

全国の20～59歳男女800人に調査  
**「手紙と対人コミュニケーション力に関する調査」**  
相手のために書いて書いた手紙は自分のスキルに  
手紙を書くことによる、対人コミュニケーションにおける2つのメリット  
円滑な対話を助けるベストセラー「伝え方が9割」著者佐々木圭一氏監修

総合マーケティング支援を行なう株式会社ネオマーケティング（所在地：東京都渋谷区）では、世の中の動向をいち早く把握するために、独自で調査を行なっております。今回、2016年2月13日（土）～2016年2月14日（日）の2日間、全国の20歳～59歳の男女800人を対象に「手紙とコミュニケーション力」をテーマにしたインターネットリサーチを実施いたしました。

<調査背景>

春は入学、卒業、入社、異動など新生活に伴う出会いや別れの季節。現代社会において、過去の縁を大切に、新たな出会いを輝かせるために求められるコミュニケーション力。この度、手紙がコミュニケーション力に与える影響について、全国の男女800人に対して「手紙と対人コミュニケーション力」をテーマにした意識調査を行ないました。報道の一資料として、ぜひご活用下さい。

【調査概要】

1. 調査の方法：株式会社ネオマーケティングが運営するアンケートサイト「アイリサーチ」のシステムを利用したWEBアンケート方式で実施
2. 調査の対象：アイリサーチ登録モニターのうち、全国の男女20歳～59歳を対象に実施
3. 有効回答数：800人（20代・30代・40代・50代の男女：各100名）
4. 調査実施日：2016年2月13日（土）～2016年2月14日（日）

「手紙と対人コミュニケーション力に関する調査」リリースサマリー

■気持ちを伝えることができない現代人！

対人コミュニケーションが苦手だと答えた方、7割以上。

■コミュニケーション上手の意外な秘密。手紙を書くことの効果とは？

ロジカルトークが得意な方は手紙派に多い。手紙を書かない方の約2倍に！

■「手紙を過去5年間書いていない方」は半数以上！

手紙を書かない方の過半数が過去5年、手紙を受け取ったことがない状態という結果に。

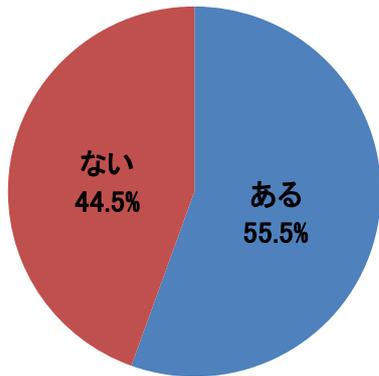
■便せんや切手の価値は100円未満。

文字と気持ちが加わると「3,000円以上」と回答した方が3割以上。

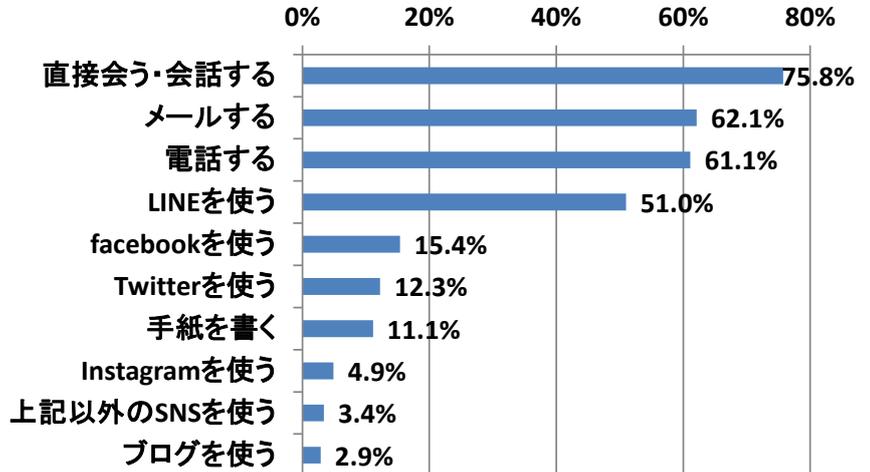
■円滑な対話を助けるベストセラー「伝え方が9割」著者、佐々木圭一氏がおすすめるコミュニケーション力を磨くための、手紙という伝え方。

**気持ちを伝えることができない現代人！  
対人コミュニケーションが苦手だと答えた方、7割以上**

Q1. あなたは、これまでにコミュニケーションで失敗した経験や困った経験がありますか。(単数回答)【n=800】



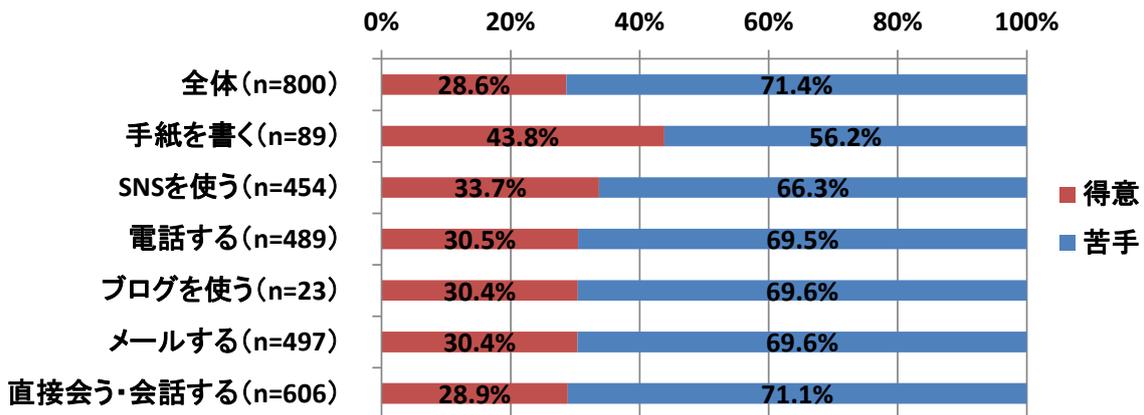
Q2. あなたが、普段コミュニケーションツールとして使用しているものについてお答えください。(複数回答)【n=800】



コミュニケーションで失敗した経験や困った経験が「ある」と回答した方は 55.5%と半数を超える結果となりました。半数以上の現代人が気持ちを伝えることで失敗した経験、困った経験があることが調査から明らかになりました。

半数以上がコミュニケーションで失敗した経験や困った経験があると回答しましたが、普段どのようなコミュニケーションツールを使用しているのかお聞きしました。最も多い回答は「直接会う・会話する」で 75.8%が回答しました。次いで「メールする」62.1%、「電話する」61.1%となっています。「手紙を書く」は 11.1%が回答する結果となりました。

Q3. あなたご自身の、コミュニケーションに対する意識についてお答えください。(単数回答)【n=800】



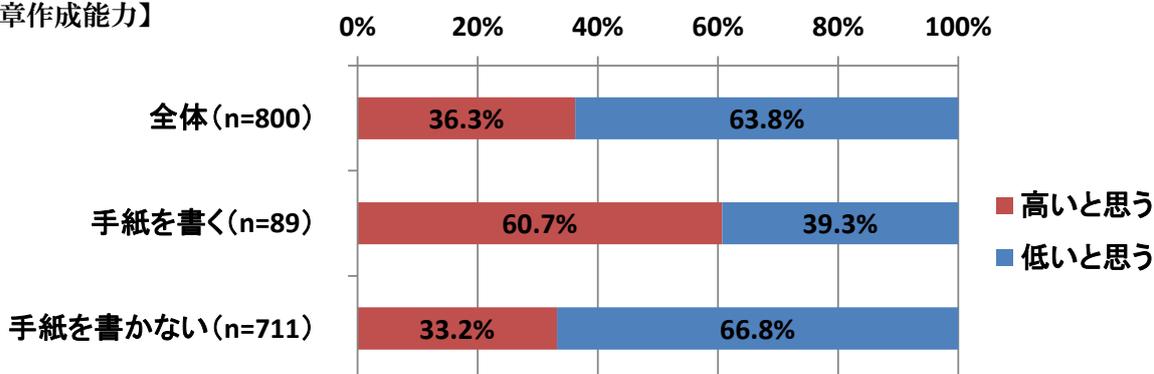
対人コミュニケーションに対する意識をお聞きしたところ、「苦手」と回答した方は 71.4%となっています。コミュニケーションを苦手とする意識が、コミュニケーションで失敗をした要因となっているのではないのでしょうか。現代人は気持ちを伝えることが苦手なのかもしれませんね。

コミュニケーションツール別で比較をすると、コミュニケーションが「得意」と回答した方が最も多い項目は「手紙」となり 43.8%が回答しました。手紙を書くことがコミュニケーション力向上につながったのでしょうか。

**コミュニケーション上手の意外な秘密。手紙を書くことの効果とは？  
ロジカルトークが得意な方は手紙派に多い。手紙を書かない方の約倍に！**

**Q4. あなたご自身の文章作成能力に関してお答えください。(単数回答)【n=800】**

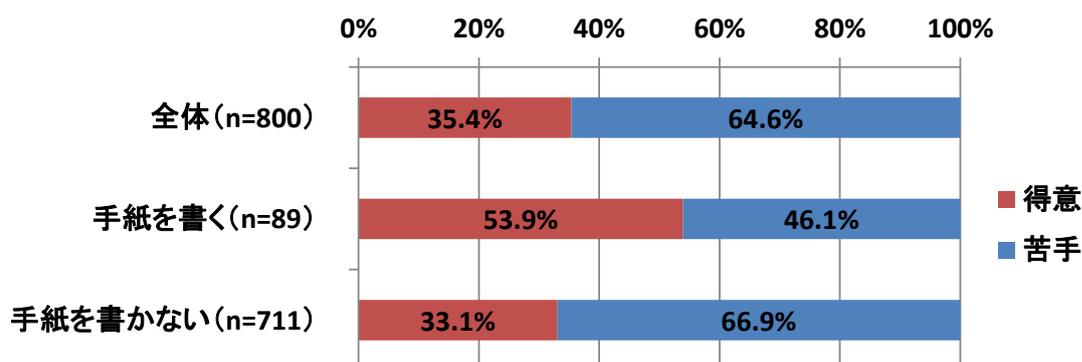
【文章作成能力】



手紙を書く方は、コミュニケーションが得意と回答した方が多いですが、その方たちにはどのような特長があるのでしょうか。まず、文章作成能力についてお聞きしたところ、普段手紙を書く方は60.7%が文章作成能力が「高いと思う」と回答したのに対し、普段手紙を書かない方は33.2%のみとなっています。普段手紙を書く方は文章作成能力が高いようです。

**Q5. あなたご自身の順序立てをした話し方をするに関してお答えください。(単数回答)【n=800】**

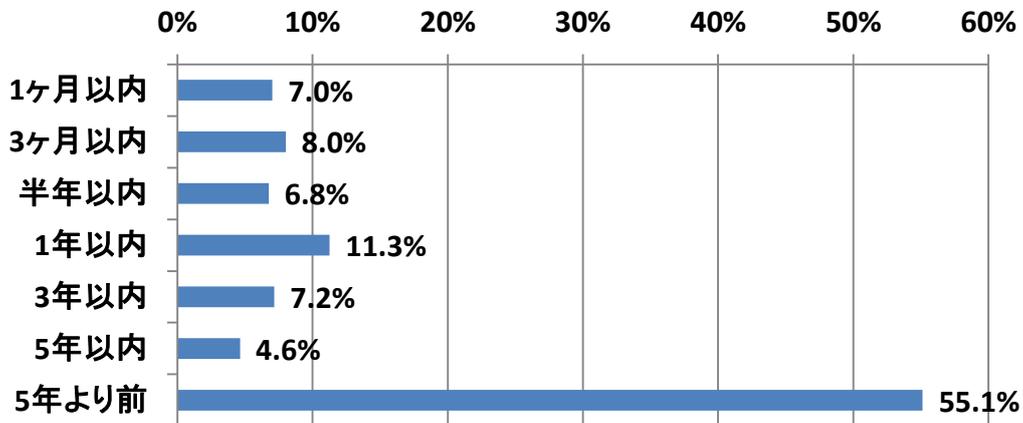
【順序立てて話をする】



話し方に関しても、手紙を書く方の53.9%は順序立てをした話し方をするを「得意」と回答したのに対し、手紙を書かない方は33.1%のみとなっており、文章能力だけではなく、順序立てた話し方も手紙を書く方が得意であることが調査から判明しました。手紙は相手を想って書くものではありませんが、思わぬところで自分自身のスキルとなっているのかもしれません。

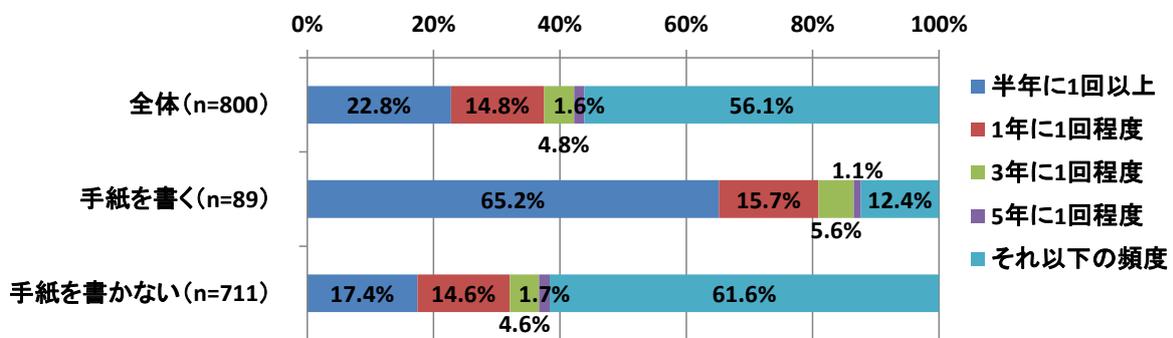
**「手紙を過去5年間書いていない方」は半数以上！**  
**手紙を書かない方の過半数が過去5年、手紙を受け取ったことがない状態という結果に。**

**Q6. あなたが直近で手紙を書いた時期についてお答えください。(単数回答)【n=711】**



普段手紙を書かないと回答した方に対し、直近で手紙を書いた時期についてお聞きしたところ、55.1%が「5年より前」と回答する結果となっています。2人に1人が過去5年間手紙を書いていないことがわかります。

**Q7. あなたの、手紙をもらう頻度についてお答えください。(単数回答)【n=800】**



手紙をもらう頻度についてお聞きしたところ、全体で56.1%の方が5年に1回以下の頻度と回答しています。手紙を書く・書かないで比較をすると、手紙を書かない方は5年に1回以下と回答した方が最も多く61.6%となっています。一方、手紙を書く方は65.2%が半年に1回以上手紙をもらおうと回答しています。手紙を書く方は手紙をもらう傾向にあるようです。

**便せんや切手の価値は 100 円未満。  
文字と気持ちが加わると「3,000 円以上」と回答した方が 3 割以上。**

Q8. 下記のコミュニケーションツールの中で、メッセージや情報を受け取った時に、印象に残りやすいと思うもの、好感度が上がると思うものを 1 位から 5 位までお答えください。(単数回答)【n=800】

## 【印象に残りやすいと思うもの】

直接会う・会話する	4.4点
手紙	3.4点
電話	3.3点
メール	2.6点
Twitter	2.4点
LINE	2.3点
facebook	1.9点
Instagram	1.7点
上記以外のSNS	1.4点
ブログ	1.4点

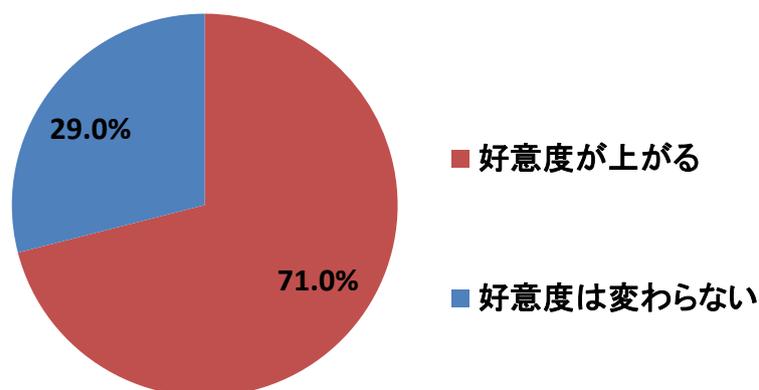
## 【好感度が上がると思うもの】

直接会う・会話する	4.5点
手紙	3.6点
電話	3.3点
メール	2.4点
Twitter	2.1点
facebook	2.1点
LINE	1.9点
Instagram	1.8点
ブログ	1.5点
上記以外のSNS	1.4点

コミュニケーションツールの中で、メッセージや情報を受け取った時に、印象に残りやすいと思うもの、好感度が上がると思うものを 1 位から 5 位までお聞きし、1 位を 5 点、2 位を 4 点、3 位を 3 点、4 位を 2 点、5 位を 1 点とし平均を算出したところ、印象に残りやすいと思うもの、好感度が上がると思うもの両項目ともに「直接会う・会話をする」が 1 位、「手紙」が 2 位、「電話」が 3 位となりました。4 位の「メール」以降は 3 点に届いておらず、「直接会う・会話をする」「手紙」「電話」といった「アナログなコミュニケーションツール」ほど、印象に残りやすい・好感度が上がりやすいことがわかりました。

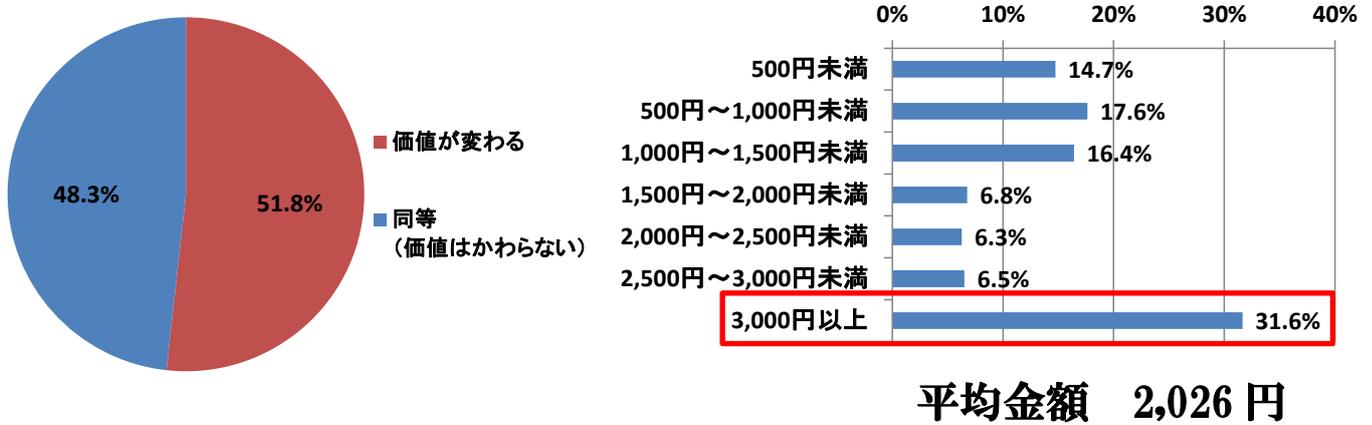
Q9. あなたが、相手から手紙を受け取った時の相手への好意度についてお答えください。

(単数回答)【n=800】



手紙を受け取った時の好意度をお聞きしたところ、71.0%の方が手紙を受け取ることで好意度が上がると回答。好意度を形成するためには手紙を送ることが有効だということがわかりました。

Q10. あなたが最も嬉しいと思う相手から手紙をもらった場合、その手紙は価値が変わりますか。またその価値はいくら分の価値に相当しますか。(単数回答)【n=800】



封筒や便せん、切手代を合わせても 100 円未満の手紙ですが、最も嬉しいと思う相手から手紙をもらった場合、その 100 円未満の手紙は「価値が変わる」と回答した方が 51.8%と半数以上となりました。また、価値が変わると回答した 414 名に対し、その価値はいくら分のプレゼントに相当するかとお聞きしたところ、「3,000 円以上」と回答した方が 3 割を超える結果となっています。中央値から、平均金額を算出すると、その平均金額は「2,026 円」となりました。100 円未満の手紙は相手の文字が加わることによって 2,000 円以上の価値になることがわかりました。

手紙を書く方の 4 割以上が、「モテる方だ」と自分に自信を持っている傾向。  
事実、交際人数は、手紙を書かない方より書く方に多い傾向が！

Q11. あなたご自身の「モテ度」についてお答えください。(単数回答)【n=800】

Q12. あなたはこれまでに、何人の異性と交際しましたか。(数値回答)【n=800】



ご自身のモテ度をお聞きしたところ、手紙を普段書く方は 44.9%が「モテる方だ」と回答しました。約 4 割以上の方が、自分に自信を持っている傾向があると考えられます。一方、手紙を書かない方は 26.2%のみが「モテる方だ」と回答し、その差は 18.7 ポイントとなりました。

また、これまでの交際人数をお聞きしたところ、手紙を書く方は 3 人以下と回答した方が 48.3%に対し、手紙を書かない方は 55.8%と、手紙を書く方が交際人数は多い傾向にあるようです。

■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・転載は、必ずクレジットを明記していただきますようお願い申し上げます。

<例>「総合マーケティング支援を行なうネオマーケティングが実施した調査結果によると……」

■「アイリサーチ」URL : <http://www.i-research.jp/>

**もう、悩まない！この春を新天地で迎える方にオススメ！**  
円滑な対話を助けるベストセラー「伝え方が9割」著者、佐々木圭一氏がおすすめる  
コミュニケーション力を磨くための、手紙という伝え方。

＜伝え方は、センスではなく鍛えられる＞

日本人の71.4%が苦手だと感じています。「でも鍛えられないものだから、どうしようもない」と思っています。でも違います。伝え方には技術があって、誰であっても学ぶことができるのです。伝え方のコツは、「いかに相手のことを想像できるか」です。自分の頭の中をそのまま言葉にせず、相手に想いを巡らす。それは、手紙を書くことで自然とトレーニングになるもの。相手が「いまどうしているかな？」と考えながら書くから、手紙は相手の手元だけでなく、心にも届くのです。

＜手紙の2大メリット＞

① 短い文章の中で、読みやすい構成を考えたり、人の気持ちを動かす言葉を考えるトレーニングができます。紙に書き出すので頭の中が整理されます。意外な効果として、日常的に使うメールやSNSのレベルも上がるというメリットもあります。

② 手書きだからこそ温かみや感情を伝えることができます。同じ「ありがとう」だとしても、デジタル文字と手書きだと、温かみが違いますよね。

＜手紙を書くことで、伝え方のトレーニングをする＞

では、どうトレーニングするか？まずは、技術を知ること。『伝え方が9割』には、その場で使えるかんたんな技術が載っています。その上で、実際に使ってみること。手紙を書くことは簡単にできるトレーニングです。

たとえば、今の時期でしたら、学校の恩師に手紙を書いてみたらいかがでしょうか？お世話になっていたのに、しばらく連絡をとれていない方、いますよね。トレーニングになるだけでなく、なにより恩師が喜んでくれるでしょう。

＜まずは書いて、送ってみる＞

82円の手書きの手紙が、相手にとって2千円以上の価値があるとの調査があるのですから、書かない手はありません。難しく考える必要はありません。まずは書いてみましょう。ただ、手書きで「ありがとうございました」と書くだけでも相手に深く届きますよ。



資料監修者

佐々木 圭一 (ささき けいいち) 氏

1972年9月30日。神奈川県出身。

上智大学理工学部機械工学科卒業後、同大学院理工学専攻にて修士課程を修了。

1997年博報堂入社。コピーライターに配属。カンパ広告祭金賞をはじめ、数々の広告賞を受賞。作詞家としても活動。

2013年、コピーライターとして培ったノウハウを、『伝え方が9割』（ダイヤモンド社刊、2013年）として出版。

同年末、博報堂を退社。クリエイティブ・ブティック、株式会社ウゴカスを設立。

コピーライター、クリエイティブ・ディレクターのみならず、講演会の講師、テレビのMC、出演など、活動の幅を広げている。

ライフワークは、日本のコミュニケーション能力をベースアップさせること。



著書「伝え方が9割」は  
シリーズ85万部を超える大ベストセラー。