

## 【子どもの熱中症予防のための水分補給に関する親の意識調査】

よく飲むドリンクは1位：麦茶、2位：水

選ぶポイントは「手間なく飲ませられる」「虫歯リスクがない」

ファミリー向けデジタルコンテンツの開発・運営及びイベントの企画・運営事業を展開する、株式会社キッズスター（本社：東京都渋谷区、代表取締役：平田全広 以下、「当社」）が、2025年5月に、当社が提供する社会体験アプリ「ごっこランド」内及び、公式Xにて「子どもの熱中症」に関するアンケートを実施しました。（回答数：360名）

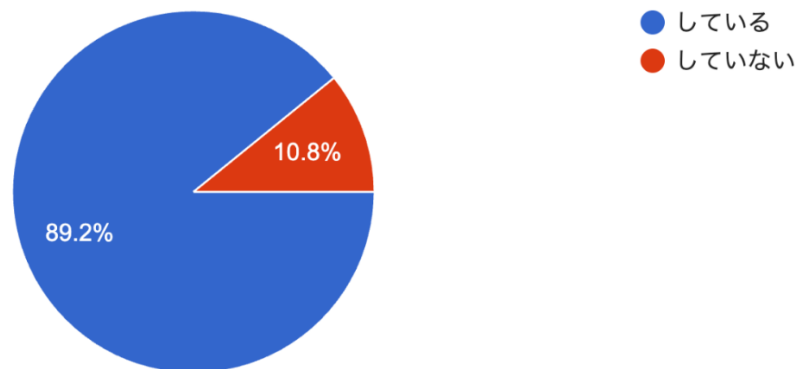


### ■9割の親がこまめに子どもの水分補給を「している」と回答

「お子様の熱中症予防のため、こまめに水分補給するようにしていますか？」という質問に対し、89.2%の親が、「している」と回答しました。

お子様の熱中症予防のため、こまめに水分補給するようにしていますか？

360 件の回答

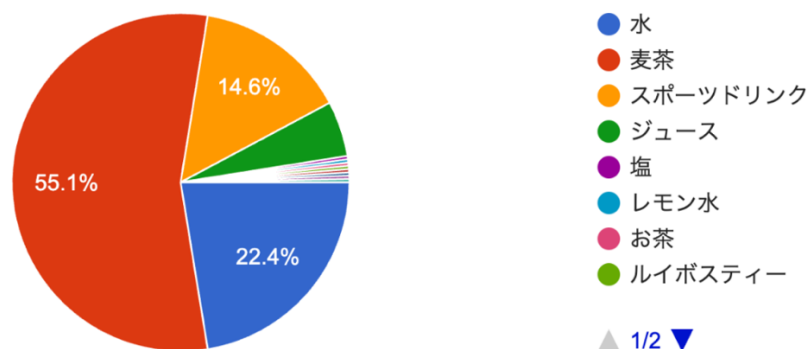


### ■子どもが水分補給によく飲む飲み物 1 位：麦茶、2 位：水

「水分補給によく飲ませているものは何ですか？」という質問には、麦茶55.1%、水：22.4%、スポーツドリンク：14.6%、ジュース5.3%でした。

水分補給によく飲ませているものは何ですか？

321 件の回答



### ■親は飲み物を選ぶとき「タイプ」と「虫歯リスク」を重視！

水分補給に子どもに飲ませる飲み物を選んだ理由を聞いたところ、「手間をかけずに摂取できるから」を選んだ率は麦茶：44.94%、水：40.28%にのびりました。また、「虫歯リスクがないから」を選んだ率は麦茶：35.39%、水：40.28%でした。多忙な子育て中の親にとって、水分補給に飲ませる飲み物の選択において「タイプの良さ」と「虫歯リスクがない」ことがポイントになることが分かりました。

一方、スポーツドリンクやジュースをよく飲ませる親の多くは、選ぶ理由として「子どもが味を気に入っているから」を挙げており、子どもが水分補給を嫌がらないことを優先していることがうかがえます。

親にとって水分補給に伴う「虫歯リスク」は関心事であり、虫歯リスクを高める糖分会を控えることを気にされている方も多いようです。そこで、糖分の量をお好みで調整できる『手作りスポーツドリンク』の作り方をポッカサッポロフード&ビバレッジ株式会社にお聞きしました。

## 水分補給にその飲み物を選ぶ理由（複数回答）

飲み物	お金をかけずに摂取できるから	子どもが味を気に入っているから	手間をかけずに摂取できるから	虫歯リスクがないから	熱中症予防にいい成分が含まれているから
麦茶	28.09%	43.26%	<b>44.94%</b>	<b>35.39%</b>	36.52%
水	15.28%	34.72%	<b>40.28%</b>	<b>40.28%</b>	13.89%
スポーツドリンク	12.77%	48.94%	22.92%	8.51%	55.32%
ジュース	11.76%	64.71%	29.41%	5.88%	17.65%

■子どもの水分補給を「レモン」が手助け  
 ポッカサッポロフード&ビバレッジ株式会社  
 ブランドマネジメント部 小林 玲奈 様からのコメント

熱中症対策として水分補給は非常に大切です。特に夏場は水分補給が必須ですが、お子さまでも美味しく水分補給していただけるレシピとしてオススメしているのが、『手作りスポーツドリンク』です。  
 材料は、水1L、ポッカレモン100大さじ1、砂糖（またははちみつ）大さじ4、塩小さじ1/2。

少量のお湯に砂糖（またははちみつ）、塩を溶かし、水と混ぜたら完成です。

冷蔵庫でしっかり冷やすと更においしくなります！

詳しい作り方はこちら↓

<https://www.pokkasapporo-fb.jp/recipes/detail-960.html>

※はちみつを使う場合は、1歳未満の乳児には与えないでください。



味のしない水が苦手なお子さまもいらっしゃいますが、レモンを加えることで爽やかな味わいになりおいしく飲んでいただけます。

市販のスポーツドリンクも手軽で良いですが、手作りをすることでお子さまに合わせた塩分や糖分でスポーツドリンクを楽しんでいただけるのも嬉しいポイントです。

夏の暑さ対策にぜひお試しください。

#### ・レモンの秘密やチカラを学べるゲーム「レモンのひみつ」

当社が提供するアプリ「ごっこランド」には、ポッカサッポロフード&ビバレッジ株式会社協賛のゲーム「レモンのひみつ」があります。子どもの成長や家族の健康のためになるレモンの価値を知り、カジュアルなゲームと共に、食育を学ぶことができるコンテンツです。

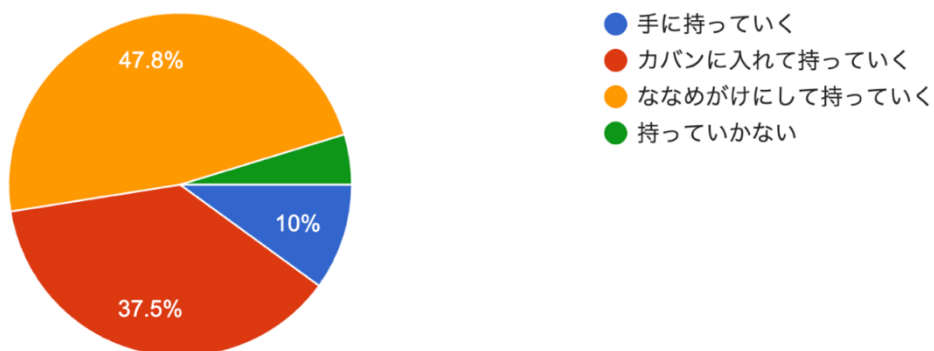


#### ■約半数が、水筒は「ななめがけにして持っていく」

「お子様が園や学校に行くときや遊びに行くとき、水筒を持っていけますか」という質問では、約半数にあたる47.9%の親が、「ななめがけにして持っていく」と回答しました。ななめがけにするもののリスクと、熱中症対策について、横浜市消防局にお聞きしました。

お子様が園や学校に行くときや遊びに行くとき、水筒をどのようにして持っていけますか？

360 件の回答



## ■横浜市消防局 救急企画課 藤田杏子様からのコメント

小さなお子さんは、体温の調整機能や汗腺が未発達なため熱中症になりやすく、屋外では地面に近いほど高い温度になるため注意が必要です。

年齢が低いほど自分自身で対策をとることが難しいので、水分・塩分・糖分の補給、温度調整などの予防対策を周りの大人が気にかけてあげてください。

また、水筒を持ち歩く機会も多いと思いますが、転倒した際に首や肩に掛けていた水筒がお腹や頭を強打するといった事故も起きていますので、水筒を持ち歩かせる際は、注意してください。



消費者庁より Vol.635 水筒を持ち歩くときの転倒事故に注意！

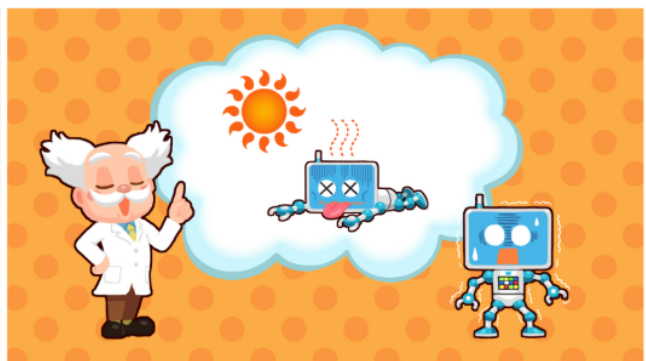
[https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_safety/child/project\\_001/mail/20230825/](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/child/project_001/mail/20230825/)

▼よこはま防災e-パーク「3分でわかる！熱中症対策」

<https://bousaie-park.city.yokohama.lg.jp/saigai-kyukyu/>

・「ジモトガイド神奈川県横浜市」でも「予防救急」が学べる！

当社が提供するアプリ「ごっこランド」には、横浜市消防局協賛のゲーム「ジモトガイド神奈川県横浜市～消防局特集～」があります。消防局本部庁舎内や消防車、救急車の写真などを掲載しており、もしもの時に落ち着いて適切な行動をとれるよう、親子で学べるコンテンツです。



【「ごっこランド」熱中症についてのアンケート実施概要】

- ・調査対象：「ごっこランド」を利用中の保護者360名
- ・調査方法：インターネットによる調査
- ・調査期間：2025年5月17日(土)～23日(金)



## 【子ども向け社会体験アプリ『ごっこランド』について】

<https://www.kidsstar.co.jp/gokkoland>



「ごっこランド」は、実在する企業のお仕事の“ごっこ遊び”をしながら社会のしくみを学べる、子ども向けの社会体験アプリです。親しみやすい100種類以上のお仕事体験コンテンツを、子どもの目線で自社開発、配信しています。いつでも、どこにいても、無料で楽しめる“ごっこ遊び”は年間で2億回以上プレイされ、アプリの累計ダウンロード数は、750万を突破しています。さらに2024年7月より「ごっこランド」の世界観をリアルに再現したスペシャルイベント「ごっこランドEXPO」を大型商業施設等で開催しています。

- ・アプリ名：子ども向け社会体験アプリ『ごっこランド』
- ・ダウンロード数：累計750万ダウンロード
- ・ランキング：AppStore、Google Playの子ども向け人気無料アプリランキング1位獲得
- ・受賞歴：「第13回キッズデザイン賞」「BabyTech Award Japan 2019」  
「日本子育て支援大賞2022」「令和5年度 こどもスマイルムーブメント大賞 優秀賞」
- ・ダウンロードページ：<https://kb8x3.app.goo.gl/shZA>
- ・紹介動画URL：<https://youtu.be/3YzCTpECmDw>

## ■「ごっこランドEXPO」について



『ごっこランドEXPO』は、累計750万ダウンロードの社会体験アプリ『ごっこランド』の世界観をリアルに体験できる無料イベントです。全国の大型商業施設等で、『ごっこランド』に出店中の実在する企業やブランドの体験型コンテンツ（以下、企業ワークショップ）を実施し、社会のしくみを直接手に触れて、体験することができます。

出店企業からの協賛料と、イベントを実施する施設から運営委託料をいただくことで、ご来場者には参加料金が一切かからない、完全無料で提供しています。2024年7月から2024年11月までに全国5箇所で展開され、参加者数1万人を突破しました。

## 【株式会社キッズスターについて <https://www.kidsstar.co.jp>】



本社：〒150-0045 東京都渋谷区神泉町 9-5 フジタ・インゼックスビル 5階

設立：2014年10月

代表者：代表取締役 平田 全広

事業内容：ファミリー向け社会体験アプリ「ごっこランド」の開発・運営及びイベントの企画・運営、子ども向けプロダクトを通じた、企業・団体の事業開発支援

電話番号：03-6805-5625（代表）

## 【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社キッズスター 広報 宮本和佳那

TEL：050-5603-6362

E-Mail：[wakana.miyamoto@kidsstar.co.jp](mailto:wakana.miyamoto@kidsstar.co.jp)