

実践『ペルソナ』通信 (No. 50)  
「スケジュール管理」に関する調査結果  
～手帳・アプリともに「シンプルさ」重視、アプリへの不安も～

実践女子大学人間社会学部 実践「ペルソナ」研究会は、女子大学生を対象に、「スケジュール管理」についてアンケート調査を実施しました。有効回答者数は60サンプルでした。

※実践「ペルソナ」研究会は、実践女子大学人間社会学部における「統計科学（担当：竹内光悦）」、「経営学（担当：篠崎香織）」、「マーケティング（担当：斎藤明）」の3つの分野のゼミ生を中心に組織され、実践女子大生が「自分たち自身」の消費活動、ライフスタイル等を科学する研究会です。

#### 総括

今回の調査結果から女子大学生はスケジュール管理をアプリと手帳でしていることがわかった。8割以上の人が手帳を使っていることがわかったため、紙媒体の需要がまだまだあることもわかった。

なぜ持ち運びやすいアプリではなく、スマホの画面とほとんど変わらないシンプルなデザインの手帳を使うのかという疑問点に、アプリにすると、データ管理が難しいし、手帳には自分なりのカスタマイズをすることが可能であると仮説を立てた。

手帳を使うことは重要だと大半の人が思っており、手帳やアプリを選ぶ基準としてシンプルなものを選ぶことは重要だと考える人も多かった。また、シールや付箋、アプリでは色分けをすることを重要だと思っている人も多かった。9割以上の人が手帳に何かを挟んでいることもわかった。自分の手帳を書き込んだり大切なものを挟んだりすることで、自分なりにカスタマイズできるから紙の手帳を使う人が多いことがわかった。

アプリでのスケジュール管理については、不安と思う人と思わない人と半々であった。しかし、書き込みや色分けによるカスタマイズが紙の手帳の需要であることも今回の調査で分かり、我々の仮説は立証された。

#### 調査結果のポイント

##### (1) およそ9割の人がスケジュール管理に手帳を使用。

スケジュール管理に手帳を使用している人の割合は88.3%と大多数を占めており、アプリを使用している人の割合は11.7%という結果となった。【図1-1】また、手帳の重要度との関係をみたところ、手帳を使うことは重要であるかという問いに対して、非常にそう思う(61.7%)、どちらかといえばそう思う(30%)と9割の人が回答をしていることから、アプリなどが普及した現代でも紙媒体である手帳に需要があると考えていることがわかる結果となった。【図1-2】

## (2) 手帳・アプリ共にシンプルなものを求める人がおよそ7割

手帳やアプリにシンプルなデザインを求める人は非常にそう思うと回答した人が30%、どちらかといえばそう思うと回答した人が45%であり、およそ7割の人がシンプルなデザインであることを重要視していることがわかる結果となった。【図2】

また、手帳への愛着との関係性をみていくと、63.3%の人が非常に愛着があるという結果となった。シンプルなものを好んでいて、愛着があるという回答が多かったことから、手帳にはオリジナリティーが表れていると考えられる。【図2-2】

## (3) 手帳のカスタマイズ

予定ごとに色分けを重要だと考えている人の割合は、非常にそう思うと回答した人が28.3%、どちらかといえばそう思うと回答した人が41.7%と全体の過半数であることがわかる結果となった。

一方、シールや付箋などの装飾することを重要であると考えている人の割合は、非常にそう思うと回答した人が13.3%、どちらかといえばそう思うと回答した人が21.7%と全体の半数に満たないことがわかる結果となった。【図3-1】 【図3-2】

## (4) 手帳に何かを挟み込む人は大多数を占めている。

95%の人が手帳にものを挟む傾向にあり、挟み込むものとの関連をみたところ、非常に大切であると回答した人が33.3%、どちらかといえば大切であると回答した人が59.6%と、重要度の高いものを挟み込む傾向があるという結果となった。【図4-1】 おもな中身としては、チケットや写真などを挟み込んでいる人が10人を超えており、次いで手紙やメッセージカード、シフト表、学校関連の用紙などが挙げられた。振込用紙などの重要度の高いものも多くみられた。【図4-2】

## (5) 手帳アプリを使用した経験がない人はおよそ4割。

手帳アプリを使用しない人(38.3%)のうち47.8%はアプリでのデータのスケジュール管理に対して不安を抱いているという結果となった。そのほかの理由としては、見づらいから(27.3%)、使い方がわかりにくいから(9.1%)、こだわりたいから(9.1%)などの回答が見られる。

反対に、手帳アプリの使用経験のある人(61.7%)がアプリを用いる理由としては、書き込みがすぐできる(67.6%)、持ち運びやすさ(24.3%)、通知が来る(24.3%)などの回答が見られた。【図5-1】 【図5-2】

### 【図5-3】

手帳に重要だと感じるのは、アプリに対するデータ管理の不安を抱く人が多いからではないかという我々の仮説に対し、調査の結果、関係性がないということがわかった。【図5-4】

## (6) 手帳の持ち運びやすさを重視する人は過半数。

手帳を選ぶ際に、持ち運びやすさが非常に需要であると考えている人の割合は66.7%と過半数であるということがわかった。持ち運びやすさはアプリを好む人の理由でも挙げられていたため、手帳を選ぶ際の重要な項目であると考えられる。【図5-3】 【図6】

## 調査結果について

### <調査概要>

1. 調査対象：女子大学生 1-4 年生
2. 調査方法：調査票調査
3. 調査期間：2017 年 9 月 1 日 ~2017 年 11 月
4. 有効回答者数：60 人
5. 回答者の属性：【実践女子大学生】19 人（31.7%）【他大学女子大生】41 人（68.3%）

## 本件調査担当

実践「ペルソナ」研究会

3 年 牛上穂南

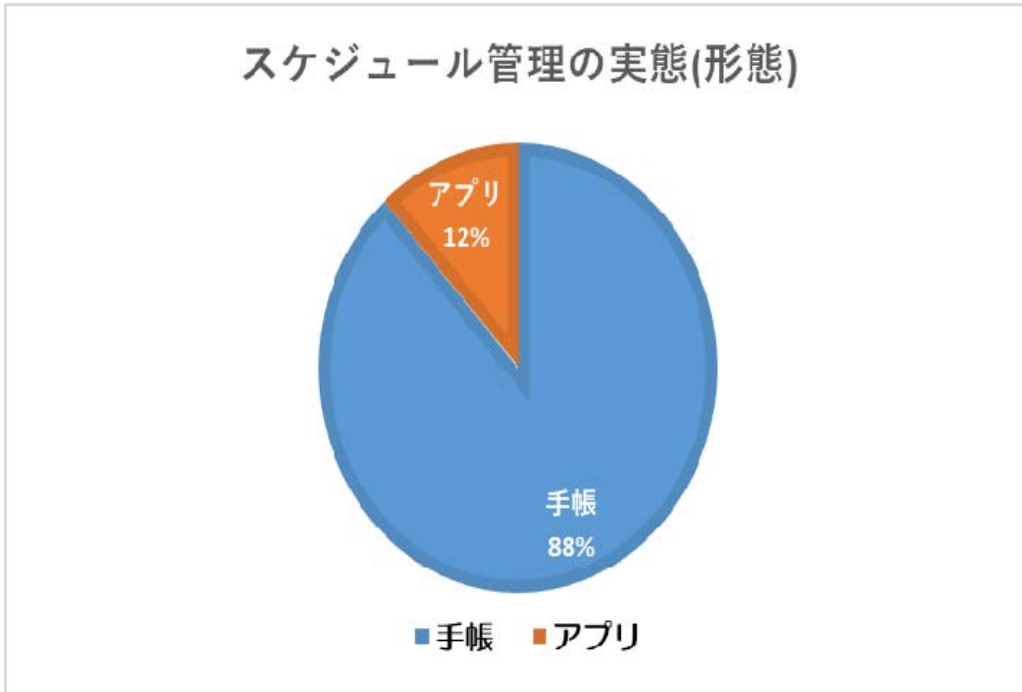
3 年 小野詩織

3 年 萬羽なつみ

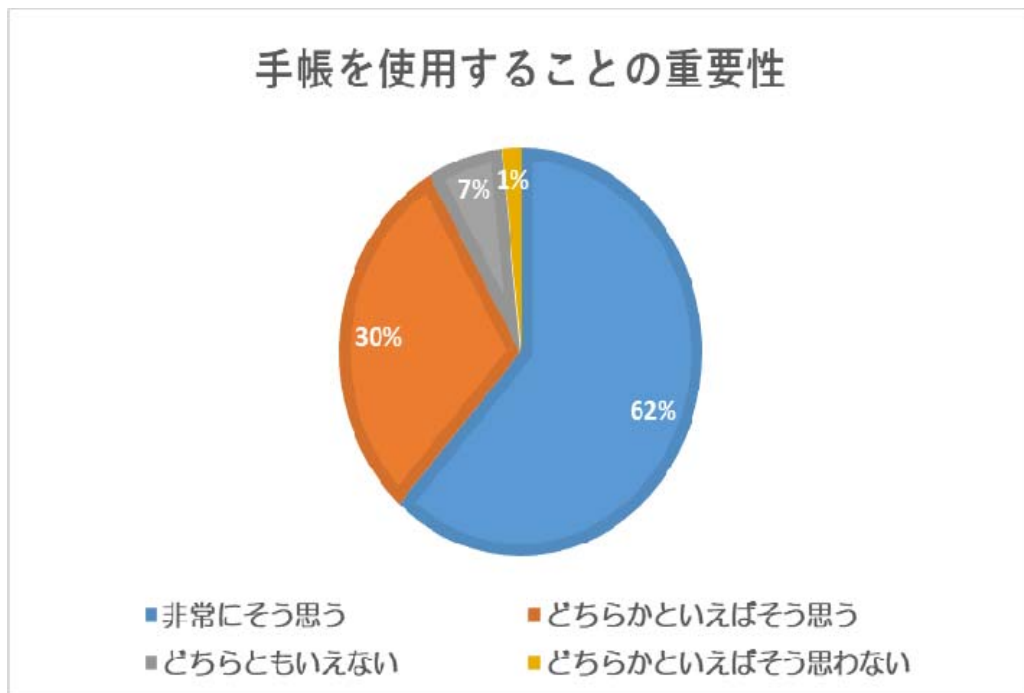
(1) 女子大生におけるスケジュール管理の実態（形態）

全体では、手帳を使用する人が88%、アプリを使用している人が12%という結果になった。

【図1-1】女子大生におけるスケジュール管理の実態（形態）（n=60）



【図1-2】手帳を使用することの重要性(n=60)

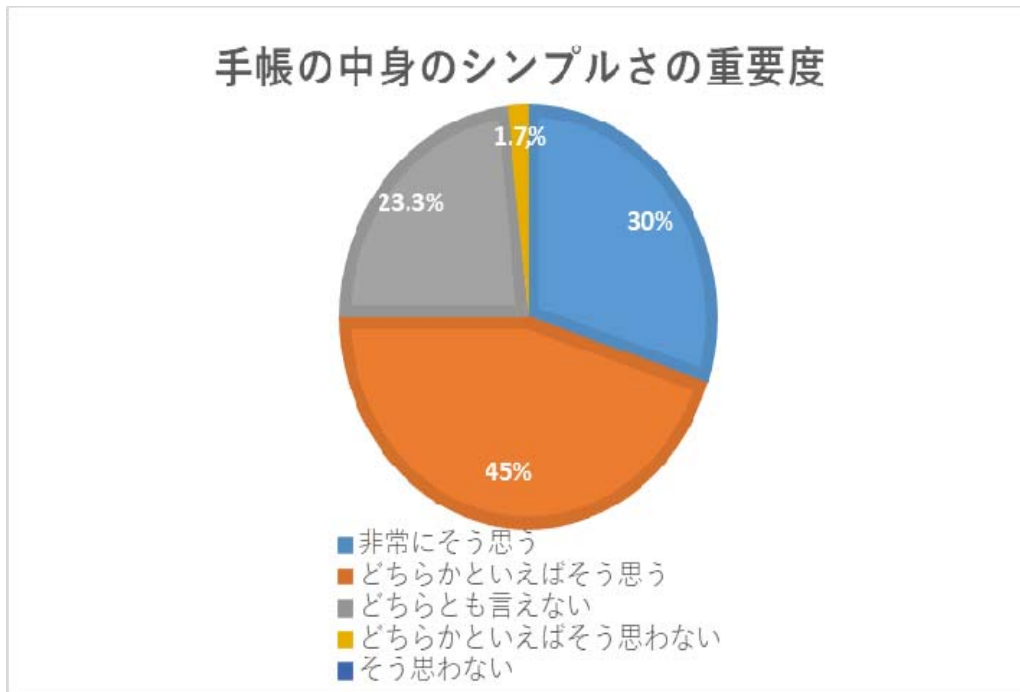


## (2) 女子大生における手帳のシンプルさの重要度

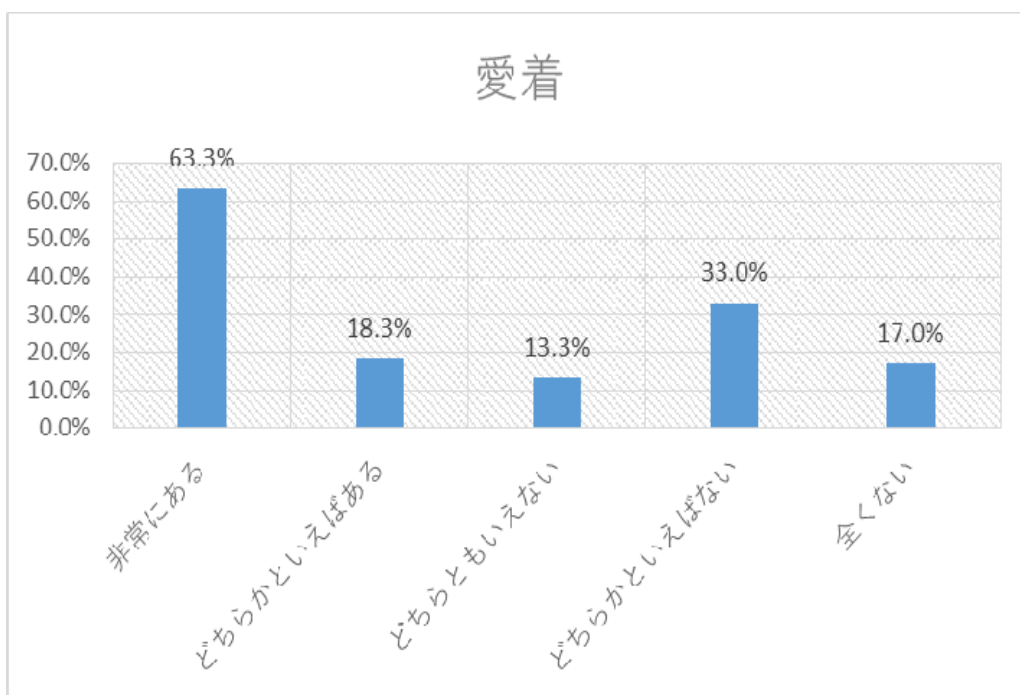
全体では、手帳の中身のシンプルさは「どちらかといえばそう思う」と答えた人が45%だった。次いで、「非常にそう思う」30%であり、シンプルさを重視する人が75%ほどであることがわかった。一方で、「どちらともいえない」と回答する人が23.3%という結果も出ている。

愛着を持っているかという調査に対しては、「非常にある」と答えた人が63.3%と過半数を超えた。

【図 2-1】 女子大生における手帳のシンプルさの重要度 (n=60)



【図 2-2】 手帳に対する愛着 (n=60)

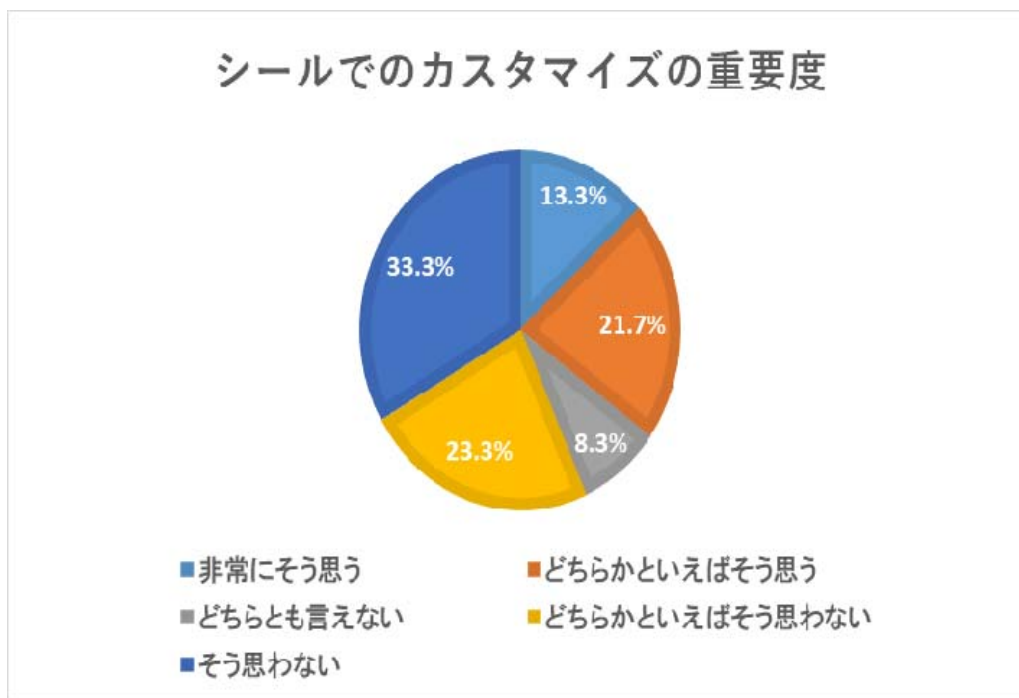


### (3) 手帳のカスタマイズ

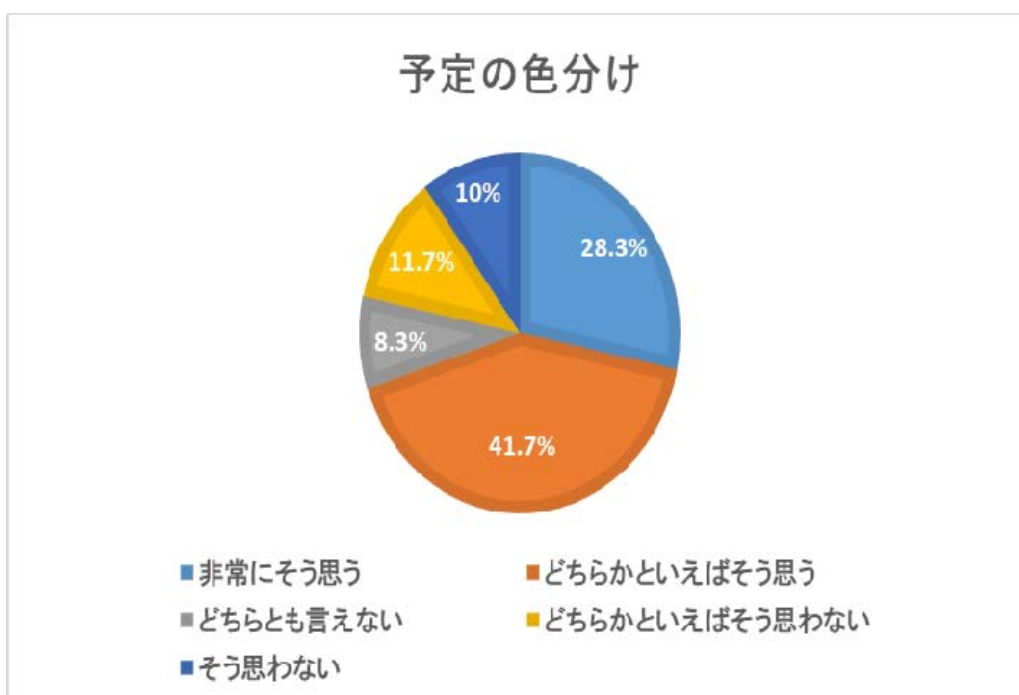
シールや付箋などの装飾することを重要であると考えている人の割合は、「非常にそう思う」と回答した人が 13.3%、「どちらかといえばそう思う」と回答した人が 21.7%と全体の半数に満たないことがわかる結果となった。

一方で、予定ごとの色分けに対しては、「非常にそう思う」28.3%、「どちらかといえばそう思う」41.7%とシール・付箋などに比べると高い割合であることがわかった。

【図 3-1】女子大生におけるシールでのカスタマイズの重要度 (n=60)



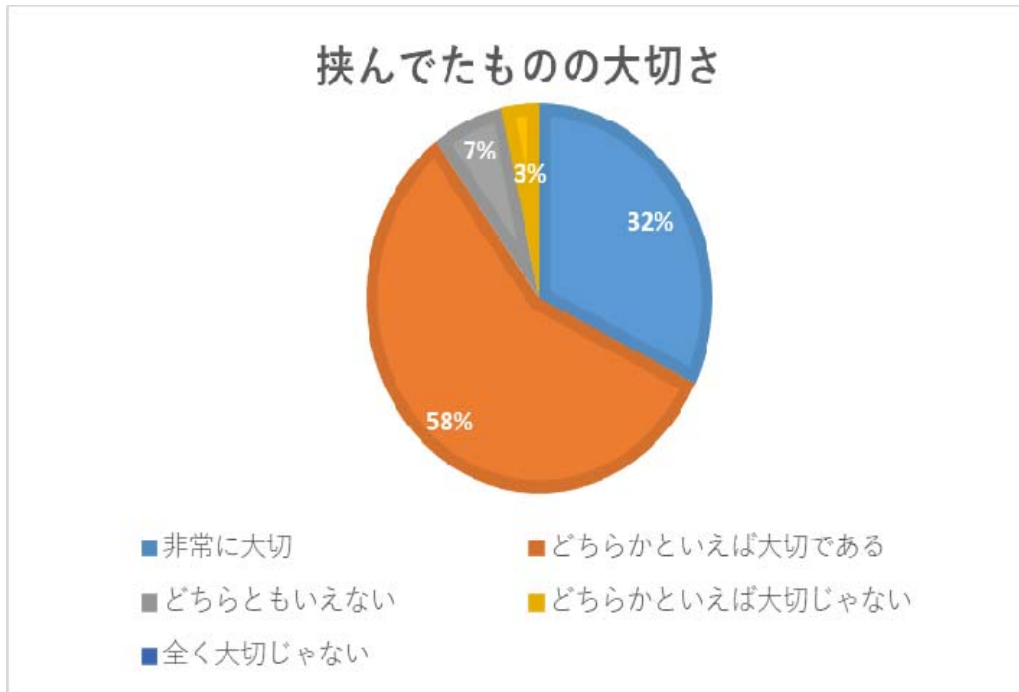
【図 3-2】女子大生における色分けでのカスタマイズの重要度 (n=60)



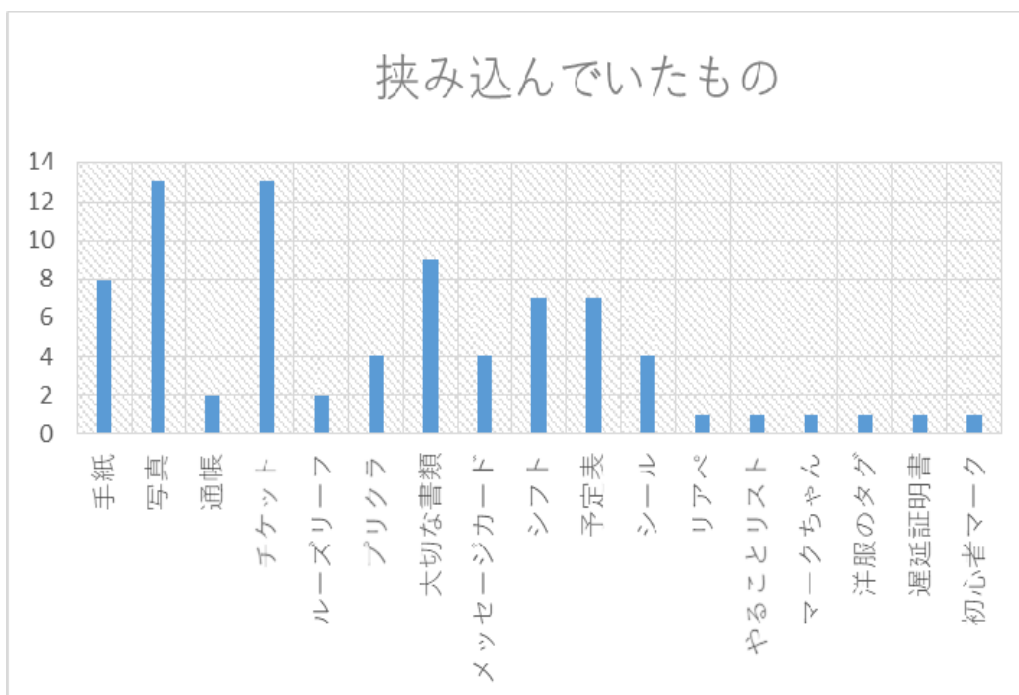
#### (4) 手帳に挟むもの

手帳にものを挟み込んだことのある学生(95%)を対象として、そのものの大切さを調査したところ、「どちらかといえば大切」と答えた人が58%で過半数を占めた。また、挟み込んだものを調査すると、写真、チケット、大切な書類、手紙などがあげられた。

【図 4-1】女子大生における手帳に挟み込んだものの大切さ (n=57)



【図 4-2】手帳に挟み込んだもの



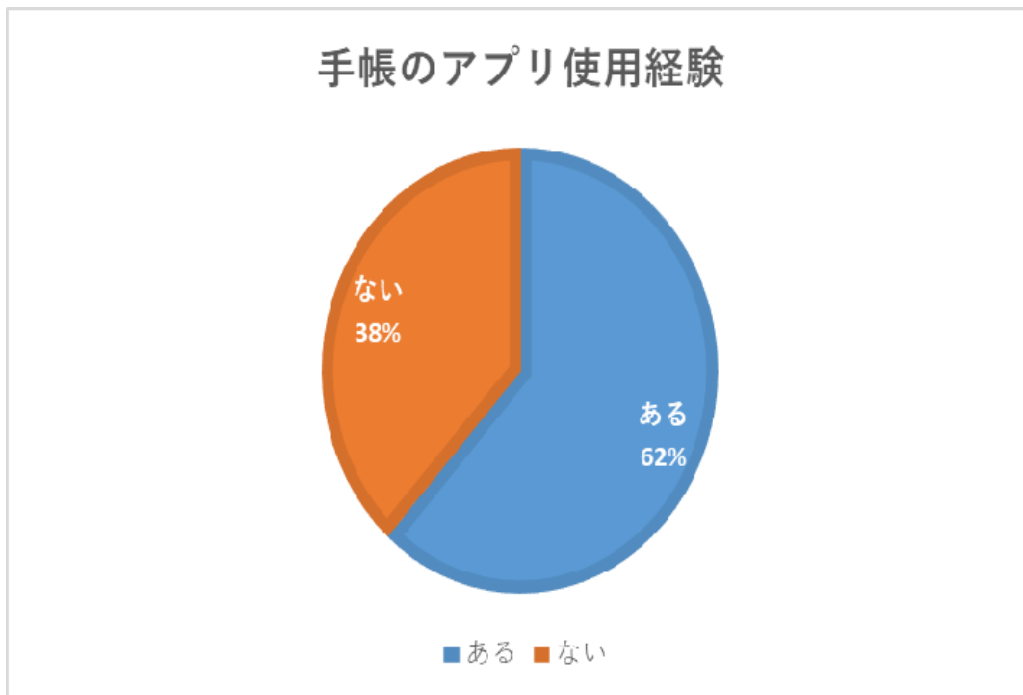
(5) 手帳アプリを使用した経験がない人はおよそ4割。

手帳アプリを「使用経験のある人」が62%を占め、「使用経験のない人」が38%となった。

「アプリを使用しない人」の理由として最も多く挙げられたのは、データの管理不安の47.8%である。一方、「使用経験のある人」は、67.6%の人が書き込みがすぐできることを理由としている。【図5-1】  
【図5-2】 【図5-3】

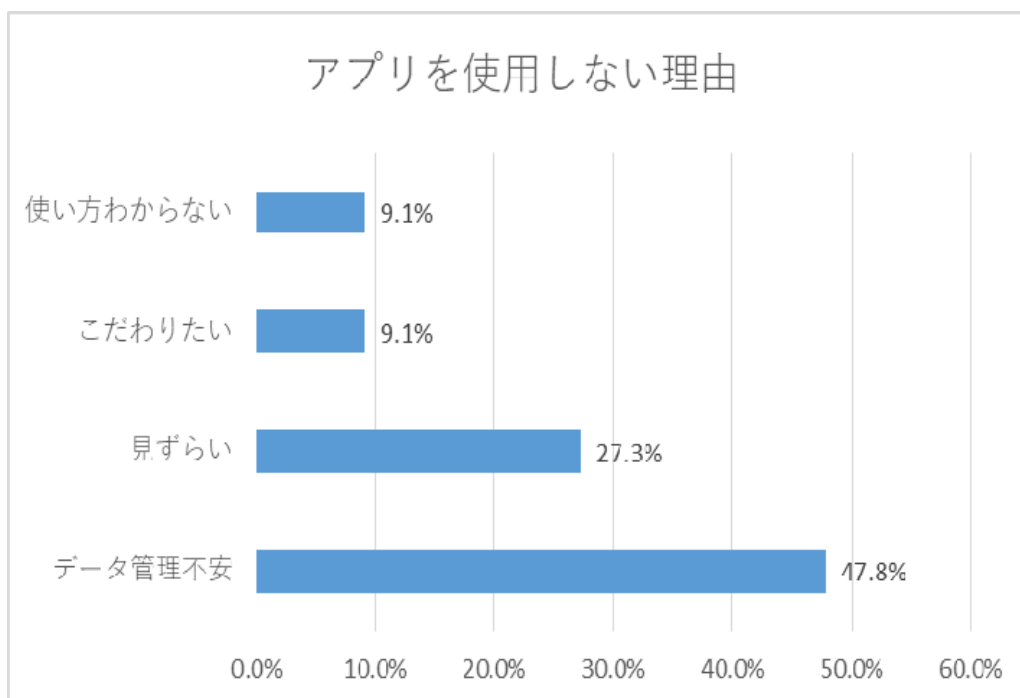
また、我々の持つ疑問として、「データ管理が不安（原因）」だから、「手帳が重要（結果）」だと考え、調査した。回帰式  $\hat{y} = -0.73606 + 0.424957x$  という結果になった。しかし、P値は0.173336499となり、 $P < 0.05$  ではないので関係性はないと考えられる。【図5-4】

【図5-1】女子大生における手帳アプリの使用経験 (n=60)

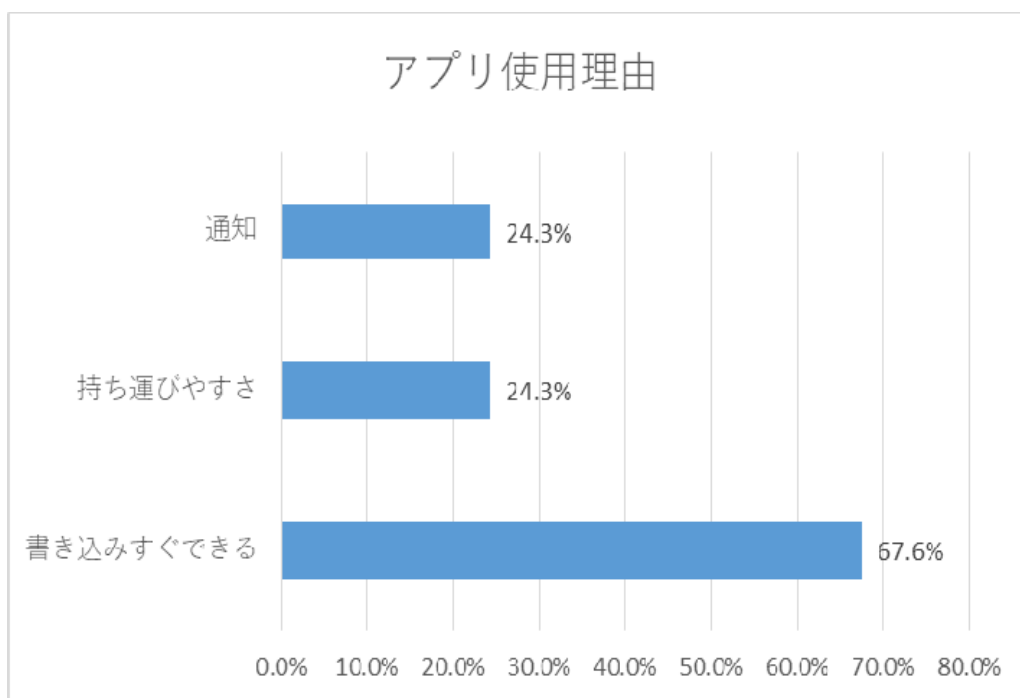




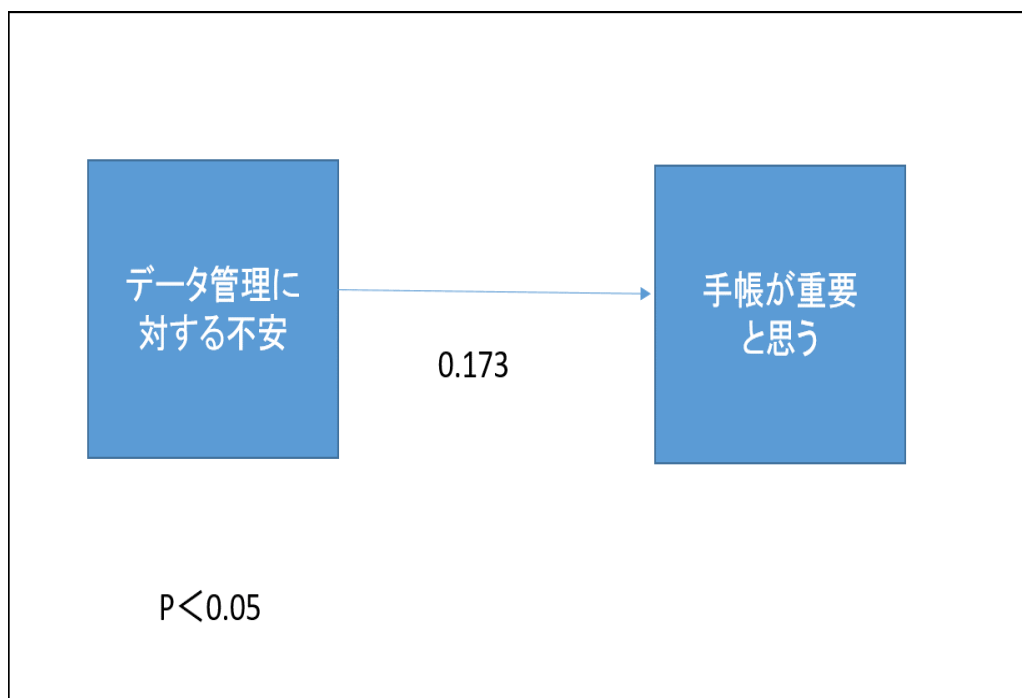
【図 5-2】アプリを使用しない理由 (n=23)



【図 5-3】アプリの使用理由 (n=37)



【図 5-4】 データ管理が不安・手帳が重要の関係性



(6) 手帳の持ち運びやすさを重視する人は過半数。

手帳の持ち運びやすさを重要視するかどうかのアンケートに対し、「非常に重要」と答えた人が66%。また、先ほどの【図 5-3】でも持ち運びやすさを重視する人が2割という結果が出ている。

【図 6】 手帳の持ち運びやすさ (n=60)

