

～毎日の出来事や気持ちを手帳に“残したい”～ 20～30代女性 手帳に日記をつけるライフログに関する意識調査

ゼブラ株式会社(本社:東京都新宿区/代表取締役社長:石川 真一)は、2016年9月に、手帳に日記をつける習慣がある100名に対し、「ライフログ」についてのアンケート調査を実施しました。近年手帳に日記をつけて、思い出を残す習慣のことを「ライフログ」と呼びます。もともと手帳はスケジュール管理をするためのツールというイメージがありますが、なぜ日記を手帳につけるのか、その理由を探りました。

■調査概要

調査対象:手帳に日記を書く習慣がある20～30代女性
調査人数:100名
調査方法:ウェブアンケート(選択式・自由回答)
調査実施日:2016年9月



■ライフログ手帳とは？

ライフログとは人生の体験や出来事を記録しておくことという意味です。ここ数年、手帳に日記をつける人が増え、1日1ページタイプの手帳など、たくさん書けるタイプの手帳や趣味別に作られた手帳が人気となっています。

◆手帳をどのような目的で使われていますか？



■ライフログ手帳は、その日の出来事や気持ちを残しておきたいから書く

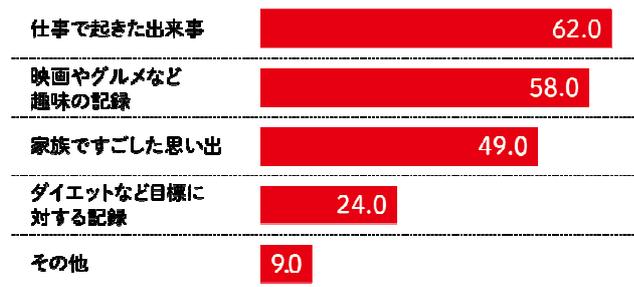
ライフログ手帳に何を書いているのか聞いたところ、「仕事」「趣味」「家族」のことを書いている人が多いようです。

『1日に1個よかったことを手帳に書くと前向きな気持ちになって、モチベーションアップにつながる。』

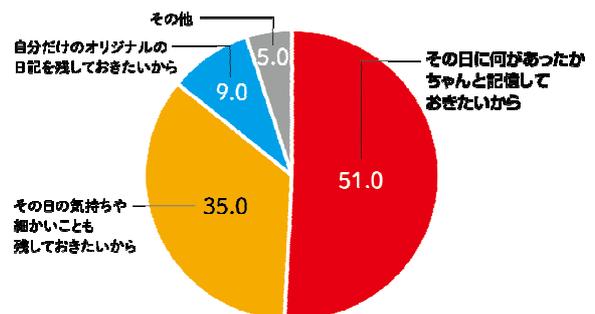
『つらいときに、自分が過去に落ち込み立ち直ったことを読み返して前向きな気持ちになる』

『去年の誕生日プレゼントとかぶらないように』『子供の成長を記録して、あとから子供に読んでほしい』
など、手書きでその日の細かい記録や感情を“残したい”気持ちがあることがわかりました。

◆あなたはライフログ手帳でどんなことを書いていますか？(%)



◆なぜ、手書きでライフログ手帳を書きたいと思いますか？ いちばん近いものを選んでください。(%)

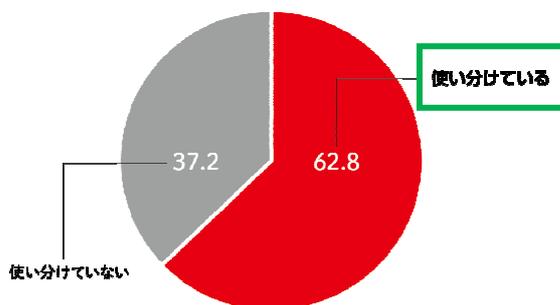


2016年10月5日(水)

■目的によって筆記具も使い分けている！

毎日の思い出を書き記すライフログと、スケジュール管理をするとき、筆記具を使い分けているのか聞いたところ、**60%以上の方が使い分けていると回答しました。**スケジュール管理をするときは変更が多く、消えるインクのボールペンが便利ですが、ライフログでは自由な表現をするためにカラフルなインク色、たくさん書いても手が疲れない書きやすいインクのボールペンが望まれているようです。

◆スケジュール管理とライフログ手帳で、使用する筆記具は使い分けていますか？(%)



◆ライフログ手帳を書くときに、どんな筆記具を使っていますか？(%)

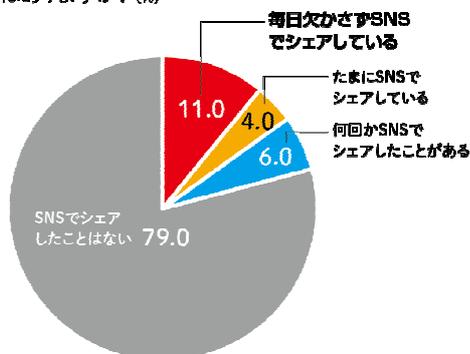


■SNSでのシェアは少数派、文字やイラストをかわいく書けるかがカギ！

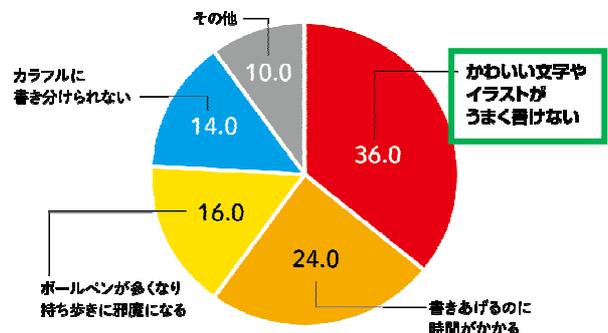
書いた手帳をSNSでシェアしている人は、全体では約20%とまだまだ少数派ですが、そのうちの半数が毎日欠かさずシェアしているようです。

『ブログに掲載して、たくさんコメントをもらえた』『後輩も影響を受けてライフログ手帳をつけ始めた』と実際に周りの人たちに影響を与えています。しかし、大部分の人は「かわいい文字やイラストがうまく書けない」という悩みを持っていることがわかり、他の人とシェアするには、仕上がりに自信があるかどうかのカギのようです。

◆手書きで書いたライフログ手帳をSNSでシェアすることはありますか？(%)



◆ライフログ手帳を書くときに悩んでいることはありますか？(%)



*** 報道関係の方のお問い合わせ先 ***
ゼブラ株式会社 広報室:鈴木・池田 TEL:03-3268-1228
e-mail: ysuzuki@zebra.co.jp / tikeda@zebra.co.jp

2016年10月5日(水)

■どんなボールペンがライフログにピッタリか？

毎日の思い出を残すライフログ手帳には、好きな色で思いっきり書けるボールペンがおすすめです。中でもジェルボールペン「サラサクリップ」は、鮮やかな発色と、さらさらとした軽い書き味で人気のボールペンです。2016年9月には、明るい蛍光カラーの「ネオンカラー」と大人カラーの「ビンテージカラー」が追加となり、全46色になりました。ますますその日の出来事や気持ちを表現する幅が広がり、ライフログ手帳にピッタリです。

またサラサクリップなどを使って、かわいいイラスト例が紹介されているボールペンイラストの書籍も出版されており、最初は本を見ながら書くことで、だんだんと上手なイラストが書けるようになることから人気が高まっています。

▽『サラサクリップ』価格：¥100+税(税込¥108)

水性顔料インク 全46色

▽サラサクリップを使ってカラフルなライフログが書けます。



▽新色『ネオンカラー』

▽新色『ビンテージカラー』



▽『ボールペン&マーカーで描く!カモさんの簡単&かわいいイラスト』

NHK出版 著者:カモ 2016年8月18日発売
定価¥1,000+税(税込¥1,080)



ボールペンイラストのカラフルな作例がたくさん掲載されています。

報道関係の方のお問い合わせ先
ゼブラ株式会社 広報室:鈴木・池田 TEL:03-3268-1228
e-mail: ysuzuki@zebra.co.jp / tikeda@zebra.co.jp
*** 商品に関する消費者の方のお問い合わせ先 ***
ゼブラ株式会社 お客様相談室 TEL:0120-555335(平日 9時~17時) <http://www.zebra.co.jp/>