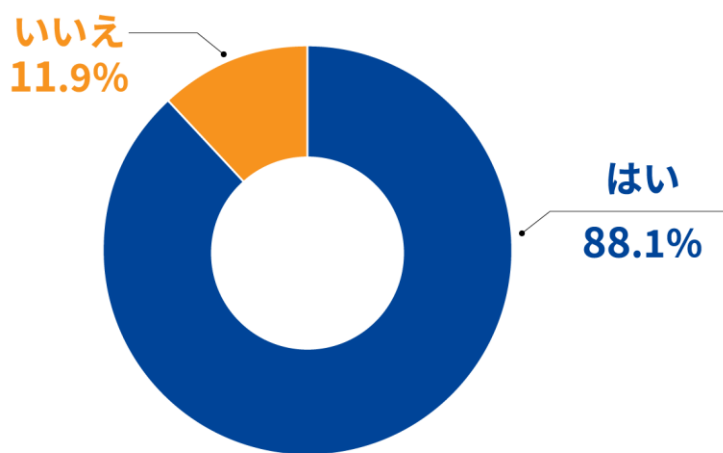


～ 現役受験生の約 9 割が受験勉強中に「集中力」が続かないと実感している！ ～

ファイテンが「現役受験生を阻む 5 つの障壁実態調査」を実施！！

ボディケアカンパニーのファイテン株式会社（所在地：京都市中京区、代表取締役：平田好宏、以下ファイテン）は、受験生（15歳以上の受験を直前に控える男女）を対象に「現役受験生を阻む5つの障壁実態調査」を実施しました。この調査から、現役受験生が入試直前において、5つの障壁についてどう感じているかが明らかになりました。

受験勉強中に 集中力が続かないと感じる時がありますか。



(n=353)

調査期間：2025/10/1-2025/10/6・調査方法：インターネット調査・調査人数：353名
調査対象：受験生（15歳以上の受験を直前に控える男女）
モニター提供元：RCリサーチデータ



<背景>

入試本番が目前に迫る、ラストスパートの時期。この時期の成績の伸びは、勉強時間だけでなく日々の学習効率が鍵を握ります。しかし、多くの受験生が焦りやプレッシャーから本来の効率で学習ができず、成績が伸び悩むという課題に直面していると考えられます。そこでファイテン株式会社は、受験生を応援するため、「現役受験生を阻む 5 つの障壁実態調査」について調査しました。

<調査サマリー>

- ・現役受験生の約 7 割が不規則な生活が続き「疲れ」を実感
- ・現役受験生の約 8 割が受験勉強中に「不安」に悩まされている
- ・現役受験生の約 9 割が「集中力」が続かないと実感
- ・現役受験生の約 7 割が「睡眠不足」に
- ・現役受験生の約 7 割が迫り来る受験への「緊張」でリラックスできないと回答

<調査概要>

調査期間：2025 年 10 月 1 日～10 月 6 日

調査方法：インターネット調査

調査対象：受験生（15 歳以上の受験を直前に控える男女）

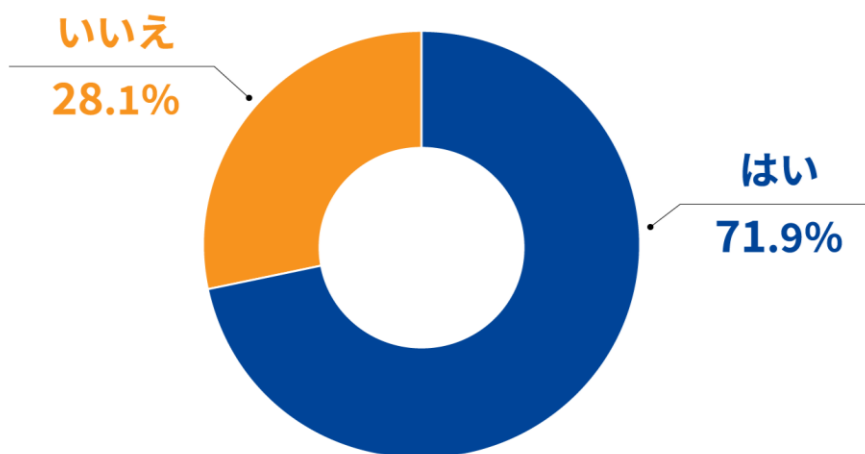
調査人数：353 名

モニター提供元：RCリサーチデータ

現役受験生の約 7 割が不規則な生活が続き「疲れ」を実感

まず、「受験勉強中は不規則な生活が続き、疲れを感じているか」を尋ねる設問への回答では、「はい」が 71.9%、「いいえ」が 28.1%という結果になりました。この結果から、受験生の約 7 割が、受験勉強中は不規則な生活が続き、「疲れを感じている」と回答していることが明らかになりました。

受験勉強中は不規則な生活が続き、 疲れを感じていますか。



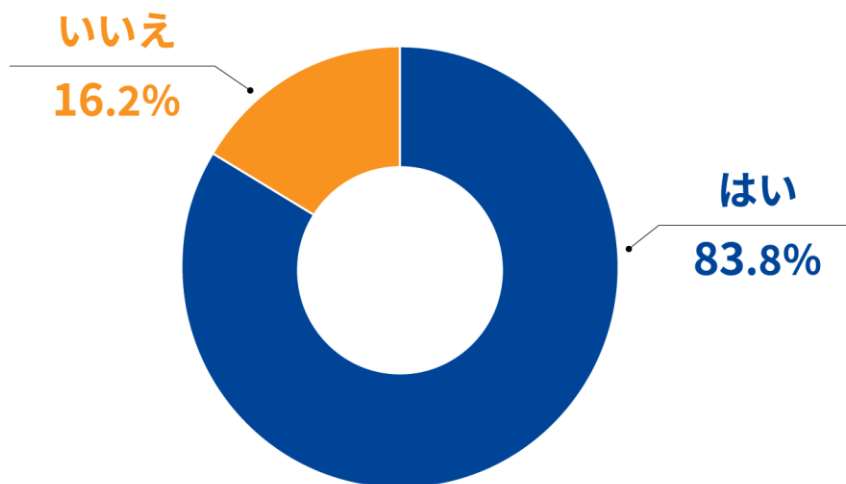
(n=353)

調査期間：2025/10/1-2025/10/6・調査方法：インターネット調査・調査人数：353 名
調査対象：受験生（15 歳以上の受験を直前に控える男女）
モニター提供元：RC リサーチデータ

現役受験生の約 8 割が受験勉強中に「不安」に悩まされている

次に、「受験勉強中に不安に悩まされることがあるか」を尋ねる設問への回答では、「はい」が 83.8%、「いいえ」が 16.2%という結果になりました。この結果から、受験生の約 8 割が、受験勉強中に不安に悩まされることがあるということがわかりました。

受験勉強中に 不安に悩まされることがありますか。



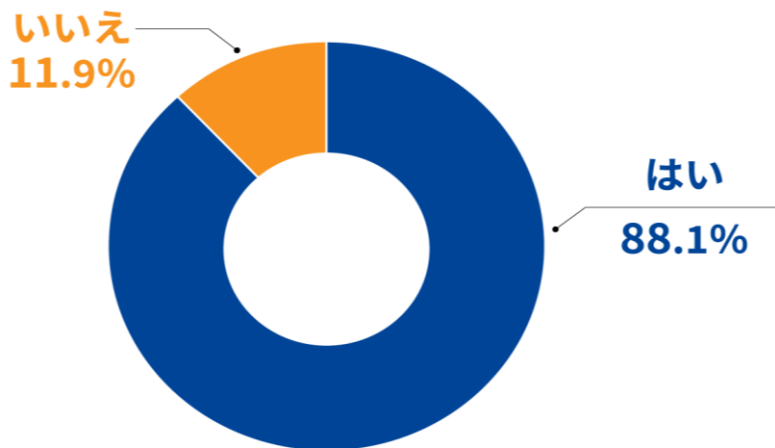
(n=353)

調査期間：2025/10/1-2025/10/6・調査方法：インターネット調査・調査人数：353 名
調査対象：受験生（15 歳以上の受験を直前に控える男女）
モニター提供元：RC リサーチデータ

現役受験生の約 9 割が「集中力」が続かないと実感

続いて、「受験勉強中に集中力が続かないと感じる時があるか」を尋ねる設問への回答では、「はい」が 88.1%、「いいえ」が 11.9%という結果になりました。この結果から、受験生の約 9 割が、受験勉強中に集中力が続かないと実感していることが判明しました。

受験勉強中に 集中力が続かないと感じる時がありますか。



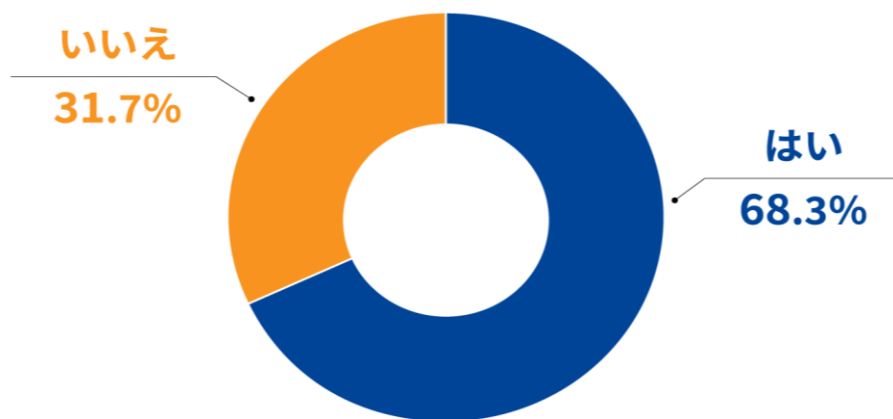
(n=353)

調査期間：2025/10/1-2025/10/6・調査方法：インターネット調査・調査人数：353 名
調査対象：受験生（15 歳以上の受験を直前に控える男女）
モニター提供元：RC リサーチデータ

現役受験生の約 7 割が「睡眠不足」に

また、「受験勉強中は睡眠時間を十分に確保するのが難しいか」を尋ねる設問への回答では、「はい」が 68.3%、「いいえ」が 31.7%という結果になりました。この結果から、受験生の約 7 割が、受験勉強中の睡眠時間を十分に確保するのが難しいと感じていることが明らかになりました。

受験勉強中は睡眠時間を 十分に確保するのが難しいですか。



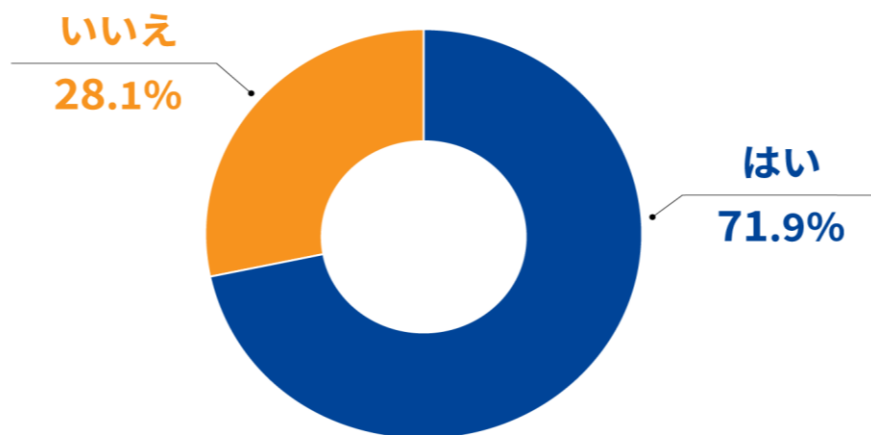
(n=353)

調査期間：2025/10/1-2025/10/6・調査方法：インターネット調査・調査人数：353 名
調査対象：受験生（15 歳以上の受験を直前に控える男女）
モニター提供元：RC リサーチデータ

現役受験生の約 7 割が迫り来る受験への「緊張」でリラックスできないと回答

調査の最後、「受験勉強中は緊張してあまりリラックスできていないと感じるか」を尋ねる設問への回答では、「はい」が 71.9%、「いいえ」が 28.1%という結果になりました。この結果から、受験生の約 7 割が、受験勉強中は緊張してあまりリラックスできていないと感じていることがわかりました。

受験勉強中は緊張して あまりリラックスできていないと感じますか。



(n=353)

調査期間：2025/10/1-2025/10/6・調査方法：インターネット調査・調査人数：353 名
調査対象：受験生（15 歳以上の受験を直前に控える男女）
モニター提供元：RC リサーチデータ

まとめ

今回の調査により、受験生の約 7 割が、受験勉強中は不規則な生活が続き、「疲れを感じている」と回答しており、受験生の約 8 割が、受験勉強中に不安に悩まされることがあるということが明らかになりました。また、受験生の約 9 割が、受験勉強中に集中力が続かないと実感していることがわかりました。さらに、受験生の約 7 割が、受験勉強中の睡眠時間を十分に確保するのが難しいと感じており、受験生の約 7 割が、受験勉強中は緊張してあまりリラックスできていないと感じていることが判明しました。

本調査の結果から、受験生の 9 割弱が、受験勉強中に集中力が続かないと実感しており、受験生の 7 割以上が、受験勉強中は緊張してあまりリラックスできていないと感じていることが明らかになりました。

本格的な受験シーズンが到来し、追い込みの勉強を頑張っている受験生も多いのではないのでしょうか。その一方で、生活リズムが乱れやすく、集中力の低下や緊張状態に悩む受験生は少なくありません。さらに、子どもの体調やメンタルを気遣う保護者の不安の声も大きく、受験期は本人だけでなく家族やそれを支える人にとっても大きな試練の時期といえるでしょう。

ファイテン株式会社は頑張る受験生、そしてサポートするご家族へ向けた「キミの合格を心とカラダで支える 受験対策ボディケアメソッド」特設ページ(11/20 予定)を公開します。ファイテンのロングセラー商品である「パワーテープ メタックス」は、独自のメタックス技術を採用したボディケアテープで、ツボへの刺激で集中力向上や、不調からくるストレス緩和にも繋がると考えられています。また、全国に 160 店舗を展開するファイテンショップでは、効率よく疲れをとるための「疲労回復コーナー」を設置しています。ご来店いただいたお客様には、定番商品である「パワーテープ」や「ボディローション」を使用した無料ボディケア体験も実施中。受験生本人はもちろん、サポートするご家族の方等も一緒にご利用いただくことが可能です。ファイテン株式会社は、今年度も受験に挑む受験生、そしてサポートするご家族をボディケアでサポートします。

▼「キミの合格を心とカラダで支える 受験対策ボディケアメソッド」特設ページを 11/20(木)17 時より公開します。

<https://www.phiten.com/juken-powertape/>



調査実施会社



ファイテン株式会社

所在地：〒604-8152 京都府京都市中京区烏丸通錦小路角手洗水町 678 番地

代表取締役：平田 好宏

事業内容：化粧品・医薬部外品・医療機器の製造・販売、スポーツ関連商品・健康食品・健康グッズ等の製造・販売、不動産事業

URL：<https://www.phiten.com/>

お近くのファイテンショップで商品をご体験いただけます

ファイテンショップでは商品やボディケア機器が体験いただけます。

ぜひお近くのファイテンショップまでお越しください。

▼ファイテンショップのご案内

<https://www.phiten.com/shop/service/>



<本件に関するお問い合わせ先>

ファイテン株式会社

広告宣伝部：古田

MAIL:pr@phiten.com