

日本の小6・中3のウェルビーイング

幸福感は上向いた、しかし「学校の楽しさ」と「将来の夢」は戻っていない — 児童生徒質問調査のウェルビーイング項目を中心とした分析

要点

「普段の生活の中で、幸せな気持ちになることがよくある」と答えた児童生徒は小学6年で54.7%、中学3年で46.2%。項目が追加された令和5年度（小49.9%・中41.0%）から4年で約5ポイント上昇し、否定回答（あまりない・全くない）は小9.0%→6.9%、中12.2%→8.7%へ減った。学力（国語・算数／数学・英語）との相関はいずれも.04～.07で、幸福感と学力はほぼ別ルートである。

10年の推移では、自己肯定感（中3で27.5%→41.2%）と教師の承認（中3で32.2%→46.7%）が最も伸びた項目である一方、「学校に行くのは楽しい」（小55.3%→48.1%）と「将来の夢や目標を持っている」（小68.6%→58.6%）はコロナ前の水準に戻っていない。幸福感と最も強く結びつくのは「学校が楽しい」（ $r=.38\sim.43$ ）、自己肯定感、友達関係の満足、相談できる大人であり、勉強時間・蔵書数・スマホ時間とはほぼ無相関だった。今年度新設された学級の心理的安全性は否定寄りの回答が約3割と、幸福感（7～9%）とは分布の形が大きく異なる。

1. 幸福感：4年で5ポイント上昇、R8は横ばい

幸福感項目は令和5年度に「ウェルビーイング指標」として追加された。「よくある」の割合は小・中とも令和7年度に一段上がり、令和8年度は横ばい（報告書の前回比は「→」）である。肯定計（よくある＋ときどきある）は小92.4%、中91.0%に達しており、平均の議論より否定回答15万人規模（小6.9%・中8.7%）の内訳に目を向ける段階に来ている。

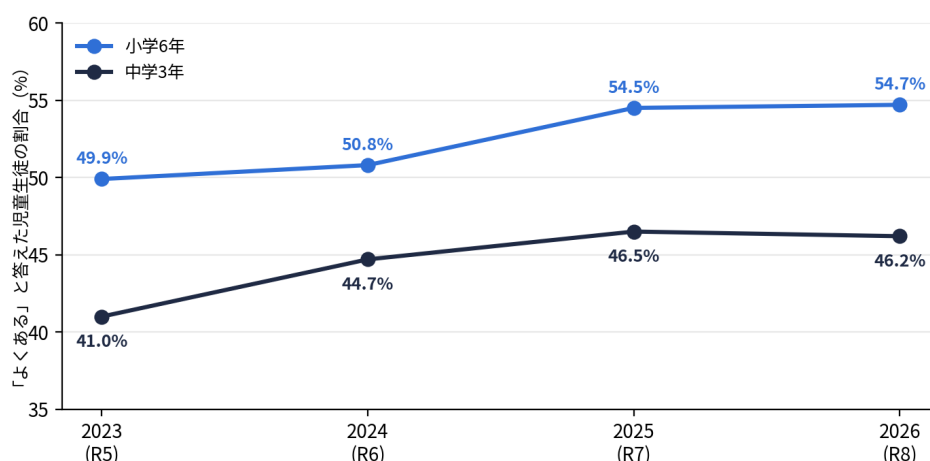


図1 幸福感「よくある」の推移（全国・国公立）。出典：令和8年度 報告書【質問調査】p.24 質問（21）

学力との関係は弱い。幸福感と正答率の相関は小6で国語.073・算数.039、中3で国語.070・数学.055・英語（3技能）.07前後にとどまる。令和5年度データによる内田由紀子委員のウェルビーイング

グ分析報告書（2024年6月・中央教育審議会）が示した「幸福感を支えるのは友達や教師との関係性」という結論と整合的で、この構図は今回も変わっていない。

2. 10年の変化：承認と自己肯定は伸び、居場所感と将来展望は戻っていない

報告書の「質問の経年変化」（p.18～24）から、比較可能な項目の「当てはまる」の割合を平成28年度（2016）と令和8年度（2026）で比べた。

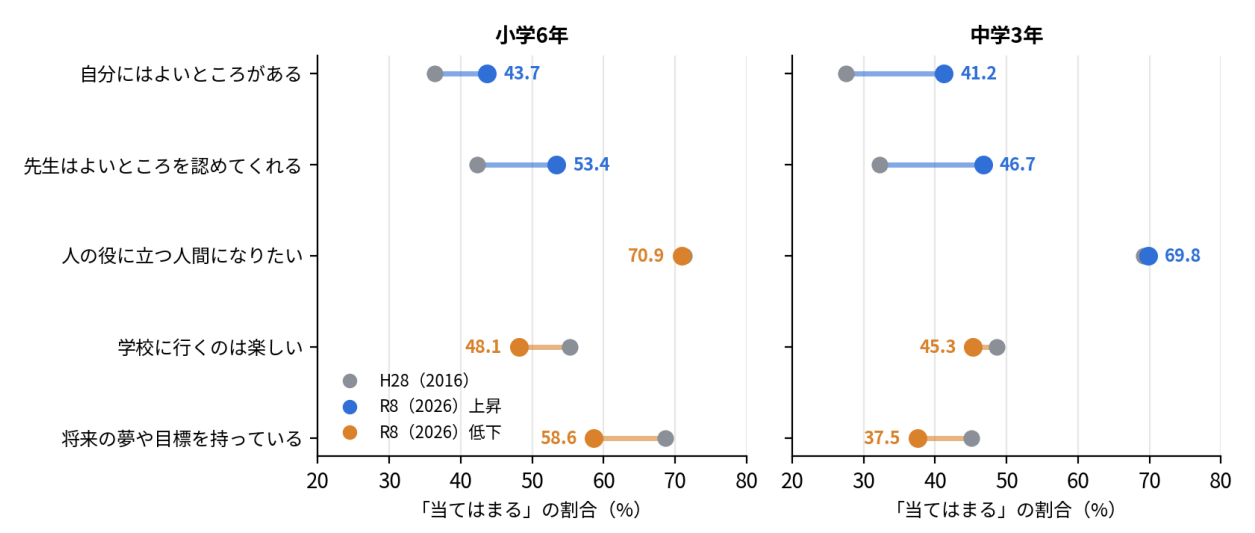


図2 ウェルビーイング関連項目の10年変化（「当てはまる」の割合）。灰＝H28、青＝上昇、橙＝低下。出典：報告書【質問調査】 p.18～24

質問項目（「当てはまる」の割合）	小6 H28	小6 R8	中3 H28	中3 R8	方向
自分にはよいところがある	36.3	43.7	27.5	41.2	上昇
先生はよいところを認めてくれる	42.3	53.4	32.2	46.7	上昇
学校に行くのは楽しい	55.3	48.1	48.6	45.3	低下
将来の夢や目標を持っている	68.6	58.6	45.1	37.5	低下
困った時に先生や学校の大人に相談できる（R4起点）	35.5	33.9	32.5	33.3	横ばい
友達関係に満足している（R5起点）	63.2	62.6	55.3	56.5	横ばい

表1 単位は%。出典：報告書【質問調査】「質問の経年変化」。小学校はR8から質問調査がCBT方式に変わり、R7→R8の小幅低下（自己肯定感-3.7ptなど）は回答モード変更の影響を含みうる。

承認と自己肯定感は10年で最も改善した領域であり、この2項目は県レベルでも.56～.67の相関で連動している。対照的に「学校に行くのは楽しい」は令和3年度（48.0%）にコロナ下で7ポイント落ちて以降、5年間まったく回復していない。「将来の夢」は唯一10年間一貫して下がり続けている項目で、小で-10pt、中で-8ptである。幸福感が上がる一方で、幸福感と最も相関する「学校の楽しさ」が戻っていないというねじれが、令和8年度の形である。

3. 幸福感に何が効いているか：関係性が上位を独占、学習投入量はゼロ

調査結果資料には児童生徒質問調査の全項目間相関（小108×108、中131×131）が公開されている。幸福感（21）と相関の高い項目を図3に示す。

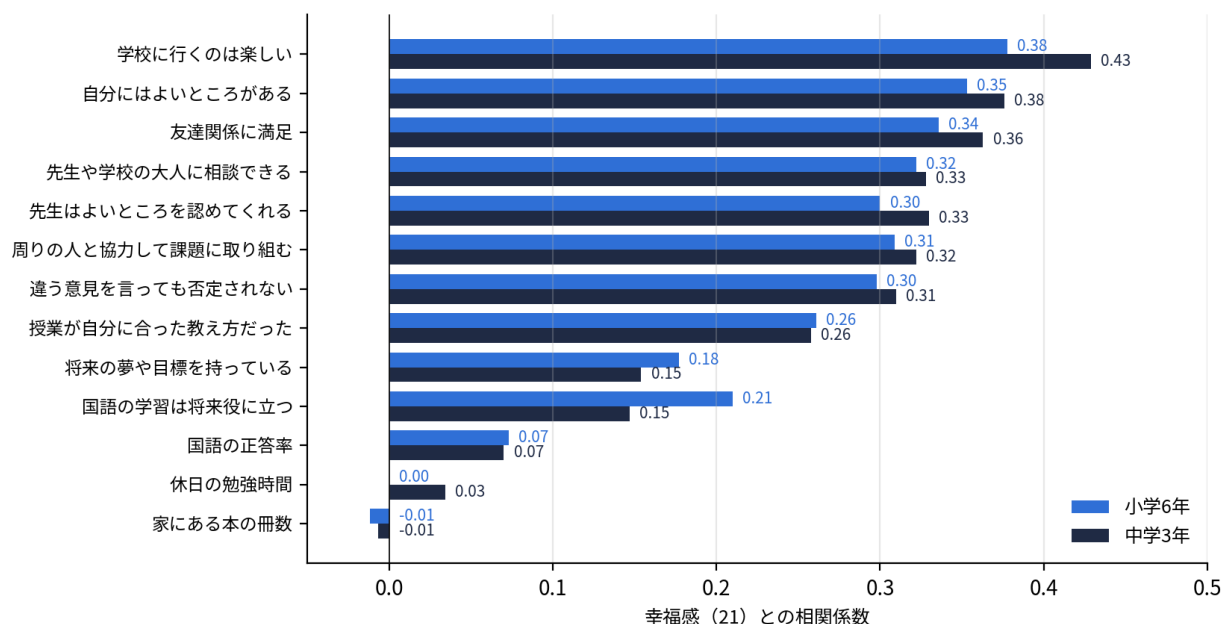


図3 幸福感（21）と各項目の相関係数（全国・国公私立、二変量）。出典：調査結果資料【全国版】相関係数（児童生徒質問調査-児童生徒質問調査）、（児童生徒質問調査-教科）

上位は小中とも「学校が楽しい」「自分にはよいところがある」「友達関係に満足」「相談できる大人」「先生の承認」「協力して課題に取り組む」「違う意見を言っても否定されない」で、幸せの4因子でいえば「ありがとう」と「ありのままに」の項目群がほぼ独占している。相関はいずれも.30～.43で決定的な1項目はなく、幸福感・学校の楽しさ・友達満足・心理的安全性が互いに3前後で束になっているのが実態である。

中3では上位項目との相関が小6より一段強く（学校楽しい.378→.429、自己肯定.353→.376）、逆に教科の有用感（国語.210→.147）や読書は効かなくなる。小学生では「授業が分かる・役に立つ」も幸福感に寄与していたが、中学では人間関係に一本化する。家の蔵書数（-.01）、休日の勉強時間（.00～.03）、スマホ等の利用時間（-.02～-.05）、新聞（.01）は小中ともほぼゼロで、幸せの手がかりは学習投入量ではなく関係性にある。

4. 新設項目・学級の心理的安全性：否定寄りが約3割

令和8年度から「あなたの学級では、人と違う意見を言っても否定されないと思いますか」が新設された。「当てはまる」は小39.6%・中34.2%にとどまり、否定寄り（どちらかといえば当てはまらない＋当てはまらない）は小27.8%、中30.3%に上る。幸福感や友達満足の否定回答が7～9%であるのと比べると桁が違い、「学級という場」の課題として独立した項目である。

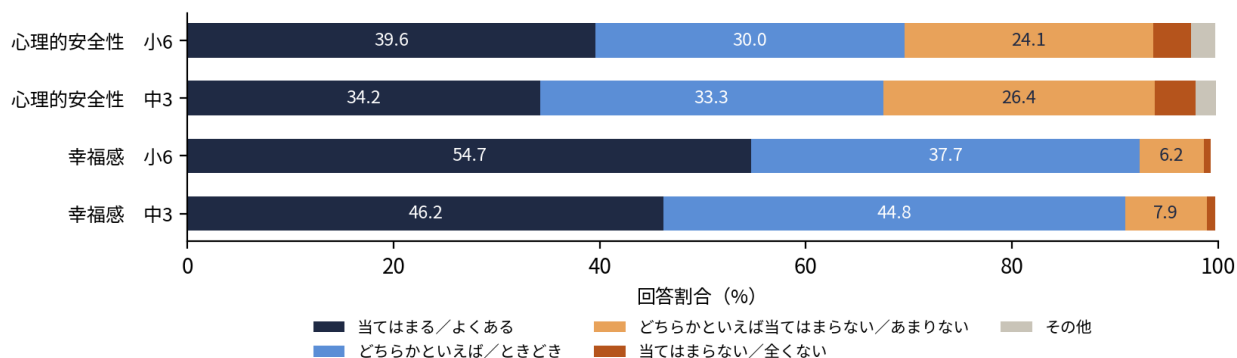


図4 心理的安全性（20）と幸福感（21）の回答分布。心理的安全性は5選択肢のため他項目と単純比較はできない。出典：調査結果資料【全国版】回答結果集計

心理的安全性と相関が高いのは、「周りの人と協力して課題に取り組む」（小.33／中.35）、「学級活動で意見のよさを生かして解決方法を決める」（.30／.36）、「先生はよいところを認めてくれる」（.32／.33）、「先生は分かるまで教えてくれる」（.30／.31）で、幸福感（.30／.31）よりも教師の行動と学級活動の質が上位に来る。国の報告書が打ち出した「教師の承認→心理的安全性」の関連はここに素材がある。中3では「学級活動での意見集約」が最上位で、中学では学級活動そのものが心理的安全性の主要な相関項目になる。学力との相関は.05～.09と幸福感同様に弱い。

5. 都道府県別の特徴：地域差は小さいが、県の「型」は小中で安定

令和8年度の都道府県別は9月30日公表予定のため、令和7年度（指定都市を含む都道府県・公立）で見る。幸福感「よくある」の47都道府県標準偏差は小2.3pt、中1.9ptと小さく、最もばらつくのは「先生の承認」（SD 4.3）と「相談できる大人」（SD 3.8）、すなわち教師側の行動に関わる項目である。同一項目の小6と中3の県別相関は.70～.81と高く、県の特徴は学校種をまたいで安定している。

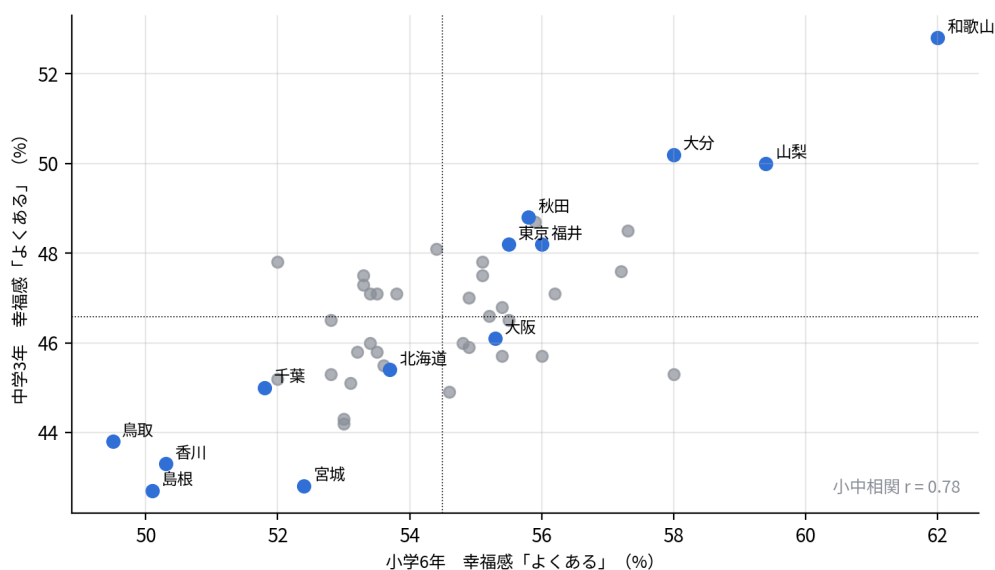


図5 都道府県別 幸福感「よくある」の割合：小6×中3（R7、指定都市含む・公立、点線は47県平均）。出典：令和7年度 都道府県・指定都市別 回答結果集計

上位は和歌山（小62.0%・中52.8%で小中とも1位）、山梨、大分、秋田、栃木、埼玉、下位は島根・鳥取・香川の山陰・四国北岸と宮城・愛知・千葉である。上位県でもプロフィールは分かれる。和歌山は幸福感・学校楽しい・友達満足・相談できる大人が1位だが自己肯定感19位・将来の夢38位という「居場所型」、秋田は自己肯定感1位・将来の夢1位で幸福感は中位という「自信と目標型」、山梨・埼玉は先生の承認と相談できる大人が上位で押し上げる「教師関係型」である。県レベルで幸福感と最も相関するのは「相談できる大人」（小 $r=.64$ ）と友達満足（中.72）で、将来の夢とは無相関（.11）だった。学力上位県のうち秋田・福井はウェルビーイングも上位だが石川は下位で、学力との県レベルの連動は部分的である。

6. PISA 2025との照合

同月に公表されたPISA 2025（15歳）でも、日本は人生満足度がOECD平均並みまで回復し、所属感が世界6位、「仲間はずれと感じない」96%と、つながり系の指標が世界最上位圏だった。本調査の小6・中3でも幸福感の上昇と友達満足の高さ（肯定計90%超）が確認され、「学力を落とさずに関係性と主観的幸福を改善した」というPISAの読みは国内調査とも整合する。一方でPISAが「個の回路が細い」と指摘した目標設定・好奇心の弱さは、本調査でも「将来の夢」の10年連続低下、「難しくなるとさらに努力する」の低さ（当てはまる小32.0%・中23.5%）、「学校が楽しい」の未回復として現れており、幸せの4因子でいえば「ありがとう」「ありのままに」が強く「やってみよう」に介入余地がある、という同型の構図である。

7. まとめと留意点

- ①**幸福感は4年で5pt上昇し、学力とは別ルート。**小55%・中46%が「よくある」。学力・勉強時間・蔵書数との相関はほぼゼロで、幸せは学習投入量では説明できない。
- ②**承認と自己肯定は伸び、居場所感と将来展望は横ばい。**10年で承認+11~14pt、自己肯定+7~14pt。一方「学校が楽しい」は幸福感と最も強く結びつくのにコロナ前の水準に戻っていない。
- ③**心理的安全性と「頼れる大人」が次の焦点。**否定寄りが約3割。どちらも教師の行動と学級活動の質に結びつき、県レベルでも幸福感を最もよく説明する。

留意点：①すべて自己報告の質問調査で、相関は因果を示さない。同一回答者の項目間相関は共通方法分散を含む。②小学校はR8から質問調査がCBT方式になり、R7→R8の小幅な低下はモード変更の影響を含まう。③心理的安全性は5選択肢、幸福感は頻度尺度で、4件法その他項目と形式が異なる。④都道府県別はR7データで、R8分（心理的安全性を含む）は9月30日公表予定。⑤公開されているのは全国・都道府県別の集計と全国の二変量相関のみで、個票データは大学等の常勤研究者・公的機関のみ利用申請できる（統計的性質を模した擬似データは誰でも利用可）。

付録：本調査で公開されているウェルビーイング関連の測定項目

質問番号 (R8)	項目（略記）	形式	小6 R8	中3 R8	初出
(8)	自分にはよいところがある	4件法	43.7	41.2	H28以前
(9)	先生はよいところを認めてくれる	4件法	53.4	46.7	H28以前
(10)	将来の夢や目標を持っている	4件法	58.6	37.5	H28以前
(11)	人が困っているときは進んで助ける	4件法	47.3	40.8	H28以前
(12)	いじめはどんな理由があってもいけない	4件法	81.1	76.1	H28以前
(13)	困った時に先生や学校の大人に相談できる	4件法	33.9	33.3	R4
(14)	人の役に立つ人間になりたい	4件法	70.9	69.8	H28以前
(15)	学校に行くのは楽しい	4件法	48.1	45.3	H28以前
(16)	自分と違う意見について考えるのは楽しい	4件法	32.0	32.1	R3
(17)	友達関係に満足している	4件法	62.6	56.5	R5
(18-1～3) (19-1～3)	やり通す・難しくても努力・じっくり考える・仕組みを知る・新しく学ぶ・解決策を見つける（非認知能力、ランダム方式）	4件法	31～50	24～43	R8新設
(20)	学級で人と違う意見を言っても否定されない（心理的安全性）	5選択肢	39.6	34.2	R8新設
(21)	幸せな気持ちになることがどれくらいあるか（幸福感）	頻度4件法	54.7	46.2	R5

表2 カテゴリー2「挑戦心、達成感、規範意識、自己有用感、幸福感等」の項目。数値は「当てはまる」「よくある」の割合（%）。出典：令和8年度 報告書【質問調査】、調査結果資料 回答結果集計

出典

文部科学省・国立教育政策研究所（2026）「令和8年度 全国学力・学習状況調査 報告書【質問調査】」（2026年8月3日公表）<https://www.nier.go.jp/26chousakekkahoukoku/report/data/26qn.pdf>

国立教育政策研究所（2026）「令和8年度 全国学力・学習状況調査 調査結果資料【全国版／小学校】【全国版／中学校】」回答結果集計、相関係数（児童生徒質問調査-児童生徒質問調査／-教科）<https://www.nier.go.jp/26chousakekkahoukoku/>

国立教育政策研究所（2025）「令和7年度 全国学力・学習状況調査 調査結果資料【都道府県・指定都市版】」回答結果集計〔児童質問調査〕〔生徒質問調査〕https://www.nier.go.jp/25chousakekkahoukoku/factsheet/prefecture_city.html

内田由紀子（2024）「全国学力・学習状況調査データを用いたウェルビーイングに関する分析報告書」中央教育審議会（第138回）資料 https://www.mext.go.jp/content/20240625-mxt_soseisk02-000036677-13.pdf

OECD（2026）, PISA 2025 Results (Volume I): Future-Ready Students（照合に使用）

作成：2026年9月26日。数値はすべて公表資料・データ表から取得（関連の再集計、都道府県別の記述統計・県レベル相関は公表データから算出）。