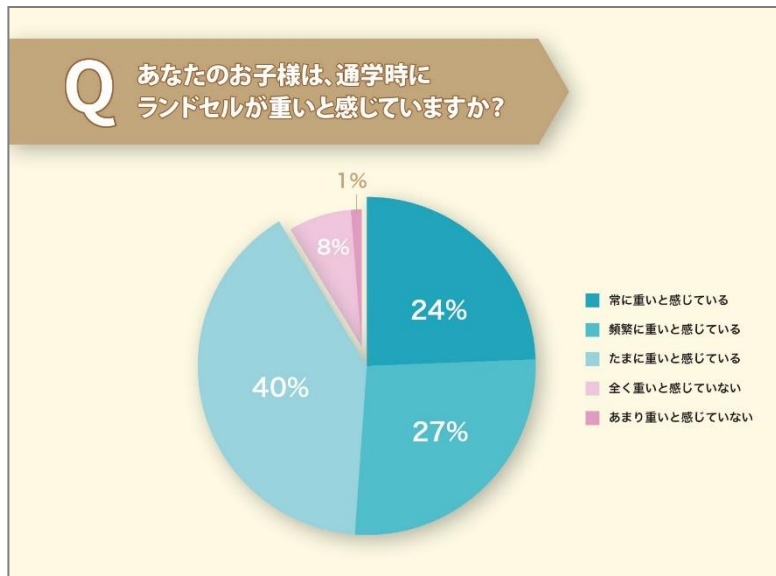


## 「ランドセルの重さに関する意識調査（2024年3月実施）」



### 【調査概要】

タイトル：2023年度ランドセルの重さに関する意識調査

調査対象：通学にランドセルを使用している小学校1～3年生とその親 1,200組

調査期間：2024年3月15日～21日

調査方法：インターネットによる調査（クロスマーケティング）

調査地域：全国

実施機関：フットマーク株式会社

### 【調査サマリー】

#### ① 小学生の約9割がランドセルが重いと実感。ランドセルの平均の重さは4.13kgで昨年より微減

小学生の91.4%が「ランドセルが重い」と感じていると回答。保護者の87%もランドセルが重すぎるのではないかと感じていることが分かりました。ランドセルの平均の重さは4.13kgで、昨年度の4.28kgより微減。

#### ② 3人に1人が通学時に肩や腰・背中など身体の痛みを訴えた経験がある

ランドセルが重いと感じている小学生のうち、3人に1人が通学を嫌った経験があり、通学時に肩や腰・背中など身体の痛みを訴えたことがあり「ランドセル症候群」が懸念される結果となりました。

#### ③ 置き勉禁止は減少傾向。しかし置き勉は禁止されていないけれど、持ち帰りしている子どもは64%

置き勉禁止については前回の41.7%に比べ31.5%と減少傾向ですが、禁止はされていないけれど持ち帰りをしている子どもは64%。主な理由は「家庭学習のため」「何となく持って帰ってきている」が上位に上がりました。

#### ④ 体に負担の少ないカバンに買い替えを検討したい親はほぼ横ばいで64.4%

前回の64.5%からほぼ横ばいの64.4%の親がより体に負担の少ないカバンがあれば買い替えを検討したいと回答。革製以外のランドセルの存在を認知している親も前回41.8%から55.2%にアップ。ランドセルの選びの多様性が感じられる結果となりました。

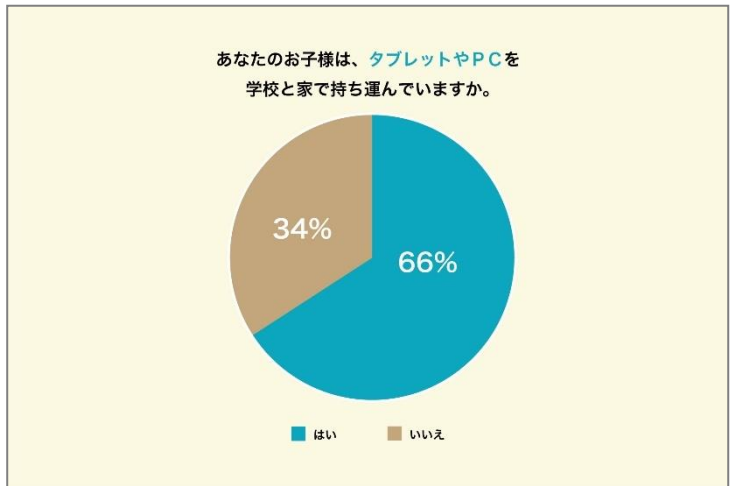
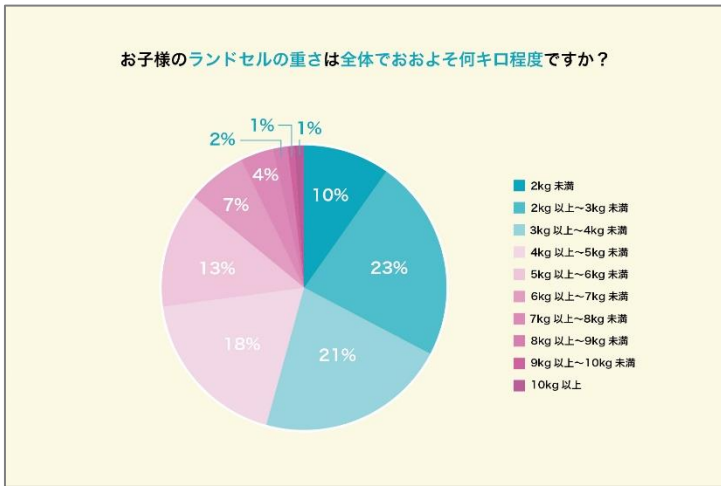
**■重さ問題：ランドセルの平均の重さは減少しているものの、タブレット・PCの持ち運びで新たな負担増**

昨年の調査よりランドセルの平均の重さは 4.28kg から 4.13kg に微減。白土先生はこの要因について「徐々に置き勉が推奨されてきていることが大きいと推測される」とコメント。

パソコンやタブレット端末に文字や画像を表示して使う「デジタル教科書」の導入が、2024 年から学校現場で本格導入される予定ですが、当面は紙との併用が望ましいとの見解を文部科学省は発表しています。調査の回答からもタブレットや PC と紙の教科書を併用している子どもは 8 割を超えており、さらには 65.8%が持ち運びをしている結果でした。またコロナ禍や昨今の熱中症対策の一環で「水筒を持参している」子どもも一定数いることがわかりました。

荷物の重さに大きく影響しているのが「置き勉」の可否ですが、禁止されている子どもは 32%。しかし禁止されていないが、「家庭学習のため」「何となく持って帰ってきている」が62.1%ででした。

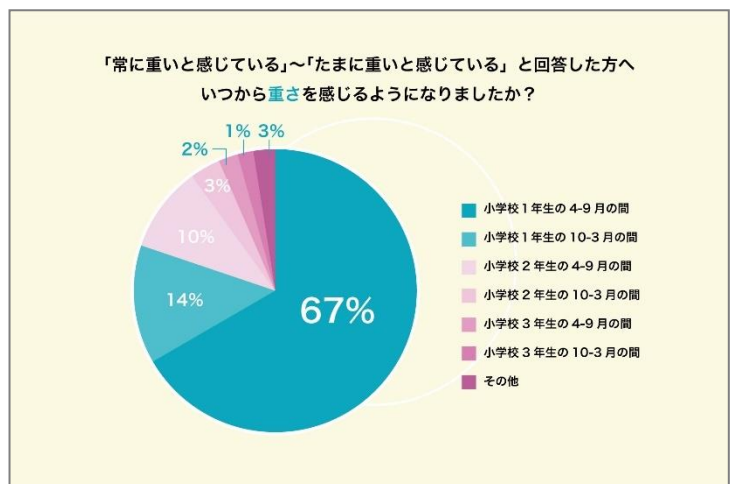
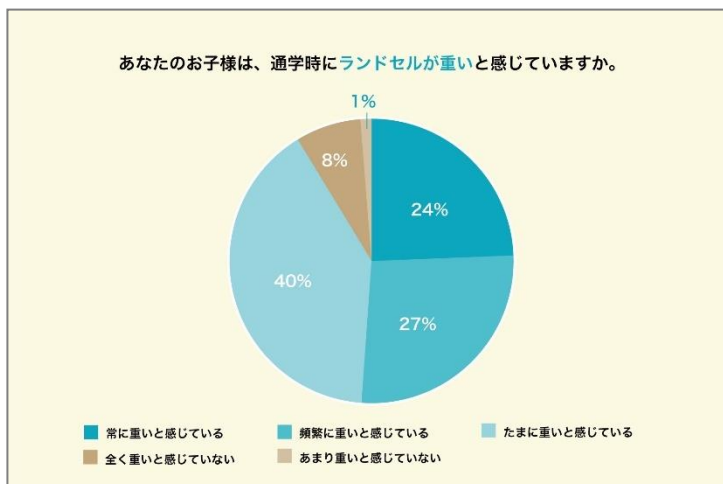
さらに毎日の荷物では「時間割の教科以外の荷物を持ち運んでいる」も子どももおり、白土先生は「児童は忘れ物をしないために全ての教科に対応出来るよう、(時間割に関係なく)全教科分を詰め込んでいる。保護者は一緒に時間割を見て、該当科目のみをランドセルに入れる事を提唱したい。」とコメントされました。



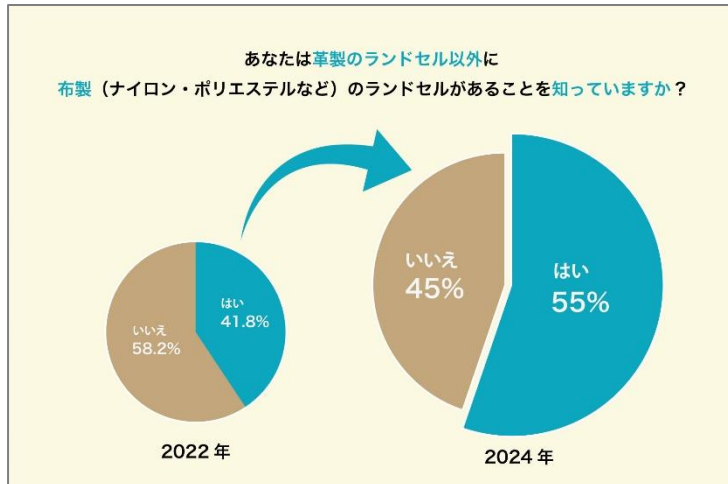
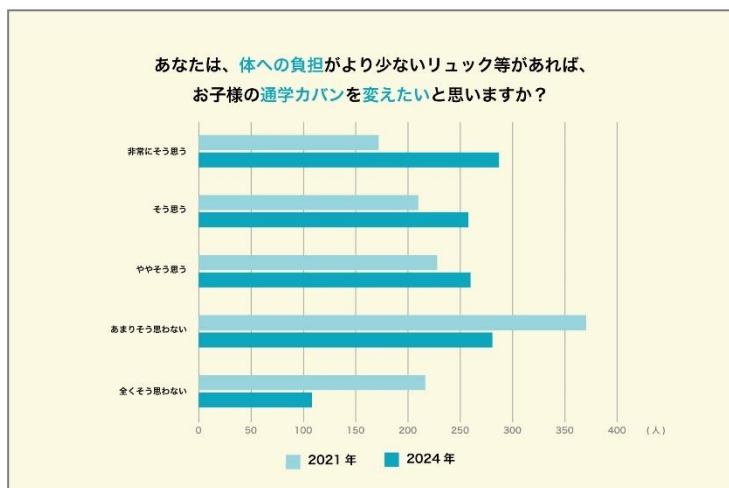
**■体への負担問題：小学生の 9 割が「ランドセルが重い」と回答。小学生の 3 人に 1 人が実感する「通学ブルー」＋「身体の痛み」**

今回の調査でランドセルが重いと回答したのは 91.4%。うち 3kg 以上の荷物を背負う小学生は 67%で、このまま荷物を背負って登校を続けると「ランドセル症候群」に陥る可能性があることが判明しました。ただランドセルの重さや痛みを訴える子ども、重たいことにより学校に行きたくないと感じる子どもの数は 2022 年と比較するといずれも減少傾向でした。これについて白土先生は「たしかに数字的には減っていますが、低学年時は生まれ月によって体格差が大きいため、軽くなったとは言え、苦痛を訴える児童は存在します。引き続き現場の実態にそって解決策を見出していくことが重要」とコメントしました。

また荷物が重いと感じいたのは「小学校 1 年生の 4 月~9 月時」が 66.7%と最も多く、「購入時は上り坂も、降雨も想定しない上、ランドセルの中身は空の状態、入学後に愕然とするケースが多く見られます」と推察しました。



## ■ランドセルの選択肢多様化：より体への負担が少ない通学カバンへの買い替え意向は2021年と比較し13.4%増



今回の調査では64.4%の親子が「身体に負担の少ないカバンがあるなら買い替えを検討したい」と回答。2年前と比較すると13.4%増えていることが分かりました。また「革製のランドセル以外にナイロン製・ポリエステル製のランドセルがあることを知っている」親は55.2%で、前回の41.8%から13.4%増。実際に買い替えを検討した親は調査開始時と比較すると2.3倍増という結果でした。白土先生は「布製のランドセルは、経済的で丈夫でデザインも優れ、機能的である事、カラーバリエーションの豊富さなどが選択される要因と考えます。一番は人と違ったものでも許容されるようになった時代背景も大きいと思います」との見解を述べました。

最近では自治体が新一年生に軽量カバンを提供するケースも見られます。「背景にはランドセルの購入価格の高額化も影響のひとつであると考えられます。購入価格は平均5～6万円未満が24.1%、6～7万円未満が22.5%と大きな割合を占めており、ランドセルは大変高価な存在であることが分かります。それにより格差の象徴となりえる懸念もあります。」と白土先生はコメント。

最後に「ランドセル＝革製という考え方以外にも多様な選択肢が生まれてきていることは良い傾向です。今後も児童と保護者が数ある製品の中から、好みのものを選択でき、相棒のランドセルを背負い楽しく登校できる良い時代がますます広がっていくと推察します」とコメントしました。

※ランドセル症候群とは…自分の身体に合わない重さや大きさのランドセルを背負ったまま長時間通学することによるココロとカラダの不調を表す言葉です。具体的には、小さな体で3kg以上の重さがある通学カバンを背負いながら通学することによる筋肉痛や肩こり、腰痛などの身体異常だけではなく、通学自体が憂鬱に感じるなど気持ちの面にまで影響を及ぼす状態です。(2021年に大正大学・白土健教授、たかの整形外科 院長・高野勇人先生が提唱)



### 【監修者プロフィール】

白土 健（しらど・たけし）大正大学副学長 地域創生学部地域創生学科教授  
 明治大学政治経済学部卒、多摩大学大学院経営情報学研究科修了。株式会社プリンスホテル、財団法人日本ホテル教育センター（現一般社団法人日本ホテル教育センター）企画開発室長、シダックス株式会社社長室、育英短期大学、松蔭女子大学を経て現職。子どもの関わる消費ビジネスを主に研究し、小学生のランドセルの重さに関する調査を実施。

□ 本件に関する報道関係者様からのお問い合わせ先 □

フットマーク株式会社・広報室/TEL 03-3846-3382 e-mail [webmaster@footmark.co.jp](mailto:webmaster@footmark.co.jp)

担当/吉河：070-8821-3911 飯田：070-2480-7413