

報道関係各位  
 No.15-2001



住宅・不動産情報ポータルサイト「HOME'S」調査報告  
**一人暮らし社会人の1割が**  
**「会社の家賃補助が無くなって家賃負担が苦しい」と回答**  
 ～2009年度 一人暮らし若手社会人の意識と実態調査～

住宅・不動産情報ポータルサイト「HOME'S」を運営する株式会社ネクスト(本社: 東京都中央区、代表取締役社長: 井上高志、東証マザーズ: 2120)は、人材と出版の総合サービス企業、株式会社 毎日コミュニケーションズ(本社: 東京都千代田区、代表取締役社長: 中川信行)と共同で、全国の一人暮らし若手社会人の方を対象に、一人暮らしに関する意識と実態調査を実施いたしました。このたび調査結果をまとめましたので、ご報告いたします。



【HOME'S リサーチ】“2009年度一人暮らし社会人の意識と実態調査”  
<http://homesclub.next-group.jp/research/research/2009/20090423.php>

<調査概要>

調査対象: 1都3県、京都、大阪、兵庫を中心とした全国在住の社会人男女  
 調査手法: インターネット調査(毎日コミュニケーションズが運営する20代ビジネスパーソン向け情報サイト「コブスオンライン」(<http://cobs.jp>)の登録ユーザーに対してアンケートを実施)  
 有効回答数: (社会人全体): 1,000人 (男性297人、女性703人)、(ひとり暮らし): 209人 (男性72人、女性137人)  
 調査時期: 2009年3月18日(水)～ 2009年3月31日(火)

<主な調査結果>

**1. 一人暮らし社会人女性の約7割、男性の半数以上が現在の家賃額を負担に感じている。**  
**負担と感じる理由の15%が「会社の補助が減った・無くなったから」**

一人暮らし若手社会人のうち女性の69.3%、男性の54.2%が「収入に対して現在の家賃額が負担になっている」と回答しています。「負担と感じる理由」について、男女ともに15%以上が「会社の家賃補助額が減った・無くなった」と回答。また、女性の12.6%が「実家の援助が減った・無くなった」と回答しています。「家賃が負担になっている」と回答したグループの月収に対する家賃の割合を平均してみると、「住居費の目安」とされる月収の3分の1を越えた家賃額の部屋を借りていることが分かります。一方で「現在の家賃でちょうど良い」と回答したグループの月収に対する家賃割合は男女共に28%程度に留まっています。

**2. 一人暮らし社会人の6割が「週半分以上は自炊」。男性社会人でも3割近くが職場に「マイ弁当」持参。**

一人暮らし社会人の自炊率については、男女共に約3割が「ほぼ毎日自炊をしている」と回答。週の半分以上と回答した人を含めると、約6割は日常的に自炊をしていることが分かります。最近話題の「弁当持参」については、一人暮らし社会人男性の27.7%が職場に「マイ弁当」を持参しているという結果となりました。

【お願い】本調査データを引用・紹介いただく際は、「住宅・不動産情報ポータルサイト HOME'S調べ」と、明記をお願いいたします。

■ 本件に関するお問い合わせ先  
 株式会社ネクスト 管理本部  
 コーポレートコミュニケーション室 広報担当  
 TEL: 03-6204-4067 FAX: 03-6204-3963 E-MAIL: [press@next-group.jp](mailto:press@next-group.jp)

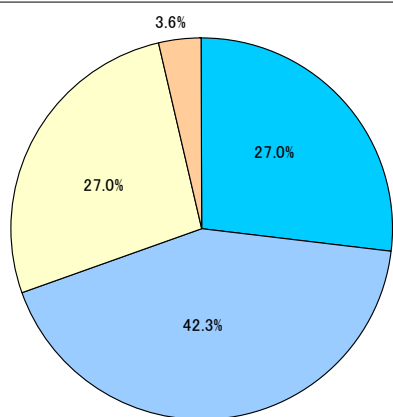
# 1. 一人暮らし社会人の家賃負担感

現在一人暮らしの社会人男女に、「収入に対する現在の住まいの家賃負担感」について回答してもらいました。

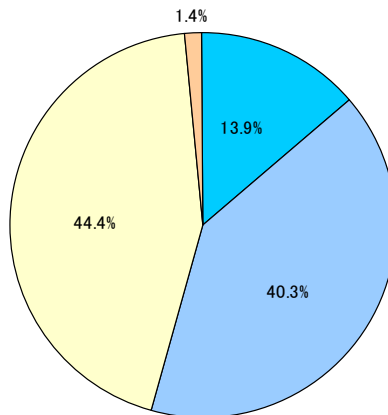
一人暮らし社会人女性の69.3%、一人暮らし社会人男性の54.2%が「収入に対して現在の家賃額が負担になっている」と回答しています。

- 収入に対して現在の家賃額が非常に負担になっている
- 収入に対して現在の家賃額がやや負担になっている
- 現在の負担額でちょうど良い
- もう少し家賃の高いところに引っ越しても良いと思っている

図1-1.現在の住まいの家賃負担感



(現在賃貸住宅で一人住まい中の社会人女性: 137人)



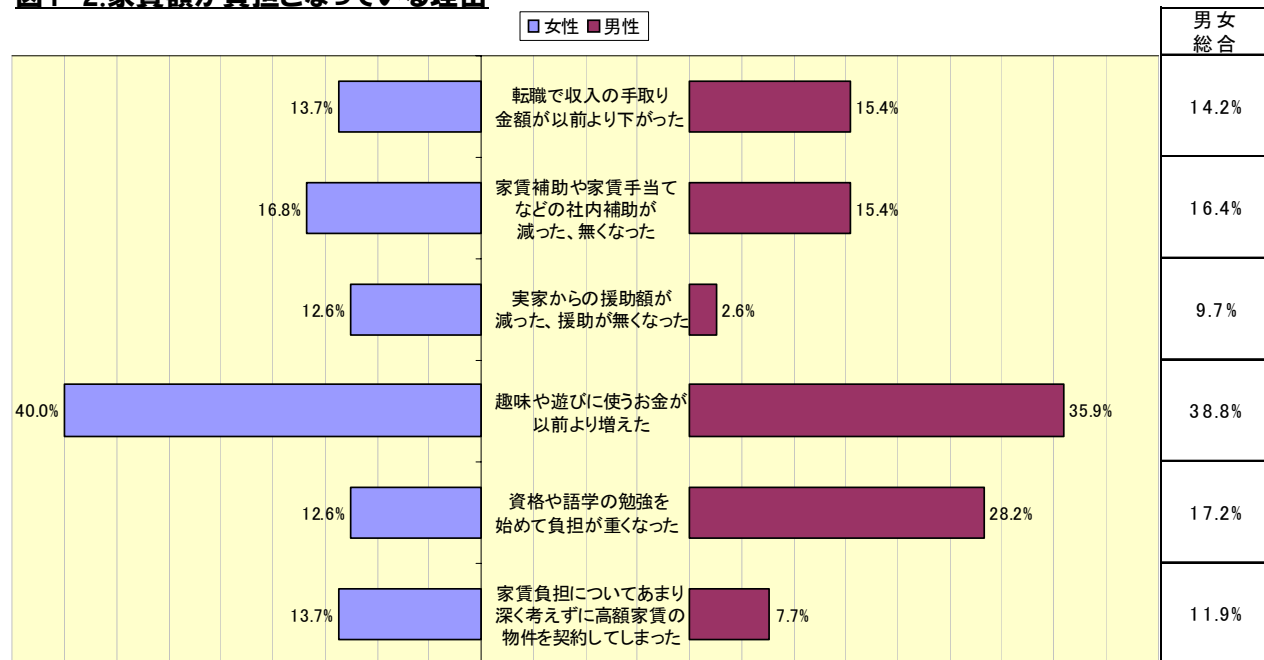
(現在賃貸住宅で一人住まい中の社会人男性: 72人)

家賃額が負担となっている理由について、男女共に15%以上が「家賃補助、家賃手当などが減額された(無くなった)」と回答。「転職で収入が下がった」という回答者も全体の約15%に上ります。

男女別に見たところ、特徴的なのは「資格・語学の勉強を始めてお金がかかるようになった」と回答している割合は、女性は男性の半分以下。その一方で「これまで当てにしていた実家からの援助が減った(無くなった)」、「深く考えずに高額家賃の物件を契約してしまった」という回答は女性の方が男性を大きく上回っています。

補助や援助をあてにせず、自己収入でまかなえる範囲以上の物件に住み始めてしまうと、不況や環境の変化などで補助・援助が無くなった時に一気に家賃の負担感が増す結果となるようです。

図1-2.家賃額が負担となっている理由



【お願い】本調査データを引用・紹介いただく際は、「住宅・不動産情報ポータルサイト HOME'S調べ」と、明記をお願いいたします。

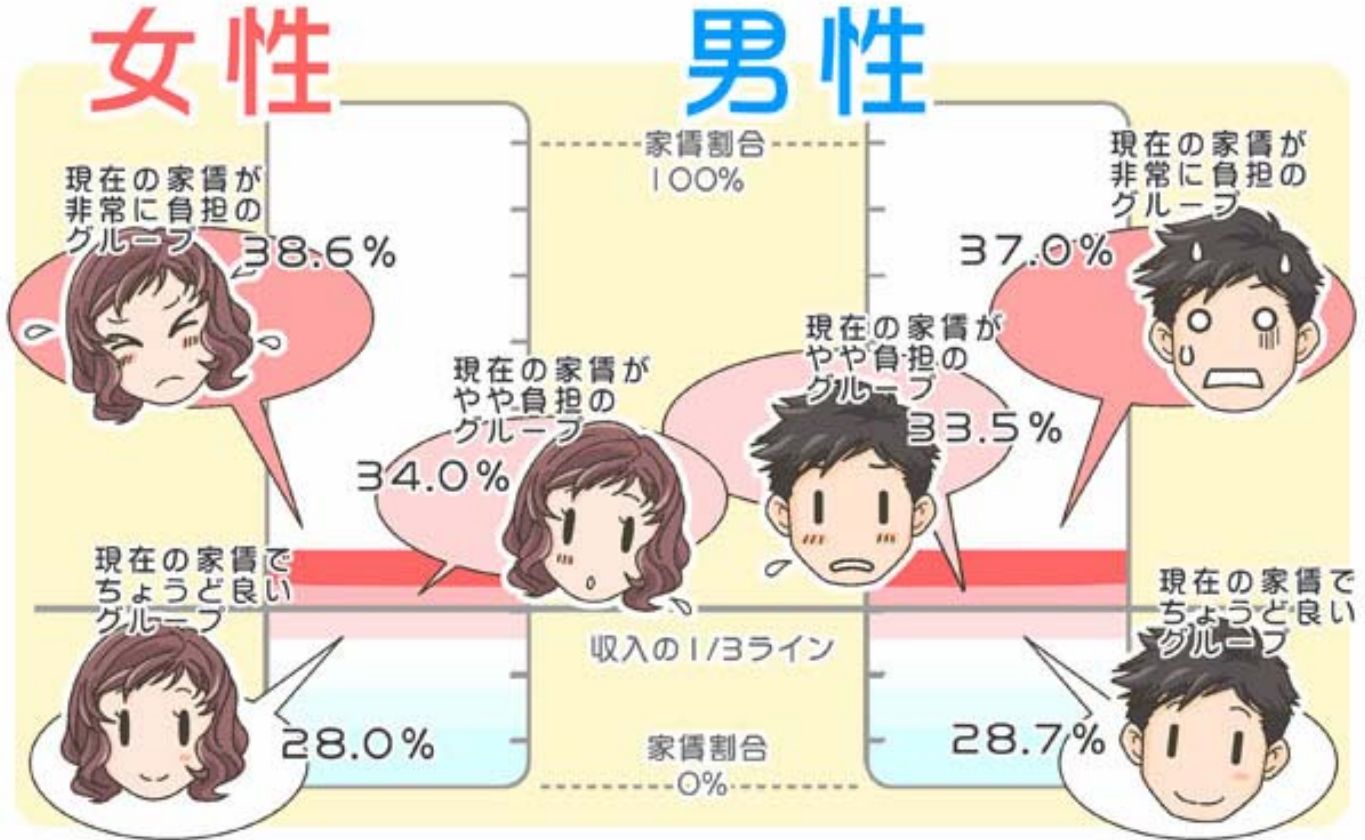
■ 本件に関するお問い合わせ先  
株式会社ネクスト 管理本部  
コーポレートコミュニケーション室 広報担当  
TEL : 03-6204-4067 FAX: 03-6204-3963 E-MAIL: press@next-group.jp

それでは、負担と感じている家賃とは実際はどの程度のものなのでしょうか。

一般的に家賃の目安は「収入の3分の1」と言われていますが、ここで回答者の実際の収入に対する家賃の割合を見てみたいと思います。

以下は、「収入に対して現在の家賃額が非常に負担になっている」と回答したグループ、「収入に対して現在の家賃額がやや負担になっている」グループ、「現在の負担額でちょうどよい」グループそれぞれの、収入に対する家賃の平均割合を示した図です。

図1-3.収入に対する家賃の平均割合



やはり「現在の収入に対して家賃が負担となっている」と回答したグループの家賃の平均割合は、目安である「収入の3分の1」を超えてしまっているようです。

また、注目したいのは男女共に「現在の家賃でちょうど良い」と思っている人々の家賃の平均割合は28%程度に留まっていること。

今後住まいを探される時には、「家賃目安は月々の収入の3割未満程度」を一つの目安にしておけば職場環境や転職などによる収入の変化、また支出額の思わぬ増加にも対応できる一人暮らし社会人ライフが送れそうです。

【お願い】本調査データを引用・紹介いただく際は、「住宅・不動産情報ポータルサイト HOME'S調べ」と、明記をお願いいたします。

■ 本件に関するお問い合わせ先  
株式会社ネクスト 管理本部  
コーポレートコミュニケーション室 広報担当  
TEL : 03-6204-4067 FAX:03-6204-3963 E-MAIL:press@next-group.jp

## 2. 一人暮らし社会人の自炊生活

家賃と共に、毎月必ず出費として出て行くのは「光熱費」、そして「食費」。

外食費を抑えるために弁当を持参する「弁当男子」が近年話題となっていますが、それでは若手一人暮らし社会人の自炊率、弁当持参率はどのくらいなのでしょう？

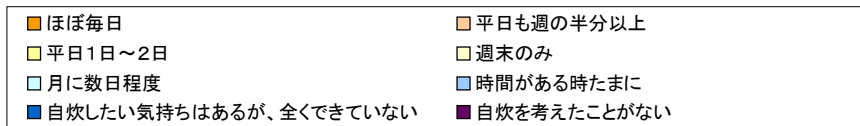
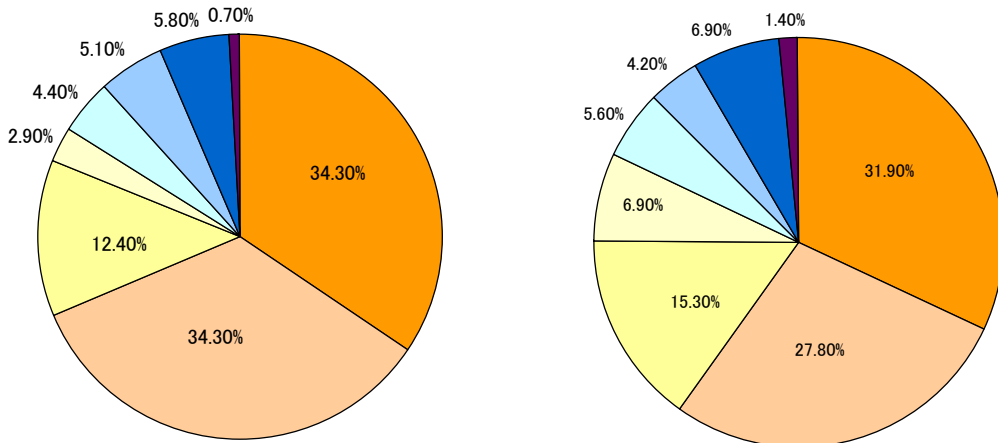


図2-1.一人暮らし社会人の自炊率



(現在賃貸住宅で一人住まい中の社会人女性:137人) (現在賃貸住宅で一人住まい中の社会人男性:72人)

女性社会人の34.3%、男性社会人の31.9%が「ほぼ毎日自炊をしている」と回答。毎日自炊をしている社会人の割合は、男女で殆ど差が無いという結果になりました。

また、「平日も週の半分以上は自炊している」という回答も合わせると女性では68.6%、男性では59.7%の社会人が日常的に自炊をしている、という結果になります。

全体的な傾向から見ても、20代社会人の自炊率、料理に対する考え方は男女の差が殆ど無いと言ってもよさそうです。

それでは最近話題の「弁当持参」についてはどうでしょうか。

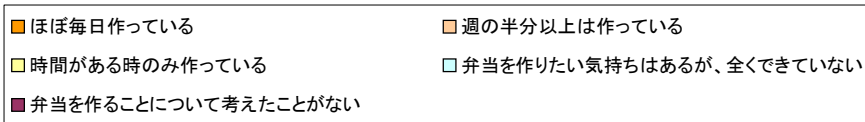
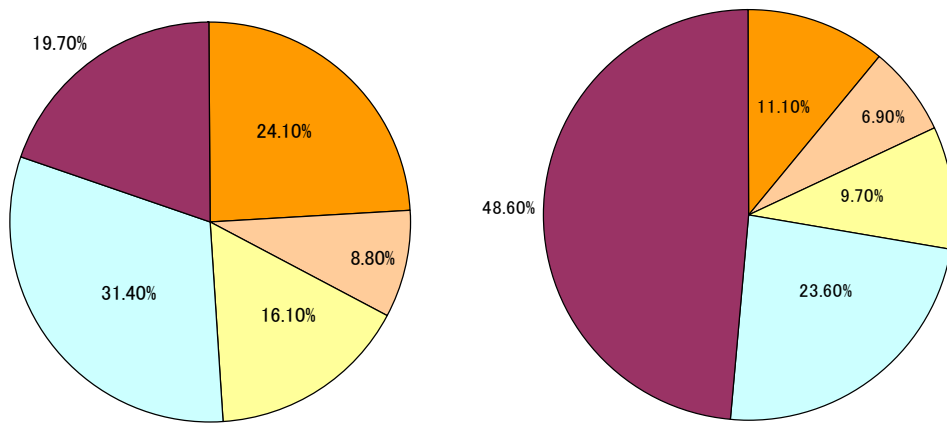


図2-2.一人暮らしの弁当持参率



(現在賃貸住宅で一人住まい中の社会人女性:137人) (現在賃貸住宅で一人住まい中の社会人男性:72人)

【お願い】本調査データを引用・紹介いただく際は、「住宅・不動産情報ポータルサイト HOME'S調べ」と、明記をお願いいたします。

■ 本件に関するお問い合わせ先  
株式会社ネクスト 管理本部  
コーポレートコミュニケーション室 広報担当  
TEL : 03-6204-4067 FAX:03-6204-3963 E-MAIL:press@next-group.jp



「弁当」については、男女ではっきりと差が出る結果になりました。

**女性社会人の32.9%**が「**ほぼ毎日**」もしくは「**週の半分以上**」弁当を自分で作って持って行っている、と回答したのに対し、**男性社会人の「ほぼ毎日」**、もしくは「**週の半分以上**」弁当を作って持って行っている、という回答結果は**18.0%**に留まっています。

とは言え、「時間がある時のみ」という回答も含めると**一人暮らし社会人男性の27.7%**が、職場に「**マイ弁当**」を持参している、という結果になります。また、現在ではできていない人も含めると**過半数の一人暮らし社会人男性が、「自分で弁当を作って持って行く(行きたい)」という意識を持っている**ことが分かります。

それでは、男女間では「マイ弁当」の中身について、どの程度の格差があるでしょうか。「弁当を作って持って行っている」と回答した一人暮らし社会人男女に、持参している弁当の中身を自由回答形式で答えてもらったところ、弁当の献立や中身について男女間で相当の違いがあることがうかがわれました。

## 持参している弁当の中身について(自由回答)

男性	おにぎり一つ。(26歳・マスコミ系営業)
	タッパにご飯とおかずを1品詰めて持って行く。(30歳・情報・IT系)
	ほとんどが冷凍食品のコロッケやシューマイなどの詰め合わせとおにぎりのペアなので、健康的にはあまり良く無いかも。野菜は野菜ジュースで補給。(25歳・サービス業)
	朝に炊いたご飯・前日の夕食の残り惣菜(スーパーで購入) (29歳・ソフトウェア系研究職)
女性	休日に作ったり、買ったりしたおかずを冷凍しておいて、毎朝解凍してお弁当につめています。野菜もゆでて冷凍してるのを使います。(25歳・情報・IT系)
	メインは冷凍食品や前日の夕食の残りを入れ、副菜に野菜炒めや卵焼きなど2品入れている。あとは梅干しご飯に、ふりかけを持って行っている。(26歳・マスコミ系企画職)
	解凍したごはんにふりかけをかけたおにぎり。週末に大量に作り置きしておいた総菜・保存のきく食品(五目豆や竹輪等)をジップロック・タッパーに入れて持って行きます。(23歳・医療系専門職)
	休みの日にまとめて作って冷凍したものを朝レンジであたためてお弁当箱に詰めて持って行きます。ひじきは毎日入れます。(24歳・金融系事務職)

**男性**の回答で特に多かったのが「**おにぎり**」。自分で握ったおにぎりのみか、おにぎりと一緒に冷凍食品のおかずを持参、もしくはご飯+冷凍食品かスーパーの惣菜をおかず代わりに、というシンプルな内容に留めて弁当持参を続けている人が多いようです。

「米を自分で炊く」ことができれば、現在弁当非持参派の男性一人暮らし社員の人も節約マイ弁当へのハードルは意外と低いかもしれません。

**女性**の回答で多かったのは「**休日に作り置きして冷凍した惣菜**」や「**前日の夕食の残り**」を弁当のおかずとして活用しているというもの。自作の作り置きおかずと冷凍食品を組み合わせつつ、栄養バランスにも気をつけて品数も多くするように努力しているようです。

【お願い】本調査データを引用・紹介いただく際は、「**住宅・不動産情報ポータルサイト HOME'S調べ**」と、明記をお願いいたします。

■ 本件に関するお問い合わせ先  
株式会社ネクスト 管理本部  
コーポレートコミュニケーション室 広報担当  
TEL : 03-6204-4067 FAX:03-6204-3963 E-MAIL:press@next-group.jp

## 〈会社概要〉

### 【株式会社ネクストについて】

社名 : 株式会社ネクスト  
証券コード : 2120 東証マザーズ  
設立 : 1997年3月12日  
代表者 : 代表取締役社長 井上 高志  
資本金 : 1,983百万円  
所在地 : 〒104-6215 東京都中央区晴海1-8-12  
晴海アイランドトリトンスクエア オフィスタワーZ棟 15階  
連絡先 : 電話: 03-6204-4040(代) FAX: 03-6204-3963  
URL : <http://www.next-group.jp/>  
事業内容 : 不動産ポータル事業  
・日本最大級の住宅・不動産情報ポータルサイト「HOME'S」の企画・運営  
・賃貸物件情報ポータルサイト「HOME'S賃貸」の企画・運営  
・売買物件情報ポータルサイト「HOME'S不動産売買」の企画・運営  
・新築分譲マンション情報ポータルサイト「HOME'S新築分譲マンション」の企画・運営  
・新築分譲戸建住宅情報ポータルサイト「HOME'S新築一戸建て」の企画・運営  
・不動産投資情報ポータルサイト「HOME'S不動産投資」の企画・運営  
・高齢者施設・住宅情報ポータルサイト「HOME'S介護」の企画・運営  
・マンションクチコミサイト「マンション100%」の企画・運営  
地域コミュニティ事業  
・地域コミュニティサイト「Lococom」の企画・運営  
その他事業  
・「HOME'Sマイルーム保険」の企画・運営  
・「HOME'S保険生活」の企画・運営  
・「HOME'S引越し見積もり」の企画・運営  
・Web広告プロモーション、バナー広告の企画提案  
関係会社 : 株式会社ウィルニック、株式会社レンターズ、株式会社ネクストフィナンシャルサービス

### 【株式会社 毎日コミュニケーションズについて】

社名 : 株式会社 毎日コミュニケーションズ  
設立 : 1973年8月15日  
代表者 : 代表取締役 中川信行  
資本金 : 2,068.82百万円  
所在地 : 東京都千代田区一ツ橋1-1-1 パレスサイドビル  
連絡先 : 電話: 03-6267-4451 FAX: 03-6267-4022(社会人情報事業部)  
URL : <http://www.mycom.co.jp>  
社会人情報事業部の事業内容:  
内定者のための社会人準備応援サイト「マイコミフレッシュヤーズ」  
20代の若手社会人のキャリアとスキルをサポートするサイト「COBS ONLINE」  
20代の働く女性を応援するサイト「escala café」の企画・運営、および宅配情報誌や書籍の発行、各種イベントの運営。

「HOME'S」とは: <http://www.homes.co.jp/>

北海道から沖縄まで、全国約120万件以上の不動産物件情報を検索できる、日本最大級の住宅・不動産情報ポータルサイトです。楽天市場、infoseek、Nifty、BIGLOBE、OCN、ODN、So-net、Excite、asahi.com、毎日.jp、駅探、ascii24、オリコン等、約30のサイトと提携しています。

COBS ONLINEとは: <http://cobs.jp>

株式会社 毎日コミュニケーションズでは、20代の若手ビジネスパーソンに向けて、キャリアとスキルという視点から、「今という流動的な時代を自分から楽しむビジネス力を身につける」ことを提案するビジネス情報メディアです。

【お願い】本調査データを引用・紹介いただく際は、「住宅・不動産情報ポータルサイト HOME'S調べ」と、明記をお願いいたします。

#### ■ 本件に関するお問い合わせ先

株式会社ネクスト 管理本部  
コーポレートコミュニケーション室 広報担当  
TEL : 03-6204-4067 FAX: 03-6204-3963 E-MAIL: [press@next-group.jp](mailto:press@next-group.jp)