

【手帳に関する意識調査】

予定記録のメインツール、手帳派が28.6%でトップ 1日あたりに手帳を開く回数が多い人ほど 「生活が充実している」と感じる傾向に

株式会社日本能率協会マネジメントセンター（東京都中央区）が発売する手帳ブランド「NOLTY（ノルティ）」では、予定管理のツールや手帳に関する意識調査を実施しました。

【主な調査結果のポイント】

1. 手帳ユーザーの割合調査

■ 予定記録のメインツール、第1位は「手帳（28.6%）」

予定・行事記録で使用するメインツールのトップは「手帳（28.6%）」。2位には「スマートフォン（26.6%）」がランクイン。年代別で見ると、特に20～24才の37.7%が手帳をメインツールとして回答し、全年代でも突出して手帳をメインツールとして使用していた。また手帳やカレンダーなどのアナログツールを使用する「アナログ派」は48.5%となり、スマートフォンなどを使用する「デジタル派（34.3%）」を上回った。

2. 手帳ユーザーの動向調査

■ 手帳の選ぶ際に重要視するポイント、第1位「書き込みスペースの広さ（49.6%）」

手帳ユーザーが手帳選びの際に最も重視しているのは「書き込みスペースの広さ」で49.6%だった。2位には「週間・月間などのレイアウト」、3位には「表紙の色やデザイン」がランクインした。

■ 手帳の価格、「予算を少しオーバーしても気に入ったものを選びたい」が最多数派

手帳を買う際、「予算を少しオーバーしても気に入ったものを選びたい」と考えている人が最多数で44.6%となった。「予算の上限はなく、高くてもよいので、一番気に入ったものを選びたい」とあわせると56.6%で、半数以上が「ある程度手帳にお金をかけてもよい」と考えているようだ。

■ 1日あたりの手帳を開く回数が多いほど「生活が充実している」と感じる傾向に

1日に「11回以上」手帳を開く人は、「0～1回」しか開かない人に比べ、約1.4倍「生活が充実している」と感じる傾向にあった。この傾向は男性が顕著、中でも20代男性が突出しており、「11回以上」開く人の66.7%が「とても生活が充実している」と回答した。

<調査実施概要>

調査時期	2017年5月	調査方法	インターネット調査	調査対象	全国の20-60代男女
回答数	1.手帳ユーザーの割合調査：19,184名 2.手帳ユーザーの動向調査：1,650名（19,184名から手帳を使用している人をランダムに1,650名を抽出した調査）				

※調査結果では小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計しても必ずしも100%とならない場合があります。

日本能率協会マネジメントセンター（JMAM）について：

JMAMは、日本能率協会（JMA）グループの中核企業として1991年に設立されました。通信教育・研修・アセスメント・eラーニングを柱とした人材育成支援事業、能率手帳の新生ブランド『NOLTY』や『PAGEM』を代表とする手帳事業、ビジネス書籍の発行を中心とした出版事業を通じて、「成長したいと願うすべての人」を支援し続けていきます。 www.jmam.co.jp

報道関係者お問い合わせ先

株式会社日本能率協会マネジメントセンター NPB 事業本部（広報担当）二宮、村沢
TEL：03-6362-4334 FAX：03-3272-8125 E-mail：PR@jmam.co.jp

株式会社ブラップジャパン（広報担当）横山、西
TEL：03-4580-9105 FAX：03-4580-9131 E-mail：jmampr@ml.prap.co.jp

1. 手帳ユーザーの割合調査

予定や行事記録のメインツール、「手帳」が最多数派

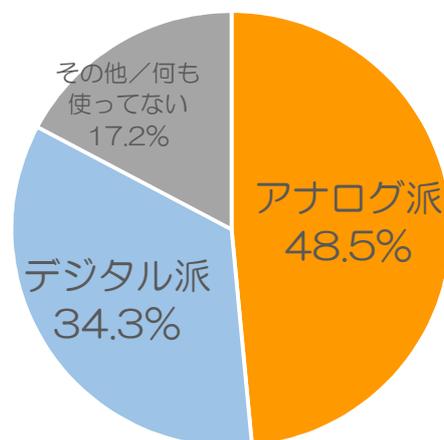
- ✓ 調査対象者全員に予定や行事の記録に使用しているメインツールを聞いたところ、トップは「手帳」で28.6%となった。2位は「スマートフォン」で25.1%、3位は「カレンダー」で17.0%となった。年代別で見ると、20～24才が37.7%と全年代の中でも突出して手帳を使用している。就職活動や新社会人になるタイミングで、手帳を使って予定を管理している方が多いものと考えられる。【グラフ1】
- ✓ 予定や行事の記録に使用しているメインツールについて、手帳やカレンダーなどを使用している人をアナログ派、スマートフォンやパソコンを使用している人をデジタル派として集計した。結果はアナログ派が48.5%、デジタル派が34.3%となり、アナログ派がデジタル派を上回る結果となった。【グラフ2】

【グラフ1】 予定や行事の記録に使用しているメインツール (対象：全回答者、単一回答、n=19,184)



【グラフ2】 予定・行事記録用メインツールのアナログ派・デジタル派

(対象：全回答者、単一回答、n=19,184)



アナログ派：予定管理のメインツールとして、アナログツール（手帳、カレンダー、ノート、日記帳、手書きの家計簿）を使用している人

デジタル派：スケジュール管理のメインツールとして、デジタルツール（スマートフォン、パソコン、携帯電話、タブレットPC）を使用している人

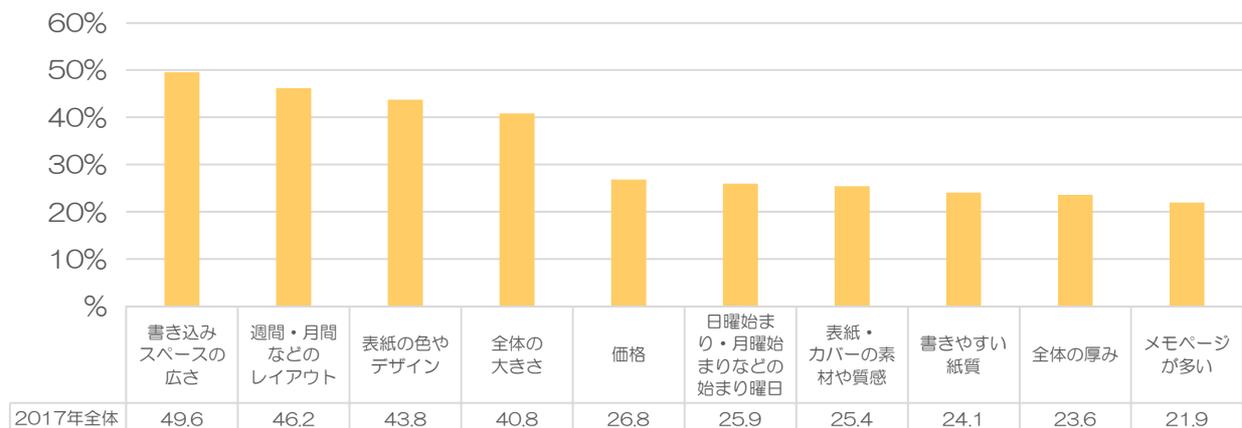
2. 手帳ユーザーの動向調査

※手帳ユーザーの動向を把握するため、「1. 手帳ユーザーの割合調査」対象者（19,184名）のうち、手帳を使用している1,650名をランダムに抽出し、調査対象者としている

手帳の選ぶ際の最重要視ポイントは「書き込みスペースの広さ」

- ✓ 手帳を使用している人に、手帳を選ぶ際に重要視するポイントを聞いた。1位は「書き込みスペースの広さ」で49.6%、2位は「週間・月間などのレイアウト」で46.2%、3位は「表紙の色やデザイン」で43.8%、4位は「全体の大きさ」で40.8%、5位は「価格」で26.8%となった。見た目のデザインも重視しつつ、書き込みスペースやレイアウトといった中身をより重視する人が多いようだ。【グラフ3】

【グラフ3】手帳を選ぶ際の重要視ポイント TOP10（対象：手帳使用者、複数回答、n=1,650）

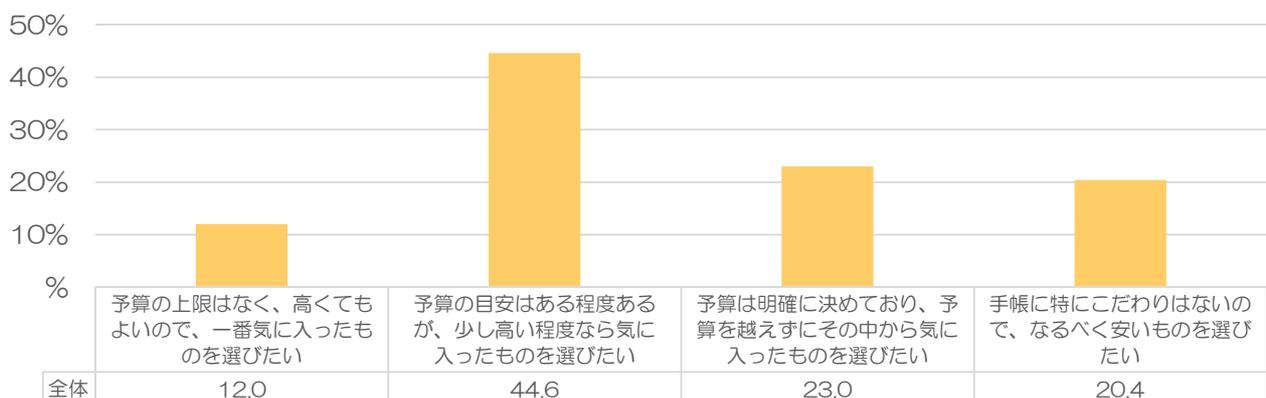


手帳の価格、「少し予算を越えても気に入ったものを使いたい」が最多数派

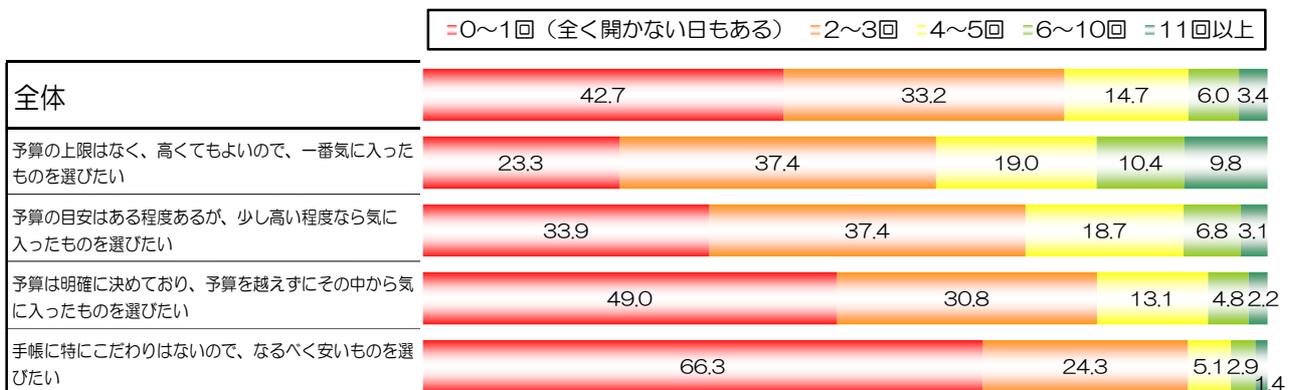
- ✓ 手帳を使用している人に、手帳の価格についての気持ちを聞いた。最多数となったのは「予算の目安はある程度あるが、少し高い程度なら気に入ったものを選びたい」で44.6%だった。「予算の上限はなく、高くてもよいので、一番気に入ったものを選びたい（12.0%）」と合わせると、半数以上の人がある程度お金をかけても自分が気に入った手帳を使いたいと考えていることが分かった。【グラフ4】
- ✓ また、各回答者を「1日あたりの平均的な手帳を開く回数」別に見た。「手帳に特にこだわりはないので、なるべく安いものを選びたい」と考えている人は「0~1回（全く開かない日もある）」が66.3%だった一方、「予算の上限はなく、高くてもよいので、一番気に入ったものを選びたい」と考えている人は「4回以上」が39.2%と約4割に上った。手帳にこだわりを持っている人ほど、1日あたりに手帳を開く回数が多いようだ。【グラフ5】

【グラフ4】手帳の価格について、気持ちに一番近いもの

（対象：手帳使用者、単一回答、n=1,355）



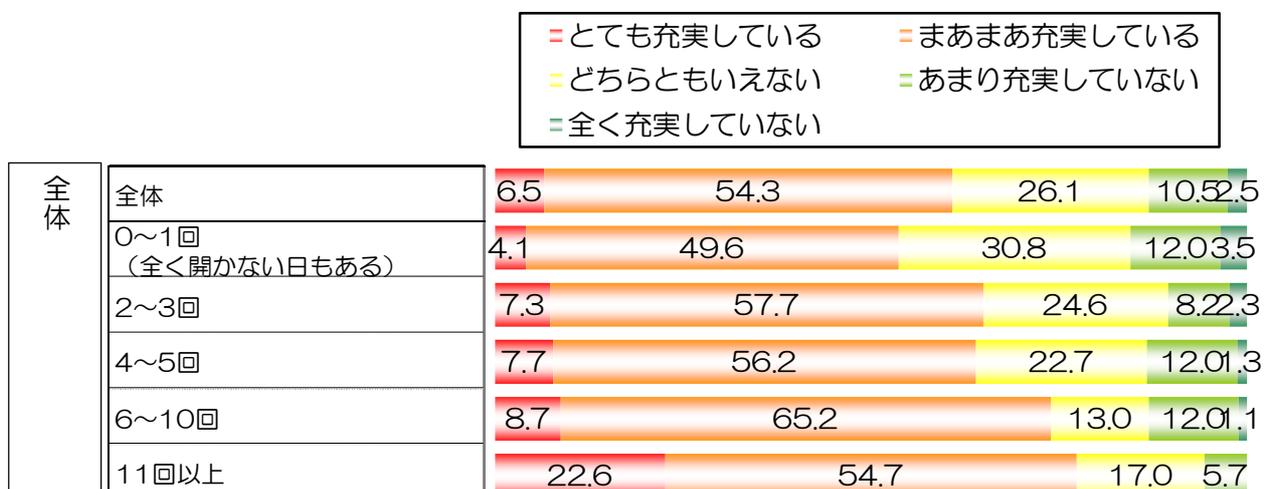
【グラフ5】手帳の価格について、気持ちに一番近いもの：1日あたりの平均的な手帳を開く回数別
(対象：手帳使用者、単一回答、n=1,355)



生活充実度、1日に手帳を開く回数が多い人ほど「充実している」と感じている傾向

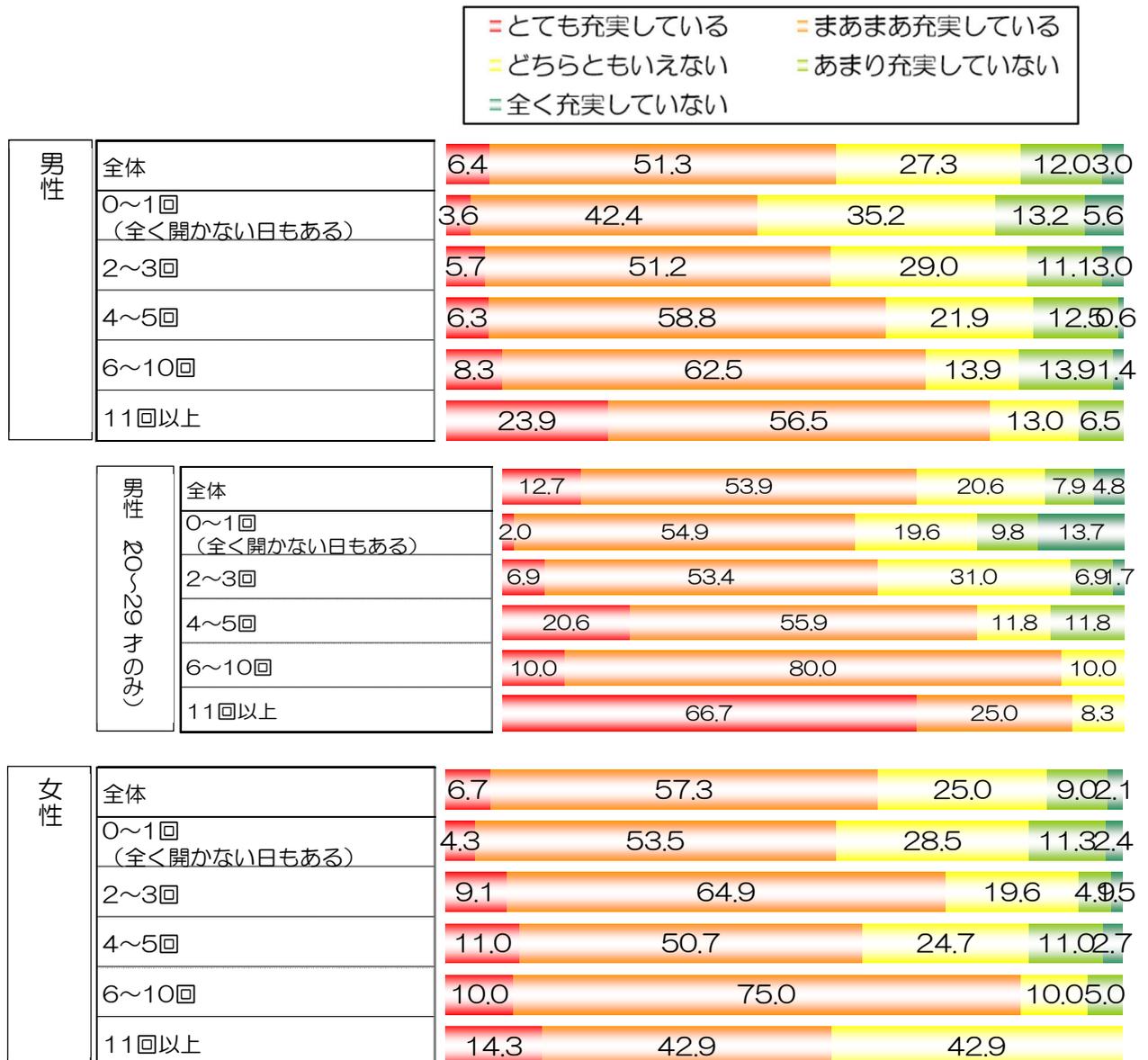
- ✓ 手帳を使用している人に、現在の生活がどの程度充実しているか聞いたところ、「まあまあ充実している」が最多数で54.3%となった。これを「1日あたりの平均的な手帳を開く回数」別に見ると、「0~1回 (全く開かない日もある)」開く人は「とても充実している」と「まあまあ充実している」の合計が53.7%にとどまった一方、「11回以上」開く人の両項目計は77.3%となり、手帳を開く回数が多い人ほど生活の充実度を感じる傾向にあることが分かった。【グラフ6】
- ✓ この結果を男女別に見た。女性では特定の傾向が見られなかったが、男性では開く回数と充実度の相関関係が見られた。また、「11回以上」開く男性の「とても充実している」と感じている割合が23.9%と突出しており、この要因を探るため年代別に見た。結果、特に20代の「11回以上」開く男性が「とても充実している」と感じている割合が66.7%となっており、数値を引き上げている要因となっていた。【グラフ7】
- ✓ また、生活充実度を「予定・行事記録用メインツールのアナログ派、デジタル派」別に見た。アナログ派(手帳やカレンダーなどを使用している人)は「とても充実している」と「まあまあ充実している」の合計が63.1%となり、デジタル派(スマートフォンやパソコンを使用している人)の57.8%を上回った。また、何も使っていない、あるいは上記以外のツールを使用している人の両項目計は41.6%にとどまった。【グラフ8】

【グラフ6】現在の生活がどの程度充実していると感じるか：1日あたりの平均的な手帳を開く回数別
(対象：手帳使用者、単一回答、n=1,650)



【グラフ 7】現在の生活がどの程度充実していると感じるか

：1日あたりの平均的な手帳を開く回数・男女別（対象：手帳使用者、単一回答、n=1,650）



【グラフ 8】現在の生活がどの程度充実していると感じるか

：予定や行事の記録に使用しているメインツール別（対象：手帳使用者、単一回答、n=1,650）

