

<「17LIVE（イチナナ）」利用ユーザー実態調査>

2026 年「17LIVE ラボ」調査第 3 弾！『秋のライフスタイル調査 2026』

“読書の秋”なのに「ショート動画をつい見すぎる」人が 8 割以上！

“食欲の秋”では動画・ライブ配信をきっかけに「食いたい」と感じる人が約 7 割

～コンテンツの楽しみ方と食行動に見る、現代人の“○○の秋”～

17LIVE 株式会社(東京都渋谷区、代表取締役:ジャン・ホンフイ、URL:<https://jp.17.live/>)が運営する日本最大級のライブ配信アプリ「17LIVE(イチナナ)」は、アプリ内のユーザーを対象に『秋のライフスタイル調査 2026』を実施しましたので、お知らせいたします。

17LIVE

17LIVE 利用ユーザー実態調査

秋のライフスタイル調査2026

<調査結果サマリー>

・8 割以上 (82.6%) が、ショート動画を「予定より長く見てしまう」ことがあると回答！

さらに、65.8%が「数年前と比べて長い文章に集中しづらくなった」と感じており、情報やコンテンツとの向き合い方に変化が見られる結果となりました。

・「最も長時間集中して楽しめるもの」では「ライブ配信」(32.6%)が最多！

ショート動画を予定より長く見てしまう人が多い一方で、長時間集中して楽しめるコンテンツとしては「ライブ配信」が最も多く挙げられました。

・この秋最も食べたいもの 1 位は「梨・ぶどう・柿などの果物」

「サンマなどの魚介類」「新米」なども上位となり、秋ならではの味覚を楽しみたい人が多い結果となりました。

・約 7 割が、動画やライブ配信で誰かが食べている姿を見て「自分も食いたい」と感じた経験あり！

さらに約半数が、実際に食ったり購入・注文した経験があると回答。「食べ物を美味しそうに食べるライブ配信をしてほしい有名人」の具体的な人物名では、ギャル曽根さん(24 票)が最多となりました。

【秋のライフスタイル調査 2026 概要】

調査主体:17LIVE 株式会社

調査期間:2026 年 9 月 8 日～9 月 14 日

調査対象:「17LIVE(イチナナ)」アプリのユーザー

調査方法:アプリ内アンケート

回答者数:558 人(有効回答者数)

※本プレスリリースの内容を引用される際は、以下のご対応をお願いいたします。

・引用元が「17LIVE の調査」である旨の記載

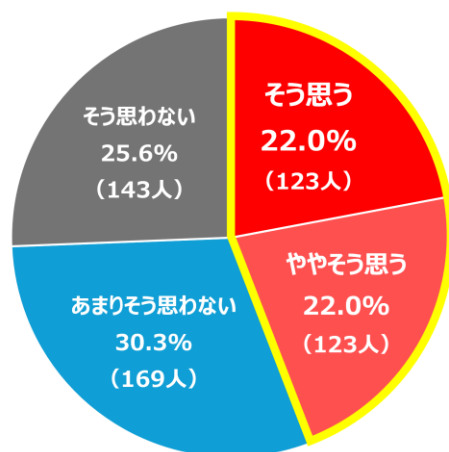
・「17LIVE」の該当記事(URL:https://jp.17.live/press_release/53202/)へのリンク設置

【アンケート内容詳細】

1. “読書の秋”なのに、長い文章への集中に変化 約 7 割が「以前より集中しづらくなった」と回答

これから迎える「読書の秋」に本を読みたいと思うか聞いたところ、「そう思う」(22.0%)、「ややそう思う」(22.0%)を合わせると、44.0%がこの秋に本を読みたいと回答しました。

Q1. これから迎える「読書の秋」に、本を読みたいと思いますか。(単一回答) n = 558

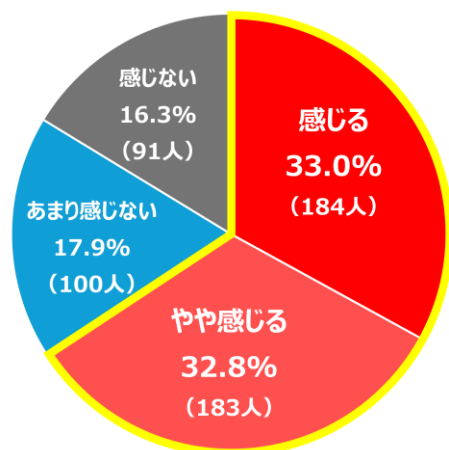


「読書の秋」に
本を読みたいと回答した方
約4割 (44.0%)

一方で、「数年前と比べて、長い文章に集中しづらくなったと感じるか」という質問では、「感じる」(33.0%)、「やや感じる」(32.8%)を合わせ、約 7 割(65.8%)が以前より長い文章に集中しづらくなったと感じていることが分かりました。

本を読みたいという意向がある一方で、日常的な読書習慣や長い文章への集中にはハードルを感じている人も少なくないことがうかがえます。

Q2. 数年前と比べて、長い文章に集中しづらくなったと感じますか。(単一回答) n = 558



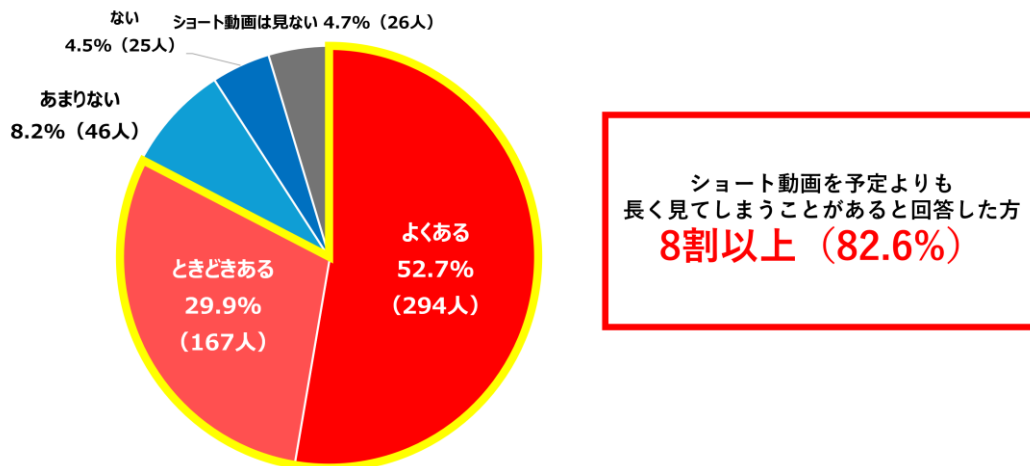
長い文章に
集中しづらくなったと回答した方
約7割 (65.8%)

2. ショート動画は“少しだけ”のつもりが止まらない？ 8割以上が予定より長く視聴

TikTok、Instagram リール、YouTube Shorts などのショート動画を「少しだけ見るつもり」だったにもかかわらず、予定より長く見てしまうことがあるか聞いたところ、「よくある」(52.7%)、「ときどきある」(29.9%)を合わせ、**82.6%が予定より長く見てしまうことがあると回答しました。**

短時間で楽しめることが特徴のショート動画ですが、実際には多くの人が当初想定していた時間以上に視聴を続けていることが分かりました。

Q3.TikTok、Instagramリール、YouTube shorts等のショート動画を「少しだけ見るつもり」だったにもかかわらず、予定より長く見てしまうことはありますか。(単一回答) n = 558

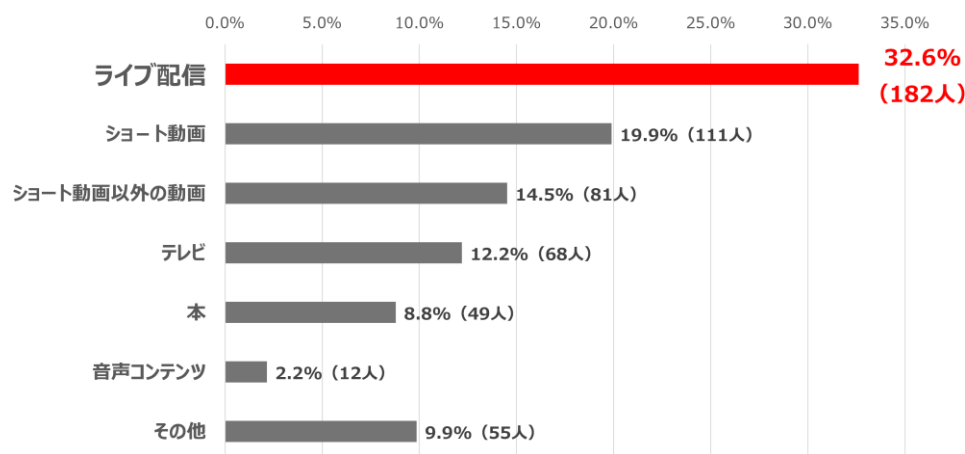


3. 最も「長時間集中して楽しめるもの」はライブ配信が最多に！

最も長時間集中して楽しめるものについて聞いたところ、「**ライブ配信**」(32.6%)が**最多**となり、「ショート動画」(19.9%)、「ショート動画以外の動画」(14.5%)、「テレビ」(12.2%)などが続きました。

ショート動画を予定より長く見てしまう人が多い一方で、「長時間集中して楽しめるもの」としてはライブ配信が最も多く挙げられる結果となり、コンテンツの形式によって楽しみ方にも違いが見られました。

Q4.最も長時間集中して楽しめるものを教えてください。(単一回答) n = 558

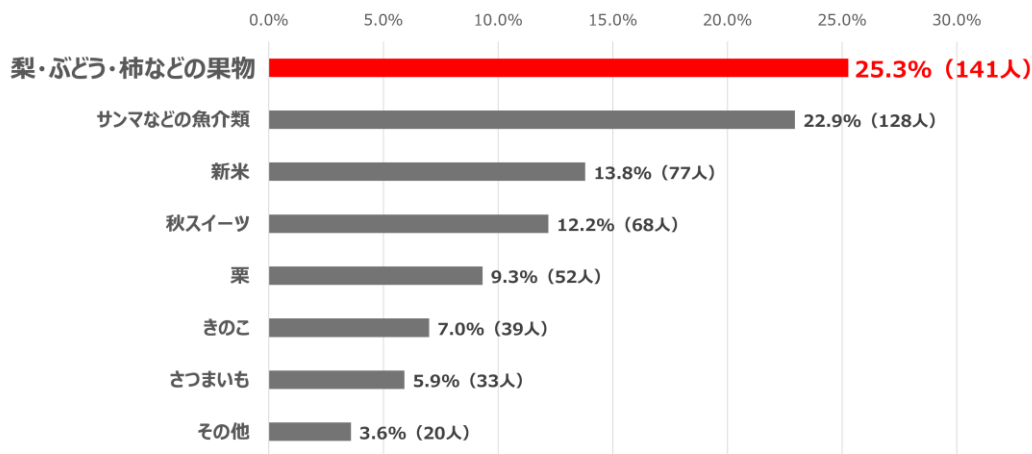


4. “食欲の秋”、この秋最も食べたいものは「梨・ぶどう・柿などの果物」

この秋、最も食べたいものについて聞いたところ、「梨・ぶどう・柿などの果物」(25.3%)が最多となりました。次いで「サンマなどの魚介類」(22.9%)、「新米」(13.8%)、「秋スイーツ」(12.2%)と続きました。

果物や魚介類、新米など、旬を迎える食材が上位となり、“食欲の秋”ならではの結果となりました。

Q5.この秋、最も食べたいものを教えてください。(単一回答) n = 558



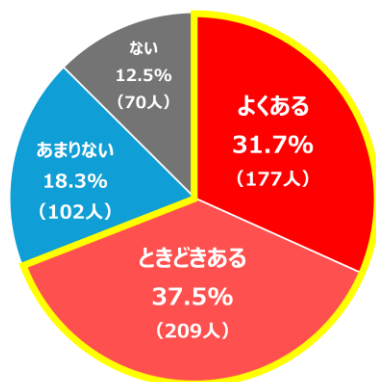
5. 約7割が動画・ライブ配信を見て「自分も食べたい」実際の購入・注文にも影響

動画やライブ配信などで、誰かが美味しそうに食べている様子を見て「自分も食べたい」と思ったことがあるか聞いたところ、「よくある」(31.7%)、「ときどきある」(37.5%)を合わせ、69.2%が経験ありと回答しました。

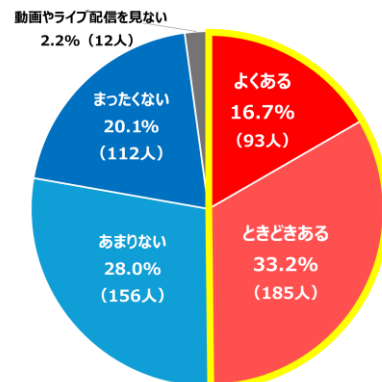
さらに、動画やライブ配信で食べ物を見たことをきっかけに、実際に食べたり、購入・注文したことについても、「よくある」(16.7%)、「ときどきある」(33.2%)を合わせ、49.8%と約半数が実際の行動につながった経験があることが分かりました。

食に関する動画やライブ配信は、「食べたい」という興味を喚起するだけでなく、実際の食事や購入・注文のきっかけにもなっていることがうかがえます。

Q6.動画やライブ配信などで、誰かが美味しそうに食べている様子を見て、「自分も食べたい」と思ったことはありますか。(単一回答) n = 558



Q7.動画やライブ配信などで食べ物を見たことをきっかけに、実際に食べたり、購入・注文したことはありますか。(単一回答) n = 558



6. “食欲の秋”、ライブ配信で食べる姿を見たい有名人は！？

「この秋、食べ物を美味しそうに食べるライブ配信をしてほしい有名人」を自由回答で聞いたところ、見事最多票数を集めたのはギャル曽根さん(24 票)となりました。次いで、鈴木龍二さん(13 票)、彦摩呂さん(7 票)、GACKT さん(6 票)、マツコ・デラックスさんおよび今田美桜さん(各 5 票)などの名前が挙がりました。俳優やタレントなどさまざまな名前が挙がり、食に関するライブ配信で見たい人物像も多様であることがうかがえる結果となりました。

Q8.この秋、食べ物を美味しそうに食べるライブ配信をしてほしい有名人は誰ですか。(自由回答) n = 558

1位	ギャル曽根 (24票)
2位	鈴木龍二 (13票)
3位	彦摩呂 (7票)
4位	GACKT (6票)
5位	マツコ・デラックス・今田美桜 (5票)

「17LIVE」視聴方法

以下より無料の「17LIVE」アプリをダウンロードし、アカウントをご登録ください。(※)

アプリダウンロード: <https://17apps.onelink.me/i7CY/17LivePR>

※アプリ内には一部有料のメニュー・コンテンツがあります。なお、通信料はお客様のご負担となります。



「17LIVE(イチナナ)」について

“人と人のつながりを豊かにすること。”をミッションに掲げる「17LIVE(イチナナ)」は、世界で 5,000 万以上のユーザーを有する日本最大級のライブ配信プラットフォームです(2023 年 2 月時点)。ひとつの空のもと、七つの大陸を舞台に、ライバー(配信者)とリスナー(視聴者)が「今この瞬間」を共有し、リアルタイムで喜びや感動を分かち合える世界を目指しています。

「17LIVE」公式 HP: <https://jp.17.live/>

X: <https://x.com/17livejp>

Facebook: <https://www.facebook.com/17LIVEJP/>

Instagram: <https://www.instagram.com/17livejp/>

YouTube: <https://www.youtube.com/channel/UCFf5groAMTQ6x32YVjOcQBw>