



社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”の登場人物  
「シャルロッテ」

株式会社ロッテ  
2026年6月25日(木)

－夏の長期化と暑さによる行動変化に関する実態調査－

## 8割以上が「夏の暑さが厳しくなった」「夏が長くなった」と実感 失われる夏の体験 約7割が“暑さで外出を制限”

気象専門家 立花教授「今年の夏も例年を上回る暑さになる可能性あり」

公衆衛生専門家 藤原教授「猛暑による身体活動の減少が子どもの身心に影響」

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、夏の長期化や暑さによる行動制限の実態を明らかにするため、全国10～50代男女2,000名を対象に「夏の長期化と暑さによる行動変化に関する実態調査」を実施いたしました。

本調査の結果、約10年前と比較して直近2～3年の夏は「暑さが厳しくなった（85.7%）」「期間が長くなった（83.9%）」と、8割以上が夏の変化を実感していることが明らかになりました。6月・9月を「夏だと感じる」と回答した人がいずれも7割を超えたことから、かつては梅雨や残暑の季節として捉えられていた時期が、今や多くの人にとって“夏”として認識されており、体感としての夏が長くなっていることがうかがえます。また、日本の季節が「四季」から「二季」になろうとしていると思う人は8割以上にのぼり、夏の変化が個人の体感にとどまらず、日本の季節構造そのものの変化として認識が広がりつつあることも示されました。

さらに、暑さは意識の変化だけでなく、行動にも影響を及ぼしていることが浮き彫りになりました。約7割が「真夏の暑さを理由に外出をやめる・時間を短くすることが増えた」と回答し、暑さを理由に控えた・諦めた行動のTOP3は「散歩・街歩き（31.6%）」「買い物（27.6%）」「観光レジャー（24.0%）」となりました。日常的なお出かけから夏ならではの体験まで、幅広い行動が制限されている実態が浮き彫りとなっています。夏の暑さは、今や生活の質や夏の楽しみ方そのものに影響を与える社会的な問題になりつつあると言えます。

### 調査サマリー

1. 8割超が10年前と比較し、直近2,3年の「夏の暑さが厳しくなった」「夏の期間が長くなった」と回答。
2. 6月・9月を「夏だと感じる」と回答した人はいずれも7割超え。  
8割以上が「日本は『二季』になろうとしていると思う」と回答。
3. 7割が真夏の暑さにより行動を制限することが増加。  
6割以上が暑さを理由に諦めた夏の行動が「増えている」と回答。  
諦めた行動TOP3は「散歩・街歩き」（31.6%）、「買い物」（27.6%）、「観光・レジャー」（24.0%）
4. 6割が真夏の外出先で「日陰になっている場所」に立ち寄りたいと回答。  
子ども連れの親の3人に1人が「お出かけの途中で休める日陰がなくて困っている」。

### 調査概要

調査名：夏の長期化と暑さによる行動変化に関する実態調査 日時：2026年5月24日（日）～5月26日（火）  
調査人数：2000名 調査対象：全国10代～50代男女  
調査手法：インターネット調査 調査実施企業：ロッテ

※引用、転載の際は出典元として『ロッテ』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。

【報道関係者からのお問い合わせ先】

ロッテクールシエルトプロジェクトPR事務局（株式会社プラチナム内）担当：江畑・金城・上田・齋藤・坂平  
TEL：03-5572-6072 E-mail：lotte\_icepr@vectorinc.co.jp



社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”の登場人物  
「シャルロッテ」

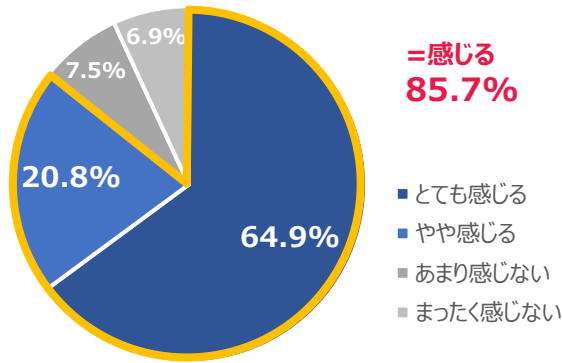
調査詳細

1. 8割超が10年前と比較し、直近2,3年の「夏の暑さが厳しくなった」「夏の期間が長くなった」と回答。

約10年前と比べて、直近2,3年は夏の暑さが厳しくなったと感じるか聞いたところ、「とても感じる（64.9%）」「やや感じる（20.8%）」と85.7%の人が「厳しくなった」と感じていることがわかりました。また、夏の期間が長くなったと感じるか聞いたところ、「とても感じる（58.2%）」「やや感じる（25.7%）」と83.9%の人が「長くなった」と感じていることがわかりました。「暑さの厳しさ」「期間の長さ」のいずれについても、8割を超える人が変化を実感しており、気候変動による夏の気温や期間の変化が、多くの人の肌感覚としても広く認識されていることがうかがえます。特に「とても感じる」と強く実感している割合がどちらも6割前後に達しており、漠然とした印象にとどまらず、日常生活の中で明確な変化として捉えられている可能性が考えられます。

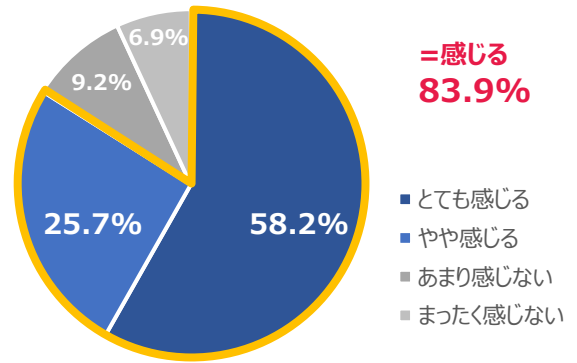
Q おおよそ10年間と比べて、直近2,3年は夏の暑さが厳しくなったと感じますか（全体：n=2000）

8割超が「夏の暑さが厳しくなった」



Q おおよそ10年間と比べて、直近2,3年は夏の期間が長くなったと感じますか（全体：n=2000）

8割超が「夏の期間が長くなった」



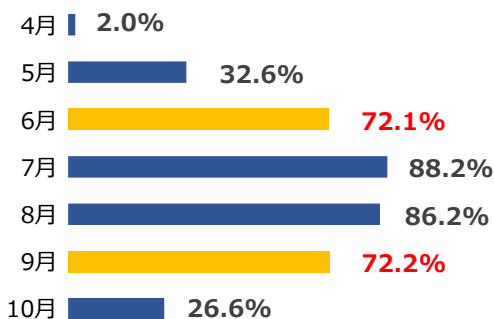
2. 6月・9月を「夏だと感じる」と回答した人はいずれも7割超え。8割以上が「日本は『二季』になろうとしていると思う」と回答。

夏だと感じる月を聞いたところ、6月が72.1%、9月が72.2%と、いずれも7割を超える人が夏の月として選択しました。かつては梅雨や残暑の時期として捉えられることの多かった6月・9月が、今や多くの人にとって「夏」として認識されており、体感として夏の期間が前後に広がっていることが示されています。

さらに、日本の季節が春や秋の期間が短くなり“四季”ではなく“二季”になろうとしていると言われてしていることに対して、そのように思うか聞いたところ、「そう思う（45.2%）」「ややそう思う（40.8%）」と、86.0%の人が“二季”になろうとしていると感じていることが明らかになりました。夏の長期化を実感している人が8割を超えていたことと合わせると、暑い時期の拡大を単なる気温の問題としてではなく、日本の季節構造そのものの変化として受け止めている人が多いことがうかがえます。

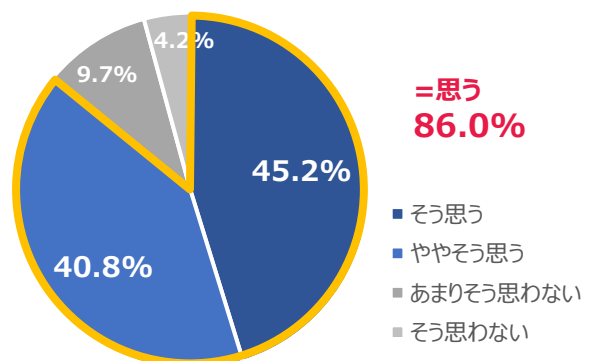
Q あなたが“夏”だと感じる月をすべてお選びください（全体：n=2000）

6月・9月を「夏だと感じる」と回答した人はいずれも7割超え



Q 「日本の季節は、春や秋の期間が短くなり、“四季”ではなく、“二季”になろうとしている」と言われています。そのように思いますか（全体：n=2000）

8割以上が「日本は『二季』になろうとしていると思う」と回答





社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”の登場人物  
「シャルロッテ」

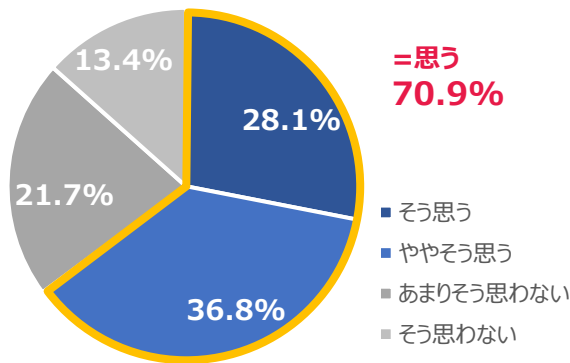
### 3. 7割が真夏の暑さにより行動を制限することが増加。 6割以上が暑さを理由に諦めた夏の行動が「増えている」と回答。

諦めた行動TOP3は「散歩・街歩き」(31.6%)、「買い物」(27.6%)、「観光・レジャー」(24.0%)

真夏の暑さが厳しくて「外出をやめる、外出時間を短くする」ことが直近2~3年で増えていると思うか聞いたところ、「そう思う」(32.0%)「ややそう思う」(38.9%)と、70.9%の人が「増えている」と回答しました。さらに、真夏の暑さを理由に本当はしたかったのに控えた・諦めた夏の行動についても「増えている」と回答した人は、「そう思う」(28.1%)「ややそう思う」(36.8%)と64.9%にのぼり、暑さが単なる不快感にとどまらず、実際の行動変容として表れていることがうかがえます。

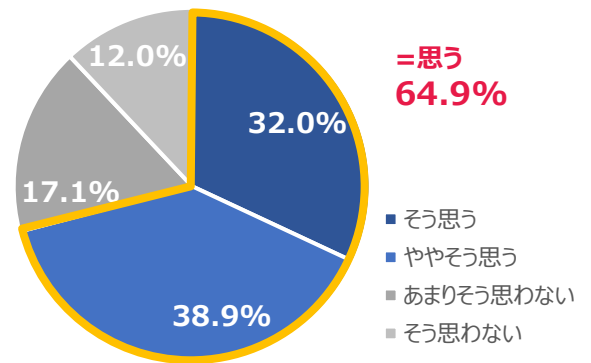
Q 真夏の暑さが厳しくて「外出をやめる・外出時間を短くする」ことは、直近2,3年で増えていると思いますか (全体：n=2000)

7割が真夏の暑さにより行動を制限することが増加



Q 真夏の暑さを理由に「本当はしたかったのに控えた・諦めた夏の行動」は、2,3年前よりも増えていると思いますか (全体：n=2000)

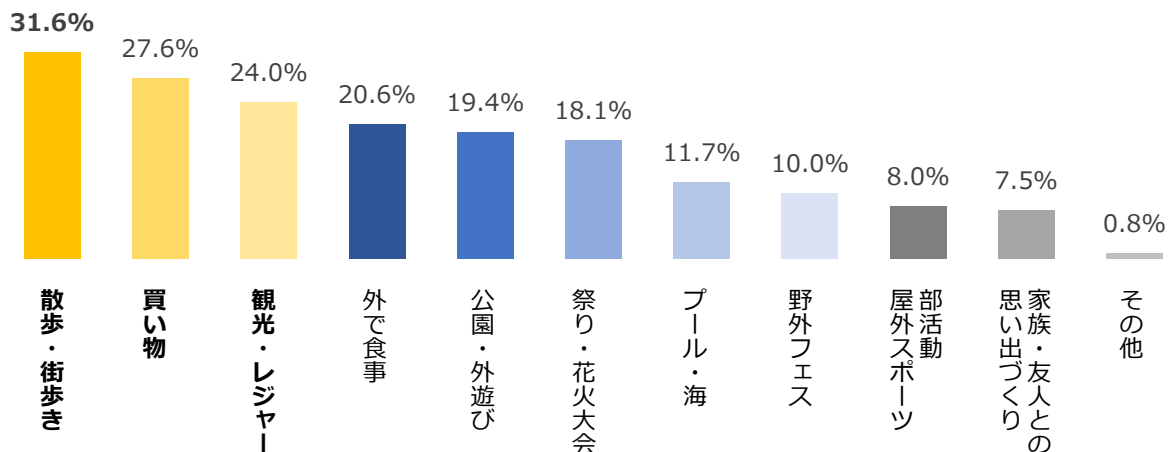
6割以上が暑さを理由に諦めた夏の行動が「増えている」と回答



真夏の暑さを理由に控えた・諦めたことのTOP3は「散歩・街歩き」(31.6%)「買い物」(27.6%)「観光レジャー」(24.0%)でした。上位に日常的な外出行動が並んでおり、ごく普通の暮らしの中での行動も制限されている実態が見えてきます。また「観光レジャー」が3位に入っていることは、夏ならではの体験や思い出づくりの機会までもが失われつつある可能性を示しており、生活の質や夏の楽しみ方そのものへの影響が懸念されます。

Q 直近2,3年で、暑さを理由に控えた・諦めたことをすべてお選びください (全体：n=2000)

諦めた行動TOP3は「散歩・街歩き」(31.6%)、「買い物」(27.6%)、「観光・レジャー」(24.0%)





社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”の登場人物  
「シャルロツテ」

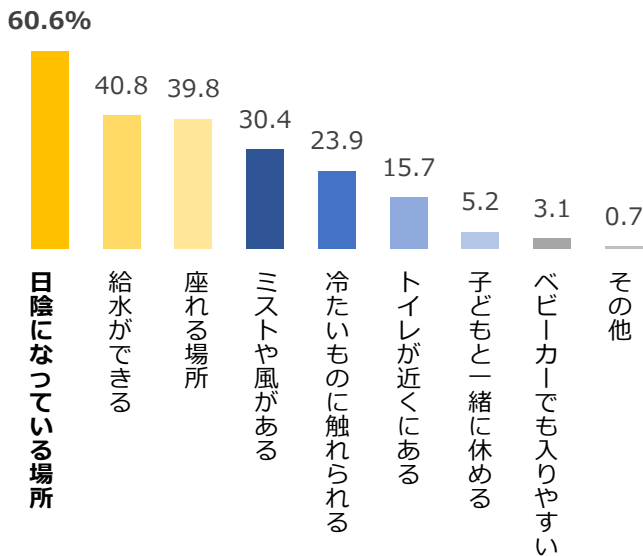
#### 4. 6割が真夏の外出先で「日陰になっている場所」に立ち寄りたいと回答。 子ども連れの親の3人に1人が「お出かけの途中で休める日陰がなくて困っている」。

真夏の外出先でどのような設備があれば立ち寄りと思うか聞いたところ、TOP3は「日陰になっている場所（60.6%）」「給水ができる（40.8%）」「座れる場所（39.8%）」という結果になりました。上位3項目はいずれも、暑さをしのぐための“休息・回復”に関わる設備であり、身を守るための環境整備が求められていることがうかがえます。

また、子連れの親に夏に子どもと外出する際に特に困ることを聞いたところ、3人に1人にあたる33.8%が「お出かけの途中で休める日陰が少ない」ことを挙げました。日陰へのニーズは全体調査でも最も高い6割超を占めており、子連れに限らず幅広い層に共通する切実な課題となっている可能性が示唆されています。

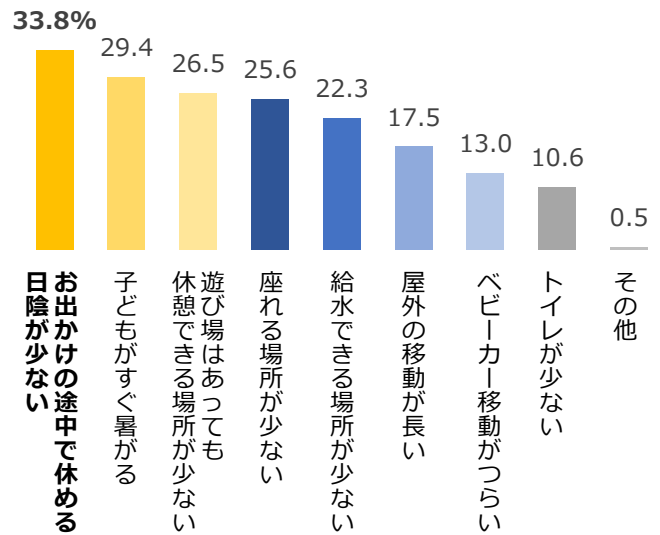
Q真夏の外出先で、どのような設備があれば立ち寄りしたいと思いますか。（全体：n=2000）

6割が真夏の外出先で「日陰になっている場所」に立ち寄りたいと回答



Q夏に子どもと外出する際、特に困ることをお選びください。（子どものいる親：n=535）

子ども連れの親の3人に1人が「お出かけの途中で休める日陰がなくて困っている」





社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”の登場人物  
「シャルロット」

## 専門家コメント



### 三重大学 大学院 生物資源学研究科 教授 立花義裕氏

わかりやすい解説には定評があり、「羽鳥慎一モーニングショー」をはじめニュース番組等に多数出演し、異常気象や気候危機の情報を精力的に発信。札幌南高校卒。ワシントン大学等を経て、現職。2025年の新語・流行語大賞で「二期」がトップテン受賞。2024年東海テレビ文化賞受賞。日本気象学会理事、日本雪氷学会理事。一般向けの著書「異常気象の未来予測」(ポプラ新書2025年発行)。

今年の夏も直近2～3年と同様、過去平均で見る“例年”を上回る暑さになる可能性があります。冷夏は見込みにくく、9月・10月まで暑さが長引くことも考えられます。特に、体が暑さに慣れていない初夏や、梅雨明けなど急に気温が上がる時期は暑さ対策への注意が必要です。外出先で日差しを避け、休みながら過ごせるクールシェルターのような場所は、これからの夏に重要な備えになると期待しています。



### 東京科学大学 大学院歯学総合研究科 公衆衛生学分野 教授 藤原武男氏

2000年東京医科歯科大学医学部卒。2004年東京医科歯科大学大学院医歯学総合研究科博士課程修了(医学博士)。2006年ハーバード公衆衛生大学院修了(公衆衛生学修士)。国立保健医療科学院生涯保健部行動科学室長、国立成育医療研究センター研究所社会医学研究部長等を経て、2016年より東京医科歯科大学公衆衛生学分野教授。2023年4月より2023年3月までサバティカルでジョンズ・ホプキンス大学公衆衛生大学院Visiting Scholar。2024年10月、大学統合により大学名が東京科学大学と変更、現在に至る。

子どもは大人に比べて暑さの影響を受けやすく、外での活動時間や場所も大人の判断に左右されます。暑さによって外で過ごす時間が減ることは、単に遊びの機会が減るというだけでなく、子どもたちの健やかな成長に関わる問題として捉える必要があります。暑い時期でも、日差しを避けて休みながら外で過ごせる環境を整えることは、これからのまちづくりにとって大切な視点だと考えます。

## 「クールシェルタープロジェクト」の取り組みについて



※画像はイメージです

ロッテは微細氷を使用した代表的なアイスブランド「クーリッシュ」「爽」を通じて、長期化・酷暑化する日本の夏において、人々が涼しく過ごせる体験や場所を増やし“日本の夏をアップデートする”「クールシェルタープロジェクト」を本年より始動いたします。

近年、最高気温40度以上の日を表す「酷暑日」という言葉が用いられるなど、夏の暑さは一層厳しさを増しており、夏祭りやイベントの開催時期変更、外気温の高まりによる外出控え、子どもたちの屋外体験機会の減少も課題となっています。ロッテは、冷たさや爽快感といった“涼体験”を届けてきた「クーリッシュ」「爽」だからこそ、アイスという商品にとどまらず、夏を安心して楽しめる場所づくりにも貢献できると考えました。

本プロジェクトでは、第一弾として渋谷のMIYASHITA PARK、神奈川の片瀬西浜海水浴場などに“涼スポット”を展開するほか、専門家や社会団体、企業と連携する推進組織「クールシェルター評議会」を発足し、暑さを我慢するだけではない、新しい夏の過ごし方を社会全体に広げてまいります。