



アソビのウェルビーイングへのインパクト

アソビとウェルビーイングに関する分析調査
～抜粋版～

株式会社タカラトミー
株式会社aiESG

【2026年2月】

目次

1. 本レポートについて	2
2. 調査の背景と概要	3,4
3. 調査の結果	
3-1. アソビはウェルビーイングに貢献するか	5,6,7
3-2. アソビは日々の楽しさ・満足に貢献するか	8,9
3-3. アソビは人とのつながりを増やすことに貢献するか	10
3-4. アソビは人生を豊かにする能力に貢献するか	11,12
4. おわりに	13
5. 調査手法	14





1.本レポートについて

本レポートは、アソビがウェルビーイングにどのような影響を及ぼすのかを広く理解するために株式会社aiESGと共同で実施した「アソビとウェルビーイングに関する分析調査」の結果を抜粋して編集したものになります。分析調査からわかった内容で、特にタカラトミーグループとして皆さまと共有したい内容を中心に抜粋したうえで、専門的な要素をわかりやすく再編集したものになります。より詳細に調査結果を確認したい場合は、「アソビとウェルビーイングに関する分析報告書」を併せてご覧ください。（本レポートを編集するにあたり用語などの言い換えを行っている点にご留意ください）

2.調査の背景と概要



タカラトミーグループは、
2024年の100周年を機に見直したサステナビリティビジョンとして
「アソビへ懸ける品質は、持続可能なウェルビーイング向上にグローバルで貢献できる。」
を掲げています。
これは、アソビを通じて人々を幸せにしたいという当社グループの思いから来たものです。

当社グループはこのビジョンをどのように実現するのかを考えるのにあたり、
アソビとウェルビーイングの関係性について理解する必要があると考えています。
そのために本調査を実施しました。

まず、アソビとウェルビーイングの関係性の全体像を理解することを目的に、
アソビに関連する文脈の中で幅広いテーマでアンケートを実施しました。
その結果をもとに、ウェルビーイングにつながる要素は何か、
その要素に貢献するアソビやほかの要因は何か、
その要因間の関係性はどのようなものかについて分析した結果が本レポートになります。

2.調査の背景と概要

今回は、以下の流れで
「アソビはどのようにウェルビーイングに貢献するのか」を調査しました。

●調査の流れ

STEP 1

アンケートの実施

16,000名に対して、幼少期の遊び方、幼少期の遊んでいるときの状態、現在の状態についてアンケートを実施。視点の違いを確かめるため、本人による回答、親による回答の2グループと、親自身への影響を確かめるため、親についての回答の計3グループに分けて実施。

STEP 2

要素の抽出

アンケート結果からわかるウェルビーイングにつながる要素についてVSS*の手法で分析し、3つの要素を特定

STEP 3

アソビの貢献分析

STEP2で抽出したウェルビーイングに貢献する3つの要素に、子どもの遊び方・生活スタイル・能力・感情の12の要因がどの程度貢献するのかを四分位回帰分析*の手法で分析

STEP 4

要因の関係分析

遊び方の間接的な貢献も確認するため、STEP3で分析した12の要因同士がどのように関係しているのかをDirectLiNGAM*の手法で分析

※各分析手法については巻末および詳細版の「アソビとウェルビーイングに関する分析報告書」をご確認ください

3.調査の結果

3-1.アソビはウェルビーイングに貢献するか

今回の調査でわかったこととしては、次の3つの要素がウェルビーイングに貢献するという点です。

●ウェルビーイングに貢献する3つの要素

貢献する要素	具体的な関係
主観的な幸福度 (Well1)	全体的な心理的幸福感と人生の満足度に関係
家族への愛着 (Well2)	家族との絆によって支えられ、充実感を得ることに関係
遊びへの没頭・熱意 (Well3)	内なる喜びと充実感をもたらす活動に没頭し、遊ぶことへの内発的動機に関係



3.調査の結果

3-1.アソビはウェルビーイングに貢献するか

また本調査では、「子どもの遊び方スタイル」と、アソビ以外の要因である「子どもの生活スタイル」「子どもの能力」「子どもの感情」の計4側面に対して設定した12の項目が、「ウェルビーイングに貢献する3つの要素」に対してどのように貢献するのかを分析しました。

●「ウェルビーイングに貢献する3つの要素」への影響を調査した項目

側面	要因		意味合い	詳細(主な設問)
子どもの遊び方スタイル	1	手作業遊び (play1)	手先などを使った細かい遊びをする	・パズルや迷路・積み木など、論理等を考える遊びをする ・粘土やブロックを使ったり、絵をかいたり、歌ったりする、創作遊びをする
	2	体を動かす遊び (play2)	身体活動全般をする	・走ったり跳んだりする遊びをする ・ボールを使った遊びをする
	3	デジタル遊び (play3)	動画視聴、ゲームや遊びをする	・テレビゲームや動画を見る ・SNSなどで動画を投稿する
	4	3歳未満の遊び (play_un3)	3歳未満の時のスタイル	・手作業遊び・体を動かす遊びと同じだが3歳未満までの遊びスタイル
子どもの生活スタイル	5	保護者との時間 (life1)	子どもが親/保護者と共有する時間	・1日当たりの親または保護者と遊ぶ時間 ・1日当たりの親または保護者と一緒に過ごす時間
	6	おもちゃの付与 (life2)	子どものおもちゃの数	・1か月あたり、おもちゃにける金額 ・普段、遊ぶことができるおもちゃの数

側面	要因		意味合い	詳細(主な設問)
子どもの能力	7	社会的・身体的能力 (cog1)	体を動かしながら友達と遊ぶ	・遊んでいるとき、動きはスムーズでバランスがとれている ・遊んでいるときにほかの人が近づいていることを受け入れる
	8	発散的思考 (cog2)	創造的で新しいことを考える思考をする	・自分で新しい遊びを考え出すことがある ・遊びの中で一般的ではないものを使うことがある(例:おもちゃ以外の日用品)
	9	協調性 (cog3)	協力的な行動ができる	・自分からほかの子どもに遊びを呼びかける ・ほかの子どもたちと協力して遊ぶことができる
子どもの感情	10	ユーモアの心 (emo1)	遊びの中でユーモアを表現する	・ほかの人と冗談を言って楽しむことがある ・面白い話をすることがある
	11	感情の移入 (emo2)	遊びに熱中する	・遊びの中で生き生きとした様子を見せる ・遊んでいるときに熱中している様子(意欲・興奮)を示す
	12	感情の発散 (emo3)	遊びの中で感情を表現する	・よく不機嫌になったり、落ち込んだり、泣き出したりする ・ほかの子どもとよくケンカをしたり、いじめたりする

3.調査の結果

3-1.アソビはウェルビーイングに貢献するか

12項目の「ウェルビーイングに貢献する3つの要素」への影響を分析した結果、以下のことが見えてきました。

<アソビによるウェルビーイングへの効果>

手作業遊びは、主観的な幸福度には効果があることがわかります。また、家族への愛着・遊びへの没頭・熱意に関しては、対象者のウェルビーイングの度合いによって異なる結果となりましたが、一定の効果があることがわかります。

一方、体を動かす遊びやデジタル遊びの効果は、ウェルビーイングの要素によってはマイナスの影響が出ました。

<アソビ以外の要因によるウェルビーイングへの効果>

アソビ以外の要因では、「社会的・身体的能力」と「ユーモアの心」「感情の移入」については、ウェルビーイングに広くプラスの影響を与えることがわかりました。また、子どもの能力グループの要因（「社会的・身体的能力」も含め、「発散的思考」「協調性」）は、主観的な幸福度にはプラスの効果があることがわかりました。

●本人が回答したグループの分析結果

要因(変数)		主観的な幸福度					家族への愛着					遊びへの没頭・熱意				
		対象者のウェルビーイング度合い※					対象者のウェルビーイング度合い※					対象者のウェルビーイング度合い※				
		低	やや低	中	やや高	高	低	やや低	中	やや高	高	低	やや低	中	やや高	高
子どもの遊び方スタイル	手作業遊び	↑	↑	↑	↑	↑		↑	↑					↑	↑	↑
	体を動かす遊び	↓	↓	↓				↓							↑	↑
	デジタル遊び	↑	↑	↑	↑	↑	↑		↓	↓	↓				↓	↓
	3歳未満の遊び									↑						
子どもの生活スタイル	保護者との時間							↑		↑		↑	↑	↑		↑
	おもちゃの付与											↑	↑	↑	↑	
子どもの能力	社会的・身体的能力	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑		↑	↑	↑	↑
	発散的思考	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑		↓	↓	↑	↑	↑		
	協調性	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↓	↓	↓		↓	↓	↓	↓
子どもの感情	ユーモアの心			↑	↑	↑		↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑
	感情の移入			↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑
	感情の発散		↑	↑					↓	↓	↓	↑	↑	↑	↑	



※本調査では、四分位回帰分析をつかい、対象者が回答した現状のウェルビーイングの度合いの違いによって影響が異なるかを調査しています。そのため、表内に「対象者のウェルビーイング度合い」を分けて記載しています

※表内は有意な影響のあったものに関してのみ矢印を記入しています

↑は分析の結果、ウェルビーイングの要素に有意なプラスの影響があったもの ↓は分析の結果、ウェルビーイングの要素に有意なマイナスの影響があったもの

3.調査の結果

3-2.アソビは日々の楽しさ・満足に貢献するか

ここからは、特に注目したい点を掘り下げて見ていきます。

まずは、アソビ(3つの遊び方の違い)は、どのような貢献をウェルビーイングにもたらすかについてです。

今回特定したウェルビーイング3つの要素に対して、遊ぶこと自体に一定の効果があることがわかりました。特に「主観的な幸福度」や、喜びや充実感と関係する「遊びへの没頭・熱意」に関しては、手作業遊び、体を動かす遊び、デジタル遊びのどれでも一定の効果があることがわかりました。

手作業遊び(パズル、積み木、ブロック、創作する遊び、など)に関しては親から見た場合でも本人から見た場合でも一様にプラスの影響が確認されました。

体を動かす遊び(走ったり跳んだりする遊び、ボールなどを使ったスポーツ、など)は、一定の影響があるものの本人の視点と親の視点で結果が異なりました。本人が感じる影響は、どちらかというマイナスの影響が目立ったものの、親から見た影響では主観的な幸福度や遊びへの没頭・熱意にプラスの影響があることがわかりました。

デジタル遊び(テレビゲーム、動画視聴、など)は、「主観的な幸福度」については本人から見た場合、プラスの影響があったものの、親から見た場合では、ほぼ影響がないという結果になりました。

一方で、**3歳未満の遊び**がウェルビーイングに影響を及ぼすかどうかについては十分にわかりませんでした。



3.調査の結果

3-2.アソビは日々の楽しさ・満足に貢献するか

また今回の調査では、子どもの遊び方の親への影響についても分析をしました。子どもの体を動かす遊び、デジタル遊びは、間接的に親のウェルビーイングにプラスの影響を持つことがわかりました。これは、外で子どもが活発に活動することを通じて、社会的つながりが増え、それが親の前向きな気持ちの変化にもつながる可能性が考えられます。デジタル遊びは、逆に子どもが一人で遊ぶことで親に自由な時間ができることなどが可能性として考えられます。

●主観的な幸福度への影響

要因 (変数)	影響	主観的な幸福度				
		対象者のウェルビーイング度合い				
		低	やや低	中	やや高	高
手作業遊び	親から見た影響	↑0.10	↑0.07	↑0.08	↑0.07	↑0.06
	本人から見た影響	↑0.09	↑0.09	↑0.05	↑0.05	↑0.06
	親への影響					
体を動かす遊び	親から見た影響		↑0.04	↑0.04	↑0.05	
	本人から見た影響	-0.09	-0.05	-0.05		
	親への影響			↑0.03	↑0.04	↑0.05
デジタル遊び	親から見た影響					
	本人から見た影響	↑0.18	↑0.14	↑0.08	↑0.04	↑0.04
	親への影響	↑0.15	↑0.11	↑0.08	↑0.07	↑0.07

●遊びへの没頭・熱意への影響

要因 (変数)	影響	遊びへの没頭・熱意				
		対象者のウェルビーイング度合い				
		低	やや低	中	やや高	高
手作業遊び	親から見た影響					
	本人から見た影響			↑0.04	↑0.09	↑0.06
	親への影響	↑0.08				
体を動かす遊び	親から見た影響	↑0.07	↑0.07	↑0.08	↑0.12	↑0.15
	本人から見た影響				↑0.05	↑0.06
	親への影響	↑0.09	↑0.05	↑0.04	↑0.06	
デジタル遊び	親から見た影響					
	本人から見た影響				-0.06	-0.09
	親への影響					

※表内の数値は四分位回帰分析の結果、説明変数が平均から1標準偏差増加したときに、ウェルビーイングの要素がどの程度(標準偏差単位で)変化するかを示しています。なお、表には5%水準で統計的に有意であった係数のみを掲載しています

Topics:子どものウェルビーイングと親のウェルビーイング

今回の調査では子どもの遊び方などが、親のウェルビーイングへ影響を与えることもわかってきました。
例えば、体を動かす遊びは、親のウェルビーイングにプラスに影響を与えています。子どもが外で活発に活動する→より多くの社会的つながりを築く→その前向きな変化が親の気持ちにもプラスに働くという、間接的に親のウェルビーイングを高める(=スピルオーバー効果)可能性があることがわかります。
タカラトミーグループは、子どもだけでなく「アソビ心をもつ全ての人々」のウェルビーイングに貢献することを目指しているため、こうしたアソビの波及効果も踏まえて事業を推進していきたいと考えています。



3.調査の結果

3-3.アソビは人とのつながりを増やすことに貢献するか

次に、アソビを通じて家族や友人、サードプレイスといったコミュニティと関係性が増すかについても確認してみます。

手作業遊びは、「家族への愛着」を高めることがわかりました。ただし、体を動かす遊びやデジタル遊びは逆に、マイナスの影響を与える可能性もあることがわかります。動画視聴などのデジタル遊びに過度に時間を使うことで家族との時間を減らすことになり愛着が低下している可能性が考えられます。

また、ウェルビーイングの要素となる主観的な幸福度と関係性が高いとみられるコミュニティへの帰属意識については、アソビだけから高まるかは今回の調査からはわかりませんでした。

Topics: アソビの時間とウェルビーイング

アソビの時間の長さはウェルビーイングにプラスの影響を及ぼすことがわかりました。ただし6時間までは効果がある一方、7～8時間になるとその効果が薄れ、特に8時間では、主観的な幸福度と家族への愛着にマイナスの影響が見られました。この結果は、「遊ぶ時間が長ければ長いほどよい」とは必ずしも言えないことを示しています。例えば、ひとり親家庭や家庭内で十分なケアを受けられない環境にある子どもは、放課後の時間を一人で過ごすことが多く、そのような背景が「長時間の遊び」と「低いウェルビーイング」の同時発生につながっている可能性があります。そのため、タカラトミーグループは、アソビを中心とした包括的なアプローチをステークホルダーの方々と協力して実践していくことが重要だと考えています。

●家族への愛着への影響

要因 (変数)	影響	家族への愛着				
		対象者のウェルビーイング度合い				
		低	やや低	中	やや高	高
手作業遊び	親から見た影響			↑0.03		
	本人から見た影響		↑0.04	↑0.04		
	親への影響					
体を動かす遊び	親から見た影響	-0.13	-0.08	-0.06	-0.07	
	本人から見た影響		-0.03			
	親への影響			-0.04	-0.03	
デジタル遊び	親から見た影響					
	本人から見た影響			-0.03	-0.08	-0.11
	親への影響			-0.04	-0.05	-0.09



3.調査の結果

3-4.アソビは人生を豊かにする能力に貢献するか

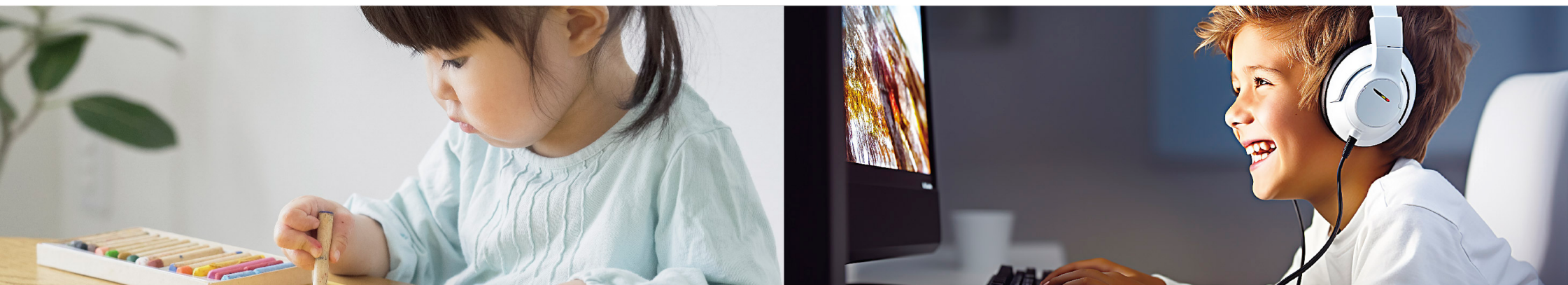
また、本調査では「ウェルビーイングに貢献する3つの要素」への影響度だけでなく、遊び方や生活スタイルなどの12の項目のそれぞれに対する影響度の分析を行いました(本分析は前出の分析と方法が異なります)。

その結果、遊ぶことを通じて「社会的・身体的能力」と「ユーモアの心」「感情の移入」といった、全般的にウェルビーイングにつなげる要因を高めるプラスの効果も見ることができました。

手作業遊びは、子どもの感情面の発達を促し、気持ちの表現や感情の理解といった力を育てるのに役立つことがわかります。例えば、「発散的思考(新しいことを考え出す、ほかのものを利用する)」「感情の移入(生き生きとする、熱中する)」といった要素にプラスの影響を与えます。このタイプのアソビには、体を動かすような活発な活動とは異なり、静かに考えたり、自分の世界に入り込んだりする要素が多く含まれます。こうした「内面と向き合う性質」は、単に感情を体験するだけでなく、その感情をじっくり考え、理解するプロセス(感情の処理)を促し、より深い感情的関与につながっていると考えられます。

デジタル遊びは、社会性(人と関わる力)や身体能力、協調する力(みんなですまくやる力)などの発達に貢献すると考えられます。例えば、「社会的・身体的能力(体の動かし方、友達を受け入れる)」「協調性(自ら呼びかける、協力する)」「ユーモアの心(冗談をいう、面白い話をする)」に貢献することが確認できました。運動を通じたアソビが、子どもの人と関わる力や感情表現の幅を育むうえで重要な役割を果たしていることを裏づける結果です。

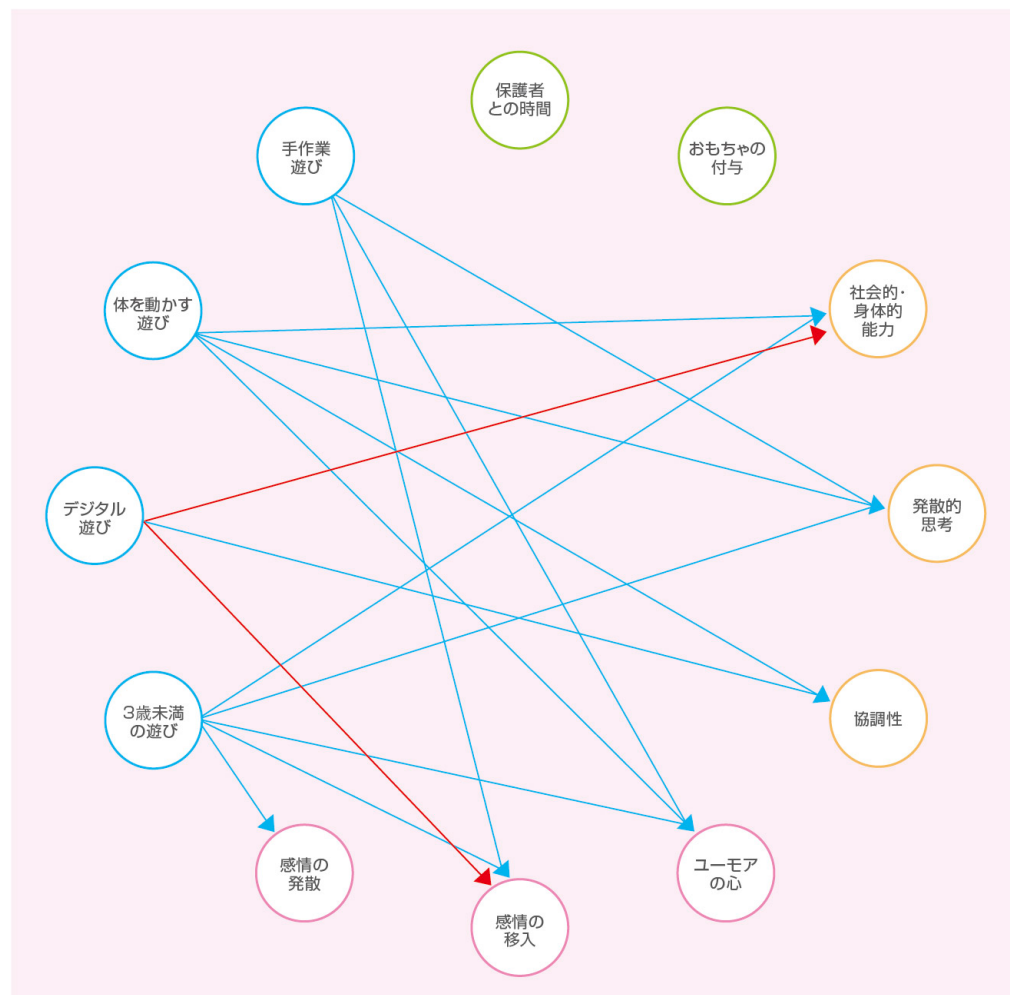
このような形でアソビを通じて非認知能力に近い能力に貢献することで、間接的にウェルビーイングへ貢献することも可能と考えられます。



3.調査の結果

3-4.アソビは人生を豊かにする能力に貢献するか

●遊び方のほかの要因への影響(本人による回答をもとに分析)



※青の矢印はプラスの影響があるもの、赤の矢印はマイナスの影響があるもの

※上記の図は分析結果をもとに、遊び方が子どものライフスタイル・能力にどのように影響しているかを図示したものです



Topics:おもちゃのウェルビーイングへの影響

おもちゃはウェルビーイングに貢献しているのでしょうか。

今回の調査では、おもちゃの存在は、「遊びへの没頭・熱意」を高めることにプラスの効果があることがわかりました。また、おもちゃがあることで、子どもの「感情の発散」をする力や「手作業遊び」の頻度を高めることに直接つながっていることもわかりました。

この結果から、おもちゃを通して遊ぶことで、子どもはより多くの気持ちを表現し、自分自身と向き合うようなアソビに取り組む機会が増え、より充実した時間を過ごすことにつながる可能性が見えてきました。

タカラトミーグループは、アソビを提供する会社として、改めておもちゃの機能やあり方を追求してウェルビーイングに貢献していきたいと考えます。

4.おわりに

本調査では、「アソビはどのようにウェルビーイングに貢献するのか」を、直接的な影響、ほかの要因を介した間接的な影響も含め、分析を行いました。

その結果から、アソビを通じて人々のウェルビーイングに貢献する可能性がわかりました。アソビを通じて、楽しさや夢中を提供する、人とのつながりをつくる、ウェルビーイングにつながる能力を高める、といった多様な角度から貢献する方法が見えてきました。

タカラトミーグループは、アソビを通じて人々が幸せな時間、人生を過ごしてくれることに貢献したいと考えています。こうした視点を意識し、これから取り組みを行っていきます。

最後に、今回の調査でわかったことを活用しつつ、今後も調査を行いながら確認・発展させる必要があります。そのため、引き続きステークホルダーの方々に協力いただきながら、アソビとウェルビーイングの関係性を検討していきます。



5.調査手法

●アンケート対象

- ・対象地域：日本全国47都道府県
- ・サンプルサイズ：16,000名

回答者内訳：

- ▶ 本人が自身の幼少期と現在のウェルビーイングについて回答（18歳以上）：5,500名
- ▶ 親が子どものウェルビーイングについて回答（子を持つ親）：5,500名
- ▶ 子を持つ親が自身のウェルビーイングについて回答（12歳以下の子を持つ親）：5,000名

●アンケート内容（概要）

- ・幼少期にどのような遊びをしていたか
- ・幼少期に遊んでいるときの状態
- ・現在の自身/子どものウェルビーイングの状態

●分析方法

今回の調査においては、3段階の分析を実施しています。

1：VSS分析

本調査ではアンケート結果をもとに23の質問をもとに複雑な心理的要因の構造を明らかにするためにVSS (Very Simple Structure) 分析 を用いています。VSS分析は、多数の質問に内在する因子構造をわかりやすく整理し、どの質問がどの要素に強く結びついているかを明示する手法です。VSS分析により「ウェルビーイングに貢献する3つの要素」を抽出しました。

2：四分位回帰分析

次に、VSS分析で抽出した「ウェルビーイングに貢献する3つの要素」と、子どもの遊び方スタイル・生活スタイル・能力・感情の4側面に対して設定した12項目との関係性を調査しました。ただし、個人が現在のどの程度のウェルビーイングの状態かによって、12項目がウェルビーイングの各要素に与える影響は異なる可能性があります。そのため、本調査では、その度合いごとに影響を評価できる手法として四分位回帰分析を採用しました。

3：DirectLiNGAM

最後に、12の項目間の関係性を調査しています。この分析は、「遊びのスタイルが心理的特性に影響を与え、それらがさらにウェルビーイング（心の健康や幸福感）に影響を与える」といった、項目間に複雑な因果関係が存在する構造です。そのため、単一の回帰式で全体像を捉えることが難しく、より因果的な関係を推定できるDirectLiNGAMを採用しています。