

# 大学生の1人行動と固定観念について

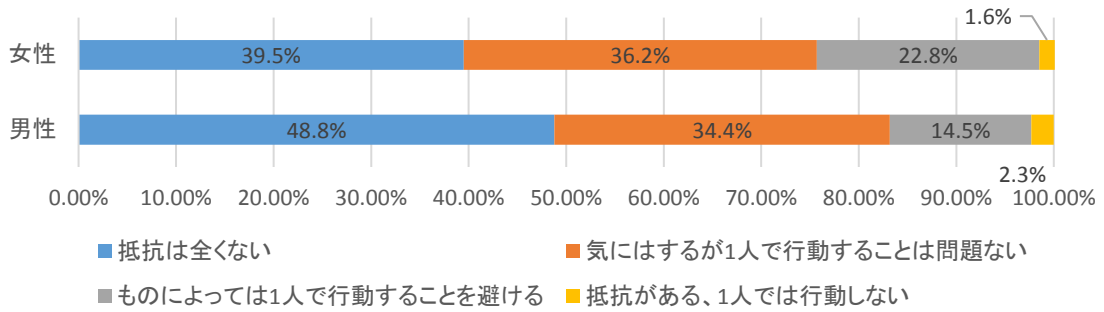
井田 愛美（文教大学情報学部メディア表現学科）

## 1. はじめに

「おひとりさま」の言葉は生涯独身であることや老後を1人で過ごすという意味ではなく、1人で飲食店やサービスを利用するという意味である。「おひとりさま」の言葉は、女性の新たな生き方を示したジャーナリストで作家の故・岩下久美子(享年 41)が 1997 年に提唱したものだ(岩下、2001)。その言葉が社会に浸透し、2005 年には流行語大賞にノミネートされた。「おひとりさま」とは、「個」の確立ができてきている大人の女性。仕事も恋もサクセスするために身につけるべき生き方の哲学(岩下、2001)という意味である。しかし、現在は女性だけに限るものではなくなった。マーケティングライターの牛窪恵は現在「第三次おひとりさまブーム」であると話す(NEWS ポストセブン Web サイト、2019 年閲覧)。第一次は 2000 年半ばのバブル期真っ最中であり男女雇用機会均等法が浸透した職場で働くキャリアウーマンが高級ホテルのひとりエステや寿司カウンターのひとり寿司などで贅沢に楽しむことであった、第二次は、2000 年後半～2010 年代初頭。バブル期とは違い、団塊ジュニア世代が近所のカフェや岩盤浴などカジュアルに過ごすことがブームであった。そして第三次は 18～20 歳後半の若い世代が中心であり、20～30 分のスキマ時間を上手に活用している。特徴としては、スマートフォンや SNS を駆使するということである。「この世代はひとりっ子が多いうえ、小さい頃からキッズ携帯やインターネットが家にあり、ひとりで遊ぶのが当たり前。少しでも時間が空いたらスマホで『ひとりカラオケ 渋谷』などと検索し、手軽に場所を見つけて短時間だけ楽しむ。その間もスマホや SNS を駆使して友達などとコミュニケーションし、“ひとりなのにつながっている”ことも特徴です」(NEWS ポストセブン Web サイト、2019 年閲覧) キャリアウーマンの贅沢としての「おひとりさま」から短い時間に気軽に「おひとりさま」をする環境へ変化した。

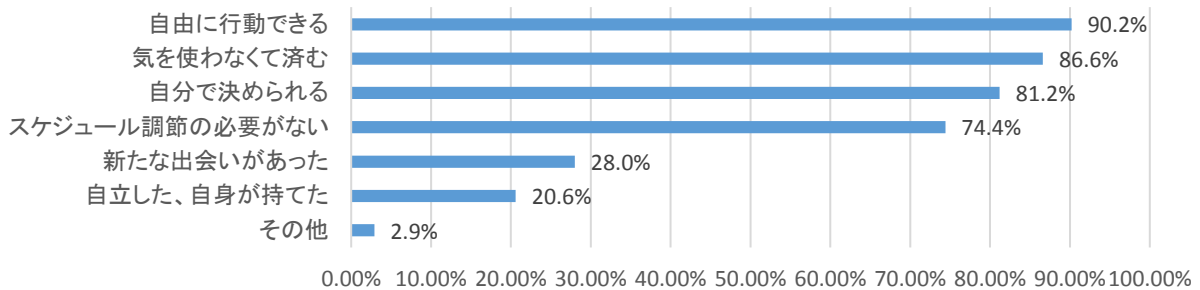
私自身も様々な場所へ 1 人で行くことが多くなった。友人などとどこかへ出掛けることも勿論楽しいが、1 人で行動することにより時間や人間関係に縛られることなく物事を決めることができるため自立したような気分になり好きである。オンライン総合旅行サービスの DeNA トラベルが 10 代～70 代の 2,854 人に調査した結果、1 人行動に「抵抗は全くない」と回答した人が約 5 割、女性は約 4 割であった(図表-1)。また、1 人行動をして良かった点では、「自由に行動できる(90.2%)」、「気を使わなくて済む(86.6%)」と 1 人行動をすることによって自由に時間を使うことができるということがわかった(図表-2)。

図表—1 性別による1人行動への抵抗感



※ リサーチリサーチ/「お一人様」に関する調査（10代～70代男女対象）参照

図表—2 1人行動をして良かった点



※ リサーチリサーチ/「お一人様」に関する調査（10代～70代男女対象）参照

一方で、女性のみの調査であったが同じ DeNA トラベルの調査では、1人行動が難しい場所は高級レストランや遊園地、テーマパークであった。このような場所は、世間から見ると皆で楽しむものという考えがある。

以前女性誌「GINGER web」(幻冬舎)のオンライン版(2017/11/26)に掲載された「映画をひとりで観ても哀しくならないテクとは?～独女時間の正しい過ごし方～」という記事が話題になった。私自身もその記事に目を通した。話題になった内容はあえて遅刻をするやエンドロール中に抜けるといった内容が周囲に迷惑ではないかということであったが、1人である＝寂しいという考えが1人映画は寂しいという気持ちに結びついたのではないだろうか。また、映画館が暗い間に移動することにより周囲から1人で来ているという認識をされなくなるという考えから周囲は1人行動をあまりよく思っていないと自分自身は思っているということである。おひとりさまが世間に浸透しているとは言え、未だに1人であること＝寂しいという印象を持たれがちであるということを示す例だろう。このような印象がぬぐえないため1人行動をしている本人も周囲の目を気にしながら行動している人も少なからず存在していると考えた。

2015年の流行語に選ばれた「おひとりさま」という言葉により、様々な企業がおひとりさまビジネスを展開している。旅ツアーやヒトカラなどが有名であるが近年では様々な企業がおひとりさまビジネスを展開しており気軽に「おひとり」ができる。福岡市博多区の「みなと温泉 波

葉の湯」では、岩盤浴エリアに蜂の巣型の空間があり、家族やグループで来店をしてそれぞれ 1 人で楽しむ人も多いと言う(朝日新聞、2018/12/20)。また、宮城県の仙台うみの社水族館ではストイックに水族館を楽しんでもらうという試みから「おひとりさまナイト水族館」を企画しツイッターのアンケートでは企画への賛同が多数であった(朝日新聞、2018/1/23)。周囲の目を気にせず、リラックスを没頭することができる時間や空間を現代人は求めていると考えた。

「おひとりさま」という言葉が浸透してから約 10 年経った現在でも「おひとりさま」への固定観念はまだ残る。一方でおひとりさまビジネスはコンテンツの種類を増やし賛同を得ている。自身が感じている周囲の目は本当に 1 人行動をしている自分に向けられているものなのだろうか。

本稿では、牛窪氏のいう第三世代の 18～20 代後半に含まれる大学生の中では「おひとりさま」への抵抗感があるのか、また 1 人行動の好き嫌いによって 1 人行動への意識や固定観念への違いはあるのかを考察していく。

## 2. 調査方法

### 2-1. 調査研究の経緯

4～6 月	調査テーマ討論、テーマ決定
7 月	予備調査の実施・集計
8～11 月	調査票制作
12 月	本調査実施
1～2 月	分析・報告書作成

### 2-2. 調査の概要

#### 2-2-1. 予備調査

##### ① 調査の目的

本調査に向けて、大学生の 1 人での外出頻度やおひとり様コンテンツの浸透の割合を想定するために調査を行った。

##### ② 調査対象

文教大学湘南キャンパスに所属する学生 30 名

##### ③ 調査方法

調査票を用いた自記式調査

##### ④ 調査項目

- ・ 外出の頻度
- ・ 今まで 1 人で行った場所や経験
- ・ おひとり様コンテンツの利用

## 2-3. 本調査

### ①調査対象

文教大学湘南キャンパスの学生

2018/12/10 と 2018/11/29 の情報学部の授業にて実施

### ②調査方法

質問紙による自記式の集合調査

### ③主な質問項目

#### ・外出頻度

回答者はどのくらい外出をしているのか訪ねた。

#### ・1人行動について

1人での行動頻度や好きかどうかを訪ねた。また、1人で行った場所や体験を訪ね、1人行動に抵抗はないかを訪ねた。

#### ・おひとり様コンテンツの利用

おひとり様コンテンツの項目をあげ利用をしたかどうか、またどのようなおひとり様コンテンツを増やして欲しいかを訪ねた。

#### ・1人行動への固定観念

1人行動を自身がしてどのように感じているか、また1人行動を客観的にみてどのように思っているかを訪ねた。

#### ・フェイスシート(性別・所属)

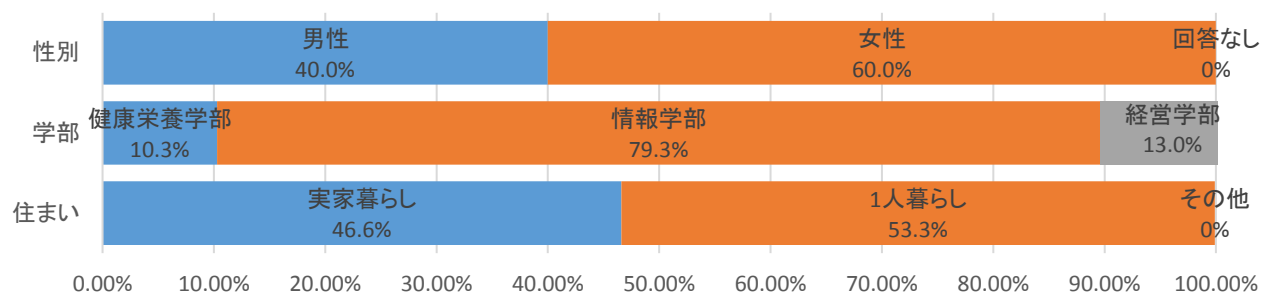
## 3. 調査

### 3-1. 予備調査

#### 回答者の基本所属

回答者内訳の内訳としては、男性 12 人(40.0%)、女性 18 人(60.0%)であった。情報学部 23 人(79.3%)、経営学部 3 人(13.0%)、健康栄養学部 3 名(10.3%)、国際学部 0 人(0%)であった。住まいは実家暮らし 14 人(46.6%)、1人暮らし 16 人(53.3%)、その他 0 人(0%)であった。

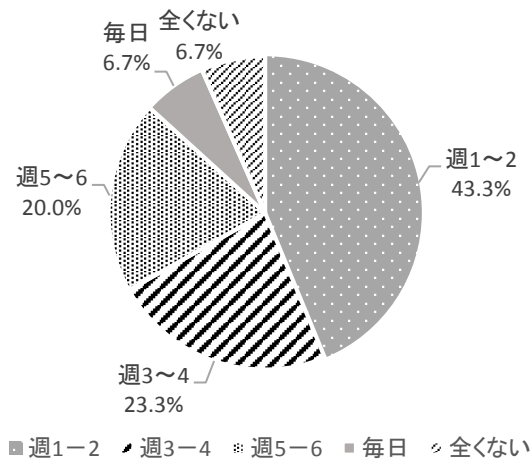
図表—3



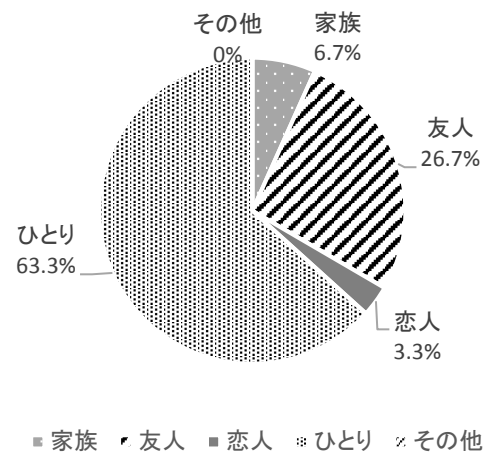
## ・外出の頻度について

図表—4 のようにもっとも高かったのは週 1~2(13 名、43.3%)であった。外出頻度は多くに連れ減少傾向にあったが、週 3~4(7 名、23.3%)と週 5~6(6 名、20.0%)は大差があまりなかった。また、外出は誰と行くことが多いかと質問した結果、ひとり(19 名、63.3%)がもっとも多いことがわかり本調査で 1 人行動について細かく質問を作成することができると判断した。

図表—4 外出頻度



図表—5 誰と行くか



## ・1 人行動について

1 人で出掛けることが多いかと質問をしたところ、多い(9 名、30.0%)とやや多い(12 名、40.0%)を合わせて約 7 割の人が 1 人行動を日常的にしていることがわかった。また、1 人行動に抵抗を感じない人が約 8 割以上であったが 1 人行動に抵抗感がある人も少なからずいることがわかった。本調査では 1 人行動に抵抗感を感じる人にどのような抵抗感があるのかを質問項目に加えたいと判断した。

## ・おひとり様コンテンツの利用

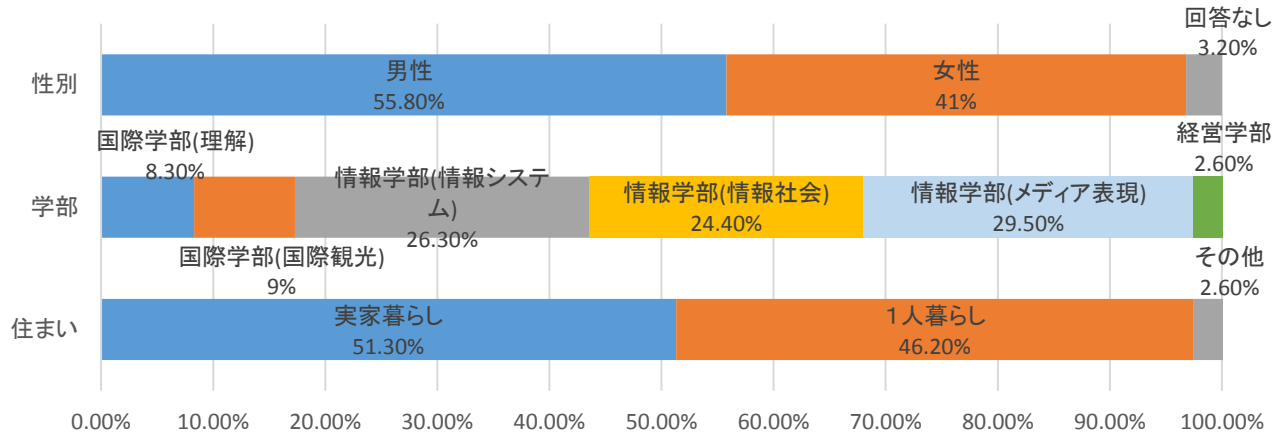
「利用したことがない」を回答した人が 18 人(62.1%)と過半数を占めたが、宿泊のおひとり様プラン(6 名、20.7%)やワンカラなどの 1 人カラオケ専門店(4 名、13.8%)と利用者は少ないがおひとり様コンテンツを利用している人がいることが予備調査でわかったため、本調査ではコンテンツの項目を増やし、また増やすとしたらどのようなコンテンツが欲しいかも質問に加えようと判断した。

### 3-2. 本調査

#### 回答者の基本所属

回答者の内訳として男性 87 名(55.8%)、女性 64 名(41.0%)、回答なし 5 名(3.2%)。情報学部 98 名(80.2%)、国際学部 27 名(17.3%)、経営学部 4 名(3.2%)、健康栄養学部 0 名(0.0%)であった。住まいは実家暮らし 80 人(51.3%)、1 人暮らし 72 人(46.2%)、その他 4 人(2.6%)であった。

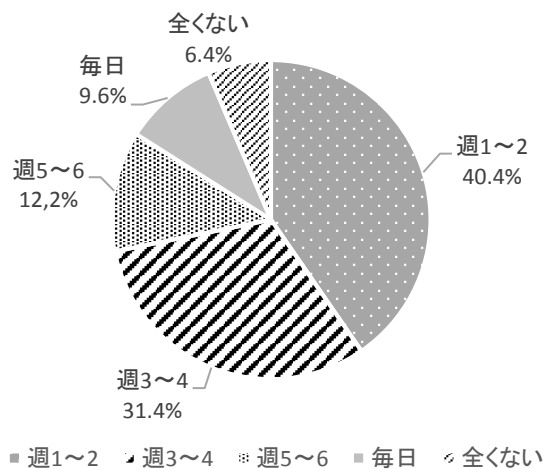
図表—6 回答者の基本所属



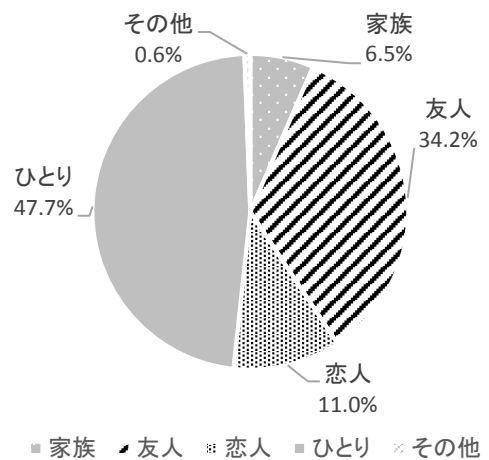
#### A. 大学生の外出状況

「外出頻度」は週 1-2 回 63 人(40.4%)の割合が 1 番高かった。図表—7 のように、外出頻度が多くなるに連れ割合が低くなっている。また、外出の際に誰と行くかという質問にはひとりが 74 人(47.7%)と一番多く、次に友人が 53 人(34.2%)となった。

図表—7 外出頻度



図表 8— 誰と行くか

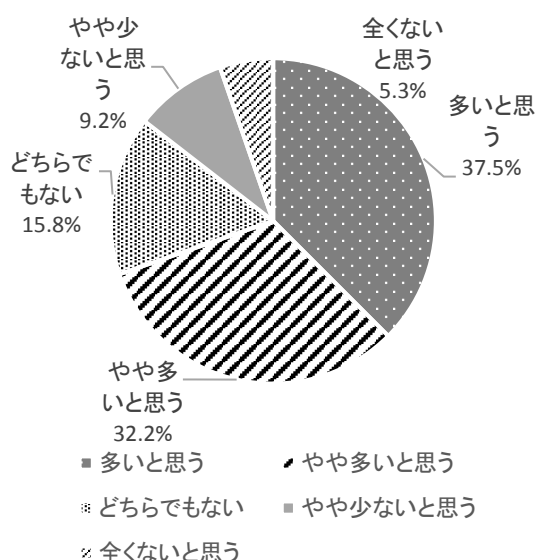


## B. 1人行動について

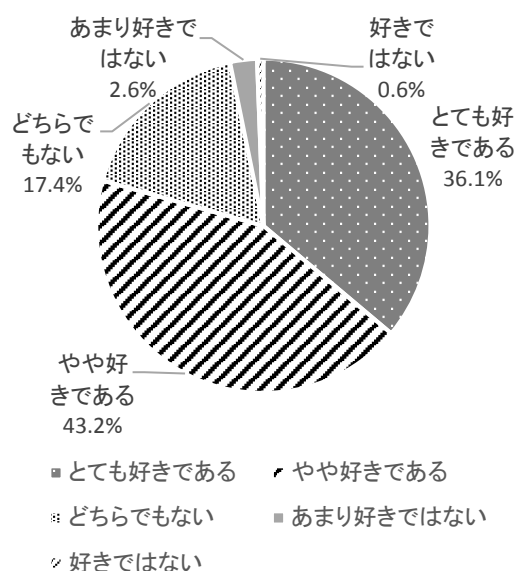
### B-1. 1人行動の頻度と好きか嫌い

普段から1人行動が「多い」、「やや多い」と回答した人は合わせて106人(69.7%)と約7割の人が普段から1人行動していることがわかった。また、1人行動することが好きかという質問では123人(79.3%)が好きであると答えた。性別や住まいによって1人行動の頻度や好き嫌いに違いがあるかどうかを検討するために対応のないt検定を実施したが有意な差はみられなかった。

図表—9 1人行動の頻度



図表—10 1人行動の好き嫌い



1人行動の頻度を従属変数として、外出頻度の1要因5水準被験者間計画の分散分析を実施した。その結果、外出頻度の主効果は有意であった。 $(F(4)=4.33, p<.01)$ 。Tukey法による多重比較の結果、「週5~6」「毎日」は他の平均値より低く、一方で「全くない」は平均値が他の平均値より高いことがわかった。このことから、外出頻度が高い人ほど1人行動をしている人が多く、一方で外出頻度が低い人は1人行動をしている人が少ないことがわかった(図表—11)。

また、1人行動の好き嫌いとの1要因5水準被験者間計画の分散分析を実施したが、有意な差はみられなかった。

図表—11 1人行動の頻度と外出頻度も分散分析

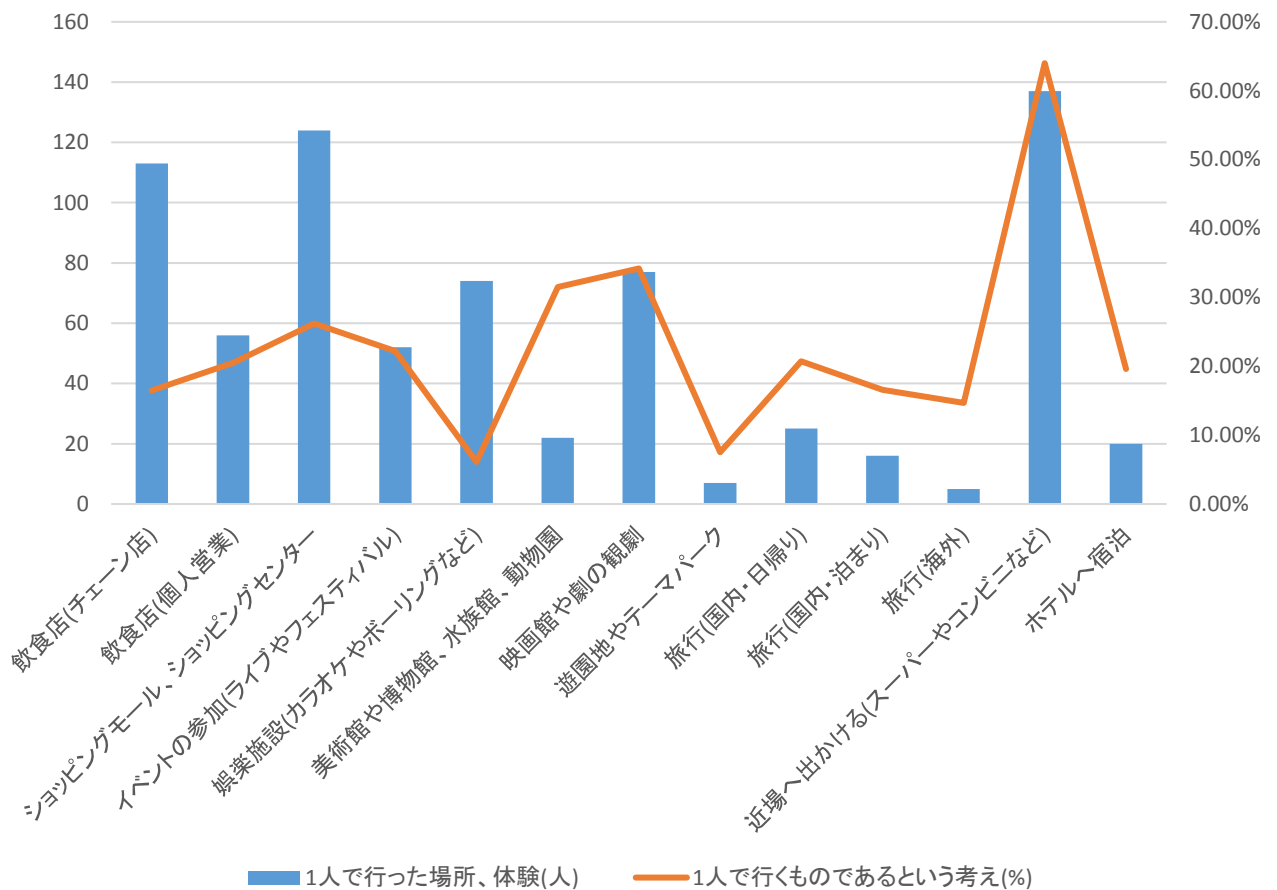
	n	MEAN	SD	F	df	p
週1~2	62	2.21	1.23	4.33	4	0.002
週3~4	48	2.17	0.97			
週5~6	19	1.79	0.92			
毎日	14	1.36	0.63			
全くない	9	3.22	1.86			

## B-2. 行動範囲

図表-12の棒グラフは今まで1人で行った場所や体験を複数回答してもらい人数の合計であり、折れ線グラフはこの場所や体験は大勢で行くものか1人で行くものの質問に「1人で行くもの」「やや1人で行くもの」に回答した人の%を合わせたものである。

今まで1人で行った場所や体験した項目に複数回答してもらい、もっとも割合が高かったのは「近場へ出掛ける」137人(94.5%)であった。次に多いのは「ショッピングモール、ショッピングセンター」124人(85.5%)である。一方で美術館や博物館、遊園地など毎日行かない行わない項目の割合は低い。同じ飲食店でもチェーン店と個人営業を比べると個人営業の方がチェーン店より半分ほどである。一般的に1人で行く敷居が高いと感じる場所や体験へ行く人は少ないことがわかった。

図表-12 1人行動での行動範囲と1人で行くものであるという考え

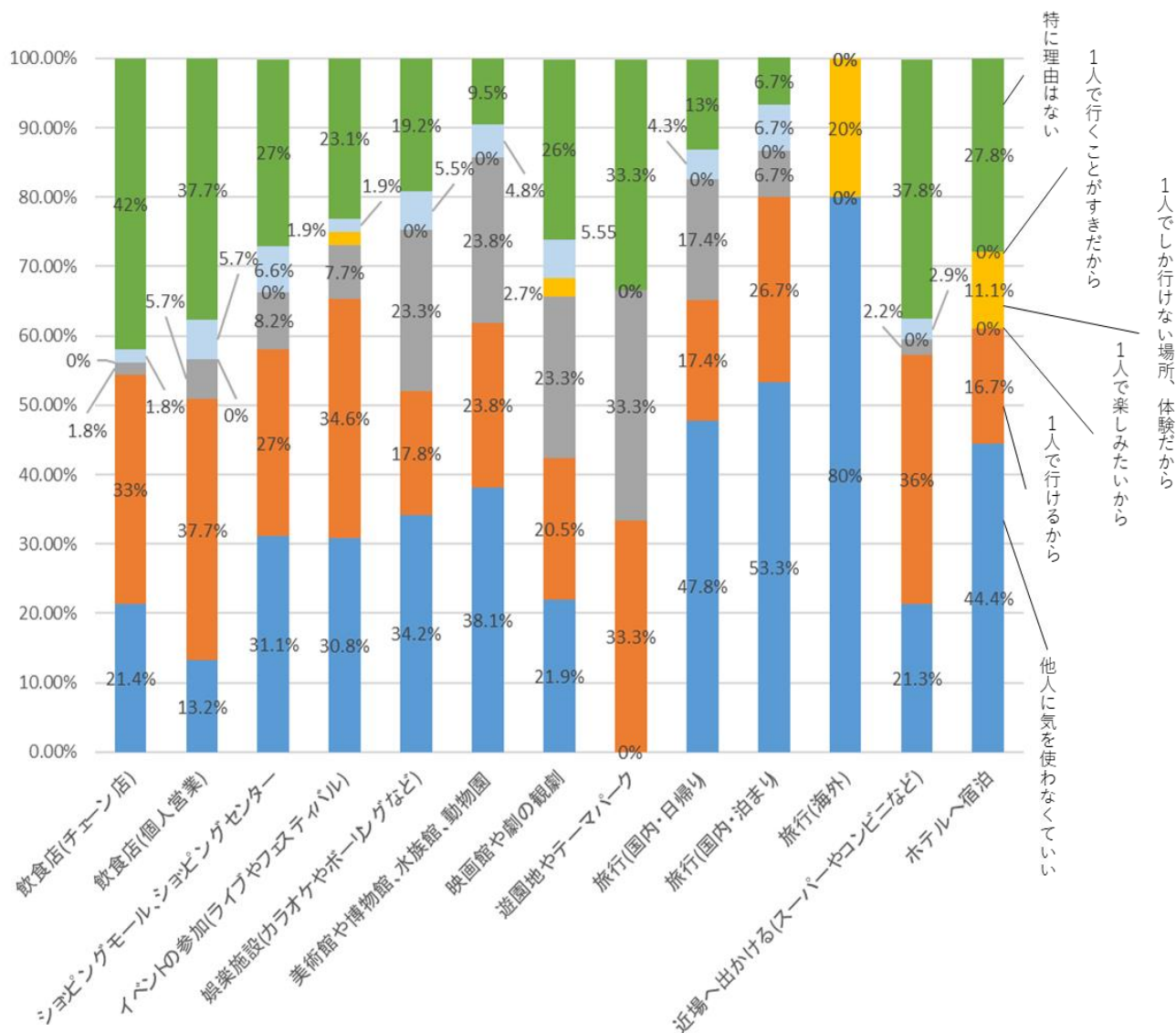


## B-3. 1人行動の理由

図表-13は1人で行った場所や体験を何故1人で行った、体験したのかをそれぞれ表したものである。



図表—13 各場所の1人行動の理由



(N)

飲食店(チェーン店)(112)

飲食店(個人営業)(53)

ショッピングモール、ショッピングセンター(122)

イベントの参加(ライブやフェスティバル)(52)

娯楽施設(カラオケやボーリングなど)(73)

美術館や博物館、水族館、動物園(21)

映画館や劇の観劇(73)

遊園地やテーマパーク(6)

旅行(国内・日帰り)(23)

旅行(国内・泊まり)(15)

旅行(海外)(5)

近場へ出かける(スーパーやコンビニなど)(136)

ホテルへ宿泊(18)

他人に気を使わなくていいと答えた人が多い場所や経験は「ショッピングモール、ショッピングセンター」「娯楽施設」「美術館や博物館、水族館、動物園」「旅行(国内・日帰り)」「旅行(国内・

泊り)」「旅行(海外)」「ホテルへ宿泊」であった。1人で行けるからと答えた人が多い場所や経験は「イベントへの参加」であった。特に理由はなしは「飲食店」「映画館や劇の観劇」「近場へ出かける」であった。また、「飲食店(個人営業)」は1人で行けるからと特に理由はない、「遊園地やテーマパーク」は1人で行けるからと1人で楽しみたいから、特に理由はないがそれぞれ同じ割合であった。

この結果から、1人で飲食店に行く人は1人で楽しみたいからという理由があまりなく約4割の人が1人で行くことに理由がないことがわかった。また、レジャー施設では他の場所や体験より1人で楽しみたいという理由で行っている人が多い。旅行は他人に気を使わなくていいと答えた人の割合が高かった。

#### **B-5. 1人行動への抵抗感**

抵抗を感じない人は「抵抗を感じない」「やや抵抗を感じない」を合わせて129人(83.8%)であった。また、「抵抗を感じる」「やや抵抗を感じる」と答えた11人(7.1%)に理由を質問した結果「1人だと不安だから」と「淋しいから」が共に4名(36.7%)、「友人や家族などとコミュニケーションをとりたいたから」が3名(27.3%)であった。予備調査をした際と同じような割合であるが、1人行動に対して抵抗を感じる人が少なからずいることがわかった。

#### **B-6. 周囲の目とその理由**

1人行動をしている際に人の目が気になった人は「気になったことがある」と「やや気になったことがある」を合わせて59人(38.1%)であった。この間で「気になったことがある」と「やや気になったことがある」と答えた回答者にどのような場所で気になったか記述式で質問をした結果、友達同士や家族連れなど人が多い場所と答えた人が過半数いた。映画館や水族館、ショッピングセンターなどの娯楽施設は友達同士や家族連れが集まりやすく1人でいると周囲から浮いているのではと考えるのではないだろうか。また場所以外の回答では誰かに会うのではないだろうかと周囲の目をきにってしまう人や「あの子、1人だね」と軽く悪口を言われたと回答した人もいた。

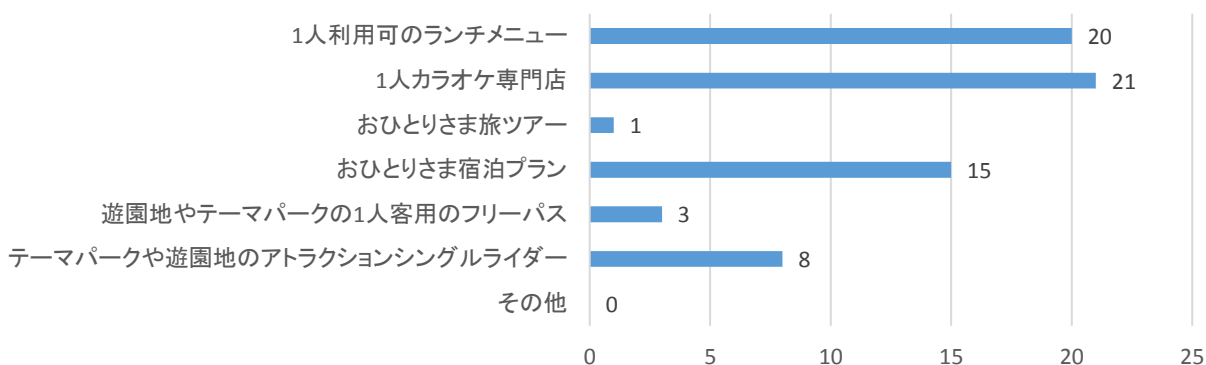
また、1人行動への抵抗感に関して、周囲の目が気になるかを相関計算により出したところ、有意な差が得られた。1人行動への抵抗感は周囲の目が気になるかに対する意識と1%水準で有意な負の相関がみられた。1人行動への抵抗感が強い人ほど周囲の目が気になるということがわかった。

#### **B-7. おひとり様コンテンツの利用と浸透**

おひとり様コンテンツを利用したことがある人は46人(30.3%)であった。その中でコンテンツ利用がもっとも高かったのは「ワンカラなど1人カラオケ専門店」20人であった。また、「1人利用可のランチメニュー」が20人と続いた。コンテンツを増やして欲しいと答えた人は26人(17.1%)であった。十分充実していると答えた人が73人(48.0%)ともっとも割合が高かったがおひとり様コンテンツの需要はまだあるのではないかと考えた。コンテンツを増やして欲しいと

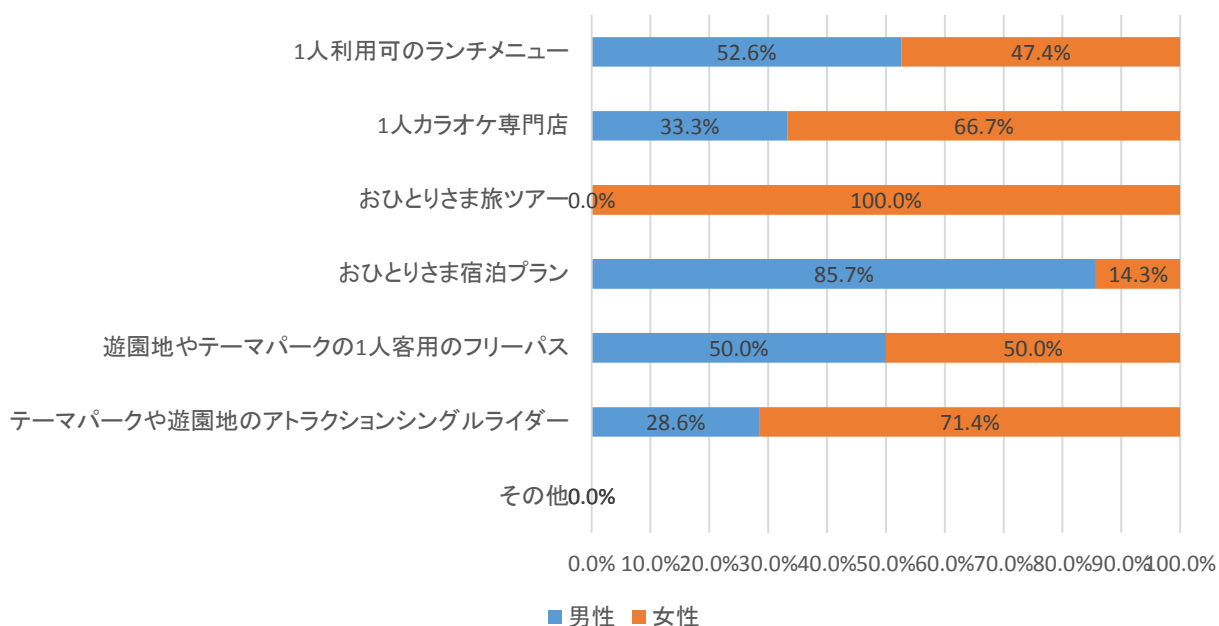
答えた回答者にどのようなコンテンツが欲しいかを記述式で質問した結果、回答は様々であるが1人映画館やおひとり様専用のごはん屋さんなど1人の時間や空間が欲しい人や1人割引や家賃割引など金銭的な回答、具体的ではないがコンテンツそのものの種類を増やして欲しいという回答があった。

図表—14 おひとり様コンテンツ利用者数(人)



図表—15 の棒グラフはおひとり様コンテンツを利用した男女の合計、折れ線グラフは男女別の利用者数である(「回答なし」の回答は除外)。性別によってコンテンツの利用者数に違いがあるかもしれないと、男女別に統計をおこなった。図表—15 のようにコンテンツの利用者数に差がでた項目があることがわかった。まずは「1人カラオケ専門店」が男性7人に対して女性は2倍の14名が利用していた。次に、「おひとりさま宿泊プラン」である。女性が2人に対して男性は12人が利用をしていた。

図表—15 男女それぞれの利用者数



## B-8. 1人行動に対しての意識

1人の時間を確保したい人は「よく当てはまる」と「やや当てはまる」を合わせると127人(84.1%)の約8割の人が自分の時間を確保したいと答えた。1人行動をしている時に自立をしているように感じる人は44人(28.6%)であった。自立をしたと感じない人が62人(40.3%)と自立したと感じた人より多いことがわかった。また、優越感に関しても感じる人30人(19.5%)よりも感じない人77人(50.0%)の割合が高かった。しかし、1人行動することにより気持ちがリフレッシュすることができるかと答えた人が86人(55.9%)であったため、自立や優越感のように他者と比較する気持ちよりも自身の気持ちの切り替えで1人行動をしていることがわかる。

性別によって18項目それぞれに違いがあるかどうかを検討するために、対応のないt検定をおこなった。その結果、有意な差はなかった。

図表—16 1人行動をしている際の意識

	全く当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	やや当てはまる	よく当てはまる	平均値
1人の時間は確保したい	9(6.0%)	2(1.3%)	13(8.6%)	35(23.2%)	92(60.9%)	4.32
大体の場所へは1人で行ける	9(5.9%)	20(13.1%)	41(26.8%)	48(31.4%)	35(22.9%)	3.52
その場所や体験を、今度は1人「行きたい」「体験したい」と思う時がある	16(10.5%)	40(26.1%)	22(14.4%)	38(24.8%)	37(24.2%)	3.26
大勢で盛り上がるより1人で楽しみたい	15(9.7%)	40(26.0%)	71(46.1%)	20(13.0%)	8(5.2%)	2.78
1人行動により自身が自立したように感じる	22(14.3%)	40(26.0%)	48(31.2%)	30(19.5%)	14(9.1%)	2.83
1人行動により人間関係を気にしなくてもよい	10(6.6%)	10(6.6%)	28(18.4%)	43(28.3%)	61(40.1%)	3.89
1人行動により気持ちをリフレッシュできる	9(5.8%)	12(7.8%)	47(30.5%)	44(28.6%)	42(27.3%)	3.64
大勢でいるより1人の方が好きである	10(6.5%)	28(18.2%)	62(40.3%)	38(24.7%)	16(10.4%)	3.14
1人の時間は確保したい方が夢中になれる	9(5.9%)	17(11.2%)	37(24.3%)	42(27.6%)	47(30.9%)	3.66
インドア派よりアウトドア派である	39(25.3%)	26(16.9%)	55(35.7%)	18(11.7%)	16(10.4%)	2.65
行動力はあるほうだ	12(7.9%)	35(23.0%)	50(32.9%)	35(23.0%)	20(13.2%)	3.11
集団行動より単独行動の方が好きである	9(5.9%)	26(17.0%)	58(37.9%)	40(26.1%)	20(13.1%)	3.24
1人で行動することにより自分の本能のまま振る舞うことができる	9(5.8%)	25(16.2%)	56(36.4%)	39(25.3%)	25(16.2%)	3.30
同調圧力は苦手である	13(8.4%)	26(16.9%)	43(27.9%)	42(27.3%)	30(19.5%)	3.32
1人で行動している人を見ると憧れる	41(26.6%)	32(20.8%)	42(27.3%)	20(13.0%)	19(12.3%)	2.64
1人で行動することにより他人に気を使わなくていい	10(6.5%)	6(3.9%)	30(19.5%)	53(34.4%)	55(35.7%)	3.89
1人での時は優越感を感じる	36(23.4%)	41(26.6%)	47(30.5%)	26(16.9%)	4(2.6%)	2.49
1人行動の行動範囲を広げたい	16(10.4%)	16(10.4%)	34(22.1%)	43(27.9%)	45(29.2%)	3.55

## B-9. 1人行動に対する固定観念

1人行動に対する固定観念を以下の項目で5段階評定をしてもらいその結果を度数と%にしたものである。大半の項目は「全く当てはまらない」、「あまり当てはまらない」に数が集中している。

性別によって以下の10項目の平均値に差があるかどうかを検討するために、対応のないt検定をおこなった。その結果、「1人である人は静かな人だ」「1人である人は不愛想である」の2つ項目に有意な差がみられた。

### ■「1人である人は静かな人だ」

男性の平均値は3.00(SD=1.12)、女性は2.59(SD=1.08)であった。性別によって行動力の平均値に違いがあるかどうかを検討するために、対応のないt検定を実施した。その結果、これら2つの平均値の間に有意な差がみられた。(t(135)=2.14, p<.05)。このことから、男性の方が女性より1人である人は静かな人だと感じる人が多いことがいえるだろう。

### ■「1人である人は不愛想である」

男性の平均値は2.24(SD=1.00)、女性は1.91(SD=0.89)であった。性別によって行動力の平均値に違いがあるかどうかを検討するために、対応のないt検定を実施した。その結果、これら2つの平均値の間に有意な差がみられた。(t(136)=2.00, p<.05)。このことから、男性の方が女性より1人である人が不愛想であると感じる人が多いことがいえるだろう。

図表—17 性別別の1人行動に対する固定観念のt検定

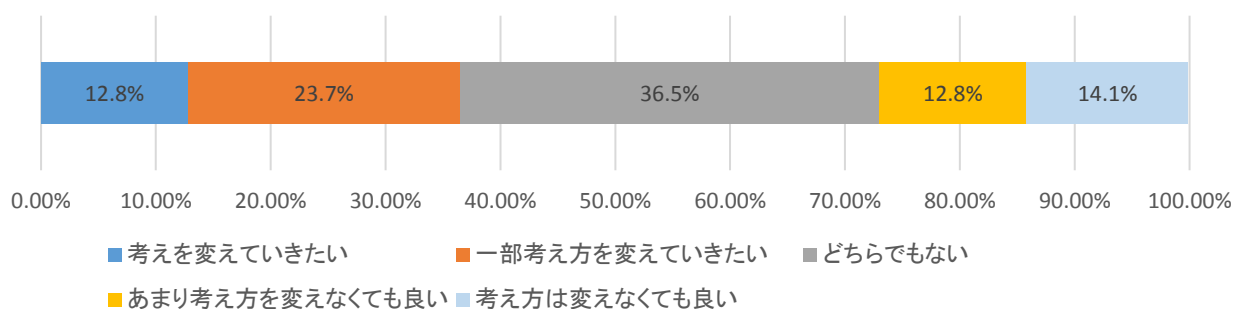
		n	MEAN	SD
1人である人は静かな人だ	男性	85	3	1.22
	女性	64	2.59	1.08
1人である人は不愛想である	男性	85	2.24	1
	女性	62	1.91	0.89

図表—18 おひとりさまの固定観念について

	全く当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	やや当てはまる	よく当てはまる	平均値
1人である人は寂しい	42(29.6%)	50(35.2%)	26(18.3%)	17(12.0%)	7(4.9%)	2.27
1人である人は友人がない	59(41.5%)	45(31.7%)	22(15.5%)	12(8.5%)	4(2.8%)	1.99
1人で行動している人は自己中心的な人間	70(49.3%)	43(30.3%)	19(13.4%)	7(4.9%)	3(2.1%)	1.80
集団行動が苦手そう	26(18.3%)	32(22.5%)	45(31.7%)	30(21.2%)	9(6.3%)	2.75
1人で行動している人は目立って見えてしまう	41(28.9%)	41(28.9%)	33(23.2%)	21(14.8%)	6(4.2%)	2.37
1人である人は静かな人だ	21(14.9%)	33(23.4%)	47(34.0%)	30(21.3%)	9(6.4%)	2.81
1人である人は不愛想だ	45(31.7%)	51(35.9%)	36(25.4%)	8(5.6%)	2(1.4%)	2.09
1人である人は人間関係が苦手	36(25.4%)	37(26.1%)	49(34.5%)	13(9.2%)	7(4.9%)	2.42
男性より女性のおひとり様の方が気になる	51(35.9%)	38(26.8%)	38(26.8%)	11(7.7%)	4(2.8%)	1.97
1人である人は協調性がない	63(44.4%)	30(21.1%)	42(29.6%)	4(2.8%)	3(2.1%)	2.15

また、おひとりさまの固定観念を変えていきたいかどうかという質問は「どちらでもない」57人(36.5%)がもっとも高い割合であったが「考えを変えていきたい」と「一部考え方を変えていきたい」の合計、「あまり考え方を変えなくても良い」と「考え方は変えなくても良い」の合計を計算し、固定観念を変えたいと変えなくても良いに分けると固定観念を変えたい57人(36.5%)、変えなくても良い42人(26.9%)と固定観念を変えたい人の割合の方が多かった。

図表—19 おひとりさまの固定観念について今後どのようにしていきたいか



### G. 1人行動への意識の分類表

図表—20は図表—16の18項目の平均得点を算出し、抽出される因子を5つに固定シバリマックス回転を用いて主成分分析による因子分析をおこなった。その結果5つの因子が検出された。

図表—20 1人行動に対しての意識の因子分析

	素の自分を出したい人	1人でいることが好き	他者と比較する人	周りに縛られたくない人	行動力がある人	SD平均値
1人で行動することによって人間関係を気にしなくて良い	.812	.198	.089	.205	-.069	3.89
1人で行動することによって他人に気を使わなくて良い	.804	.005	.142	.095	-.058	3.89
1人の時間は確保したい	.671	.123	-.098	.447	-.163	4.32
1人で行動することにより自分の本能のまま振る舞うことができる	.614	.332	.323	-.105	.102	3.30
大体の場所へは1人で行ける	.451	.410	-.077	.286	.309	3.52
大勢で盛り上がるより1人で楽しみたい	.005	.804	-.014	.133	-.189	2.78
集団行動より単独行動のほうが好きだ	.264	.776	.172	.012	.017	3.24
大勢でいるより1人でいるほうが好きである	.191	.743	.006	.357	-.097	3.14
1人の方が夢中になれる	.538	.541	-.021	.176	-.043	3.66
1人で行動している人を見ると憧れる	.035	.132	.818	.049	-.256	2.64
1人でいる時は優越感を感じる	.051	.028	.806	.117	.077	2.49
1人で行動することによって自身が自立したように感じる	.114	-.021	.660	.139	.092	2.83
その場所や体験を、今度は1人で「行きたい」「体験したい」と思う時がある	.103	.457	.144	.661	.067	3.26
1人で「行ける」「体験する」行動範囲を広げたい	.255	.034	.454	.659	-.063	3.55
1人で行くことによって気持ちをリフレッシュできる	.513	.236	.182	.553	.054	3.64
同調圧力が苦手である	.210	.292	.133	.419	-.284	3.33
行動力はあるほうだ	.118	.010	-.027	-.238	.835	3.11
インドア派よりアウトドア派である	-.246	-.217	.041	.194	.755	2.65
固有値	5.88	1.99	1.66	1.34	1.016	SD平均値
寄与率	17.81	15.80	12.29	11.13	9.046	3.29
累積寄与率					66.071	

第1因子を「素の自分を出したい人」、第2因子を「1人でいることが好きな人」、第3因子を「他者と比較する人」、第4因子を「周りに縛られたくない人」、第5因子「行動力がある人」とした。

因子ごとに1人行動の好き嫌いは関連があるのかどうかを確かめるために対応のないt検定をおこなった。その結果、「素の自分を出したい人」「1人でいることが好きな人」「行動力がある人」の3つに有意な差がみられた。

次に、因子ごとに人の目が気になるかどうかの関連を確かめるために対応のない t 検定をおこなった。その結果、「他者と比較する人」「行動力がある人」に 2 つに有意な差がみられた。

## D-1. 1 人行動の好き嫌いによる 1 人行動に対しての意識と固定観念

### ■意識

1 人行動の好き嫌いに関して、**図表—16** の 18 つの項目との相関計算を出したところ、**図表—21** に示す結果が得られた。1 人行動の好き嫌いは「1 人の時間は確保したい」「大体の場所へは 1 人で行ける」「その場所や体験を、今度は 1 人で「行きたい」「体験したい」と思う時がある」「大勢で盛り上がるより 1 人で楽しみたい」「1 人で行動することによって人間関係を気にしなくて良い」「1 人で行くことによって気持ちをリフレッシュできる」「大勢でいるより 1 人でいるほうが好きである」「1 人の方が夢中になれる」「集団行動より単独行動のほうが好きだ」「1 人で行動することにより自分の本能のまま振る舞うことができる」「同調圧力が苦手である」「1 人で「行ける」「体験する」行動範囲を広げたい」に対する意識と 1%水準で有意な負の相関がみられた。1 人行動が好きな人ほどあげた 12 つの項目によく当てはまることがわかった。この結果から、1 人行動が好きな人ほどアウトドア派で行動力があるという考えは関係がないことがわかった。

### ■固定観念

1 人行動の好き嫌いに関して、**図表—18** の 10 つの項目との相関計算を出したところ、**図表—21** に示す結果が得られた。1 人行動の好きか嫌いは「1 人でいる人は寂しい」に対する意識と 1%水準で有意な正の相関がみられた。1 人行動が好きな人ほど 1 人でいる人は寂しいと思う人が少ないことがわかった。一方で「1 人でいる人は静かな人だ」に対する意識とは 5%水準で負の相関がみられ、1 人行動が好きな人ほど 1 人行動をする人は静かな人だと思える人が多いことがわかった。

## D-2. 1 人行動への抵抗感による 1 人行動に対しての意識と固定観念

### ■意識

1 人行動の抵抗感に関して、**図表—16** の 18 つの項目との相関計算を出したところ、**図表—22** に示す結果が得られた。1 人行動への抵抗感は「1 人の時間は確保したい」「大体の場所へは 1 人で行ける」「その場所や体験を、今度は 1 人で「行きたい」「体験したい」と思う時がある」「大勢で盛り上がるより 1 人で楽しみたい」「1 人で行動することによって人間関係を気にしなくて良い」「1 人で行くことによって気持ちをリフレッシュできる」「大勢でいるより 1 人でいるほうが好きである」「1 人の方が夢中になれる」「集団行動より単独行動のほうが好きだ」「1 人で行動することにより自分の本能のまま振る舞うことができる」「同調圧力が苦手である」「1 人で「行ける」「体験する」行動範囲を広げたい」に対する意識と 1%水準で有意な負相関がみられた。1 人行動に抵抗を感じない人ほどあげた 12 つの項目によく当てはまることがわかった。この結果から、1 人行動へ抵抗がある人ほどインドア派で行動力がないという考えは関係がないことがわかった。



## ■固定観念

1人行動の抵抗感に関して、**図表—18**の10つの項目との相関計算を出したところ、**図表—22**に示す結果が得られた。1人行動への抵抗感「1人である人は寂しい」に対する意識と5%水準で有意な正の相関がみられた。1人行動に抵抗感がある人ほど1人である人は寂しいと思う人が多いことがわかった。

**図表—21 1人行動の好き嫌い**と**1人行動の意識の相関**

	1人行動が好きか嫌いか	1人行動に抵抗があるか
1人の時間は確保したい	-.230**	-.262**
大体の場所へは1人で行ける	-.504**	-.586**
その場所や体験を、今度は1人「行きたい」「体験したい」と思う時がある	-.421**	-.393**
大勢で盛り上がるより1人で楽しみたい	-.242**	-.282**
1人行動により自身が自立したように感じる	0.041	0.002
1人行動により人間関係を気にしなくてもよい	-.322**	-.247**
1人行動により気持ちをリフレッシュできる	-.411**	-.321**
大勢でいるより1人の方が好きである	-.367**	-.364**
1人の時間は確保したい方が夢中になれる	-.397**	-.421**
インドア派よりアウトドア派である	0.069	0.059
行動力はあるほうだ	-0.142	-0.108
集団行動より単独行動の方が好きである	-.416**	-.361**
1人で行動することにより自分の本能のまま振る舞うことができる	-.210**	-.234**
同調圧力は苦手である	-.185*	-.214**
1人で行動している人を見ると憧れる	0.042	0.021
1人で行動することにより他人に気を使わなくていい	-0.118	-0.089
1人である時は優越感を感じる	-0.141	-0.154
1人行動の行動範囲を広げたい	-.224**	-.240**

\*\*．相関係数は1%水準で有意（両側）です。

\*．相関係数は5%水準で有意（両側）です。

図表—22 1人行動への抵抗感と1人行動への固定観念の相関

	1人行動が好きか嫌い	1人行動に抵抗があるか
1人である人は寂しい	.258**	.214*
1人である人は友人がいない	-0.072	-0.029
1人で行動している人は自己中心的な人間	0.156	0.105
集団行動が苦手そう	-0.064	-0.042
1人で行動している人は目立って見えてしまう	0.099	0.090
1人である人は静かな人だ	-.209*	-0.130
1人である人は不愛想だ	-0.026	-0.011
1人である人は人間関係が苦手	-0.022	-0.035
男性より女性のおひとり様の方が気になる	0.092	0.046
1人である人は協調性がない	0.005	0.054

\*\*．相関係数は 1% 水準で有意（両側）です。

\*．相関係数は 5% 水準で有意（両側）です。

#### 4. まとめと考察

今回の調査は 1 人行動の頻度と 1 人行動への考え方を大学生はどのように考えているのかを明らかにすることを目的としておこなった。「おひとりさま」という言葉が誕生しその言葉が流行語大賞に選ばれてから 10 年以上経っている現在では 1 人であること=寂しいと感じる人は当初より少ないのではと考えた。結果として 1 人であることは寂しいと感じないと答えた人の方の割合が高かった。しかし、約 2 割の人は「1 人である人は寂しい」と答えた人がいるため 1 人であること=寂しいと感じる固定観念は少ないがなくなることはないだろう。また、1 人行動の好き嫌いや抵抗に行動力が関係ないことがわかった。

この結果から、1 人行動が好きだから行動力があるという考えや 1 人行動に抵抗があるからインドア派であるという思われがちな考えは今回証明されなかった。

「1 人の時間は確保したい」と答えた人は約 8 割という結果であった。大学生になり以前より時間を自由に使うことができるようになったが、人と繋がるのではなく自分ひとりの時間を確保したい学生がいることがわかった。

1 人行動の好きな人ほど場所や体験によって大勢で楽しむ場所や体験であるという考え方に差があるのではないかと考えていた結果、差があった。1 人で行ったことのある場所や経験と答えた人が多いほど、その場所は 1 人で行くものだと考える人が多い傾向であった。「遊園地やテーマパーク」「旅行」は 1 人で行くには敷居が高いと感じる人が多い。しかし、1 人行動をする理由も場所により様々であるがレジャー施設は「1 人で楽しみたいから」と答えた人が他の場所

より高く共通していた。

おひとり様コンテンツは約 3 割の人が利用していることがわかり、おひとり様コンテンツの需要はまだあるのではないかと考えた。このようなコンテンツを増やして欲しい人の回答の中には「1人焼肉」や「1人カラオケ専門店」など既にコンテンツとして存在しているものもあったため、そのようなコンテンツの情報を利用したい人に届くような情報発信が必要である。

周囲の目が気になったと答えた人の多くは家族づれやグループなど複数人で来ている場所に1人である時である。抵抗を感じる人ほど周囲の目が気になるという結果がでた。1人で行動している人は寂しいと感じる人は今回の結果では約 2 割ほどであるが気になると感じた人は約 4 割いた。「おひとりさま」の固定概念を自身は持っていないが、周囲は持っていると考えている人が多い。

## 参考文献

- ・「おひとりさま」岩下久美子(中央公論新社 2001/9)
- ・朝日新聞(2018/1/23)朝刊「「ナイト水族館」おひとりさま限定 仙台うみの社で 26・27 日/宮城県」
- ・朝に新聞(2018/12/20)夕刊「(平成はいま)おひとりさま 私だけの幸せ/池田良」
- ・NEWS ポストセブン/第三次おひとりさまブーム 若い世代中心に一人ディズニーも (2015/9/29)  
[https://www.news-postseven.com/archives/20150929\\_353443.html](https://www.news-postseven.com/archives/20150929_353443.html)
- ・excite ニュース/8 割の女性が「一人映画」の経験 逆に最も難しい「一人〇〇」は？【おひとりさま調査】 (2018/1/15)  
[https://www.excite.co.jp/news/article/Wotopi\\_66883/](https://www.excite.co.jp/news/article/Wotopi_66883/)
- ・リサーチリサーチ/「お一人様」に関する調査 (10 代~70 代男女対象)  
[https://www.lisalisa50.com/research20180215\\_1.html](https://www.lisalisa50.com/research20180215_1.html)



## 「あなたの日常生活についての調査」

この調査はあなたの日常生活について調べるためのものです。

この調査で収集しました回答は、統計的に処理を行い学会発表や論文作成の目的以外に使用することは一切ございません。また、この回答により、個人が特定されたり、授業の評価に影響を及ぼしたりすることはございません。

率直にご回答いただきますよう、よろしくお願いたします。

調査についてご質問・ご不明な点がございましたら、お声かけください。

文教大学情報学部メディア表現学科  
メディア調査研究法Ⅲ/B6P51009 井田愛美

### ■あなたの普段の外出についてお伺いします。

ここでの「外出」は、買い物や娯楽等のために外出するという意味です。登下校やアルバイト等の通勤・通学は含みません。ただし、放課後の寄り道は外出に含まれます。

Q1. あなたは普段どのくらいの頻度で外出しますか。あてはまるもの 1つに○をつけてください。

- |          |          |          |        |         |
|----------|----------|----------|--------|---------|
| 1. 週 1～2 | 2. 週 3～4 | 3. 週 5～6 | 4. 毎日  | 5. 全くない |
| (40.4%)  | (31.4%)  | (12.2%)  | (9.6%) | (6.4%)  |

Q2. 誰と外出することが一番多いですか。あてはまるもの 1つに○をつけてください。

- |        |         |         |         |         |
|--------|---------|---------|---------|---------|
| 1. 家族  | 2. 友人   | 3. 恋人   | 4. ひとり  | 5. その他  |
| (6.5%) | (32.2%) | (11.0%) | (47.7%) | (0.60%) |

### ■1人での外出についてお伺いします。

Q3. あなたは普段1人で外出することが多いと思いますか。あてはまるもの 1つに○をつけてください。

1. 多いと思う(37.5%)
2. やや多いと思う(32.2%)
3. どちらでもない(15.8%)
4. やや少ないと思う(9.2%)
5. 全くないと思う(5.3%)

Q4. あなたは1人で行動することは好きですか。あてはまるもの 1つに○をつけてください。

1. とても好きである(36.1%)
2. やや好きである(43.2%)
3. どちらとも言えない(17.4%)
4. あまり好きではない(2.6%)
5. 好きではない(0.60%)

Q5. 以下の問いにお答えください。

①》1人で行った、体験したものを全ての項目を①の欄に○をつけてください。

②》①の間で項目に○をつけた人にお伺いします。の1人で行った、体験した理由は何ですか。以下の項目から1つ選び②の欄に数字を記入してください。

1. 他人に気を使わなくていいから
2. 1人で行けるから
3. 1人で楽しみたいから
4. 1人でしか行けない場所、経験だから
5. 1人で行くことが好きだから
6. 特に理由はない

③》その場所へは普段誰と行くことが多いですか。以下の項目から1つ選び③の欄に数字を記入してください。

1. 友人
2. 家族
3. 恋人
4. ひとり
5. その他

④》あなたは以下の場所は大勢で楽しむもの、1人で楽しむものどちらだと思いますか。5段階評定【1ひとりで行くもの～5大勢で行くもの】であてはまるものを④の欄に1つ○をつけてください。

	①一人で 行く	②理由	③誰と行 くか	④
飲食店(チェーン店)	76.9%			1-2-3-4-5
飲食店(個人営業店)	38.1%			1-2-3-4-5
ショッピングモール、ショッピングセンター	84.4%			1-2-3-4-5
ライブやフェスティバルのイベントへの参加	35.4%			1-2-3-4-5
娯楽施設(カラオケやボーリング、ゲームセンターなど)	50.3%			1-2-3-4-5
美術館や博物館、水族館、動物園	15.5%			1-2-3-4-5
映画館や劇の観劇	52.4%			1-2-3-4-5
遊園地やテーマパーク	4.8%			1-2-3-4-5
旅行(国内・日帰り)	17.0%			1-2-3-4-5
旅行(国内・泊まり)	10.9%			1-2-3-4-5
旅行(海外)	3.4%			1-2-3-4-5
近場へ出掛ける(スーパーやコンビニ、本屋、雑貨屋、CDショップなど)	93.2%			1-2-3-4-5
ホテルへ宿泊	13.6%			1-2-3-4-5
その他( )	0.0%			1-2-3-4-5

※②、④は本文の図表-12、13を参照。なお、③を有効な回答を十分に得られなかった。

Q6. 1人で外出することに対する抵抗感がありますか。あてはまるもの1つに○をつけてください。

1. 抵抗を感じない(50.5%)
2. どちらかというど抵抗を感じない(33.8%)
3. どちらでもない(9.1%)
4. どちらかというど抵抗を感じる(5.2%)
5. とても抵抗を感じる(1.9%)

Q7. Q6の間で「4. どちらかというど抵抗を感じる」「5. とても抵抗を感じる」と答えた方にお伺いします。Q5でその項目に答えた理由は何ですか。あてはまるもの1つに○をつけてください。

1. 1人だと不安だから(36.4%)
2. 淋しいから(36.4%)

3. ひとりだと思われたくないから(0.0%)
4. 友人や家族などとコミュニケーションをとりたいから(1.9%)
5. その他((0.0%) )

Q8-1. 1人で行動や何かを体験している際に人の目が気になったことはありますか。あてはまるもの 1つに○をつけてください。

1. 気になったことがある(12.3%)
2. 少し気になったことがある(25.8%)
3. どちらでもない(25.2%)
4. あまり気になったことがない(23.9%)
5. 気になったことはない(12.9%)

Q8-2. Q7の間で「1. 気になったことがある」「2. 少し気になったことがある」を選択した人にお伺いします。どのような場所で人の目が気になりましたか。可能な範囲で以下の空欄に記入してください。

[ ]

Q9-1. 以下の「おひとりさまコンテンツ」を利用したことがありますか。利用したことのあるもの すべてに○をつけてください。

1. 1人利用可のランチメニュー (13.2%)
2. ワンカラなどの1人カラオケ専門店(13.8%)
3. おひとり様旅ツアー(0.7%)
4. ビジネスホテルなど宿泊のおひとりさまプラン(9.9%)
5. テーマパークや遊園地の1人客用のフリーパス(2.0%)
6. テーマパークや遊園地のアトラクションのシングルライダー(1人が優先的にアトラクションを利用できる制度)(5.3%)
7. その他 ((0.0%) )
8. 利用したことがない(69.7%)

Q9-2. Q9の間で1~7のいずれかを選択した人にお伺いします。体験してどう思いましたか。あてはまるもの 1つに○をつけてください。

1. とても良かった(28.9%)
2. 良かった(57.8%)
3. どちらともいえない(11.1%)

4. あまり良くなかった(2.2%)

5. 良くなかった(0.0%)

Q10-1. 近年「ヒトカラ」や「お一人様ツアー」などの「おひとりさまコンテンツ」が増えていますが、このことについてどのように思いますか。あてはまるもの 1つに○をつけてください。

1. お一人様コンテンツをもっと増やして欲しい(17.1%)

2. 十分充実していると思う(48.0%)

3. 「おひとりさまコンテンツ」はいらないと思う(0.0%)

4. 特に何も思わない(34.9%)

Q10-2. Q10-1 で「1. お一人様コンテンツをもっと増やして欲しい」を選択した人にお伺いします。どのようなコンテンツを増やして欲しいですか。 具体的に以下の空欄に記入してください。

[ ]

Q11. 以下の項目に【1 全く当てはまらない～5 よく当てはまる】番号に 1つ○をつけてください。

1人の時間は確保したい	1-2-3-4-5 (6.0%)(1.3%)(8.6%)(23.2%)(60.9%)
大体の場所へは1人で行ける	1-2-3-4-5 (5.9%)(13.1%)(26.8%)(31.4%)(22.9%)
その場所や体験を、今度は1人で「行きたい」「体験したい」と思う時がある	1-2-3-4-5 (10.5%)(26.1%)(14.4%)(24.8%)(24.2%)
大勢で盛り上がるより1人で楽しみたい	1-2-3-4-5 (9.70%)(26.0%)(46.10%)(13.0%)(5.20%)
1人で行動することによって自身が自立したように感じる	1-2-3-4-5 (14.3%)(26.0%)(31.2%)(19.5%)(9.1%)
1人で行動することによって人間関係を気にしなくて良い	1-2-3-4-5 (6.6%)(6.6%)(18.4%)(28.3%)(40.1%)
1人で行くことによって気持ちをリフレッシュできる	1-2-3-4-5 (5.8%)(7.8%)(30.5%)(28.6%)(27.3%)
大勢でいるより1人でのほうが好きである	1-2-3-4-5 (6.5%)(18.2%)(40.3%)(24.7%)(10.4%)
1人の方が夢中になれる	1-2-3-4-5 (5.9%)(11.2%)(24.3%)(27.6%)(30.9%)
インドア派よりアウトドア派である	1-2-3-4-5 (25.3%)(16.9%)(35.7%)(11.7%)(10.4%)
行動力はあるほうだ	1-2-3-4-5 (7.9%)(23.0%)(32.9%)(23.0%)(13.2%)
集団行動より単独行動のほうが好きだ	1-2-3-4-5 (5.9%)(17.0%)(37.9%)(26.1%)(13.1%)



1人で行動することにより自分の本能のまま振る舞うことができる	1-2-3-4-5 (5.8%)(16.2%)(36.4%)(25.3%)(16.2%)
同調圧力が苦手である	1-2-3-4-5 (8.4%)(16.9%)(27.9%)(27.3%)(19.5%)
1人で行動している人を見ると憧れる	1-2-3-4-5 (26.6%)(20.8%)(27.3%)(13%)(12.3%)
1人で行動することによって他人に気を使わなくて良い	1-2-3-4-5 (6.5%)(3.9%)(19.5%)(34.4%)(35.7%)
1人である時は優越感を感じる	1-2-3-4-5 (23.4%)(26.6%)(30.5%)(16.9%)(2.6%)
1人で「行ける」「体験する」行動範囲を広げたい	1-2-3-4-5 (10.4%)(10.4%)(22.1%)(27.9%)(29.2%)

■おひとりさまの固定観念についてお伺いします。

Q12. 以下の項目に【1全く当てはまらない～5よく当てはまる】番号に1つをつけてください。

1人である人は寂しい	1-2-3-4-5 (29.6%)(35.2%)(18.3%)(12.0%)(4.9%)
1人である人は友人がいない	1-2-3-4-5 (41.5%)(31.7%)(15.5%)(8.5%)(2.8%)
1人で行動している人は自己中心的な人間であると思う	1-2-3-4-5 (49.3%)(30.3%)(13.4%)(4.9%)(2.1%)
集団行動が苦手そう	1-2-3-4-5 (18.3%)(22.5%)(31.7%)(21.2%)(6.3%)
1人で行動している人は目立って見えてしまう	1-2-3-4-5 (28.9%)(28.9%)(23.2%)(14.8%)(4.2%)
1人である人は静かな人だ	1-2-3-4-5 (14.9%)(23.4%)(34.0%)(21.3%)(6.4%)
1人である人は不愛想だ	1-2-3-4-5 (31.7%)(35.9%)(25.4%)(5.6%)(1.4%)
1人である人は人間関係が苦手	1-2-3-4-5 (25.4%)(26.1%)(34.5%)(9.2%)(4.9%)
男性のおひとりさまより女性のおひとりさまのほうが気にしてしまう	1-2-3-4-5 (44.4%)(21.1%)(29.6%)(2.8%)(2.1%)
1人である人は協調性がない	1-2-3-4-5 (35.9%)(26.8%)(26.8%)(7.7%)(2.8%)

Q13. おひとりさまの固定観念を今後どのようにしていきたいですか。あてはまるもの1つに○をつけてください。

1. 考え方を変えていきたい(12.8%)
2. 一部考え方を変えていきたい(23.7%)
3. どちらとも言えない(36.5%)
4. あまり考え方を変えなくても良い(12.8%)
5. 考え方は変えなくても良い(14.1%)

■あなた自身についてお伺いします。

Q14. あなたは実家暮らしですか、一人暮らしですか。あてはまるものに1つに○をつけてください。

- |         |          |        |
|---------|----------|--------|
| 1. 実家   | 2. 一人暮らし | 3. その他 |
| (51.3%) | (46.2%)  | (2.6%) |

Q15. 所属している学部に○を1つつけてください。

- |                        |                      |
|------------------------|----------------------|
| 1. 国際学部理解学科(8.3%)      | 2. 国際学部国際観光学科(9.0%)  |
| 3. 情報学部情報システム学科(26.3%) | 4. 情報学部情報社会学科(24.4%) |
| 5. 情報学部メディア表現学科(29.5%) |                      |
| 6. 経営学部(2.6%)          | 7. 健康栄養学部(0.0%)      |

Q16. 性別に1つ○をつけてください。

1. 男性(55.8%)
2. 女性(41.0%)
3. 回答なし(3.2%)

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。