

**1. デジタルツールより手書きの手帳！人気の理由は“実用性”、女性は“書きためる楽しみ”も**

**①メインで使用しているスケジュール管理ツール**

スケジュール管理のメインツールとして最も多く使用されているのは、「ノート型綴じ手帳 (30.3%)」、次いで「携帯電話 (19.0%)」、「カレンダー (16.3%)」「システム手帳 (13.5%)」という結果となりました (グラフ1)。

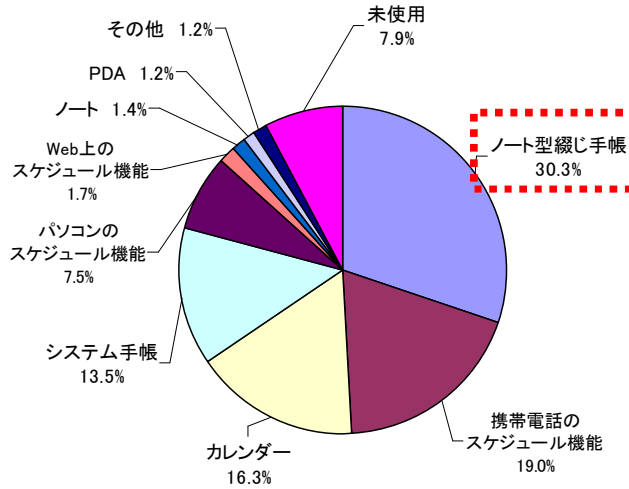
手書きのツールをメインで使用している人 (※1) に理由を聞いたところ、「自由に書くことができ、使い方に制限がない (66.5%)」という回答が1位となりました。続いて、「文字を入力するより手書きの方が手軽 (61.5%)」「一覧・俯瞰しやすい (48.9%)」といった“実用性”を重視する回答が上位を占めました。男女別では、「手帳に書きためるのが楽しい (女性：31.1%，男性：6.6%)」「手書きの文字など愛着がわく (女性：25.5%，男性：10.5%)」など、女性は実用性に加え、手帳に書くこと自体を楽しんでいる様子が伺えます (グラフ2)。これは、男性が仕事をメインとして手帳を使用しているのに対し、女性は日記や趣味の記録など、プライベートも含めて幅広く手帳を活用していることが関係していると考えられます (※2)。

※1 ノート型綴じ手帳・システム手帳をメインに使用している人

※2 P5<グラフ6> 手帳に書いている内容 参照

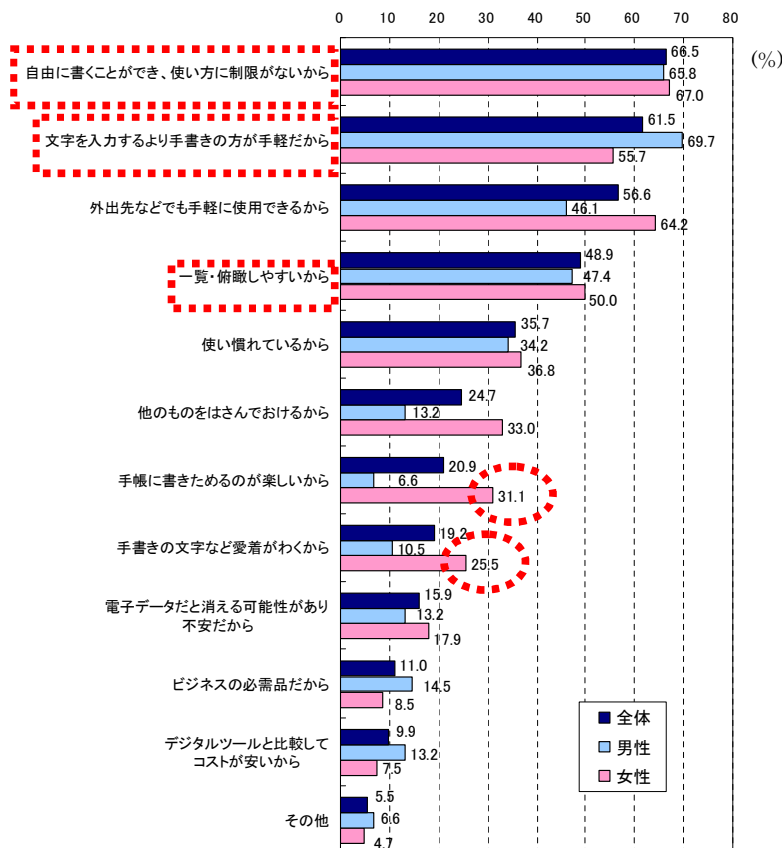
**<グラフ1> あなたはスケジュール管理のために何を使っていますか？**

〔メインで使用しているもの一つだけ〕(n=416)



**<グラフ2> 手書きの手帳をメインに使用する理由は何ですか？**

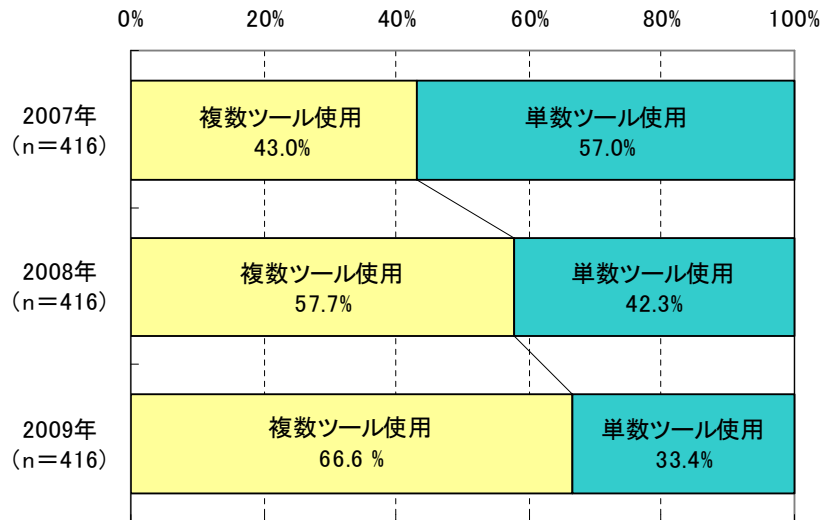
〔ノート型綴じ手帳・システム手帳をメインに使用している人限定、複数回答〕(n=182)



②複数ツール併用者と単数ツール使用者の割合

1人あたりが使用しているスケジュール管理ツールの数を見てみると、複数ツールを併用している人（66.6%）が単一ツールのみ使用している人（33.4%）を大きく上回る結果となりました（グラフ3）。複数ツールの併用者は昨年より増加しており、年々割合が高くなっていることが分かります。ビジネス誌の特集や、ブログ等でスケジュール管理術の情報公開が盛んに行われていることで個人の意識が高まり、様々なスケジュール管理ツールを併用し、それぞれの強みを活かしながら、目的に応じて使い分けている人が増えているようです。

＜グラフ3＞一人あたりが使用しているスケジュール管理ツールの数

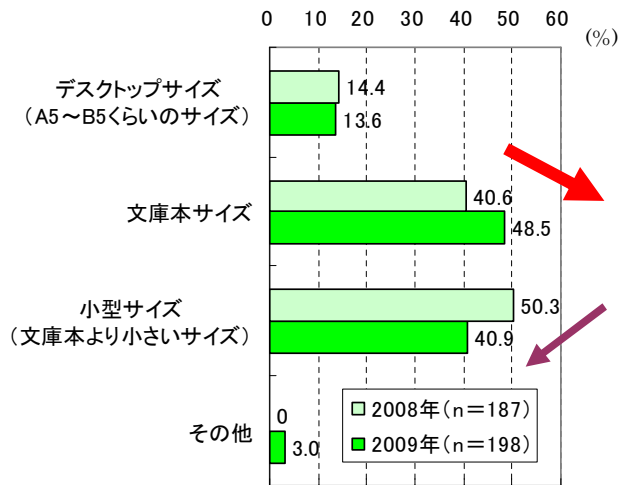


## 2. 若い世代から浸透、「文庫本サイズ」が「小型サイズ」を抜いてトップに

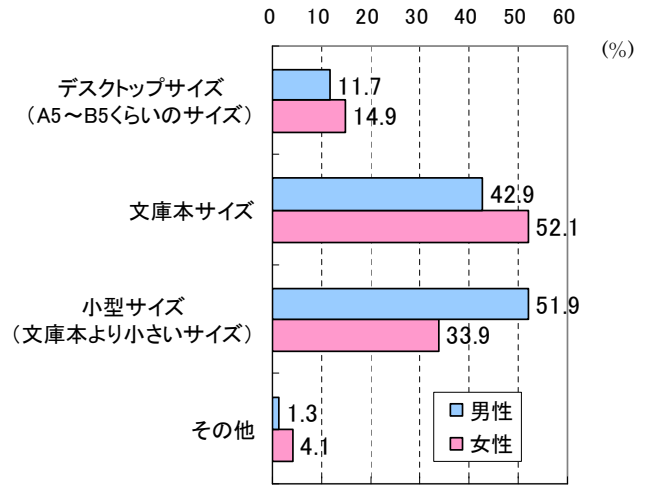
ノート型綴じ手帳で、最も使用されているサイズは「文庫本サイズ(48.5%)」で、昨年トップだった「小型サイズ(40.9%)」と逆転する結果となりました(グラフ4)。男女別に見ると、女性は昨年同様、文庫本サイズに人気が集まりました(グラフ5)。一方、男性は文庫本サイズの使用者が昨年から大幅に増加(25.9%⇒42.9%)しており、昨年まで最も人気の高かった小型サイズに迫る結果となりました。年代別に見ると、特に20代では文庫本サイズ(64.8%)が小型サイズ(25.9%)を2倍以上も上回っており、若い世代を中心に文庫本サイズが主流になっていることが分かります。

また、手帳に書き込んでいる内容を聞いたところ、男性は「仕事の予定(91.0%)」女性は「プライベートの予定(94.7%)」がそれぞれトップでした(グラフ6)。男女問わず、手帳に書き込む内容は多岐に渡っており、男性も仕事のスケジュール管理だけではなく、プライベートに関することを手帳に書き込む人が増えているようです。そのため、たっぷり書き込めて持ち運びにも便利な文庫本サイズのニーズが増えていると考えられます。

＜グラフ4＞どの大きさの手帳を使っていますか？  
〔ノート型綴じ手帳使用者限定、複数回答〕

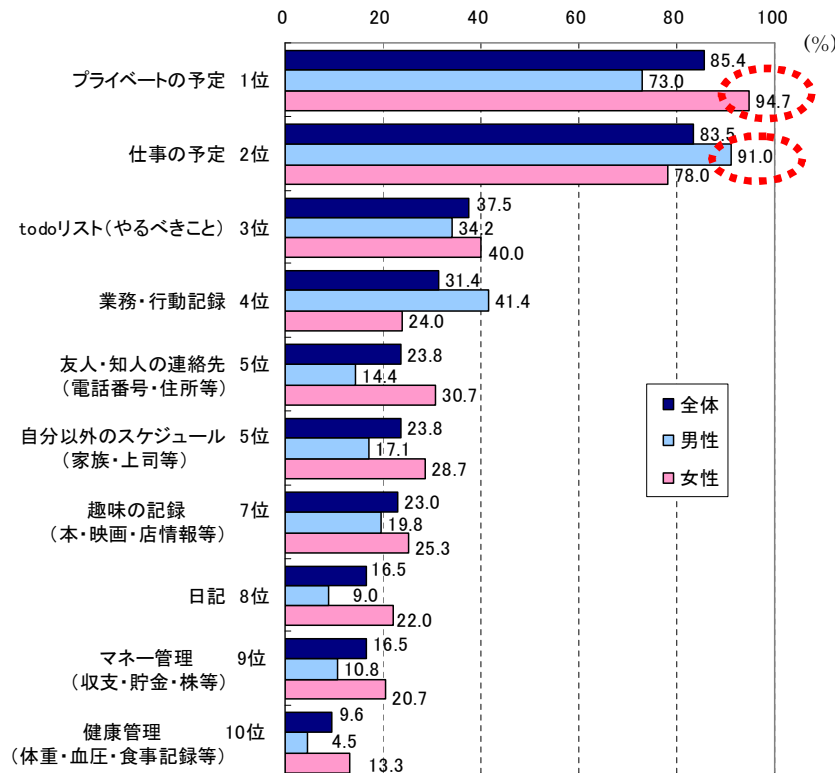


＜グラフ5＞どの大きさの手帳を使っていますか？  
〔ノート型綴じ手帳使用者限定、複数回答〕



＜グラフ6＞手帳に何を書き込んでいますか？

〔ノート型綴じ手帳・システム手帳使用者限定、複数回答〕(n=261)



### 3. 使用している日記欄レイアウトは「月間ブロックタイプ」が多数

#### ①手帳を選びで最も重視するポイント

手帳を選ぶ際に最も重視するポイントは、「中身のレイアウト (57.9%)」が3年間連続で1位となりました (表1)。年齢別では、30～50代に比べ、20代が「外見のデザイン」を最も重視している割合が高く、特に20代の女性でその傾向が強く見られました。

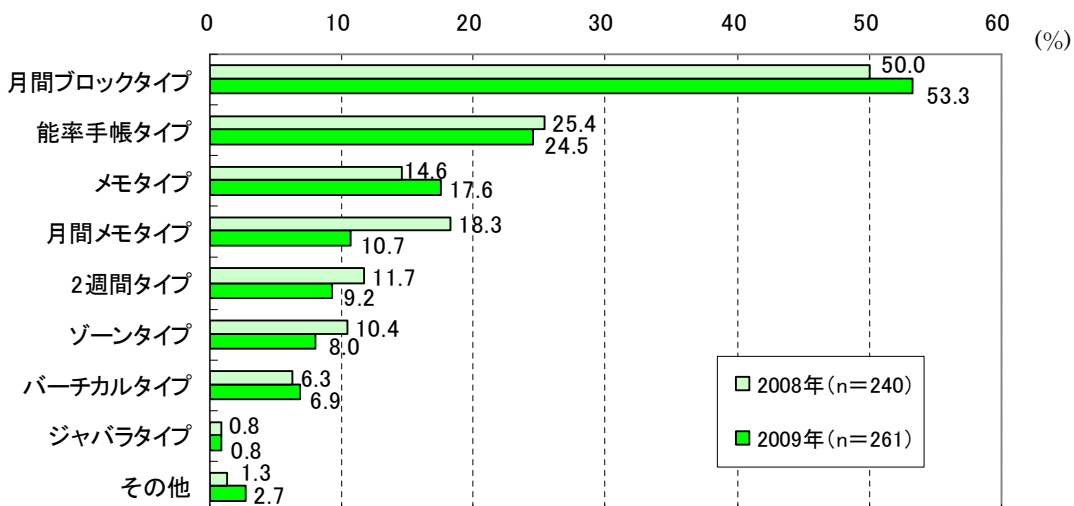
＜表 1＞手帳を選ぶ際に最も重視しているポイントは？  
〔ノート型縦じ手帳・システム手帳使用者限定、複数回答〕



#### ②使用している手帳のレイアウト

最も使用されている日記欄のレイアウトは、カレンダー形式の「月間ブロックタイプ (53.3%)」で、昨年の調査結果よりもさらに高い数値となりました (グラフ7)。ここ数年でワークライフバランスの意識が高まり、1冊の手帳で仕事もプライベートも管理したいというニーズが増える中で、習い事など曜日ごとのスケジュールや、週末の予定をまとめて管理しやすい「月間ブロックタイプ」の人気のさらに上昇していると考えられます。

＜グラフ7＞どのレイアウトの日記欄を使用していますか？  
〔ノート型縦じ手帳・システム手帳使用者限定、複数回答〕



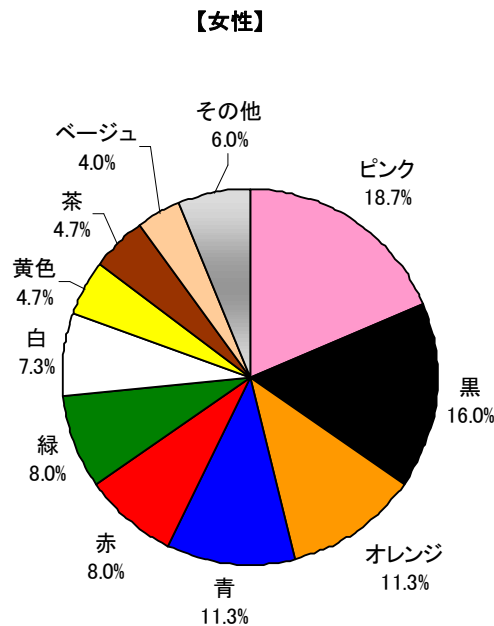
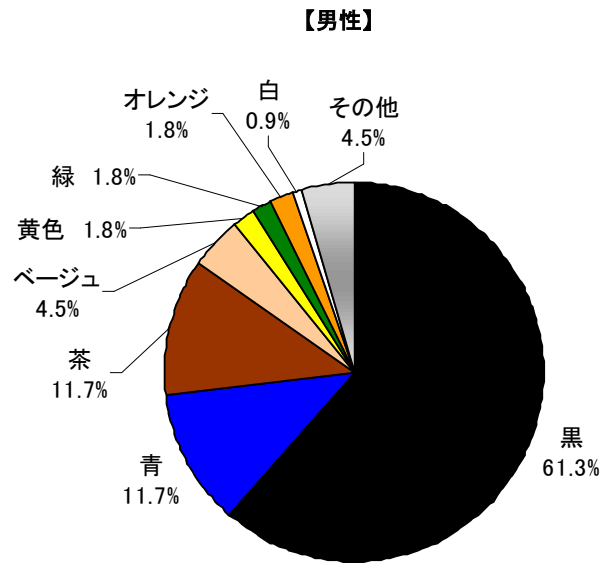
※各レイアウトについては、P10「手帳のレイアウト一覧」を参照

#### 4. 使いたい手帳カバーの色、定番カラーの「黒」人気トップは男性20代

来年使いたい手帳カバーの色を聞いたところ、定番カラーの「黒」が男性では1位(61.3%)、女性では2位(16.0%)という結果となりました(グラフ8)。男性においては、定番カラーの黒は40代(43.5%)・50代(56.8%)よりも20代(78.3%)から多く人気が集まりました。

近年、男性ユーザーの多い“ビジネス手帳”は黒一辺倒でなく、デザインを意識したアイテムが増えています。一方で、女性ユーザーの多いカラフルな“カジュアル手帳”は、ビジネスでも使えるよう落ち着いたデザインのアアイテムも増えています。両者のボーダレス化が進む中、色やデザインに対する性別・年代の抵抗が減っており、今後ますますこの傾向が進むと考えられます。

＜グラフ8＞来年は何色のカバーの手帳を使いたいですか？  
〔ノート型綴じ手帳・システム手帳使用者限定、単数回答〕(n=261)



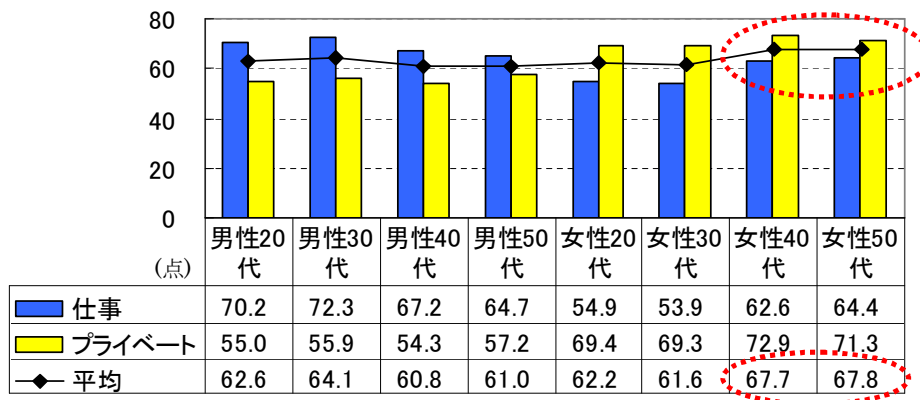
5. “手帳活用”意識が高いのは40～50代女性 / 手帳活用の悩み、キーワードは“使い分け”

仕事とプライベート、それぞれにおける手帳活用度を自己採点してもらい、男女・年代別の平均点を算出（※）したところ、男性（仕事：68.6点、プライベート：55.6点）は仕事の方が点数が高く、女性（仕事：59.0点、プライベート：70.7点）はプライベートの方が点数が高い結果となりました。手帳に書いている内容（グラフ6）からも分かるように、男性は仕事を中心に、女性はプライベートを中心に手帳を活用しているため、それぞれ点数が高くなっていると考えられます。年代別では、40～50代女性が手帳活用に対する自己評価が最も高いことが分かりました（グラフ9）。

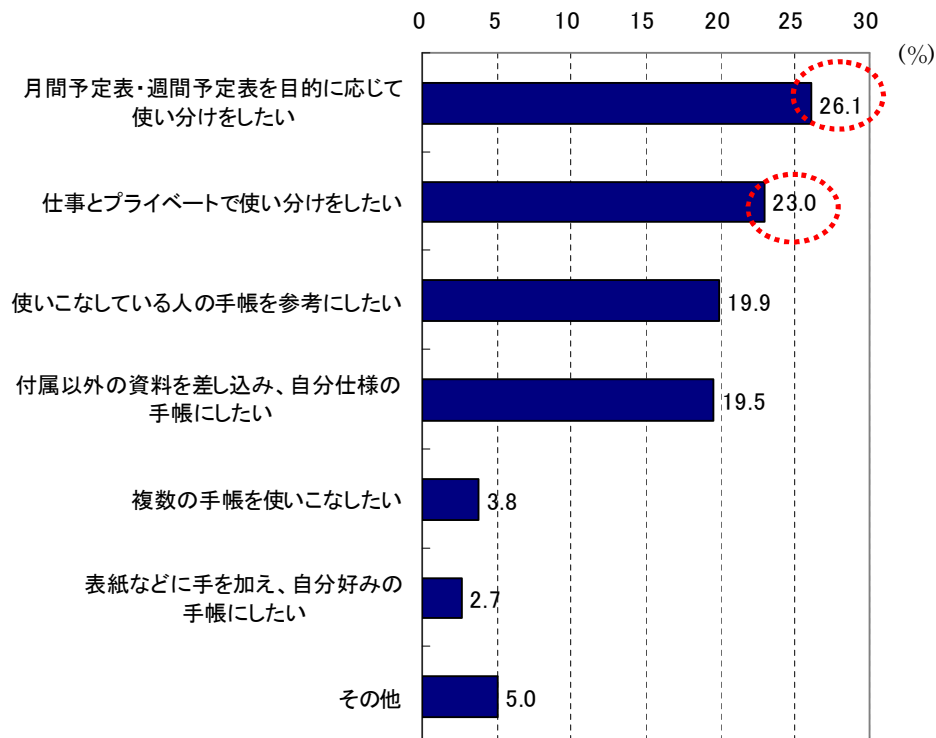
また、手帳をもっと活用するための希望・要望を聞いたところ、「月間・週間予定表の使い分け（26.1%）」という回答が最も多く、次いで「仕事とプライベートの使い分け（23.0%）」という結果になりました。手帳ユーザーの悩めるポイントとして“使い分け”というキーワードが浮上りました（グラフ10）。さらに、「使いこなしている人の手帳を参考にしたい」と回答した人は全体の20%近くを占め、5人に1人が他人の手帳の使い方に興味があるということが判明しました。

※各点数区分の中央値を用いて算出

＜グラフ9＞仕事・プライベートにおける手帳活用度合いの平均点  
【ノート型綴じ手帳・システム手帳使用者限定、複数回答】(n=261)



＜グラフ10＞手帳をもっと活用するための希望や要望はありますか？  
【ノート型綴じ手帳・システム手帳使用者限定、複数回答】(n=261)



## 6. 新しい手帳を入手して初めにすることは「記念日の記入（誕生日など）」が約半数

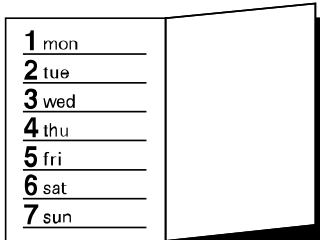
「新しい手帳を入手して初めにすること」という質問に対する自由回答をまとめたところ、「誕生日など記念日の記入」と回答した人が手帳使用者の約半数を占めました。この結果を男女別に見ると、男性が25.4%に対し、女性が74.6%という結果となり、記念日に対する男女の意識の差が明らかになりました。

また、手帳使用者に手帳を使ってよかったと思うことについて聞いたところ、約3割の人が「過去の予定・記録を確認する」「過去を振り返る」と回答しており、先の予定の確認だけではなく、振り返りのツールとしても手帳が活用されていることが分かりました。

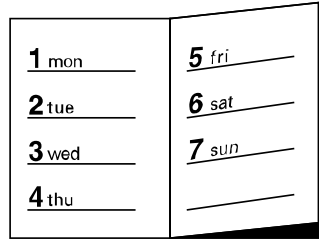
【参考】

手帳のレイアウト一覧

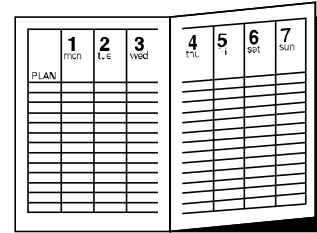
■能率手帳タイプ



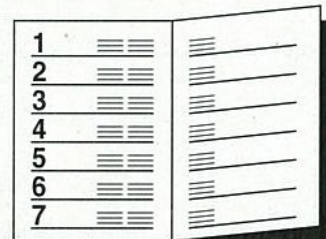
■メモタイプ



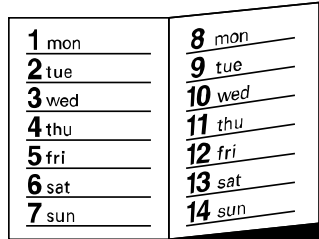
■バーチャルタイプ



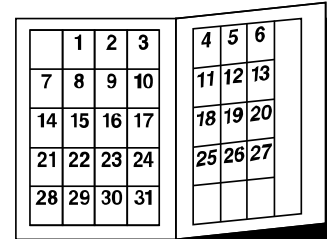
■ゾーンタイプ



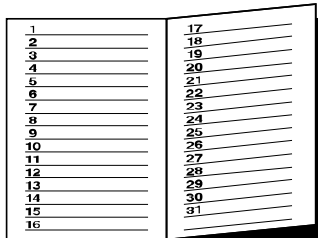
■2週間タイプ



■月間ブロックタイプ



■月間メモタイプ



■ジャバラタイプ

