

報道関係各位

2026年10月21日
株式会社クロス・マーケティング

半年間に読む本は「1冊未満」が半数 読書スタイルは「一度読み始めたら一気に」と「少しずつ最後まで」

－読書に関する調査（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：五十嵐 幹）は、全国20歳～69歳の男女を対象に「読書に関する調査（2026年）」を実施しました。韓国では読書する自分がかっこいいと捉える「テキストヒップ」が若い人の間でトレンドとなっている中、日本ではどのくらいの人か本を読んでいるのでしょうか。今回は、「本を読む量」「半年間に読む本の冊数」「読書する場所やシーン」「読書のスタイル」「読書について感じていること」について聴取しました。

◆調査結果の続きはこちらへ ⇒ <https://www.cross-m.co.jp/report/trend-eye/20261021book>

■調査結果

- ✓ 自分は本を読む量が「多いほう」と思う人は15.6%、「少ないほう」は64.4%と多い。
本を読む量が「少ないほう」と思う人が2025年よりやや減少。20代では男女ともに「多いほう」が他年代よりやや多い。＜図1＞
- ✓ 半年間に読む本の冊数は「1冊未満」が51.2%と昨年と同様に半数を占める。
半年に1冊も本を読んでいない割合は、男女ともに50代が高く、特に女性50代は60.9%に達する。＜図2＞
- ✓ 読書するシーンは「自宅でくつろいでいるとき」が51.6%と最多。
次いで「休日」「寝る前」が2割台後半で続く。「自宅でくつろいでいるとき」と「寝る前」は、女性の比率が高い。＜図3＞
- ✓ 読書のスタイルは、「一度読み始めたら一気に読み終える」35.2%と「少しずつ時間をかけて読み終わるまで読む」33.3%が拮抗。＜図4＞
- ✓ 読書について感じていることは、「趣味・娯楽として楽しめる」「知識や教養を身につけるのに役立つ」「自分の考え方や視野を広げてくれる」が上位。
半年間に読む本の冊数が少ない女性50代において、「読書はした方がよいと思うが、なかなか読む時間がない」という意識が27.3%と高かった。＜図5＞

＜図1＞ 本を読む量について（単一回答）※マンガ本・週刊誌は除く

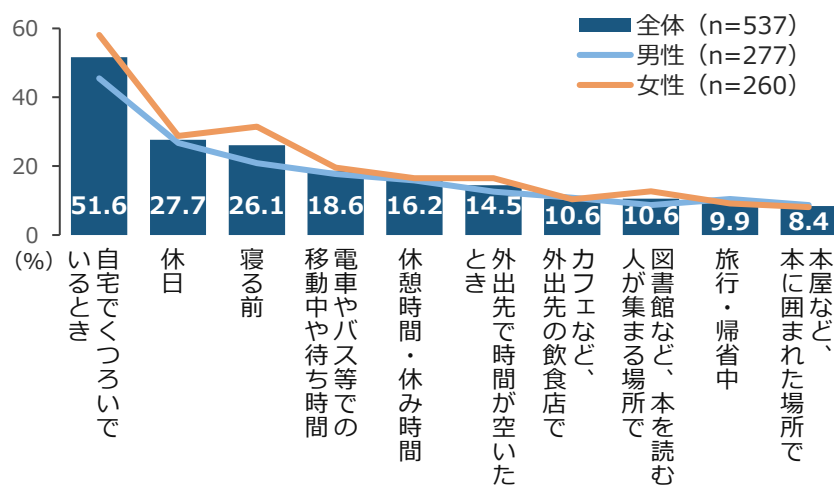
n=			多いほう だと思う	やや多いほう だと思う	平均的だと思う	やや少ないほう だと思う	少ないほう だと思う	多いほう 計	少ないほう 計
2025年全体 (1,100)			5.7	8.7	16.7	13.5	55.4	14.5	68.8
2026年全体 (1,100)			6.5	9.1	20.0	12.1	52.3	15.6	64.4
男性	20代 (110)		6.4	12.7	28.2	12.7	40.0	19.1	52.7
	30代 (110)		6.4	10.0	24.5	9.1	50.0	16.4	59.1
	40代 (110)		7.3	9.1	17.3	12.7	53.6	16.4	66.4
	50代 (110)		4.5	5.5	18.2	14.5	57.3	10.0	71.8
	60代 (110)		8.2	8.2	18.2	10.0	55.5	16.4	65.5
女性	20代 (110)		9.1	10.0	21.8	12.7	46.4	19.1	59.1
	30代 (110)		5.5	12.7	20.0	10.9	50.9	18.2	61.8
	40代 (110)		5.5	6.4	21.8	14.5	51.8	11.8	66.4
	50代 (110)		5.5	10.9	16.4	12.7	54.5	16.4	67.3
	60代 (110)		7.3	5.5	13.6	10.9	62.7	12.7	73.6 (%)

<図2> 半年間に読む本の冊数 (単一回答) ※マンガ本・週刊誌は除く

n=			1冊未満	1冊程度	2~3冊程度	4~5冊程度	6~10冊程度	11~20冊程度	21冊以上	1冊以上計
2025年全体 (1,100)			51.6			8.6	13.8	8.8	7.6 4.2 5.3	48.4
2026年全体 (1,100)			51.2			8.6	16.4	7.8	7.1 3.3 5.6	48.8
男性	20代 (110)		48.2			10.0	13.6	12.7	5.5 3.6 6.4	51.8
	30代 (110)		49.1			11.8	21.8	4.5	4.5 4.5 3.6	50.9
	40代 (110)		50.0			6.4	17.3	5.5	9.1 2.7 9.1	50.0
	50代 (110)		53.6			7.3	18.2	6.4	9.1 3.6 1.8	46.4
	60代 (110)		47.3			9.1	17.3	9.1	6.4 5.5 5.5	52.7
女性	20代 (110)		46.4			12.7	18.2	11.8	4.5 6.4	53.6
	30代 (110)		50.9			10.0	18.2	6.4	5.5 3.6 5.5	49.1
	40代 (110)		52.7			7.3	15.5	6.4	11.8 2.7 3.6	47.3
	50代 (110)		60.9				5.5 7.3	6.4	10.9 2.7 6.4	39.1
	60代 (110)		52.7			6.4	16.4	9.1	3.6 3.6 8.2	47.3 (%)

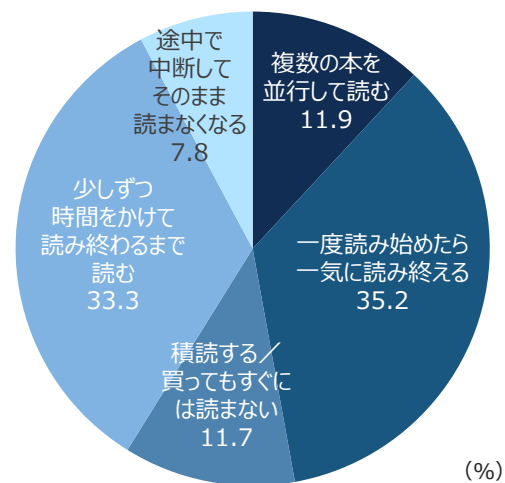
<図3> 読書する場所やシーン TOP10 (複数回答)

※マンガ本・週刊誌は除く／半年に本を1冊以上読む人ベース

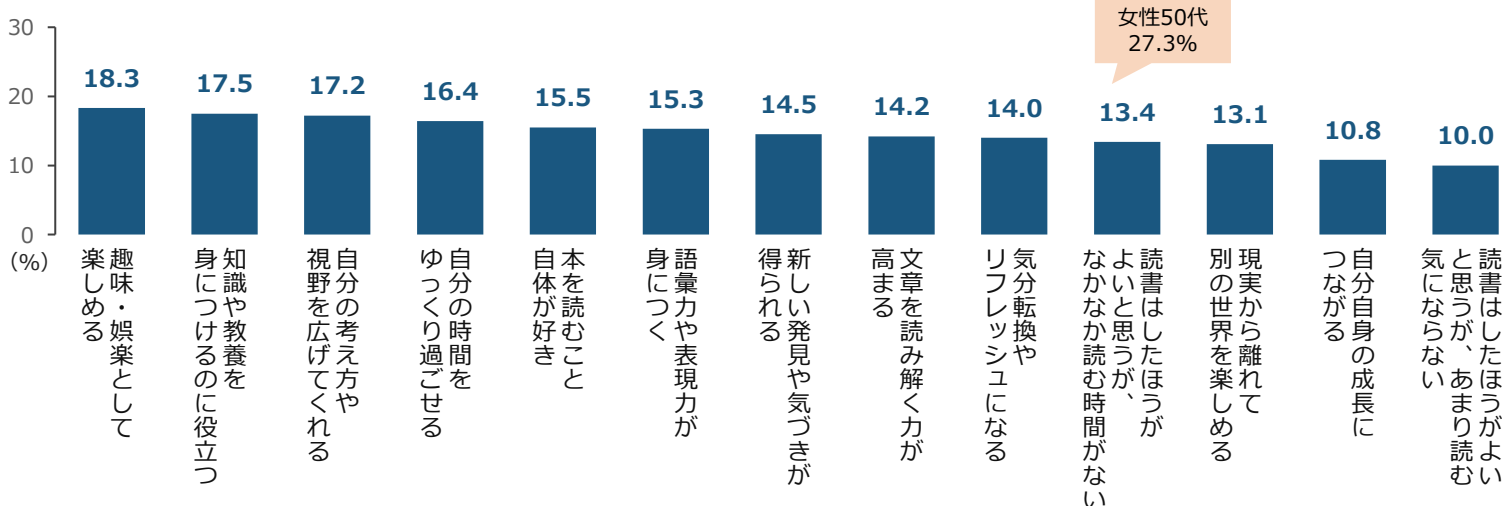


<図4> 読書のスタイル (単一回答 : n=537)

※マンガ本・週刊誌は除く／半年に本を1冊以上読む人ベース



<図5> 読書について感じていること TOP13 (複数回答 : n=1,100)



■ 調査項目

- | | |
|-------------------------------------|--|
| ☐ 属性設問 | ☐ 読書する場所やシーン |
| ☐ 本を読む量 | ☐ 読書のスタイル |
| ☐ 半年間に読む本の冊数 | ☐ 読書について感じていること |

◆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/20261021book>

■ 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10月16日 (金) ～18日 (日)
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 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・・・」