



社名の由来である
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン
「シャルロット」

チョコレート

株式会社ロッテ
2024年7月25日(木)

-夏休みの親子時間に関する調査-

約7割の人が「夏休みに子どもとの時間が増えて嬉しい」**一方、「つい怒ってしまう」など悩みを抱える人も約8割****教育評論家・親野氏がコツを解説、「親子で過ごすおやつ時間」にはチョコレートで幸福度アップ**

8月5日～25日、「テレビ朝日・六本木ヒルズ 夏祭り SUMMER STATION」で番組連動のブースを出展！

株式会社ロッテ（本社：東京都新宿区、代表取締役社長執行役員：中島英樹、以下ロッテ）は、夏休み特有の親子のコミュニケーションの悩みを明らかにするため、小学生の子どもを持つ男女90名に「夏休みの親子時間に関する調査」を実施しました。

調査の結果、小学生の子どもを持つ親の3人に2人は、子どもの夏休み中は子どもと過ごす時間が増えることがわかり、増える人の中では4時間以上増加する人が最多でした。子どもとの時間が増えて嬉しい人が大半である一方、「つい怒ってしまう」「遊びに行く場所に困る」など夏休み特有の悩みを感じるという声も半数以上に上りました。普段の生活では「忙しくて子どもと過ごす時間がとれない」といった悩みを抱えている人が多いため、夏休みが子どもとゆつり仲を深めるチャンスでもあると言える一方、どう過ごすかが鍵になりそうです。多くの方が意識的に行っている親子時間はおでかけや食事のシーンであることが調査で明らかになりましたが、教育評論家・親野先生曰く、その時間の過ごし方の質をあげていくことが親子関係に重要であるとのこと。

チョコレートには、2024年1月に発表した研究所調査※からも、他のお菓子と比べて「シェアしたり渡すことで、一緒に楽しくなれる」「もらうと相手への好感度が上がる」といった他者とのコミュニケーション時の幸福度につながる傾向があるとわかっています。今回の調査より、チョコは子どもを含む多くの方が好きであるとはいえ、日々の親子コミュニケーションの円滑化に、チョコレートが役立つことが期待されます。

夏休みは親子で過ごす時間が増加 7割の人が嬉しい一方で8割の人が悩みも...



※：2024年1月「チョコレートの喫食と幸福度に関する調査」を参照 <https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000026.000110734.html>

調査概要

調査名：夏休みの親子時間に関する調査

日時：2024年5月23日～2024年5月27日

調査手法：インターネット調査

調査実施企業：ロッテ

調査対象：小学生の子どもを持つ、ロッテランドに登録中の男女90名

※引用、転載の際は出典元として『ロッテちよこっと幸せ研究所調べ』の明記をお願いします。

※本文中のグラフの構成比は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、必ずしも合計が100%にならないものもあります。



社名の由来である
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン
「シャルロット」

調査サマリー

- 小学生の子どもを持つ親の3人に2人は、夏休みの親子時間が増加。増え幅は「4時間以上」が最多。
- 夏休みの親子時間が増えて嬉しい人は約7割。一方で、夏休み特有の悩みを感じる人は約8割。
特に、「つい怒ってしまう」「遊びに行く場所に困る」人は半数以上
- 普段の親子コミュニケーションで不満・改善したいことの上位に「忙しくて子どもと過ごす時間がとれない」。とるように意識しているのは、「おでかけ・食事」のシーンでの親子時間。
- 親子で食べるおやつランキングは、1位チョコレート、2位スナック、3位ビスケット・クッキー。

※チョコレートを使ったクッキーやケーキを含む

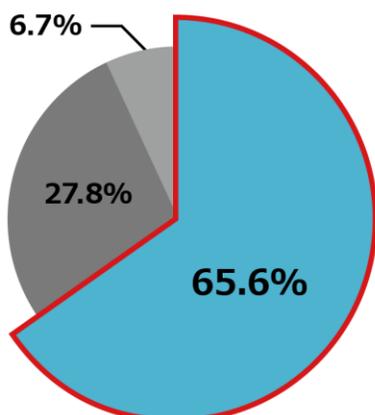
調査詳細

- 小学生の子どもを持つ親の3人に2人は、夏休みの親子時間が増加。増え幅は「4時間以上」が最多。

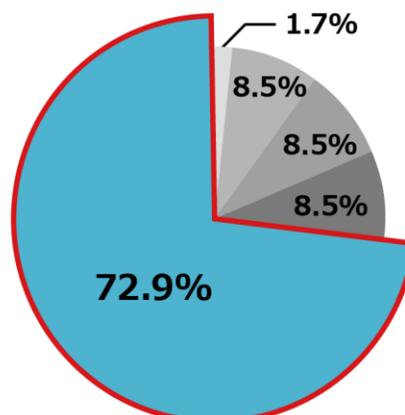
子どもの夏休み中、普段より子どもと過ごす時間が増えるか聞いたところ、3人に2人（65.6%）が「普段より増える」と回答しました。普段から自宅で過ごす時間が長い立場の方は、その分子どもとの時間が増えることが伺えます。また、普段より増えると回答した方に、子どもと過ごす時間がどの程度増えるか聞いたところ、「4時間以上」が7割超（72.9%）と最多でした。

小学生の親の3人に2人は、
夏休みの親子時間が増加

Q お子様の夏休み中、普段よりお子様と過ごす時間は増えますか？ (n=90)

夏休みの親子時間の増え幅は
「4時間以上」が最多

Q 子どもと過ごす時間がどの程度増えるか教えてください。（お子様の夏休み中普段よりお子様と過ごす時間が「増える」と回答した人 n=59）



■ 普段より増える ■ 普段と変わらない ■ 普段より減る

■ 普段より30分増加 ■ 1時間増加 ■ 2時間増加
■ 3時間増加 ■ 4時間以上



社名の由来である
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン
「シャルロッテ」

2. 夏休みの親子時間が増えて嬉しい人は約7割。一方で、夏休み特有の悩みを感じる人は約8割。

特に、「つい怒ってしまう」「遊びに行く場所に困る」人は半数以上

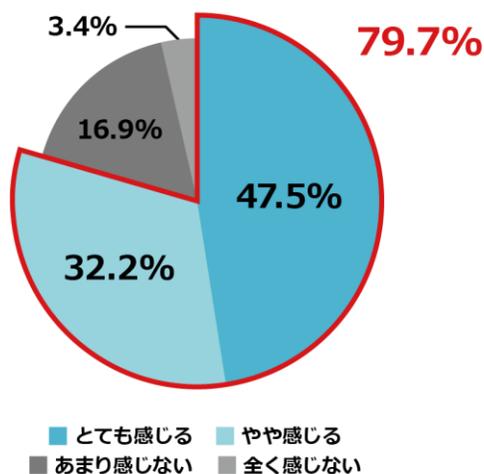
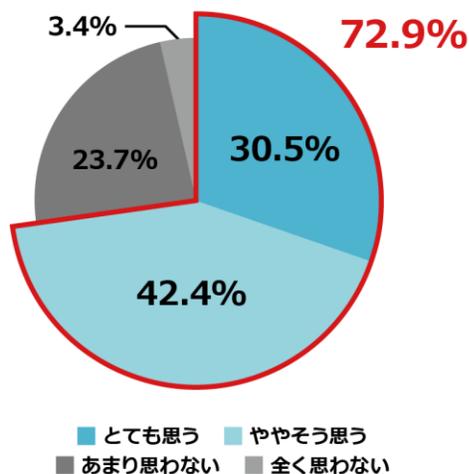
夏休みに子どもと過ごす時間が増えて嬉しいと思うか聞いたところ、約7割（72.9%）の人が「とても思う」「ややそう思う」と答えました。一方で、子どもとの夏休み中のコミュニケーションにおいて特有の悩みを感じると答えた人は約8割（79.7%）と、時間が増えて嬉しいとの回答を上回る結果になりました。特有の悩みとして多かったものは、「つい怒ってしまうから」「遊びに行く場所に困るから」という結果になり、子どもと長い時間を過ごすからこそその工夫が求められていると考えられます。

夏休みの親子時間が増えて嬉しい人は約7割

一方で、夏休み特有の悩みを感じる人は約8割

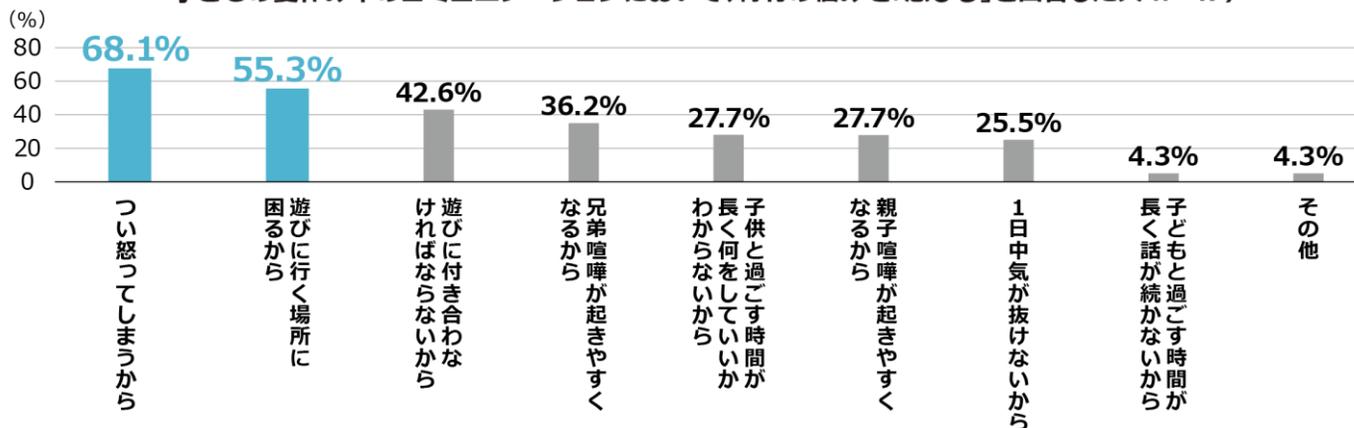
Q 夏休みは子どもと過ごす時間が増えて嬉しいと思いますか？
（お子様の夏休み中普段よりお子様と過ごす時間が「増える」と回答した人 n=59）

Q 子どもの夏休み中のコミュニケーションにおいて、特有の悩みを感じることがありますか？
（お子様の夏休み中普段よりお子様と過ごす時間が「増える」と回答した人 n=59）



夏休み特有の悩みとして、「つい怒ってしまう」「遊びに行く場所に困る」が半数以上

Q その理由を教えてください。（お子様の夏休み中普段よりお子様と過ごす時間が「増える」かつ子どもの夏休み中のコミュニケーションにおいて、特有の悩みを「感じる」と回答した人 n=47）





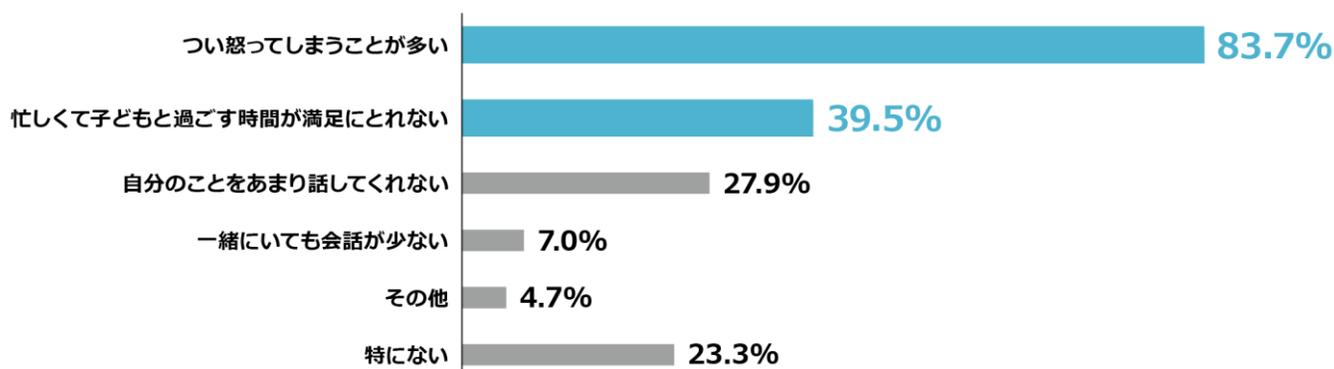
社名の由来である
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン
「シャルロッテ」

3. 普段の親子コミュニケーションで不満・改善したいことの上位に「忙しくて子どもと過ごす時間がとれない」。とるように意識しているのは、「おでかけ・食事」のシーンでの親子時間。

普段の子どもとのコミュニケーションにおいて、不満だと思う／改善したいと思うことを聞いたところ、前項でもTOPにあがった「つい怒ってしまうから」が最多でありつつ、「忙しくて子どもと過ごす時間が満足にとれない」が2番目に多く挙がりました。普段に比べて親子時間が増える夏休みは、子どもとのコミュニケーションを図り仲を深めるチャンスでもあると言えます。

普段の親子コミュニケーションで不満・改善したいこと上位に「忙しくて子どもと過ごす時間がとれない」

Q 普段のお子様とのコミュニケーションで、不満だと思う／改善したいと思うことを教えてください。
(お子様の夏休み中普段よりお子様と過ごす時間が「増える」と回答した人 n=59)



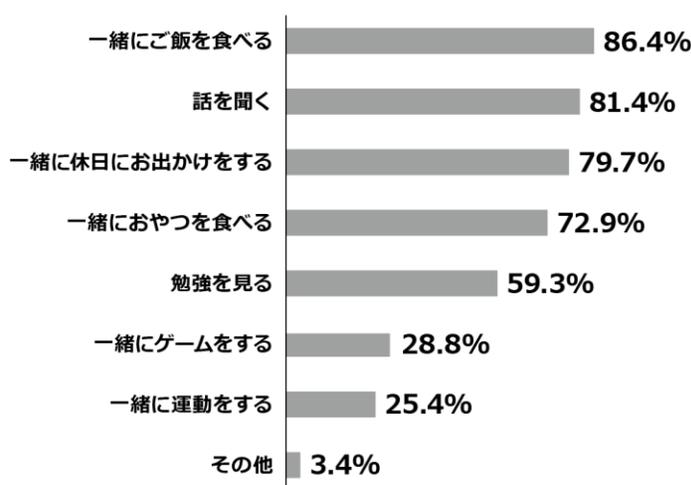
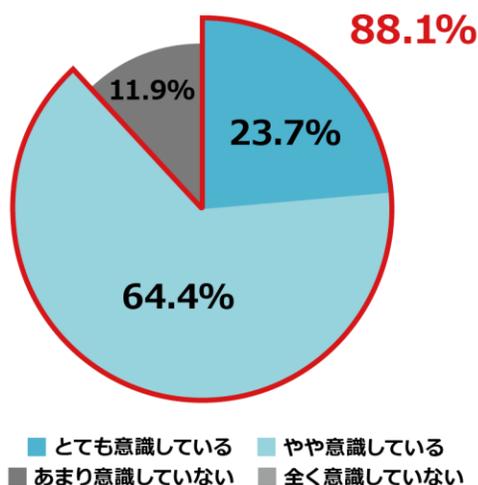
また、忙しい中でも親子で過ごす時間をとるように意識しているかどうか聞いたところ、約9割（88.1%）の人が「とても意識している」「やや意識している」と答えました。意識している親子時間の上位には、「一緒にご飯を食べる」「一緒に休日にお出かけをする」などが挙がり、おでかけや食事のシーンでの親子時間を大事にしていることが伺えました。

約9割の人が親子で過ごす時間を意識

とるように意識しているのは、「おでかけ・食事」のシーンでの親子時間

Q 親子で過ごす時間をとるように意識していますか？
(お子様の夏休み中普段よりお子様と過ごす時間が「増える」と回答した人 n=59)

Q 親子で過ごす時間で具体的にしていることを教えてください。
(お子様の夏休み中普段よりお子様と過ごす時間が「増える」と回答した人 n=59)





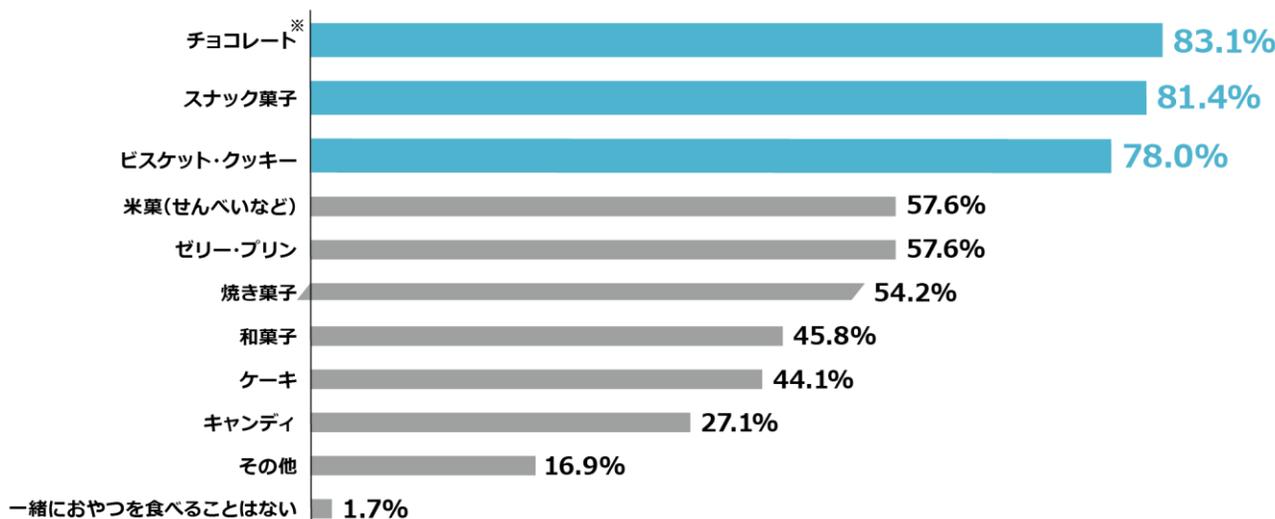
社名の由来である
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン
「シャルロット」

4. 親子で食べるおやつランキングは、1位チョコレート、2位スナック、3位ビスケット・クッキー。

普段子どもとおやつ時間に食べるおやつを聞いたところ、1位チョコレート（チョコレートを使ったクッキーやケーキなどを含む）（83.1%）、2位スナック菓子（81.4%）、3位ビスケット・クッキー（78.0%）という結果に。チョコレートを選ぶ理由を聞いたところ、他のお菓子と比べて「みんなが大好きだから」「自分が好きだから」という声が比較的多く寄せられました。

親子で食べるおやつランキングは、1位チョコレート、2位スナック、3位ビスケット・クッキー

Q 普段お子様と一緒に食べるおやつの種類を教えてください。
(お子様の夏休み中普段よりお子様と過ごす時間が「増える」と回答した人 n=59)



※チョコレートを使ったクッキーやケーキを含む

教育評論家・親野 智可等先生のコメント

多忙な親御さんが増えているなか、親子で一緒にいる時間の質を上げることが大切。食事やおやつの時間に次の3つを意識した会話をすることで、親子の絆が深まり幸福度が上がります。

- ① 子どもの話を聞くときは「そうなんだ。大変だね」など共感を最優先する
- ② 「しなきゃダメ」など否定的な言葉は避け、「できたね」「がんばってるね」など肯定的な言葉を増やす
- ③ 「一緒にいられて嬉しい。大好きだよ」など、その子の存在を肯定する言葉を贈る

食べ物をシェアしながらの会話は、笑顔が増え、会話への満足度が高くなるというエビデンスがあります※1。チョコは万人が好きな傾向が高く、ロッテの今年1月の調査で、他のお菓子に比べて「シェアして楽しくなると感じやすい」ことが判明※2しています。うまく取り入れて、親子で楽しく前向きな気分の時間を増やすことで幸福度のアップに繋がります。

※1：中村早希・三浦麻子（2014）. 飲食行動が話し合いにおけるコミュニケーション行動・主観的評価に及ぼす影響 ——菓子を食べると話し合いはうまくいくのか?——
人文論究, 62(2), 59-77.

※2：2024年1月「チョコレートの喫食と幸福度に関する調査」を参照
<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000026.000110734.html>



親野智可等

教育評論家。長年の教師経験をもとに、子育て、しつけ、親子関係、勉強法、学力向上、家庭教育について具体的に提案。人気マンガ「ドラゴン桜」の指南役としても著名。著書多数。Instagram、Threads、X、YouTube、Blogなどでも発信中。全国各地の小・中・高等学校、幼稚園・保育園のPTA、市町村の教育講演会、先生や保育士の研修会などで多数講演。



社名の由来である
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン
「シャルロット」

夏休みの親子のおでかけに！ ロッテ「テレビ朝日・六本木ヒルズ 夏祭り SUMMER STATION」イベントに出展

テレビ朝日・六本木ヒルズ 夏祭り SUMMER STATIONに、
ロッテが「ザワつく！金曜日 ザワつく！工場クイズ体験ブース」を出展！
※ロッテの協賛は8/5（月）～8/25（日）の期間となります。

人気番組「ザワつく！金曜日」のセットをブース内に再現。
参加者は、番組の出演者になりきって、人気コンテンツ「工場クイズ」に
チャレンジ。工場で作られるモノの製造過程のVTRを見て、作られているもの
が「何か」を当てていただきます！
体験している様子は、番組の世界観とともに、ARフレームで撮影ができま
す。

また、参加いただいた方にはもちろん、
「ザワつくオリジナルトートバック＆ロッテお菓子セット」をプレゼント！
夏休みの親子のお出かけに、是非ご来場ください。



【実施概要】

- ・実施内容 ザワつく！金曜日 ザワつく！工場クイズ体験ブース
- ・開催会場 テレビ朝日本社会場1F
- ・開催期間 2024/7/20（土）～8/25（日）
- ・対応時間 10時00分～19時00分
※最終受付時間 18時45分
- ・参加特典 ザワつくオリジナルトートバック＆ロッテお菓子セット
- ・参加費 有料

※ロッテお菓子セットは8/5（月）からの展開となります。



※写真はイメージです。

「ちょこっと幸せ研究所」とは



「ちょこっと幸せ研究所」では、「チョコレートと日々のちょっとした心の幸せ」をテーマに様々な研究や情報発信を担っていきます。自社のR&D、脳科学者、行動心理学の専門家などと連携して実証実験を行い、チョコレートが日々のちょっとした心の幸せに寄与することを示すエビデンスを発表していく予定です。また、新年度や夏休みなどの時節にあわせて意識調査やサンプリングを実施し、多くの方々がチョコレートを生活に取り入れるスズメを提唱していきます。チョコレートに期待される幸福度向上との関係性を解明することを通じて、社会や個人のウェルビーイングに貢献していくことを狙いとしています。

公式サイト : <http://www.lotte.co.jp/corporate/chocotto>

公式Xアカウント : https://x.com/lotte_chocotto (@lotte_chocotto)