

SHIBUYA109ガールズに聞く！

外出自粛期間中の「おうち時間の過ごし方」徹底調査

around20の約半数が「過去の旅行の写真を見返す」？！オンラインコミュニケーションが活発化。外出自粛で通販利用「いつもより増えた」が約3割。ヲタ活消費も！自粛中に新たな発見も。感じたことは「当たり前前の生活のありがたさ」

株式会社SHIBUYA109エンタテインメント(本社：東京都渋谷区、社長：木村 知郎)が運営する若者マーケティング研究機関『SHIBUYA109 lab. (読み：シブヤイチマルキューラボ)』は、around20(20歳前後)女性を対象に、外出自粛期間中の「おうち時間の過ごし方」に関する調査を行いました。コロナ禍の影響で人々の生活や消費が変化していく中、外出自粛期間中のaround20達はどのように日々を過ごしているのでしょうか。SHIBUYA109 lab.独自ネットワークに属するaround20を対象としたWEBアンケートと日記調査の結果を通じて、around20のおうち時間を徹底解剖いたします。

女子高生	大学生(女子)
10:00 睡眠	睡眠
10:00 軽い朝食 身支度 SNSチェック 学校の課題	12:00 SNSチェック 身支度
12:00 家族と昼食作り	13:00 家族と昼食作り
14:00 おうちカフェタイム (タルゴファニーなど) スマホで ウィンドウショッピング	15:00 おうちカフェタイム (タルゴファニーなど)
16:00 「あつま」で遊ぶ	17:00 「あつま」で遊ぶ
メイクや ヘアアレンジの練習	17:00 録画していた TV番組を復習
SNSチェック	SNSチェック
19:00 YouTube鑑賞	Netflixでドラマを見る
家族と夜ご飯	家族と夜ご飯
お風呂に入りながら YouTube鑑賞	お風呂に入りながら YouTube鑑賞
Instagramなどの ライブ配信を見る	動画をしながら 筋トレやストレッチ
動画をしながら 筋トレやストレッチ 寝落ちするまで 友達と電話	21:00 ゼミでZoom会議
睡眠	友達とZoom飲み
	Netflixでドラマを見る
	2:00 睡眠

※女子高生・女子大生のおうち時間の過ごし方
(日記調査より)



※大学生のオンライン飲み会の様子

【外出自粛期間中の「おうち時間の過ごし方」に関する調査 トピックス】

【1】約半数が「過去の旅行の写真を見返す」？！around20のおうち時間のリアルな過ごし方

自由時間が増えたことでSNSの利用時間がさらに増加、加えてTV視聴も増えています。また、「過去の旅行の写真を見返す」ことで外出ができていた頃に思いを馳せ、過去の旅行の写真をInstagramのストーリーに投稿しています。

【2】オンラインコミュニケーションが活発化！複数メディアを併用し友達と遠隔で時間の共有を楽しむ

YouTubeの利用時間が増え、主にライブ映像やエクササイズ教則動画を視聴しています。また、ZOOMなどのWEB会議アプリを新たに使い始め、お気に入りのSNS動画を共有して一緒に視聴するなど、同時に幾つものアプリやサービスを併用し、離れた場所でも体験を共有する行動が多く見られました。

【3】外出自粛で通販利用「いつもより増えた」が約3割。ファッションアイテムやコスメを購入。ヲタ活消費も！

自粛明けのお出掛けを意識し、通販を利用した巣ごもり消費が加速していることが明らかになりました。また、現場に行けない日々が続く中、おうちの中でもヲタ活を楽しむ様子もあります。

【4】自粛中に新たな発見も。感じたことは「当たり前前の生活のありがたさ」

外出自粛期間中の気分は、ポジティブ・ネガティブな意見がそれぞれ約4割ずつの結果に。

※ 公開データの引用・転載の際は、『SHIBUYA109 lab.調べ』と明記いただきますようお願い申し上げます。

SHIBUYA109 lab./<https://shibuya109lab.jp>

※ 本リリースに記載の会社名、製品名、サービス名等は、それぞれ各社の商標または登録商標です。

【1】約半数が「過去の旅行の写真を見返す」?! around20のおうち時間のリアルな過ごし方

外出自粛によって、普段の生活よりも費やす時間が増えたことは何か※図1聞いてみたところ、最も多い回答は「SNSの閲覧(57.5%)」「動画ストリーミング視聴(52.1%)」「TV視聴(37.1%)」という結果となりました。

※図1 Q.普段の生活と比べて、費やす時間が増えたことはありますか？(複数回答)
WEB調査 N=167 (15~24歳女性)

1位	SNSの閲覧(57.5%)
2位	動画ストリーミング視聴(52.1%)
3位	TV視聴(37.1%)
3位	ゲーム(36.5%)
5位	料理(自炊/おうちカフェ)(34.7%)

※図2 Q.あなたがおうち時間中に取り組んだことをお答えください。(複数回答)
WEB調査 N=167 (15~24歳女性)

1位	過去の旅行の写真を見返す(46.7%)
2位	その他お菓子作りなどの料理(43.1%)
3位	インフルエンサーのライブ配信視聴(39.5%)
3位	スキンケア・ボディケア(39.5%)
5位	メイク・ヘアアレンジの練習(38.3%)

普段から多くの時間をSNSの閲覧や動画視聴に費やしているaround20ですが、自由な時間が増えたことでこれらの利用時間がさらに増加しています。

加えて、TV視聴も増加しています。日記調査では、「野ブタ。をプロデュース」「美食探偵 明智五郎」などのドラマや「有吉の壁」「マツコの知らない世界」を視聴していたという回答が多く見られました。普段は、録画した番組を後日一人で視聴することが多い彼女たちですが、自宅にいたことが多くなり、家族と一緒にリアルタイムでTVを視聴する機会が増えたようです。

※図3 Instagramのストーリーに投稿された過去の写真

<“過去の写真”投稿>



<“旅行に行きたい”投稿>



次に、おうち時間中に取り組んだことについて※図2聞いてみたところ、第1位「過去の旅行の写真を見返す(46.7%)」、第2位「その他お菓子作りなどの料理(43.1%)」、第3位「インフルエンサーのライブ配信の視聴(39.5%)」「スキンケア・ボディケア(39.5%)」という結果となりました。

また、“過去の旅行の写真を見返す”ことで、外出ができていた頃に思いを馳せ、「はやく事態が収束して、また旅行に行けますように」などといったメッセージを添えて、Instagramのストーリーに投稿※図3する様子も多く見受けられます。

※ 公開データの引用・転載の際は、『SHIBUYA109 lab.調べ』と明記いただきますようお願い申し上げます。
SHIBUYA109 lab./<https://shibuya109lab.jp>

※ 本リリースに記載の会社名、製品名、サービス名等は、それぞれ各社の商標または登録商標です。

外出自粛に伴い、昨年冬ごろからのトレンドである「#おうちカフェ」※図4を楽しむ流れが加速しています。SNS上のレシピを参考にし、韓国でも流行している「タルゴナコーヒー」や、昨年食べ歩きシーンで話題となった「いちご飴」など様々なお菓子を自宅で作っています。さらにお菓子作りだけでなく、家族と一緒に昼食や夕飯を作る機会も増えていることも分かっています。

※図4 #おうちカフェ

<タルゴナコーヒー>

<いちご飴>

<家族と一緒に料理>



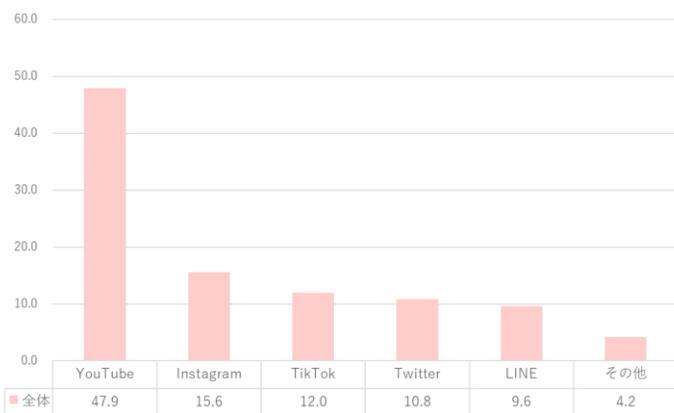
また第3位、第5位にランクインしている「スキンケア・ボディケア(39.5%)」「メイク・ヘアアレンジの練習(38.3%)」などからも分かるように、自分磨きについても意識が高まっていることが分かります。

[2] オンラインコミュニケーションが活発化！複数メディアを併用し友達と遠隔で時間の共有を楽しむ

おうちで過ごす時間が増えたことで、スマホを使う時間もいつも以上に増えています。普段の生活と比べて、使用時間が最も増えたSNS※図5について聞いたところ、最も多い回答は「YouTube(47.9%)」でした。次に「Instagram(15.6%)」、「Tik Tok(12.0%)」という結果となりました。

※図5 Q.普段の生活と比べて、使用時間が最も増えたSNSはどれですか？
WEB調査 N=167 (15~24歳女性)

※図6 Q.外出自粛期間で、新たに使い始めたSNSやアプリなどがあればお答えください。(複数回答)
WEB調査 N=167 (15~24歳女性)



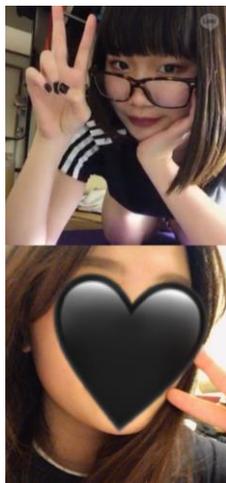
1位	動画視聴アプリ※有料(28.1%)
2位	WEB会議アプリ(19.8%)
3位	漫画アプリ(12.6%)
4位	通販アプリ(8.4%)
	SNSアプリ(8.4%)

日記調査では、YouTubeは普段から視聴しているユーチューバーの動画以外に、期間限定公開された好きなアーティストのライブ映像を閲覧しています。運動不足を解消するためのストレッチやエクササイズ教則動画の視聴も増えているようです。

2位のZOOMをはじめとしたWEB会議アプリについては、友人との“オンライン飲み”や学校の授業、ミーティングなどで活用されています。

※ 公開データの引用・転載の際は、『SHIBUYA109 lab.調べ』と明記いただきますようお願い申し上げます。
SHIBUYA109 lab./<https://shibuya109lab.jp>
※ 本リリースに記載の会社名、製品名、サービス名等は、それぞれ各社の商標または登録商標です。

※図7 高校生のLINEビデオ通話の様子



日記調査においても、ビデオ通話をしながらYouTubeやTikTokで見つけたお気に入りの動画を共有して一緒に視聴したり、友人と筋トレやゲームをするなど、同時に幾つものアプリやサービスを併用し、離れた場所でも体験を共有する行動が多く見られました。

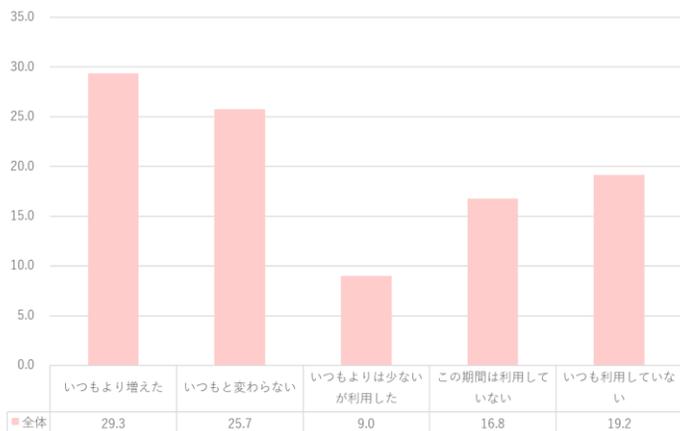
高校生に関しては、LINEのビデオ通話を活用※図7しているケースが多く、SNS上のテキストのコミュニケーションだけでなく、友人との会話を頻繁に行っていることが分かります。

【3】外出自粛で通販利用「いつもより増えた」が約3割。ファッションアイテムやコスメを購入。ヲタ活消費も！

所謂「巣ごもり消費」が加速していますが、around20のお買い物事情はどうなっているのでしょうか。外出自粛期間中の通販の利用状況について※図8聞いてみたところ、29.3%の人が「いつもより増えた」と回答し、around20の間でも通販を利用した巣ごもり消費が加速していることが明らかになりました。

購入カテゴリについて※図9聞いてみたところ、最も多いのは「ファッション・アクセサリ(64.5%)」、次いで「コスメ(25.2%)」「ヲタ活グッズ(14.0%)」という結果となりました。

※図8 Q.おうち時間中の通販の利用状況を教えてください。 ※図9 Q.おうち時間中に通販を利用した方にお聞きます。WEB調査 N=167 (15~24歳女性) 通販で購入したものを教えてください。(複数回答) WEB調査 N=167 (15~24歳女性)



1位	ファッション・アクセサリ (64.5%)
2位	コスメ(25.2%)
3位	ヲタ活グッズ(14.0%)
4位	食品・飲料(13.1%)
5位	スキンケア・ボディケア(12.1%)

ファッションの平均購入金額は8,524円と通常の月々の金額と大差はなく、通販サイトのセール品を中心に春物や、夏にかけて着用できるアイテムを購入しているようです。

「最初は春物のセール品をチェックしていたが、最近では、外出自粛期間が長引きそうであることを見越して自粛明けの際のお出掛けを意識し、夏物をチェックするようになった」という声も聞かれました。

コスメに関しては平均購入金額が3,364円という結果となり、カラコンやアイシャドウパレットなどの他に、保湿クリームや美容液などのスキンケア商品の購入も多く見られました。

※ 公開データの引用・転載の際は、『SHIBUYA109 lab.調べ』と明記いただきますようお願い申し上げます。
SHIBUYA109 lab./<https://shibuya109lab.jp>

※ 本リリースに記載の会社名、製品名、サービス名等は、それぞれ各社の商標または登録商標です。

ヲタ活グッズ※図10については好きなアーティストのライブDVDやグッズの購入だけでなく、ヲタ活グッズを手作りするための材料を購入するという回答も見受けられ、現場に行けない日々が続く中おうちの中でもヲタ活を楽しむ様子も見られました。

※図10 #おうち時間のヲタ活

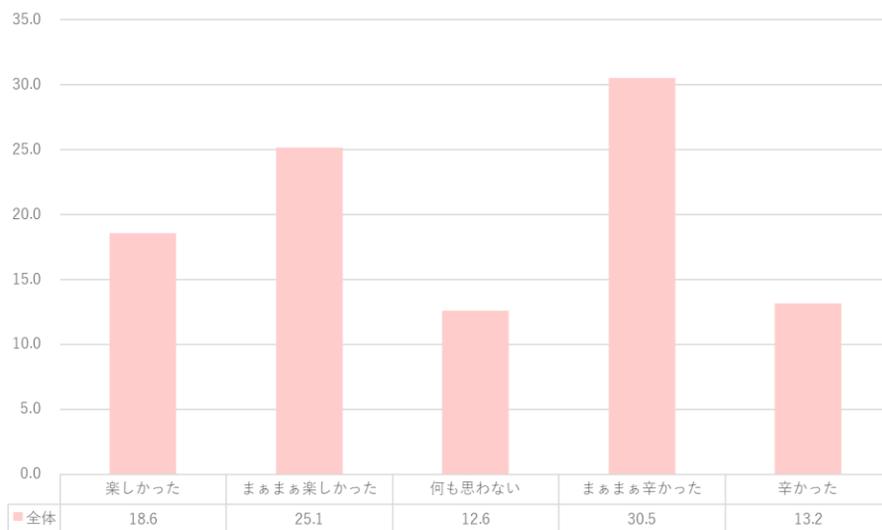


【4】自粛中に新たな発見も。感じたことは「当たり前の生活のありがたさ」

WEBアンケートにて、外出自粛期間中の気分について※図11聞いてみたところ、ポジティブ・ネガティブな意見がそれぞれ約4割ずつという結果となりました。

ポジティブな意見としては、「普段やりたいけどできなかったことが沢山できて視野が広がった気がする(高校生)」といった声や、「時間を気にせずゆっくりと過ごせた(大学生)」などが挙げられました。

※図11 Q.おうち時間中、自宅に長時間いる気分はどうでしたか。
(単一回答) WEB調査 N=167 (15~24歳 女性)



©SHIBUYA109ENTERTAINMENT Corporation ALL Rights Reserved.

一方、ネガティブな意見としては、「友達と会えないこととライブに行けないのが辛い(高校生)」や、「会って話した方が楽しいし、おしゃれをして外出したい(高校生)」「就活について相談したり、近況報告をする同期や先生に会えないことが不安(大学生)」といった声が挙げられています。

また、事態が収束し、外出自粛期間が終了した場合に行きたいことについては、「友達と会いたい」「ディズニーランドやカフェ巡りをしたい」「ライブ、旅行に行きたい」そして「学校に普通に通って、部活して、アルバイトをしたい。」「普通の生活を送りたい。」という、今まで通りのリアルな体験に対する強い思いが挙げられました。

※ 公開データの引用・転載の際は、『SHIBUYA109 lab.調べ』と明記いただきますようお願い申し上げます。
SHIBUYA109 lab./<https://shibuya109lab.jp>
※ 本リリースに記載の会社名、製品名、サービス名等は、それぞれ各社の商標または登録商標です。

【5】アンケート調査概要

①SHIBUYA109ガールズ調査

調査期間：2020年4月13日(月)～4月17日(金)

調査対象：SHIBUYA109 lab.独自ネットワークに属するaround20女性

有効回答数：N=167

②日記調査

調査期間：2020年4月13日(月)～4月19日(日)

調査対象：高校生・大学生

有効回答数：N=19 (大学生13名※女性8名・男性5名・高校生6名)

※おうち時間とは：コロナウィルス感染症拡大に伴い、外出自粛が要請されてからの期間の過ごし方を指します。(3月初旬～5月現在)

調査実施・分析：SHIBUYA109 lab.(運営：株式会社SHIBUYA109エンタテイメント)

【6】SHIBUYA109 lab.所長より



外出自粛により、around20の間でオンライン上での公開コミュニケーションが活発化していることに注目しています。相手との関係値に合わせ、LINEのビデオ通話・Zoomといったクローズドな手段とInstagramのライブ配信などのオープンな手段を併用し、新たなコミュニケーション方法を生み出しています。複数アカウントの運用など、もともと相手とのコミュニケーションの距離感を調節するのが上手な彼女たちの間で、今後もオンラインコミュニケーションは更に定着していくでしょう。

SHIBUYA109 lab.所長/長田 麻衣 (おさだまい)

※SHIBUYA109 lab. 調査レポート販売致します！

今回実施致しました「おうち時間の過ごし方」に関する調査 (WEBアンケート及び日記調査) レポートの販売をいたします。

費用：70,000円(税抜)

お問い合わせ先：shibuya109lab@gmail.com

お申込みフォーム：<https://enquete.cc/q/KJSS21B1>

■SHIBUYA109 lab. 概要



株式会社SHIBUYA109エンタテイメントが運営する新しい世代に特化した若者調査機関。SHIBUYA109のターゲットである「around20(20歳前後の若者)」を中心に彼ら・彼女たちの実態を調査し、SHIBUYA109独自の視点から分析している。

設立：2018年5月17日

所長：長田 麻衣 (株式会社SHIBUYA109エンタテイメント所属)

ホームページ：<https://shibuya109lab.jp>

※ 公開データの引用・転載の際は、『SHIBUYA109 lab.調べ』と明記いただきますようお願い申し上げます。
SHIBUYA109 lab./<https://shibuya109lab.jp>

※ 本リリースに記載の会社名、製品名、サービス名等は、それぞれ各社の商標または登録商標です。