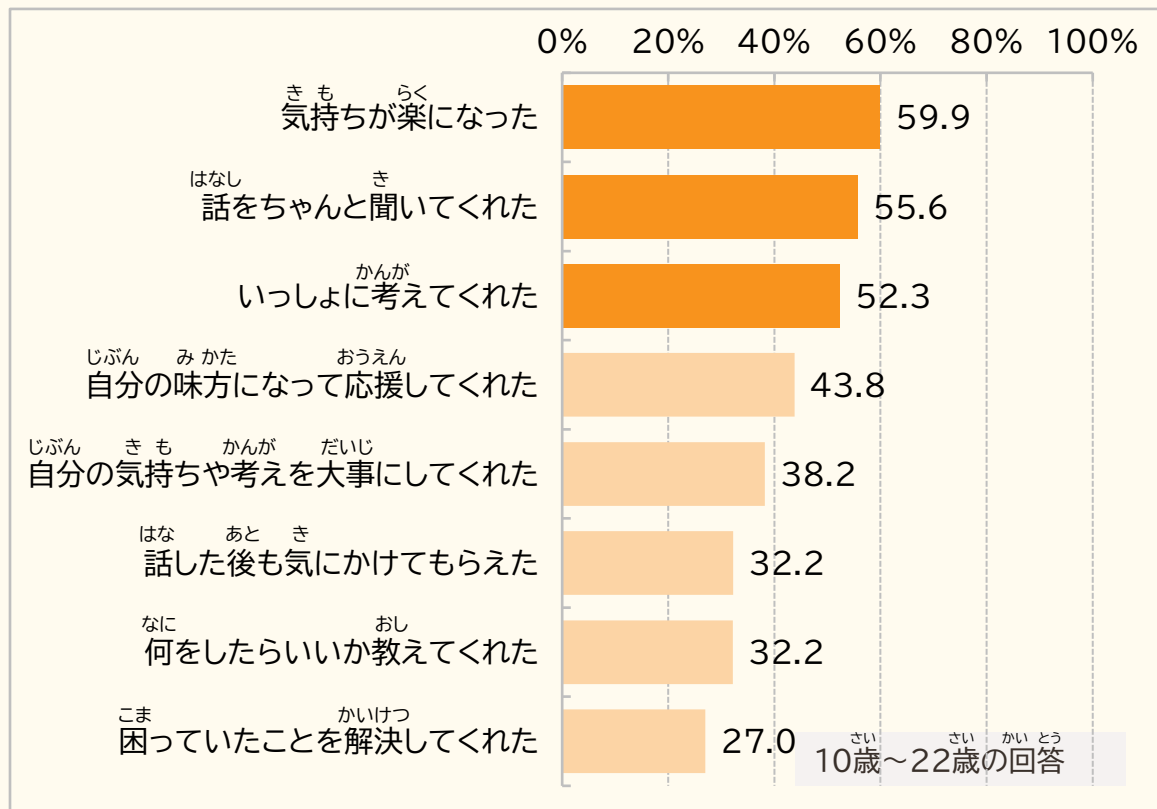
おとなに悩みやもやもやを伝えてよかったのはなぜ？

おとなに悩みやもやもやについて伝えてよかったと感じる理由として「気持ちが楽になった」「話をちゃんと聞いてくれた」「一緒に考えてくれた」などがありました。話をしたおとなに「話をちゃんと聞いてくれた」「一緒に考えてくれた」と感じる事が、話してよかった、という思いにつながるようです。

アンケートの結果

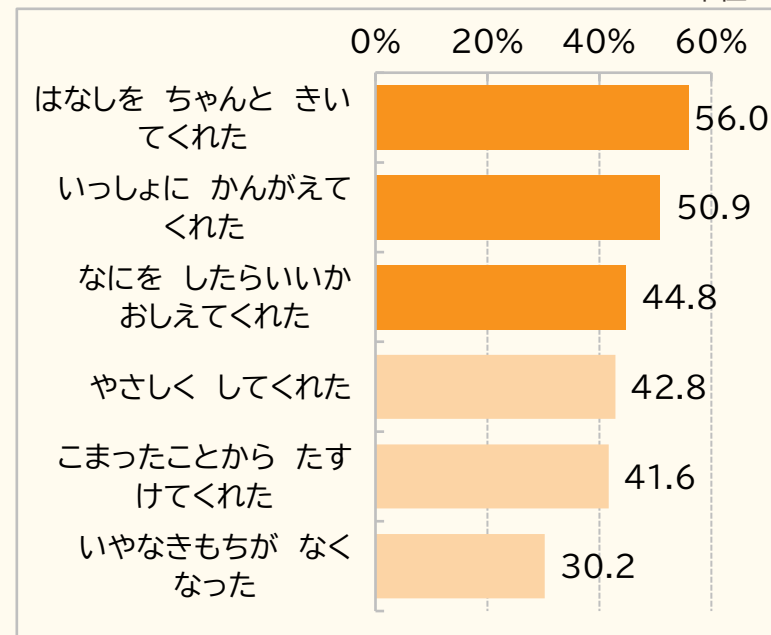
Q. 話してよかったなと感じたことがある場合、どういうところがよかったですか。

たんい
単位：%



Q. おとなに はなしで、どんな よかったことが ありましたか？

たんい
単位：%



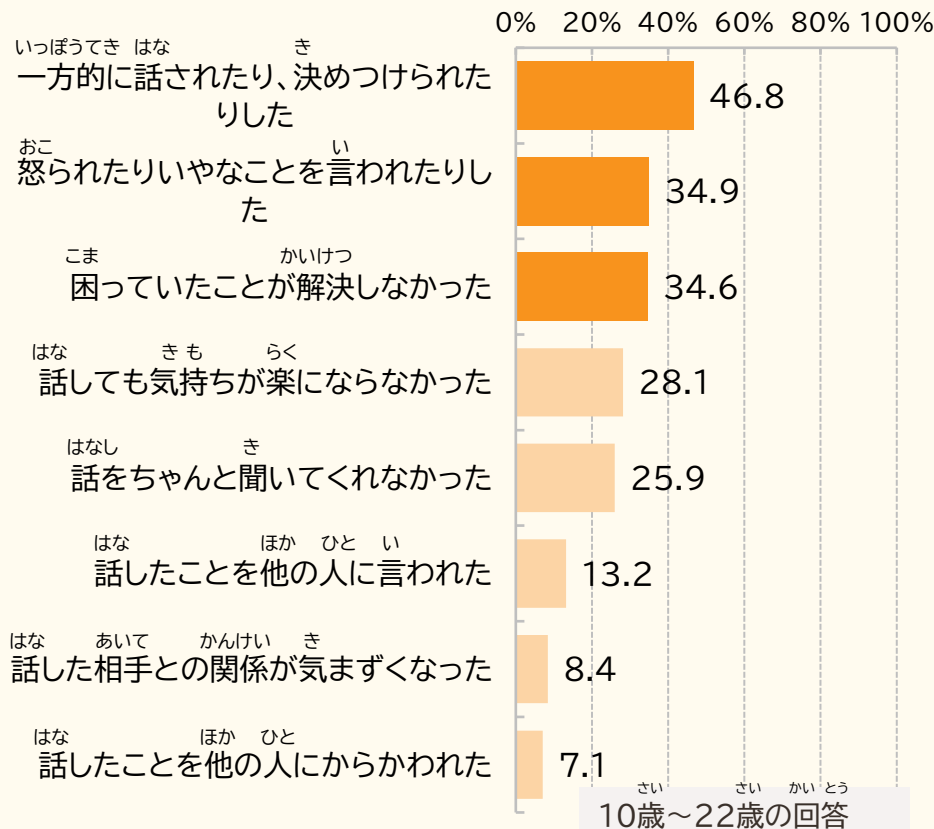
さい さい かい どう
6歳～9歳の回答

おとなに^{はな}悩みやもやもやを伝えていやな思いをしたのはなぜ？

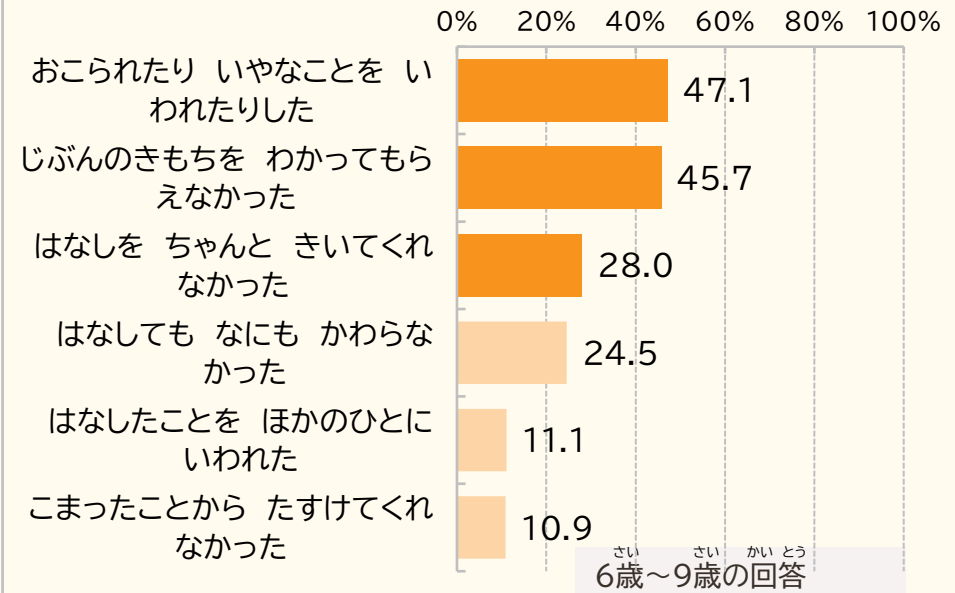
おとなに^{いっ ぼう てき}「一方的に話された」^{はな}「決めつけられた」^き「怒られた」^{おこ}「困ったことが解決しなかった」ことが、こどもが^{おも}いやな思いをした主な理由でした。

アンケートの結果

Q. 話して^{はな}いやな思いをしたことがある場合、^{おも}どういうところが^{ば あい}いやでしたか ^{たんい}単位：%



Q. おとなに ^{はな}はなして、^{なん}どんな ^{いや}いやなことが ^{たんい}ありましたか。 ^{たんい}単位：%

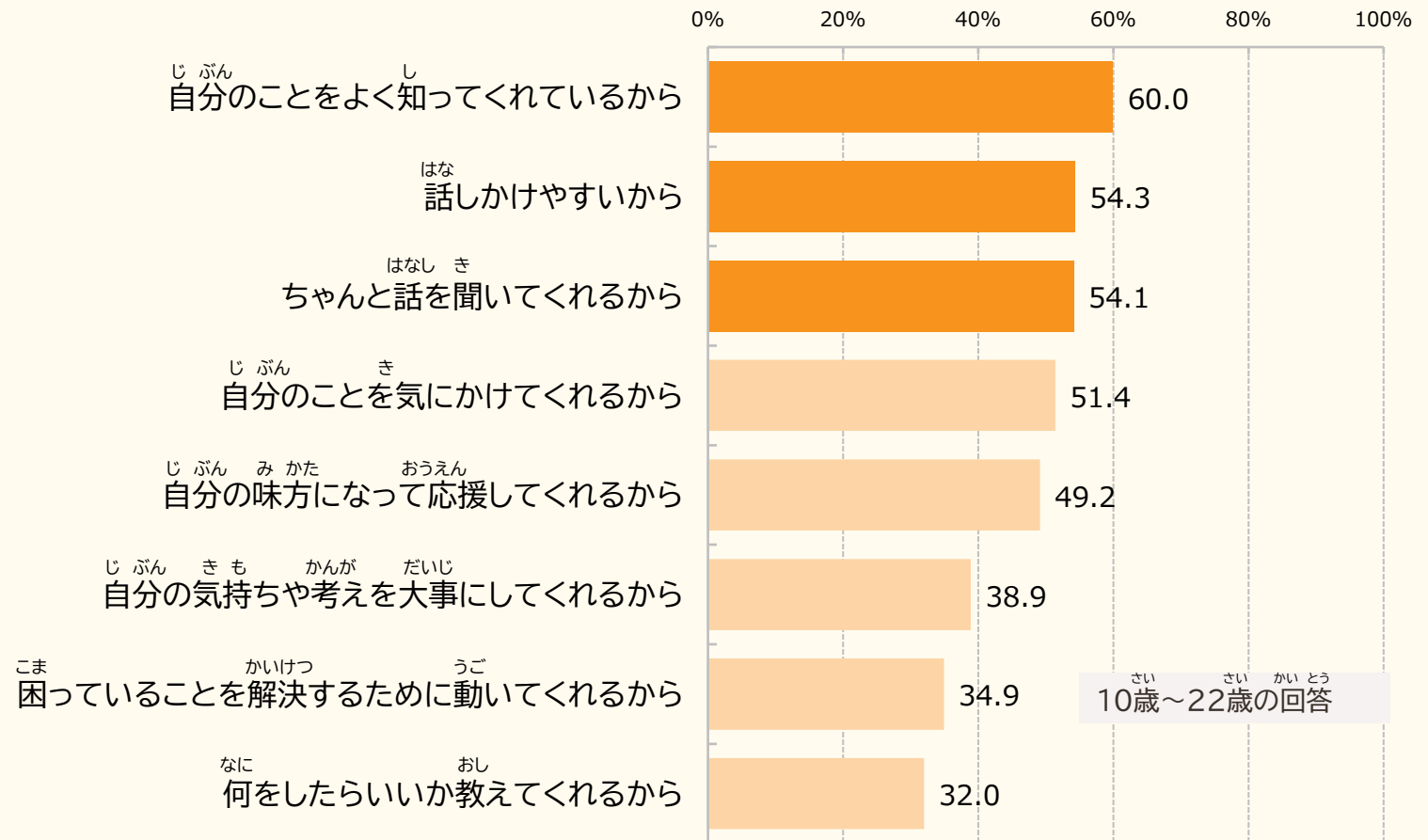


話しやすいおとなは、なぜ話しやすい？

おとなを「話しやすい」と感じる理由として、悩みやもやもやを伝えたときのおとなの態度だけでなく、ふだんのおとなの態度や、おとなとの関係も大切なことがわかりました。

アンケートの結果 Q. あなたが話しやすいおとなの人について、その人に話そうと思う理由を教えてください。

たんい
単位：%

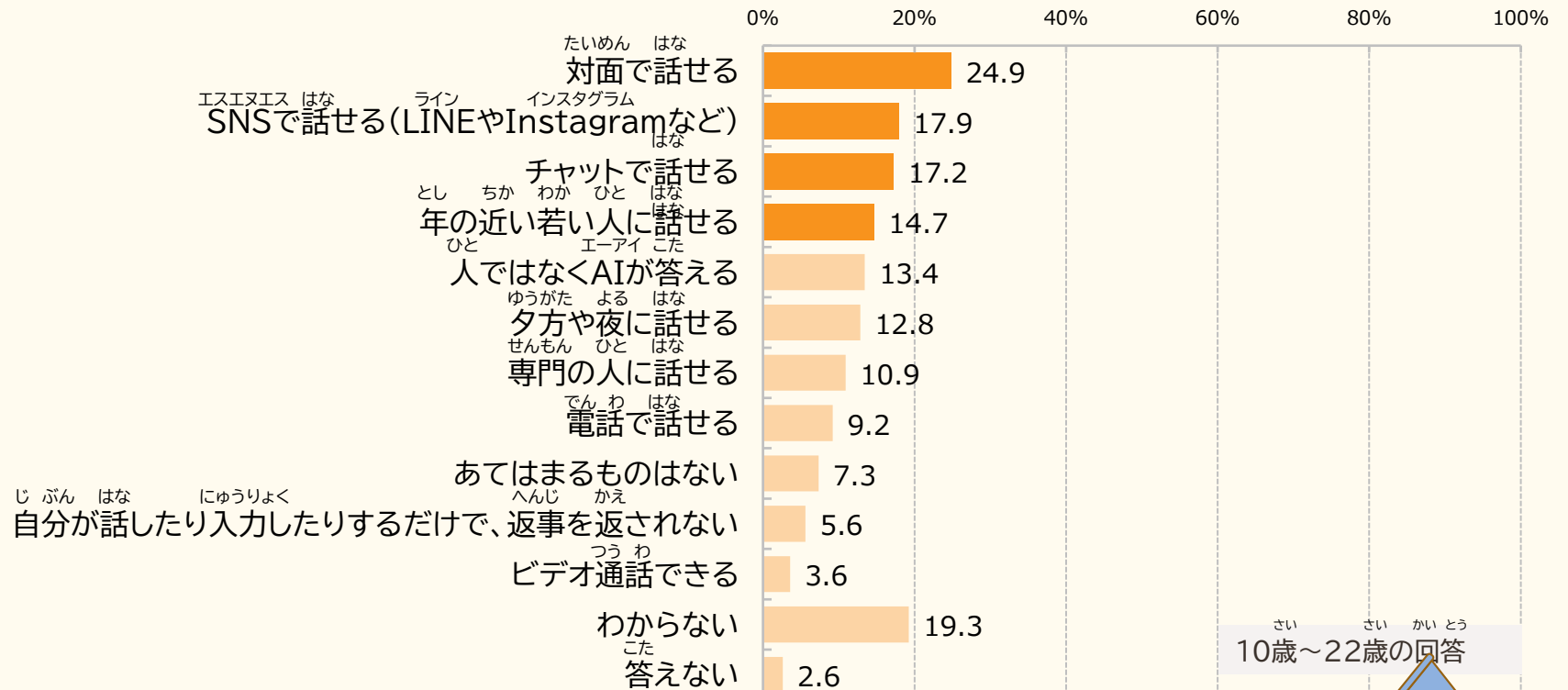


どんな方法だと悩み・もやもやを伝えたり相談しやすい？

保護者や学校の先生以外で悩みやもやもやを伝える・相談するとしたら、人に直接会って(対面で)相談したい人が多く、一方で、SNSやチャットがいいという人もいました。

アンケートの結果

Q. もやもやした気持ちを保護者の人や学校の先生以外に相談できるところに話すとしたら、どんなところだと話しやすいですか。



相談にはいろいろな方法があって、悩みの内容などに合わせて方法を選べるとよさそうだね。

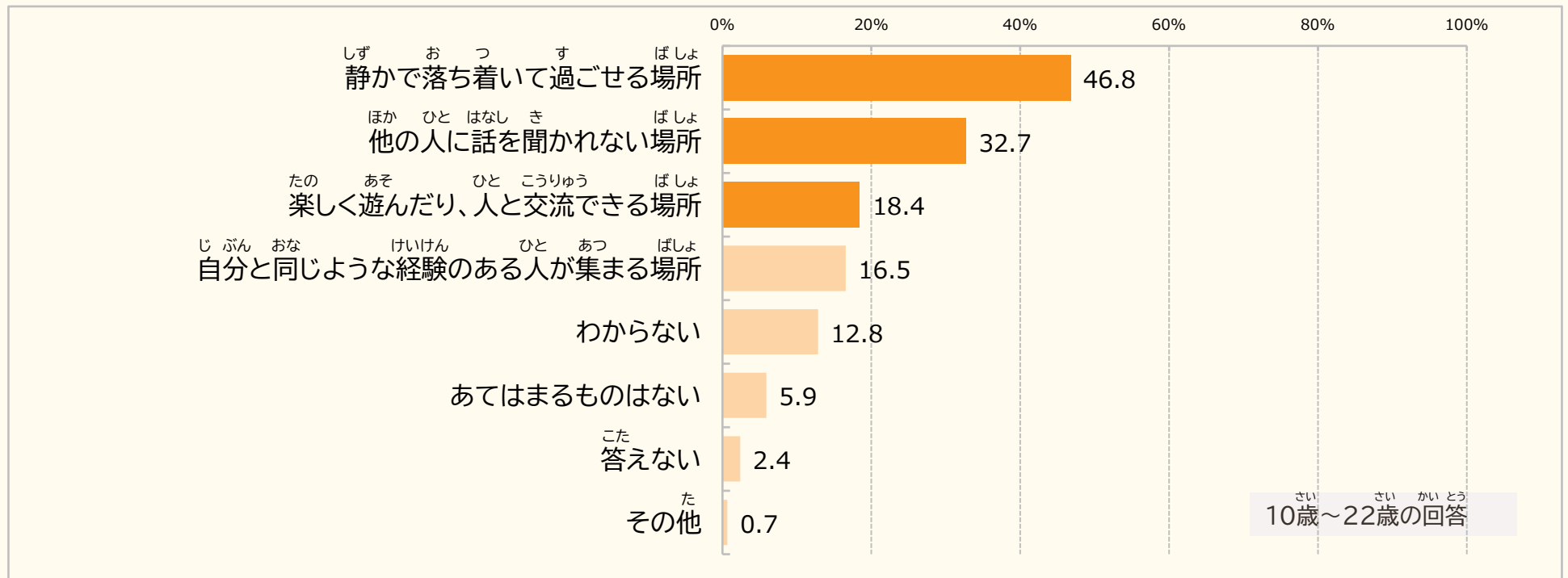


どんな場所だと悩み・もやもやを伝えたり相談しやすい？

悩みやもやもやを伝えやすい・相談しやすい場所として、「静かで落ち着いて過ごせる場所」「他の人に話を聞かれない場所」を選ぶ人が多くいました。

アンケートの結果 Q. 悩みやもやもやした気持ちがあるとき、どんな場所だったら話してみようと思いますか。

たんい 単位：%



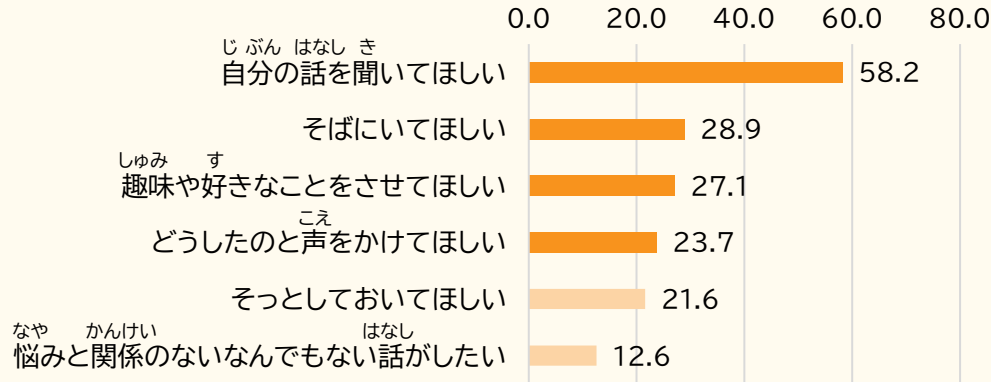
※複数回答。例えば、児童館のように楽しく遊べる場所にある、他の人に話を聞かれない場所 といった意見がある可能性がある。

悩み・もやもやがあるとき、周りのおとなにどうしてほしい？

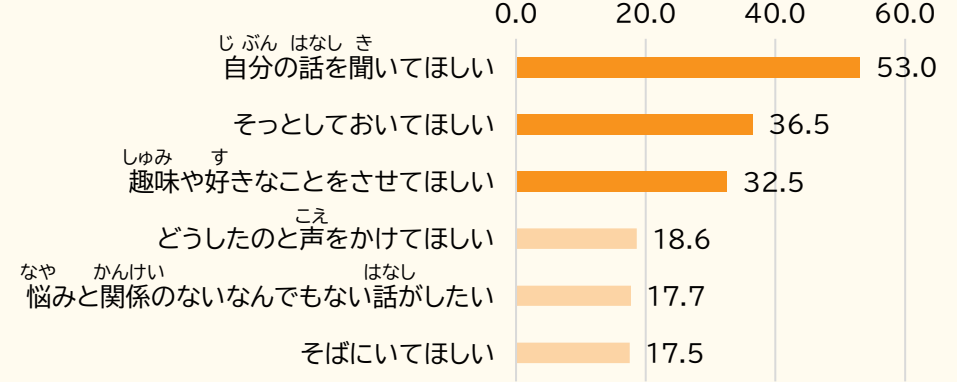
悩みやもやもやがあるときに周りのおとなにしてほしいこととして、どの年代も「自分の話を聞いてほしい」人が一番多く、次いで、小学生では「そばにいてほしい」、中学生以上では「そっとしておいてほしい」人が多くいました。

アンケートの結果 悩みやもやもやがあるときに、まわりのおとなにしてほしいこと(複数回答)

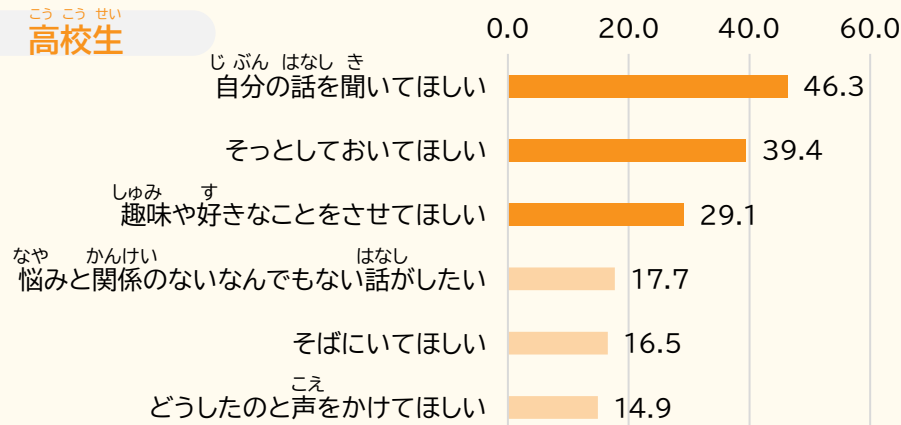
小学生 (10歳以上)



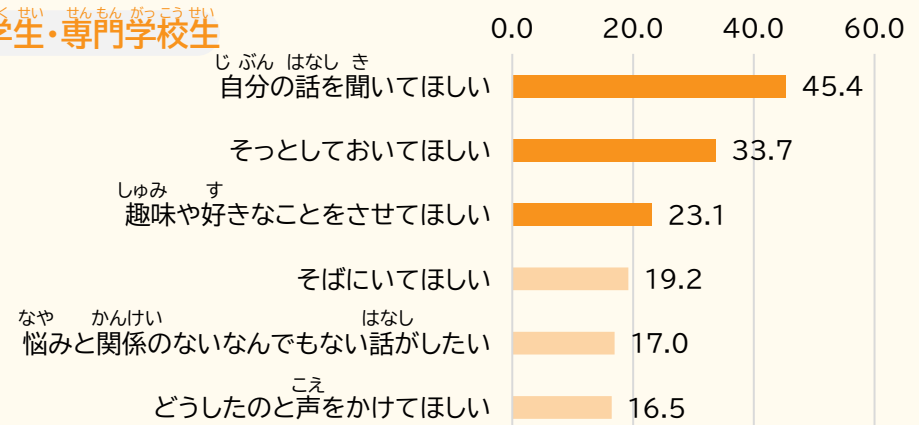
中学生



高校生



大学生・専門学校生



※複数回答であるため、例えば、そっとしておいてほしいときもあるし、話したいと思うときは自分の話をきいてほしいといった回答がある可能性がある。

なや 悩み・もやもやがあるとき、周りのおとなにどうしてほしい？

まわ ひと くら ぎ まわ こえ ひと じ ぶん はな ま
周りの人にどうしてほしいかを詳しく聞くと、「周りから声をかけてほしい」人と、「自分から話すのを待つ
てほしい」人がいることがわかりました。また、おとなから声をかけるときは、「元気なさそうだよ」「大丈
夫？」など、軽い声かけがうれしいという意見がありました。

い けん なや ヒアリングの意見 悩みやもやもやがあるときにおとなにしてほしいこと

まわ こえ
周りから声をかけてほしい

ふ つう はな たと きょう な まえ
普通に話してほしい。例えば「今日の(名前)はどうした
の」「(名前)今日元気ないけど大丈夫か」とか
言われたい。

「なにかあった？」ではなく「大丈夫？体調悪い？」
など、違和感があったら話しかけてほしいが、
すぐに悩みを聞き出そうとしてほしくない。

じ ぶん はな ま
自分から話すのを待ってほしい

「あのさ、こういうことがあったんだけど…」
というときを待ってほしい。今は言いたくないってときに、
「言いなよ、言いなよ」って言わないでほしい。

じ ぶん はな ま
自分から話すまで待ってほしい。
いつもと同じように接してほしい。よそよそしくされると
早く話さないといけない気がする。

いったん かんが じ かん
一旦考える時間がほしいから、
まずはそっとしてほしい。

はな ま む かんしん
自分から話すのを待ってほしいひとも、おとなに「無関心」でいてほしいわけじゃなく
て、「気づいているよ。」「いつでもあなたの味方だからね。」というサインを出しつつ、
自分を信じて見守ってほしいと思っているんだね。

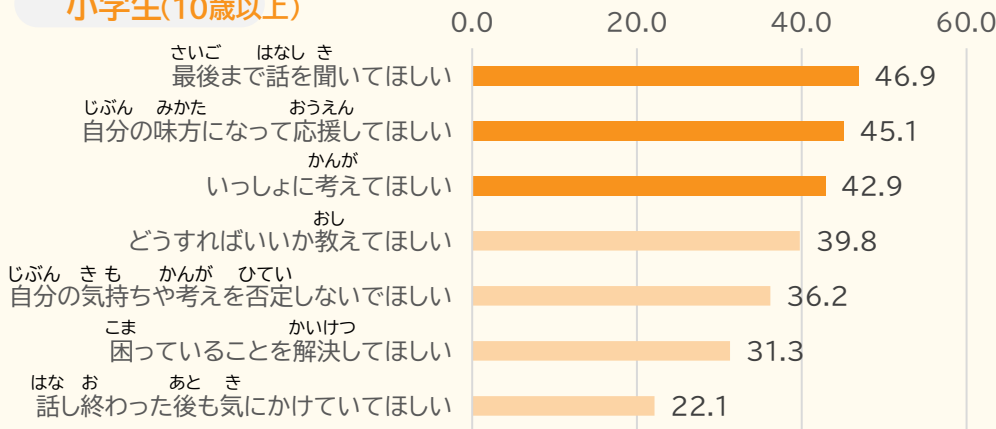


悩み・もやもやをおとなに伝えた時に、どうしてほしい？

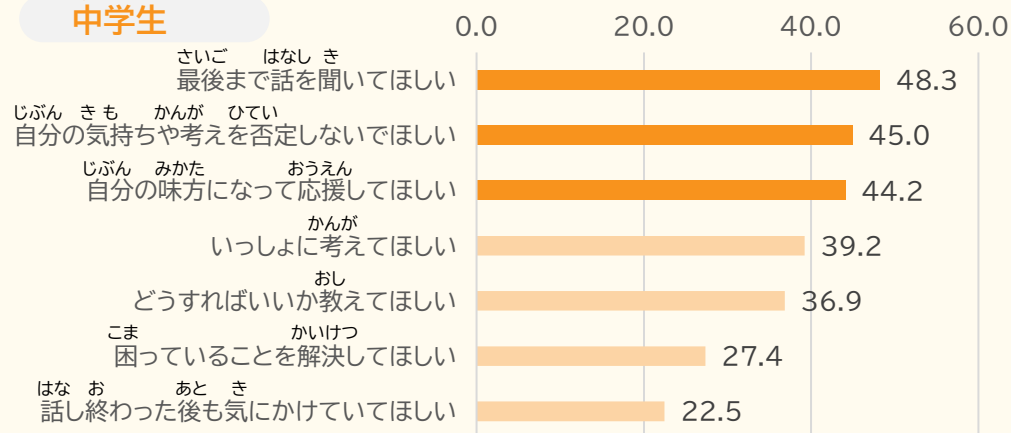
悩み・もやもやを伝えたときにおとなにどう接してほしいかについて、どの年齢でも一番多かった声は、「最後まで話を聞いてほしい」でした。また、小学生では、「自分の味方になって応援してほしい」という声が多く、中学生以上は「自分の気持ちや考えを否定しないでほしい」という声が多くありました。

アンケートの結果 Q. 悩みやもやもやした気持ちをおとなに話したとき、相手にどんな風に接してほしいですか。(複数回答)

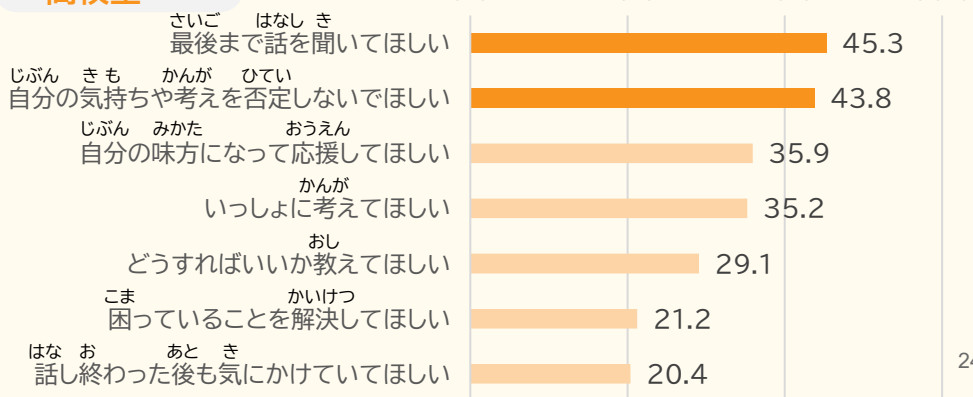
小学生(10歳以上)



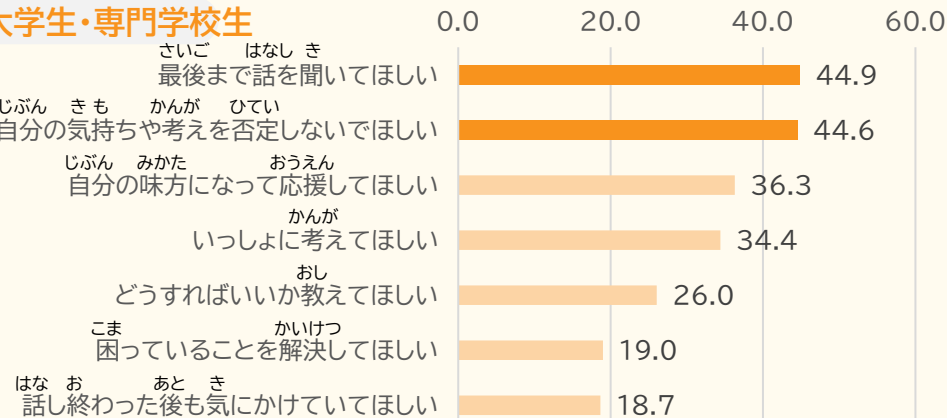
中学生



高校生



大学生・専門学校生

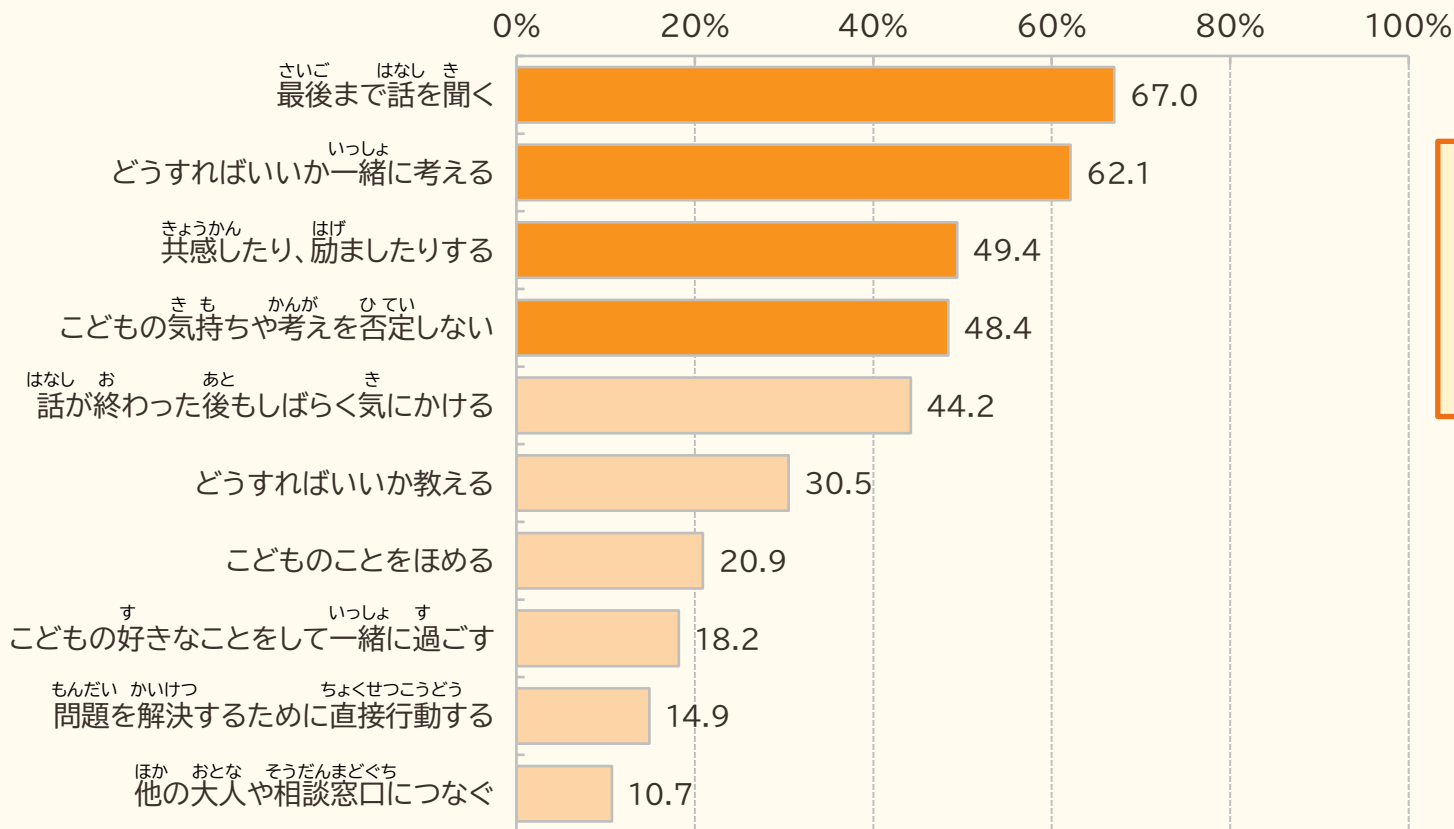


おとなはこどもの話を聞くととき、どのような対応をとったか

おとなは、こどもの話を聞くとときに、「最後まで話を聞く」、「一緒に考える」ようにしていることがわかりました。

おとなアンケートの結果

Q. こどもの話を聞くととき、どのような対応をとりましたか。(複数選択)



最後まで話を聞いてくれたり、考えたことや感じたことをしっかり受け止めてくれるおとながいると、安心感につながるね。



悩み・もやもやをおとなに伝えた時に、おとなにどうしてほしい？

おとながこどもの話を聞くと、手を止めて聞く、目を見る、うんうんとあいづちを打つなどの態度が、「ちゃんと聞いているよ」「味方になるよ」というメッセージになることがわかりました。

ヒアリングの意見

話しやすいおとなの人について、話しやすいと思った理由

悩みやもやもやについて、おとなに知ってほしいこと

相談をしたときは何かしていても手を止めて聞いてくれる。



聞いてくれる間は、自分の意見を言わないで、ただ聞いてくれた。
否定も肯定も何も評価せず聞いてくれた。

自分の気持ちをそのまま全部受け入れてくれた。
自分の意見に誘導したり、私の感情を決めてこないのが
いいなと思った。

ママは優しい話し方をするから話せる。

ちゃんと目を見たり、相槌いれたり、
あまり否定しないようにしてほしい。



仕事のLINEのやり取りをしながら
話を聞かれるのが嫌だ。

ちゃんと喋ってるのに、聞き流されてしまうとむかつく。家事しながら話してるとか。

母親は自分が話し出さず、(普段と)変わらない態度でずっと
しておいてくれる。

悩みを話すときの相手には興味のない顔をしないでほしい。

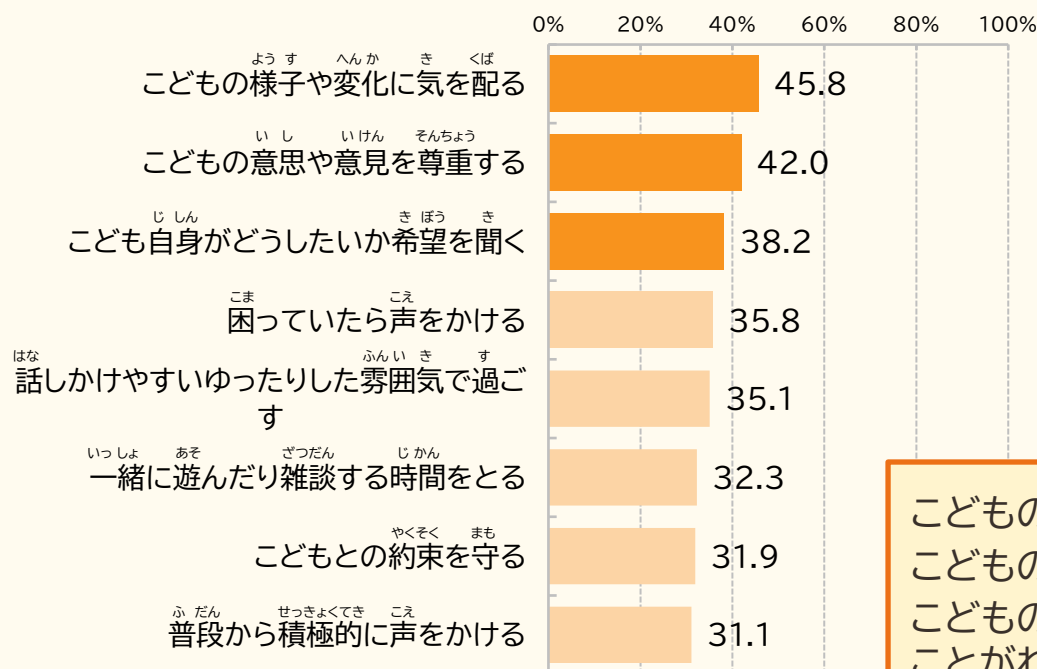
おとなが^{おも}思っていること

ふだんから、こどもにとって良い^よ接し方^{せつ かた}を心^{こころ}掛けているおとなや、一緒に^{いっしょ}考えたい^{かんが}と思^{おも}っているおとながいます。

おとな向けアンケートの結果

保護者や、仕事や地域の活動などでこどもと関わるおとなに聞きました

Q. 普段、こどもと接するときに、気を付けていることはありますか。
(複数回答) たんい 単位:%



こどもの相談に乗る活動をしている窓口や団体に聞きました

Q. こどもの相談対応を行うときに主に心がけていること

- こどもを評価したり否定したりせず、ありのままを受け止める
- こどもに合わせた視線・姿勢や表情・態度
- 秘密が守られることなどを伝えて、安心できる環境であることを伝える

こどもの様子を気を配っていたり、
こどもの意見や希望を尊重したりと、
こどもの力になりたい気持ちがあるおとながいることがわかったよ。

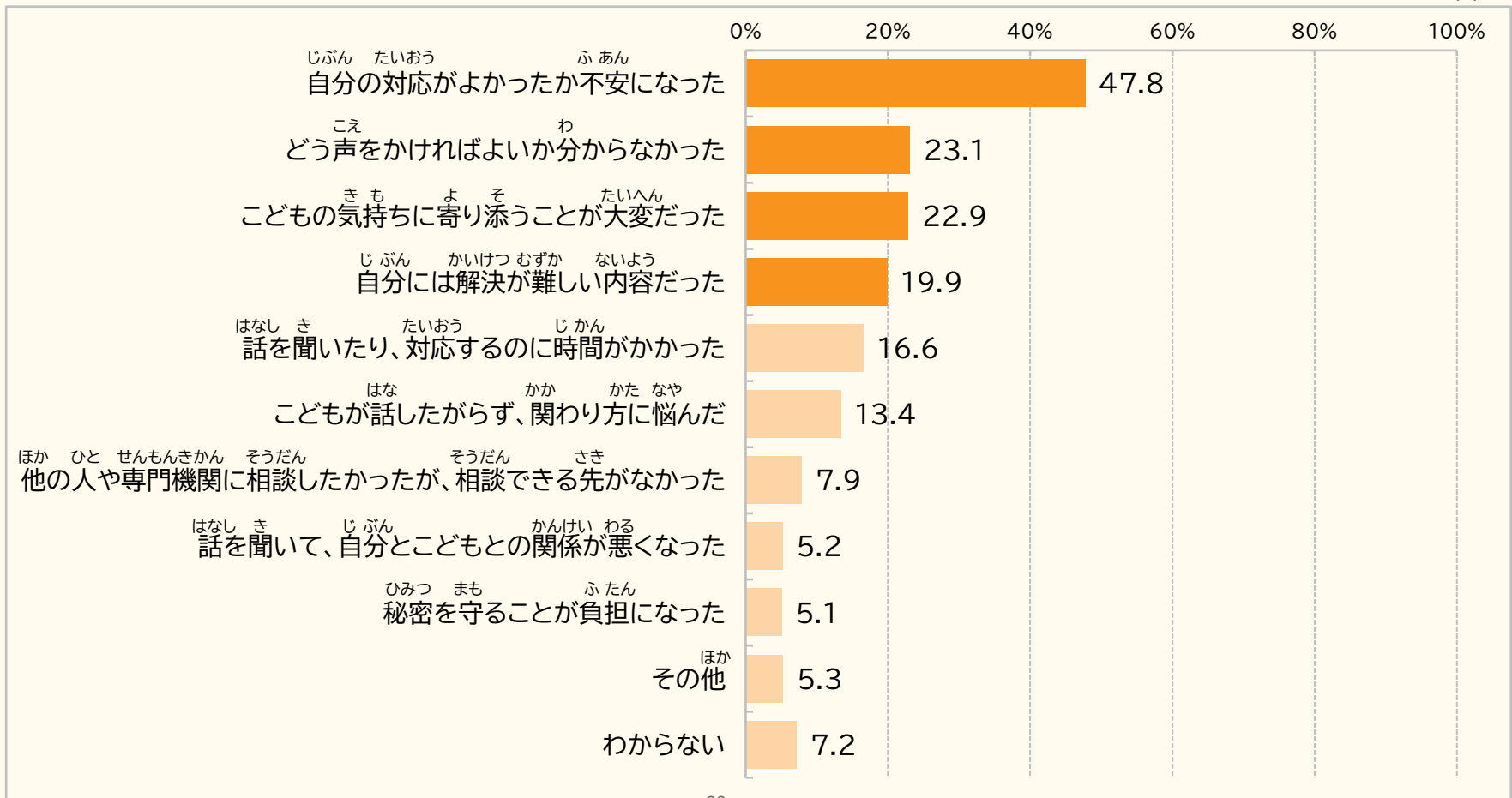


おとなが^{おも}思っていること

おとなは、こどもの^{なや}悩みを受け止めるときに、こどもにとって自分の^{じぶん}対応がよかったか^ふ不安になったり^あ悩む^{なや}ことがあることがわかりました。

おとな向けアンケートの結果

Q. こどもの^{なや}悩みを受け止めるときに、あなた自身が^{じぶん}困ったことや^{なや}悩んだことがありましたか。^{ふくすうかいどう}(複数回答)
^{たんい}単位: %



家や学校以外の場所にいるおとなについて

こどもを応援してくれたり、話を聞いてくれるおとなは家や学校以外の場所にもいて、力になってくれるかもしれません。関わるおとなが増えると、「話しやすいな」と感じる人に出会えるかもしれません。

ヒアリングの意見 家族や学校の先生以外のおとなで話しやすい人について

近所のおじいさん

おじいさんに話すのは、お母さんとお父さんより
長年生きていて経験が豊富だから。
歩くのも大変そうだけど、「元気をもらえる」って
感じのことを言ってくれるから話しやすい。

こども・若者団体を支援するおとなの人

直接的に「何か話聞こうか？」って言わない、ご飯食べようって言ってくれる。
雑談する、みたいなのところから、「最近どう？」って聞いてくれる。
必ずワンクッションがあるから、すごく話しやすいです。

こどもへの支援活動を行う団体の職員さん

居場所を利用するうちに、職員と話することが増えて、仲が深まったから
話しやすい。

こどもへの支援活動を行う団体の職員さん

学校にいる人は過去の自分の恥ずかしいことも知っているし、
他の人に言われたらどうしようと思って話せない。
でも、居場所のスタッフは、今の自分で会った人だから好きなこと
を話せる。今を大事にしているような感じがして居心地がいい。

こどもへの支援活動を行う団体の職員さん

はじめての人にはあまり自分のことを知られたり、暗いところを見せたくない。
でも、職員さんには、たわいもない話をしつつ、気づけば話すようになって
いる。

ヒアリング意見をもとに事務局にて一部編集

まわりの人と日ごろからつながっていると、困ったときに誰かに助けを求めやすかったり、
家や学校で話しにくい相談ができるかもしれないよ。
例えばおとなとこどもが雑談をしたり、一緒にご飯を食べたりして気軽にとおとなと過ごすことができる場所があるよ。

このような調査をしました

こどもへのアンケート

しつもん ないよう

質問の内容

- おとなに悩みやもやもやを話したことがあるか
- 悩みやもやもやを話せるかどうかに関わること
- 悩みを話す場所や話し方で大切なこと
- 話しても話さなくても、悩みがあるときに必要なこと など

ちょうさいしょう

調査対象

全国の、小学生以上のこども6歳～22歳
およそ1万人

じっし ほうほう

実施方法

モニターによるインターネット調査

※以下2つの方法で回答いただいた

① 6歳～22歳のこどもモニターに依頼

② 6歳～22歳のこどもを持つおとなのモニターに、お子様にご回答してもらうよう依頼(こども本人が回答)

※6歳～9歳と10歳～22歳で調査票を分けて調査した。

じっし じ き
実施時期

2025年9月

こどもへのヒアリング

しつもん ないよう

質問の内容

- 悩みやもやもやがあるときのこと
- 悩みやもやもやをおとななどに話したことがあるか
- 悩みやもやもやがあるときに、周りにしてほしいこと
- 悩みやもやもやを軽くするためにおとなに知ってほしいこと

ちょうさいしょう

調査対象

全国の、小学生以上のこども6歳～22歳
およそ120人

じっし ほうほう

実施方法

様々なこどものいる場所やこどもを支援する団体での対面・オンラインでのヒアリング

じっし じ き

実施時期

2025年10月～2026年2月

おとなへのアンケート

しつもん ないよう

質問の内容

- こどもの悩みやもやもやを受け止めたことがあるか
- こどもの悩みやもやもやを受け止めるときにした対応や悩んだこと
- おとな自身の助け合いに関する環境 など

ちょうさいしょう

調査対象

全国の23歳以上のおとな
およそ1万人

じっし ほうほう

実施方法

インターネット調査

※年齢に該当するモニターに対してアンケートを配布し、本人から回答を回収した。

じっし じ き
実施時期

2025年9月

おわりに

こどものみなさん、

悩み^{なや}やもやもやについて、一緒^{いっしょ}に考え^{かんが}てくださって本当^{ほんとう}にありがとうございました。

みなさん^{みな}の意見^{いけん}を聞いて、たくさん^き気づいたこと、学んだ^{まな}ことがありました。

みなさん^{みな}の意見^{いけん}を、今後^{こんご}の政策^{せいさく}の検討^{けんとう}に活か^いしていきます。

まわ^{まわ}り^{そうだん}に相談^{ひと}できる人^{はな}や、話し^{ひと}やすい人^{はな}がいないときには、こどもが相談^{そうだん}できる場所^{ばしょ}(相談^{そうだん}窓口^{まどぐち})を使う

こともできるよ。電話^{でんわ}、対面^{たいめん}、メール^{ライン}、LINE^{ライン}などいろいろな方法^{ほうほう}で相談^{そうだん}ができるよ。

悩み^{なや}やもやもやがあるとき、「誰^{だれ}かに話^{はなし}を聞いてもらいたい」と思う^{おも}ことはとても自然^{しぜん}な感情^{かんじょう}だよ。

必要^{ひつよう}なときは、ぜひ^{そうだん}相談^{ばしょ}できる場所^{かつよう}も活用^{かつよう}してみてね。

