

## 小学生の7割以上が学校の宿題以外も勉強している！夏休み、子どもはどう過ごす？

積水ハウス株式会社は夏休みに向けて、子どもが自ら成長する力を育む「子育て」につながる住まいのご提案を目的に、小学2年生から中学1年生の子ども\*を持つ全国の男女を対象に「夏休みに関する調査」を実施しました。

積水ハウスの研究機関の住生活研究所では、暮らしにおける「幸せ」のさらなる追求のために「住めば住むほど幸せ住まい」研究として様々な調査を実施しています。今回は小学生の夏休みについて、生活習慣やお手伝い、勉強の実施状況などを調査しました。

\*昨年(2023年)の夏休み時点で小学生だった子ども

### ～調査サマリー～

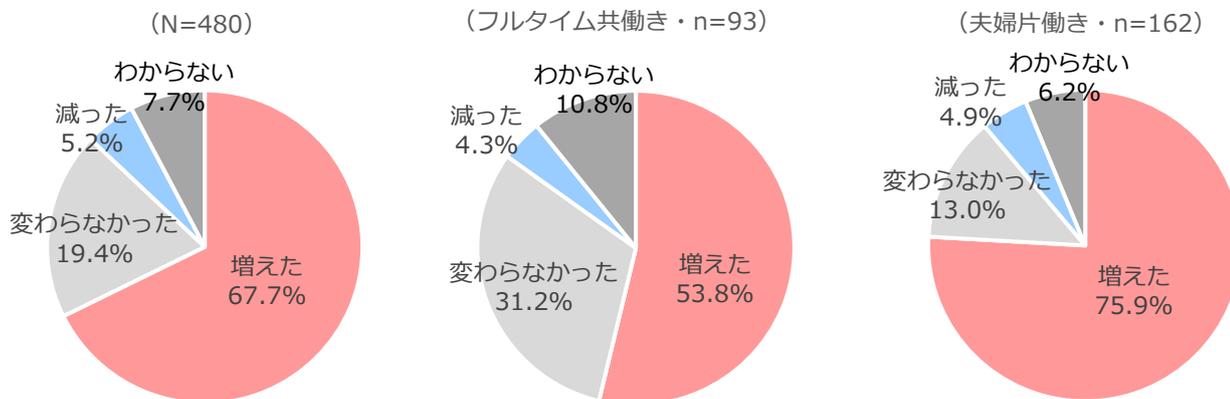
- ✓夏休みの起床・就寝時間はそれぞれ半数近くが「遅くなった」、4割は親が「起こしている」ことも判明
- ✓夏休みのお手伝いは「親がお願いした時に手伝う」が半数以上、「食事の配膳・片付け」は65.0%が週1日以上実施
- ✓半数以上の小学生が夏休みも「週4日以上勉強している」、宿題以外では「学校の予習・復習」が最多で40.8%

夏休みの生活に関する調査結果をはじめ、子どもの「生きる力」を育む住まいの「幸せ Tips」もご紹介します。

### 夏休み、小学生の半数以上は週1~3日習い事に通っていると判明

夏休みに子どもが家の中で過ごす時間について、学校の授業がある時期との比較を聞いたところ、「増えた」が67.7%でした。「増えた」割合は、フルタイム共働きでは53.8%に対し、夫婦片働きでは75.9%と、親の働き方によっても大きな差があるようです。

### Q 夏休みに子どもが家の中で過ごした時間の変化



\*学校の授業がある時期との比較

\*昨年(2023年)の夏休みについて

積水ハウス株式会社 住生活研究所「夏休みに関する調査 (2024年)」

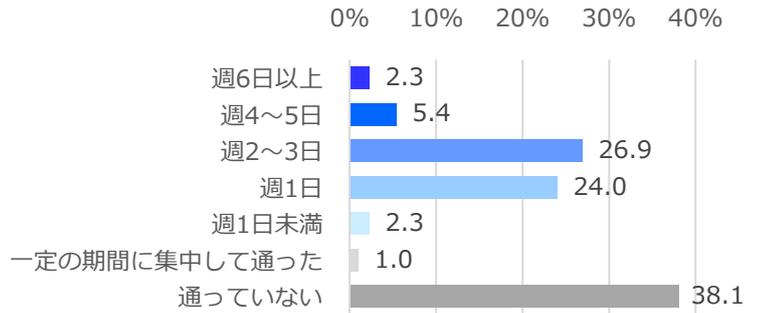
夏休みに週1日以上通っているものを聞いたところ、「習い事」が58.6%で1位でした。「塾」23.7%、「学童」20.0%が続きます。習い事の頻度は「週2~3日」が26.9%、「週1日」が24.0%で、半数以上の人々が週に1~3日ほど通っていることがわかりました。塾は高学年になるにつれて通う人が増え、小学5~6年生の3割以上が週1日以上通っているようです。学童は低学年ほど通っている人が多く、小学1~2年生の3割以上が週1日以上通っています。学童は親の働き方による差が非常に大きく、フルタイムとパートタイムの共働きでは14.6%に対し、フルタイム共働きでは53.9%と半数以上が通っていると回答しました。

夏休みの通いごとTOP5* (複数回答・N=480)		
1位	習い事	58.6%
2位	塾	23.7%
3位	学童	20.0%
4位	地域のスポーツチーム	12.1%
5位	学校の部活・クラブ活動	9.3%

\*数値は週1日以上通った人

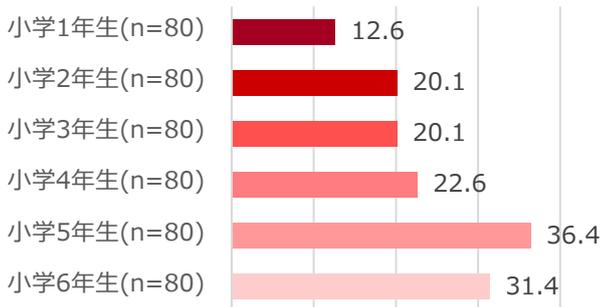
### Q 習い事に通った頻度

(N=480)



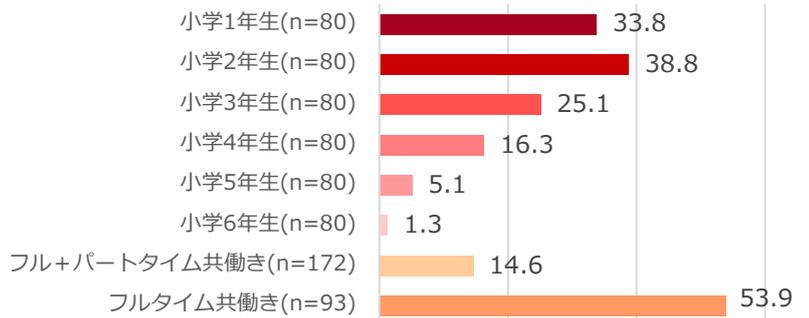
### Q 週1日以上塾に通った割合

0% 10% 20% 30% 40%



### Q 週1日以上学童に通った割合

0% 20% 40% 60%



\*学年は昨年(2023年)の夏休み時点

\*昨年(2023年)の夏休みについて

積水ハウス株式会社 住生活研究所「夏休みに関する調査 (2024年)」

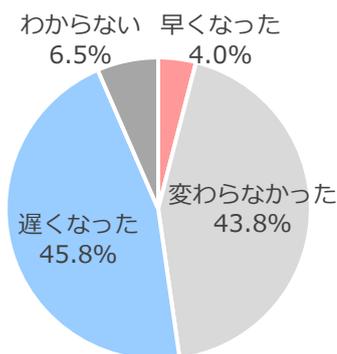
## 夏休みは遅寝遅起き傾向に 小学生の約4割は「親が起こしている」

夏休みは、学校の授業がある時期と比べて遅寝遅起きになっている小学生が多いことも分かりました。夏休み中の平日に起きる時間を聞いたところ「遅くなった」が最も多く45.8%、「変わらなかった」が43.8%でした。また、夏休み中の平日に寝る時間では「変わらなかった」が最も多く47.1%でしたが、「遅くなった」も45.2%と半数近くに上りました。

起きるときは学年を問わず「親が起こしていた」が約4割で、自分で起きられていない小学生が多いことが読み取れます。寝るときは、小学3年生までは「親が寝かしつけていた・寝るように言っていた」が6割以上ですが、小学4年生以上では学年が上がるにつれてその割合は減少し、小学6年生では「親が寝かしつけていた・寝るように言っていた」は30.0%でした。学年が上がるにつれて自発的に寝る子どもが増えるようです。

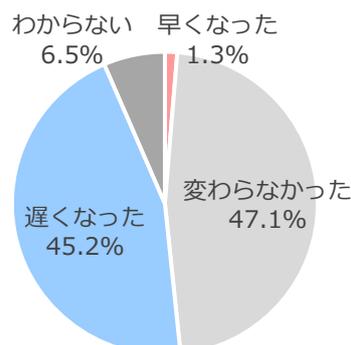
### Q 夏休み中の平日に起きる時間

(N=480)



### Q 夏休み中の平日に寝る時間

(N=480)



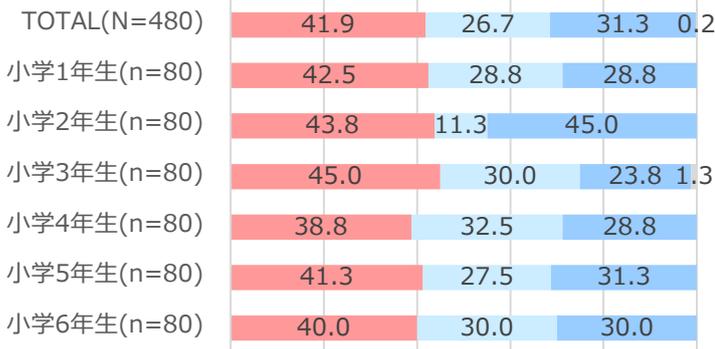
\*学校の授業がある時期との比較

\*昨年(2023年)の夏休みについて

積水ハウス株式会社 住生活研究所「夏休みに関する調査 (2024年)」

### Q どのように起きていたか

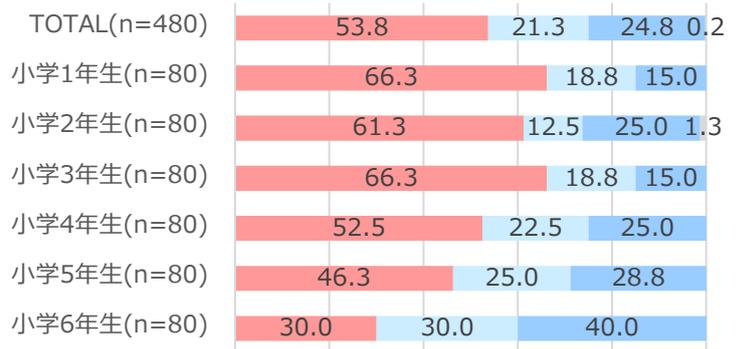
0% 20% 40% 60% 80% 100%



■ 親が起こしていた / 寝かしつけていた・寝るように言っていた  
■ 子どもが決めた時間に自分で起きていた / 寝ていた  
■ 子どもが好きな時間に自分で起きていた / 寝ていた

### Q どのように寝ていたか

0% 20% 40% 60% 80% 100%



■ 親が寝かしつけていた・寝るように言っていた  
■ 子どもが決めた時間に自分で寝ていた  
■ 子どもが好きな時間に自分で寝ていた  
■ その他

\*学年は昨年(2023年)の夏休み時点

\*昨年(2023年)の夏休みについて

積水ハウス株式会社 住生活研究所「夏休みに関する調査(2024年)」

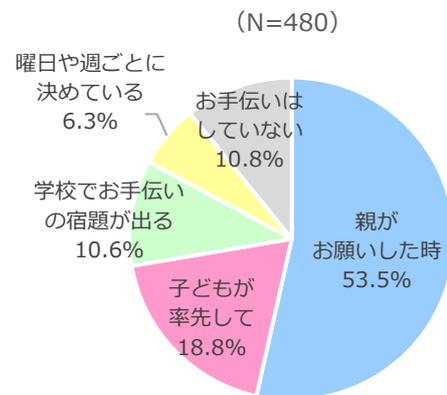
### 夏休みのお手伝いを率先して行っている小学生は2割以下 「親がお願いした時に手伝う」が多数派

夏休みに週1日以上行っているお手伝いでは、1位は「食事の配膳・片付け」65.0%でした。2位以降は「子ども部屋の片づけ・掃除」43.0%、「植物の水やり」37.7%が続きます。どのようにお手伝いをしていたかを聞いたところ、「親がお願いした時」53.5%が最も多く、「子どもが率先して」は18.8%にとどまることがわかりました。

### Q どのようにお手伝いをしていたか

夏休みのお手伝いTOP5* (複数回答・N=480)		
1位	食事の配膳・片付け	65.0%
2位	子ども部屋の片づけ・掃除	43.0%
3位	植物の水やり	37.7%
4位	リビングの片付け・掃除	35.0%
5位	洗濯物を取り込む・たたむ	34.6%

\*数値は週1日以上手伝った人



\*昨年(2023年)の夏休みについて

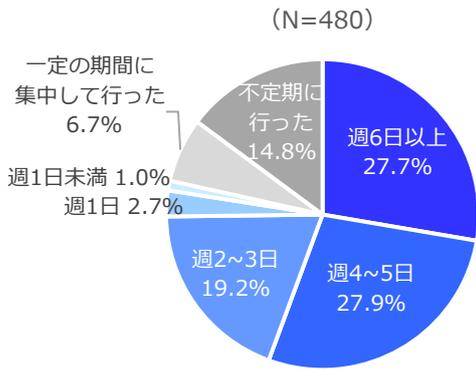
積水ハウス株式会社 住生活研究所「夏休みに関する調査(2024年)」

### 夏休みも半数以上の小学生が週に4日以上勉強 7割以上が学校の宿題以外にも勉強をしている

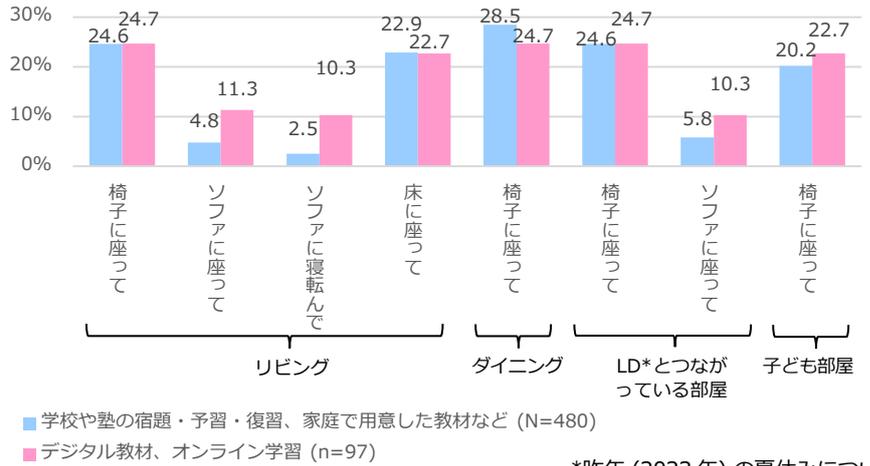
夏休みに勉強をした頻度は「週4~5日」が最も多く27.9%、「週6日以上」も27.7%に上りました。日々の学習習慣が身につけている小学生も多いようです。勉強する場所はダイニングやリビング周辺が多く、椅子に座って行う子どもが多いこともわかりました。デジタル教材やオンライン学習では、「ソファに座って」「ソファに寝転んで」など、よりリラックスした姿勢で勉強する子どもの割合が高い傾向もあるようです。

夏休みには、学校の宿題以外の勉強をしている小学生も多いようです。学校の宿題以外に行った勉強について、小学生全体では「学校の復習・予習」40.8%が1位でした。2位は「デジタル教材・オンライン学習」が20.2%で、パソコンやタブレット端末を活用して勉強している小学生も少なくないようです。「学校の宿題以外は勉強していなかった」は26.5%であることから、7割以上が宿題以外にも何らかの勉強をしていたことが読み取れます。学年別では、小学3年生以下は「本や書籍を購入して勉強」が、小学4年生以上は「塾の宿題・復習・予習」が比較的多いこともわかりました。

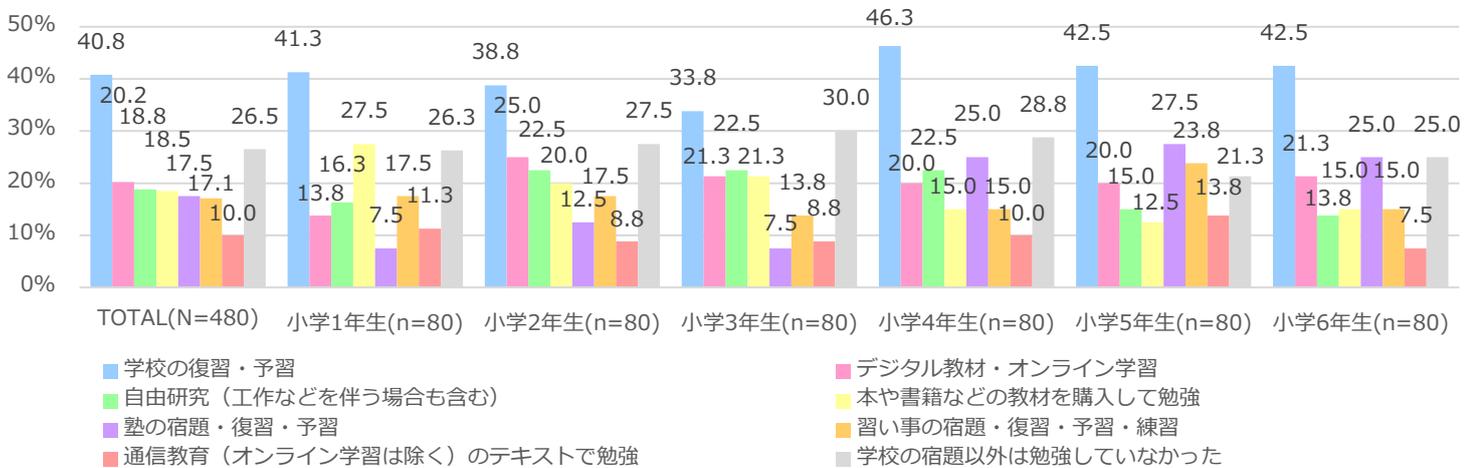
## Q 夏休みに勉強をした頻度



## Q 勉強する場所と姿勢



## Q 学校の宿題以外に行った勉強



\*学年は昨年 (2023年) の夏休み時点

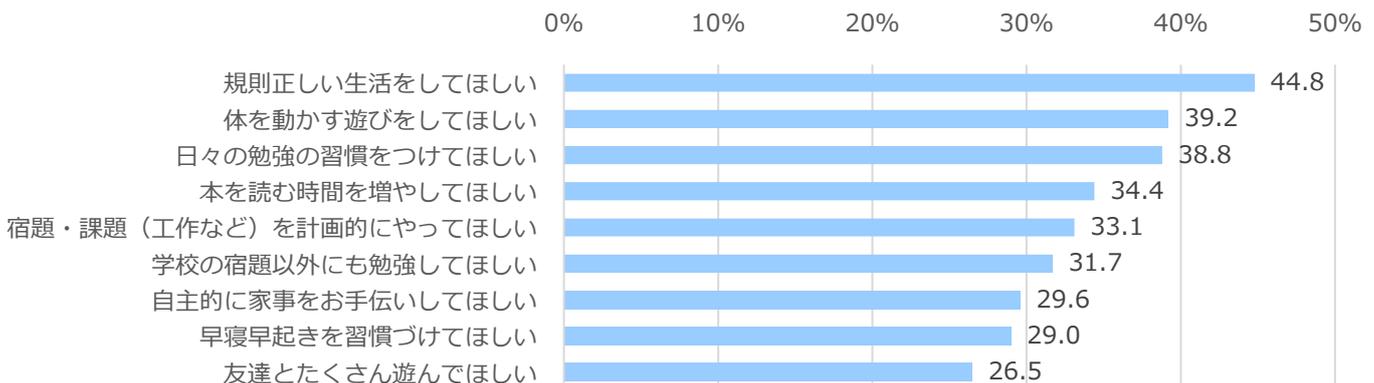
\*昨年 (2023年) の夏休みについて

積水ハウス株式会社 住生活研究所「夏休みに関する調査 (2024年)」

子どもの夏休みの過ごし方について聞いたところ「規則正しい生活をしてほしい」が最多の 44.8% でした。「日々の勉強の習慣をつけてほしい」38.8% や「学校の宿題以外にも勉強してほしい」31.7% といった勉強に関する内容、「宿題・課題 (工作など) を計画的にやってほしい」33.1% や「自主的に家事をお手伝いしてほしい」29.6% など計画性や自主性に関する項目も目立つ結果となりました。また、夏休みは遅寝遅起き傾向がある一方で「早寝早起きを習慣づけてほしい」も 29.0% にのびりました。

## Q 子どもの夏休みの過ごし方についての考え方

(複数回答・N=480)



積水ハウス株式会社 住生活研究所「夏休みに関する調査 (2024年)」

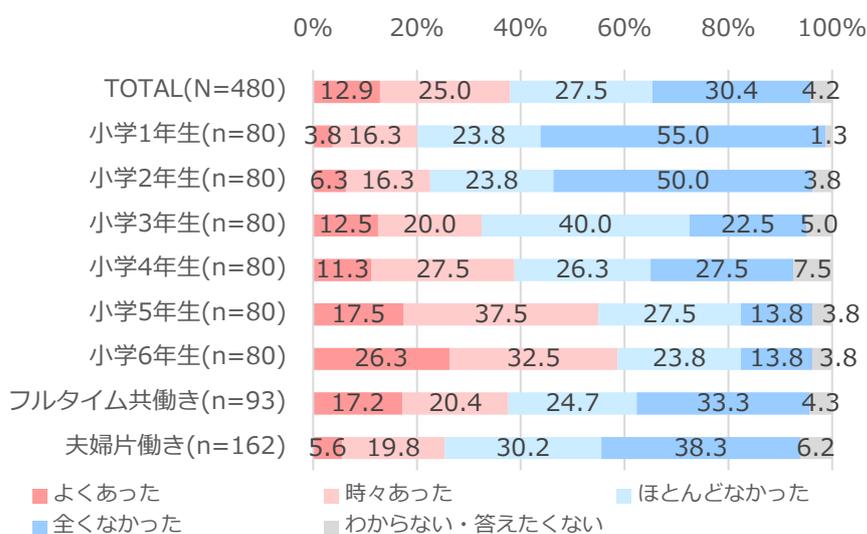
## 夏休み中、6年生の約6割が小学生以下の子どもだけでの留守番を経験 不審者や火の元などの不安も

夏休み中の留守番について聞いたところ、学年が上がるにつれて小学生以下の子どもだけで留守番をすることが増えることがわかりました。小学生以下の子どもだけで留守番をすることが「よくあった」「時々あった」と回答した人の合計は、小学1年生では20.1%に対し、小学6年生では58.8%に上りました。また、親の働き方によっても差が見られ、フルタイム共働きでは37.6%、夫婦片働きでは25.4%でした。

夏休みに小学生以下の子どもだけで留守番をする際に不安なことを聞いたところ、「不審者の訪問」46.7%が最も多く、「火の元・火事」39.6%、「寂しくないか」30.2%、等が続きました。

不安なこと5位に上がった「食事や飲み物をきちんととっているか」に関連し、留守番時の子どものごはんについて聞いたところ、「子どものご飯を調理してから外出した」50.5%が最も多く、「子どもがそのまま食べられるものを買っておいた」40.1%、「子どもが電子レンジで温めたり、お湯を注いだりして食べられるものを買っておいた」33.5%が続きました。

### Q 夏休み中に小学生以下の子どもだけで留守番をした頻度

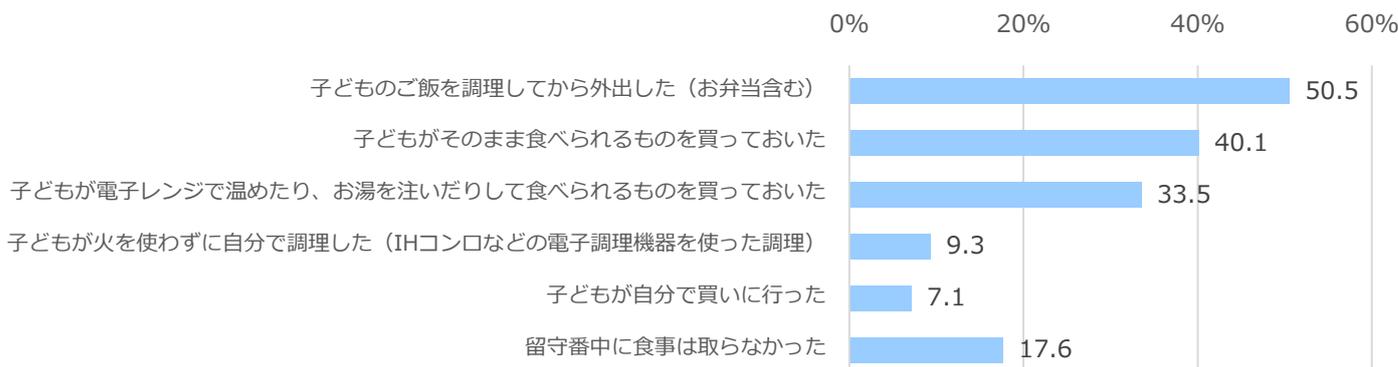


夏休み、小学生以下の子どもだけでの留守番において不安なことTOP5 (複数回答・n=182*)		
1位	不審者の訪問	46.7%
2位	火の元・火事	39.6%
3位	寂しくないか	30.2%
4位	ドアや窓をきちんと施錠しているか	28.6%
5位	食事や飲み物をきちんととっているか	28.0%

\*留守番をした頻度を「よくある」「時々ある」と回答した人

### Q 留守番時の子どものごはんについて

(複数回答 / 留守番頻度について「よくあった」「時々あった」と回答した人・n=182)



\*学年は昨年(2023年)の夏休み時点

\*昨年(2023年)の夏休みについて

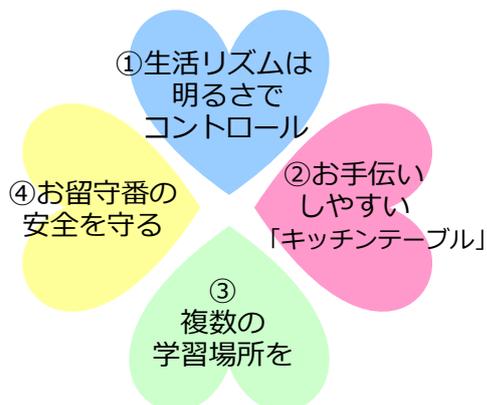
積水ハウス株式会社 住生活研究所「夏休みに関する調査 (2024年)」

## 4つの「幸せ Tips」で、日々の暮らしが子育てにつながる住まいを

調査では、夏休みは遅寝遅起き傾向がある一方、子どもに「規則正しい生活をしてほしい」と考えている人が多いことがわかりました。学習やお手伝いについては、日々の習慣をつけたり、自主的に取り組んだりしてほしいと考える人も多いようです。自宅で過ごす時間が増える夏休みだからこそ、日々の暮らしを通して習慣づくりや自主性をサポートし、子どもの成長を支え、「生きる力」を育む住まいの環境にしたいものですね。

積水ハウスでは、子育てにつながる様々な暮らしや空間の提案を行っています。ここでは、今お住まいの自宅に手軽に取り入れられ、住まいづくりの際に参考にしたい4つの「幸せ Tips」をご紹介します。

### 子育てにつながる4つの「幸せ Tips」



① **生活リズムは明るさでコントロール**：生活リズムが乱れがちな夏休みは、朝に太陽の光を浴びることを心がけましょう。セロトニンというホルモンの分泌が促され、夜の寝つきや睡眠の質が向上します。比較的涼しい時間に早起きして、バルコニーやテラスで朝ご飯を食べるのもおすすめです。夜は暖かい色の落ち着いた照明で過ごしてみるのもいいでしょう。睡眠に向けて身体も準備をすることで、自然と眠気が起きやすくなるかもしれません。



② **お手伝いしやすい「キッチンテーブル」**：子どもが食事の配膳や片付け、料理を手伝う時、キッチンが高すぎると感じたことはありませんか。台や椅子の上に乗って手伝うこともあるかもしれませんが、不安定で危ないですね。積水ハウスとクリナップが共同開発した「キッチンテーブル」は、キッチンとダイニングテーブルが一体化したもので、作業台を広く取ることができます。ダイニングテーブルと同じ高さなので、椅子に座って調理でき、椅子の高さを変えると誰でも使いやすいのも特長です。子どもにとっては立って作業するのにちょうどよい高さですね。親子で広々とキッチンを使って家事ができますよ。



③ **複数の学習場所を**：宿題や予習・復習、デジタル教材、自由研究など、子どもの学習の種類は様々。複数の学習場所をつくれば、内容や気分に合わせて場所で学習でき、より前向きに取り組めます。壁に向かって集中する場所、視界が開けた場所、部屋のコーナーなど、性質の異なる空間を設けられるとより効果的。LDK内なら、子どもは、学習中に親が近くにいる安心感があつたり、わからないところをすぐに聞けたりします。最近はデジタル教材やオンライン学習も普及し、音の干渉が気になることもあります。ヘッドホンの使用や、吸音材を貼るなど配慮をすることで、家族みんなが快適に過ごせます。



④ **お留守番の安全を守る**：親子でお留守番時のルールを決めておきましょう。インターホンや電話が鳴っても出ない、決まった時間に連絡してもらうなど、約束をしておくことで安心です。お留守番中の地震も想定し、身の安全を確保する場所や緊急連絡先なども確認しておけるとよいですね。子どもの安全を守るため、IoT\*の活用もおすすめです。



\*積水ハウス「PLATFORM HOUSE touch」<https://www.sekisuihouse.co.jp/pfh/>

## 住生活研究をはじめとする住まいの専門家 河崎由美子メッセージ

今回は小学生の夏休みの過ごし方を調査しました。共働きの家庭も増えていることから、普段とあまり変わらない過ごし方をしている子どもも多いようです。

子どもの健やかな発達のための住まいのあり方を考えると、親の視点から捉える「子育て」のノウハウも大切ですが、子ども自身が様々な体験を重ねながら、自ら成長する力、生きる力を身に付ける「子育て」の視点も大切です。

普段の暮らしの中で、子どもがお手伝いをするシーンは多いと思います。キッチンでお料理を手伝ったり、片付けしたり。子どもたちはお手伝いを通して、家族と一緒にさまざまな住経験を積み、健やかに暮らすために必要な力を身に付けていきます。また、庭の掃除や緑の手入れなどは、空、土、植物、昆虫などを観察することで、自然科学の目を鍛える貴重な機会であり、知性感性の源です。

今年はそんなことを考えながら、夏休みのお手伝いを考えてみてはいかがでしょうか。



河崎由美子

フェロー R&D 本部

1987年入社。高校入学までの12年間を海外で過ごした経験や子育て経験などを生かし、総合住宅研究所でキッズデザイン、ペット共生、収納、食空間など、日々の生活に密着した分野の研究開発全般に携わる。

執行役員、住生活研究所長を経て2023年4月より現職。一級建築士。

<「夏休みに関する調査」調査概要>

調査期間：2024年4月19日～22日

集計対象人数：480人

集計対象：小学2年生から中学1年生の子どもを持つ全国の男女

<記事などでのご利用にあたって>

・引用元が「積水ハウス株式会社 住生活研究所」による調査である旨と、引用元調査「夏休みに関する調査（2024年）」の記載をお願いします。

・積水ハウス ウェブサイトの該当記事

(<https://www.sekisuihouse.co.jp/company/research/20240702/>) へのリンク追加をお願いします。

<住生活研究所について>

住めば住むほど幸せ 住まい

積水ハウスが2018年に開所した、日本の企業として初めて「幸せ」を研究する研究所です。

人・暮らしの視点で、ライフステージ・ライフスタイル、そしてこれからの住まいのあり方の調査・研究を行っています。今後迎える「人生100年時代」には、暮らしにおける「幸せ」のさらなる追求が重要と考え、時間軸を意識した「住めば住むほど幸せ住まい」研究に取り組んでいます。研究を通して、幸せという無形価値、つまり「つながり」「健康」「生きがい」「私らしさ」「楽しさ」「役立ち」といった幸福感を高め、家族やライフスタイルの多様な変化に対応する幸せのかたちをお客さまへご提案することを目指しています。

ウェブサイト：<https://www.sekisuihouse.co.jp/company/rd/humanlife/>

これまでの調査リリース：<https://www.sekisuihouse.co.jp/company/research/>