

「総合的な探究の時間」の授業を受けた高校3年生は 71%が社会に役立つ学習だと感じている

－ 高校生の進路選択に関する調査2026より －

株式会社リクルート（本社：東京都千代田区 代表取締役社長：牛田 圭一）が運営する『リクルート進学総研』（所長：小林 浩）では、高校生の進路選択の実態を明らかにするため、「高校生の進路選択に関する調査2026」を実施いたしました。今回は、その調査結果の一部である「総合的な探究の時間」に関する項目についてご報告いたします。

「総合的な探究の時間」で取り組んだ活動は、誰かや社会に役立つ学習だと感じましたか。

34.3%が“誰かや社会に役立つ学習だ”と「感じた」と回答しており、「やや感じた」まで含めると71.3%を占めた。高校所在地別に見ると、大都市圏以外で「感じた」が36.3%で、大都市圏よりも5ポイント程度高い。

		感じた・計			感じなかった・計				
		感じた	やや感じた	どちらともいえない	あまり感じなかった	感じなかった		感じた・計	感じなかった・計
調査数									
全体	5429	34.3		37.0	17.2	7.3	4.2	71.3	11.5
最終進路別	4349	33.7		37.2	17.3	7.5	4.2	70.9	11.7
大学	174	36.8		36.8	13.2	9.2	4.0	73.6	13.2
短期大学	906	36.6		36.0	17.5	5.6	4.2	72.6	9.8
専門学校	2257	34.5		35.4	18.2	7.0	5.0	69.9	11.9
性別 男子	3172	34.1		38.1	16.6	7.5	3.7	72.3	11.2
女子	3214	34.8		37.6	15.9	7.5	4.2	72.4	11.7
高校設置者 国公立	2005	33.3		36.5	19.0	7.0	4.3	69.7	11.3
別 私立	210	36.7		31.9	21.9	5.2	4.3	68.6	9.5
不明	2339	31.6		36.5	18.5	8.3	5.1	68.1	13.4
高校所在地 大都市圏	3090	36.3		37.3	16.3	6.5	3.5	73.7	10.0
別 大都市圏以外									

解説：テーマを「自分の興味関心から」決めた高校生は71.3%。学外と接点があった生徒は58.7%。AIが答えらしきものを返す時代、自分で確かめた事実がオリジナルな探究を育む

探究のテーマを「自分の興味関心から」決めた高校生は71.3%（自分で選んだ52.7%＋先生や学校に相談して決めた18.6%）。その活動が“誰かや社会に役立つ学習だ”と感じた高校生も71.3%。設問は異なりますが、いずれも約7割を占めています。内発的な動機から出発することと社会とのつながりの実感は、関連しているのかもしれません。大都市圏以外では、社会に役立つと「感じた」が36.3%と、大都市圏を約5ポイント上回りました。授業形式は「プレゼンテーション」が60.2%と突出し、「ディスカッション」が36.8%で続きました。「総合的な探究の時間」で学外の方と接点があった生徒は58.7%で、既に多くの教室が、外に開かれた学びの回路を持っています。

テーマを自ら選ぶこと、つまり身近なものの中に「自分なりの意味」を見いだす過程こそが、価値創造の出発点だと私は考えています。期待されるのは、教室から一步踏み出し、一次情報を自分の足で取りに行く機会が増えていくことです。誰かに話を聞く、現場を観察する、実際に試してみる。一次体験が重なるほど、探究は借り物ではない自分の問いへと育っていきます。AIが答えらしきものを返す時代だからこそ、自分で確かめた事実やその場で心が動いた経験は、何にも代えがたい財産になると考えます。



リクルート
「キャリアガイダンス」
編集長 赤土豪一

「総合的な探究の時間」は、探究の見方・考え方を働かせ、横断的・総合的な学習を行うことを通して、自己の在り方生き方を考えながら、よりよく課題を発見し解決していくための資質・能力を育成することを目指し、2022年4月から高校のカリキュラムに組み込まれた。

※調査データの引用をご希望される際は、“「高校生の進路選択に関する調査2026」リクルート進学総研調べ”と明記いただき、弊社までご一報いただけますと幸いです。

本件に関する
お問い合わせ先

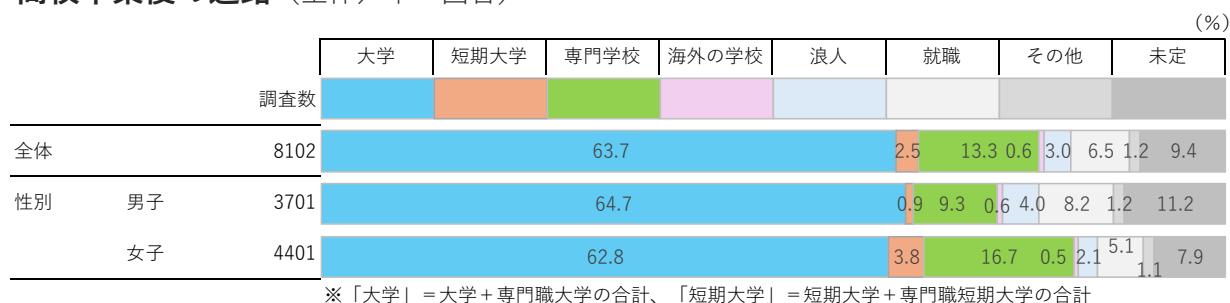
株式会社リクルート リクルート進学総研 <https://souken.shingakunet.com/>
※報道関連・マスメディアの方は[こちら](#)よりお問い合わせください。

調査概要

- **調査目的** 高校における「総合的な探究の時間」の実施実態を把握し、高校生から見た授業に対する満足度や、授業で感じた人生・生活や社会への影響について確認する
- **調査対象** 2026年3月に高校を卒業した110641人
※令和7年度学校基本調査の「全日制・本科2年生生徒数（県別）」、「中等教育学校・後期課程2年生（県別）」を基に、リクルートが運営する『スタディサプリ』会員より調査対象とする数を抽出
- **調査期間** 2026年3月4日～3月31日
- **調査方法** インターネット調査 ※アンケート依頼を郵送、記載のURLからインターネット回答
- **有効回答数** 8102人（回答率7.3%）
- **注意点** 報告書内の「最終進路別」「高校所在地別」の分類は以下の通り
 - 「大学」：専門職大学を含む
 - 「短期大学」：専門職短期大学を含む
 - 「大都市圏」：出身高校の所在地エリアが「南関東」「東海」「関西」のいずれかに該当
 - 「大都市圏以外」：「南関東」「東海」「関西」以外のエリア

回答者属性

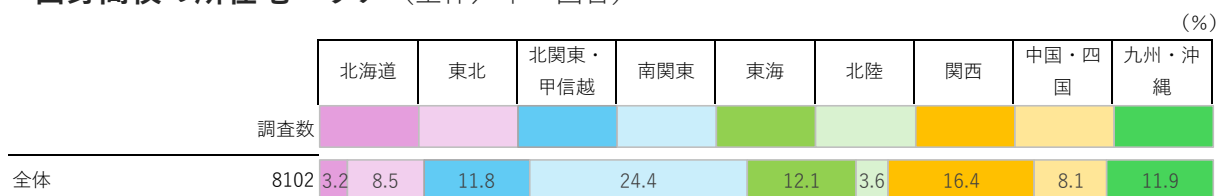
■ 高校卒業後の進路（全体／単一回答）



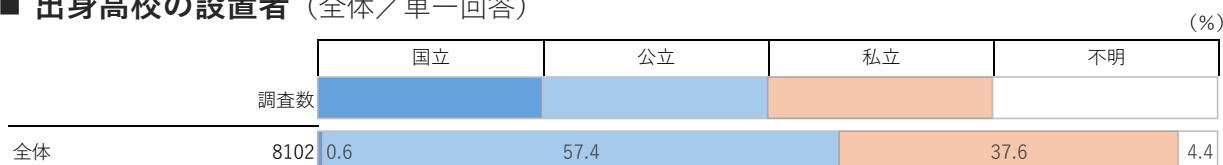
■ 性別（全体／単一回答）



■ 出身高校の所在地エリア（全体／単一回答）



■ 出身高校の設置者（全体／単一回答）



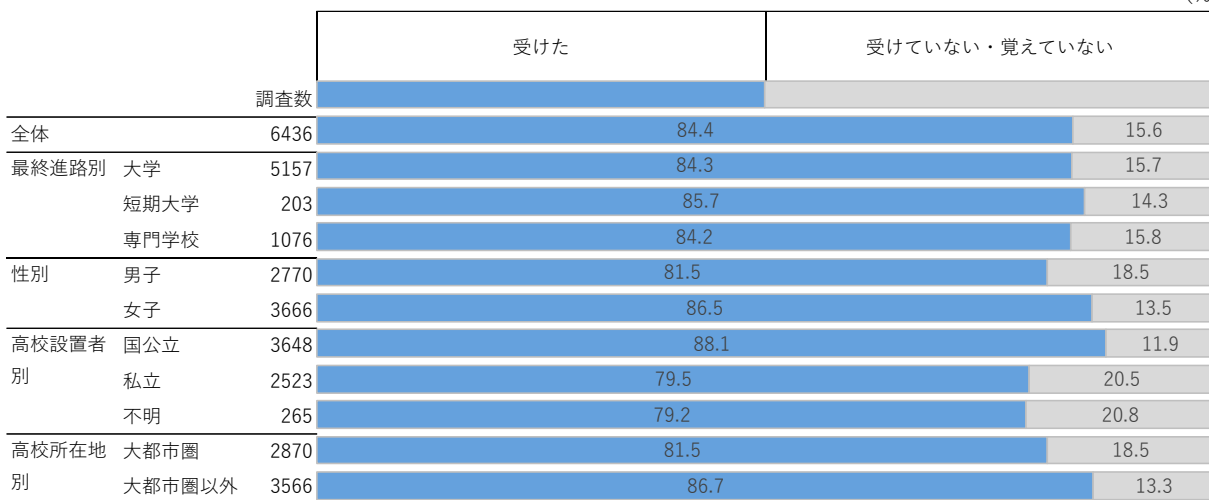
「総合的な探究の時間」の授業経験と授業形式

1. 高校3年間で「総合的な探究の時間」の授業については、84.4%が「受けた」と回答。残る15.6%は「受けていない・覚えていない」と回答した。高校設置者別では国公立の高校で「受けた」（88.1%）が9割近くを占める。また、高校所在地別では大都市圏以外のほうが「受けた」（86.7%）割合が高い。
2. 授業を「受けた」と回答した高校生に対して、授業の形式を尋ねたところ、「プレゼンテーション」（60.2%）が突出して高く、次いで「ディスカッション」（36.8%）、「インターネット調査」（32.8%）が30%を超える。高校設置者別に見ると、順位はほぼ同様だが、国公立の高校では全体的にスコアが高く、授業形式が多岐にわたっている。

1. 高校3年間で「総合的な探究の時間」の授業はありましたか。

（「大学」「短期大学」「専門学校」のいずれかに進学した者／単一回答）

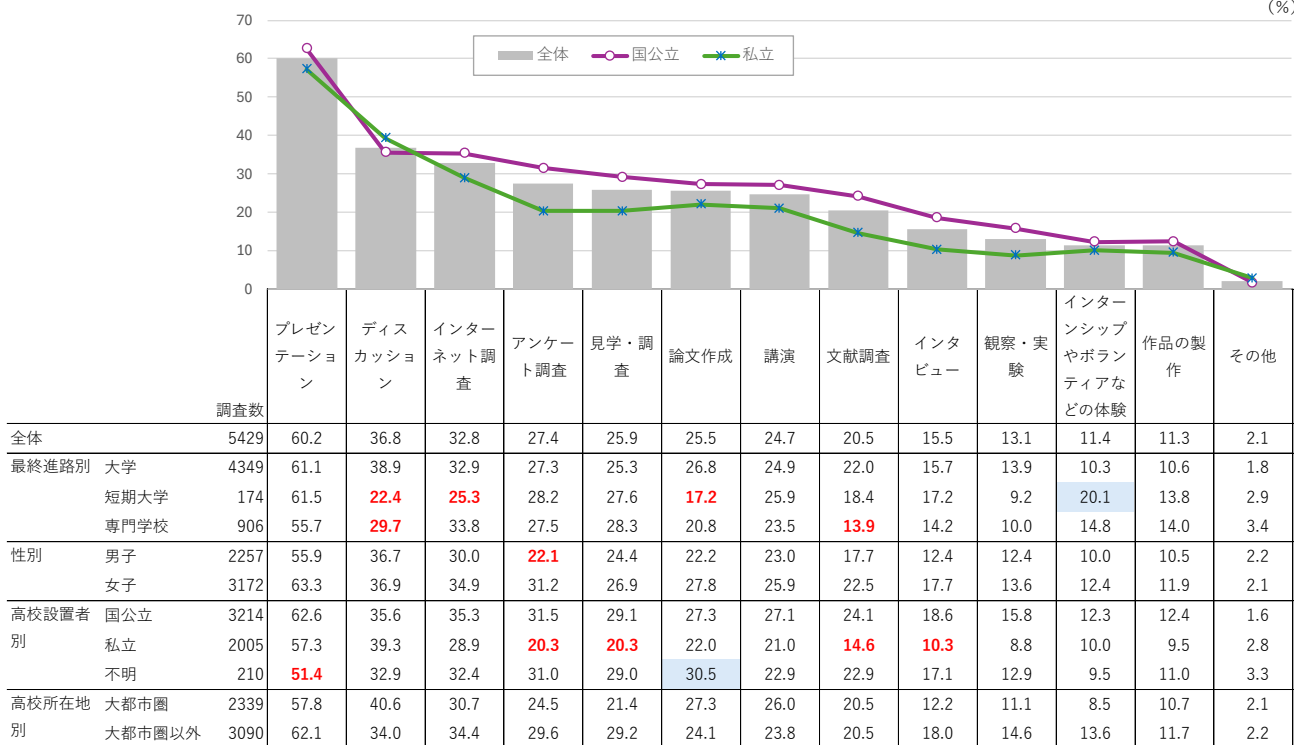
(%)



2. どのような授業の形式でしたか。あてはまるものを全て教えてください。

（「総合的な探究の時間」の授業を「受けた」と回答した者／複数回答）

(%)



※「全体」と比較して 10.0 ポイント以上高い 5.0 ポイント以上高い 5.0 ポイント以上低い

「総合的な探究の時間」における学外との接点

- 「総合的な探究の時間」において、「学外の方と一緒に授業を進めた」「何回か学外の方と接点があった」「1～2回のみ接点があった」を合わせた「接点があった・計」は58.7%を占めた。そのうち最も高いのは「何回か学外の方と接点があった」（27.8%）。「接点があった・計」を高校設置者別に見ると国公立の高校で64.7%、高校所在地別では大都市圏以外で62.6%であった。
- 評価について尋ねたところ、全体の63.3%が何らかの評価を受けたと回答した。内訳は「担任・学外の方から評価をもらった」が29.9%、「担任からのみ評価をもらった」が30.0%、「学外の方からのみ評価をもらった」が3.3%。高校設置者別に見ると、国公立の高校では「担任・学外の方から評価をもらった」が33.5%で、「担任からのみ評価をもらった」（28.5%）より割合が高い。私立の高校では反対に「担任からのみ評価をもらった」（32.5%）割合のほうが高い。

1. 「総合的な探究の時間」で学外の方との接点がありましたか。

（「総合的な探究の時間」の授業を「受けた」と回答した者／単一回答）

		接点があった・計			全くなかった	覚えていない	接点があった・計 (%)
		学外の方と一緒に授業を進めた	何回か学外の方と接点があった	1～2回のみ接点があった			
調査数							
全体	5429	11.2	27.8	19.7	29.0	12.2	58.7
最終進路別							
大学	4349	11.0	27.7	19.7	29.9	11.7	58.4
短期大学	174	12.6	30.5	16.7	28.2	12.1	59.8
専門学校	906	12.1	27.8	20.1	24.9	15.0	60.0
性別							
男子	2257	12.7	26.0	19.4	29.0	12.9	58.1
女子	3172	10.2	29.1	19.9	29.1	11.7	59.2
高校設置者別							
国公立	3214	11.4	32.0	21.3	24.7	10.5	64.7
私立	2005	11.2	21.1	17.2	35.5	15.0	49.5
不明	210	8.6	28.6	17.6	33.3	11.9	54.8
高校所在地別							
大都市圏	2339	10.9	23.9	18.9	32.3	14.0	53.7
大都市圏以外	3090	11.5	30.8	20.3	26.6	10.9	62.6

2. 先生や接点があった学外の方々からどのような評価をもらいましたか。

（「総合的な探究の時間」の授業を「受けた」と回答した者／単一回答）

		何らかの評価あり・計			誰からも評価はもらっていない		覚えていない	何らかの評価あり・計 (%)
		担任・学外の方から評価をもらった	担任からのみ評価をもらった	学外の方からのみ評価をもらった				
調査数								
全体	5429	29.9		30.0	3.3	9.8	26.9	63.3
最終進路別								
大学	4349	30.3		30.7	3.3	9.7	26.0	64.3
短期大学	174	27.0		28.7	1.7	13.2	29.3	57.5
専門学校	906	28.7		26.9	3.6	9.9	30.8	59.3
性別								
男子	2257	28.9		30.7	3.8	9.4	27.2	63.4
女子	3172	30.7		29.5	3.0	10.1	26.7	63.2
高校設置者別								
国公立	3214	33.5		28.5	3.6	9.0	25.5	65.6
私立	2005	24.7		32.5	2.7	10.6	29.5	59.9
不明	210	25.2		30.0	5.2	15.7	23.8	60.5
高校所在地別								
大都市圏	2339	25.2		31.8	2.9	10.7	29.3	59.9
大都市圏以外	3090	33.5		28.6	3.6	9.1	25.1	65.8

「総合的な探究の時間」への取り組み態度についての自己評価

1. 「総合的な探究の時間」への取り組み態度については、「しっかり取り組めた」が36.4%で、「それなりに取り組めた」（46.5%）まで含めると、82.9%が取り組めたと自己評価している。いずれの属性でも「しっかり取り組めた」が30%を超えており、「取り組めた・計」も80%前後を占める。

1. 「総合的な探究の時間」を振り返って、最もあてはまるものを教えてください。

（「総合的な探究の時間」の授業を「受けた」と回答した者／単一回答）

		取り組めた・計		どちらともいえない	取り組めなかった・計		取り組めた・計	取り組めなかった・計
		しっかり取り組めた	それなりに取り組めた		あまり取り組めなかった	全く取り組めなかった		
調査数								
全体	5429	36.4	46.5	10.8	4.9	1.4	82.9	6.3
最終進路別								
大学	4349	36.3	46.3	10.8	5.2	1.5	82.6	6.7
短期大学	174	39.1	47.1	9.8	3.4	0.6	86.2	4.0
専門学校	906	36.5	47.1	11.3	4.2	0.9	83.7	5.1
性別								
男子	2257	35.8	43.7	12.4	6.1	2.0	79.5	8.1
女子	3172	36.9	48.4	9.7	4.1	0.9	85.3	5.0
高校設置者別								
国公立	3214	37.4	46.8	9.7	4.8	1.3	84.2	6.1
私立	2005	34.7	46.1	12.5	5.3	1.4	80.8	6.7
不明	210	37.6	45.2	11.4	3.8	1.9	82.9	5.7
高校所在地別								
大都市圏	2339	32.7	47.6	12.7	5.3	1.6	80.4	6.9
大都市圏以外	3090	39.2	45.6	9.4	4.7	1.2	84.8	5.9

「総合的な探究の時間」のテーマ設定

1. 「総合的な探究の時間」のテーマの設定方法は、「自分の興味関心から自分で選んだ」（52.7％）が半数以上を占め、「自分の興味関心を先生や学校に相談して決めた」（18.6％）まで含めた「自分の興味関心から・計」は71.3％であった。高校設置者別に見ると、特に国公立の高校で「自分の興味関心から自分で選んだ」（55.9％）が高い。

1. 「総合的な探究の時間」のテーマ設定についてあてはまるものを教えてください。

（「総合的な探究の時間」の授業を「受けた」と回答した者／単一回答）

		自分の興味関心から・計		先生や学校から指示された中から・計			
		自分の興味関心から自分で選んだ	自分の興味関心を先生や学校に相談して決めた	先生や学校から指示された中から選んだ	先生や学校から指示された内容で実施した	自分の興味関心から・計	先生や学校から指示された中から・計
調査数							(%)
全体	5429	52.7		18.6	17.3	71.3	28.7
最終進路別							
大学	4349	53.2		18.9	17.2	72.1	27.9
短期大学	174	56.9		13.2	20.7	70.1	29.9
専門学校	906	49.6		18.1	17.1	67.7	32.3
性別							
男子	2257	50.2		21.4	16.9	71.6	28.4
女子	3172	54.4		16.6	17.6	71.1	28.9
高校設置者別							
国公立	3214	55.9		20.4	14.8	76.3	23.7
私立	2005	47.7		15.8	21.2	63.5	36.5
不明	210	51.4		17.1	16.7	68.6	31.4
高校所在地別							
大都市圏	2339	49.2		18.0	19.0	67.2	32.8
大都市圏以外	3090	55.3		19.1	16.0	74.4	25.6

「総合的な探究の時間」の満足度

1. 「総合的な探究の時間」の満足度を尋ねたところ、29.0%が「満足」と回答。「やや満足」(39.5%)まで含めた「満足・計」は68.5%で、3人に2人程度が満足していた。「不満・計」は8.6%にとどまり、総じて満足度が高い。
2. また、「総合的な探究の時間」を通して、「成長したと思う」が33.1%で、「やや成長したと思う」(39.8%)まで含めた「成長したと思う・計」は72.9%であった。

1. 「総合的な探究の時間」の満足度を教えてください。

(「総合的な探究の時間」の授業を「受けた」と回答した者／単一回答)

		満足・計		どちらともいえない	不満・計		満足・計	不満・計
		満足	やや満足		やや不満	不満		
調査数								
全体	5429	29.0	39.5		22.8	5.2	68.5	8.6
最終進路別	大学	4349	28.9	39.0	23.2	5.4	67.9	8.9
	短期大学	174	27.0	46.0	18.4	5.7	73.0	8.6
	専門学校	906	30.0	40.9	21.9	4.3	71.0	7.2
性別	男子	2257	29.6	37.5	22.6	6.1	67.1	10.4
	女子	3172	28.7	40.9	23.0	4.6	69.6	7.4
高校設置者別	国公立	3214	30.0	40.9	20.3	5.3	70.9	8.8
	私立	2005	27.2	37.8	26.6	5.1	65.0	8.3
	不明	210	31.4	34.3	24.8	5.7	65.7	9.5
高校所在地別	大都市圏	2339	26.8	37.6	26.0	5.6	64.5	9.5
	大都市圏以外	3090	30.7	40.9	20.4	5.0	71.6	8.0

2. 「総合的な探究の時間」を通して成長したと思いますか。

(「総合的な探究の時間」の授業を「受けた」と回答した者／単一回答)

		成長したと思う・計		どちらともいえない	成長していないと思う・計		成長したと思う・計	成長していないと思う・計
		成長したと思う	やや成長したと思う		あまり成長していないと思う	成長していないと思う		
調査数								
全体	5429	33.1	39.8		16.9	6.4	72.9	10.1
最終進路別	大学	4349	32.5	39.8	16.9	6.8	72.3	10.8
	短期大学	174	36.8	43.7	11.5	6.3	80.5	8.0
	専門学校	906	35.4	39.2	18.0	4.9	74.6	7.4
性別	男子	2257	33.8	37.4	18.1	6.6	71.2	10.8
	女子	3172	32.7	41.5	16.1	6.3	74.2	9.7
高校設置者別	国公立	3214	34.0	41.1	15.3	6.0	75.2	9.6
	私立	2005	31.3	38.4	19.3	7.2	69.7	11.1
	不明	210	36.7	32.9	20.5	5.7	69.5	10.0
高校所在地別	大都市圏	2339	29.6	39.6	19.1	7.0	69.3	11.7
	大都市圏以外	3090	35.8	39.9	15.3	6.0	75.7	9.0

自分の人生・生活や社会とのつながり

1. 「総合的な探究の時間」の授業を受けた高校生のうち、33.6%が“自分の人生や生活と関係がある”と「感じた」と回答。「やや感じた」まで含めると70.8%を占めた。
2. 同様に、34.3%が“誰かや社会に役立つ学習だ”と「感じた」と回答しており、「やや感じた」まで含めると71.3%を占めた。高校所在地別に見ると、大都市圏以外で「感じた」が36.3%で、大都市圏よりも5ポイント程度高い。

1. 「総合的な探究の時間」は、自分の人生や生活と関係があると感じましたか。

（「総合的な探究の時間」の授業を「受けた」と回答した者／単一回答）

		感じた・計		どちらともいえない	感じなかった・計		感じた・計	感じなかった・計
		感じた	やや感じた		あまり感じなかった	感じなかった		
調査数								
全体	5429	33.6	37.2		16.9	8.0	70.8	12.3
最終進路別	大学	33.1	37.3		16.7	8.3	70.4	12.9
	短期大学	37.4	37.9		13.2	8.0	75.3	11.5
	専門学校	35.4	36.6		18.1	6.6	72.1	9.8
性別	男子	33.4	34.4		18.9	8.7	67.8	13.3
	女子	33.8	39.2		15.4	7.5	73.0	11.7
高校設置者別	国公立	34.5	37.6		16.1	7.5	72.1	11.9
	私立	31.8	37.5		17.5	8.9	69.2	13.3
	不明	37.1	29.5		22.4	6.7	66.7	11.0
高校所在地別	大都市圏	30.7	37.2		18.4	8.4	68.0	13.6
	大都市圏以外	35.8	37.2		15.7	7.7	72.9	11.4

2. 「総合的な探究の時間」で取り組んだ活動は、誰かや社会に役立つ学習だと感じましたか。

（「総合的な探究の時間」の授業を「受けた」と回答した者／単一回答）

		感じた・計		どちらともいえない	感じなかった・計		感じた・計	感じなかった・計
		感じた	やや感じた		あまり感じなかった	感じなかった		
調査数								
全体	5429	34.3	37.0		17.2	7.3	71.3	11.5
最終進路別	大学	33.7	37.2		17.3	7.5	70.9	11.7
	短期大学	36.8	36.8		13.2	9.2	73.6	13.2
	専門学校	36.6	36.0		17.5	5.6	72.6	9.8
性別	男子	34.5	35.4		18.2	7.0	69.9	11.9
	女子	34.1	38.1		16.6	7.5	72.3	11.2
高校設置者別	国公立	34.8	37.6		15.9	7.5	72.4	11.7
	私立	33.3	36.5		19.0	7.0	69.7	11.3
	不明	36.7	31.9		21.9	5.2	68.6	9.5
高校所在地別	大都市圏	31.6	36.5		18.5	8.3	68.1	13.4
	大都市圏以外	36.3	37.3		16.3	6.5	73.7	10.0

リクルートグループについて

1960年の創業以来、リクルートグループは、就職・結婚・進学・住宅・自動車・旅行・飲食・美容などの領域において、一人ひとりのライフスタイルに応じたより最適な選択肢を提供してきました。現在、HRテクノロジー、人材派遣、マーケティング・マッチング・テクノロジーの3事業を軸に、60を超える国・地域で事業を展開しています。リクルートグループは、新しい価値の創造を通じ、社会からの期待に応え、一人ひとりが輝く豊かな世界の実現に向けて、より多くの『まだ、ここにはない、出会い。』を提供していきます。

詳しくはこちらをご覧ください。

リクルートグループ：<https://recruit-holdings.com/ja/>

リクルート：<https://www.recruit.co.jp/>