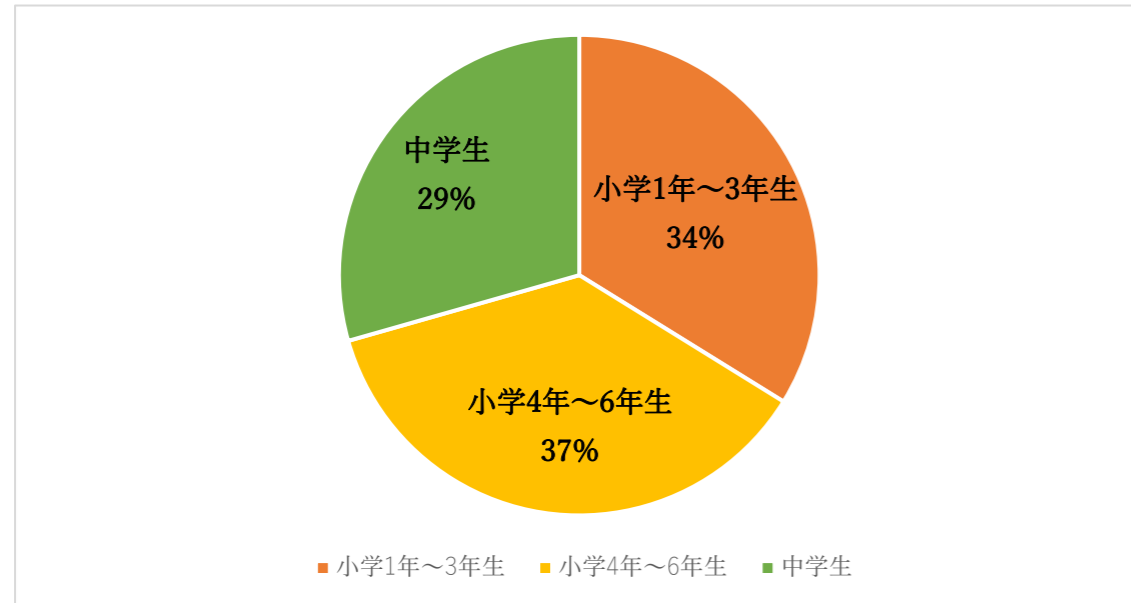


# 『子どもの荷物の重さについて』アンケート報告書

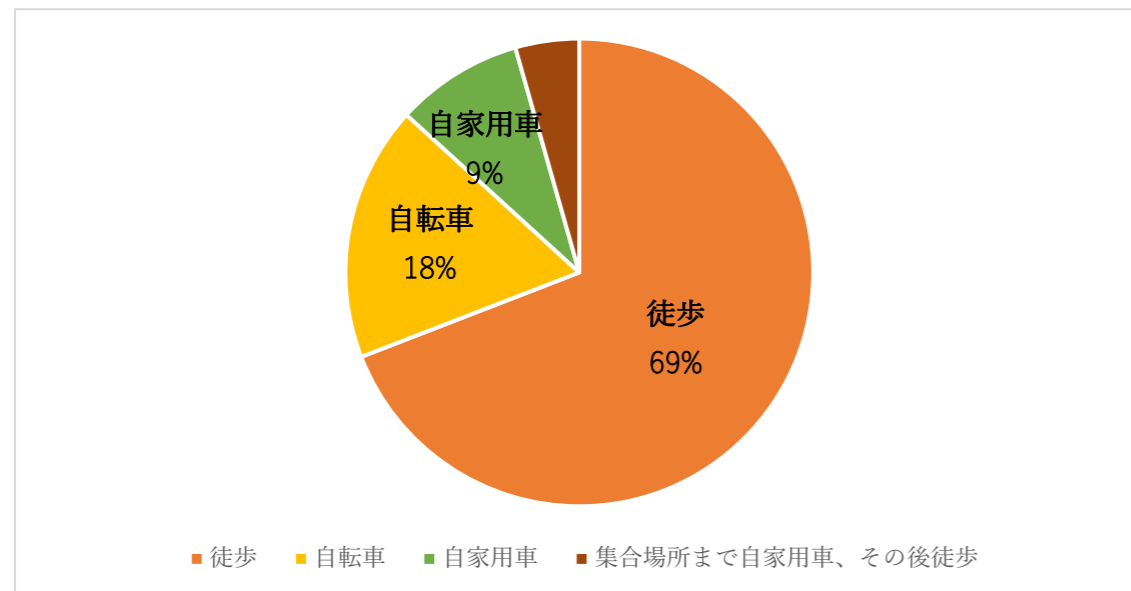
## 子どもの通学荷物の重さについてアンケート結果報告

令和3年5月23日～6月4日まで、三次市内の小中学校に通うお子さんがいらっしゃる保護者の方を対象に、SNS(Facebook、LINE)を活用してアンケートを実施。アンケートは Google フォームで作成しました。(別紙参照)

### ①お子さんの学年について(回答数 68 件)

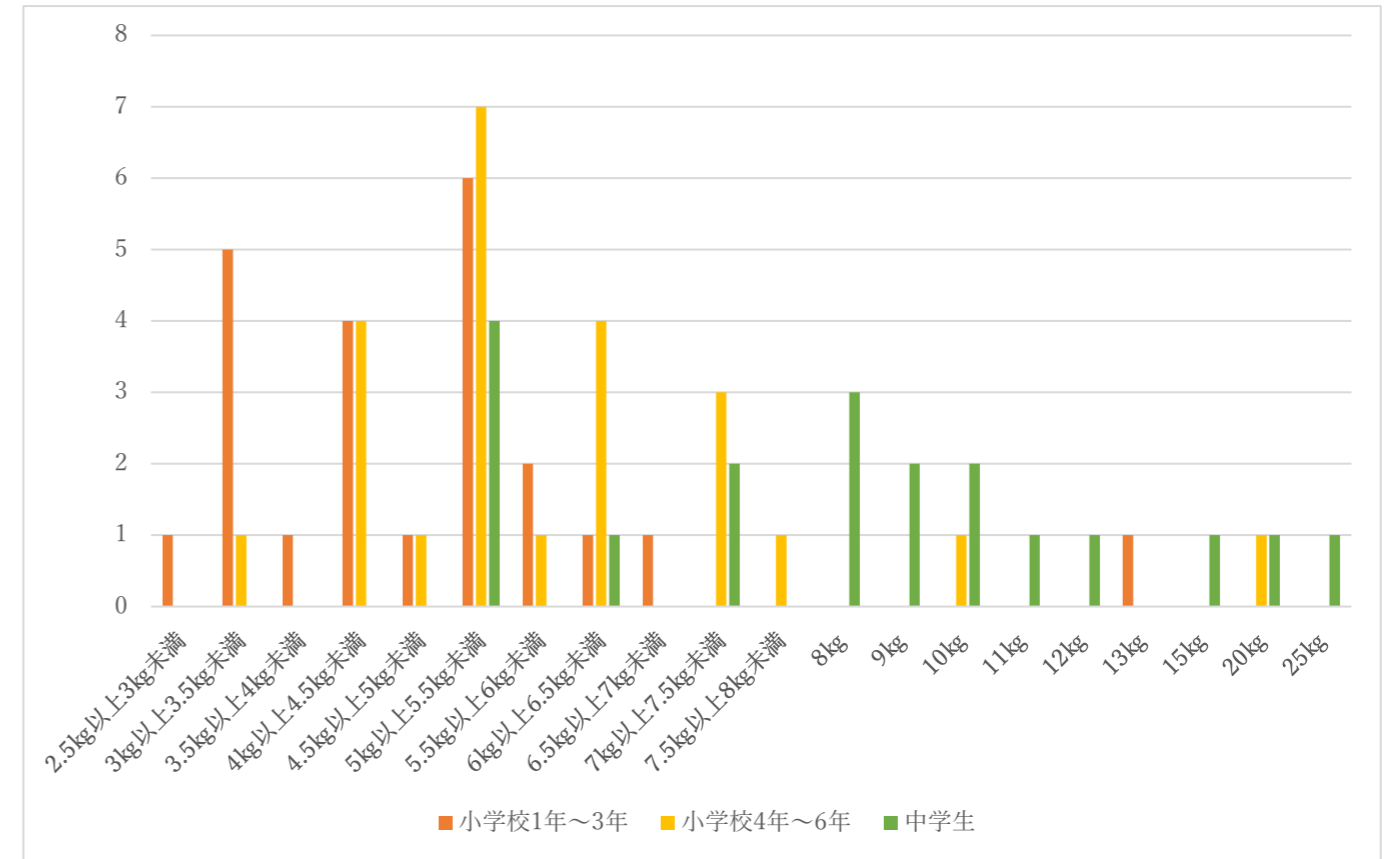


### ②主な通学方法について

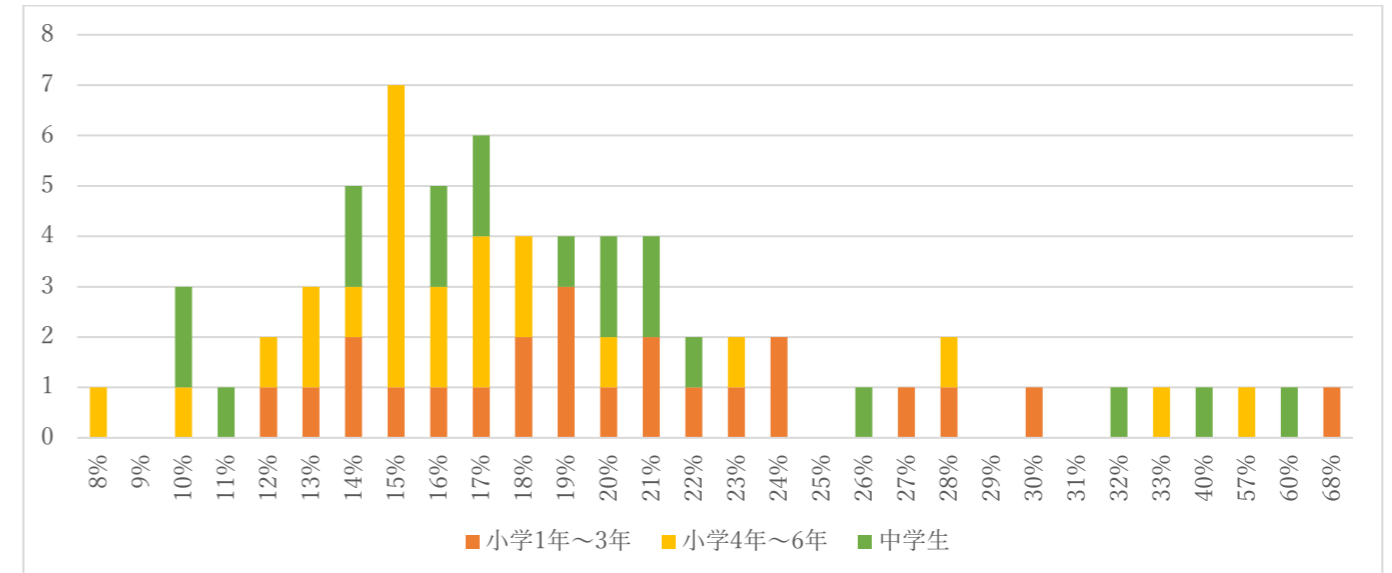


※荷物が重いため、自家用車で送迎をしている人もいます。

### ③日常の荷物の重さ(ランドセルを含む)



### ④体重と荷物との割合



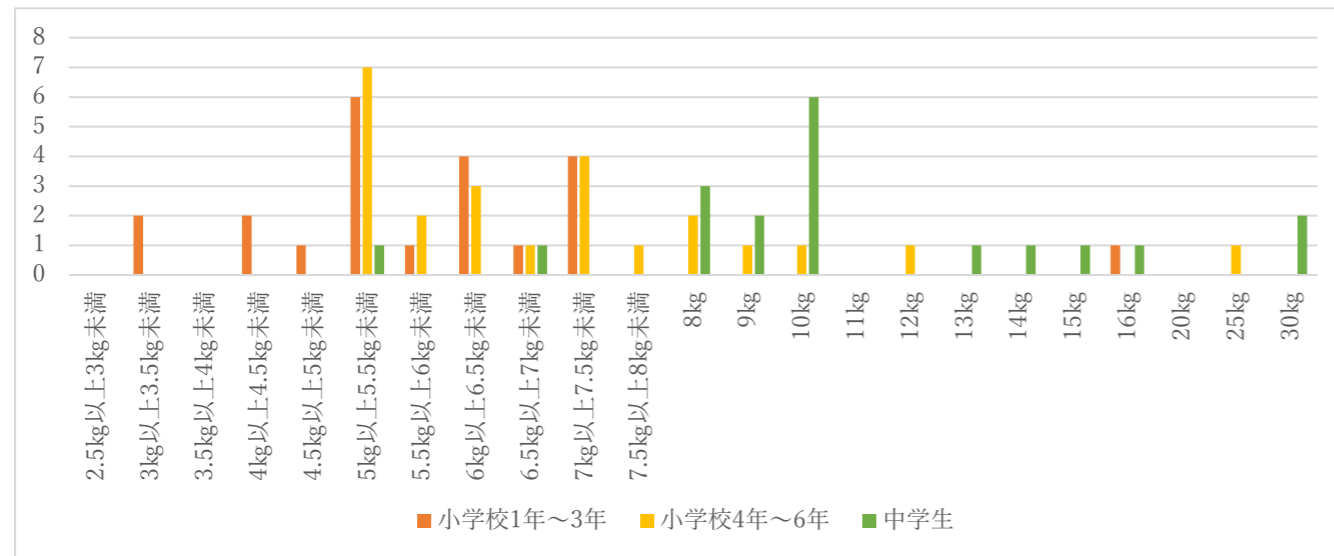
※全体では、体重の14%～21%くらいの荷物を毎日持って通学する子どもが多いことがわかります。中には、入学したばかりの小学一年生、体重20kgのお子さんが、体重の30%にあたる6kgの荷物を、また中学二年生、体重42kgのお子さんが、体重の60%にあたる荷物25kgをもって日常的に通学していることがわかりました。

⑤通学荷物についてどう感じているか？

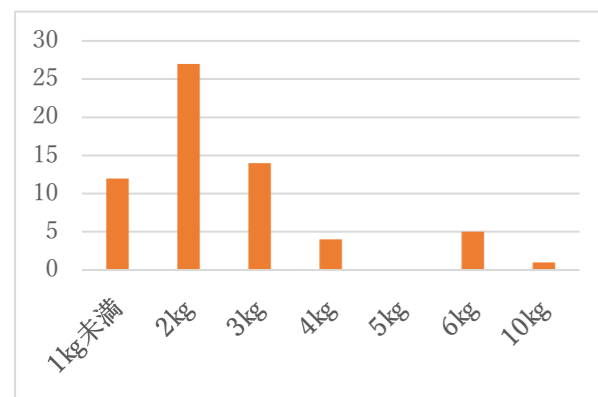


※小学生については、約 6 割、中学生については 8 割の子どもたちが荷物が重く感じていることがわかります。さらに、まあまあ重いを入れると、小学生で約 8 割、中学生については回答者全員が重く感じていることになります。

⑥荷物が重い日のランドセル(荷物)の重さ

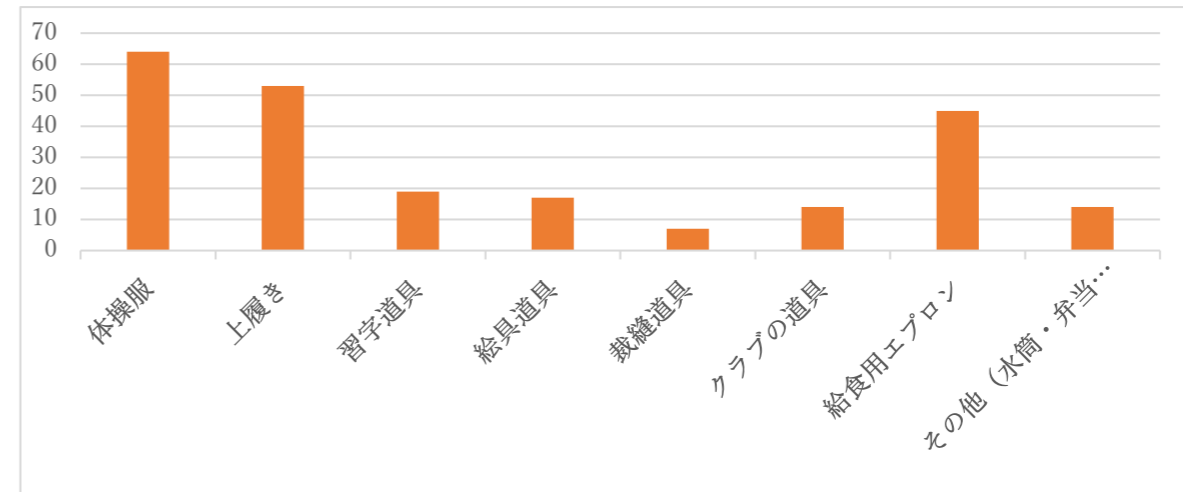


⑦日常と荷物が重い日の差

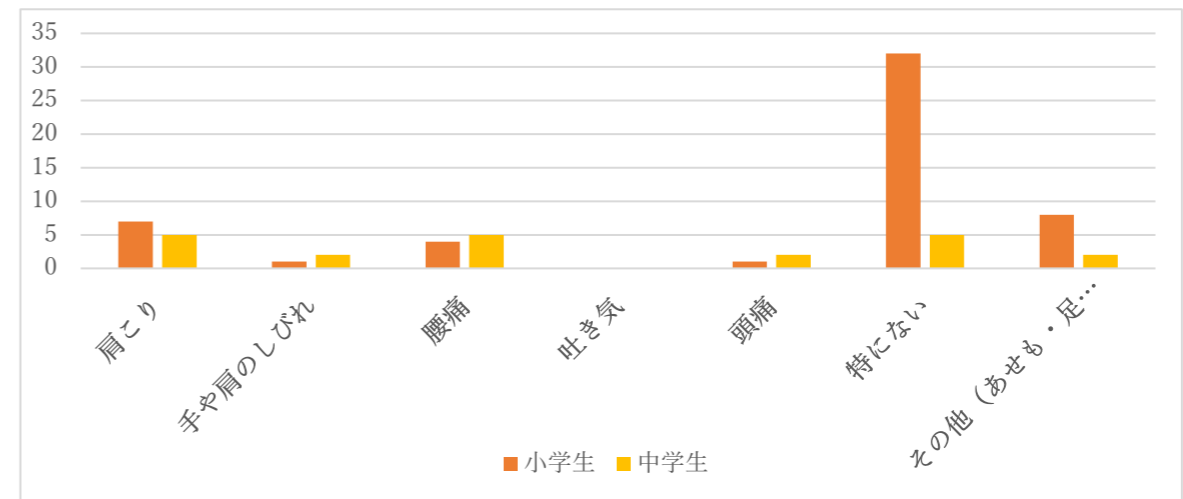


※特に荷物が重い日について調べたところ、体操服や上履き、エプロンなどが加わる月曜日と金曜日には、通常に比べて2～3キロ増加していることもわかりました。  
国立病院機構熊本医療センターの整形外科の医師によると、適正な荷物の重さは体重の10～15%程度と言われ、子どもでも継続的に負担がかかることで腰痛などを発症する可能性があることを指摘しています。

⑧荷物が重い日の内訳

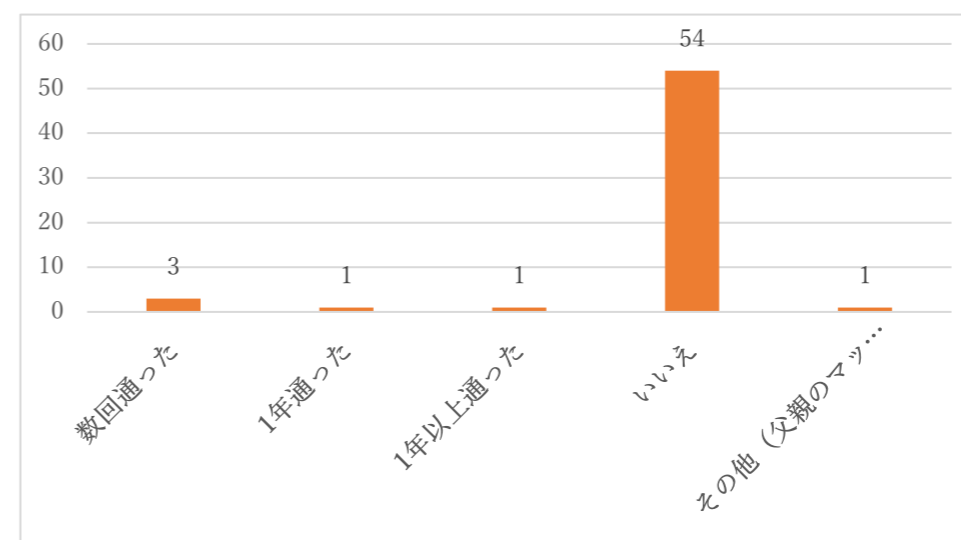


⑨荷物が重くて体調が悪くなったことがある



※肩こりや腰痛、夏に背中にあせもが出る子どもがいました。病院やマッサージに通院する子どもも見受けられました。

⑩体調が悪くなり病院や鍼灸・マッサージなどに通った



⑪荷物を軽くするアイデアについて

- ・ランドセルではなく、布のリュックで、宿題に使うもの以外は学校に置いておく
- ・教科書を学校に置いておく
- ・必要に応じて保護者が取りに行く。必要ないものは持ち帰らない。
- ・ランドセルそのものが重いのでカバンの選択肢があればいいです。また教科書をコピーしたものをランドセルに入れて宿題に使い、教科書は学校に置いたままにするなら軽くなります。
- ・宿題にない教科や、週何回かしかない教科は教科書ノートを学校へ置かせて欲しい
- ・宿題の為の教科書ノート(算数、国語)を毎日にせずに、交互に出すようにしてほしい
- ・自宅で必要のない教科書を学校に置いておく
- ・ランドセル自体の軽量化
- ・シューズは毎週ではなく2週間に一度持ち帰り、給食エプロンは学校で洗う
- ・教科書のタブレット化・電子化、学校への置き教科書
- ・置いて帰っても大丈夫なものを分ける
- ・家庭学習に必要なものは学校に置いておくことができればいい。
- ・全教科ではなくてもいいが、家庭用と学校用に二部発行する。
- ・前期後期に教科書を分ける。
- ・ノートをルーズリーフ方式にする
- ・今後タブレット導入となるなら、教科書ページをスキャンして宿題の範囲ページを学校が都度データ送信し、教科書を置いて帰っても子どもが家庭でみられるようにするなど、何かタブレットで工夫できないか？
- ・家庭学習で必要ない教科書や参考書は学校の個人ロッカーに置いて帰る。

## ⑫その他の意見

- ・荷物が重いので姿勢が悪くなるのが気になります。
- ・1、2年生の場合は教科書を学校に置いて登校下校してもいいと思います。
- ・ランドセルだけでなく、副かばんなどがあればいいと思う
- ・中高生の子どもたちの荷物も深刻です
- ・雨の日は大変なようです。
- ・重い荷物を背負うため、姿勢が悪くなってる子をよく見かけます。骨の成長等に関わってくるのではな  
いかと心配です。
- ・足腰(手肩)を鍛えるトレーニングだと思ってます。
- ・水筒がかなり重い。4教科以外は全て学校においてほしい
- ・荷物が重い、重い親になれば心配に思うけど、ランドセルも軽量化されてるし、教科が多くなったわけ  
ではないので、昔とかわらないのかなあと。自分が子供の頃もこんな感じだったとは思いますが、あまり  
気になったことはなかったです。
- ・タブレット1つになれば軽量化されるけど、目への影響や心配はあります。
- ・教科書の企画が大きくなったため、ランドセルも大きくなった。教科書以外のドリルが多い。通学距離  
が長いので、配慮が必要。
- ・体重に対しての荷物の重さが重たくならないようにと学校にも伝えているが。

- ・中学生の時は尋常じゃない重さです
- ・荷物の重さなど仕方ないと思います。そこにこだわるのですか？もっとこだわる所があるのでは？
- ・荷物の多い日は約9kgのものを持って2km以上の道のりを歩かないといけなくて学校へ行くだけでも  
子どもは疲れます。雨や雪の日はさらに大変です。少しでも荷物の負担が少なくなればいいなと思いま  
す。
- ・大人でもしんどい重さを、身体の小さな子供が背負って通っているなど、小学校の頃から思っていまし  
た。どうぞ改善を宜しくお願い致します。
- ・自転車通学の場合、重い荷物だと、転倒や危険を避けにくいなど、安全面でも心配あります。
- ・昔に比べたら教科書等が増えたように思うが、タブレットの導入に伴い、必要ない教科書や参考書の  
見直しをおこないペーパーレスの方向を検討したら良いと思う。
- ・試験前などはしかたないけど毎日ほんとは必要な教科書だけ持ち帰るようにできればいいなと思う
- ・部活の道具もまだ1年生は部室が使えないのか毎日持ち帰る
- ・雨の日は歩いて行けない距離ではないが荷物が大変そうでつい送り迎えをすることになる
- ・我が家の子は体格が大きめで体力もある方ですが、体格の差で負担は大きく変わると思います。全て  
の生徒に平等とはいいますが、荷物に関しては個々への配慮や相談も各学校等で考えていかれたら  
いいと思います。
- ・すごく重たいので自転車もふらついてこけそうになります。重いのにトラックなどの風で余計ふらつきま  
す。
- ・娘の通学距離は5分もかからずさほど負担はありませんが、玄関で靴を履こうとして靴の重さで転倒  
することがしばしばあります。長距離徒歩の子や、自転車通学の子はさらに身体の負担や危険が伴う  
のではないかと感じています。今の時代は昔と異なり各科目に対して教科書やワークの数や、本の厚  
みが違うような気がします。宿題等もあり持ち帰らなければならない教科もあるので工夫が必要ですが、  
、、教科書が一年分ではなく上、下巻に分かれていれば重さの負担も軽減化できるのではと思いま  
すがこうなると市だけの解決策にはなりませんね、、今後タブレット導入で更に荷物の重量がふえる  
ので、軽減化は必須です
- ・勉強を頑張れば頑張るほど、カバンが重すぎてびっくりする。少し移動させようと手をかけたら想像以  
上で、母自身、後ろにでんぐり返りした経験がある。どうにかしてやって欲しいと長年思っています。
- ・荷物は重いし、塩町の坂は自転車通の子の怪我也多いので今は送迎してます
- ・私も持ってみました、本当に重すぎる。
- ・肩が痛くてしんどいです。
- ・あんなに持って行って本当に使っているのか謎です。
- ・なんとかしてあげてほしいです。
- ・我が家の中学生は自転車や車で登下校するので、直接背負ったり持ったりするのは少しの間で身体  
に直接負担は少ないですが、学校近くの徒歩通学の子のことを思えば考えものです。自転車に荷物を  
くくつての通学も、親としては荷物の重さで転倒やふらつき等心配しましたが、中3の今、子どもに聞くと、  
慣れているから転倒することはないといえます。親が思って心配するよりも体力が付き、体幹が鍛えら  
れているといういい部分もあるのかなとも思いました。