

報道関係各位

2023年1月24日
株式会社クロス・マーケティング

人間関係リセット経験・意向者は37%、女性は高め より大切にしたい人は「親」「友人・知人」で3割超え

－ 人間関係に関する調査（2023年） －

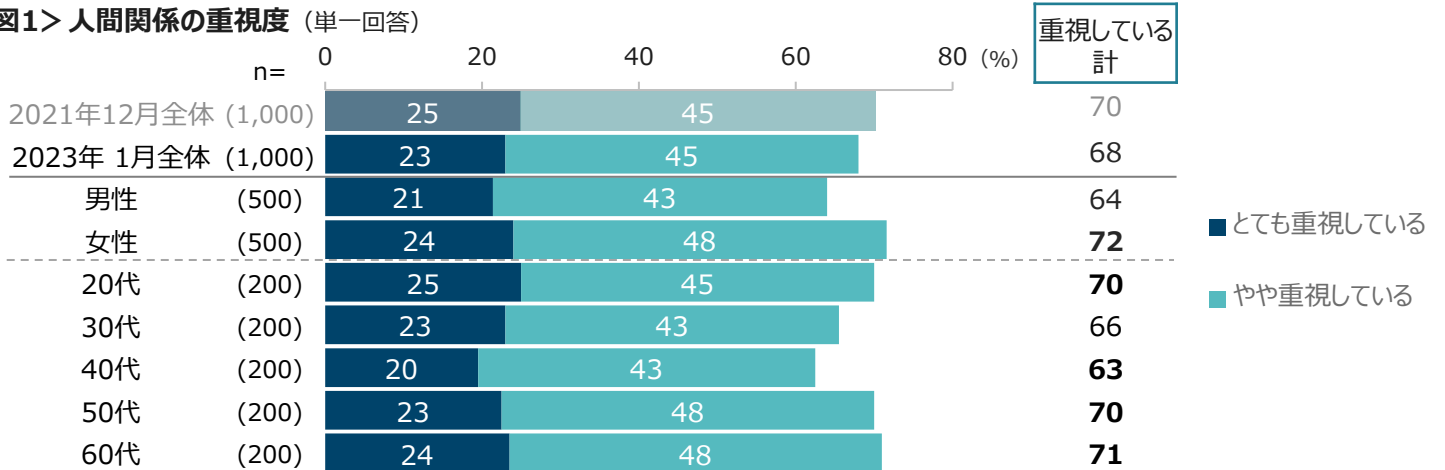
株式会社クロス・マーケティング（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：五十嵐 幹）は、2023年1月、全国47都道府県に在住する20～69歳の男女1,000人を対象に「人間関係に関する調査（2023年）」を実施しました。今回は、ストレスの要因でもある「人間関係」について、重視度、より大切にしたい人、どの間柄の人との人間関係をリセットしたいのか、リセットする方法、自身にとっての人間関係などを聴取し分析しました。
* 自ら長期的に連絡を絶つことを「人間関係リセット」として聴取

■ 調査結果（一部抜粋）

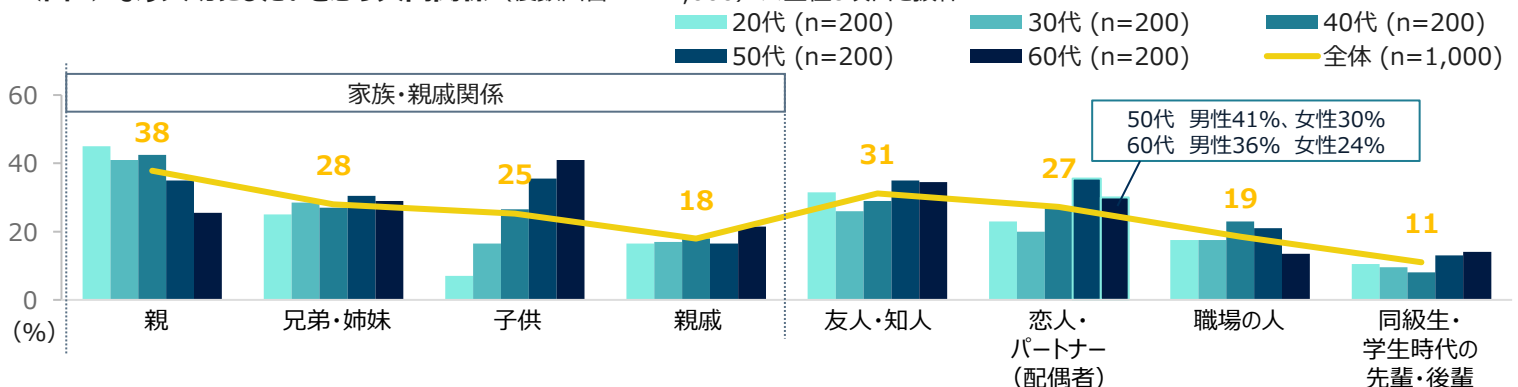
- ✓ **【人間関係の重視度】** 人間関係のについて「とても重視している」は23%、「やや重視している」は45%、合わせて68%が人間関係を重視している。重視している人が7割を超える層は、女性と20代、50～60代、最も低いのは就職氷河期世代の40代で63%。また、2021年12月調査と大きく変わりはない。＜図1＞ 今後、より大切にしたい人間関係の間柄は、「親」「友人・知人」「兄弟・姉妹」「恋人・パートナー（配偶者）」「子供」が上位。「親」をより大切にしたいと思う人は、年齢が若い方ほど高まる。逆に年代が高い方ほど、「子供」の割合が高くなる。50～60代のより大切にしたい「恋人・パートナー（配偶者）」は、男性は高いが、女性は男性より10pt以上低く男女差がある。＜図2＞
- ✓ **【人間関係リセット】** 「人間関係をリセットした／したい人がいる」は37%、女性と30代、50代は4割を超える。＜図3＞リセットした／したい人の間柄は、男性30代の「親」、女性30代の「友人・知人」、女性60代の「兄弟・姉妹」の関係でのリセット意向が高かった。リセットした／したいと思った具体的な理由は、家族・親族関係では「面倒／面倒くさい」「疲れた」、友人・知人は「面倒／煩わしい／性格が合わない／嫌い」「必要のない人からの連絡がストレスに感じる」、職場は「雰囲気が悪い」「妬まれると面倒」という声が聞かれた。＜図4＞人間関係のリセット方法は、「はがきでの連絡をやめる」「LINEの返事をしない・見ない」「SNSを見ない」「一時的に音信不通になる」など。20代はLINEやSNS関連、60代ははがきや音信不通でのリセット方法が高い。＜図5＞
- ✓ **【自身にとっての人間関係】** 自身にとっての人間関係を自由回答で聴取した。「大切・大事なもの」「信頼／信頼関係」「必要なもの」「助け合い／ギブアンドテイクの関係」「適度な距離感を保つ」などの意見が見られた。＜図6＞

◆ 詳細情報は本レポートに掲載しております。 <https://www.cross-m.co.jp/report/life/20230124human/>

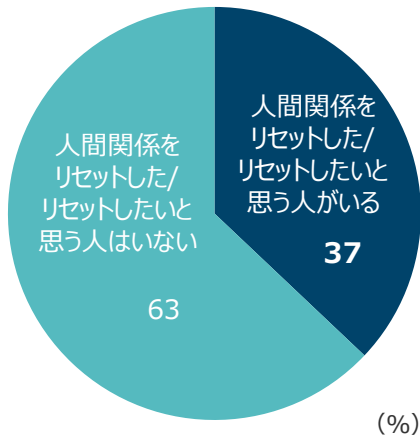
＜図1＞ 人間関係の重視度（単一回答）



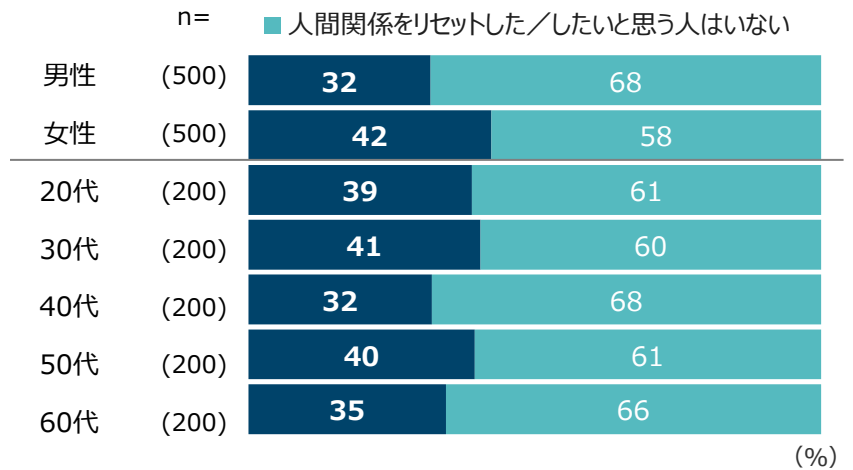
＜図2＞ より大切にしたいと思う人間関係（複数回答：n=1,000）※ 上位8項目を抜粋



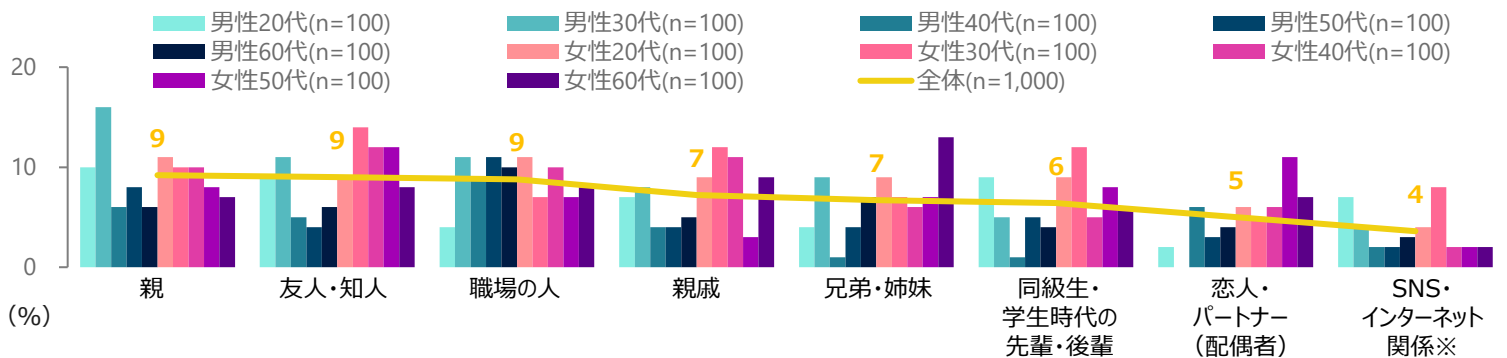
<図3> 人間関係をリセットした/したい人の割合 (単一回答 : =1,000)



■ 人間関係をリセットした/したいと思う人がいる
■ 人間関係をリセットした/したいと思う人がいない



<図4> 人間関係をリセットした/したい人 (複数回答 : n=1,000) ※上位8項目を抜粋



※SNS・インターネット上の関係 : 「SNS・インターネット上の友人」+「SNSのフォロー」の回答を合算

<人間関係をリセットした/したいと思った理由 (自由回答一部抜粋) >

● 家族・親戚関係

面倒/面倒くさい
疲れたから
依存されて重荷になる
性格的に合わない/価値観がずれている

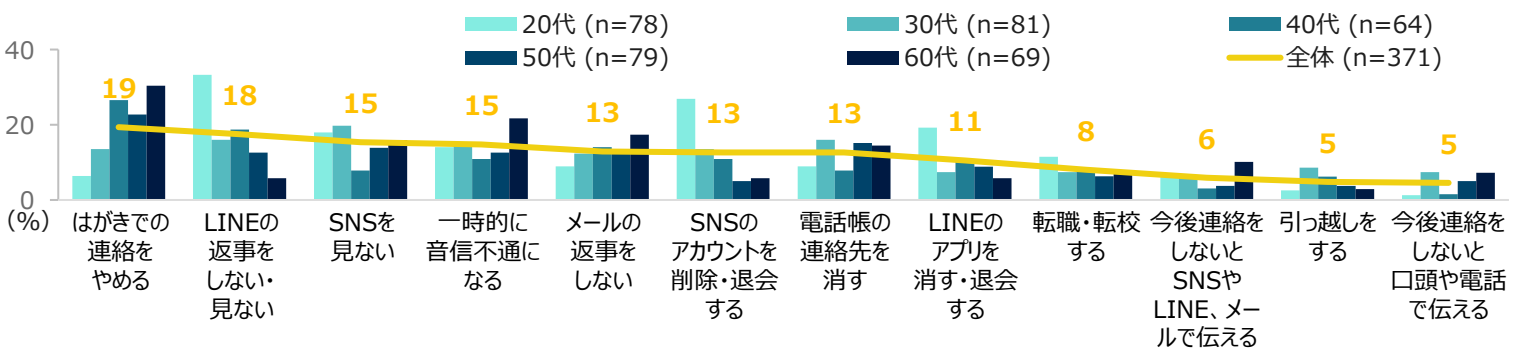
● 友人・知人

面倒/煩わしい/性格が合わない/嫌い
必要のない人からの連絡がストレスに感じる
合わないし、搾取されるだけだと思ったので
疲れた。無駄だと思った
必要のない人からの連絡がストレスに感じる

● 職場の人

雰囲気が悪い
妬まれると面倒
職場の上司の対立
職場の上司のパワハラや人を見下した態度に嫌気がさした

<図5> 人間関係のリセット方法 (複数回答) ※ベース : リセットした/したい人がいる / 上位12項目を抜粋



<図6> 自身にとって「人間関係」とはどういうものか (自由回答一部抜粋)

● ポジティブな意見

大切・大事なもの
信頼/信頼関係
必要なもの
人生を豊かにするもの
いいときも大変なときも気持ちを共有できて、互いに支え合える関係

● 中庸な意見

助け合い/ギブアンドテイクの関係
日常/自然なもの
ある程度の我慢、認容、それでいて信頼き、助け合える
適度な距離感を持って付き合う事
ときに煩わしいもの でも必要なもの

● ネガティブな意見

面倒/めんどうくさい
難しい
煩わしい
しかたないもの
ストレスがたまる
気を遣うもの/気疲れするもの

■レポート項目一覧

- 属性設問（性別／年齢／未既婚／居住地／子どもの有無／職業）
- 調査結果サマリー

▼調査結果詳細

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 人間関係の重視度 | <input type="checkbox"/> 人間関係をリセットした／したい人 |
| <input type="checkbox"/> 今まで通りの付き合い方を継続したい人間関係 | <input type="checkbox"/> 人間関係のリセット方法 |
| <input type="checkbox"/> より大切にしたい人間関係 | <input type="checkbox"/> 人間関係をリセットした／したいと思った理由（自由回答抜粋） |
| <input type="checkbox"/> 人間関係をより大切にしたいと思った理由（自由回答抜粋） | <input type="checkbox"/> 自身にとって「人間関係」とは（自由回答抜粋） |
| <input type="checkbox"/> 人間関係のリセット経験／リセット意向 | <input type="checkbox"/> 2023年の年賀状送付状況 |

◆レポートのダウンロードはこちらから <https://www.cross-m.co.jp/report/life/20230124human/>

■調査概要

調査手法 : インターネットリサーチ（クロス・マーケティング セルフ型アンケートツール「QiQUMO」使用）

調査地域 : 全国47都道府県

調査期間 : 2023年1月1日(日)／2021年12月22日(水)

調査対象 : 20～69歳の男女

有効回答数 : 本調査1,000サンプル

※調査結果は、端数処理のため構成比が100%にならない場合があります

【会社概要】

会社名 : 株式会社クロス・マーケティング <https://www.cross-m.co.jp/>

所在地 : 東京都新宿区西新宿3-20-2 東京オペラシティタワー24F

設立 : 2003年4月1日

代表者 : 代表取締役社長兼CEO 五十嵐 幹

事業内容 : マーケティングリサーチ事業、マーケティング・リサーチに関わるコンサルティング

◆本件に関する報道関係からのお問い合わせ先◆

広報担当 : マーケティング部 TEL : 03-6859-1192 FAX : 03-6859-2275 E-mail : pr-cm@cross-m.co.jp

«引用・転載時のクレジット表記のお願い»

本リリースの引用・転載時には、必ず当社クレジットを明記いただけますようお願い申し上げます。

<例> 「マーケティング・リサーチ会社のクロス・マーケティングが実施した調査によると・・・」

