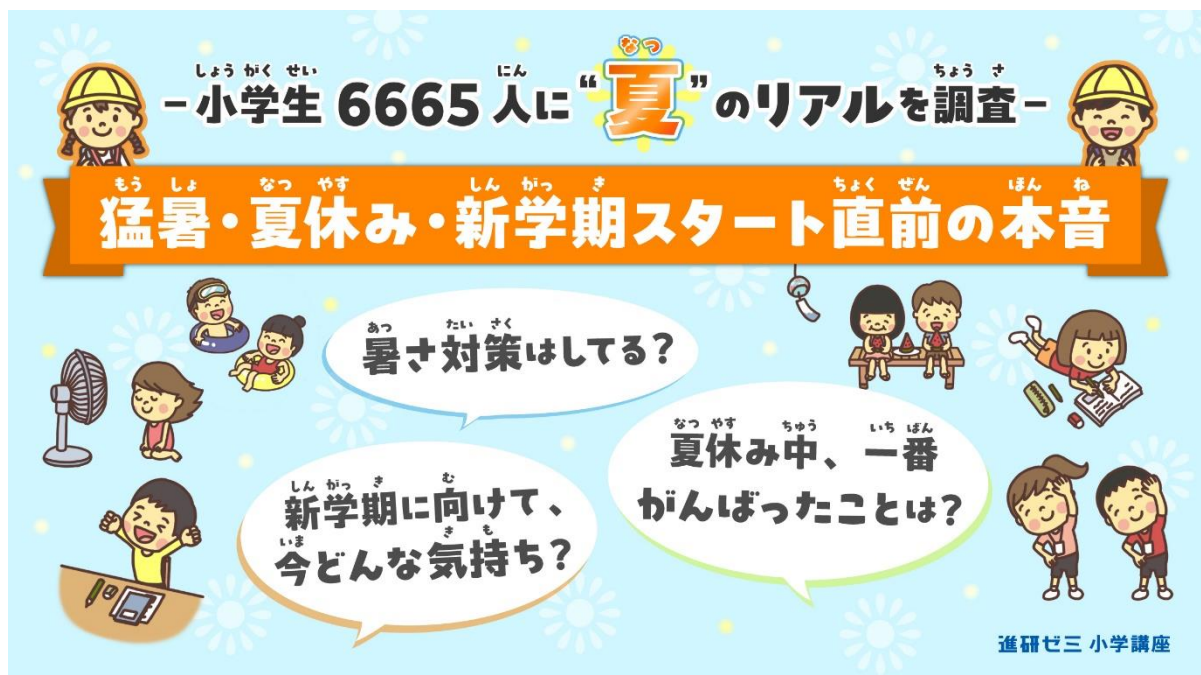


【進研ゼミ 小学講座】夏休みの過ごし方と新学期に関する意識調査 95%の小学生が「暑すぎた」と実感、半数以上がおうち時間増加

暑さで外出控えるも、この夏一番の思い出は「家族旅行」「帰省」が最多
新学期に挑戦したいことは「勉強・学力アップ」

株式会社ベネッセコーポレーション（本社：岡山県岡山市、代表取締役会長兼社長：岩瀬大輔）が提供する通信教育講座「進研ゼミ 小学講座」では、「夏休みの過ごし方と新学期に関する意識調査」を小学生向けに実施しました。

本調査は、「進研ゼミ 小学講座」の小学 3 年生から 6 年生の会員のうち 6,665 人（女子 4,541 人/男子 1,535 人/性別無回答・その他 589 人）を対象に、2025 年 8 月 13 日～19 日に実施。本調査では、子どもたちがこの夏どのように過ごし、何を感じ、どんな成長や課題があったのか、そのリアルな声をまとめました。



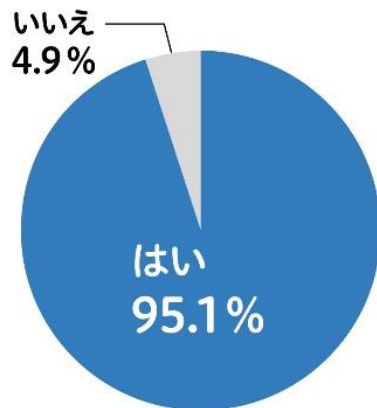
■ 調査結果の概要

1. この夏、「暑すぎる！」と思った日はありましたか？【単一選択】

「暑すぎる!」と感じたことがある小学生は 95.1%にのびりました。多くの子どもが例年以上の暑さを実感する様子が見られました。

Q.1 この夏、「暑すぎる!」と思った日はありましたか?

【単一選択】



A.

「暑すぎる」と感じたことがある小学生は95%にのぼりました。多くの子どもが例年以上の暑さを実感する様子が見られました。

※ベネッセコーポレーション調べ

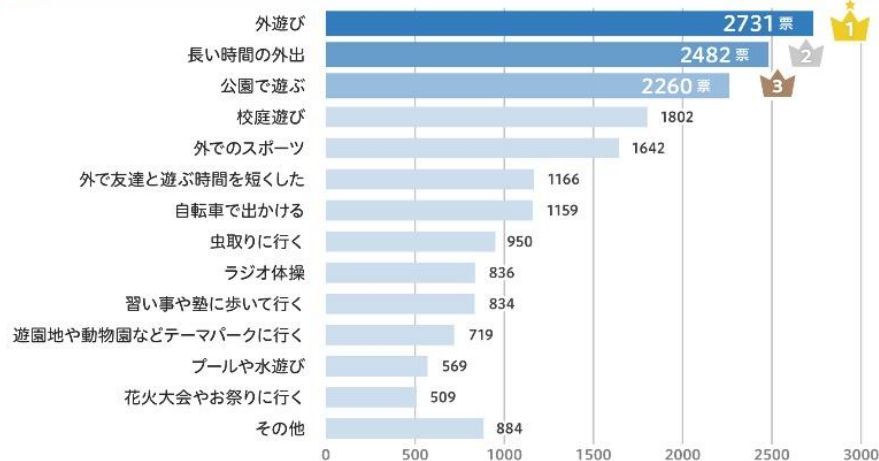
進研ゼミ 小学講座

2. 暑くてやめたこと・がまんしたことはありますか? 【複数選択】

公園・校庭遊びや、屋外スポーツ、自転車での移動など屋外活動をやめたり、短時間にする傾向が見られました。複数回答する子が多く、一人あたり平均2票以上の「やめたこと・がまんしたこと」があると答える結果となりました。

Q.2 暑くてやめたこと・がまんしたことはありますか?

【複数選択】



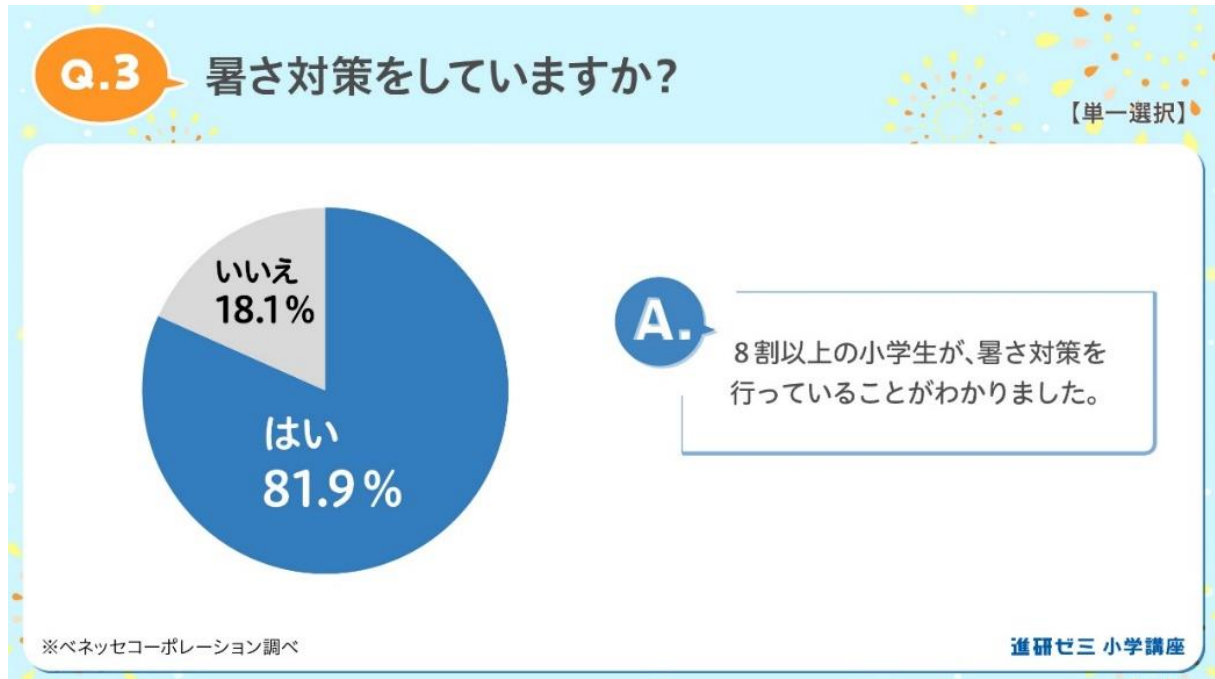
※複数回答のため1人当たり平均2票以上投票

※ベネッセコーポレーション調べ

進研ゼミ 小学講座

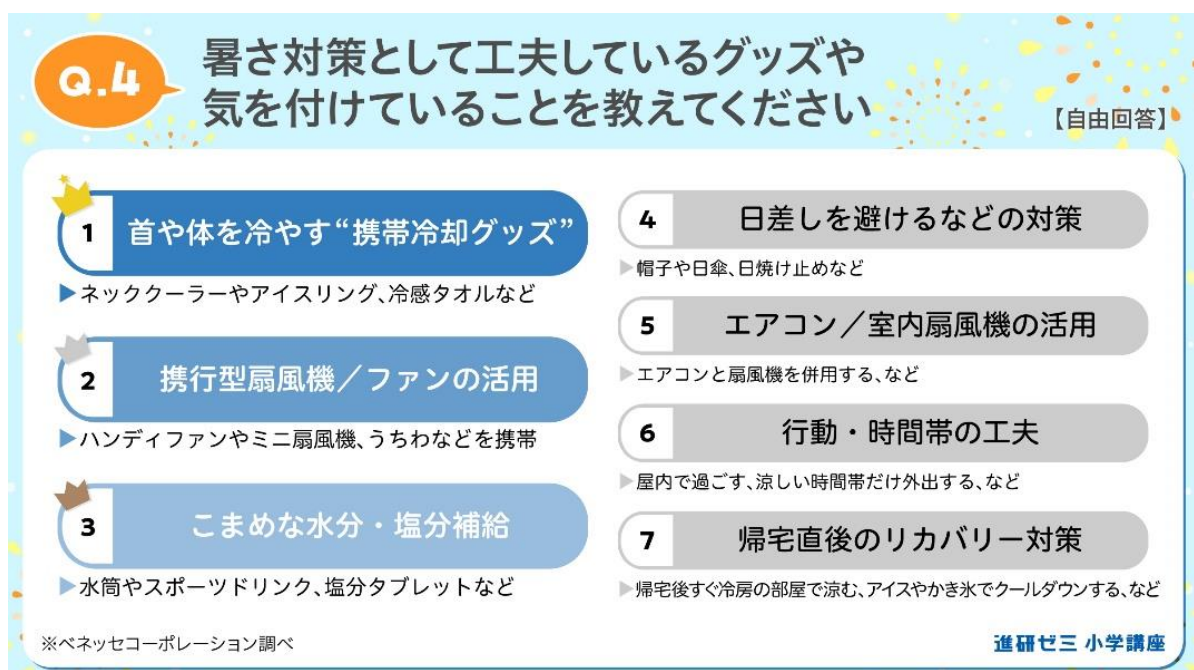
3. 暑さ対策をしていますか？【単一選択】

81.9%の小学生が、暑さ対策を行っていることがわかりました。



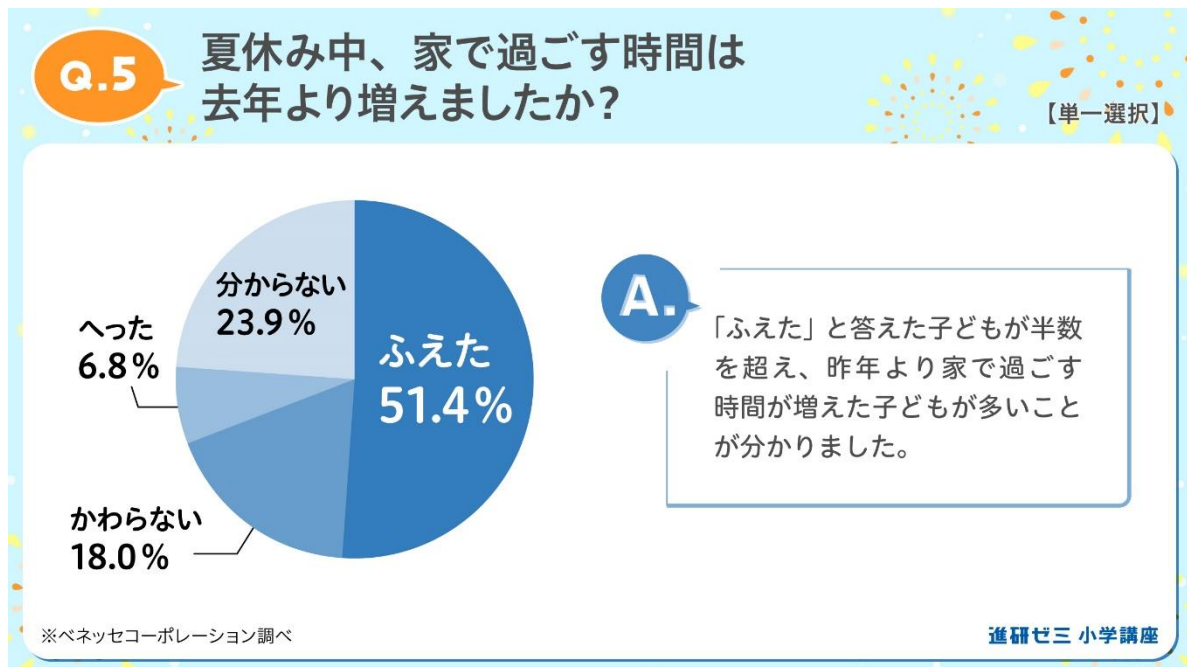
4. 暑さ対策として工夫しているグッズや気を付けていることを教えてください【自由回答】

小学生の暑さ対策の第1位はネッククーラーやアイスリングなどの携帯冷却グッズ。2位はハンディファンなどの携行型扇風機、3位は水分・塩分補給が続きました。さらに帽子や日傘、エアコンの活用、涼しい時間帯の外出など、多様な工夫で猛暑を乗り切っている実態が浮き彫りとなりました。



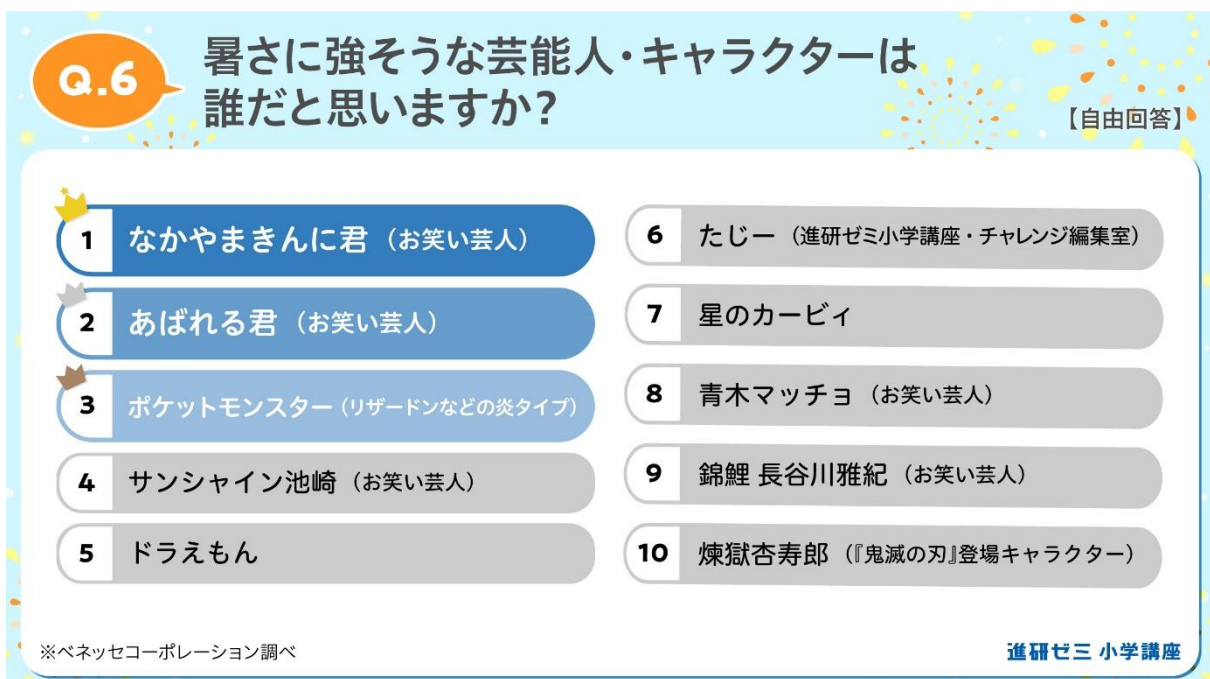
5. 夏休み中、家で過ごす時間は去年より増えましたか？【単一回答】

小学生に「家で過ごす時間は去年と比べてどう変化したか」を尋ねたところ、「ふえた」と答えた子どもが半数を超える51.4%となりました。一方で、「かわらない」と答えたのは18.0%、「へった」と答えたのは6.8%にとどまり、昨年よりも家で過ごす時間が増えた子どもが多数であることが分かりました。



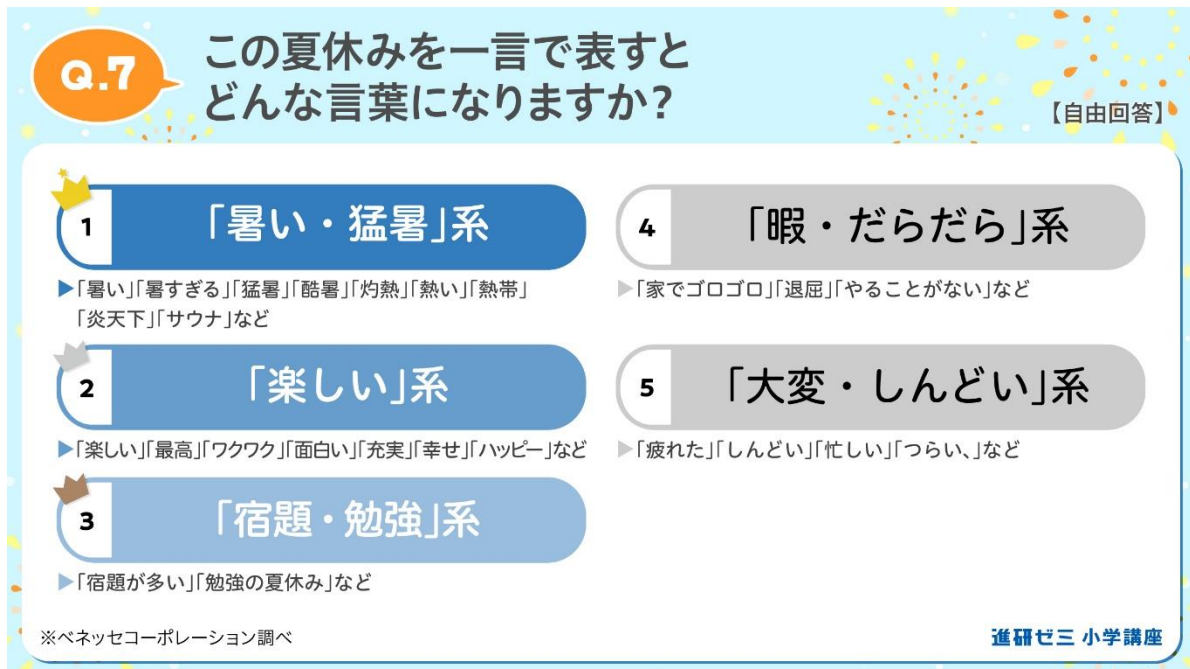
6. 暑さに強そうな芸能人・キャラクターは誰だと思いますか？【自由回答】

小学生が選ぶ「暑さに強そうな芸能人」1位はなかやまきんに君。続いてあばれる君、サンシャイン池崎さんなど、元気なイメージの芸能人が上位に複数ランクインしました。人気ゲームやアニメのキャラも票を集めました。



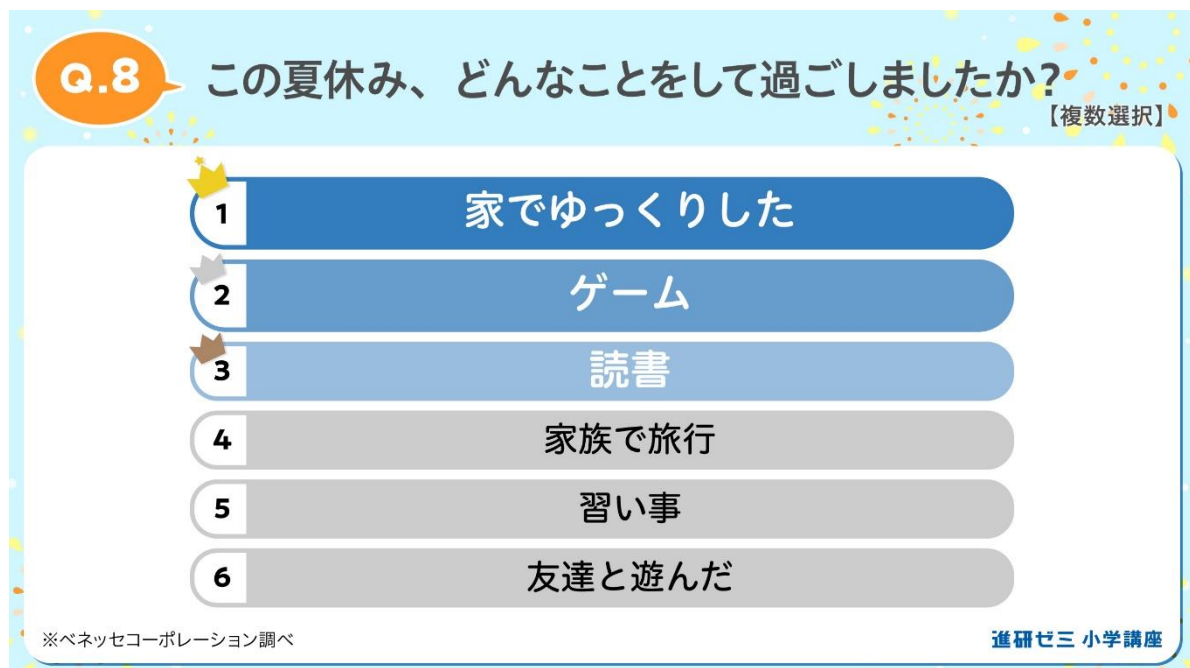
7. この夏休みを一言で表すとどんな言葉になりますか？【自由回答】

圧倒的 1 位は「暑い」「猛暑」など“暑さ”を表す言葉でした。「楽しい」などポジティブな表現も多く、夏休みを満喫した様子うかがえます。「宿題」「暇」「疲れた」など、夏休みならではの悩みや本音もランクインしました。



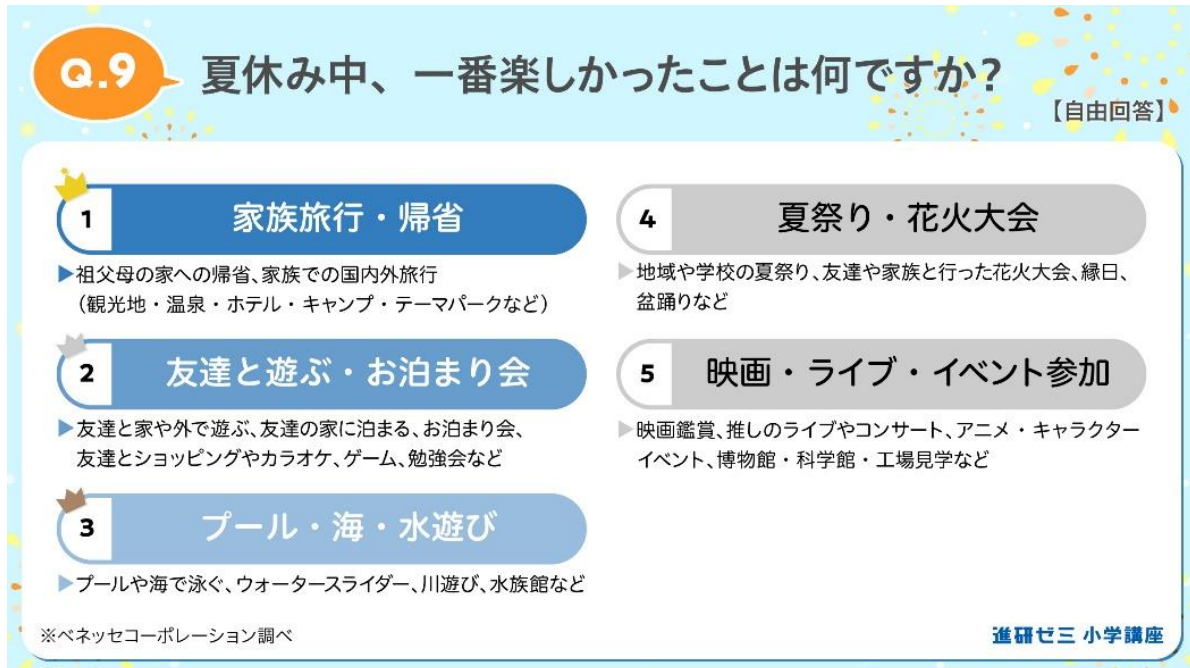
8. この夏休み、どんなことをして過ごしましたか？【複数選択】

この夏休みの過ごし方 1 位は「家でゆっくり」。2 位「ゲーム」、3 位「読書」と、室内での活動が上位に。家族旅行や習い事、友達と遊ぶなども子どもたちの夏を彩りました。



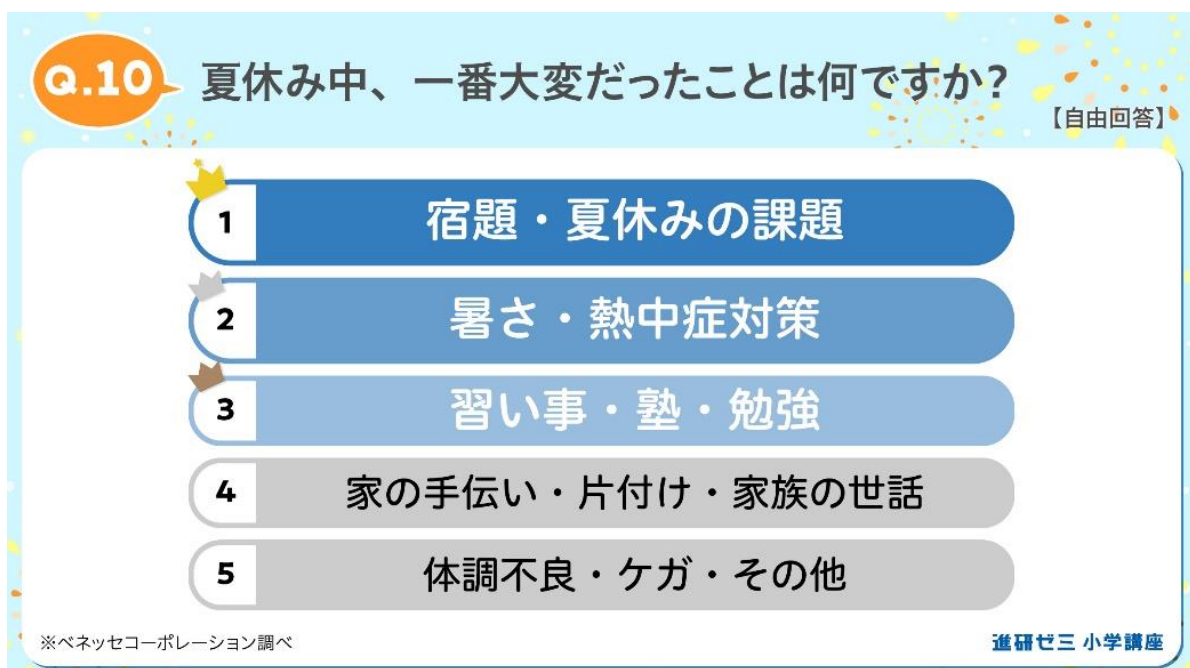
9. 夏休み中、一番楽しかったことは何ですか？【自由回答】

「家族旅行・帰省」が圧倒的 1 位。遠出や観光を楽しむ家庭が多く見られました。友達との交流やプール・海など夏らしい体験も上位にランクイン。夏祭りや花火大会、映画・ライブなど“非日常”のイベントも人気でした。



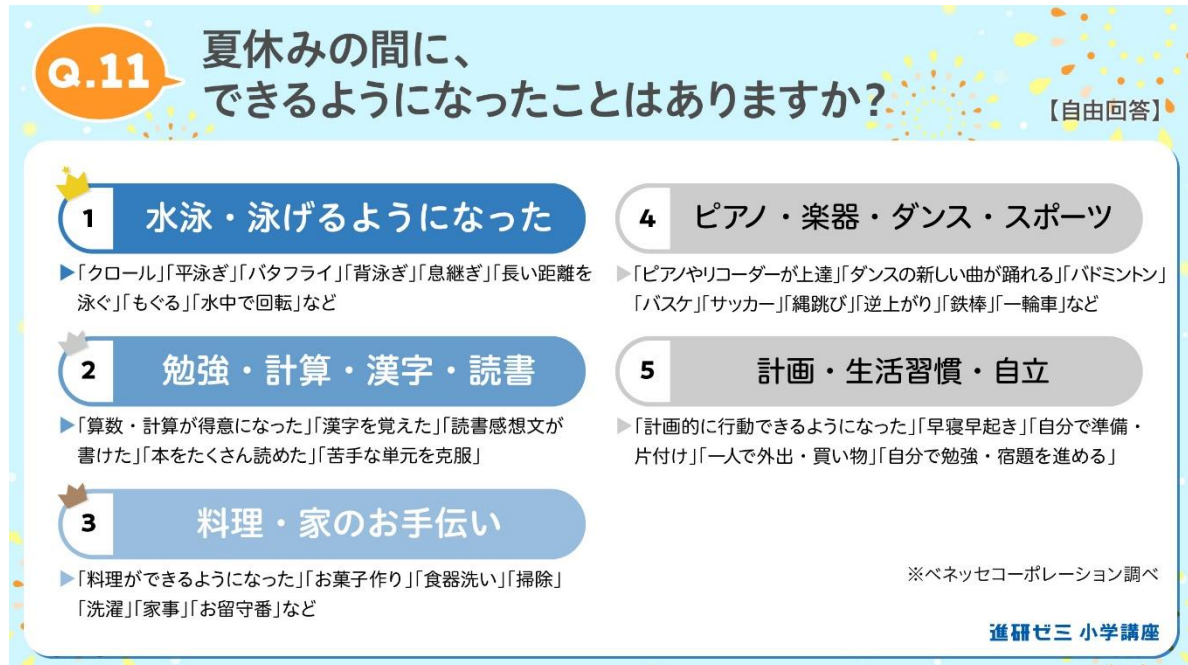
10. 夏休み中、一番大変だったことは何ですか？【自由回答】

「宿題・課題（自由研究含む）」が圧倒的 1 位で、夏休みの“定番の悩み”であることがうかがえます。今年は「暑さ」や「熱中症対策」も多く、異常気象への苦勞も目立ちました。習い事や家の手伝い、体調管理など、夏休みならではの“やることの多さ”に大変さを感じている子どもたちが多いという結果となりました。



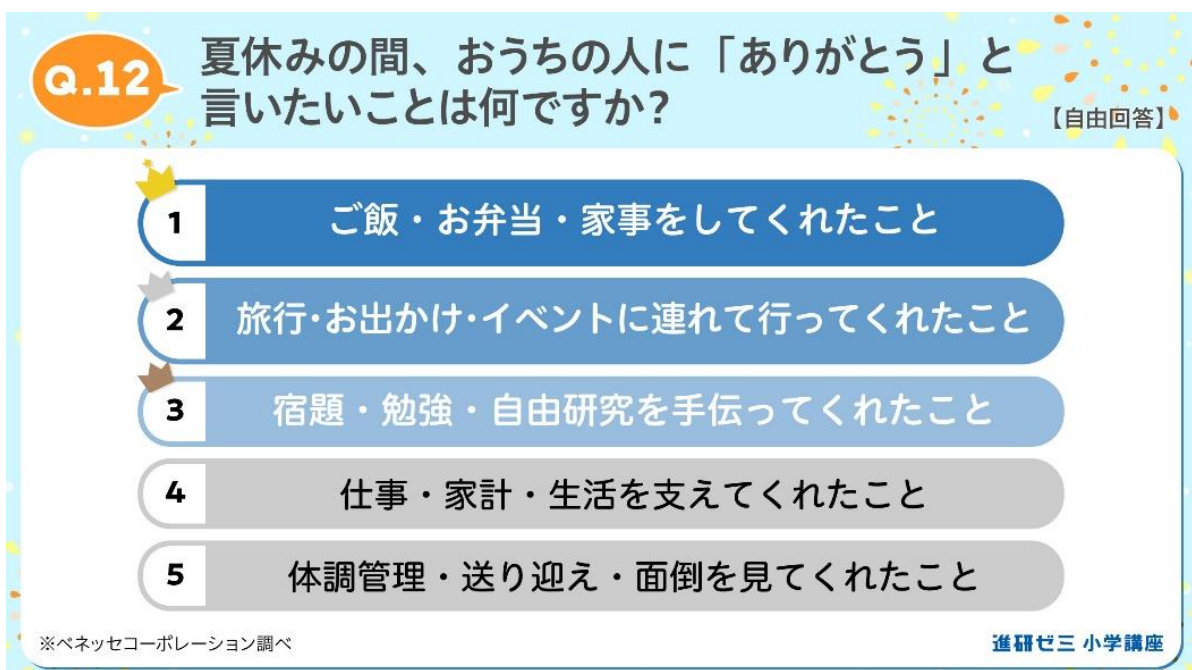
1 1. 夏休みの間に、できるようになったことはありますか？【自由回答】

夏休みにできるようになったことの第1位は「水泳」で、クロールや平泳ぎ、長い距離を泳ぐなどの成果が多く挙がりました。続いて「勉強」「料理や家のお手伝い」「楽器やスポーツ」「生活習慣・自立」が上位に並び、子どもたちが多方面で成長した姿が見えてきました。



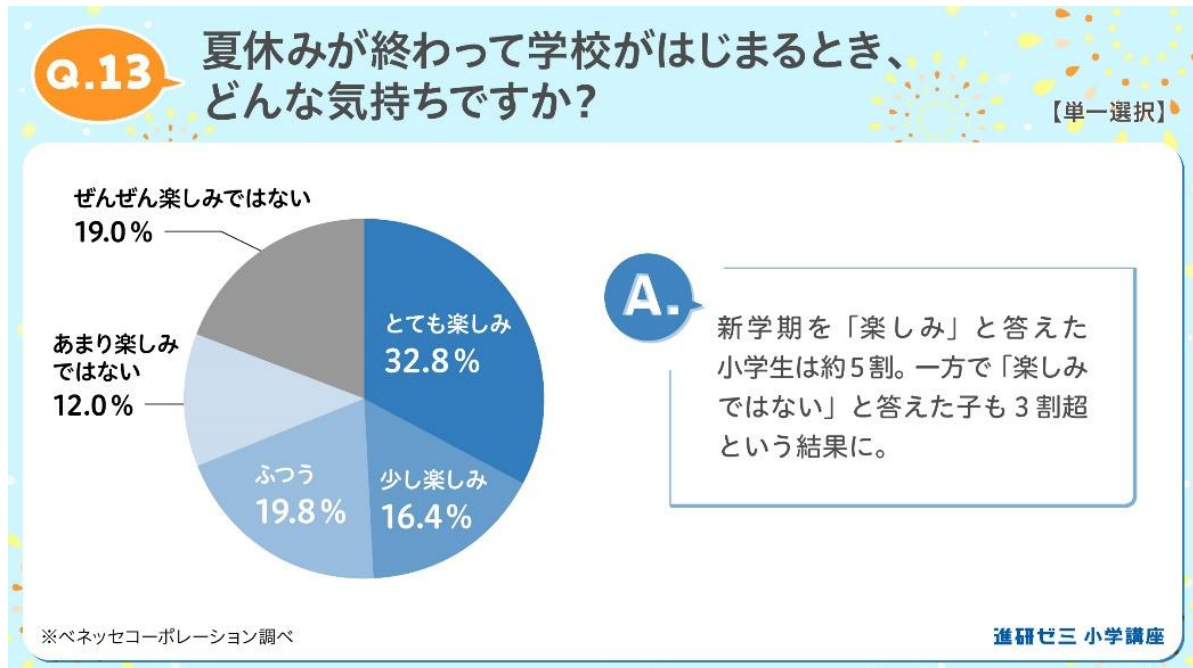
1 2. 夏休みの間、おうちの人に「ありがとう」と言いたいことは何ですか？【自由回答】

夏休み中、おうちの人への感謝の気持ちとして、「ごはん・お弁当・家事をしてくれたこと」「旅行・お出かけ・イベントに連れて行ってくれたこと」「宿題・勉強・自由研究を手伝ってくれたこと」などが多く挙げられました。



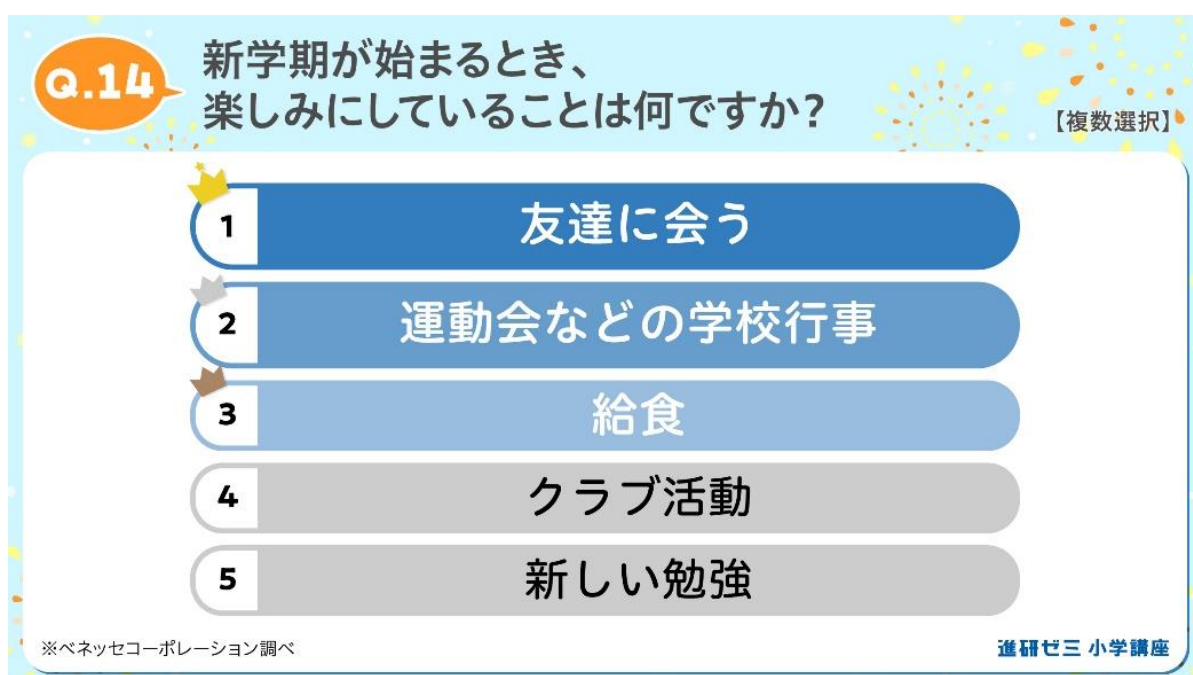
1 3. 夏休みが終わって学校が始まる時、どんな気持ちですか？【単一選択】

新学期を「とても楽しみ」「少し楽しみ」と答えた小学生は約 50%。一方で「あまり楽しみではない」「ぜんぜん楽しみではない」と答えた子は 31%という結果となり、期待と不安が入り混じる子どもたちの気持ちが見えてきました。



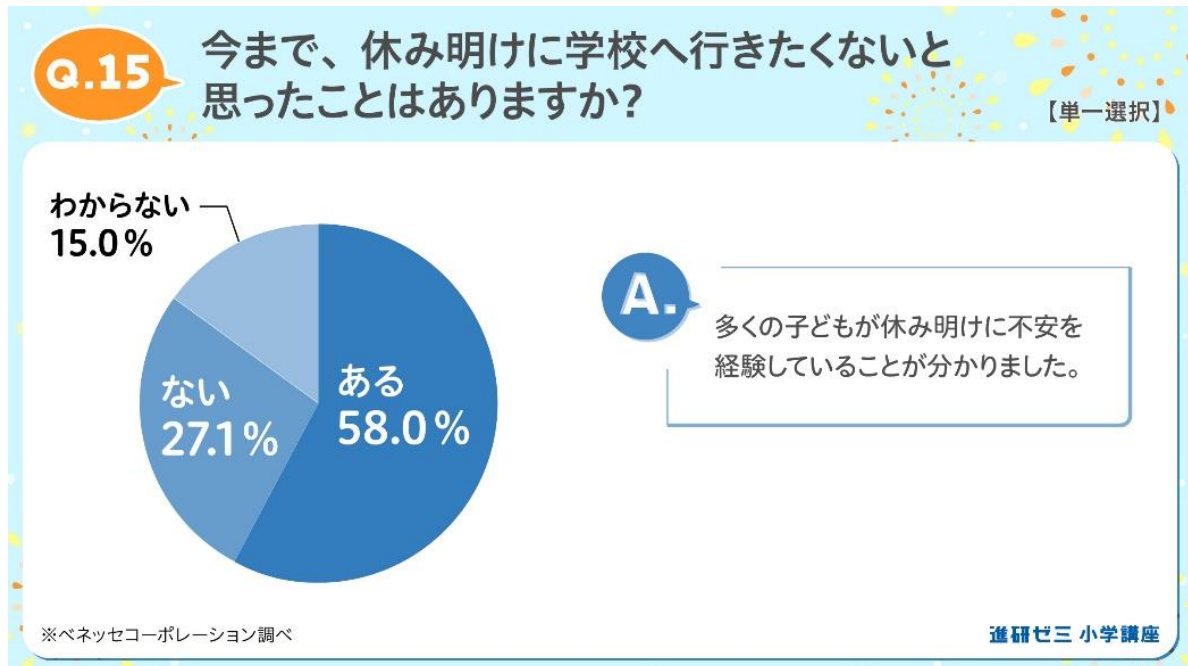
1 4. 新学期が始まる時、楽しみにしていることは何ですか？【複数選択】

新学期の楽しみは「友達に会う」が最多。次いで「運動会などの学校行事」「給食」「クラブ活動」「新しい勉強」が続き、学校生活への期待がうかがえました。



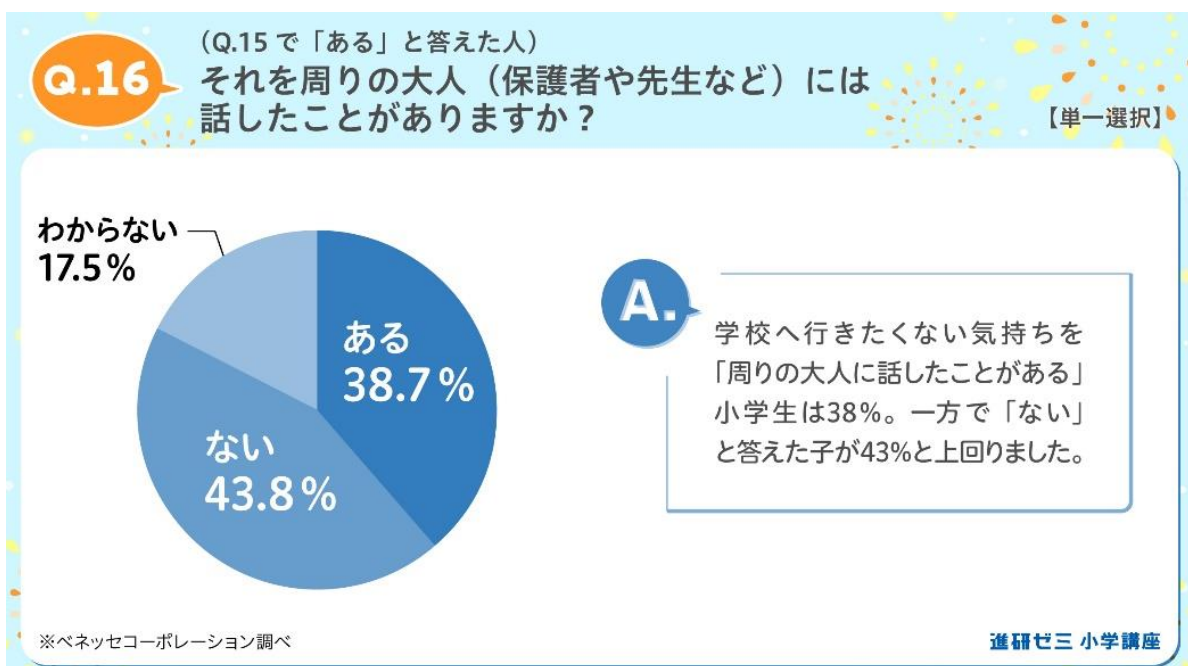
15. 今まで、休み明けに学校へ行きたくないと思ったことはありますか？【単一選択】

休み明けに「学校へ行きたくないと思ったことがある」と答えた小学生は 58%と半数を超え、多くの子どもが休み明けに不安を経験している実態が明らかになりました。



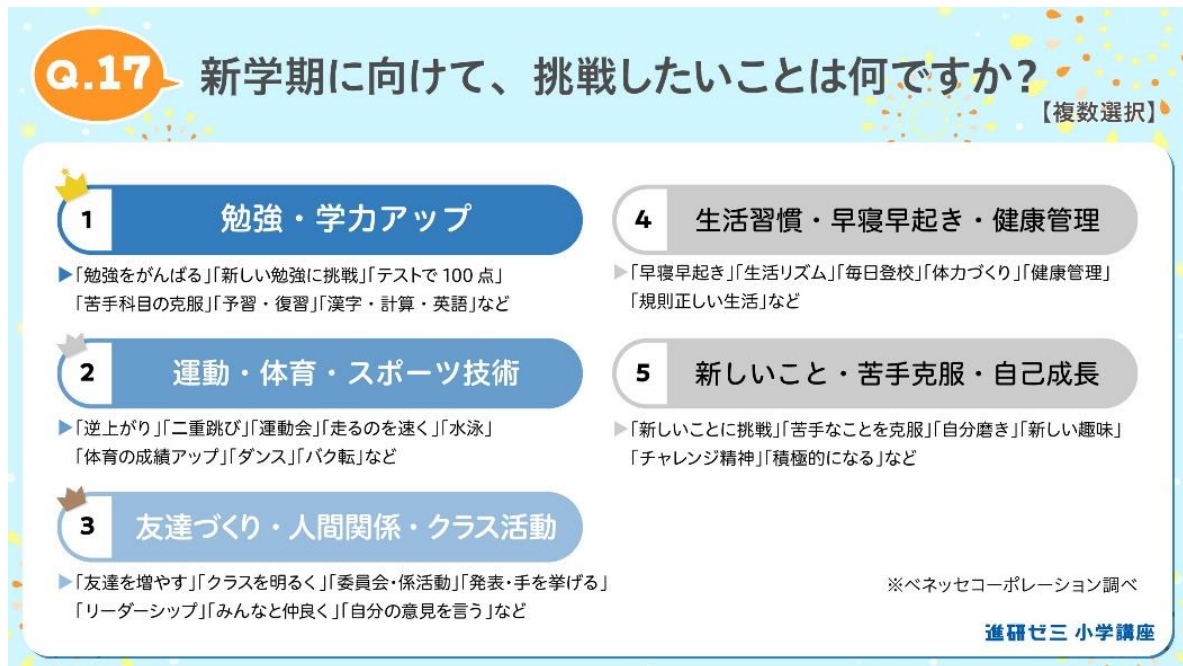
16. (Q.15で「ある」と答えた人) それを周りの大人(保護者や先生など)には話したことがありますか？【単一選択】

学校へ行きたくない気持ちを「周りの大人に話したことがある」小学生は 38%。一方で「ない」と答えた子が 43%と上回り、なかなか相談できない子どもたちの存在も浮き彫りとなりました。



17. 新学期に向けて、挑戦したいことは何ですか？【複数選択】

新学期に挑戦したいことの1位は「勉強・学力アップ」。次いで「運動・体育・スポーツ」「友達づくり・人間関係・クラス活動」「生活習慣・早寝早起き・健康管理」「新しいこと・苦手克服・自己成長」と、学びや成長に前向きな意欲が目立ちました。



調査の結果を受けて

ベネッセコーポレーション 小学生事業本部 本部長（進研ゼミ 小学講座 責任者） 水上 宙土のコメント



「今回の調査から、記録的な暑さの中でも、子どもたちが自ら工夫しながら学びや遊びを続け、着実に成長を重ねている姿が浮かび上がりました。水泳や勉強、料理や生活習慣など、夏休みの挑戦を通じて新たな力を身につけていることは、大変心強い成果だと感じています。一方で、新学期を迎えるにあたり「楽しみ」と感じる子もいれば、不安や行きたくない気持ちを抱える子もいます。長期休みから大きく生活リズムが切り替わるタイミングなので、不安を感じている子どもも少なくありません。子どもの小さな挑戦や努力を温かく認め、安心して気持ちを話せる環境を整えることが何よりの支えになるのではないのでしょうか。

子どもたちの率直で豊かな視点は、今の社会に新たな気づきをもたらしてくれます。本調査が、大人が子どもの声に耳を傾け、共によりよい社会について考えるきっかけとなれば幸いです。」

■ 調査概要

- ・「進研ゼミ 小学講座」の利用者を対象にした Web 調査
- ・調査対象：全国の小学 3～6 年生の男女
- ・実施時期：2025 年 8 月 13 日～2025 年 8 月 19 日
- ・有効回答数：6,665 件（女子 4,541 人/男子 1,535 人/性別無回答・その他 589 人）

※本調査では、設問ごとに選択式と自由回答形式を併用。選択式で傾向を把握しつつ、自由回答では子どもたちの生の声を抽出しました。

※本調査結果は引用・転載いただけますが、その際は必ず「ベネッセコーポレーション調べ」と出典を明記してください。数値やランキングの一部のみを紹介いただく場合も同様に、出典を添えてご活用くださいますようお願いいたします。

「進研ゼミ 小学講座」<https://sho.benesse.co.jp/>

小学生利用者数 No.1※の「進研ゼミ 小学講座」は、小学 1 年生から小学 6 年生まで継続してご利用いただける家庭学習サービスです。「勉強が好きになる！」をコンセプトにお子様の学校の教科書や授業の進度、お一人おひとりの理解度や目標に合わせて、効果的に学習を進めていただけます。

※個人で申し込んで 2024 年 4 月に利用した学校・参考書・問題集以外の学習法において、小学生の利用率を調査。文部科学省「令和 5 年度学校基本調査」の児童数を用い利用者数を推計。比較した事業者は矢野経済研究所「2023 年版教育産業白書」をもとに選定。

■「進研ゼミ 小学講座」youtube チャンネル

https://youtube.com/@shinkenzeni_shougakukouza?si=8s0xQU6T0rx8V_Wh

「小学生の勉強が好きになる」を応援する 進研ゼミ 小学講座 公式チャンネルです。

「1～2 年生：親子で一緒に楽しく学べる」「3～6 年生：新たな発見ができる」動画を毎週月・水・木の 7:00 頃に配信中。人気キャラクター「コラシ」の動画や、小学生からの投稿によって作られたコンテンツも続々配信しています。

