

意外と少ない！？ 推し活率は21.8%。

～推し活をしている人は、幸福度だけでなく自己肯定感も高い～

ASAKO サステナラボ®『第5回ウェルビーイング調査』を実施。

株式会社朝日広告社（本社：東京都中央区／代表取締役 社長執行役員：福地 献一）は、「コミュニケーションサイエンスで、幸せが循環する未来をつくる。」というパーパスのもと「ウェルビーイング」をテーマにした活動や企業支援に注力しています。

その一環として、ASAKO サステナラボ®では2025年11月に全国の20代～80代男女2,800名を対象とした「第5回ウェルビーイング調査」を実施しました。幸福度や自己肯定感、ASAKO独自の“60のウェルビーイング指標™”による生活者の充足度といった定点調査に加え、第5回となる今回は「推し活」にも注目、推し活率や推し活の対象、また幸福度や自己肯定感との相関も分析しました。

■ 調査結果サマリー

- **推し活をしている人の幸福度は67.3%と、推し活をしていない人よりもやや高い結果に**
推し活をしている人の幸福度は67.3%、していない人は63.4%となり、推し活をしている人の方がやや幸福度が高いという結果となった。
- **推し活をしている人の自己肯定度は50.6%と、していない人よりも明確に高い**
推し活をしている人の自己肯定度（自分に価値があると思う）は50.6%となり、していない人43.1%に比べて7.5pt高く明確な差が見られた。
- **推し活率は21.8%。男女別では女性の方が推し活率が高く、男女共若年層ほど高い傾向**
全体での推し活率は21.8%。男女別では女性が27.8%となり、男性を12.1pt上回る結果に。
また、推し活率は若年層ほど高く、女性20代は56.0%、男性20代と女性30代が40%超となった。
- **女性の推し活対象は「男性アイドル(グループ)」、男性は「スポーツチーム・選手」**
推し活の対象について複数回答で聞いたところ、男性全体では「スポーツチーム」22.7%、「女性アイドル(グループ)」22.3%、女性全体では「男性アイドル(グループ)」41.6%、「キャラクター」20.3%が上位となった。

※調査詳細は次頁以降ご参照

『第5回ウェルビーイング調査』調査概要

- 調査目的：
 - ①サステナブル分野における20のキーワードの認知・共感
 - ②生活者の幸福度・自己肯定感及び、日常生活の様々な領域での充足度の定量的・定点的把握により、企業のウェルビーイング支援に繋げる
- 対象者： 全国の20代～80代男女
- サンプルサイズ： 2,800
- 調査期間： 2025年11月21日（金）～2025年11月27日（木）
- 調査方法： インターネット調査
- 調査主体： 株式会社 朝日広告社 サステナラボ®

調査結果の詳細

■ 推し活をしている人の幸福度は67.3%と、推し活をしていない人よりもやや高い結果に。

幸福度（「非常にそう思う」＋「ややそう思う」の計）は63.8%となりました。性別では男性60.4%に比べ女性は67.1%と、女性の方が6.7pt高い結果に。推し活有無別では、推し活をしている人の幸福度は67.3%、していない人は63.4%となり、推し活をしている人の方がやや幸福度が高いという結果となりました。

Q. あなたの普段の生活は幸せだと思いますか。

(n)		非常にそう思う	ややそう思う	どちらとも言えない	あまりそう思わない	全くそう思わない	TOP2計	BTTM2計	
全体	(2,800)	15.2	48.6	21.6	9.5	5.1	63.8	14.6	
男性	(1,400)	13.1	47.3	22.4	10.7	6.5	60.4	17.2	
女性	(1,400)	17.2	49.9	20.8	8.3	3.8	67.1	12.1	
推し活有無別	推し活をしている	(609)	19.4	47.9	19.5	8.7	4.4	67.3	13.1
	推し活をしていない	(1,913)	14.2	49.2	21.5	10.0	5.2	63.4	15.2
	わからない・推し活を知らない	(278)	12.9	46.0	26.6	7.9	6.5	59.0	14.4

※幸福度(TOP2計)：「非常にそう思う」＋「ややそう思う」の計 幸福度(BTTM2計)：「あまりそう思わない」＋「全くそう思わない」の計
 ※グラフでは小数点2位以下の数値を表示していないため、グラフの数値とTOP2、BTTM2の数値が異なる場合があります

■ 推し活をしている人の自己肯定度(自分に価値があると思う)は50.6%と、していない人と比べて7.5pt高い結果に。

自己肯定度（自分に価値があると思うか）を5段階で聞いたところ、「とてもそう思う」「ややそう思う」と回答した割合は計43.9%となりました。また、推し活をしている人の自己肯定度50.6%は、していない人43.1%に比べて7.5pt高く、明確な差が見られました。

Q. あなたは、自分に価値があると思いますか。

(n)		とてもそう思う	ややそう思う	どちらとも言えない	あまりそう思わない	全くそう思わない	TOP2計	BTTM2計	
全体	(2,800)	10.8	33.1	35.5	12.0	8.6	43.9	20.6	
男性	(1,400)	10.1	32.3	35.8	12.7	9.1	42.4	21.8	
女性	(1,400)	11.5	33.9	35.3	11.2	8.1	45.4	19.4	
推し活有無別	推し活をしている	(609)	13.1	37.4	28.2	11.7	9.5	50.6	21.2
	推し活をしていない	(1,913)	10.5	32.7	36.9	12.1	7.9	43.1	20.0
	わからない・推し活を知らない	(278)	8.3	26.3	42.1	11.9	11.5	34.5	23.4

* ■は全体＋10ポイント以上、■は＋5ポイント以上、■は－10ポイント以下、■は－5ポイント以下
 ※自己肯定度(TOP2計)：「とてもそう思う」＋「ややそう思う」の計 自己肯定度(BTTM2計)：「あまりそう思わない」＋「全くそう思わない」の計
 ※グラフでは小数点2位以下の数値を表示していないため、グラフの数値とTOP2、BTTM2の数値が異なる場合があります

調査結果の詳細

■ 推し活率は21.8%。男女別では女性の方が推し活率が高く、男女共若年層ほど高い傾向。女性の推し活対象は「男性アイドル(グループ)」、男性は「スポーツチーム・選手」しかし、男性若年層は「女性アイドル(グループ)」や「マンガ・アニメ作品や登場人物」推し

全体での推し活率は21.8%。男女別では女性が27.8%となり、男性を12.1pt上回りました。また、推し活率は若年層ほど高く、特に男性20代と女性20・30代は40%以上と高くなっています。推し活の対象について複数回答で聞いたところ、男性全体では「スポーツチーム」22.7%、「女性アイドル(グループ)」22.3%、女性全体では「男性アイドル(グループ)」41.6%「キャラクター」20.3%が上位となりました。

性年代別で見えていくと、男性20・30代は「スポーツチーム」よりも「女性アイドル(グループ)」や「マンガ・アニメ作品や登場人物」が上位に来ており、男性全体の傾向とは異なっています。一方女性は20代～60代まで「男性アイドル(グループ)」が1位となりました。しかし、2位は20～40代で「キャラクター」、50・60代で「歌手」となっており、40代と50代の間で推しの対象が変化しているという結果となりました。

Q. 推し活の具体的な対象について、あてはまるものをすべてお選びください。(いくつでも)

※全体、男女別、各性年代において上位5項目を抜粋 ※推し活率は全体平均より高い数値を赤字にて表記

※グレーアウトは当該性年代の推し活あり者がn=30未満につき参考値

	n	推し活率	1位	2位	3位	4位	5位
全体	(2,800)	21.8%	男性アイドル(グループ) 29.9%	キャラクター 17.7%	歌手 15.9%	女性アイドル(グループ) 14.1%	マンガ・アニメ作品や登場人物 14.0%
男性	(1,400)	15.7%	スポーツチーム 22.7%	女性アイドル(グループ) 22.3%	スポーツ選手 17.7%	マンガ・アニメ作品や登場人物 16.4%	キャラクター 13.2%
女性	(1,400)	27.8%	男性アイドル(グループ) 41.6%	キャラクター 20.3%	歌手 17.7%	マンガ・アニメ作品や登場人物 12.6%	バンド (同4位) 12.6%
男性20代	(200)	40.0%	女性アイドル(グループ) 31.3%	マンガ・アニメ作品や登場人物 18.8%	バンド (同2位) 18.8%	スポーツチーム 17.5%	スポーツ選手 (同4位) 17.5%
男性30代	(200)	26.5%	マンガ・アニメ作品や登場人物 28.3%	キャラクター 22.6%	女性アイドル(グループ) 18.9%	スポーツチーム 17.0%	スポーツ選手/歌手 各13.2%
男性40代	(200)	14.5%	スポーツチーム 34.5%	女性アイドル(グループ) 20.7%	スポーツ選手 17.2%	VTuber 13.8%	マンガ・アニメ作品や登場人物 (同4位) 13.8%
男性50代	(200)	10.0%	スポーツチーム 25.0%	女性アイドル(グループ) (同1位)25.0%	男性アイドル(グループ) 15.0%	バンド (同3位) 15.0%	—
男性60代	(200)	6.0%	スポーツチーム 25.0%	女性アイドル(グループ) 16.7%	俳優 (同2位) 16.7%	作家 (同2位) 16.7%	YouTuber (同2位) 16.7%
男性70代	(200)	6.5%	スポーツチーム 38.5%	歌手 30.8%	バンド (同2位) 30.8%	スポーツ選手 (同2位) 30.8%	—
男性80代	(200)	6.5%	スポーツ選手 46.2%	知り合いや友人など (同1位) 46.2%	スポーツチーム 30.8%	—	—
女性20代	(200)	56.0%	男性アイドル(グループ) 57.1%	キャラクター 27.7%	女性アイドル(グループ) 17.0%	バンド 13.4%	歌手/マンガ・アニメ作品 や登場人物 各12.5%
女性30代	(200)	41.5%	男性アイドル(グループ) 50.6%	キャラクター 28.9%	マンガ・アニメ作品や登場人物 18.1%	バンド 15.7%	歌手 (同4位) 15.7%
女性40代	(200)	30.0%	男性アイドル(グループ) 40.0%	キャラクター 21.7%	歌手 16.7%	スポーツ選手 15.0%	マンガ・アニメ作品や登場人物 (同4位) 15.0%
女性50代	(200)	26.5%	男性アイドル(グループ) 30.2%	歌手 24.5%	俳優 18.9%	キャラクター 17.0%	マンガ・アニメ作品や登場人物 15.1%
女性60代	(200)	20.0%	男性アイドル(グループ) 32.5%	歌手 25.0%	俳優 22.5%	スポーツ選手 12.5%	バンド 10.0%
女性70代	(200)	11.5%	歌手 39.1%	スポーツ選手 26.1%	俳優 17.4%	作家 (同3位) 17.4%	男性アイドル (グループ) 13.0%
女性80代	(200)	9.0%	スポーツ選手 38.9%	スポーツチーム 27.8%	ドラマ・映画作品や登場人物 16.7%	—	—

■ 独自の60指標×AIが導き出すウェルビーイングなアドバイス。 「みんなのウェルビーイングAI診断®」を開発、公開中

ASAKO サステナラボ®では参加者のウェルビーイングタイプを分析し、生成AIによるアドバイスを提供する『みんなのウェルビーイングAI診断®』を開発し、公開しています。

毎年実施している「ウェルビーイング調査」の結果をもとに開発した、独自の“60のウェルビーイング指標™”を活用し幸福度を可視化、調査結果を学ばせた生成AIによるアドバイスを提供するシステムとなっています。

60の指標に回答すると、「心身充実度」「自己実現度」「仕事満足度」「金銭余裕度」「成長意欲度」「居住利便度」など11の項目で数値をグラフ化し、ウェルビーイングを6つのタイプに分類。さらに自分の特徴やウェルビーイングに暮らすアドバイスを、生成AIが回答者ひとりひとり個別にコメントしてくれます。

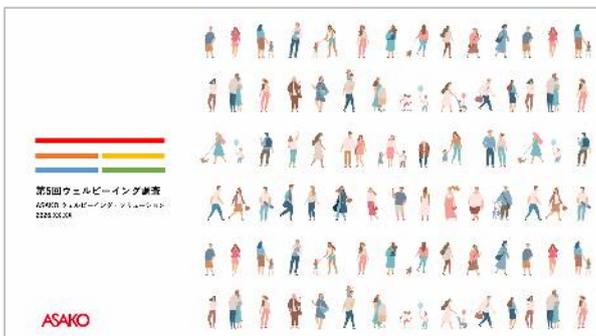


<https://www.asakonet.co.jp/asunomikata/slab/mwb/>

■ 調査結果詳細資料のご提供について

調査結果に関しては、朝日広告社コーポレートサイトから無償でダウンロードして頂けます。

<https://www.asakonet.co.jp/solution/detail-4278/wellbeing-survey-report-vol5-consumer-insight/>



- 20のサステナブルキーワード認知度・共感度
- 生活者の幸福度、自己肯定感、幸せの阻害要因
- ウェルビーイング調査指標について
- ウェルビーイング60指標の充足度
- 企業における個人のウェルビーイングを高める取り組み
- 推し活について
- 生成AI活用状況
- 調査から見てきた“12のウェルビーイング・イシュー”
- ASAKO ウェルビーイング・ソリューション

【本件に関するご相談・お問い合わせ先】

株式会社朝日広告社

サステナラボ® : 横尾、浅野

ビジネス戦略本部 : 上田、西牧、吉田

E-mail : : business-senryaku●m.asakonet.co.jp

[報道関係者様]お問い合わせ先

経営戦略本部 : 福田、大倉

Tel : 03-3547-5750

<https://www.asakonet.co.jp>

※ ●を@に変換して送付ください