

2024年3月21日

株式会社FJネクストホールディングス

首都圏の单身生活者 『生活事情』 アンケート第17弾 ひとり暮らしの「年中行事・習慣事情」アンケート

- * 行っている年中行事、トップ3は「クリスマス」「年末の大掃除」「母の日」
- * 行事食のトップは「クリスマスケーキ」「年越しそば」「バレンタインのチョコ」
- * 新年のあいさつは「SNS」が主流。「年賀ハガキ」は約1割
- * お中元・お歳暮、季節のあいさつは85.5%が「しない」。贈答文化は先細り？

日本には初詣、豆まき、お花見、お盆やお月見など多くの年中行事があります。また、おせち（お正月）、かしわ餅（端午の節句）、年越しそば（大晦日）などのいわゆる「行事食」や、年賀状やお中元・お歳暮といった季節のあいさつも昔から行われてきたものです。こうした年中行事や季節ごとの習慣に、現代のひとり暮らしの人たちはどのように接しているのでしょうか？

株式会社FJネクストホールディングス（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：永井敦）は、首都圏在住の20代・30代の单身生活者を対象に、年中行事や習慣に関するアンケートを実施し、ひとり暮らしと年中行事の関わりを探りました。以下はその集計・分析結果です。

【調査概要】

- ◆ 調査期間：2024年2月16日～19日
- ◆ 調査方法：インターネットによる調査
（インターネット調査会社を通じてサンプリング・集計）
- ◆ 調査対象：首都圏※在住 独身・ひとり暮らしの20代～30代 男女400人
※1都3県（東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県）

【調査対象】

人	20代	30代	合計 (%)
男性	100	100	200 (50.0)
女性	100	100	200 (50.0)
合計 (%)	200 (50.0)	200 (50.0)	400 (100.0)

(回答者の職業等)

	会社員 正規・非正規 問わず	公務員	専門家 医師・弁護士・ 会計士など	自営業	自由業	パート・ アルバイト	その他
人 (%)	302 (75.6)	13 (3.3)	26 (6.5)	6 (1.5)	4 (1.0)	40 (10.0)	9 (2.3)

(回答者の居住地)

	東京都	埼玉県	千葉県	神奈川県
人 (%)	232 (58.0)	49 (12.3)	37 (9.3)	82 (20.5)

この件に関するお問い合わせは、下記までお願いします。

(株)FJネクストホールディングス 経営戦略室 担当：松尾 TEL 03-6733-7711

< 要 約 >

<質問1> 年中・季節行事について、あなたがひとり暮らしを始めて以降、ほぼ毎年行っているものは何ですか？

◆行っている行事のトップ3は「クリスマス」「年末の大掃除」「母の日」
一方、「行っていない」人は半数超

<質問2> 食文化での行事関連について、あなたがひとり暮らしを始めて以降、ほぼ毎年飲食しているものは何ですか？

◆トップ3は「クリスマスケーキ」、「年越しそば」、「バレンタインのチョコ」
一方で、過半数が「飲食しているものはない」

<質問3> 今年、新年のあいさつは何を利用しましたか？（※仕事関係は除く）

◆新年のあいさつは「SNS」が主流。「年賀ハガキ」は約1割
一方、過半数が「虚礼廃止」派

<質問4> ビジネス上の宴席で、この1年であなたが参加したのは何ですか？

◆「忘年会」の参加が多いが、約6割が「いずれも参加していない」

<質問5> ビジネス上の宴席で、あなたが無くしてもよいと思うものは何ですか？

◆宴席は“遠慮したい”が本音？
無くしてほしい宴席は、「暑気払い」、「新年会」、「忘年会」、「慰労会」

<質問6> この1年で、お中元やお歳暮を贈った相手は誰ですか？

◆8割超が誰にも贈って「いない」。贈答文化は先細り？

<質問7> 社会人になってから、下記の祝い事で贈り物をしたことはありますか？

◆多いのは「結婚祝い」「出産祝い」「お年玉」も、6割超が「していない」

<質問8> 年度が切り替わる4月1日は、社会生活の大きな区切り・新生活のスタートですが、あなたご自身は、生活の区切り・新スタートを意識するのはどのタイミングですか？

◆「4月1日」もしくは「元日」に生活の新スタートを意識

<質問9> 春からの新生活で最もチャレンジしたいことは何ですか？

◆今春からチャレンジしたいことは「旅行」、「ダイエット」、「恋愛・結婚」

<質問10> 春からの新生活を機に、「卒業したい」（＝やめたい、改めたい）と思う事柄や行動は何ですか？（自由回答）

◆バランスの悪い食事、暴飲暴食から“卒業”したい

＜質問 1＞ 下記の年中行事・習慣について、あなたがひとり暮らしを始めて以降、ほぼ毎年行っているものは何ですか？
(複数回答)

(% : ○内数字は順位)

位	(%)	全体	男性	女性	20代	30代
1	クリスマス	22.0	14.5 ①	29.5 ①	28.5 ①	15.5 ③
2	年末の大掃除	20.3	14.5 ①	26.0 ②	20.0 ②	20.5 ①
3	母の日	17.3	14.0 ③	20.5 ④	17.5 ③	17.0 ②
4	バレンタインデー・ホワイトデー	14.0	6.0	22.0 ③	17.0 ④	11.0
5	初詣	13.8	13.5 ④	14.0 ⑤	13.5 ⑤	14.0 ④
6	父の日	12.8	12.0 ⑤	13.5	12.5	13.0 ⑤
7	正月飾り(鏡餅、松飾など)	8.0	6.5	9.5	8.0	8.0
8	お花見	7.0	4.0	10.0	7.0	7.0
9	ハロウィン	5.8	4.0	7.5	8.0	3.5
10	節分の豆まき	3.8	2.0	5.5	4.5	3.0
	お盆の墓参り	3.8	4.5	3.0	5.0	2.5
12	お月見	1.8	1.0	2.5	1.5	2.0
13	雛人形を飾る	1.5	0.5	2.5	1.5	1.5
14	五月人形を飾る	0.8	0.5	1.0	1.0	0.5
15	その他	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	行っているものはない	55.3	63.0	47.5	53.5	57.0

◆ 行っている行事のトップ3は「クリスマス」「年末の大掃除」「母の日」
一方、「行っていない」人は半数超

ひとり暮らしを始めてからほぼ毎年行っている年中行事を聞いたところ、「クリスマス」(22.0%)が最も多く、次いで「年末の大掃除」(20.3%)、「母の日」(17.3%)の順でした。

なかでも「クリスマス」は、女性(29.5%)と20代(28.5%)の割合が高くなっています。また、女性は「年末の大掃除」(26.0%)、「バレンタインデー・ホワイトデー」(22.0%)、「母の日」(20.5%)も、男性に比べ割合が高いのが特徴です。

近年、さまざまな面で“話題”になるのが「ハロウィン」ですが、全体では意外にも5.8%と少数でした。また、何かとスペース面で制約のあるひとり暮らしにおいては、「雛人形を飾る」「五月人形を飾る」も少数派でした。

一方、「行っていないものはない」と回答した人は過半数(55.3%)おり、特に男性は63.0%と6割を超えています。

＜質問2＞ 食文化での行事関連について、あなたがひとり暮らしを始めて以降、ほぼ毎年飲食しているものは何ですか？（複数回答）

（%：○内数字は順位）

位	(%)	全体	男性	女性	20代	30代
1	クリスマスケーキ	23.0	15.0 ①	31.0 ①	29.5 ①	16.5 ②
2	年越しそば(大晦日)	17.3	13.5 ②	21.0 ③	16.5 ③	18.0 ①
3	バレンタインのチョコ	15.5	8.5	22.5 ②	19.5 ②	11.5 ③
4	おせち	12.5	12.5 ③	12.5 ⑤	14.0 ⑤	11.0 ④
5	恵方巻	12.3	10.0 ④	14.5 ④	15.5 ④	9.0
6	お雑煮	11.0	9.5 ⑤	12.5 ⑤	12.0	10.0 ⑤
7	うなぎ蒲焼(土用の丑の日)	4.8	4.5	5.0	6.5	3.0
8	かしわ餅(端午の節句)	4.5	3.5	5.5	3.0	6.0
9	七草がゆ	3.3	2.5	4.0	3.5	3.0
10	ひなあられ	3.0	3.0	3.0	4.0	2.0
	福豆(節分)	3.0	2.0	4.0	2.0	4.0
	かぼちゃ料理(冬至)	3.0	2.0	4.0	3.0	3.0
13	月見だんご(十五夜)	2.8	3.0	2.5	3.0	2.5
14	ポージョレ・ヌーヴォー	2.3	2.5	2.0	2.5	2.0
15	おはぎ(秋の彼岸)	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0
16	ぼた餅(春の彼岸)	1.8	1.0	2.5	2.0	1.5
17	ちまき(端午の節句)	1.3	0.5	2.0	1.0	1.5
	お屠蘇(とそ)	1.3	0.5	2.0	2.0	0.5
19	その他	0.3	0.5	0.0	0.0	0.5
	飲食しているものはない	54.8	60.5	49.0	51.5	58.0

◆ トップ3は「クリスマスケーキ」、「年越しそば」、「バレンタインのチョコ」一方で、過半数が「飲食しているものはない」

食についても、季節ごとの行事やお祝いの日食べる習慣、いわゆる「行事食」があります。

トップ3は「クリスマスケーキ」(23.0%)、「年越しそば」(17.3%)、「バレンタインのチョコ」(15.5%)でした。日本古来のものより、西洋から来たもの(「クリスマスケーキ」、「バレンタインのチョコ」)が上位でした。「クリスマスケーキ」は、特に女性(31.0%)と20代(29.5%)の割合が高く、これは質問1でトップの「クリスマス」と同様の傾向です。

また、女性は「クリスマスケーキ」(31.0%)、「年越しそば」(21.0%)、「バレンタインのチョコ」(22.5%)の割合が男性に比べて高くなっています。

年代別では、20代で「バレンタインのチョコ」(19.5%)、「恵方巻」(15.5%)の割合が高い傾向にあります。

一方、「飲食しているものはない」という人が過半数(54.8%)おり、特に男性は約6割(60.5%)で、質問1の季節行事と同様の傾向でした。

＜質問3＞ 今年、新年のあいさつは何を利用しましたか？（※仕事関係は除く）

（%：○内数字は順位）

位	(%)	全体	男性	女性	20代	30代
1	SNSのみ	22.0	16.5 ①	27.5 ①	25.0 ①	19.0 ①
2	メール&SNS	8.5	8.0 ②	9.0 ②	9.0 ②	8.0 ②
3	メールのみ	4.5	3.5	5.5 ③	4.0	5.0
4	年賀ハガキのみ	4.3	4.5 ③	4.0	3.0	5.5 ③
5	年賀ハガキ&SNS	3.3	3.5	3.0	4.5 ③	2.0
6	年賀ハガキ&メール&SNS	2.0	1.0	3.0	2.0	2.0
7	年賀ハガキ&メール	1.8	2.0	1.5	0.5	3.0
8	その他	0.3	0.5	0.0	0.5	0.0
	なし(虚礼廃止)	53.5	60.5	46.5	51.5	55.5

＜ご参考：項目別データ＞

(%)	全体	男性	女性	20代	30代
SNS	35.8	29.0	42.5	40.5	31.0
メール	16.8	14.5	19.0	15.5	18.0
年賀ハガキ	11.4	11.0	11.5	10.0	12.5

◆「SNS」＝「SNSのみ」＋「メール&SNS」＋「年賀ハガキ&SNS」＋「年賀ハガキ&メール&SNS」の合計

◆「メール」＝「メールのみ」＋「メール&SNS」＋「年賀ハガキ&メール」＋「年賀ハガキ&メール&SNS」の合計

◆「年賀ハガキ」＝「年賀ハガキのみ」＋「年賀ハガキ&SNS」＋「年賀ハガキ&メール」＋「年賀ハガキ&メール&SNS」の合計

◆ 新年のあいさつは「SNS」が主流。「年賀ハガキ」は約1割
一方、過半数が「虚礼廃止」派

新年のあいさつに利用するツールは、「SNSのみ」(22.0%)という人が最多で、以下、「メール&SNS」(8.5%)、「メールのみ」(4.5%)という結果でした。特に、20代では4人に1人(25.0%)が「SNSのみ」と回答しています。

定番の年賀ハガキの利用者(※項目別データ参照)は約1割(11.4%)と少数で、ひとり暮らしの人の新年のあいさつはSNSやメールが主流のようです。ちなみに「SNSのみ」は、女性(27.5%)と20代(25.0%)の割合が高い傾向にあります。

一方、半数を上回る人が「なし(虚礼廃止)」(53.5%)と回答しました。特に、男性は約6割(60.5%)を占めています。ひとり暮らしの人たちは、「虚礼廃止」派が多いようです。

＜質問4＞ ビジネス上の宴席で、この1年であなたが参加したのは何ですか？

(複数回答)

(% : ○内数字は順位)

位	(%)	全体	男性	女性	20代	30代
1	忘年会	27.3	27.5 ①	27.0 ①	26.5 ①	28.0 ①
2	送別会	15.5	12.5 ③	18.5 ②	17.0 ③	14.0 ②
3	新年会	14.8	14.0 ②	15.5 ③	18.0 ②	11.5 ③
4	歓迎会	11.3	9.5	13.0	16.0	6.5
5	慰労会	5.5	5.5	5.5	5.5	5.5
6	暑気払い	2.5	2.5	2.5	2.0	3.0
7	その他	0.3	0.5	0.0	0.5	0.0
	いずれも参加していない	61.3	63.0	59.5	60.0	62.5

◆ 「忘年会」の参加が多いが、約6割が「いずれも参加していない」

ビジネス上の年中行事といえば、忘年会や送別会などの“宴席”があります。

この1年で参加したものを聞いたところ、「忘年会」(27.3%)、「送別会」(15.5%)、「新年会」(14.8%)の順でした。最多の「忘年会」でも3割未満、2位以下は1割台以下と、おしなべて参加は低いという結果でした。その一方、「いずれも参加していない」の回答が約6割(61.3%)にのぼっています。

一昔前は、会社の宴席の出席は当たり前の感覚がありましたが、近年は、若い世代の“アルコール離れ”も言われています。今回の結果はこうした傾向を裏付けているのかもしれませんが。

＜質問5＞ ではビジネス上の宴席で、あなたが無くしてもよいと思うものは何ですか？該当するものすべてお答えください。(複数回答)

(% : ○内数字は順位)

位	(%)	全体	男性	女性	20代	30代
1	暑気払い	56.3	46.0 ①	66.5 ①	54.5 ①	58.0 ①
2	新年会	49.8	41.5 ③	58.0 ③	46.0 ③	53.5 ②
3	忘年会	48.8	42.5 ②	55.0	44.5	53.0 ③
	慰労会	48.8	35.5	62.0 ②	48.0 ②	49.5
5	歓迎会	38.3	33.0	43.5	34.0	42.5
6	送別会	38.0	31.0	45.0	36.0	40.0
7	その他	0.8	1.0	0.5	0.0	1.5
	すべて必要	28.0	37.0	19.0	31.5	24.5

◆ 宴席は“遠慮したい”が本音？

無くしてほしい宴席は、「暑気払い」、「新年会」、「忘年会」、「慰労会」

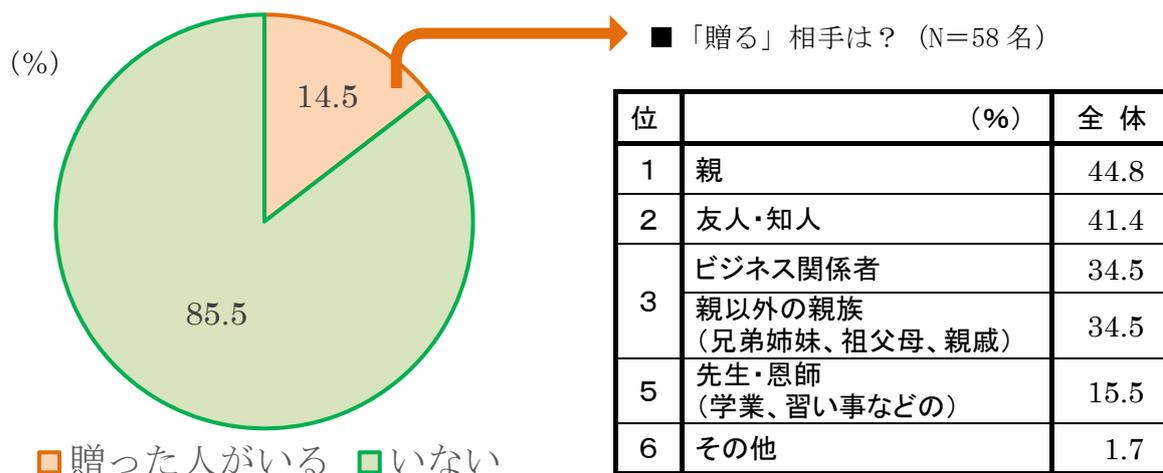
参加が低かった宴席ですが、無くしても良いと思うものは何でしょうか？

「暑気払い」(56.3%)が最も多く、以下、「新年会」(49.8%)、「忘年会」(48.8%)、「慰労会」(48.8%)の順でした。いずれも過半数もしくは半数近くが回答しており、5位、6位の「歓迎会」(38.3%)、「送別会」(38.0%)も4割近い回答でした。一方で「すべて必要」(28.0%)という人は3割未満と少なく、ビジネス上の宴席は“遠慮したい”という本音が垣間みられます。

また、男女間に大きな差がみられるのが特徴で、1位～6位の各項目すべて女性の割合が高く、特に「暑気払い」(66.5%)と「慰労会」(62.0%)は6割を超えています。一方で「すべて必要」という人は19.0%と2割を切りました。

年代別では、「すべて必要」との回答が、30代(24.5%)よりも、20代(31.5%)の方が若干ながら上回るという意外な結果となりました。

<質問6> この1年で、お中元やお歳暮を贈った相手は誰ですか？（複数回答）



◆ お中元やお歳暮、8割超が誰にも贈って「いない」。贈答文化は先細り？

季節のごあいさつとして代表的なのがお中元・お歳暮です。

この1年に贈った相手を聞いてみたところ、誰にも贈って「いない」が85.5%を占めました。

一方、「贈った人がある」と回答した人(58名)の相手は、「親」が44.8%でトップ、次いで「友人・知人」が41.4%でした。

ひとり暮らしの人にとって、贈って、贈られる、といった日本の伝統的なごあいさつは、習慣としてあまり传承されていないようです。

＜質問7＞ 社会人になってから、下記の祝い事で贈り物をしたことはありますか？該当するものすべてお答えください。（複数回答）

(%：○内数字は順位)

位	(%)	全体	男性	女性	20代	30代
1	結婚祝い	22.5	15.0 ①	30.0 ①	20.5 ①	24.5 ①
2	出産祝い	14.5	7.5 ③	21.5 ②	11.0 ③	18.0 ②
3	お年玉(新年祝い)	13.8	11.5 ②	16.0 ③	12.0 ②	15.5 ③
4	新居、引っ越し祝い	6.5	7.0	6.0	7.5	5.5
5	就職祝い	5.8	4.5	7.0	5.5	6.0
6	進学祝い	3.8	4.0	3.5	3.0	4.5
7	その他	0.3	0.5	0.0	0.5	0.0
	していない	66.8	71.5	62.0	67.0	66.5

◆ 祝い事の贈り物、多いのは「結婚祝い」「出産祝い」「お年玉」も、6割超が「していない」

社会人になると、お祝い事に接する機会も多くなりますが、お祝いする気持ちを示す手段として金品の贈り物があります。ひとり暮らしの人はどう対応しているのでしょうか？

結果は、「結婚祝い」(22.5%)、「出産祝い」(14.5%)、「お年玉」(13.8%)の順でした。この3項目は、年代的に身近な事柄ということで、30代の割合が高いのが特徴です。また、女性は「結婚祝い」(30.0%)、「出産祝い」(21.5%)の割合が男性と比べて高くなっています。一方で、6割超が「していない」(66.8%)と回答しました。

＜質問8＞ 年度が切り替わる4月1日は、社会生活の大きな区切り・新生活のスタートですが、あなたご自身は、生活の区切り・新スタートを意識するのはどのタイミングですか？

(%：○内数字は順位)

位	(%)	全体	男性	女性	20代	30代
1	4月1日	43.3	43.5 ①	43.0 ②	53.5 ①	33.0 ②
2	元日	43.0	42.5 ②	43.5 ①	32.0 ②	54.0 ①
3	誕生日	9.0	10.0 ③	8.0 ③	11.0 ③	7.0 ③
4	その他	3.5	3.5	3.5	2.5	4.5
5	10月1日	1.3	0.5	2.0	1.0	1.5

◆ 「4月1日」もしくは「元日」に生活の新スタートを意識

生活の区切り・新スタートを意識する日は、大半が「4月1日」(43.3%)か「元日」(43.0%)のいずれかという結果でした。

年代別では、学生生活の習慣が多少なりとも残っている20代は「4月1日」(53.5%)、30代は「元日」(54.0%)と差がみられました。

＜質問9＞ 春からの新生活で最もチャレンジしたいことは何ですか？

(%：○内数字は順位)

位	(%)	全体	男性	女性	20代	30代
1	旅行	16.8	20.0 ①	13.5 ②	16.0 ①	17.5 ①
2	ダイエット	10.0	6.0	14.0 ①	11.0 ②	9.0 ②
3	恋愛・結婚	9.8	6.0	13.5 ②	11.0 ②	8.5
4	資格取得	9.3	8.5 ③	10.0	9.5	9.0 ②
5	運動	8.0	11.0 ②	5.0	9.5	6.5
6	転職	4.8	2.0	7.5	5.0	4.5
7	その他	2.5	2.5	2.5	1.5	3.5
8	リスキング	2.0	2.0	2.0	2.5	1.5
	習い事	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0
	なし	35.0	40.0	30.0	32.0	38.0

◆ 今春からチャレンジしたいことは「旅行」、「ダイエット」、「恋愛・結婚」

最もチャレンジしたいこと1位は「旅行」(16.8%)で、以下は「ダイエット」(10.0%)、「恋愛・結婚」(9.8%)の順となりました。これに続くのが「資格取得」(9.3%)でしたが、今話題の「リスキング」は2.0%と少数でした。

一方、「なし」が35.0%という結果でした。将来に向けて、何か1つでも新たにチャレンジして欲しいというのは大きなお世話でしょうか。

＜質問10＞ 春からの新生活を機に、「卒業したい」(＝やめたい、改めたい)と思う事柄や行動は何ですか？(自由回答)

◆ バランスの悪い食事、暴飲暴食から“卒業”したい

新生活を機に、「卒業したい」と思う事柄や行動を自由回答で聞いてみました。

過半数(235人)が「特にない」、「今のところない」との回答でしたが、それ以外では「バランスの悪い食事」、「暴飲暴食」、「間食」、「夜中のアイス」、「深酒」、「飲酒」といった“食生活”に関するものが目立ちました。

他には「喫煙」、「夜更かし」、「ダラダラ過ごすこと」といった“生活習慣”や、「くよくよすること」、「ネガティブ」、「自分を必要以上に卑下すること」といった“メンタル面”での事柄を挙げる人もいました。

以上

◆「株式会社FJネクストホールディングス」(プライム市場:8935)

事業内容:グループ会社の経営管理、不動産特定共同事業、不動産の企画開発、売買、賃貸
創業:1980年7月

「都市住空間への挑戦と創造を通して、豊かな社会づくりに貢献していく。」を企業理念に、首都圏にて『ガーラマンションシリーズ』を展開しています。社会の一線で活躍する首都圏の単身者の生活を支えるインフラとして、また、安定した収益を不動産に求める方への資産運用商品として、地域や社会と一体となり、都市住空間の創造に取り組んでいます。