報道関係者各位

2018年12月13日
株式会社明光ネットワークジャパン
http://www.meikonet.co.jp/
（コード番号 4668 東証第一部）

いよいよ受験本番！受験生の母親600名に聞きました。

明光義塾調べ【受験生のサポート実態調査 2018】

受験生のサポート、母親が最も大変なのは「体調管理（37.3%）」

7割以上の母親が受験生のサポートにストレスを感じている！

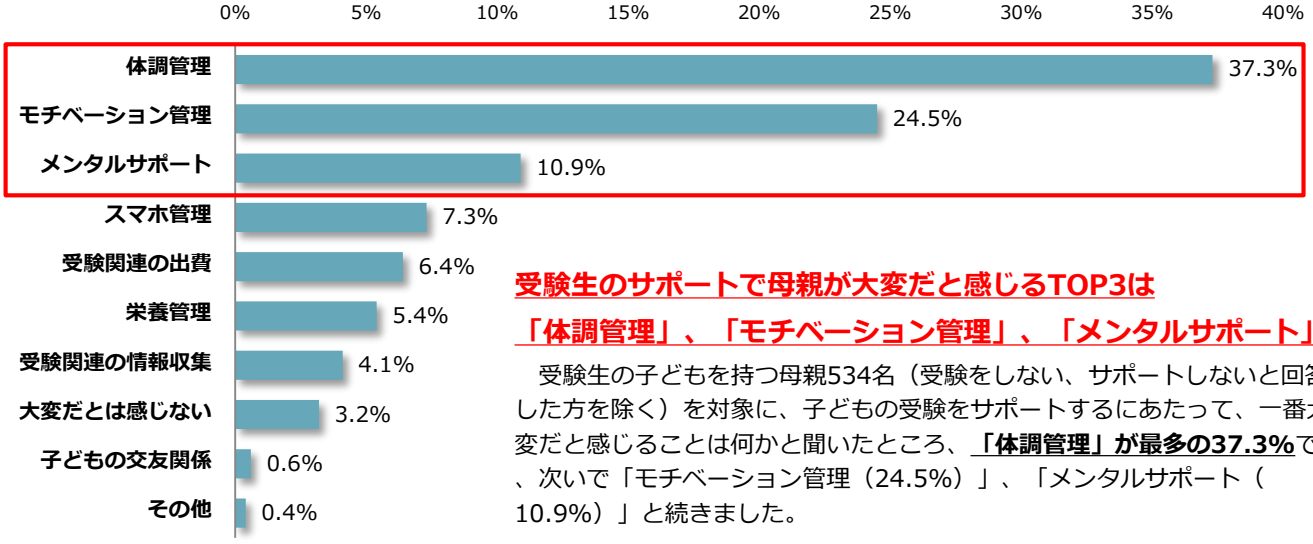
個別指導の学習塾「明光義塾」を全国展開する株式会社明光ネットワークジャパン（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：山下 一仁）は、中高3年生のお子さまを持つ母親600名（中学3年生の子どもを持つ母親：300名、高校3年生の子どもを持つ母親：300名）を対象に、【受験生のサポート】に関する実態調査を実施いたしました。

また、明光義塾が運営するコミュニティサイト「メイコミュ」（※1）でも同内容のアンケート調査を実施し、複数の回答を入手いたしました。

「受験生のサポート実態調査 2018 」結果概要

- **受験を意識した本格的なサポート、母親の3割が受験の1年前から開始と回答**
- **8割以上の受験生の母親は食事面でも受験サポート！**
- **受験生の風邪予防、最多は「うがい・手洗いの徹底」で74.4%**

＜ピックアップ＞あなたはお子さまの受験をサポートするにあたって、一番大変だと感じることは何ですか？（n=534・複数回答方式）



受験生のサポートで母親が大変だと感じるTOP3は
「体調管理」、「モチベーション管理」、「メンタルサポート」

受験生の子どもを持つ母親534名（受験をしない、サポートしないと回答した方を除く）を対象に、子どもの受験をサポートするにあたって、一番大変だと感じることは何かと聞いたところ、**「体調管理」が最多の37.3%**で、次いで「モチベーション管理（24.5%）」、「メンタルサポート（10.9%）」と続きました。

＜明光義塾のコミュニティサイト【メイコミュ】に寄せられた回答から＞

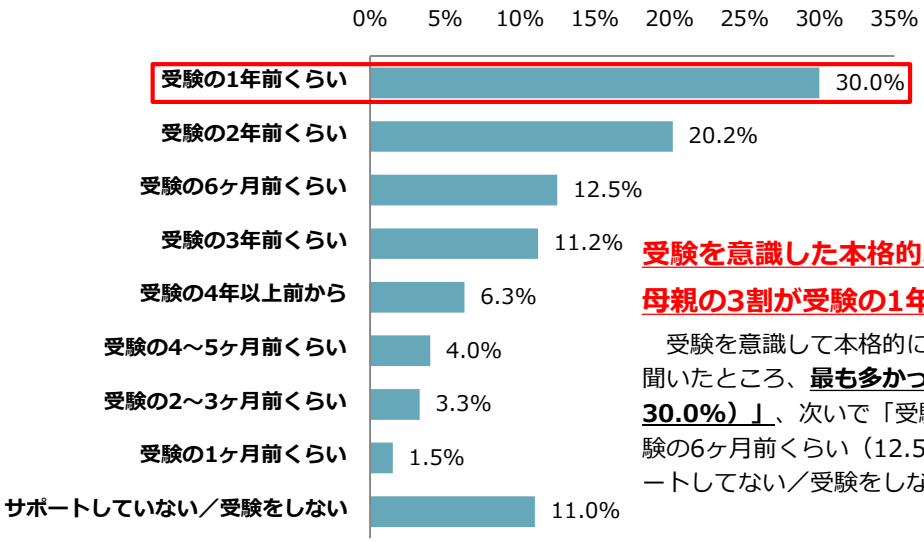
Q.お子さんの受験に向けたサポートの中、一番大変だと感じることは何ですか？

・精神的な面のサポートが一番大変です。本人が不安などでイライラしていることがあり、そこを支えてあげるのに苦労しています。どんな結果でも、過程が大切であって、今頑張っていることは将来的にはうらぎらないということを伝えています。（中学3年生の母親）

・スマホ依存に近いため無いと不安なようです。自由にするとスマホばかりになり勉強が疎かになるため歯止めがきかず難しいです。（中学3年生の母親）

・本人の気分が上がるように普段から気をつけている。（高校3年生の母親）

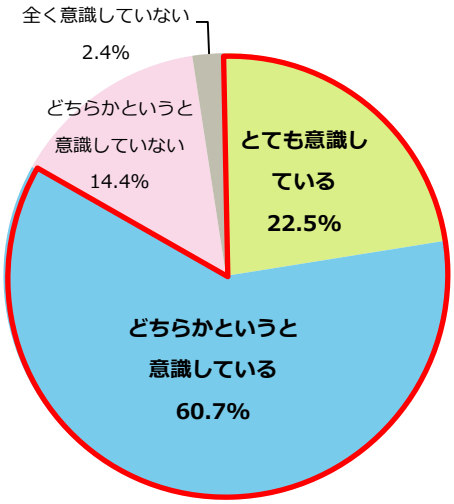
Q1.あなたがお子さまの受験を意識してサポートを始めた（始める）時期はいつごろですか？（n=600・単一回答方式）



受験を意識した本格的なサポートはいつから！？母親の3割が受験の1年前から開始と回答

受験を意識して本格的に子どものサポートを開始した時期を聞いたところ、**最も多かったのが「受験の1年前くらい（30.0%）」**、次いで「受験の2年前くらい（20.2%）」、「受験の6ヶ月前くらい（12.5%）」と続きました。また、「サポートしてない／受験をしない」と回答した方は11.0%でした。

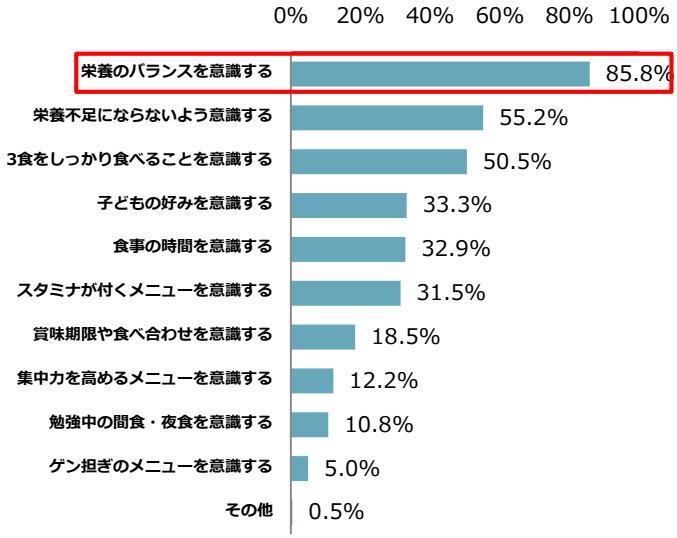
Q2.あなたはお子さまの食事面に対して、受験を意識していますか？（n=534・単一回答方式）



8割以上の受験生の母親は食事面でも受験サポート！

受験生の子どもを持つ母親534名（受験をしない、サポートしないと回答した方を除く）を対象に、子どもの食事に対して、受験を意識しているか聞いたところ「とても意識している（22.5%）」、「どちらかというと意識している（60.7%）」と合わせて83.2%、**8割以上の受験生の母親が食事に対しても受験を意識している**ことが分かりました。

Q3.あなたがお子さまの栄養面で意識することは何ですか？（n=444・複数回答方式）



受験生の食事、母親が最も意識するのは「栄養のバランス（85.8%）」

また、設問2で子どもの食事に対して受験を意識していると回答した444名を対象に、栄養面で意識することは何かを聞いたところ、**最多回答は「栄養のバランスを意識する（85.8%）」**、次いで「栄養不足にならないよう意識する（55.2%）」、「3食をしっかり食べることを意識する（50.5%）」と続きました。

＜明光義塾のコミュニティサイト【メイコミュ】に寄せられた回答から＞

Q.あなたはお子さんの食事を意識していますか？どのような部分を意識しているか具体的に教えてください。

・3食きちんと食べてもらうこと、たくさんの種類の食材を毎日、食べてもらえるよう気をつけてます。（中学3年生の母親）

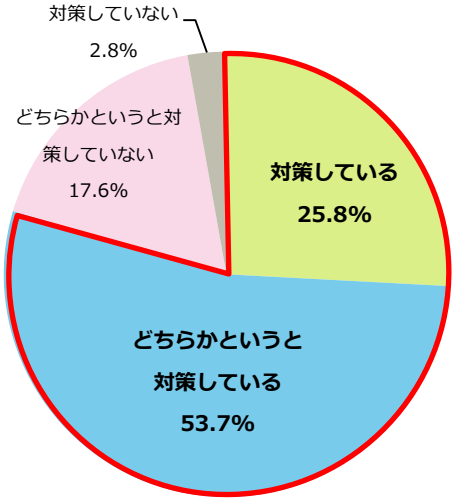
・必ず朝食は食べるようにしている。 一品は体温が上がるように、温かい物を食べるように。 バランス良く食べるように。乳製品を摂るように。（中学3年生の母親）

・栄養については気を付けています。 朝は食欲がないときもあるので、その時は果物だけでも口にいれるようにしています。（高校3年生の母親）

・お弁当は毎日、本人の喜ぶものをいれてます。夜に野菜などを大目にとるような食事にしています。（高校3年生の母親）

・海藻や野菜を意識して摂るように夜ご飯をあえて朝にだし、栄養満点です。 夜ご飯は軽くして、朝胃もたれしないように、ヨーグルトや温かい飲みものを用意しています。 （中学3年生の母親）

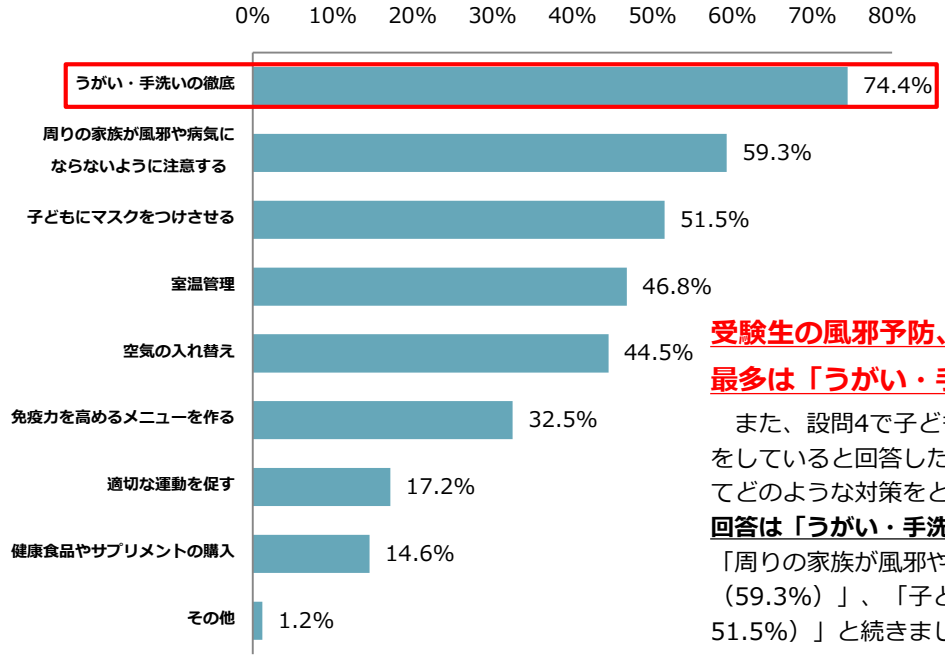
Q4.あなたはお子さまが風邪などの病気にかからないよう対策をしていますか？（n=534・単一回答方式）



受験生の風邪予防、約8割の母親が対策している！

次に、受験生の子どもが風邪などの病気にかからないよう対策をしているか聞いたところ、「対策している（25.8%）」と、「どちらかというと対策している（53.7%）」を合わせると**約8割の母親が、子どもが体調不良で受験に影響が出ないよう何らかの対策をしている**ことが分かりました。

Q5.あなたはお子さまの風邪予防としてどのような対策をしていますか？（n=425・複数回答方式）



受験生の風邪予防、最多は「うがい・手洗いの徹底」で74.4%

また、設問4で子どもが風邪にかからないよう対策をしていると回答した425名を対象に、風邪予防としてどのような対策をとっているか聞いたところ、**最多回答は「うがい・手洗いの徹底（74.4%）」**、次いで「周りの家族が風邪や病気にならないように注意する（59.3%）」、「子どもにマスクをつけさせる（51.5%）」と続きました。

＜明光義塾のコミュニティサイト【メイコミュ】に寄せられた回答から＞

Q.あなたはお子さんが風邪などにかからないように対策をしていますか？また具体的な対策を教えてください。

・予防接種、そして免疫をあげるようにヨーグルトを用意したりしていますが、対策はこれからが本番かと思っています。（中学3年生の母親）

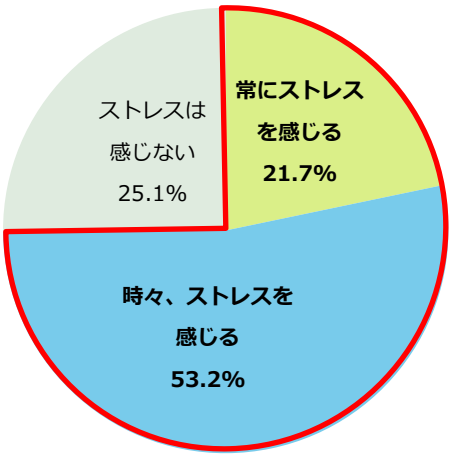
・手洗いうがいマスクはいつものことで、受験生なので新しく加湿器付きの空気清浄機を買いました。（中学3年生の母親）

・マスクは必ずたっぷり用意します。 あとは規則正しい生活とバランスの良い食事、生活の中で笑うこと、この3つを健康のためにも大切に考えています。風邪は滅多にひきません。（高校3年生の母親）

・うがい、手洗いは、予防対策の１つです。加湿器と湿度計で家の乾燥にも気をつけてます ビタミンCを摂るように心がけてます。（中学3年生の母親）

・手洗いはもちろんですが、免疫力を高めるサプリを摂らせてます。（高校3年生の母親）

Q6.あなたはお子さまの受験をサポートすることに対して、ストレスを感じることはありますか？（n=534・単一回答方式）



7割以上の母親が受験生のサポートに
ストレスを感じている！

最後に、子どもの受験をサポートすることに対して、ストレスを感じることがあるか聞いたところ、「常にストレスを感じる（21.7%）」、「時々、ストレスを感じる（53.2%）」と合わせて74.9%の母親が受験生の子どもをサポートすることに対してストレスを感じていることが分かりました。

＜調査概要＞

有効回答数	中高3年生の子どもを持つ全国の母親600名 <内訳>中学3年生の子どもを持つ母親：300名、高校3年生の子どもを持つ母親：300
調査期間	2018年11月26日～2018年11月30日
調査方法	インターネットリサーチ調べ

※本リリースによる調査結果をご利用いただく際は、「明光義塾調べ」と付記のうえご使用くださいますようお願い申し上げます。

■（※1）「メイコミュ」とは

「メイコミュ」は明光義塾に通うお子さまを持つ保護者のためのコミュニティサイトです。「全国の明光義塾の保護者が集まって、楽しみながら子どもを応援できる場所を作りたい！」そんな思いからオープンしました。

http://www.meiko-community.jp/index.html

※プレスリリースに掲載されている内容、仕様、サービス、お問い合わせ先、その他の情報等は発表時点の情報となります。その後予告なく変更となる場合がございますので、ご了承ください。

【本プレスリリースに関する報道関係者からのお問い合わせ先】
株式会社明光ネットワークジャパン
マーケティング部　担当：金（キム）
TEL：03-5332-6313 FAX：03-5332-7403
E-MAIL：meiko-pr@meikonetwork.jp