

平成ジャンプ世代の「婚活本音調査」
平成ジャンプ世代が挑む令和時代の婚活

キーワードは「パーソナル」

～成婚へのカギは、二人三脚で臨む“伴走婚活”にあり～

結婚に対する焦りやプレッシャー、婚活ストレスを解消する鍵に！？
平成ジャンプ世代の多くが「パーソナル婚活」を支持！

株式会社エウレカ(本社:東京都港区、代表取締役 CEO:石橋 準也)が展開する結婚コンシェルジュサービス「Pairsエンゲージ」では、この度、秋の結婚式シーズン到来を機に、ニッセイ基礎研究所監修の元、“平成ジャンプ世代”(※1)である全国の未婚男女 30～39歳を対象に、「婚活(※2)の本音」をテーマとしたインターネット調査を実施しました。

(※1)昭和生まれの方で、未婚のまま平成の時代を飛び越え、新元号(令和)時代を迎えた方を指します。

(※2)本調査における「婚活」とは、結婚相談所やマッチングサービスへの登録、お見合い、合コンや知人からの紹介など、結婚・交際相手を見つけるための活動を指しています。

【調査結果サマリー】



■平成ジャンプ世代の結婚に対する考え方

- 平成ジャンプ世代の男女共に約8割は結婚意向あり。
- 当世代は結婚をして幸せな生活を送る周囲を見て、プレッシャーや焦りを感じている傾向が。
- 今回の調査でも「自分自身の結婚に対するプレッシャー」を感じるという意見が上位に。



■「非婚活実施者」の結婚への意向

- 結婚へのプレッシャーや焦りを感じるも、約8割は「婚活」へは取り組めていない。
- 「婚活」に取り組めない具体的な理由はなく、不明瞭な人が多数派に。
- 最後の交際から5年以上の期間が経過している交際ブランクを持つ人も4割以上に。



■「婚活実施者」の婚活事情

- 婚活実施者の約8割は「婚活ストレス」を感じている。
- 婚活実施者が感じる「婚活ストレス」の解消法としては、「誰かに相談したりアドバイスを仰ぐ」という回答が最多数。一人で婚活に悩むよりも、周囲の人に相談したり協力を得たいというニーズが明らかに。



■平成ジャンプ世代が抱く「パーソナル婚活」への魅力

- 自分の「婚活」を共に伴走、サポートしてくれる“パーソナル婚活”を支持！
- 自分のニーズに合わせた婚活サポートにより、非婚活実施者が婚活に取り組めていない「漠然とした理由」や「婚活ストレス」の解消法に!?



■ニッセイ基礎研究所 主任研究員 久我 尚子による調査結果監修

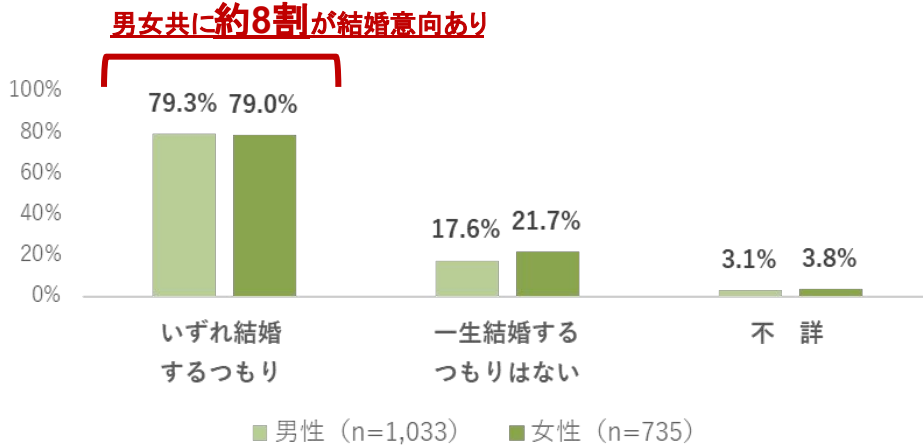
- 平成ジャンプ世代の「婚活」は、一人一人の個性や価値観に沿ったサポートが求められる！
- 「パーソナル婚活」が今後の婚活市場を支える一つのキーワードに！

■平成ジャンプ世代の結婚に対する考え方

- 平成ジャンプ世代の男女共に約 8割は結婚意向あり。
- 当世代は結婚をして幸せな生活を送る周囲を見て、プレッシャーや焦りを感じている傾向が。
- 今回の調査でも「自分自身の結婚に対するプレッシャー」を感じるという意見が上位に。

Q.あなたの結婚に対する意向について教えてください。

(n=結婚していない30代男女1,768名/SA)



Q.どのような時に結婚を強く意識しますか？

(n=結婚していない30代男女411名/MA)

どのような時に結婚を意識するか	
第1位	周りの友人・知人が次々と結婚や出産をする30代男性: 56.7%/30代女性: 73.9%)
第2位	友人の幸せな結婚や家庭の様子を感じる30代男性: 38.5%/30代女性: 58.3%)
第3位	周囲から幸せな結婚の話聞く(30代男性: 26.4%/30代女性: 47.2%)
第4位	親や家族から結婚するよう言われる30代男性: 38.1%/30代女性: 36.1%)

Q.あなたは、非婚活時と婚活中で、どのようなことにストレスを感じましたか。

(n=婚活に取り組んでいる男女203名/MA)

	非婚活時	婚活中
第1位	自分自身の結婚に対するプレッシャー(53.7%)	良い相手と出会えない(53.9%)
第2位	良い相手と出会えなさそう(52.2%)	自分自身の結婚に対するプレッシャー(51.7%)
第3位	自分にあつた人がわからない(41.9%)	お金がかかる(48.9%)

国立社会保障人口問題研究所が実施した調査(出生動向基本調査:平成 27年度)によると、未婚の30代の男女共に約8割(男性:79.3%・女性:79.0%)が結婚意向を示し、「結婚」に対する希望度が高いことがうかがえます。

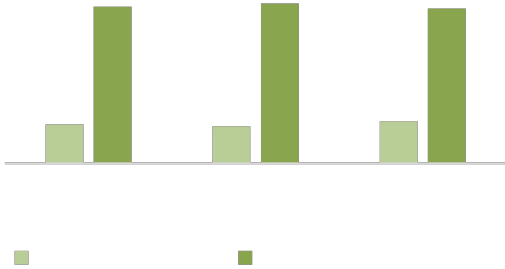
また、内閣府の調査(結婚・家族形成に関する意識調査:平成 26年度)において、未婚の30代の男女が結婚を強く意識するタイミングをうかがったところ、TOP3が男女で同じ結果となり「周りの友人・知人が次々と結婚や出産をする」が最も多くなり、次いで、「友人の幸せな結婚や家庭の様子を感じる」、「周囲から幸せな結婚の話聞く」というランキングに。その他、「親や家族から結婚するよう言われる」といった回答もありました。家族からのプレッシャーや、周りの人たちが結婚や出産をしていくという状況に対する焦りやプレッシャーを感じている様子が見え、実際に今回行った平成ジャンプ世代への調査でも、非婚活時、婚活中ともに「自分自身の結婚に対するプレッシャー」を感じたという意見が上位にあがっています。

■「非婚活実施者」の結婚への意向

- 結婚へのプレッシャーや焦りを感じるも、約 8割は「婚活」へは取り組めていない。
- 「婚活」に取り組めない具体的な理由はなく、不明瞭な人が多数派に。
- 最後の交際から5年以上の期間が経過している交際ブランクを持つ人も 4割以上に。

Q.あなたは「婚活」に取り組んでいますか？

(n=1,000/SA)



Q.積極的に「婚活」に取り組めていない理由は何ですか？

(n=婚活に取り組めていない男女797名/MA)

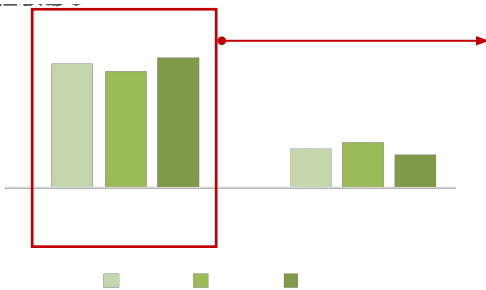
「面倒」や「分からない」など漠然とした理由が上位に

順位	理由	回答率
第1位	なんとなく面倒	47.1%
第2位	どう始めていいのかわからない	40.7%
第3位	費用がない	37.0%
第4位	時間がない	28.0%
第5位	他人にどう思われるかが不安	19.1%

平成ジャンプ世代の多くの人が結婚を希望し、なおかつプレッシャーや焦りを感じているにも関わらず、実際に「婚活」に取り組んでいる層は 2割(20.3%)に留まり、約 8割(79.7%)は「婚活」に取り組めていない事が分かりました。その理由をたずねると、「なんとなく面倒」「どうしたら良いかわからない」という、具体的な理由ではなく漠然としたイメージから婚活に取り組めていないというものが多数に。結婚へのプレッシャーや焦りを感じるも「婚活」には取り組めず、またその理由も明確になっていない人が多いことが分かりました。

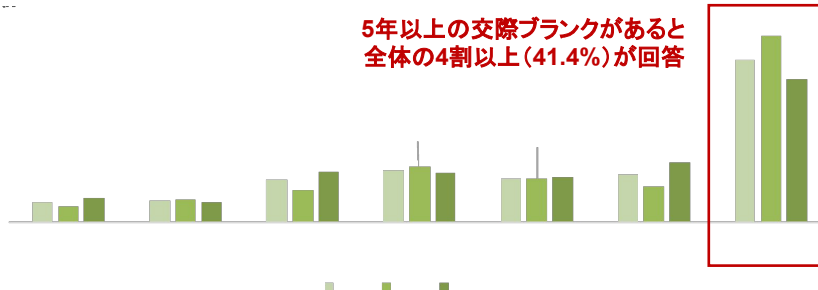
Q.あなたの過去の異性との交際経験について教えてください。

(n=1,000/SA)



Q.あなたは最近のいつ頃まで、異性の方と交際していましたか？

(n=過去に交際経験ありと回答した男女761名/SA)



当該年代においては、約 8割が「結婚」への意向を示したにも関わらず、漠然とした理由から「婚活」に取り組めていない人が多数派となることが分かりました。続いて、交際経験のある方へ最後に異性と交際していた時期をたずねると、5年以上の交際のブランクがあると 4割以上(41.4%)が回答する結果となり、具体的なアクションをなかなか講じられていないことがうかがえます。

Q.あなたが「婚活」に関連するサービスに対して、どのようなことを望みますか？

(n=1,000/MA)

順位	理由	回答率
第1位	利用料金が高くない	50.2%
第2位	自分が望む条件の相手を見つけやすい	46.1%
第3位	適切なサポートが受けられる	39.3%
第4位	多くの相手と出会える	39.2%
第5位	利用にかかる時間や手間が少ない	32.1%

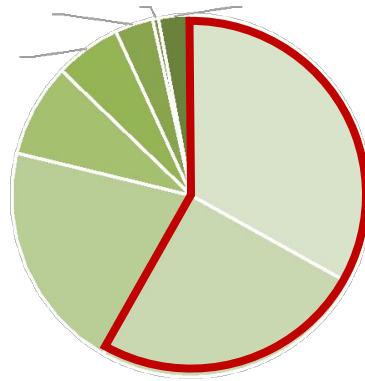
「婚活」に関連するサービスへの望みを調査すると、「利用料金が高くない(50.2%)」が第1位となり、次いで、「自分が望む条件の相手を見つけやすい(46.1%)」、「適切なサポートが受けられる(39.3%)」という結果に。サービスの利用料金の設定額が、利用意向にも影響していることがうかがえます。

■「婚活実施者」の婚活事情(1/2)

- 「婚活」に費やす時間は、1週間のうち「3時間未満」が多数派に。
- 婚活実施者の約8割は「婚活ストレス」を感じている。

Q.一週間のうち、「婚活」にどのくらいの時間をかけていますか？

(n=婚活に取り組んでいる男女203名/MA)



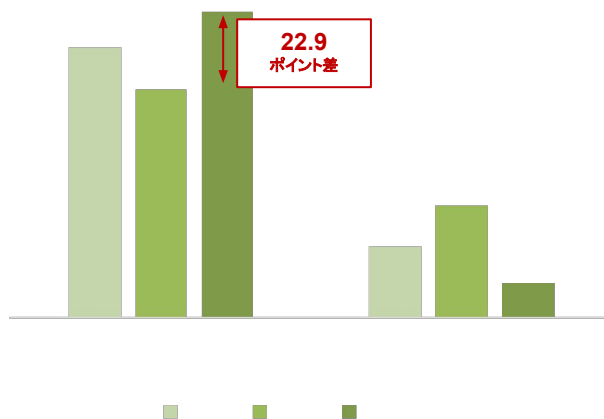
全体で「3時間未満」が約6割(58.1%)



一週間のうち、「婚活」に取り組んでいる時間をたずねると、「1時間未満(33.0%)」が最も多くなりました。全体で見ると、3時間未満までで半数以上となり約6割(58.1%)を占める結果となりました。

Q.あなたは今まで「婚活」に関してストレスを感じたことがありますか。

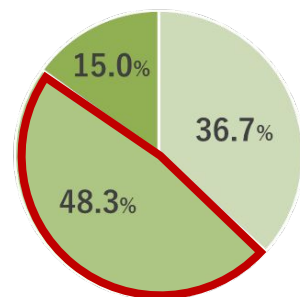
(n=婚活に取り組んでいる男女203名/MA)



Q.(婚活ストレスによって)婚活をやめようと思ったことはありますか。

(n=婚活ストレスを感じた経験のある男女180名/MA)

やめようと思ったが婚活を継続した人が約半数(n=153)



- やめようと思って、やめたことがある
- やめようと思ったことはあるが、続けている
- やめたいと思ったこともなく、やめたことはない

次に、「婚活」に関してストレスを感じた経験があるかを問うと、全体の約8割(79.3%)が感じたことがあると回答。男女で比較すると、男性が67.0%に対し、女性は89.9%となり、女性の方が「婚活」へのストレスを感じやすいことが分かります。また、「実際に婚活をやめようと思ったか？」とたずねると、85.0%の人はやめようと思ったことがあっても、実際にはやめずに婚活を継続した人が約半数(48.3%)となりました。

■「婚活実施者」の婚活事情について (2/2)

●婚活実施者が感じる「婚活ストレス」の解消法としては、「誰かに相談したりアドバイスを仰ぐ」という回答が最多数。一人で婚活に悩むよりも、周囲の人に相談したり協力を得たいというニーズが明らかに。

Q.婚活でストレスを感じたときに、それを解消する対処法は何かありますか。

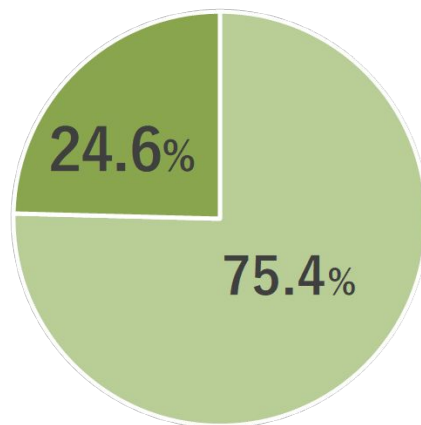
(n=婚活をやめた、やめようと思ったことがある男女153名/MA)

	婚活ストレスを解消する対処法	回答率
第1位	新しい人に会う	28.8%
第2位	家族・友人に話して共感してもらう	24.8%
第3位	家族・友人以外の人にアドバイスをもらう	20.9%

続いて、「婚活ストレス」を感じたときの対処法について調査。対処法として、「新しい人に会う」、「家族・友人に話して共感してもらう」、「家族・友人以外の人にアドバイスをもらう」など、一人で婚活に臨んだり、抱え込もうとせず、他の誰かのサポートや協力を得ることでストレスを解消する方が多数となりました。

Q.婚活に悩んだ時、専門的な相談先が必要だと思いますか？

(n=1,000/SA)



■ 必要だと思う ■ 必要だと思わない

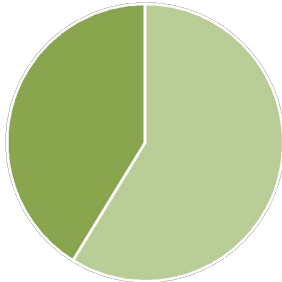
婚活実施者が感じる「婚活ストレス」の解消法の上位を見ると、誰かのサポートや協力を得るという傾向が見えてきました。そこで、周囲からの協力、サポートという点に関連し、昨今、「婚活」を行っている過程で不調になった人のための「婚活疲労外来」という専門機関も出てきています。このような専門的な相談の必要性を問うと、7割以上(75.4%)が必要と回答。ここでも、「婚活」の進行にあたり、このような専門機関をはじめとしたサポートが必要である様子が見えてきます。

■平成ジャンプ世代が抱く「パーソナル婚活」への魅力

- 自分の「婚活」を共に伴走、サポートしてくれる“パーソナル婚活”を支持！
- 自分のニーズに合わせた婚活サポートにより、非婚活実施者が婚活に取り組みしていない「漠然とした理由」や「婚活ストレス」の解消法に！

Q.「パーソナル婚活」(※)にあなたはどの程度魅力を感じますか。

(n=1,000/SA)



Q.「パーソナル婚活」(※)のどのような点に魅力を感じて利用したいと思いますか。

(n=1,000/SA)

「パーソナル婚活」の魅力について	
第1位	自分のニーズにあわせて相手を紹介してくれる(78.1%)
第2位	必要な時に、相談できる先がある(75.7%)
第3位	時間や場所を選ばず自由度が高い(74.9%)
第4位	パーソナルトレーナーのように、一人一人にあったアドバイスが受けられる(68.7%)
第5位	短期間で結果を出す(61.4%)

続いて、昨今の潮流である「パーソナル婚活」について調査。約6割(58.8%)が「パーソナル婚活」へ魅力を感じていることが分かりました。その魅力の内容をたずねると、「自分のニーズにあわせて相手を紹介してくれる(78.1%)」が最も高くなり、自分の条件面に見合う相手を提案してくれる事に大きな魅力を感じていることが分かりました。加えて、「必要な時に相談できる」「一人一人にあったアドバイスが受けられる」など、婚活を一人で行うのではなく、サポーターや伴走者のような存在へのニーズがありました。また、「時間や場所を選ばない」「短期間」など、自分のライフスタイルや都合に合わせて欲しいというニーズも浮かびました。

「パーソナル婚活」は、一人一人に寄り添って相談やアドバイスを受けられるので、婚活に積極的に取り組んでいない方の「なんとなく面倒」「どうすれば良いか分からない」という悩みや、婚活実施者の「婚活ストレス」を解消する鍵になりそうです。

(※) 近年増加している「婚活」ニーズにあわせてサポートサービスとして、一人一人のスタイルにあわせて必要な時に専門家のアドバイスがもらえる婚活スタイル(パーソナル婚活)を指します。

【調査概要】

調査クレジットのお願い

※本リリース内容の転載にあたりましては、出典として

「Pairsエンゲージ パーソナル婚活研究所調べ」という表記をお使い頂けますようお願い申し上げます。

- ・調査対象 未婚の男性・女性(年齢:30~39歳)
- ・調査エリア 全国
- ・調査サンプル数 男性500名・女性500名:合計1,000名
- ・調査期間 2019年9月21日(土)~23日(月)
- ・調査方法 インターネット調査

※本リリース内、一部調査においては「国立社会保障人口問題研究所」、
「内閣府」が実施したレポートを引用しております。

■ニッセイ基礎研究所 主任研究員 久我 尚子による調査結果監修

- 平成ジャンプ世代の「婚活」は、一人一人の個性や価値観に沿ったサポートが求められる！
- 「パーソナル婚活」が今後の婚活市場を支える一つのキーワードに！



久我 尚子

ニッセイ基礎研究所
生活研究部 主任研究員

- 研究・専門分野
消費者行動、心理統計、
保険・金融マーケティング

人々の暮らしをデータから読み解いています。若者や女性、共働きやパワーカップル、子育て世帯などを中心に、消費行動の特徴やその背景にある働き方、恋愛や結婚、出産、子育ての状況、価値観の変化について分析し、政策課題にも言及しています。また、今、日本で急成長しているシェアリングサービスなどの新しいサービスや話題の商品などにも注目し、消費構造全体の変容についても注目しています。データから見える意外な事実、そして、皆さまの疑問の解消にお役に立てるような情報を分かりやすくお伝えできるように、日々、講演活動や執筆活動に励んでいます。

かつては「ある程度の年齢になれば結婚をして子どもを持つ」というように、皆、同じようなライフコースをたどっていました。親戚や近所には、適齢期の男女のお見合いの世話役をかって出る、お見合いおばさんがいましたし、勤め先の上司の紹介もよく見られたものでした。また、年功賃金と終身雇用制、家族への福利厚生が充実した企業は、総合職の男性と一般職の女性を引き合わせるマッチング・システムの役割も有していました。

一方で、女性の社会進出が進むとともに、「夫は外で働き、妻は家を守るべき」という伝統的な結婚観が弱まり、ライフコースを自由に選択する若い男女が増えていきました。バブル期には、子どもを持たずに夫婦二人でリッチな生活を楽しむ DINKS (Double Income No Kids) が登場しましたし、結婚よりもキャリアに邁進するバリキャリ OL や、一人の気ままな生活を楽しむ独身貴族の男女も現れました。

2000年代に入ると、セクハラをはじめとしたハラスメント問題への意識が高まることで、特に職場では恋愛や結婚の話題が避けられるようになりました。また、長らく続いた景気低迷の中で非正規雇用が増え、正規雇用であっても年収水準が下がり、職場は結婚のマッチング・システムとしての機能が弱まりました。「就活」のように、積極的な活動をせずには結婚をすることも難しくなる中で、2007年に「婚活」という言葉が登場しました。お見合いや結婚相談所を利用した「婚活」は、昔から行われてきたことですが、昨今の「婚活」の特徴には、組織としての取り組みが広がっていることがあげられます。少子化対策を目的に、「婚活」に取り組む地方自治体や企業が増えています。

また、個人としても気軽に参加しやすい環境が広がったこともあげられます。2000年代初頭では、ネットでの出会いは、出会い系などネガティブな印象が強かったかと思います。しかし、徐々に良質なサービスが増え、2010年頃からはスマホの普及も相まって、アプリなどを使った婚活サービスが普及しました。今では、ネットやアプリを介した出会いは、出会い方の 1 つであり、特段ネガティブな印象は無いでしょう。

一方で「婚活」に参加する男女が増えたためか、最近では「婚活」疲れも見られるようです。今回の調査でも、婚活経験者の約 8 割が「婚活ストレス」を感じているという結果となりました。「婚活」が定着してきたゆえの反動なのかもしれません。

今回の調査対象である平成ジャンプ世代の 30代は、2000年代初頭に社会人となり、職場結婚の多かった世代とネットやスマホによる「婚活」が定着した世代の狭間世代であると言えます。結婚をしたいけれど身近に出会いがない、どう動けば良いか分からないなど、結婚を意識しつつも行動に移せていない方も少なくないようです。今回の結果からも、「婚活」に取り組めていない理由として、「そもそもどう始めたらいいか分からない」といった事があげられました。

この世代はデジタルネイティブ世代であり、ネットや SNSでの検索を通じて情報を得る傾向が強いと言われています。一方で今回の調査では、婚活ストレスへの対処法として「親しい人と会う」「共感してもらう」「アドバイスをもらう」といった 人による「サポート」を求める傾向が見られました。また、平成ジャンプ世代の 30代は、団塊ジュニア世代までとは異なり、「ゆとり教育」などを通じて、個性を尊重されて育ってきた世代です。自分や他者の個性を重視し、多様性を柔軟に受容する傾向もあります。 **平成ジャンプ世代の「婚活」は、より一人一人の個性や価値観に沿ったサポートが求められるのではないのでしょうか。**

今は「婚活」に限らず、多様な価値観が重んじられる時代です。また、技術革新によって、一人一人にカスタマイズされた商品やサービスの提供が可能となっています。今後は様々な領域で、パーソナル市場が伸長していくのではないのでしょうか。そして、**「婚活」サービスでも「パーソナル」色が強くなっていくことが考えられます。婚活を行う一人一人の価値観やライフスタイルに合わせて伴走してくれるアドバイザーやサポーターが存在する。そんな「パーソナル婚活」が今後の婚活市場を支える一つのキーワードになるのかもしれない。**