

## 20代のオフの過ごし方に関する調査 2016

オフの消費は広く浅く? 満足度が高いのは「1万円ディナー×1回」より「2千円ディナー×5回」  
 働き方改革は少子化対策? 20代未婚女性の4人に1人が「残業がなくなったら恋愛に積極的になる」、  
 既婚男性の4割強は「残業がなくなったらイクメンに」、既婚女性の1割半は「残業がなくなったら妊活する」

SMBCコンシューマーファイナンス株式会社(代表取締役社長:幸野 良治、<http://www.smbc-cf.com>)は、2016年6月8日~14日の7日間、20代のビジネスパーソンを対象に「20代のオフの過ごし方に関する調査2016」をインターネットリサーチで実施し、1,000名の有効サンプルの集計結果を公開しました。(調査協力会社: ネットエイジア株式会社)

### - TOPICS -

#### 【20代のオフの過ごし方】 ……2~5 ページ

- ≫ 20代のオフ 半数近くは「巣ごもりタイプ」、外出して仲間と満喫する「リア充タイプ」は4人に1人
- ≫ 20代男子の休日が活発化? オフは自宅で一人過ごす「巣ごもり男子」が減少し、「リア充男子」が増加
- ≫ 20代に多い巣ごもりタイプの生活は「夜型」、活発なリア充タイプには「朝型」が多い
- ≫ 20代のオフの過ごし方は「ネット」「買い物」「動画サイト視聴」、夜型はネット漬けの休日?
- ≫ オフに活用するスマホアプリ おひとりさま女子は「SNS」、ウチ派男子は「動画」、ソト派男子は「地図・ナビ」
- ≫ リア充タイプはグルメやデートの参考に「飲食店クチコミ・予約アプリ」を活用

#### 【20代のお金・時間の使い方】 ……6~10 ページ

- ≫ オフの消費は広く浅く? 満足度が高いのは「1万円ディナー×1回」より「2千円ディナー×5回」
- ≫ お金を使うなら、楽しみを共有したい! 「一人で3千円のご馳走よりも、友人と会費3千円のパーティー」6割
- ≫ 20代女性の3人に1人は「友人とのパーティーよりも一人のご馳走を優先」
- ≫ アイドル・音楽アーティストへの消費 男性は「ファングッズ」、女性は「ライブ」に消費する傾向
- ≫ 山の日イベント開催すれば若者が山に集まる?
- ≫ 山の日で連休が取れたらやりたい野外レジャー 上位に「バーベキュー」「キャンプ」「野外音楽フェス」など
- ≫ 山の日を含めた連休の取得予定は? 4人に1人は「5連休以上」、10人に1人は「7連休以上」
- ≫ 「ワーク」と「ライフ」、充実させたいのは「ライフ」 20代の理想の働き方は「激務高給」より「まったり安定」
- ≫ もしも「残業ゼロ」になったら消費が活性化? 残業がなくなったら「趣味」や「習い事」、「スポーツ」に積極的に
- ≫ 働き方改革は少子化対策? 20代未婚女性の4人に1人が「残業がなくなったら恋愛に積極的になる」、既婚男性の4割強は「残業がなくなったらイクメンに」、既婚女性の1割半は「残業がなくなったら妊活する」

#### 【20代のスポーツ熱】 ……11~14 ページ

- ≫ 20代ビジネスパーソンの7割が「スポーツや運動の習慣あり」
- ≫ 20代に人気のスポーツ・運動 一人で手軽に始められる「ウォーキング」「ランニング」「筋トレ」
- ≫ 男性には「サッカー」や「野球」、女性には「ヨガ・ピラティス」も人気
- ≫ 人気のスポーツデートは? TOP3 は「バドミントン」「野球・バッティングセンター」「ボウリング」
- ≫ 密かなブーム? 「ゴルフデート」の人气が上昇、男性は「卓球デート」、女性は「乗馬デート」の人气が上昇
- ≫ 一緒にスポーツしたい憧れのスポーツ選手 1位は「イチロー選手」
- ≫ 男性からは「木村沙織選手」、女性からは「錦織圭選手」や「羽生結弦選手」が人気!
- ≫ トレーナーをして欲しい? 一緒にスポーツしたい芸能人の1位「松岡修造さん」2位は「武井壮さん」
- ≫ スポーツデートの理想の相手は? 男性と一緒にスポーツを楽しみたい芸能人の1位は「有村架純さん」、女性の1位は同数で「松坂桃李さん」と「相葉雅紀さん」
- ≫ 軽快な動きで気分が上がる? 一緒にスポーツしたいキャラクター 1位は「ふなっしー」

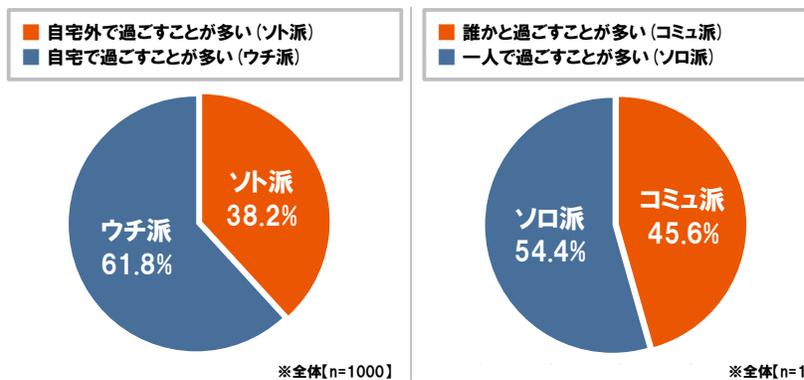
**アンケート調査結果**
**【20代のオフの過ごし方】**

≫ 20代のオフ 半数近くは“巣ごもりタイプ”、外出して仲間と満喫する“リア充タイプ”は4人に1人

はじめに、20代のビジネスパーソンがオフ(仕事がない日)をどのように過ごしているか質問しました。

20~29歳のアルバイト・パートを除く就業者 1,000名(全回答者)に、オフは自宅外で過ごすことが多い(ソト派)か、自宅で過ごすことが多い(ウチ派)か聞いたところ、「ソト派」が38.2%、「ウチ派」が61.8%と、ウチ派が多数派となりました。また、オフは誰かと過ごすことが多い(コミュ派)か、一人で過ごすことが多い(ソロ派)か聞いたところ、「コミュ派」が45.6%、「ソロ派」が54.4%と、ソロ派がやや多い結果となりました。

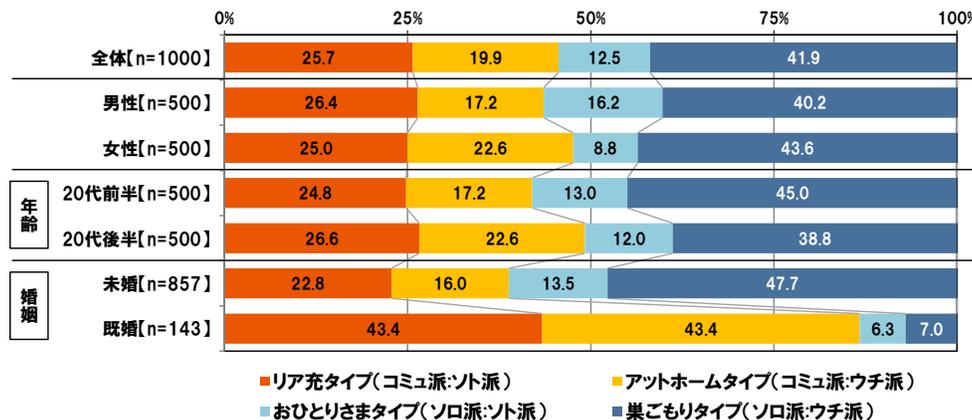
Q.オフ(仕事がない日)の過ごし方について、どちらに近い？ (各単一回答)



これらのオフに過ごす場所・相手をもとに、“オフの過ごし方タイプ”を分類したところ、オフは自宅で一人過ごすことが多い「巣ごもりタイプ」が41.9%で最も多く、自宅外で誰かと過ごすことが多い「リア充タイプ」が25.7%、自宅で誰かと過ごすことが多い「アットホームタイプ」が19.9%、自宅外で一人過ごすことが多い「おひとりさまタイプ」が12.5%で続きました。

属性別にオフの過ごし方タイプの構成比をみると、男性は女性に比べて「おひとりさまタイプ」(16.2%)が多く、女性は男性に比べて「アットホームタイプ」(22.6%)が多くなりました。婚姻状況別では、未婚者は半数近く(47.7%)が「巣ごもりタイプ」となり、既婚者は「リア充タイプ」(43.4%)や「アットホームタイプ」(43.4%)が多くなりました。

オフ(仕事がない日)の過ごし方タイプの構成比 (単一回答より作成)

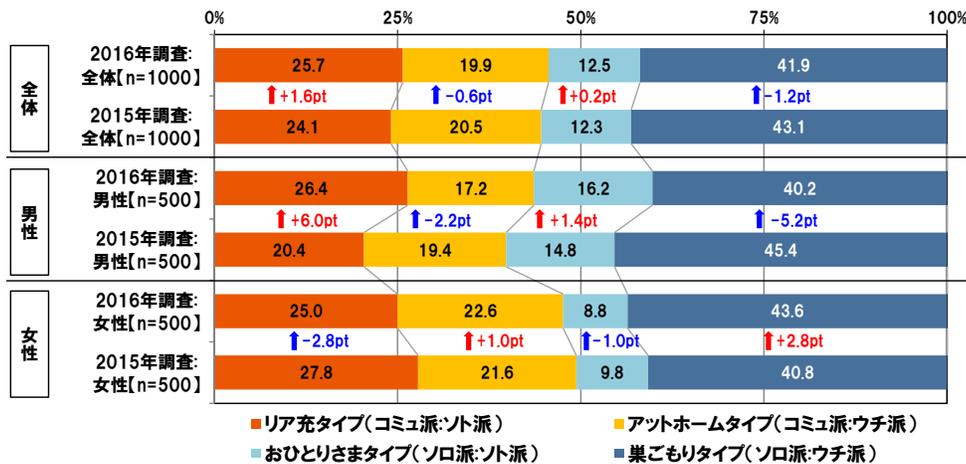


- ▶ 20代男子の休日が活発化？オフは自宅で一人過ごす「巣ごもり男子」が減少し、「リア充男子」が増加
- ▶ 20代に多い巣ごもりタイプの生活は「夜型」、活発なリア充タイプには「朝型」が多い

また、オフの過ごし方タイプを、同様の質問を行った昨年の調査結果(※)と比較したところ、男性は昨年よりも「リア充タイプ」が 6.0 ポイント増加(20.4%→26.4%)し、「巣ごもりタイプ」が 5.2 ポイント減少(45.4%→40.2%)していることがわかりました。オフに自宅で一人過ごす男性が減り、外出して仲間と過ごす男性が増えたようです。一方、女性は特段の変化がみられませんでした。

※2015年7月発表「20代のオフの過ごし方に関する調査」詳細は <http://www.smbc-cf.com/binca-station/antenna/02.html>

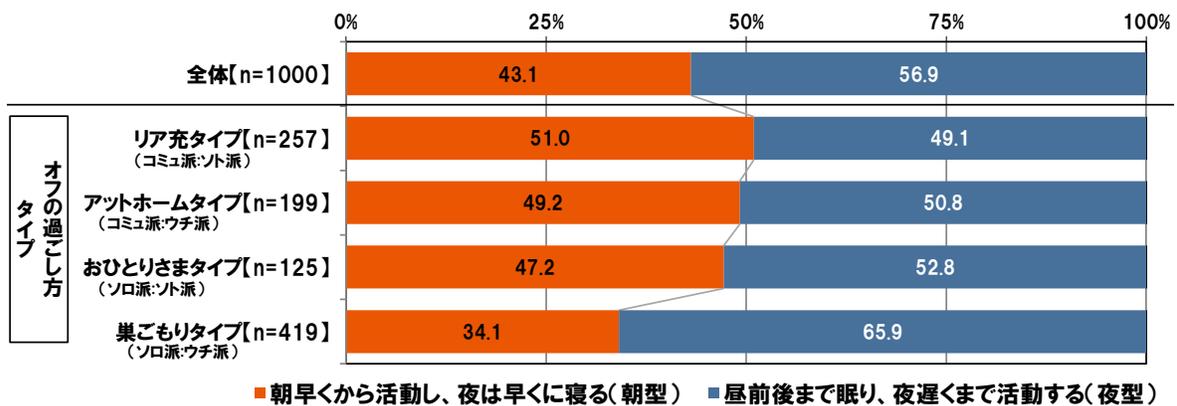
オフ(仕事がない日)の過ごし方タイプの構成比 (単一回答より作成)



次に、オフの生活時間について、朝早くから活動し、夜は早くに寝る(朝型)か、昼前後まで眠り、夜遅くまで活動する(夜型)か聞いたところ、「朝型」が 43.1%、「夜型」が 56.9%と、夜型がやや多い結果となりました。

オフの過ごし方タイプ別にみると、オフは自宅外で誰かと過ごすことが多いリア充タイプは「朝型」が 51.0%で多数派となりました。一方、20代のビジネスパーソンに最も多い、自宅で一人過ごすことが多い巣ごもりタイプは「夜型」が 65.9%で他のタイプよりも高くなりました。自宅で一人過ごしていると、ついつい夜更かしをしてしまい、夜型のオフを過ごすことが多いのかもしれませんが。

Q.オフ(仕事がない日)の生活時間について、どちらに近い？ (単一回答)

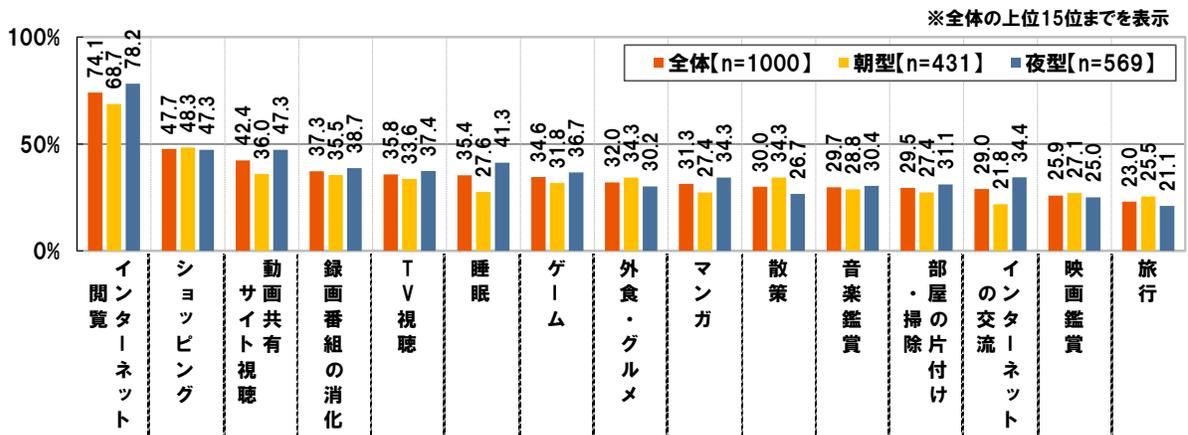


≫ 20代のオフの過ごし方は「ネット」「買い物」「動画サイト視聴」、夜型はネット漬けの休日？

続いて、オフにどのようなことをして過ごすことが多いか聞いたところ、「インターネット閲覧(検索やお気に入りサイトの巡回など)」が74.1%で最も高く、次いで、4割台で「ショッピング」(47.7%)、「動画共有サイト視聴」(42.4%)が続き、以下、「録画番組の消化(ドラマ・アニメなど)」(37.3%)、「TV視聴」(35.8%)、「睡眠(昼寝や寝だめ)」(35.4%)、「ゲーム」34.6%などが続きました。

オフの生活時間タイプ別にみると、夜型が朝型に比べて高くなったのは「睡眠」(朝型27.6%、夜型41.3%、以下同順)のほか、「インターネット閲覧」(68.7%、78.2%)、「動画共有サイト視聴」(36.0%、47.3%)、「インターネットの交流(SNSやメールなど)」(21.8%、34.4%)といった、インターネット関連の過ごし方でした。時間を忘れるほどこれらに熱中した結果、オフが夜型になっているのかもしれない。

**Q.オフ(仕事がない日)にどのようなことをして過ごすことが多いか？(複数回答)**



さらに、オフの過ごし方タイプ別にみると、リア充タイプの上位には、「外食・グルメ(行ったことのない飲食店の開拓など)」(3位、51.8%)や「散歩(ドライブ・散歩)」(4位、40.5%)、「デート」(5位、38.5%)がランクインし、巣ごもりタイプの上位には、「動画共有サイト視聴」(2位、54.2%)、「ゲーム」(3位、43.0%)、「マンガ」(7位、39.6%)がランクインしました。また、どのタイプでも、1位は「インターネット閲覧」となっています。外出して友人や恋人などとグルメやデートを楽しむにしろ、自宅で一人ゲームやマンガを楽しむにしろ、オフのやりたいことを探すとき、インターネットの情報を参考にしている方が多いのではないのでしょうか。

**Q.オフ(仕事がない日)にどのようなことをして過ごすことが多いか？(複数回答)**

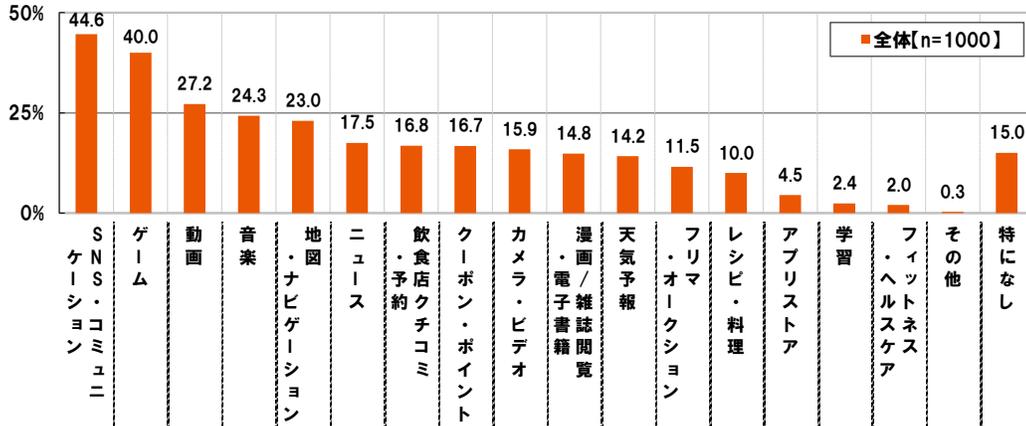
※上位10位までを表示

リア充タイプ【n=257】 (コミュ派・ソノ派)			アットホームタイプ【n=199】 (コミュ派・ウチ派)			おひとりさまタイプ【n=125】 (ソノ派・ソノ派)			巣ごもりタイプ【n=419】 (ソノ派・ウチ派)		
順位	項目	%	順位	項目	%	順位	項目	%	順位	項目	%
1位	インターネット閲覧	57.2	1位	インターネット閲覧	77.9	1位	インターネット閲覧	68.0	1位	インターネット閲覧	84.5
2位	ショッピング	55.6	2位	ショッピング	52.8	2位	ショッピング	48.8	2位	動画共有サイト視聴	54.2
3位	外食・グルメ	51.8	3位	睡眠	42.7	3位	動画共有サイト視聴	40.8	3位	ゲーム	43.0
4位	散歩	40.5	4位	TV視聴	40.7	4位	散歩	38.4	4位	録画番組の消化	42.7
5位	デート	38.5	5位	動画共有サイト視聴	40.2	5位	インターネットの交流	32.0	5位	TV視聴	40.8
6位	録画番組の消化	33.1	6位	録画番組の消化	37.7	6位	外食・グルメ	31.2	6位	ショッピング	40.1
7位	旅行	32.7	7位	ゲーム	37.7	7位	音楽鑑賞	28.8	7位	マンガ	39.6
8位	睡眠	31.5	8位	部屋の片付け・掃除	34.7	8位	ゲーム	28.0	8位	睡眠	38.4
9位	レジャー	30.7	9位	マンガ	33.2	9位	録画番組の消化	27.2	9位	音楽鑑賞	34.1
10位	部屋の片付け・掃除	30.0	10位	外食・グルメ	32.7	10位	TV視聴	26.4	10位	インターネットの交流	30.5

- ▶ オフに活用するスマホアプリ おひとりさま女子は「SNS」、ウチ派男子は「動画」、ソト派男子は「地図・ナビ」
- ▶ リア充タイプはグルメやデートの参考に「飲食店クチコミ・予約アプリ」を活用

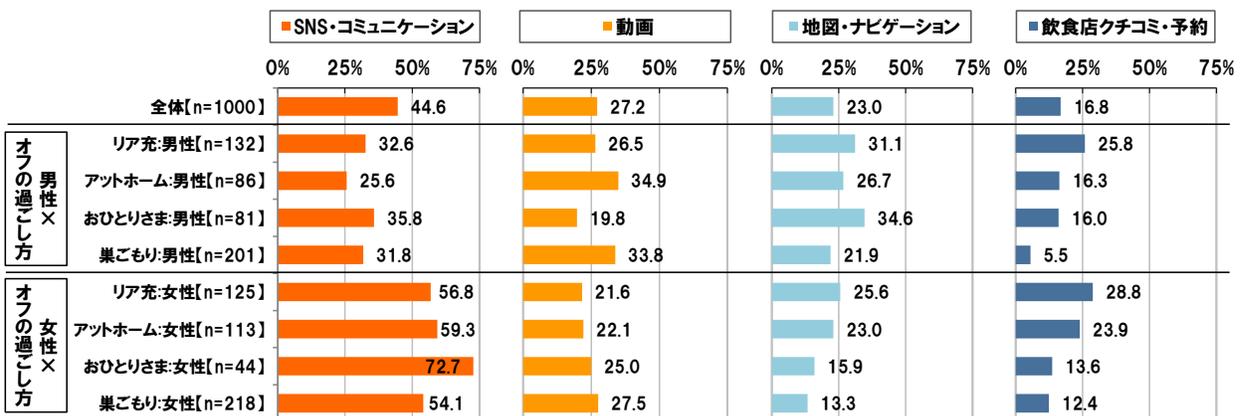
それでは、オフにはスマートフォンをどのように活用しているのでしょうか。全回答者(1,000名)に、オフはどんなスマートフォンアプリを利用することが多いか聞いたところ、「SNS・コミュニケーション」(44.6%)と「ゲーム」(40.0%)が4割台、次いで、「動画」(27.2%)、「音楽」(24.3%)、「地図・ナビゲーション」(23.0%)が2割台で続きました。

Q.オフ(仕事がない日)によく利用するスマートフォン・アプリは？(複数回答)



男女・オフの過ごし方タイプ別にみると、「SNS・コミュニケーション」ではおひとりさまタイプの女性が72.7%で、その他のタイプよりも高くなりました。一人で外出したときに起こった出来事を、SNS やコミュニケーションアプリを介して、友人と共有している女性が多いのではないのでしょうか。また、「動画」ではアットホームタイプの男性(34.9%)や巣ごもりタイプの男性(33.8%)といった、オフは自宅で過ごすウチ派の男性がその他のタイプよりも高く、「地図・ナビゲーション」ではリア充タイプの男性(31.1%)やおひとりさまタイプの男性(34.6%)といった、オフは自宅外で過ごすソト派の男性がその他のタイプよりも高くなりました。ウチ派の男性は、動画共有アプリや話題のVODなどを利用して、好きな動画やドラマ、映画の閲覧を楽しんでいるのではないのでしょうか。一方、ソト派の男性は地図やナビゲーションアプリを駆使して、様々な場所に出掛けている様子が見えかけました。また、「飲食店クチコミ・予約」ではリア充タイプの男性(25.8%)やリア充タイプの女性(28.8%)がその他のタイプよりも高くなりました。グルメやデートを楽しむオフを過ごすことが多いリア充タイプは、外出したときの飲食店選びにクチコミ・予約アプリを活用しているようです。

Q.オフ(仕事がない日)によく利用するスマートフォン・アプリは？(複数回答より抜粋)



**【20代のお金・時間の使い方】**

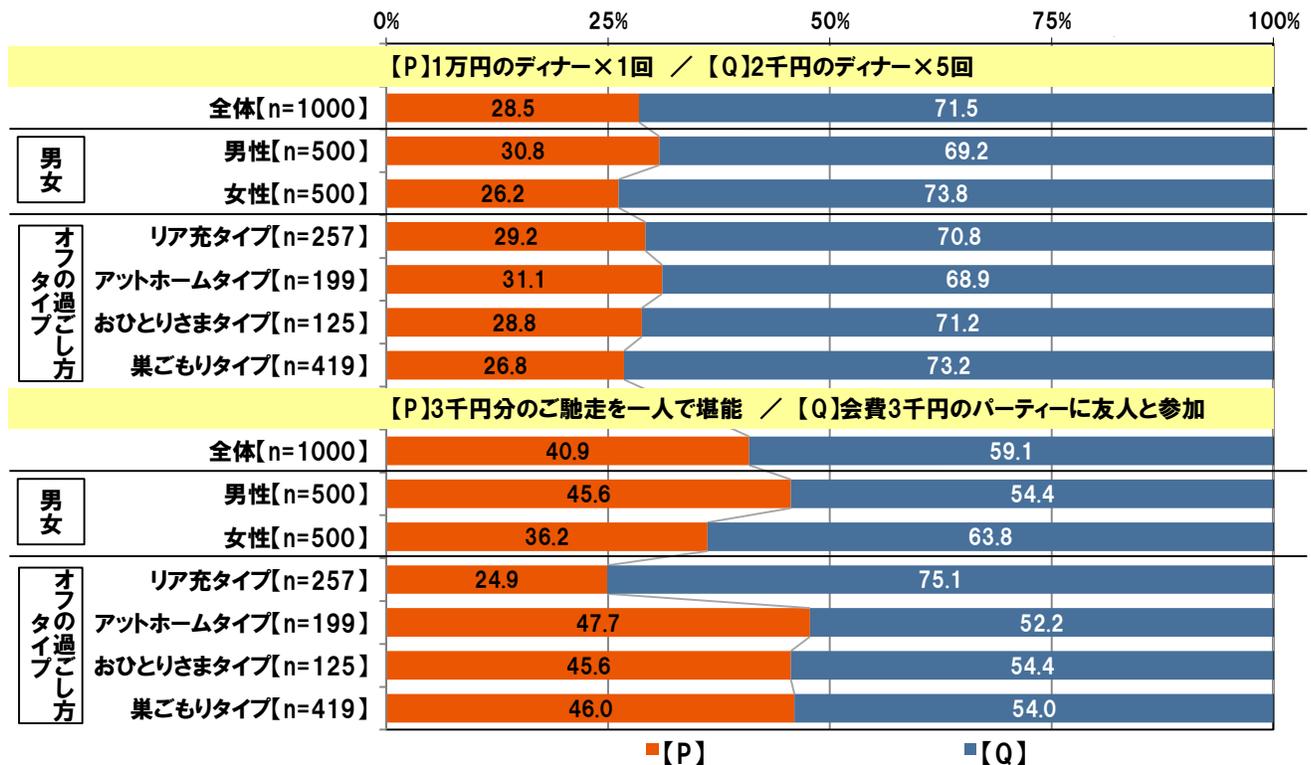
- ▶ オフの消費は広く浅く？満足度が高いのは「1万円ディナー×1回」より「2千円ディナー×5回」
- ▶ お金を使うなら、楽しみを共有したい！「一人で3千円のご馳走よりも、友人と会費3千円のパーティー」6割
- ▶ 20代女性の3人に1人は「友人とのパーティーよりも一人のご馳走を優先」

20代のビジネスパーソンは充実したオフを過ごすために、どのようなお金の使い方をしたいと考えているのでしょうか。全回答者(1,000名)に、お金の使い方について、同じ金額で2パターンの使い方を提示し、どちらの満足度が高いか、質問を行いました。

まず、「1万円のディナー×1回」と「2千円のディナー×5回」とでは、「1万円のディナー×1回」が28.5%、「2千円のディナー×5回」が71.5%となり、「1回の贅沢」よりも「複数回のプチ贅沢」の満足度が高い結果となりました。また、「3千円分のご馳走を一人で堪能」と「会費3千円のパーティーに友人と参加」とでは、「会費3千円のパーティーに友人と参加」が59.1%で「一人で気兼ねなく楽しみを独占する」よりも「誰かと楽しみを共有する」ことの満足度が高い結果となりました。

男女別にみると、「3千円分のご馳走を一人で堪能」は男性が45.6%、女性が36.2%となりました。割合は男性の方が高いものの、女性の3人に1人は一人で気兼ねなく楽しむ食事を好んでいることがわかりました。

さらに、オフの過ごし方タイプ別にみると、リア充タイプは「会費3千円のパーティーに友人と参加」(75.1%)が他のタイプよりも高くなりました。リア充タイプは楽しみの独占より共有に満足を見出す傾向があるようです。

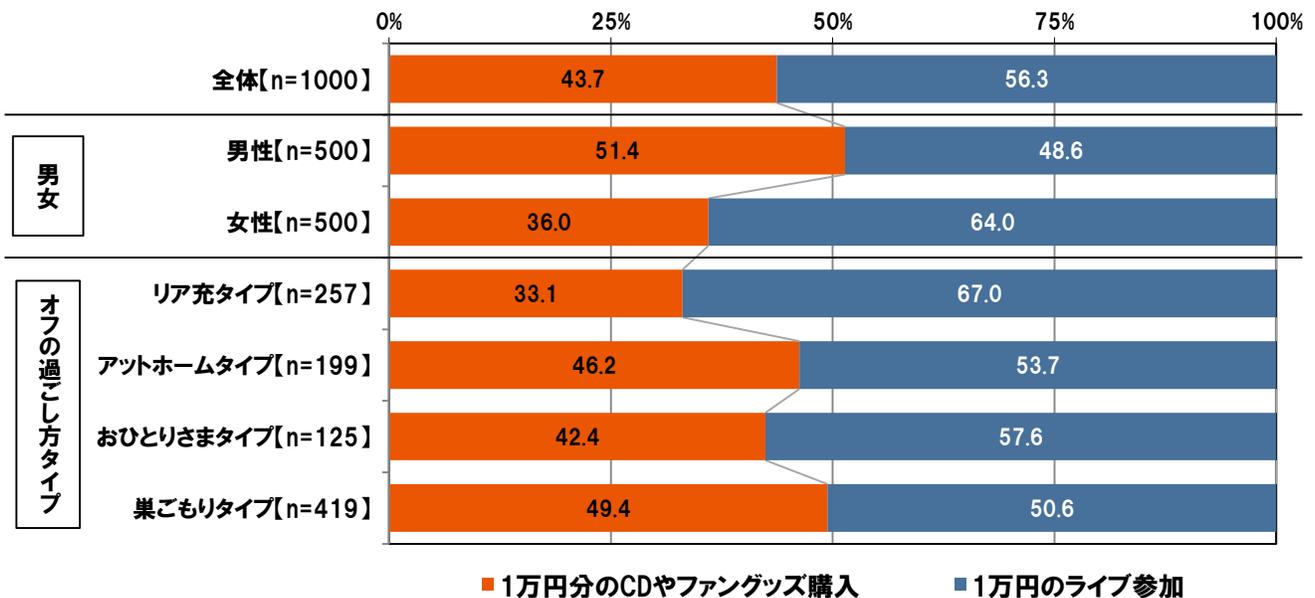
**Q.どちらが満足度の高いお金の使い方か（各単一回答）**


» アイドル・音楽アーティストへの消費 男性は「ファングッズ」、女性は「ライブ」に消費する傾向

同様に、アイドルや音楽アーティストへの消費について、「1万円分のCDやファングッズ購入」と「1万円のライブ参加」とでは、どちらが満足度の高いお金の使い方が聞いたところ、「1万円のライブ参加」が56.3%となり、“物”よりも“体験”の満足度がやや高くなりました。

男女別にみると、男性は「1万円分のCDやファングッズ購入」が51.4%で女性(36.0%)よりも高く、女性は「1万円のライブ参加」が64.0%で男性(48.6%)よりも高くなりました。アイドルや音楽アーティストを好きになった場合、男性はファングッズの購入に、女性はライブの参加にお金を費やす傾向にあることがわかりました。

**Q.「1万円分のCDやファングッズ購入」と「1万円のライブ参加」とでは、どちらが満足度の高いお金の使い方が（単一回答）**

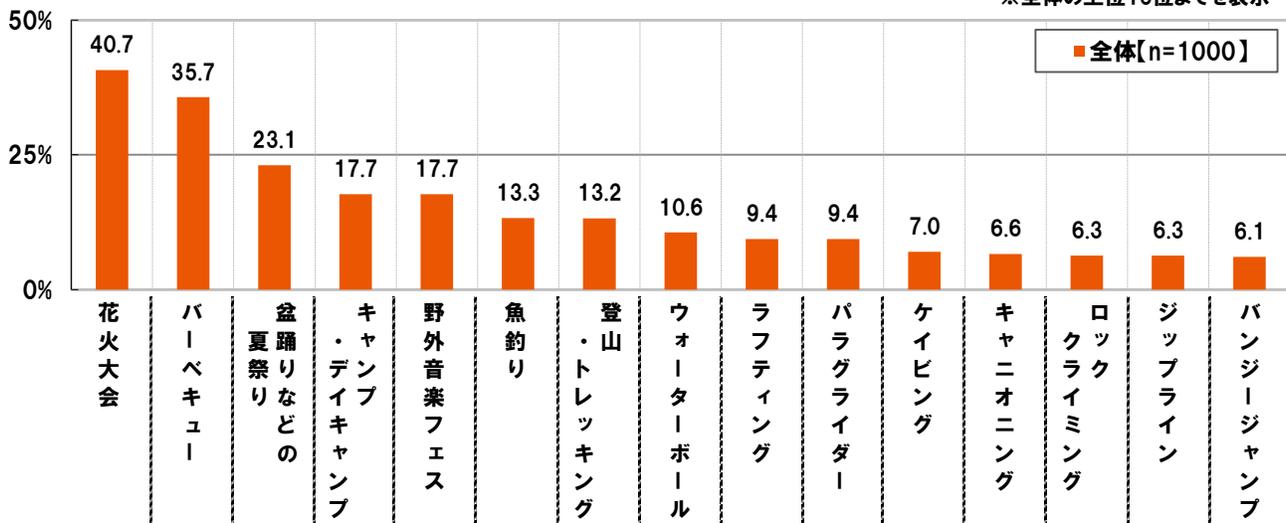


- » 山の日にイベント開催すれば若者が山に集まる？  
山の日で連休が取れたらやりたい野外レジャー 上位に「バーベキュー」「キャンプ」「野外音楽フェス」など
- » 山の日を含めた連休の取得予定は？ 4人に1人は「5連休以上」、10人に1人は「7連休以上」

続いて、今年から国民の祝日となった“山の日”に関する質問を行いました。山の日は、「山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する日」として8月11日に設定されました。そこで、山の日の効果で大型連休が取得できたら、どんな野外アクティビティをしたいと思うか聞いたところ、「花火大会」が40.7%で最も高く、次いで、「バーベキュー」が35.7%、「盆踊りなどの夏祭り」が23.1%、「キャンプ・デイキャンプ」と「野外音楽フェス」がともに17.7%、「釣り」が13.3%、「登山・トレッキング」が13.2%で続きました。登山をしたいと思う方も少なくありませんが、山の中でバーベキューやキャンプ、音楽フェスや釣りなどを楽しめるイベントがあれば、山の日に実際に山に足を運ぶ20代も多いかもしれません。

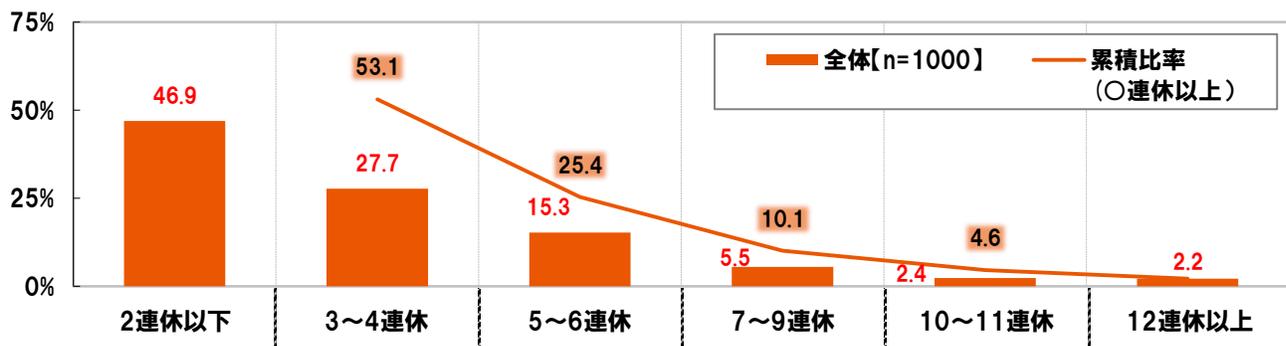
**Q.“山の日”の効果で大型連休が取得できたら、どんな野外アクティビティをしたいと思うか？（複数回答）**

※全体の上位15位までを表示



それでは、実際には山の日を含めてどのくらいの連休が取れると見込んでいるのでしょうか。山の日(8月11日(木))のある時期に、どのくらいの連休が見込めるか聞いたところ「3連休以上」が53.1%、「5連休以上」が25.4%、「7連休以上」が10.1%となりました。4人に1人は5連休以上、10人に1人は7連休以上の連休が取得できるようです。一方で、今年のひならびの影響か、「2連休以下」との回答も4割半(46.9%)となりました。

**Q.山の日(8月11日(木))のある時期に、どのくらいの連休が見込めるか？（単一回答）**



» **“ワーク”と“ライフ”、充実させたいのは“ライフ” 20代の理想の働き方は「激務高給」より「まったり安定」**

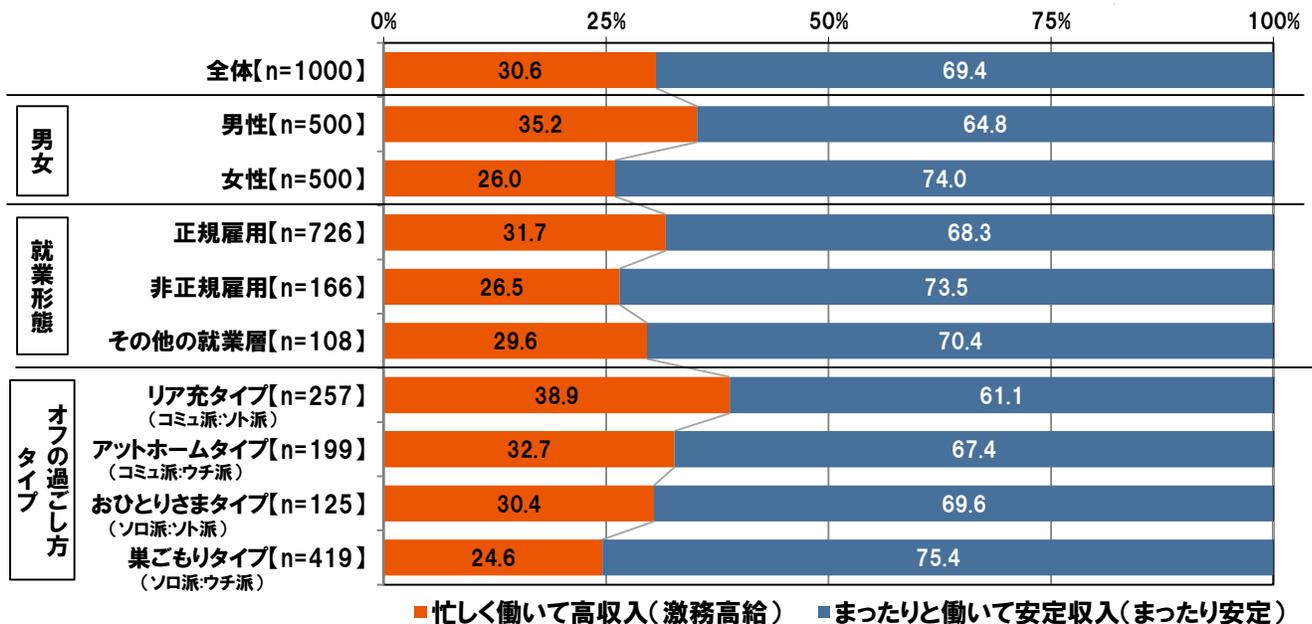
また、20代のお金や時間の使い方の価値観をさらに掘り下げて理解するため、仕事との向き合い方について、質問を行いました。

全回答者(1,000名)に、理想の働き方は忙しく働いて高収入(激務高給)とまったりと働いて安定収入(まったり安定)のどちらに近いかに聞いたところ、「激務高給」が30.6%、「まったり安定」が69.4%と、まったり安定が多数派となりました。オンの時間を忙しく過ごす見返りとして高収入を得るような、上昇志向の強い“ギラギラ”した生活よりも、安定した収入が得られるならば、まったりと過ごす生活が理想的だと考える20代が多いようです。

男女別にみると、男性は「激務高給」(35.2%)が女性(26.0%)に比べて高いものの、「まったり安定」(64.8%)が多数派であることがわかります。また、就業形態別にみても、正規雇用では「激務高給」(31.7%)が非正規雇用(26.5%)に比べて高いものの、「まったり安定」(68.3%)が多数派であることに、変わりはありませんでした。性別や就業形態に関わらず、まったりとした生活を志向していることがうかがえる結果となっています。

さらに、オフの過ごし方タイプ別にみると、リア充タイプでは「激務高給」が38.9%となり、こちらも「まったり安定」(61.1%)が多数派なもの、オフの過ごし方タイプの中では、激務高給を志向する割合が最も高くなりました。一方、巣ごもりタイプは「まったり安定派」が75.4%となり、オフの過ごし方タイプの中では、まったり安定を志向する割合が最も高くなっています。巣ごもりタイプはまったりした生活を志向する傾向がより強いようです。

**Q.理想の働き方について、どちらに近いか？ (単一回答)**



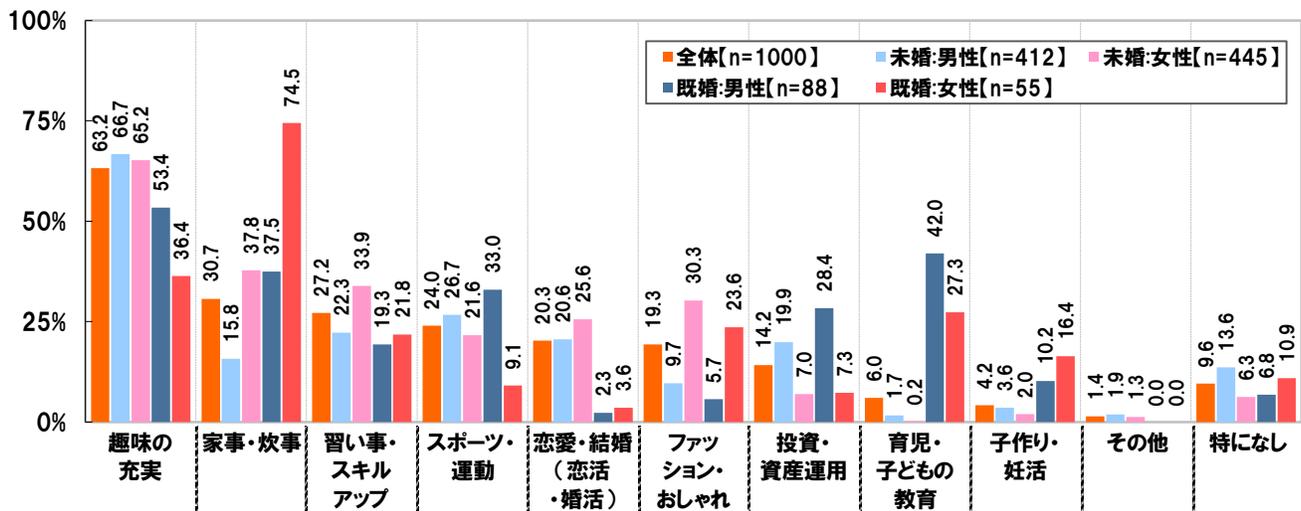
- ▶ もしも「残業ゼロ」になったら消費が活性化？残業がなくなったら「趣味」や「習い事」、「スポーツ」に積極的に
- ▶ 働き方改革は少子化対策？20代未婚女性の4人に1人が「残業がなくなったら恋愛に積極的になる」、既婚男性の4割強は「残業なくなったらイクメンに」、既婚女性の1割半は「残業なくなったら妊活する」

経済的に余裕がある忙しい生活よりも、ゆったりと過ごせる生活を志向する20代が多いことがわかりましたが、最近では、「働き方改革」として、長時間労働の是正に政府や企業の関心が集まっています。働き方改革で20代の志向する生活に近づいた場合、時間やお金の使い方はどのように変わのでしょうか。ここでは、長時間労働がなくなった場合の生活の変化について、質問を行いました。

全回答者(1,000名)に、もしも残業することがなくなったら、今よりもっと積極的にしたいことは何か聞いたところ、「趣味の充実」が63.2%で最も高く、次いで、「家事・炊事」が30.7%、「習い事・スキルアップ」が27.2%、「スポーツ・運動」が24.0%、「恋愛・結婚(恋活・婚活)」が20.3%で続きました。若年層の節約志向を指して“消費離れ”と揶揄する向きもありますが、時間的な余裕ができた場合、趣味や習い事、スポーツや恋愛などに積極的に取り組みたいと考えている方が多いため、20代の消費活動が今よりも活発になりそうです。

男女・婚姻状況別にみると、「恋愛・結婚(恋活・婚活)」では、未婚男性が20.6%、未婚女性が25.6%となっています。残業がなくなれば、結婚に向けて、恋活や婚活に積極的に取り組みたい未婚男女は少くないようです。また、「育児・子どもの教育」では既婚男性が42.0%、「子作り・妊活」では既婚女性が16.4%となりました。残業がなくなれば、育児に積極的に参加する“イクメン”が増え、働きながらも妊活に積極的に取り組む女性が増えそうです。長時間労働の是正は、少子化対策の有効な一手となる可能性がうかがえました。

### Q.もしも残業することがなくなったら、今よりもっと積極的にしたいことは何か？ (複数回答)



## 【20代の“スポーツ熱”】

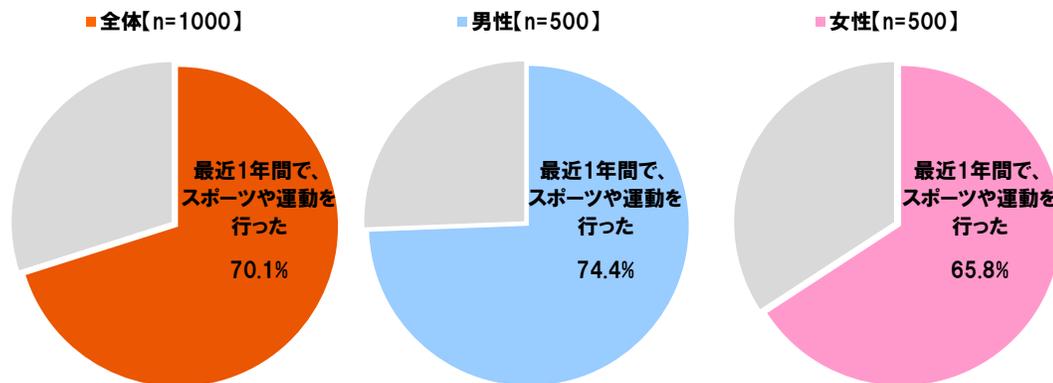
- 20代ビジネスパーソンの7割が「スポーツや運動の習慣あり」
- 20代に人気のスポーツ・運動 一人で手軽に始められる「ウォーキング」「ランニング」「筋トレ」  
男性には「サッカー」や「野球」、女性には「ヨガ・ピラティス」も人気

残業がなくなったら今よりもっとスポーツや運動に積極的になるとの意見が少なくありませんでしたが、20代のビジネスパーソンは、どのようなスポーツに取り組んでいるのでしょうか。全回答者(1,000名)に、最近1年間で、スポーツや運動を行ったか、行った場合はどのようなスポーツや運動を行ったかを聞いたところ、「最近1年間で、スポーツや運動を行った」割合は70.1%でした。ビジネスパーソンとして忙しく働きながらも、スポーツや運動の習慣がある20代が多いことがわかりました。また、行ったスポーツや運動は何かをみていくと、「ウォーキング」が35.3%で最も高く、次いで、「ランニング・マラソン」が22.0%、「筋トレ」が19.0%で続きました。一人で手軽に始められる個人スポーツ・運動の人気が高いようです。

男女別にみると、男性は「ランニング・マラソン」(29.0%)や「サッカー・フットサル」(14.2%)、「野球」(12.0%)を行った割合が女性よりも高くなり、女性は「ヨガ・ピラティス」が11.4%で男性よりも高くなりました。

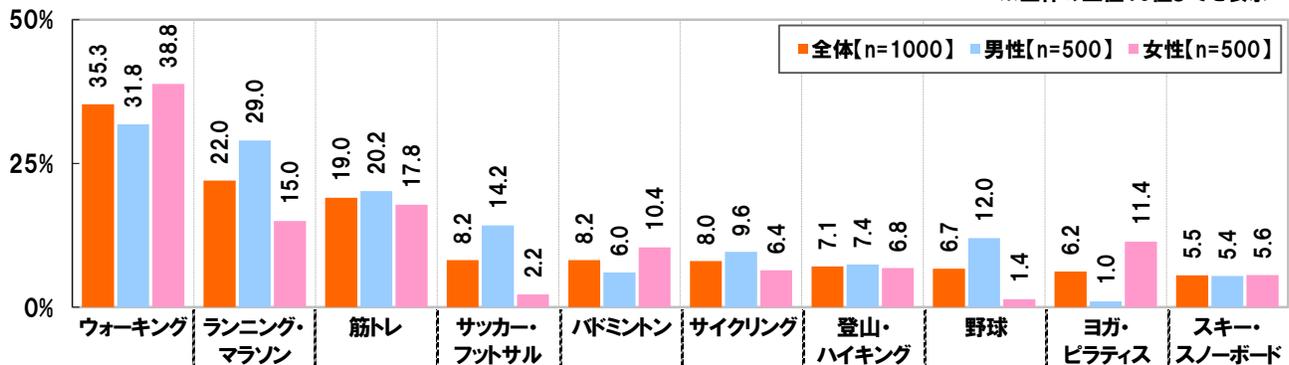
### 最近1年間で、スポーツや運動を行った割合（複数回答結果より算出）

※100%-最近1年間で、行ったスポーツや運動「特になし」の割合で算出



### Q.最近1年間で、行ったスポーツや運動は？（複数回答）

※全体の上位10位までを表示



- ▶ **人気のスポーツデートは？TOP3 は「バドミントン」「野球・バッティングセンター」「ボウリング」**
- ▶ **密かなブーム？「ゴルフデート」の人气が上昇、男性は「卓球デート」、女性は「乗馬デート」の人气が上昇**

個人スポーツや運動が人気でしたが、誰かと一緒にスポーツを楽しむときは、どのようなスポーツが人気なのでしょう。全回答者(1,000名)に、スポーツデートで体験してみたいスポーツ(体を動かすレジャーやアクティビティも含む)を聞いたところ、「バドミントン」が22.0%で最も高く、次いで「野球(バッティングセンター・キャッチボール含む)」が21.8%、「ボウリング」が18.7%、「ゴルフ(打ちっぱなし・ゴルフバー含む)」が15.1%、「テニス・スカッシュ」が14.8%で続きました。

男女別にみると、男性の1位は「野球」(23.0%)、2位は「ボウリング」(18.4%)、3位は「バドミントン」(15.6%)となりました。対して女性の1位は「バドミントン」(28.4%)、2位は「ヨガ」(21.0%)、3位は「野球」(20.6%)となりました。

また、同様の質問を行った昨年の調査結果(※)と比較したところ、全体では、「ゴルフ」が昨年6位から今年4位へと順位を上げていることがわかりました。また、男性では「卓球」が昨年13位から今年9位へ、女性では「乗馬」が昨年11位から今年8位へとランクアップしました。これらのスポーツは密かなブームとして、注目度が高まっているのかもしれない。

※2015年7月発表「20代のオフの過ごし方に関する調査」詳細は <http://www.smbc-cf.com/bincan-station/antenna/02.html>

**Q.スポーツデートで体験してみたいスポーツ(体を動かすレジャーやアクティビティも含む)は？**  
(複数回答)

※上位10位までを表示

**全体【n=1000】**

順位	項目	%
1位	バドミントン	22.0
2位	野球(バッティングセンター・キャッチボール含む)	21.8
3位	ボウリング	18.7
4位	ゴルフ(打ちっぱなし・ゴルフバー含む)	15.1
5位	テニス・スカッシュ	14.8
6位	スキー・スノーボード	14.7
7位	ランニング・ジョギング・ウォーキング	13.2
8位	ヨガ	11.9
9位	乗馬	11.5
10位	ボルダリング	11.3

**男性【n=500】**

順位	項目	%
1位	野球(バッティングセンター・キャッチボール含む)	23.0
2位	ボウリング	18.4
3位	バドミントン	15.6
4位	ゴルフ(打ちっぱなし・ゴルフバー含む)	15.0
5位	サッカー・フットサル	13.4
6位	スキー・スノーボード	13.0
7位	テニス・スカッシュ	12.8
8位	ランニング・ジョギング・ウォーキング	12.4
9位	卓球	11.0
10位	ダーツ	10.2

**女性【n=500】**

順位	項目	%
1位	バドミントン	28.4
2位	ヨガ	21.0
3位	野球(バッティングセンター・キャッチボール含む)	20.6
4位	ボウリング	19.0
5位	テニス・スカッシュ	16.8
6位	フィットネス・スポーツジム	16.6
7位	スキー・スノーボード	16.4
8位	乗馬	16.2
9位	ボルダリング	15.4
10位	ゴルフ(打ちっぱなし・ゴルフバー含む)	15.2

- ▶ 一緒にスポーツしたい憧れのスポーツ選手 1位は「イチロー選手」  
男性からは「木村沙織選手」、女性からは「錦織圭選手」や「羽生結弦選手」が人気！
- ▶ トレーナーをして欲しい？一緒にスポーツしたい芸能人の1位「松岡修造さん」2位は「武井壮さん」
- ▶ スポーツデートの理想の相手は？男性と一緒にスポーツを楽しみたい芸能人の1位は「有村架純さん」、女性の1位は同数で「松坂桃李さん」と「相葉雅紀さん」

最後に、一緒にスポーツをしたいと思う相手について質問を行いました。全回答者(1,000名)に、一緒にスポーツを楽しみたいと思う“スポーツ選手”を自由回答で聞いたところ、1位は先日、日米通算 4,257 本安打の大記録を達成した「イチロー選手」(83名)、2位はテニスの「錦織圭選手」(82名)、3位は同数で、フィギュアスケートの「羽生結弦選手」とバレーボールの「木村沙織選手」(ともに31名)でした。

男女別にみると、男性の3位には「木村沙織選手」(23名)が、女性の1位には「錦織圭選手」(40名)、2位には「羽生結弦選手」(28名)がランクインしました。

**Q.一緒にスポーツを楽しみたいと思うスポーツ選手は？(自由回答)**

※上位5位までを表示

全体【n=1000】			男性【n=500】			女性【n=500】		
順位	項目	人数	順位	項目	人数	順位	項目	人数
1位	イチロー	83	1位	イチロー	60	1位	錦織圭	40
2位	錦織圭	82	2位	錦織圭	42	2位	羽生結弦	28
3位	羽生結弦	31	3位	木村沙織	23	3位	イチロー	23
	木村沙織		4位	長友佑都	13	4位	浅田真央	18
5位	浅田真央	28	5位	本田圭佑	12	5位	内田篤人	17

また、一緒にスポーツを楽しみたいと思う“芸能人”を自由回答で聞いたところ、1位はテニス指導者の「松岡修造さん」(26名)、2位は陸上競技の十種競技元日本チャンピオンとして知られる「武井壮さん」(23名)、3位は女優の「有村架純さん」(16名)でした。1位の松岡修造さんは、テニスの指導者として、ポジティブな熱血指導で有名です。また、2位の武井壮さんは、独自のトレーニング理論が話題になりました。一緒にスポーツすることで、スポーツへの向き合い方やトレーニング方法を指導して欲しいとの思いがあるのかもしれませんが。

男女別にみると、男性の1位は「有村架純さん」(16名)、女性の1位は同数で俳優の「松坂桃李さん」と人気アイドルグループの「相葉雅紀さん」(ともに13名)となりました。スポーツデートの“理想の相手”をイメージしているのかもしれませんが。

**Q.一緒にスポーツを楽しみたいと思う芸能人は？(自由回答)**

※上位5位までを表示

全体【n=1000】			男性【n=500】			女性【n=500】		
順位	項目	人数	順位	項目	人数	順位	項目	人数
1位	松岡修造	26	1位	有村架純	16	1位	松坂桃李	13
2位	武井壮	23	2位	武井壮	15		相葉雅紀	
3位	有村架純	16	3位	松岡修造	14	3位	松岡修造	12
4位	明石家さんま	15	4位	明石家さんま	11	4位	福士蒼汰	11
5位	松坂桃李 / 新垣結衣 相葉雅紀 / 福士蒼汰	13		5位		岩田剛典 / 大野智	9	

≫ 軽快な動きで気分が上がる？一緒にスポーツしたいキャラクター 1位は「ふなっしー」

さらに、一緒にスポーツを楽しみたいと思う“キャラクター”を自由回答で聞いたところ、1位は千葉県船橋市の非公認ゆるキャラ「ふなっしー」(62名)、2位はマンガやアニメでお馴染みの「ドラえもん」(60名)、3位は ONE PIECE の主人公「モンキー・D・ルフィ」(34名)でした。大好きなふなっしーやルフィが軽快な動きでスポーツしているところをみたいと思っている方が多いのではないのでしょうか。また、ドラえもんのひみつ道具を使って、従来とは違う新しいスポーツを楽しんでみたいとの思いも抱いているのかもしれません。

**Q.一緒にスポーツを楽しみたいと思うキャラクターは？（自由回答）**

※上位5位までを表示

全体【n=1000】			男性【n=500】			女性【n=500】		
順位	項目	人数	順位	項目	人数	順位	項目	人数
1位	ふなっしー	62	1位	ドラえもん	34	1位	ふなっしー	50
2位	ドラえもん	60	2位	モンキー・D・ルフィ	20	2位	ドラえもん	26
3位	モンキー・D・ルフィ	34	3位	桜木花道	13	3位	モンキー・D・ルフィ	14
4位	桜木花道	21		ナミ		11		
5位	坂田銀時	16	5位	ふなっしー	12	5位	工藤新一	10

#### 《調査概要》

- ◆調査タイトル : 20代のオフの過ごし方に関する調査 2016
- ◆調査対象 : ネットエイジアリサーチのインターネットモニター会員を母集団とする  
20歳～29歳のアルバイト・パートを除く就業者
- ◆調査期間 : 2016年6月8日～14日
- ◆調査方法 : インターネット調査
- ◆調査地域 : 全国
- ◆有効回答数 : 1,000サンプル(有効回答から男女×20代前半・後半が均等になるように抽出)
- ◆調査協力会社 : ネットエイジア株式会社

#### ■■報道関係の皆様へ■■

本リリースの内容の転載にあたりましては、  
「SMBC コンシューマーファイナンス調べ」と付記のうえ、  
ご使用いただきますよう、お願い申し上げます。

URL: <http://www.smbc-cf.com/binan-station/antenna/05.html>

#### ■■本調査に関するお問合せ窓口■■

SMBC コンシューマーファイナンス株式会社  
担当 : 広報 CSR 部 ポーイ、尾形  
TEL : 03-3543-7360  
Eメール : corporate\_info@smbc-cf.com  
受付時間: 9時00分～18時00分(月～金)

#### ■■会社概要■■

会社名 : SMBC コンシューマーファイナンス株式会社  
(英訳名 SMBC Consumer Finance Co., Ltd.)  
設立 : 1962年(昭和37年)3月20日  
代表者名 : 幸野 良治  
所在地 : 東京都中央区銀座四丁目12番15号  
事業内容 : 貸金業・保証業  
登録番号 : 関東財務局長(11)第00615号