

## 「スキマ時間の過ごし方」実態調査

2人に1人が通勤電車の中で「睡眠をとる」と回答。

通勤電車で「新聞を読む」と回答した人は、60代23.6%に対して、20代わずか2.2%。

通勤時間や昼休み、アポとアポの間など、1日にはいくらかの「スキマ時間」がある。この「スキマ時間」を、ビジネスマンはどのように過ごしているのだろうか。

この度オウチーノ総研(株式会社オウチーノ/本社:東京都港区/代表:井端純一)は、首都圏(東京都、神奈川県、埼玉県、千葉県)に暮らす20~69歳のビジネスマン412名に、「スキマ時間の過ごし方」に関するアンケート調査を行った。「あなたは通勤電車の中で、何をしておこなっていますか」と聞いたところ、46.1%が「睡眠をとる」と回答。また「あなたは昼休みに、何をしておこなっていますか(昼食以外)」と聞いたところ、42.4%が「ニュースサイトを見る」と回答した。

### ■調査概要

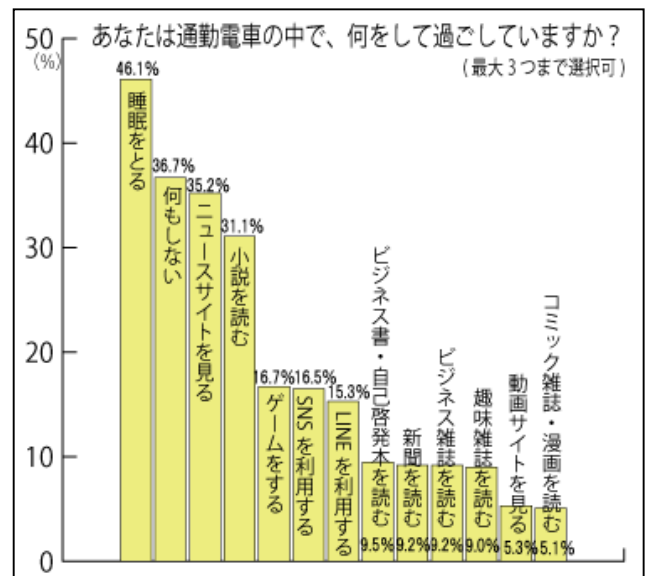
**有効回答** 首都圏(東京都、神奈川県、埼玉県、千葉県)在住で電車通勤をしている20~69歳のビジネスマン412名

**調査方法** インターネットによるアンケート調査

**調査期間** 2014年4月8日(火)~2014年4月9日(水)

### 1. 通勤電車での過ごし方、第1位は「睡眠をとる」

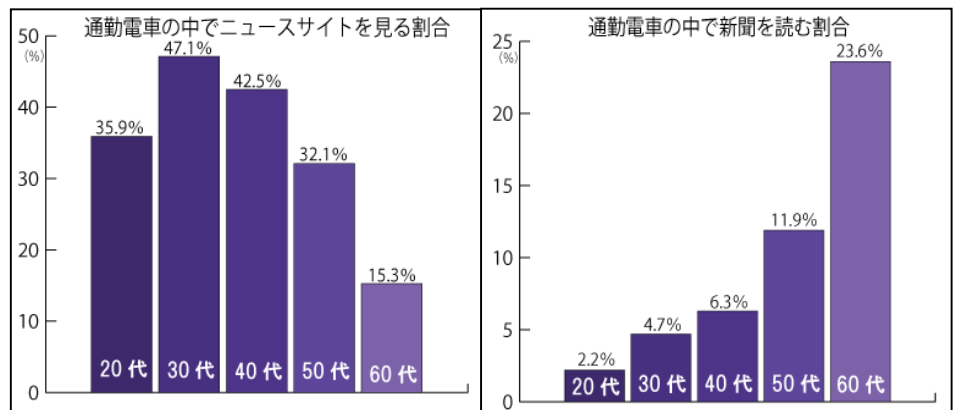
最初に、「あなたは通勤電車の中で、何をしておこなっていますか」という質問をした。回答は、普段通勤電車の中で行っていることの中から、頻度の高いものを最大3つ選んでもらった。結果、「睡眠をとる」と回答した人が46.1%と最も多かった。また第2位が「何もしない」で36.7%、第3位が「ニュースサイトを見る」で35.2%だった。通勤時に電車内を見渡すと、スマートフォンを利用している人が目につくが、今回のアンケートの結果を見てもやはりスマートフォンやパソコン、ゲーム機といった端末を利用している割合が全体的に高かった。



### 2. どのメディアで情報収集をする? 20~50代は「ニュースサイト」、60代は「新聞」

次に通勤電車での過ごし方を年代別で見してみる。特に年代ごとの差が大きかったのは、ニュースを読む際に利用するメディアである。20~50代は新聞よりニュースサイトで情報収集を行っている人が多いのに対し、60代は新聞がニュース

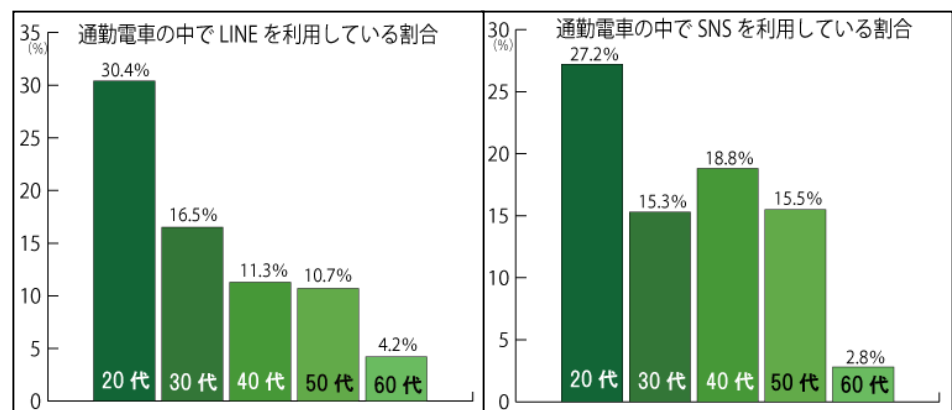
サイトを上回った。新聞に関しては、年齢が下がるにつれて通勤電車の中で購読する割合が低くなっていることが分かる。60代は4人に1人が通勤電車の中で新聞を購読しているのに対し、50代は11.9%、40代は6.3%、30代は4.7%、そして20代はわずか2.2%だった。若者の新聞離れは以前



から進行していたが、スマートフォンの普及により、一段と手軽に、リアルタイムのニュースを手に入れられるようになった。それによってさらに新聞離れが加速しているのではないだろうか。

### 3. 20代は30.4%が「LINE」を、27.2%が「SNS」を通勤電車でも利用

全世界の利用者数が4億人を突破したLINE(2014年4月2日現在)。特に若者の間では、もはや普通のメールはほとんど利用せず、基本的にLINEで連絡を取り合う、という話もよく聞く。今回の調査でも若者のLINE利用率の高さが表れており、「通勤電車の中でLINEを利用している」と

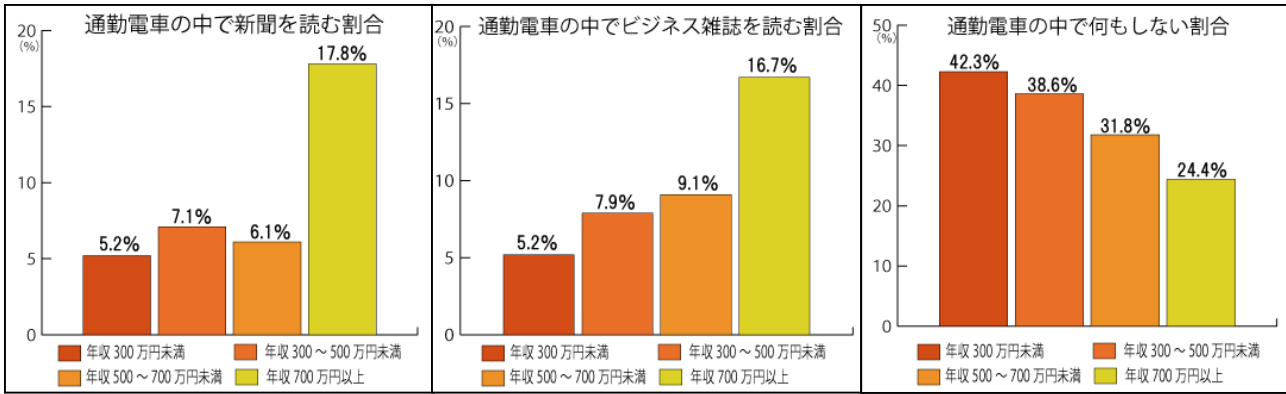


回答したのは30代が16.5%、40代が11.3%、50代が10.7%、60代が4.2%に対して、20代は30.4%と突出していた。またTwitterやFacebookなどのSNSも30代が15.3%、40代が18.8%、50代が15.5%、60代が2.8%に対して、20代が27.2%と、LINEと同様30~60代と比べると20代の利用率は特に高かった。

### 4. 通勤電車で「新聞」を読む人、年収300万円未満が5.2%に対し、年収700万円以上は17.8%

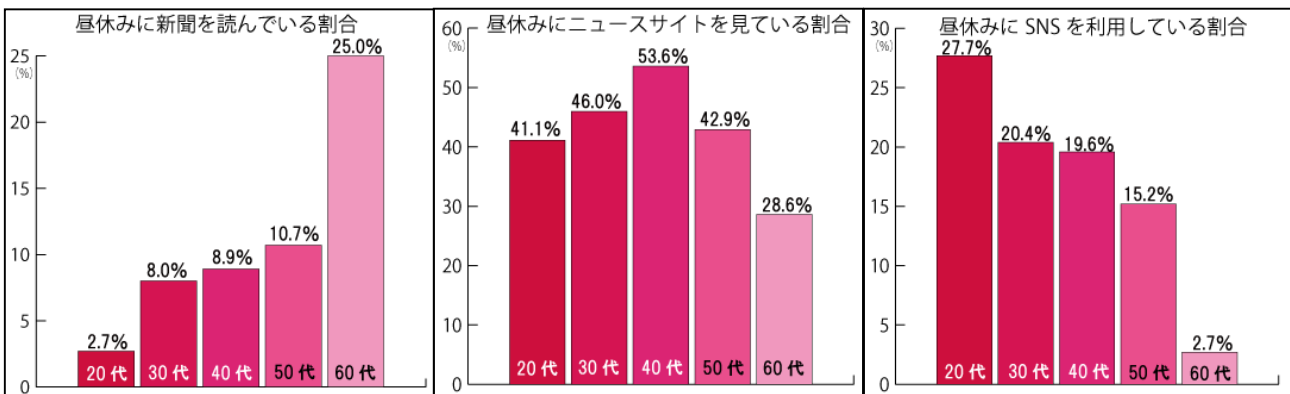
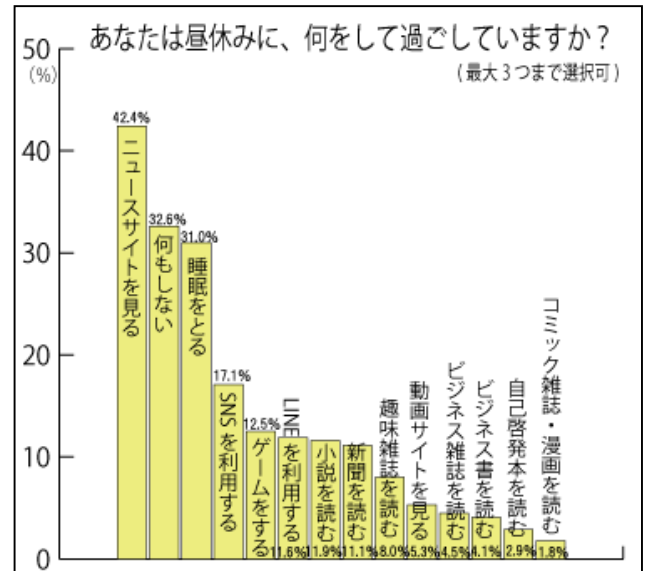
次に通勤電車での過ごし方を年収別に見てみる。

特に大きな差が生じたのは「新聞を読む」と「ビジネス雑誌を読む」と回答した人の割合である。通勤電車の中で「新聞を読む」と回答した人は年収300万円未満の人が5.2%だったのに対し、年収700万円以上は17.8%であった。また「ビジネス雑誌を読む」と回答した人の割合は年収300万円未満が5.2%、300~500万円未満が7.9%、500~700万円未満が9.1%、700万円以上が16.7%と、年収が上がるにつれて、割合が多くなっていることが分かる。一方、「何もしない」と回答した割合が最も多かったのは年収300万円未満のビジネスマンだった。つまり年収が高い人ほどスキマ時間も新聞やビジネス雑誌を読んで情報を得たり、自身の教養を高めるなどして、有意義に過ごしていることが分かった。



### 5. 昼休みの過ごし方、42.4%が「ニュースサイトを見る」

最後に、「あなたは昼休みに、何をして過ごしていますか」という質問をし、昼食をとる以外で普段昼休みに行っていることの中から、頻度の高いものを最大3つ選んでもらった。第1位が「ニュースサイトを見る」で42.4%、第2位は「何もしない」で32.6%、第3位は「睡眠をとる」で31.0%だった。通勤電車での過ごし方と比べると、ニュースサイトを見る割合や新聞を読む割合が高くなっており、昼休みにニュースをチェックするビジネスマンが多いという実態が明らかになった。また年代別に見ると、20代はSNSを利用している割合が他の年代と比べて高く、60代は新聞を読んでいる割合が高いなど、通勤電車同様年代によって違いが生じた。



オウチーノ総研: <http://corporate.o-uccino.jp/research-o/>