

2012年5月2日

報道関係者各位

アットホーム株式会社

**トレンド調査**

首都圏で一人暮らしをしている10～20代の独身男女600名に聞いた  
—今どきの若者“初めての一人暮らし”実態調査—

**隣に住んでいる人の名前を知らない 80.8%**  
**一人暮らしを始めて両親に優しくなった 41.8%**  
**寂しくて部屋にいる時は携帯電話を握っている 18.5%**

不動産総合情報サービスのアットホーム株式会社(本社:東京都大田区、代表取締役:松村 文衛)は、1都3県(東京都、神奈川県、埼玉県、千葉県)在住で、賃貸アパート・マンションで暮らす10～20代の独身男女600名を対象に、一人暮らしの実状を把握するための調査を実施。今調査では、弊社で用意した、初めて一人暮らしをする上で経験する(であろう)さまざまな出来事について、共感できるものや実際に体験したものに「ある」と回答してもらいました。少数意見やフリーアンサーを含め、現代の若者ならではの世相を反映した暮らしの実態を垣間見ることができます。

**■ 主な調査結果**

## ◆引越したものの…

- 「引越し後もダンボールが家具の一部になっている」51.5%
- 「お洒落な部屋にしようと間接照明を買ったがまだ使う機会がない」40.5%

## ◆生活では…

- 「起きたら夕方だった」57.8%
- 「トイレの扉を開けたまま用を足すようになった」63.7%

## ◆食事面では…

- 「料理の楽しさに目覚めた」43.8%
- 「冷蔵庫はほとんど空の状態だ」35.5%

## ◆寂しくて…

- 「静かなのが寂しくてテレビを点けるようになった」44.7%
- 「風邪をひくと実家に帰りたくなる」38.5%

## ■ 調査概要（クローズド調査）

- ◆対象／1都3県（東京都、神奈川県、埼玉県、千葉県）在住、賃貸物件で一人暮らしをしている未婚の10～20代男女。（男女各300名）

### ◇居住地

埼玉県	12.2%
千葉県	8.0%
東京都	59.8%
神奈川県	20.0%

### ◇住居形態

一戸建て	1.2%
マンション	50.0%
アパート	48.8%

### ◇性別・年代

		男性	女性
年代	18～19歳	66.7%	33.3%
	20～29歳	50.8%	49.2%

- ◆調査方法／インターネットリサーチ
- ◆調査期間／2012年3月6日(火)～3月7日(水)

## ～調査結果～

### ■ -今どきの若者“初めての一人暮らし”実態調査-

#### ◆ 初めての部屋探し・引越し

- 一人で不動産会社に行くのが不安で友人(恋人)に付いてきてもらった…26.2%
- 役所での移転手続きの面倒くささに驚いた…38.0%
- 挨拶回りをしたら誰もいなかった…11.5%
- 壁に画鋸やピンを刺していいか悩む…40.5%
- 引越しした日の夜、怖くて電気を点けて寝た…11.2%

#### 少数意見・フリーアンサー

- ・母が不動産会社のイケメン営業担当者の押しに負けて、勝手に私の部屋を決めてきた
- ・物件選びでキッチンを重視しなかったため、料理がしづらく後悔している
- ・まずはGoogleで近くのスーパーと内科を検索した
- ・荷物を解く前、部屋の真ん中で大の字に寝そべってみた
- ・実家では怒られることをあえてやってみた(横になったまま菓子を食べる。ベッドの上で物を食べる)
- ・引越し当日、注文した布団が届かず、テーブルが梱包されていたダンボールを敷いて寝た
- ・初めての夜、壁のシミが人の顔に見えてしょうがない
- ・引越しした次の日、心配性の母親が様子を見に来た

□ 役所の手続きに戸惑ったり、部屋で壁に画鋸やピンを刺していいか悩んだりしている若者が約40%おり、一人暮らしに関する情報が不足している、あるいは若者にきちんと届いていない実状が見受けられます。

#### ◆ 隣人等との関係

- 隣の部屋に住んでいる人の名前を知らない…80.8%
- 出掛ける際に、隣の部屋のドアが開く音が聞こえると、顔を合わせたくないのでもちょっと待つ…63.1%
- 自分の玄関ドアののぞき穴から隣の人がどんな人かチェックした…28.8%
- 壁に耳をあてて、隣の部屋の様子を盗み聞きした…27.3%
- 同じ建物に知り合いが住んでいることを偶然知った…12.2%

##### 少数意見・フリーアンサー

- ・隣人に会ったことはないが、外に出ている傘を見て、勝手にイケメンだと決めつけている
- ・床に物を落としてしまうたびに、真下の部屋の住人に「ごめんなさい！」と心の中で謝っている
- ・下の階の人の生活パターンが分かりはじめて、お母さんみたいな気分である

□ 80%以上の若者が「隣に住んでいる人の名前を知らない」と回答、隣人との希薄な人間関係が浮き彫りに。しかし、全く関心がないということではなく、のぞき穴からチェックしたり、壁に耳をあててみたりするなど、どんな人が住んでいるのかには関心がある様子。若者の対人心理は複雑です。

#### ◆ 初めての一人での生活

- 時間が合わず、宅配便を受け取るのに苦労する…61.3%
- 起きたら夕方だった…57.8%
- 引越し後もダンボールが家具の一部になっている…51.5%
- おしゃれな部屋にしようと間接照明を買ったがいまだ使う機会がない…40.5%
- 生まれて初めて自分で電球の交換をした…35.2%
- 資源ごみの捨て方が分からない…34.8%
- ユニットバスにお湯をためて入ったことがない…31.7%
- 床に落ちている髪の毛の多さに驚く…64.3%

##### 少数意見・フリーアンサー

- ・部屋でホラー映画を観ていたら怖くなってしまい、実家に帰った
- ・街を知りたくて散歩に出たものの、迷子になって帰れなくなった
- ・朝、鍵が見つからず部屋から出られなくなり遅刻した
- ・マンションのエレベータの残り香に胸をときめかせた
- ・ゴキブリとの一対一の対決がつか過ぎる

□ 初めての経験が続く一人暮らし。宅配便が受け取れない、資源ごみの出し方が分からないなど、戸惑いも多いようです。また、初めての一人暮らしゆえの失敗談は、時間が経てば良い思い出に変わっていくのかもしれませんが。

## ◆ 食事

- 料理の楽しさに目覚めた…43.8%
- 得意料理ができた…43.5%
- いっぱい作ったカレーを3日間食べ続けた…43.7%
- 実家から缶詰やレトルトパックが大量に届く…38.7%
- スーパーのチラシを見るのが習慣になった…25.2%
- レシピサイトを毎日見る…19.8%
- 一人分の適量が分からず、必ずご飯を作りすぎる…46.0%
- 手料理よりインスタント食品の方が安上がりだと気付く…46.2%
- 結果、料理をしなくなった…42.2%
- 冷蔵庫はほとんど空の状態だ…35.5%
- 野菜は野菜ジュースで補っている…42.2%

### 少数意見・フリーアンサー

- ・お腹が空いても作るのが面倒くさくて「食わずに寝る」を選択するようになった
- ・外食のローテーションが決まる
- ・女子一人でもラーメン屋さんや牛丼屋さんによく行く
- ・近所の牛丼さんに頻繁に通ったため“牛丼仲間”ができた
- ・配達スタッフがイケメンもしくは美人であることを期待しながらデリバリーを注文する

□ やはり食事面で苦勞している若者が多い様子。一人暮らしを始めた頃は自炊に気合が入っていたものの、買い物や準備・片づけを面倒に感じるようになり、その後料理をしなくなったという若者が多いようです。一方、最近では“節約のため”頑張っている自炊をしている若者も増加しているようです。

## ◆ 買い物

- ドラッグストア・ディスカウントストアのありがたみを実感…60.7%
- おしゃれな雑貨屋さんで買った食器より、100円ショップで買った食器ばかり使っている…42.3%
- 食べてもらう彼(彼女)がいないのに、食器を2セットずつ買ってしまふ…27.3%
- 癒されようと観葉植物を購入するものの、すぐに枯らせてしまふ…23.8%
- 一番近くの自動販売機の飲料水メーカーが気に入らない…21.2%
- 引越後、最初の1ヵ月でコンビニで使った金額が3万円を超えた…8.8%

### 少数意見・フリーアンサー

- ・100円ショップで使ったことのない額の買い物をした
- ・故郷の物価がいかに安いかに気付く
- ・節約のため、ティッシュは街でもらうポケットティッシュでまかなう

□ 一人暮らしを始めた頃は、希望が高過ぎたり、夢が大き過ぎたりして、インテリアや雑貨などの買い過ぎや無駄遣いをする若者が多い様子。また、そうした経験をした若者ほど後に節約意識が強くなる傾向にあるようです。

#### ◆ 自身に起きた変化

- トイレの扉を開けたまま用を足すようになった…63.7%
- 一人暮らしをして、新しく彼(彼女)ができた…17.0%
- 一人暮らしをして、彼(彼女)と別れた…8.8%
- テレビに向かって話しかけるようになった…34.2%
- 両親に対して優しくなった…41.8%

##### 少数意見・フリーアンサー

- ・Tシャツのたたみ方とスピードがショップ店員並みのクオリティになった
- ・深夜まで起きていることが多くなり、深夜アニメにのめりこむようになった
- ・「私、一人暮らしです」と周囲に言いたがるようになった
- ・好きな人との同棲を考えるようになった
- ・裸で部屋を歩き回るようになった
- ・初めての帰省で、朝起きると朝食が用意されていて感激した。そして、親のありがたみを実感した
- ・大嫌いだっただ父の偉大さが分かった

□ トイレの扉を開けたままにする、部屋を裸で歩き回るなど、誰にも気兼ねすることない心理がこうした変化につながっているのでしょう。また、一人暮らしを始めて「両親に優しくなった」若者が40%を超えるなど、一人で生活することが「親のありがたみ、存在の大きさ」を実感する大切な機会となっているようです。

#### ◆ 一人暮らしの寂しさ

- 誰かに「行ってらっしゃい」と言われると感動するようになった…40.5%
- 風邪をひくと実家に帰りたくなる…38.5%
- 静かなのが寂しくてテレビを点けるようになった…44.7%
- 寂しくて、部屋にいる時は携帯電話を握っている…18.5%
- 一人が寂しくてついつい携帯電話を使い過ぎ、翌月の請求額を見て愕然とした…16.0%
- なんとなくぬいぐるみを買った…12.3%
- 部屋で、一人で誕生日をお祝いした…36.3%

##### 少数意見・フリーアンサー

- ・故郷が恋しくなって地図で見た
- ・一日のうち対話したのはスーパーのレジのお姉さんだけだった
- ・寂しくてついついコンビニでお酒を買って、一人酒をするようになった
- ・寂しさを紛らわすために地元の友だちを思い出す
- ・寂しさから少し泣いた

□ フリーアンサーを含め、「一人暮らしの寂しさ」に対する回答がとても多く、今どきの若者が家族や友人と、物理的、心理的につながりたいと強く欲している様子が見えがえる結果となりました。