2025 年 8 月 26 日

高校の部活動と勉強に関する実態調査

「子どもは勉強と部活動を両立できている」 高校生保護者 7 割

部活動のメリットは「人間関係」と「協調性・チームワーク」

株式会社増進会ホールディングス（Z 会グループ）のグループ会社、株式会社栄光（本社：東京都千代田区　代表取締役社長：下田勝昭）が運営する進学塾・栄光ゼミナールは、2025 年 7 月 5 日（土）～7 月 15 日（火）に、「高校の部活動と勉強に関する実態調査」を実施し、高校 1 年生～高校 3 年生の子どもを持つ保護者 641 人の有効回答が得られました。
「中学校の部活動と勉強に関する実態調査」も実施しています。

■部活動を選ぶ際に保護者として気にかけたこと 「子どもがやりたいと思える、楽しめる」が 8 割超で最多
■部活動のメリットは「人間関係が広がる」「協調性・チームワークが身に付く」
■部活動のデメリットは「勉強時間が減る」が 46%、一方「特にない」も 36%
■部活動の日数は週 5 日が最多　適切だと思う日数は週 3・4 日
■保護者の約 7 割が「子どもは部活動と勉強の両立ができている」と評価
■子どもが所属する部活動に「学校の先生以外の指導員がいる」41%　前回調査（2023 年）より約 5 ポイント増加

栄光ゼミナール調べ

＜調査概要＞

調査対象：栄光の教室に通う高校 1 年生～高校 3 年生の子どもを持つ保護者

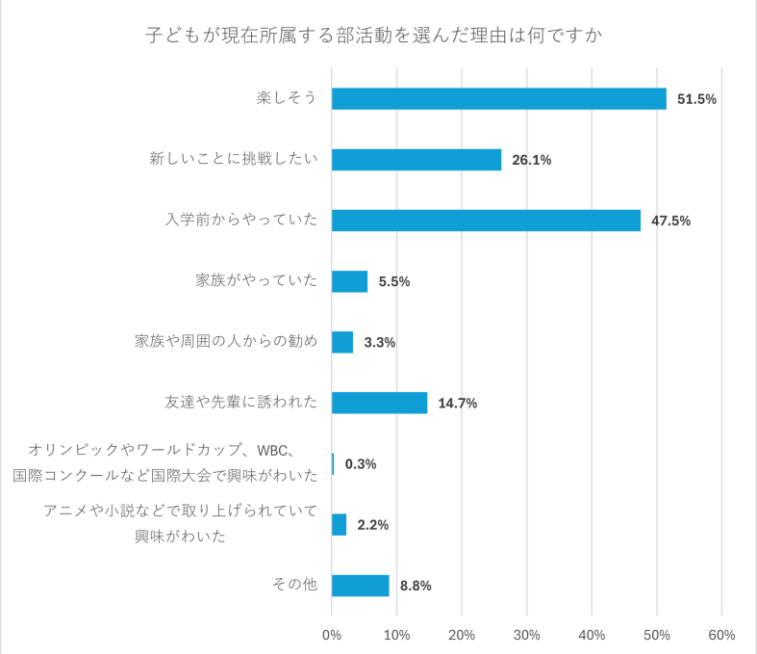
調査方法：インターネット調査

調査期間：2025 年 7 月 5 日（土）～7 月 15 日（火）

回答者数：641 名

子どもが現在所属する部活動を選んだ理由は何ですか。

（n＝ 579、総回答数 926、複数回答方式（あてはまるものすべて））



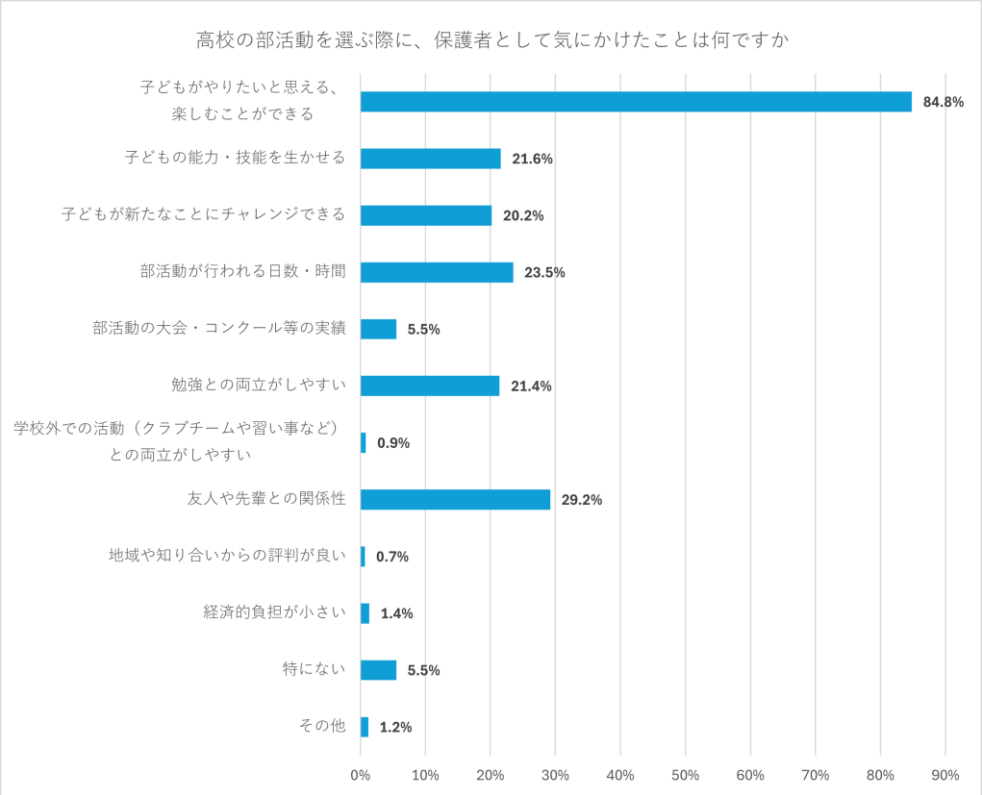
高校生の保護者に、子どもの部活動の所属について聞いたところ、53.7%が「運動部」に、36.7%が「文化部」に所属していることが分かった。「部活動に所属していない」のは 9.7%だった。

次に、子どもが部活動に所属していると回答した保護者に、子どもがその部活動を選んだ理由を聞いたところ、最も多かったのは「楽しそう」で 51.5%、次いで「入学前からやっていた」47.5%だった。

中学校で所属していた部活動を、高校入学後も継続している高校生も少なくないと考えられる。

部活動を選ぶ際に、保護者として気にかけたことは何ですか。

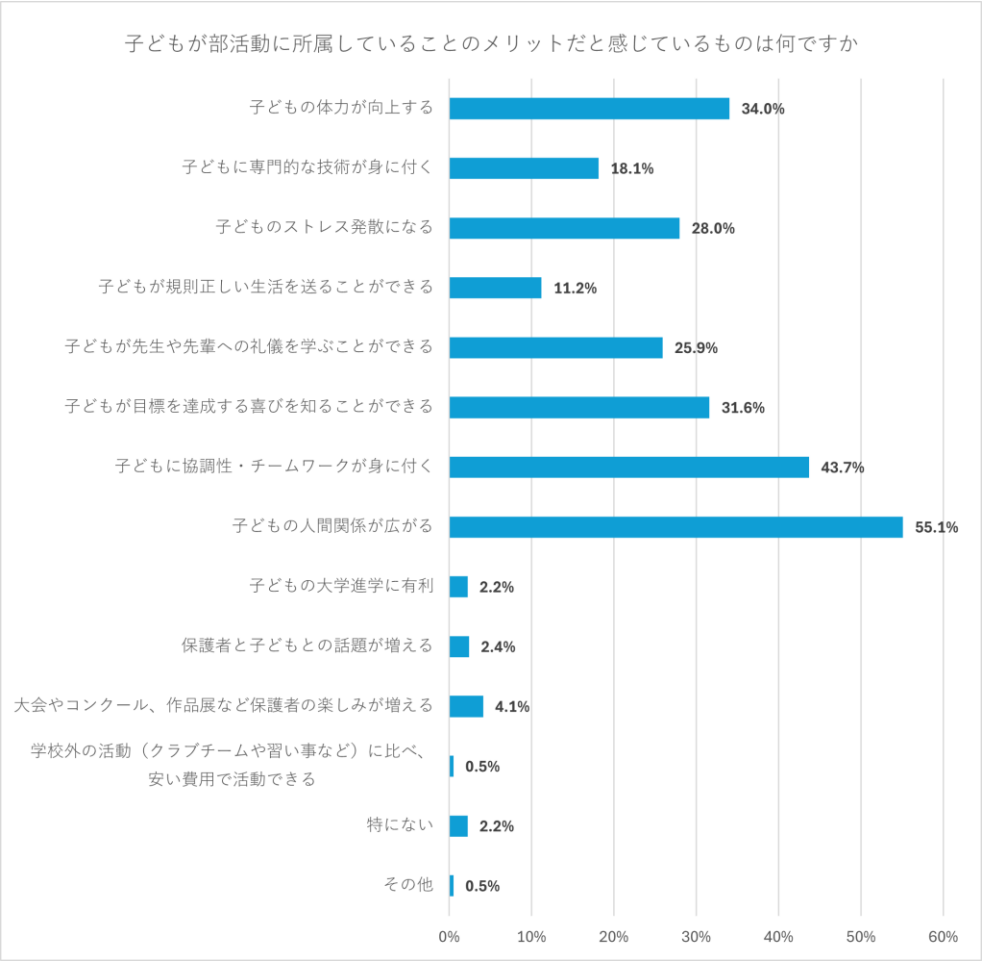
（n＝ 579、総回答数 1250、複数回答方式（あてはまるものすべて））



子どもが部活動を選ぶ際に、保護者として気にかけたことを聞いた。最も多かったのは「子どもがやりたいと思える、楽しむことができる」で 84.8%にのぼった。次いで「友人や先輩との関係性」が 29.2%だった。

子どもが部活動に所属していることのメリットだと感じているものは何ですか。

（n＝ 579、総回答数 1504、複数回答方式（最大３つ））



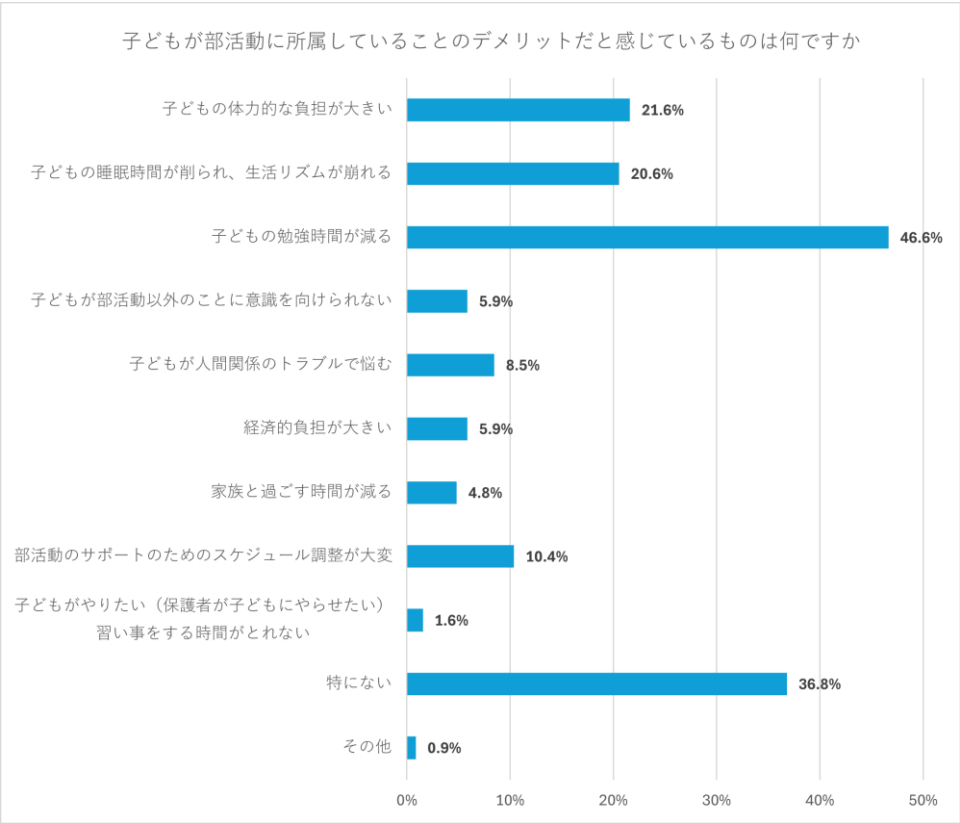
保護者が感じている、子どもが部活動に所属していることのメリットを保護者に聞いた。

「子どもの人間関係が広がる」が最も多く 55.1%、次いで「子どもに協調性・チームワークが身に付く」が 43.7%だった。また、「子どもの体力が向上する」「子どもが目標を達成する喜びを知ることができる」も、3 割以上の保護者が、部活動に所属していることのメリットだと回答した。

高校生が部活動に所属していることで、人間関係や協調性など、子どもと周囲との関わりの面で良い影響を与えていると感じている保護者が多いようだ。

子どもが部活動に所属していることのデメリットだと感じているものは何ですか。

（n = 579、総回答数 946、複数回答方式（最大 3 つ））



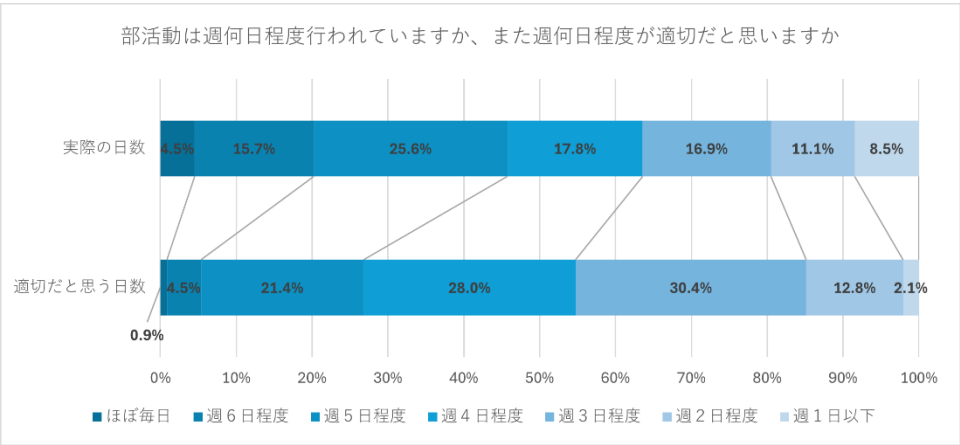
保護者が感じている、子どもが部活動に所属していることのデメリットを保護者に聞いた。

最も多かったのは「子どもの勉強時間が減る」で 46.6%、次いで「特にない」が 36.8%だった。

部活動により勉強時間が減ってしまうことを気にかける保護者が多いものの、特にデメリットを感じていない保護者も少なくないことが分かった。

部活動は週何日程度行われていますか、また週何日程度が適切だと思いますか。

（n =579、単一回答方式）



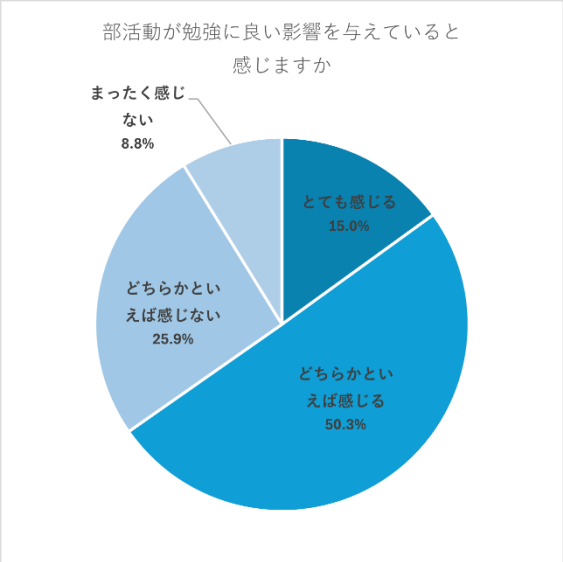
保護者に、現在の部活動の活動日数と、適切だと思う活動日数を聞いた。

実際の活動日数をみると、最も多いのは「週 5 日程度」で 25.6%、次いで「週 4 日程度」で 17.8%、「週 3 日程度」が 16.9%だった。適切だと思う活動日数は、「週 3 日程度」が 30.4%、「週 4 日程度」が 28.0%、「週 5 日程度」が 21.4%と、実際の活動日数よりも少ない日数が適切だと考えている傾向があることがわかった。

2023 年 5 月に実施した同調査と比較すると、部活動の実際の活動日数について、「週 3 日程度」が 17.2%から 16.9%、「週 4 日程度」が 17.7%から 17.8%、「週 5 日程度」が 24.9%から 25.6%だった。その他の実際の活動日数の割合も 1 ポイント未満の変動であり、全体の傾向に大きな変化は見られなかった。同じく、適切だと思う活動日数についても、「週 4 日程度」「週 3 日程度」が適切だと考える保護者が約 6 割であるという結果に変わりなかった。

部活動が勉強に良い影響を与えていると感じますか。

（ｎ＝579、単一回答方式）

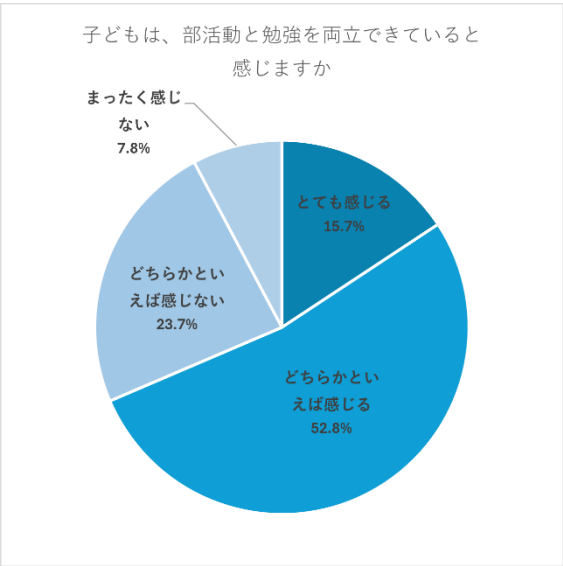


保護者に、部活動が子どもの勉強に良い影響を与えていると感じるかを聞いた。

「とても感じる」が 15.0%、「どちらかといえば感じる」が 50.3%と、約 3 人に 2 人の保護者が、部活動が子どもの勉強に良い影響を与えていると感じているようだ。

子どもは、部活動と勉強を両立できていると感じますか。

（ｎ＝579、単一回答方式）

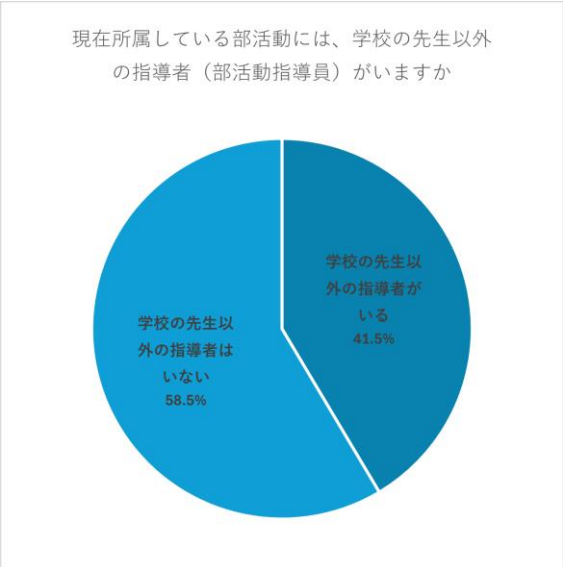


保護者に、子どもが部活動と勉強を両立できていると感じるかを聞いた。

「とても感じる」が 15.7%、「どちらかといえば感じる」が 52.8%となった。多くの保護者が、子どもが部活動と勉強を両立できていると感じており、両立しようとする姿勢や努力を評価しているようだ。

現在所属している部活動には、学校の先生以外の指導者（部活動指導員）がいますか。

（ｎ＝579、単一回答方式）



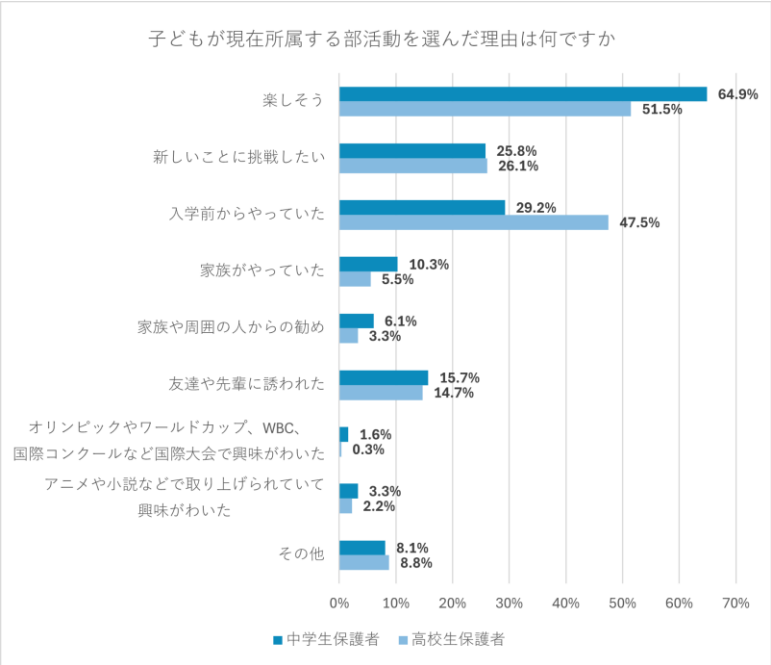
現在子どもが所属している部活動に、学校の先生以外の外部のコーチや部活動指導員がいるかを聞いたところ、「学校の先生以外の指導員がいる」は 41.5%、「学校の先生以外の指導員はいない」は 58.5%だった。

2023 年 5 月に実施した同調査と比較すると、「学校の先生以外の指導員がいる」と回答した保護者の割合は、36.7%から 41.5%と、約 5 ポイント増加していた。

【中学校の部活動と高校の部活動の比較】

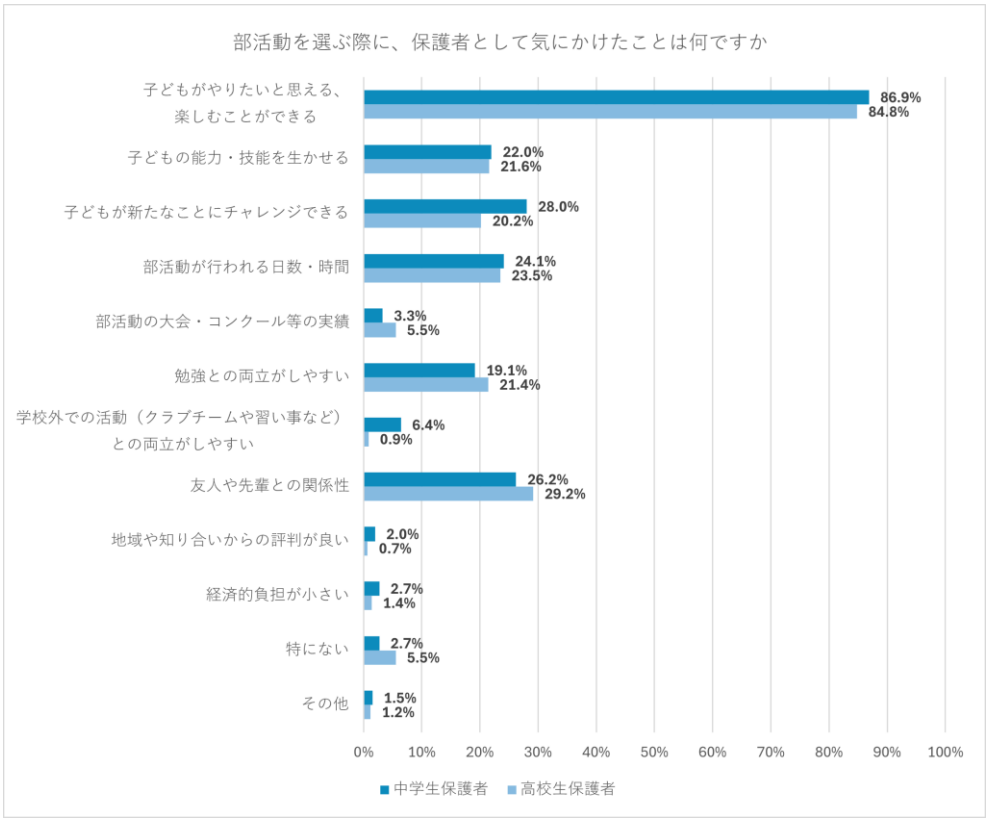
※中学生保護者と高校生保護者がそれぞれ、現在子どもが所属している部活動について回答した内容を比較。なお、中学生保護者 1459 人のうち、「子どもが部活動に所属している」93.8%、「子どもが部活動に所属していない」6.2%。高校生保護者 641 人のうち、「子どもが部活動に所属している」90.3%、「子どもが部活動に所属していない」9.7%。

（1）子どもが現在所属する部活動を選んだ理由は何ですか。



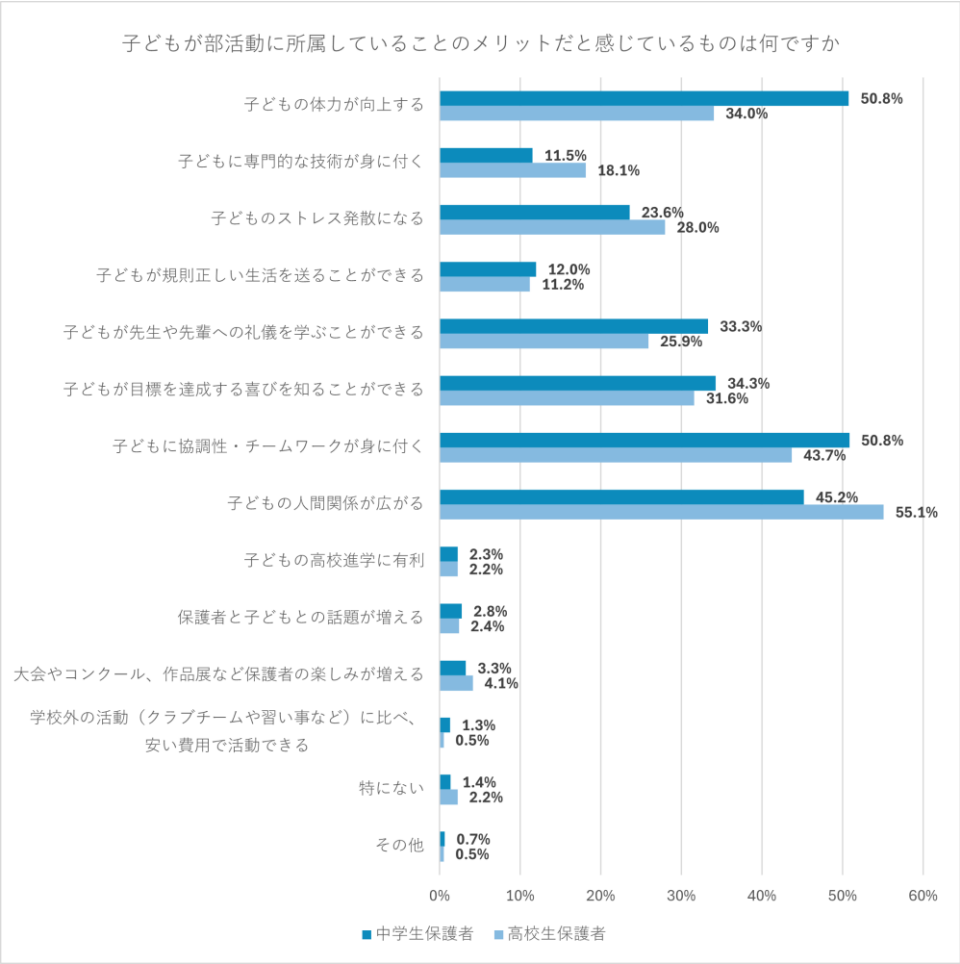
中学生保護者と高校生保護者のどちらも「楽しそう」が最も回答が多かった。また、高校生保護者は「入学前からやっていた」が多く、高校入学後も中学校で所属していた部活動を選ぶことが多いためと考えられる。

（2）部活動を選ぶ際に、保護者として気にかけたことは何ですか。



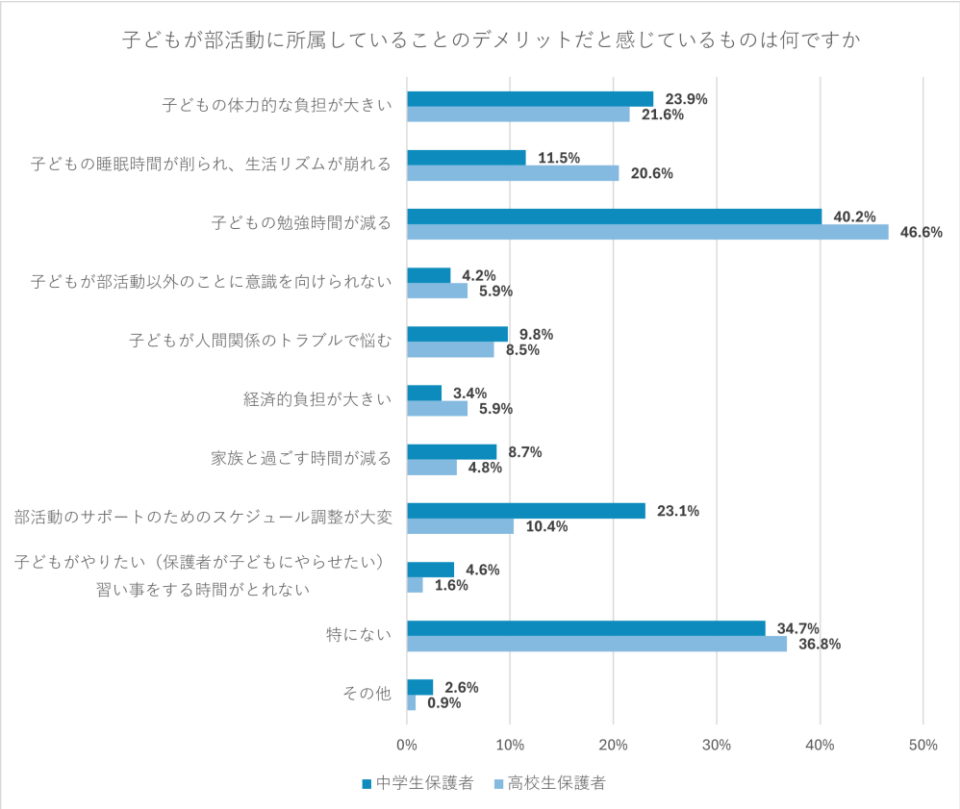
中学生保護者と高校生保護者のどちらも「子どもがやりたいと思える、楽しむことができる」と回答した割合が 8 割以上にのぼった。また、「子どもが新たなことにチャレンジできる」と回答した割合は、中学生保護者が高校生保護者より多かったが、中学入学を機に、部活動を通じて新たな挑戦ができることを期待する保護者が多いと考えられる。

（3）子どもが部活動に所属していることのメリットだと感じているものは何ですか。



中学生保護者は高校生保護者よりも、特に「子どもの体力が向上する」点でのメリットを強く感じていることが分かった。高校生保護者は「子どもの人間関係が広がる」という点でメリットを感じているようだ。

（4）子どもが部活動に所属していることのデメリットだと感じているものは何ですか。



中学生保護者と高校生保護者のどちらも最も回答が多かったのは「子どもの勉強時間が減る」だった。最も割合に差が出たのは「部活動のサポートのためのスケジュール調整が大変」で、10 ポイント以上の違いが見られた。中学生から部活動が始まり、小学生の時とはスケジュールが一変することや、高校生になると保護者のサポートをあまり必要としないことなどが影響していると思われる。一方で、どちらも 4 割弱の保護者が「特にない」と回答しており、デメリットを感じていない保護者も少なくないと考えられる。

◆大学受験ナビオ・栄光の個別ビザビが、勉強と部活動の両立をサポートします

大学受験ナビオでは、大学受験の知識が豊富な「ナビゲーター」が生徒一人ひとりにつき、「１対１で」「授業時間外で」「定期的に」面談（ナビゲーション）を実施しています。志望校や学力状況に応じて必要な学習プランを作成し、プラン通りに学習が進んでいるか、成績の状況はどうかなどを丁寧に確認しながらアドバイスします。

https://www.eikoh.co.jp/daigakujuken/

栄光の個別ビザビでは、受講曜日・時間割を選べるので、部活動と勉強を無理なく両立できます。振替授業も可能です。

https://www.eikoh.co.jp/kobetsu/koukou/

会社概要

中学受験、高校受験対策の進学塾「栄光ゼミナール」や個別指導で目標達成へ導く学習塾「栄光の個別ビザビ」、大学受験対策塾「大学受験ナビオ」等を、首都圏を中心に展開。国内屈指の規模を持つ進学塾として多くの塾生をお預かりしています。また、オンライン授業に特化した中学・高校・大学受験指導の進学塾「EIKOH LiNKSTUDY」を開講。生徒の学ぶ意欲を引き出し、自ら学ぶ姿勢を育てることはもちろん、豊富なデータや経験を活かして効果的に指導を行い、中学受験・高校受験・大学受験合格へ導きます。

また、科学実験専門教室やロボット・プログラミング教室のＳＴＥＭ教育事業も行っています。

本社：東京都千代田区富士見二丁目 11 番 11 号

代表：代表取締役社長　下田勝昭

設立：1980 年 7 月

本件に関する問い合わせ

株式会社Ｚ会ホールディングス　広報　渡辺・大竹

電話：03-5275-1685　　メールアドレス：proffice@zkai-hd.co.jp