



【旅行時のストレスに関する意識調査を発表】

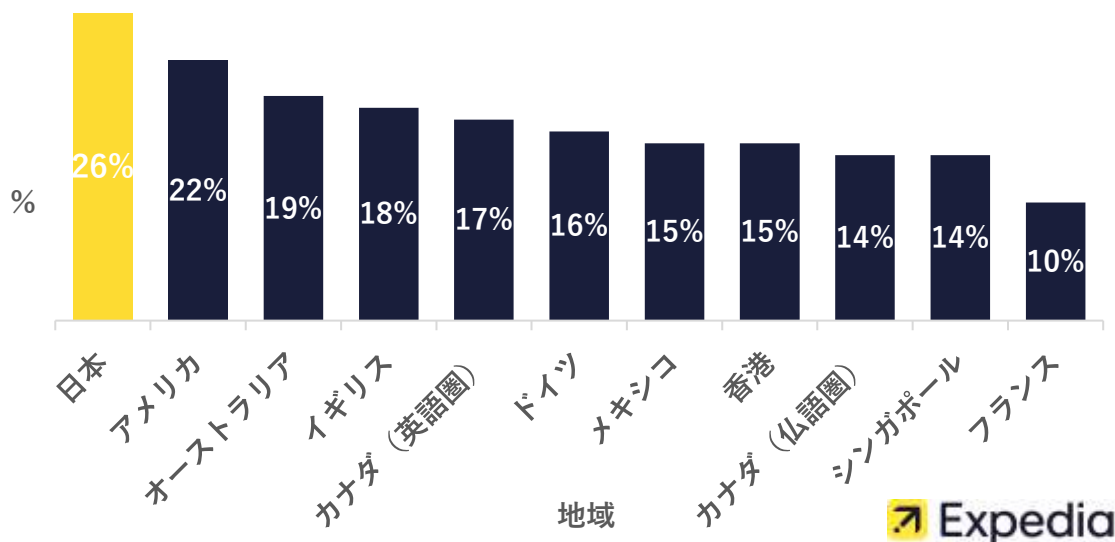
日本人は世界で一番「飛行機で知らない人の隣に座ること」に ストレスを感じる

世界の大手総合旅行ブランドの一つである[エクスペディア](#)は、世界 11 地域を対象に実施した「旅行時のストレスに関する意識調査」*を発表します。

世界一「飛行機で知らない人の隣に座ること」に不安やストレスを感じる日本人

エクスペディアが実施した「[旅行予約時のストレスに関する調査](#)」によると、日本人の約4人に1人が飛行機を利用した旅行に「ストレスを感じている」ことがわかりました。さらに、飛行機を利用する際、最も不安やストレスを感じることに、「知らない人の隣に座ること」と回答した日本人は3割近くまで上り、世界で最も多い割合となりました。

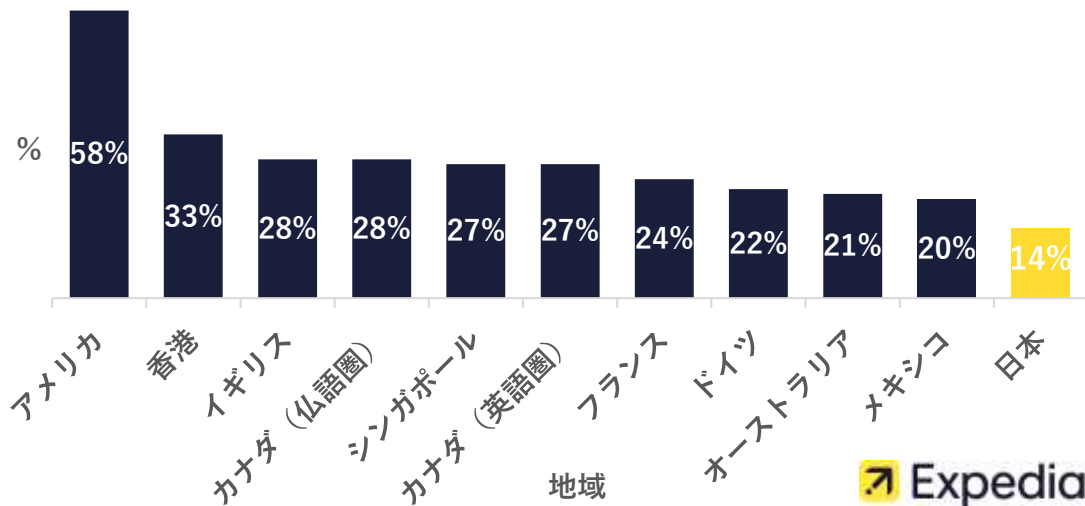
<【世界比較】飛行機を利用する旅行の際に、最も不安やストレスを感じることに、「飛行機で知らない人の隣に座ること」と回答した人の割合>



世界で一番、「一緒に旅行している人と喧嘩をしない」日本人

飛行機を利用した旅行の際、「一緒に旅行している人と喧嘩をする」と回答した日本人は 14%と世界で最も少ない割合になりました。一方で、アメリカ人の 6 割近くが喧嘩をすると回答、気質の差なのか地域によって大きな差があるようです。

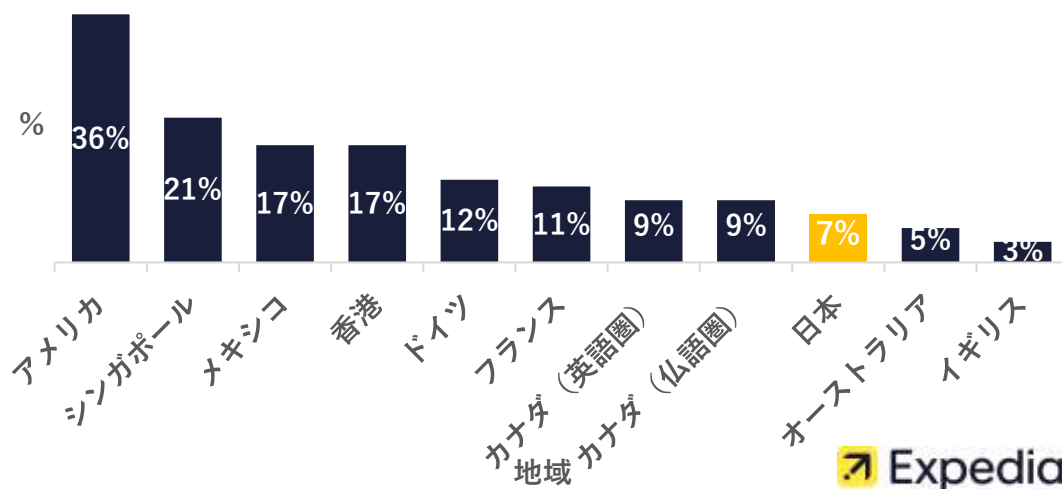
< 【世界比較】 飛行機を利用した旅行の際、「一緒に旅行している人と喧嘩をする」と回答した割合 >



空港到着後にパスポートを忘れたことに気づいた経験がある割合が世界で 3 番目に少ない日本人 逆にパスポート忘れが多い国は「アメリカ」「シンガポール」「メキシコ」

空港に着いてからパスポートを忘れたことに気づいた経験について、経験のある日本人は 1 割にも満たず、世界でオーストラリアとイギリスに次いで 3 番目に少ない割合となりました。一方で、忘れた経験のある割合が多かった地域上位 3 位はアメリカ、シンガポール、メキシコ。アメリカ人においては 3 人に 1 人は経験があると回答しており、ここでも地域によって違いがみられる結果となりました。

< 【世界比較】 空港に着いてからパスポートを忘れたことに気づいた経験がある人の割合 >



日本人が旅行で忘れたくないもの第1位は「パスポート」

旅行で忘れたくないものについて聞いたところ、日本人の7割以上が「パスポート」と回答。その他には、「クレジットカードや現金」、「スマートフォン」など現代の日本人の生活には欠かせないものがランクインしましたが、5位には「下着」がランクイン。非現実を味わう旅行でも着慣れた下着は欠かせないようです。

【日本】旅行で忘れたくないもの		
1	パスポート	74%
2	クレジットカードや現金	72%
3	スマートフォン	67%
4	充電器類	44%
5	下着	13%



日本人の飛行機を利用する際のストレスを減らす方法は

1位「オフシーズンに旅行をすること」、2位「余裕をもって、予約を済ませること」

飛行機を利用する際のストレスを減らすための方法として多かった回答は、「オフシーズンに旅行をすること」と「余裕をもって、予約を済ませること」でした。機内の混雑や、予約の手間、費用が高くなってしまふことへの心配がストレスのようです。ストレスフリーな旅行にするために、これから春休みが始まるまでのオフシーズンに旅行計画を立てるのもひとつの手です。

【日本】飛行機を利用した旅行で ストレスを減らす方法		
1	オフシーズンに旅行をすること	36%
2	余裕を持って、予約を済ませること	35%
3	搭乗時間の3時間前には空港に到着していること	26%
	預け入れではなく機内持ち込み手荷物にすること	26%
5	パーソナルスペース確保のために 通路側を予約すること	25%

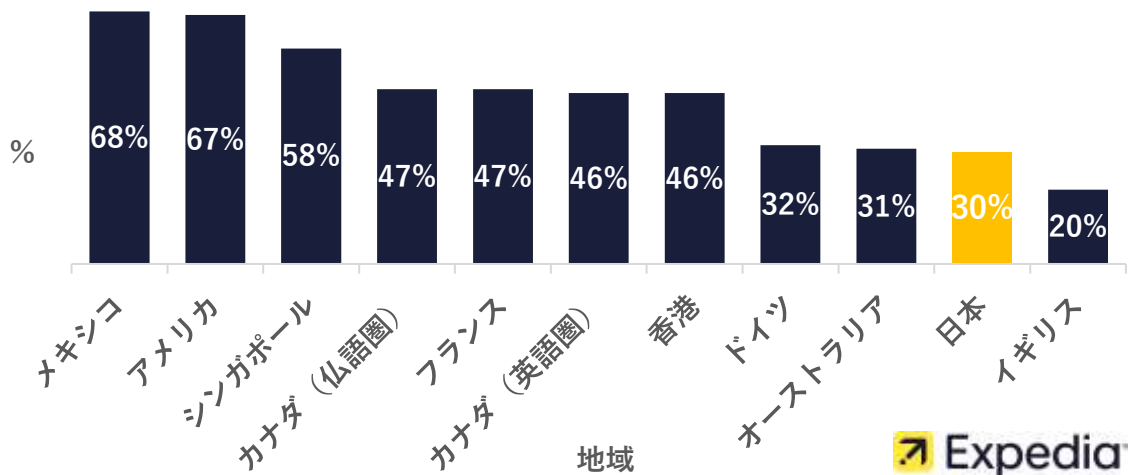


▼エキスペディアを使って、賢くお得に旅行をしよう！

① 航空券は日曜日に予約

航空券を予約する最適な曜日があると思うと回答した日本人は3割にとどまり、世界で2番目に少ない割合となりましたが、エキスペディアが発表した「[2024年の旅行節約術](#)」によると、**国内線のエコノミークラスは日曜日の予約で平均約40%、国際線のエコノミークラスは日曜日の予約で平均約17%お得**になります。

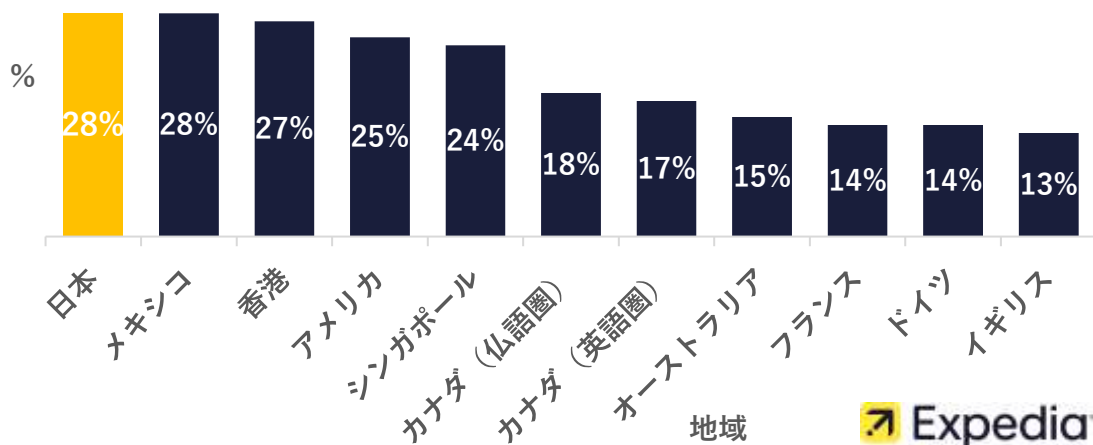
<【世界比較】「航空券を予約する最適な曜日がある」と思う人の割合>



② エキスペディアアプリの「プライストラッカー」で、お得なタイミングを見逃さずに予約

日本人の3割近くが、飛行機を利用した旅行予約の際、「フライトの価格変動通知」があれば安心できると回答。エキスペディアのアプリは、AIと機械学習機能を活用し、**旅行者が検索しているルート**の航空券の価格が上下した際にアプリ上で**プッシュ通知を送信**してくれます。これにより、常に航空券の価格をチェックする必要がなくなり、お得だと思うタイミングで予約をすることができます。

<【世界比較】「フライトの価格変動通知」があれば安心できると回答した人の割合>



* 本調査は、エクスペディアの委託を受け、OnePoll が 2023 年 8 月 22 日（火）から 9 月 12 日（金）までの期間で、アメリカ、イギリス、カナダ（英語圏）、カナダ（フランス語圏）、メキシコ、ドイツ、フランス、オーストラリア、日本、香港、シンガポールの 11 地域における、飛行機を利用して旅行をしたことがある 18 歳以上の合計 11,000 名を対象にオンラインで実施しました。

エクスペディアについて

エクスペディア（Expedia）は、世界の大手総合旅行ブランドの一つです。旅行者が最大限に旅行を満喫できるよう、旅行に必要なものを集約し、予算内で満足できる旅行を提供するとともに、全ての段取りにおいて弊社からのサポートを感じていただけるよう心掛けています。また、グローバルに展開しているブランドとして誰よりも旅行者を理解し、必要なものを必要なタイミングで提供していきたいと考えています。最新のテクノロジーのもと、ホテル、航空券、パッケージツアー、現地ツアーなどの豊富な選択肢から、それぞれのニーズを満たす旅行体験をお届けしていきます。

- ホームページ : <http://www.expedia.co.jp>
- アプリ : <https://www.expedia.co.jp/app>
- X（旧 Twitter） : https://twitter.com/Expedia_Japan
- インスタグラム : <https://www.instagram.com/expediajp/>

© 2023 Expedia, Inc., an Expedia Group company. 2023 Expedia, Inc. はエクスペディアグループの会社です。全著作権所有。エクスペディア及びエクスペディアロゴは、米国 Expedia, Inc. の商標または登録商標です。その他の商標はそれぞれの所有者に帰属します。CST: 2029030-50