

昨夏、小中学生の4割が“熱中症のような症状”を経験 明光義塾調べ「子どもがいる家庭の熱中症・暑さ対策に関する実態調査」

- ・学校ルールによる冷却グッズ使用や水分補給などの制限を4人に1人が経験
- ・猛暑時に、電気節約で4割がエアコン控え&保護者の約7割が集中力低下を実感

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）は、小学4年生から中学3年生の子どもを持つ保護者1,100名を対象に、「子どもがいる家庭の熱中症・暑さ対策に関する実態調査」を実施しました。



気象庁が5月19日に発表した3か月予報によると、今年6～8月は全国的に平年より気温が高く、厳しい暑さとなる見通しです。通学や体育、部活動など屋外活動の多い小・中学生に対して、保護者による適切な熱中症対策の把握と備えが一層重要となっています。一方で、物価高による冷房使用控えや学校ルールとのギャップなど、対策を難しくする課題も顕在化しています。

こうした社会的背景をふまえ、明光義塾では2023年より毎年、「子どもがいる家庭の熱中症・暑さ対策」に関する実態調査を実施。継続的な調査を通じてご家庭での対策に役立つ情報をお届けするとともに、本調査が暑さ対策を見直すきっかけとなれば幸いです。

「子どもがいる家庭の熱中症・暑さ対策に関する実態調査」結果概要

結果概要① 子どもの熱中症リスクと保護者の危機感

- ・暑さ指数 (WBGT) を「知っている」保護者は**59.4%**、**3年連続増加**も4割は認知不十分
- ・昨夏、小中学生の**4割**が“熱中症のような症状”を経験 猛暑による子どもへの影響深刻化
- ・子どもの“暑さによる不調”、**約半数**が「うまく伝えられなかった経験あり」
- ・**65.3%**の保護者が、猛暑・熱中症を“気象災害・防災の対象”と認識

結果概要② 家庭・学校で進む熱中症対策と現場課題

- ・通学時の熱中症対策、“ネッククーラー”“日傘”利用が定着傾向に
- ・冷却グッズの使用や水分補給を、**4人に1人**が学校ルールにより制限された経験あり
- ・保護者の**78.6%**が「学校の熱中症対策も法令で義務化すべき」と回答

結果概要③ 猛暑が家庭生活・学習環境にも影響

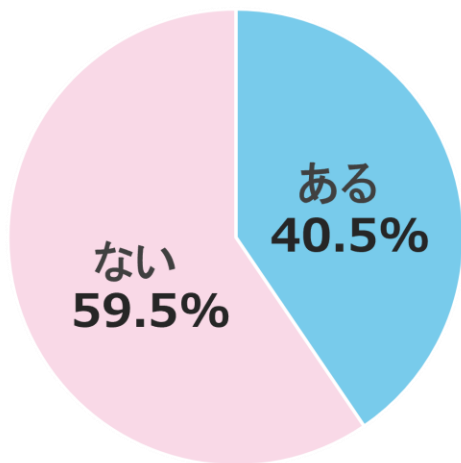
- ・電気代高騰、**約4割**がエアコン使用控え
- ・猛暑が“学習環境”にも影響 保護者の**約7割**が集中力低下を実感

【Topics】 昨年の夏（2025年）、お子さまが熱中症のような症状を経験したことはありますか。
(n=1,100、単一回答方式)

昨夏、小中学生の4割が“熱中症のような症状”を経験 猛暑による子どもへの影響深刻化

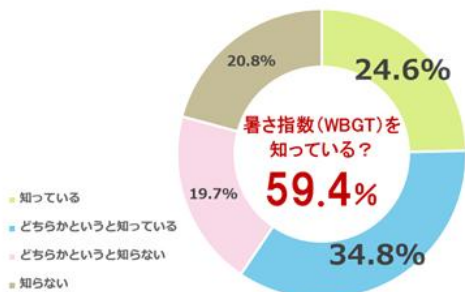
小学4年生から中学3年生の子どもを持つ全国の保護者1,100名を対象に、昨年の夏（2025年）における子どもの体調について調査したところ、**40.5%**が「お子さまが熱中症のような症状を経験したことがある」と回答しました。気温上昇や猛暑日が続くなか、子どもの体調変化を身近に感じる家庭が一定数存在している実態が明らかとなりました。

今年の夏も全国的に平年より気温が高く、厳しい暑さとなる見通しが示されています。子どもの熱中症対策や日常的な体調管理への意識が一層重要になりそうです。



Q1 あなたは暑さによる危険度の目安とされる「暑さ指数（WBGT）」を知っていますか？
(n=1,100、単一回答方式)

暑さ指数（WBGT）を「知っている」保護者は**59.4%**、3年連続増加も4割は認知不十分



暑さ指数（WBGT）を知っているか調査したところ、**59.4%**が「知っている」（知っている：24.6%、どちらかという知っている：34.8%）と回答しました。「知っている」と回答した割合は、2024年5月の42.9%、2025年5月の57.4%から年々増加しており、**3年間で16.5ポイント上昇**しました。家庭における熱中症対策や暑さへの意識が高まりつつある様子がうかがえます。

一方で、「あまり知らない」「知らない」と回答した保護者も4割程度存在しており、子どもの熱中症予防に関する情報や指標のさらなる周知が求められます。

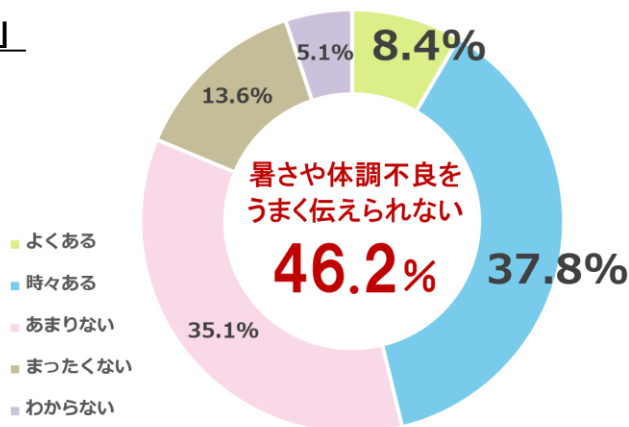
※暑さ指数（WBGT）は、熱中症を防ぐための指標で、気温・湿度・日射などを総合的に考慮したものです。

Q2 お子さまが暑さや体調の不調を、うまく伝えられなかったことはありますか。
(n=1,100、単一回答方式)

子どもの“暑さによる不調”、 約半数が「うまく伝えられなかった経験あり」

お子さまが暑さや体調の不調を、うまく伝えられなかったことがあるかについて調査したところ、**46.2%**が「ある」（よくある：8.4%、時々ある：37.8%）と回答しました。子ども自身が暑さによる不調や体調の変化を十分に言葉にできないケースも一定数存在しており、熱中症リスクの「見えにくさ」がうかがえる結果となりました。

特に気温が高くなる時期は、子ども本人からの申告だけでなく、顔色や発汗、食欲、疲れやすさなど、日常の小さな変化に周囲の大人が早めに気づくことの重要性が高まっていると考えられます。



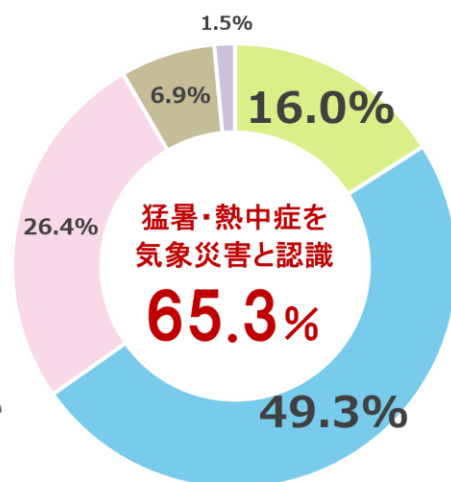
Q3 猛暑や熱中症について、台風や地震と同様の気象災害・防災の対象として認識していますか。
(n=1,100、単一回答方式)

65.3%の保護者が“猛暑・熱中症を気象災害”と認識 「防災化」意識広がる

猛暑や熱中症について、台風や地震と同様の気象災害・防災の対象として認識しているか調査したところ、**65.3%**が「認識している」（強く認識している：16.0%、ある程度認識している：49.3%）と回答しました。

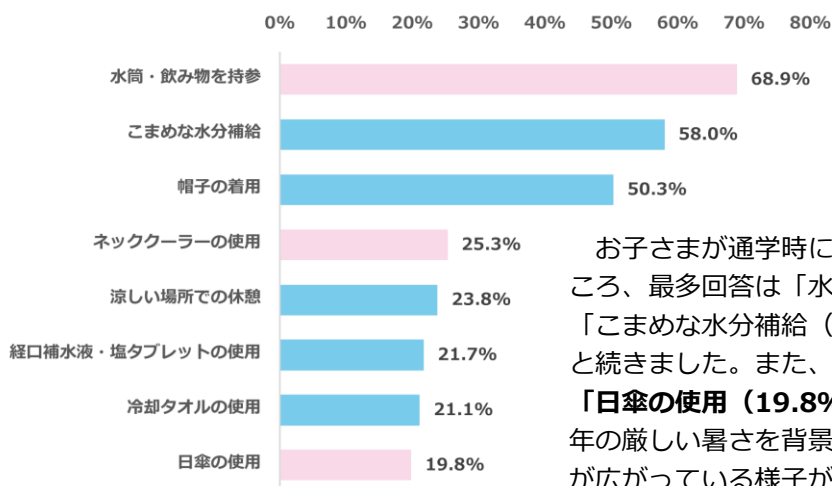
近年は記録的な暑さが続いていることに加え、熱中症警戒アラートの発表や学校現場での対策強化などを背景に、猛暑や熱中症を“災害レベルのリスク”として捉える意識が広がっている様子がうかがえます。

- 強く認識している
- ある程度認識している
- あまり認識していない
- まったく認識していない
- わからない



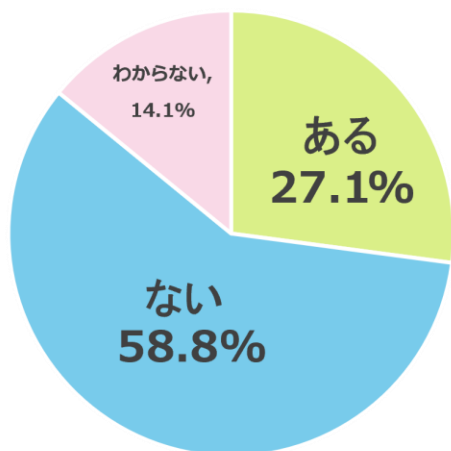
Q4 お子さまが通学時に行っている熱中症対策をすべてお選びください。
(n=1,100、複数回答方式)

子どもの通学時の熱中症対策、“日傘”“ネッククーラー”が新たな定番に



お子さまが通学時に行っている熱中症対策について調査したところ、最多回答は「水筒・飲み物を持参（68.9%）」、次いで「こまめな水分補給（58.0%）」、「帽子の着用（50.3%）」と続きました。また、「ネッククーラーの使用（25.3%）」や「日傘の使用（19.8%）」と回答した家庭も一定数見られ、近年の厳しい暑さを背景に、通学時の熱中症対策アイテムの選択肢が広がっている様子がうかがえます。

Q5 お子さまが通う学校において、日傘や冷却グッズ、水分補給などの熱中症対策が、ルールにより制限または禁止された経験はありますか。(n=1,100、単一回答方式)



熱中症対策と学校ルール、4人に1人が制限経験

お子さまが通う学校において、日傘や冷却グッズ、水分補給などの熱中症対策が、ルールにより制限または禁止された経験があるか調査したところ、**27.1%**が「ある」と回答しました。

近年は猛暑対策への関心が高まる一方で、学校生活におけるルールや運用との間にギャップを感じている家庭も一定数存在していることがうかがえます。熱中症リスクへの備えが重視されるなか、子どもの安全確保と学校現場でのルール運用の両立が求められているようです。

Q6 職場と同様に、学校における熱中症対策も法令で義務化すべきだと思いますか。

(n=1,100、単一回答方式)

保護者の**78.6%**が

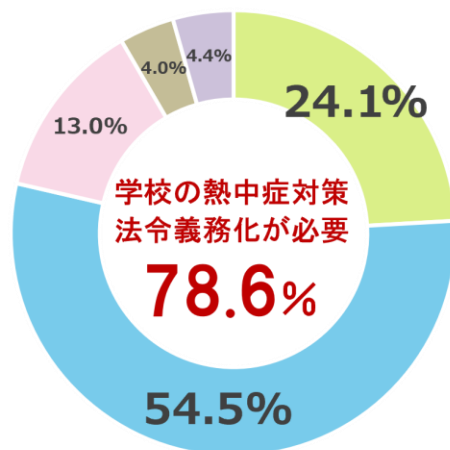
「学校の熱中症対策も法令で義務化すべき」と回答

職場と同様に、学校における熱中症対策も法令で義務化すべきだと思うか調査したところ、**78.6%**が「**そう思う**」（強くそう思う：24.1%、ある程度そう思う：54.5%）と回答しました。

近年は記録的な猛暑が続き、子どもの通学や学校活動における熱中症リスクへの関心が高まるなか、学校現場においても一定の基準やルール整備を求める保護者が多いことがうかがえる結果となりました。

また、前問では学校で熱中症対策が制限・禁止された経験があるとの回答も一定数見られており、学校ごとの差をなくしながら、子どもの安全を確保するための対策強化を期待する声が広がっているようです。

- 強くそう思う
- ある程度そう思う
- あまりそう思わない
- まったくそう思わない
- わからない



Q7 電気代を理由に、エアコンの使用を控えたことはどの程度ありましたか。

(n=1,100、単一回答方式)

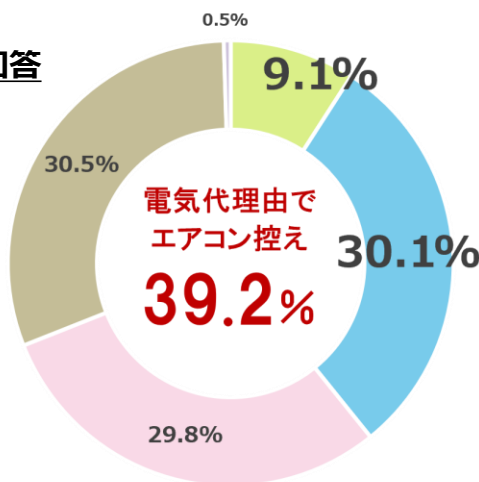
約**4割**が「電気代を理由にエアコン使用を控えた」と回答

物価高が夏の家庭対策にも影響か

電気代を理由に、エアコンの使用を控えたことがあるか調査したところ、「**よくあった**」が**9.1%**、「**時々あった**」が**30.1%**となり、あわせて**39.2%**が“電気代を理由にエアコン使用を控えた経験がある”と回答しました。

近年の電気料金や物価の上昇を背景に、家庭内の暑さ対策にも影響が及んでいる様子がうかがえます。特に子どものいる家庭では、熱中症予防のために室温管理の重要性が高まる一方で、家計負担との両立に悩む実態も見えてきました。

- よくあった
- 時々あった
- あまりなかった
- まったくなかった
- わからない



Q8 お子さまが自宅で勉強している際、暑さによって集中力や学習効率が下がると感じますか。

(n=1,100、単一回答方式)

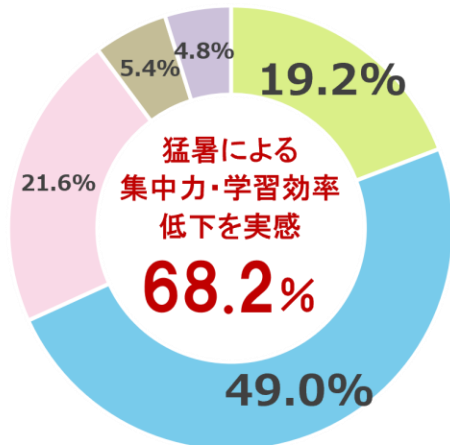
猛暑が“学習環境”にも影響

保護者の**約7割**が集中力低下を実感

お子さまが自宅で勉強している際、暑さによって集中力や学習効率が下がると感じるか調査したところ、**68.2%**が「**感じる**」（よく感じる：19.2%、時々感じる：49.0%）と回答しました。

近年は夏場の気温上昇が続いており、家庭内の暑さが子どもの学習環境にも影響を及ぼしている様子がうかがえます。特に長時間の学習や夏休み期間中の家庭学習では、室温管理や休憩、水分補給など、集中しやすい環境づくりの重要性が高まっていると考えられます。

- よく感じる
- 時々感じる
- あまり感じない
- まったく感じない
- わからない



※保護者が感じた個人的な感想です。

今回の調査から、猛暑が子どもたちの心身や学習環境に深刻な影響を及ぼしている実態が改めて浮き彫りとなりました。特に、暑さによる不調を自分で適切に伝えられない子どもが多い点は見逃ごせません。

明光義塾では、教室運営における熱中症対策のルールを整備し、安心して通える環境づくりを徹底しています。今後も生徒一人ひとりの体調に配慮しながら、これから始まる夏期講習期間においても、集中して学習に取り組める環境を提供してまいります。

<調査概要>

調査対象 小学4年生～中学3年生の子どもを持つ全国の保護者1,100名

調査期間 2026年5月13日～2026年5月18日

調査方法 インターネットリサーチ調べ

※回答率(%)は小数点第2位を四捨五入し、小数点第1位までを表示しているため、合計数値は必ずしも100%とはならない場合があります。

※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。

■株式会社明光ネットワークジャパン (<https://www.meikonet.co.jp>)

事業内容：企業としてPurpose（パーパス：存在意義）を“「やればできる」の記憶をつくる”、Visionを“「Bright Light for the Future」人の可能性をひらく企業グループとなり、輝く未来を実現する”と掲げ、個別指導塾「明光義塾」を始め、さまざまな教育サービスを運営・フランチャイズ展開しています。

 明光ネットワークジャパン

【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

明光義塾本部 渉外・広報室

石田 070-8792-5117

E-MAIL : pr@meikonetwork.jp