

～現代人の「スマートフォンとの付き合い方」を調査～

スマートフォンと一体化が進んだ「スマホロイド」状態とは？

働く男女の6割超が「スマホロイド」！ 診断テストも紹介

スマートフォンと上手に付き合うために…近方を見ることにも配慮した新しいコンタクトレンズが登場！

株式会社シードでは、2018年7月に、スマートフォンやパソコンなどの近方を見ることにも配慮したコンタクトレンズ「シード ワンデーピュアうるおいプラスFlex」を新発売しました。

同商品の発売に伴い、このたび当社では、「現代人のスマートフォン利用」をテーマに、20～44歳の働く男女500名を対象とした意識・実態調査をおこないました。

<調査概要>

- ・調査対象：20～44歳有職者男女 500名 ※日常的にスマートフォンを利用している方（性別・5歳刻みで年代別均等割付）
- ・調査期間：2018年8月6日（月）～8月7日（火）
- ・調査方法：インターネット調査

■ 待ち時間が苦でなくなった、興味の幅が広がった…さまざまな恩恵をもたらすスマートフォン

はじめに、「スマートフォンの所有歴」を聞いたところ、平均は「6.3年」という結果に。また、「**5年以上**」所有しているユーザーの割合は**全体の8割以上（81%）**にのぼっており、多くの人が長年スマートフォンに慣れ親しんでいる様子が見えられます。

続いて、「**スマートフォンを所有するようになってから、あなたの生活は変化したと思いますか？**」と質問すると、**約9割（89%）が「そう思う」と回答**。具体的には、「待ち時間が苦でなくなった」（29歳・男性）、「さまざまなアプリやSNSを使うようになったことで、興味の幅が広がった」（32歳・女性）、「スキマ時間を有効に使う事ができるようになった」（29歳・女性）などの声があがっており、多くの人がスマートフォンによる恩恵を感じていることがわかります。

■ 1日のはじまりから、終わりまで…日常のいろいろな場面をスマートフォンと過ごす現代人

こうした背景もあってか、「1日のスマートフォンの使用時間」についての質問では、半数以上（56%）が「2時間以上」と回答。これは、1日の睡眠時間を8時間と仮定した場合、**起きている時間の実に8分の1以上をスマートフォンの使用に充てている**ということになります。

さらに、自身の「スマートフォン利用状況」について具体的に質問すると、下記のような結果に。

- ・「朝起きたら、すぐにチェックする」…82%
- ・「電車での通勤・通学中にチェックする」…79%
- ・「時間が空くと、いつもスマートフォンを見ている」…86%
- ・「寝る前に使用する」…89%

大多数の人が、**1日のはじまりから終わりまで、多くの時間を、常にスマートフォンと過ごしている**様子が見えられます。そのほか、「トイレに持ち込む」（62%）、「お風呂に持ち込む」（21%）など水没の恐れがある場所にまで持ち込む人、「テレビを見ながら使用する」（84%）、「食事をしながら使用する」（63%）など他のことをおこないながら使う人も少なくないようです。

朝起きたら、 すぐスマホをチェックしてしまう!? 時間が空くと、いつもスマホを見てしまう



■ もはや生活における必需品！ スマートフォンがないと乗り換えや待ち合わせにも支障が…!?

また、「スマートフォンがなくては難しいこと／できないと思うこと」を聞いた質問では、「道に迷うことなく目的地につく」（72%）、「親しい友人に電話をかける」（65%）、「スムーズに電車を乗り換える」（64%）、「スムーズに友人と待ち合わせをする」（62%）などの回答が上位となりました。多くの人が、**スマートフォンなしでは、日常の多くの場面で生活に支障が出てしまうことを自覚している**ことがわかります。さらに、「普段の生活において、スマートフォンに依存している自覚はありますか？」の質問でも、「とてもある」と回答した人が28%、「ややある」と答えた人が44%にのぼりました。

さらに、「**スマートフォンを長時間使用している最中や使用後などに、手元が見えにくいと感じた経験はありますか？**」と聞いた質問では、全体の43%が「ある」と回答。一般的に手元が見づらくなるのは、40歳前後といわれていますが、20～24歳でも34%、25～29歳では43%が「ある」と答えており、若い世代においても、手元の見えづらさを感じている人が多いことがわかります。

■ あなたは、どれくらいスマートフォンと一体化している？ 「スマホロイド」診断テスト

調査結果からは、多くの現代人にとってスマートフォンが生活の必需品になっていることがわかりました。こうした背景をふまえ、今回シードでは、**スマートフォンとどれくらい一体化した生活を送っているか**をはかる、診断テストを作成。下記のチェックリストで4つ以上当てはまる方を、「スマホロイド」と称することとしました。ちなみに3つ当てはまる方は、一步手前の「スマホロイド予備軍」です。

～「スマホロイド」診断テスト～

- スマートフォンを1日2時間以上使っている
- 朝起きたら、すぐにスマートフォンをチェックする
- 電車での通勤・通学中にスマートフォンをチェックする
- 寝る前にスマートフォンを使用する
- 時間が空くと、いつもスマートフォンを見ている

⇒4個以上当てはまった方は「スマホロイド」

3個当てはまった方は「スマホロイド予備軍」!

SEED スマホロイド診断



ちなみに、今回の調査回答者のうち、「スマホロイド」と診断された人は、実に6割超（61%）。また、「スマホロイド予備軍」もあわせると、その割合は実に87%にもおよんでいます。また、「スマホロイド」に該当した人からは、「スマートフォンを持っていない自分を想像できない」（34歳・男性）、「スマートフォンを見ていない時間のほうが短い」（29歳・女性）、「スマートフォンがないと生きていけないと思う」（34歳・女性）などの声もあがりました。

なお、ご自身のスマホロイド度をチェックできる「スマホロイド診断」は、現在シードの特設Webページでも公開中です。

⇒「スマホロイド診断」特設コンテンツページ <http://www.seed.co.jp/flex/roidshindan/top>

■スマートフォンなど近方を見ることにも配慮した、新コンセプトのコンタクトレンズが登場！

「スマホロイド」状態にある人が6割超にのぼるなど、現代人に手放せない存在となっているスマートフォン。日常生活において必要な存在だからこそ、あらためて上手な付き合い方が求められていると言えます。

そこでシードでは、2018年7月にスマートフォンなど近方を見ることにも**配慮したコンタクトレンズ「シード ワンデーピュアうるおいプラスFlex」**を新発売しました。

本製品は、デジタル機器の普及により、「**手元を注視する時間**」が増えている現代人の**ライフスタイルに合わせて考えられたコンタクトレンズ**です。

発売以来ご好評をいただいております「シード ワンデーピュアシリーズ」の

“天然保湿成分”や“UVカット付き”などの特長に加え、近方の見え方を補助する**“Flexゾーン”を周辺部にバランスよく配置**。これにより、遠くにあるモノや景色だけでなく、近くの画面についても、それぞれの距離にあった、自然な見え方を実現します。



「シード ワンデーピュアうるおいプラス Flex」

⇒「シード ワンデーピュアうるおいプラスFlex」ブランドサイト <http://www.seed.co.jp/flex/>

販売名：シード1dayPure UP 承認番号：22100BZX00759000

※コンタクトレンズは高度管理医療機器です。必ず眼科医の検査・処方を受けてお求めください。ご使用前には必ず添付文書をよく読み、正しくお使いください。

本リリースや調査データに関するお問い合わせ先

「シード ワンデーピュアうるおいプラスFlex」PR事務局（トレンドーズ株式会社内／担当：山口）

TEL：03-5774-8896 FAX：03-5774-8872 E-mail：press@trenders.co.jp