

報道関係各位

2026年4月30日
株式会社クロス・マーケティング

最近目にする「〇〇パ」 認知しているのは「コスパ」と「タイパ」 実際はストレスや人間関係の「心パ」も多い

－〇〇パに関する調査（2026年）－

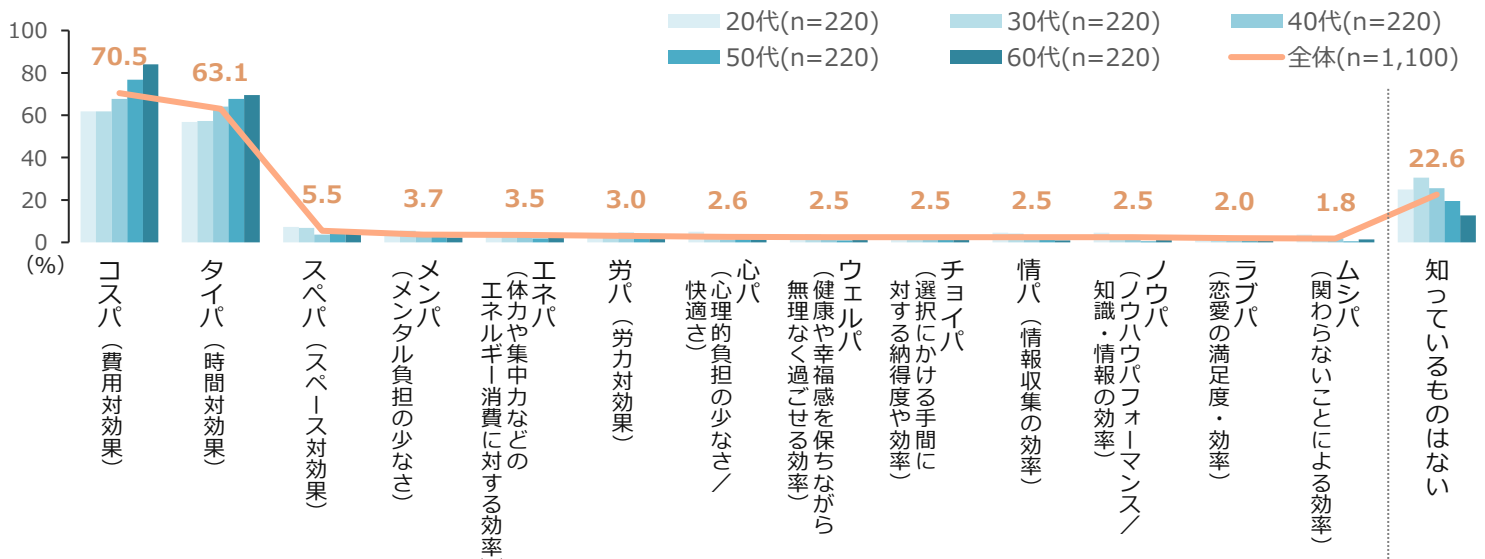
株式会社クロス・マーケティング（本社：東京都新宿区、代表取締役社長兼CEO：五十嵐 幹）は、全国20歳～69歳の男女を対象に「〇〇パに関する調査（2026年）」を実施しました。昨今、デジタルネイティブ世代を中心に、時間や費用の効率を重視しつつ満足度を追求する意識が強まっています。それに伴い「〇〇パ」といった新たな言葉が次々と生まれ、使われ始めています。今回は、知っている「〇〇パ」という言葉、注目している「〇〇パ」、普段の行動や考え方で当てはまるもの、新語や略語が増えていることについての意識、「〇〇パ」の言葉のアイデアについて調査しました。

◆調査結果の続きはこちらへ ⇒ <https://www.cross-m.co.jp/report/trend-eye/20260430word>

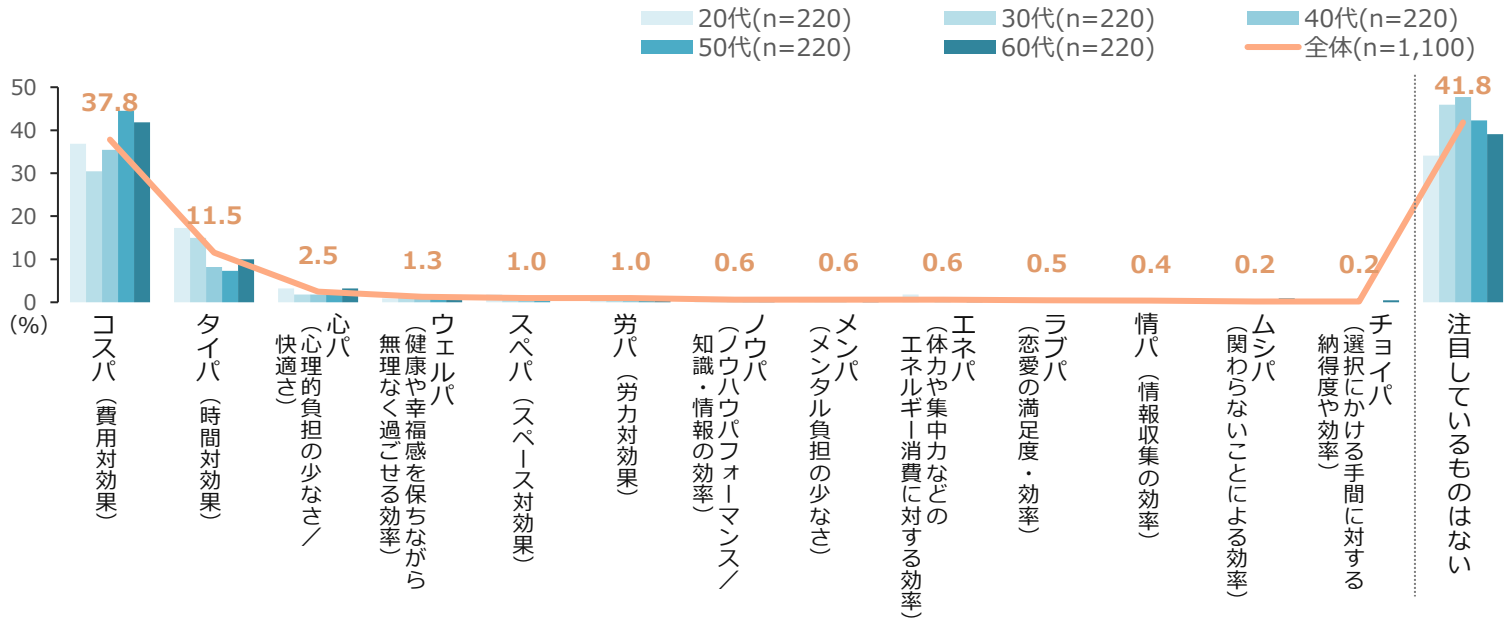
■ 調査結果

- ✓ 「〇〇パ（パフォーマンス）」という言葉を知っているのは「コスパ」70.5%と「タイパ」63.1%の認知が突出して高い。一方で、約2割は「知っているものはない」と回答。
「コスパ」「タイパ」以外の言葉の認知は1割も満たず、社会に浸透していない様子。〈図1〉
- ✓ 注目している言葉は、「コスパ」が37.8%、「タイパ」が11.5%。「特になし」が41.8%と最多で、認知度に反して関心は薄い様子。
値上げが続いている影響からか、50～60代の「コスパ」への注目度が高い。〈図2〉
- ✓ 普段の行動や考え方で当てはまるものは、「ストレスを感じる人や場をできるだけ避ける」「面倒な人間関係を最小限にする」「同じ機能なら、できるだけ安いものを選ぶことが多い」と、「心パ」「コスパ」に関するものがTOP3。〈図3〉
- ✓ 新語・略語の増加に対しては、「わかりにくくなることが多い」「新しい言葉についていけないと感じることがある」などネガティブな意見が上位。
「短くて便利」「言葉遊びのような面白さ」といったポジティブな意見は1割未満にとどまる。年代が上がるにつれて「わかりにくい」「正しい日本語や豊かな表現が失われそう」が増加し、特に60代で高い。〈図4〉
- ✓ 自身で考える「〇〇パ」のアイデアには、「睡パ」「キムパ」「即パ」「だらりパ」といった言葉があげられ、単なる効率の追求だけでなく、日々の生活の満足度そのものを高めようとする前向きな言葉が見られた。〈図5〉

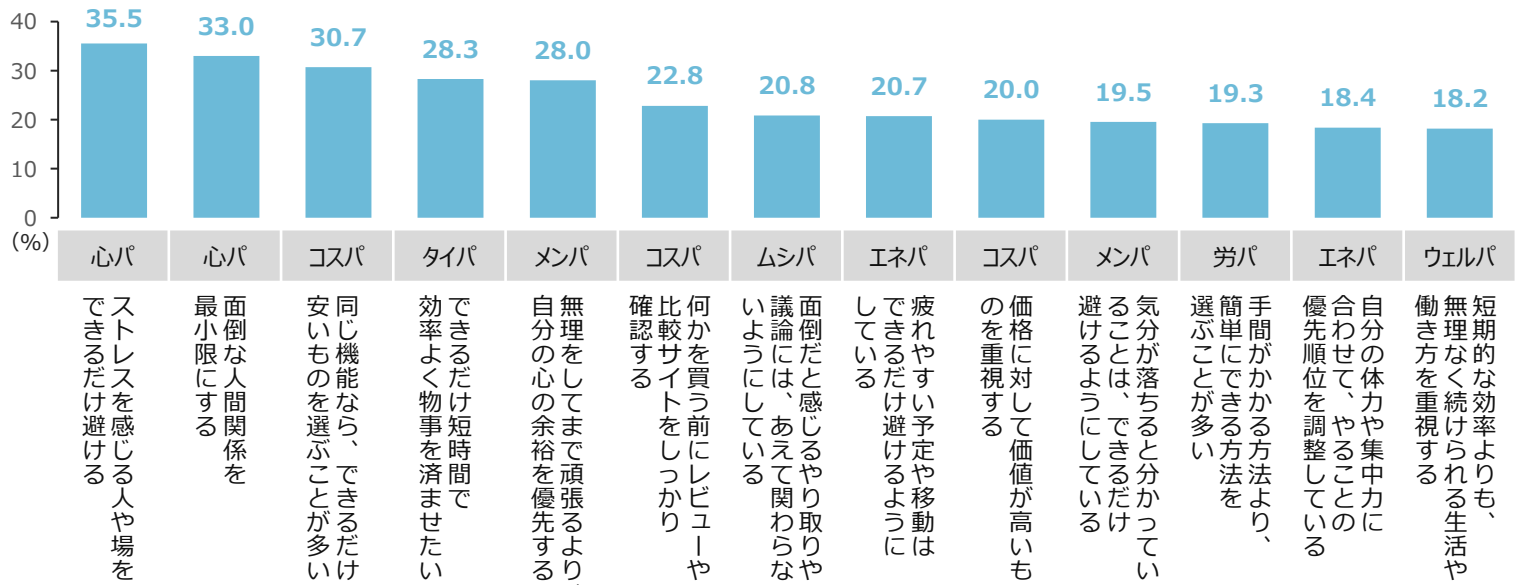
〈図1〉知っている「〇〇パ（パフォーマンス）」の言葉（複数回答）



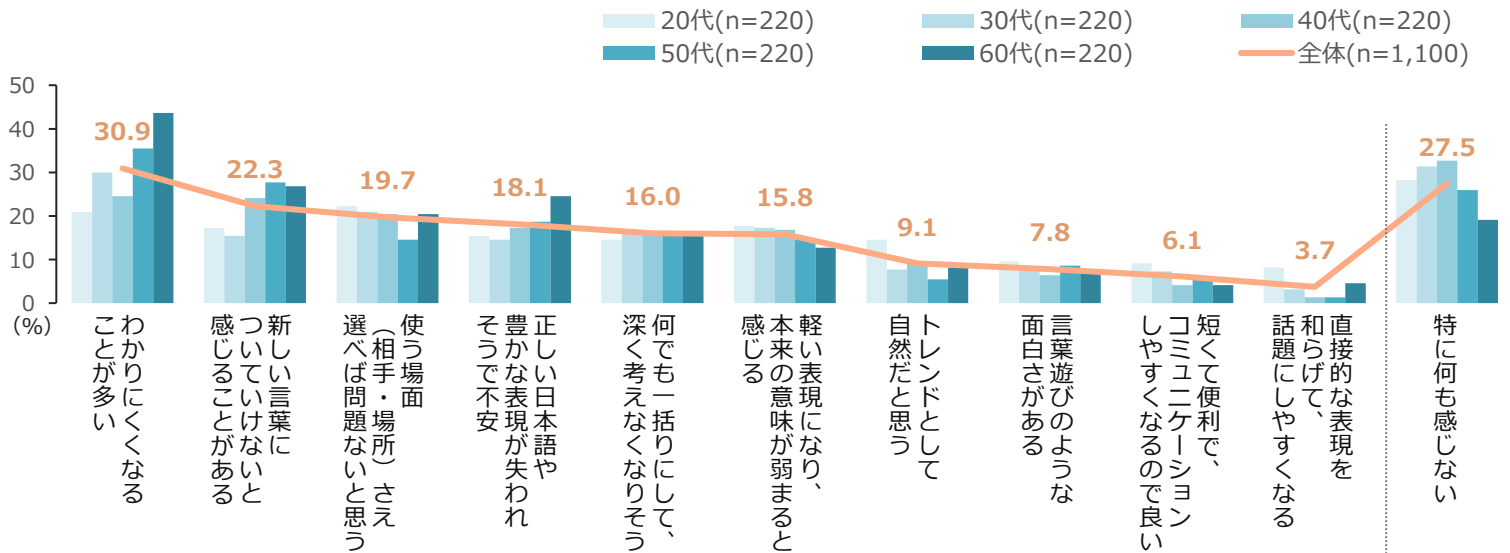
<図2> 注目している「〇〇パ（パフォーマンス）」の言葉（単一回答）



<図3> 普段の行動や考え方に当てはまるもの TOP13（複数回答）



<図4> 新語や略語が増えていることについての意識（複数回答）



<図5> あなたが考える「〇〇パ」といった言葉のアイデア (自由回答一部抜粋)

- **睡パ**
単位時間あたりの睡眠の質を表す言葉として。
短時間でも睡眠の質が高ければ睡パも高くなる一方で、長時間眠っても睡眠の質が低ければ睡パは低くなる。(男性30代)
- **キムパ**
勤務時間のパフォーマンスを良くする実力重視で規定内の業務が完璧に終われば早めに帰宅して良いという風に、勤務時間の無駄を省く。(女性50代)
- **即パ**
内容は、電子レンジのチン、タッチ決済など触れるだけで目的が達成されるもの。(男性60代)
- **だらりパ**
ずっと忙しいと心も体もしんどくなるので、本当に何もせずダラダラする。(女性30代)
- **押しパ**
ファンが推した分に対しての、押しからの供給やサービスの量
例) 今回も当日CD購入者全員参加出来るハイタッチ会だって！前回のシングルもあったよね、ほんと押しパが良いねー！(女性20代)
- **ビニパ**
昨今コンビニ商品も値上がりしているので、まだ価格が安めのコンビニオリジナル商品を推奨していく。
(特においしいものを情報シェアなど) (女性30代)
- **旅パ**
旅行の日程、費用、移動時間や順序などを考慮した満足度。(男性60代)
- **自転パ**
交通費を出来るだけ使わずに、最短距離を自転車で効率良く移動すること。(男性50代)

■ 調査項目

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 属性設問 | <input type="checkbox"/> 普段の行動や考え方に当てはまるもの |
| <input type="checkbox"/> 知っている「〇〇パ (パフォーマンス)」の言葉 | <input type="checkbox"/> 新語や略語が増えていることについての意識 |
| <input type="checkbox"/> 注目している「〇〇パ (パフォーマンス)」の言葉 | <input type="checkbox"/> あなたが考える「〇〇パ」といった言葉のアイデア |

◆クロス集計表のダウンロードはこちらへ ⇒ <https://www.cross-m.co.jp/report/trend-eye/20260430word>

■ 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
 調査対象 : 20～69歳の男女
 調査期間 : 2026年4月24日 (金) ～25日 (土)
 有効回答数 : 本調査1,100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 <http://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・・・」