

2026 年 8 月 6 日

～博報堂 メディア環境研究所、世界 5 地域調査から東京圏の生活者像を分析～

東京圏はテレビ番組のリアルタイム視聴が強く、信用度も高い

AI・テクノロジーに慎重も利用意向は 8 割超え、不安・負担解消が受け入れのヒントに

株式会社博報堂（本社：東京都港区、代表取締役社長：名倉健司）のメディア環境研究所（所長：山本泰士）は、東京圏（1 都 3 県）・ロサンゼルス（以下 LA）・上海・ロンドン・ドイツ全域の 5 地域で、各 900 名・計 4,500 名（10～50 代）を対象に、メディア接触状況や AI・先進テクノロジーサービスの利用状況を調査する「グローバル・メディア・テック調査 2026」を実施しました。

AI をはじめとする情報技術のイノベーションが各国に普及し、生活者の情報・メディア行動が変化している中、企業が技術普及や戦略を考えるためには、生活者のテクノロジー受容の特性や実態を捉えることが重要になっています。こうした背景を踏まえ、本調査では東京圏と米・中・欧州の地域ごとのメディア接触およびテクノロジーの利用状況を調査しました。各地域との比較分析で見えてきた東京圏独自のメディア・テクノロジーの利用実態をご報告します。

#### <東京圏の調査結果サマリー>

- ・「毎日視聴・利用するメディア」、「信用度の高いメディア」とともにテレビが 1 位
- ・慎重な AI・テック利用 ― 5 地域内で最も慎重、しかし受容は着実に前進
- ・生成 AI 利用意向は 80.7%。現在の利用率との差は 24.5pt と大きな伸びしろが存在
- ・防犯・介護・運転を AI・ロボットに任せたい意向が強く、不安・負担の解消にテクノロジー浸透のヒント

#### <調査結果詳細>

##### ■ 東京圏では「毎日視聴・利用するメディア」、「信用度の高いメディア」とともにテレビが 1 位

東京圏では、「毎日利用するメディア」「信用度の高いメディア」の両方で「テレビ番組のリアルタイム視聴」が 1 位となりました。毎日利用するメディアでは、「テレビ番組のリアルタイム視聴」が 69.9%で 1 位、次いで「メッセージのやり取りとタイムライン投稿・通話を楽しむような SNS（57.3%）」、「ニュースサイト・ニュースアプリ（56.7%）」の順となりました。

2 位以下に 10pt 以上の差をつけてトップとなったテレビの毎日利用率は、他地域における首位と 2 位の差分と比較しても突出しており、東京圏ではテレビが強い構造が顕著に表れています。

## 「毎日視聴・利用するメディア」TOP5

メディア  
環境  
研究所

### 東京圏では2位に10pt以上の差をつけてテレビ番組のリアルタイム視聴が1位

| 東京圏(1都3県) 平均スコア28.4 |                                  |      |       |
|---------------------|----------------------------------|------|-------|
| (単位:%) ↓ 差分         |                                  |      |       |
| 1                   | テレビ番組のリアルタイム視聴                   | 69.9 | +41.5 |
| 2                   | メッセージのやり取りとタイムライン投稿・通話を楽しむようなSNS | 57.3 | +28.9 |
| 3                   | ニュースサイト・ニュースアプリ                  | 56.7 | +28.3 |
| 4                   | 短い文章で日々の出来事・感情などを投稿するようなSNS      | 48.3 | +19.9 |
| 5                   | ゲーム                              | 44.3 | +15.9 |

| LA(アメリカ) (単位:%)           |      |
|---------------------------|------|
| 有料の動画配信サービス視聴             | 82.9 |
| テレビ番組のリアルタイム視聴            | 78.4 |
| テレビ番組の見逃し配信サービス視聴         | 71.0 |
| 投稿で近況やイベントを友人とシェアするようなSNS | 69.7 |
| ゲーム                       | 69.6 |

| 上海(中国) (単位:%)                    |      |
|----------------------------------|------|
| テレビ番組のリアルタイム視聴                   | 63.2 |
| メッセージのやり取りとタイムライン投稿・通話を楽しむようなSNS | 63.0 |
| タテ型の無料の動画配信サービス視聴                | 62.3 |
| 投稿で近況やイベントを友人とシェアするようなSNS        | 61.4 |
| ヨコ型の無料の動画配信サービス視聴                | 60.9 |

| ロンドン(イギリス) (単位:%)                |      |
|----------------------------------|------|
| 有料の動画配信サービス視聴                    | 78.8 |
| メッセージのやり取りとタイムライン投稿・通話を楽しむようなSNS | 77.7 |
| テレビ番組のリアルタイム視聴                   | 75.0 |
| テレビ番組の見逃し配信サービス視聴                | 75.0 |
| 投稿で近況やイベントを友人とシェアするようなSNS        | 73.1 |

| ドイツ全域 (単位:%)                     |      |
|----------------------------------|------|
| メッセージのやり取りとタイムライン投稿・通話を楽しむようなSNS | 66.6 |
| 有料の動画配信サービス視聴                    | 65.3 |
| テレビ番組のリアルタイム視聴                   | 63.2 |
| 写真や動画をアップロードするようなSNS             | 56.0 |
| ヨコ型の無料の動画配信サービス視聴                | 54.1 |

※それぞれ n=900。テレビ画面・スマホ画面計のスコアで、上位5メディアを抜粋

信用度の高いメディアにおいても、毎日利用するメディアと同様「テレビ番組のリアルタイム視聴」が2位に10pt以上の差をつけて首位となりました。他地域ではテレビ以外に「生成AI」や「タテ型やヨコ型の無料動画配信サービス視聴」がTop5にランクインしていますが、東京圏ではSNSや生成AIなどのデジタル新興メディアと比較し、依然としてテレビやラジオの信用度の高さがうかがえます。

## 「信用度の高いメディア」TOP5

メディア  
環境  
研究所

### 東京圏では毎日利用と同様に信用度でもテレビ番組のリアルタイム視聴が1位

| 東京圏(1都3県) 平均スコア42.0 |                   |      |       |
|---------------------|-------------------|------|-------|
| (単位:%) ↓ 差分         |                   |      |       |
| 1                   | テレビ番組のリアルタイム視聴    | 66.4 | +24.4 |
| 2                   | テレビ番組の見逃し配信サービス視聴 | 54.2 | +12.2 |
| 3                   | 地上波ラジオ放送          | 51.8 | +9.8  |
| 4                   | ニュースサイト・ニュースアプリ   | 50.4 | +8.4  |
| 5                   | 有料の動画配信サービス視聴     | 50.0 | +8.0  |

| LA(アメリカ)          |      |
|-------------------|------|
| テレビ番組のリアルタイム視聴    | 88.4 |
| 有料の動画配信サービス視聴     | 84.0 |
| テレビ番組の見逃し配信サービス視聴 | 76.4 |
| ゲーム               | 73.3 |
| タテ型の無料の動画配信サービス視聴 | 72.0 |

| 上海(中国)            |      |
|-------------------|------|
| ヨコ型の無料の動画配信サービス視聴 | 74.3 |
| テレビ番組のリアルタイム視聴    | 70.8 |
| 有料の動画配信サービス視聴     | 68.2 |
| タテ型の無料の動画配信サービス視聴 | 67.4 |
| 生成AI              | 66.9 |

| ロンドン(イギリス)        |      |
|-------------------|------|
| テレビ番組のリアルタイム視聴    | 89.3 |
| テレビ番組の見逃し配信サービス視聴 | 85.9 |
| 有料の動画配信サービス視聴     | 85.9 |
| 有料配信の音楽(アプリ)      | 78.8 |
| ゲーム               | 74.4 |

| ドイツ全域             |      |
|-------------------|------|
| テレビ番組のリアルタイム視聴    | 76.0 |
| 有料の動画配信サービス視聴     | 71.8 |
| テレビ番組の見逃し配信サービス視聴 | 69.8 |
| ヨコ型の無料の動画配信サービス視聴 | 67.6 |
| 有料配信の音楽(アプリ)      | 64.4 |

※それぞれ n=900。テレビ画面・スマホ画面計のスコアで、上位5メディアを抜粋

若年層の「毎日視聴・利用するメディア」「信用度の高いメディア」TOP5（東京圏の10代+20代）

# 若年層の毎日利用はSNSが1位、信用度は依然テレビ番組のリアルタイム視聴がトップ

| 毎日利用 |                                  | 平均スコア37.5 |       |
|------|----------------------------------|-----------|-------|
|      |                                  | (単位:%)    | ↓ 差分  |
| 1    | 短い文章で日々の出来事・感情などを投稿するようなSNS      | 71.7      | +34.2 |
| 2    | メッセージのやり取りとタイムライン投稿・通話を楽しむようなSNS | 69.5      | +32.0 |
| 3    | テレビ番組のリアルタイム視聴                   | 63.3      | +25.8 |
| 4    | ヨコ型の無料の動画配信サービス視聴                | 59.7      | +22.2 |
| 4    | ゲーム                              | 59.7      | +22.2 |
| 4    | 写真や動画をアップロードするようなSNS             | 59.7      | +22.2 |

| 信用度 |                   | 平均スコア51.9 |       |
|-----|-------------------|-----------|-------|
|     |                   | (単位:%)    | ↓ 差分  |
| 1   | テレビ番組のリアルタイム視聴    | 72.1      | +20.2 |
| 2   | ゲーム               | 65.5      | +13.6 |
| 3   | 有料の動画配信サービス視聴     | 64.6      | +12.7 |
| 4   | テレビ番組の見逃し配信サービス視聴 | 61.1      | +9.2  |
| 5   | ヨコ型の無料の動画配信サービス視聴 | 59.3      | +7.4  |

※それぞれ n=226。テレビ画面・スマホ画面計のスコアで、上位5メディアを抜粋

※短い文章で日々の出来事・感情などを投稿するような SNS：X、Threads、Weibo など／写真や動画をアップロードするような SNS：Instagram、Snapchat、BeReal、RED/Xiaohongshu など／投稿で近況やイベントを友人とシェアするような SNS：Facebook など／メッセージのやり取りとタイムライン投稿・通話を楽しむような SNS：LINE、WeChat、QQ など／多様なトピックの掲示板で討論し、情報やニュースを共有するような SNS：Reddit など

## ■ 慎重な AI・テック利用 — 5 地域で最も慎重、しかし受容は着実に前進

「レジなし店舗の利用」や「メタバースでの交流」などの先進テクノロジー利用経験についてきいたところ、東京圏のみ約 7 割が「あてはまるものはない (67.3%)」と回答し、5 地域で最も慎重な姿勢が見て取れます。対照的に、LA や上海では「動画や SNS の配信を通じた商品の購入 (LA56.2%・上海 53.3%)」や「レジなし店舗の利用 (同 59.0%・47.3%)」を中心に定着し始めている様子が見えられます。

## 東京圏では約7割が先進テクノロジー・サービスの利用経験なし

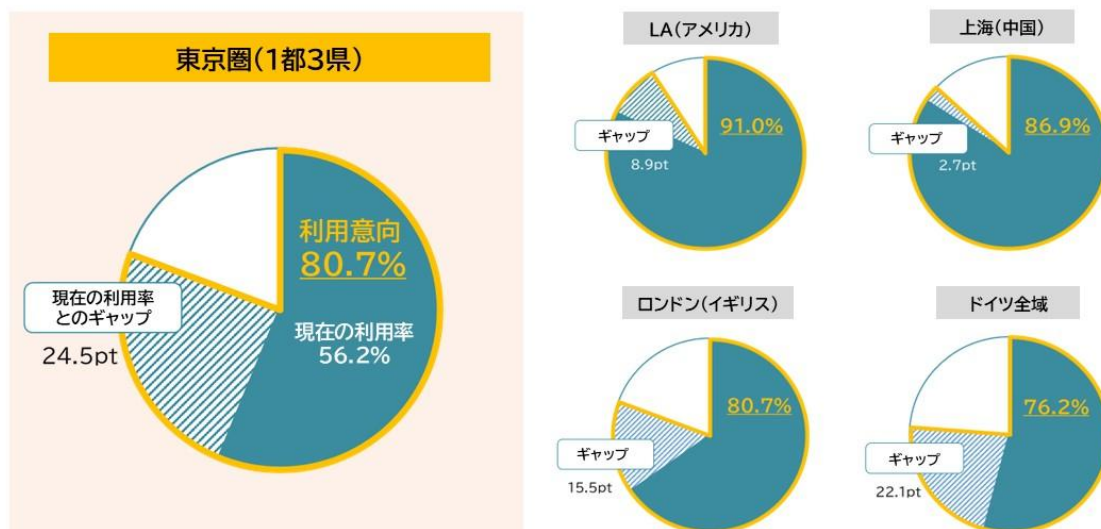
|                                           | 調査数 | XRデバイスを使ったゲームや映像・ライブの体験 | スマートグラスを使ったAIサポート体験 | メタバースで、アバターでの交流やイベントの参加 | 動画やSNSの配信を通じた商品の購入 | レジを通らずに自動で支払いができる店舗の利用 | ロボアドバイザーを利用した自動投資 | 人間の代わりに、AIアバターやキャラクターの先生による個別指導 | あてはまるものはない |
|-------------------------------------------|-----|-------------------------|---------------------|-------------------------|--------------------|------------------------|-------------------|---------------------------------|------------|
| 各都市TOP3<br>各都市BOTTOM3<br>(※あてはまるものはないを除く) |     |                         |                     |                         |                    |                        |                   |                                 |            |
| 東京圏(1都3県)                                 | 900 | 6.6                     | 5.2                 | 9.1                     | 16.8               | 12.8                   | 6.4               | 5.1                             | 67.3       |
| LA(アメリカ)                                  | 900 | 51.3                    | 42.4                | 45.7                    | 56.2               | 59.0                   | 46.2              | 41.2                            | 11.2       |
| 上海(中国)                                    | 900 | 26.8                    | 29.3                | 23.9                    | 53.3               | 47.3                   | 28.0              | 25.6                            | 20.1       |
| ロンドン(イギリス)                                | 900 | 34.6                    | 25.8                | 27.2                    | 48.3               | 51.9                   | 20.4              | 24.4                            | 24.8       |
| ドイツ全域                                     | 900 | 21.8                    | 14.7                | 18.9                    | 33.1               | 36.1                   | 17.1              | 19.1                            | 38.6       |

### ■生成 AI 利用意向は 80.7%で現利用者との差は 24.5pt。大きな伸びしろが存在

生成 AI の利用状況についてきたところ、東京圏の生成 AI の利用経験率は 61.9%（前年比+11.3pt）、現在の利用率は 56.2%（同+11.1pt）と、この 1 年で着実に浸透。他都市の利用経験率と比較して低いものの、利用を拡大しています。また、利用意向については 80.7%に達し、現在の利用率との差は 24.5pt と、今後も大幅な伸長が予測される結果となりました。

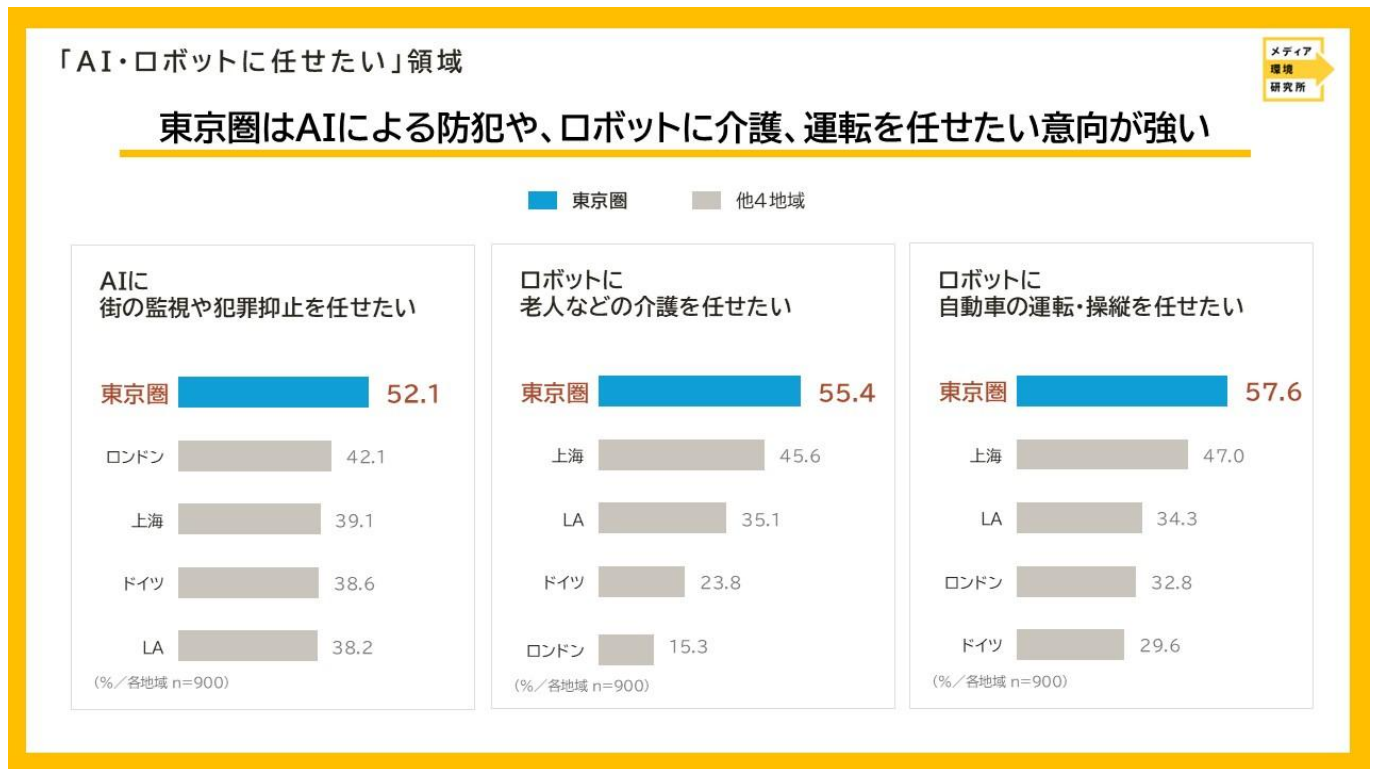
### 生成AIの利用意向と現在の利用率とのギャップ

## 生成AI利用意向は80.7%で現在の利用率との差は24.5pt。大きな伸びしろが存在



## ■AI による防犯や、ロボットに介護、運転を任せたい意向が強く、不安・負担軽減へのニーズが高い。

AI やロボットと人間を比較し、様々な生活行動をどちらに任せたいか尋ねた設問では、東京圏で「AI に街の監視や犯罪抑止を任せたい」「ロボットに老人などの介護を任せたい」「ロボットに自動車の運転・操縦を任せたい」の3項目が、いずれも5地域の中で最も高くなりました。犯罪への不安や、介護・運転といった日常の負担、こうした生活のペイン解消へのニーズが、テクノロジー浸透の鍵になると考えられます。



## ■各海外エリアの調査結果サマリー

### ・LA（アメリカ）

生成 AI の利用経験は9割近く。レジなし店舗やXRデバイスなどの先進テクノロジーの利用経験率も5地域で最も高い。

### ・上海（中国）

ヨコ型動画の信用度がテレビ番組を逆転。AI への委任意向が5地域で最も高く、約4割が商品選びを、約5割がコンテンツ選びをAIに任せられると回答。AIと家族になれるという回答も4割を超え幅広い領域でAIを受け入れる意識が高い。

### ・ロンドン（イギリス）

子供の見守り、介護などの対人ケアをロボットに任せたいという意向が5地域内で最も低い。生成AIを純粋な道具と割り切り、生産性ツールとして捉える志向が強い。

### ・ドイツ全域

生成AI・先進テクノロジーの受容が低位。判断や暮らしをAIやロボットに委ねることに最も慎重。生成AIや先進テクノロジーの利用経験は東京圏よりも高いものの、「人間が主役」の姿勢が顕著。

## ■「グローバル・メディア・テック調査 2026」調査概要

調査名：グローバル・メディア・テック調査 2026

対象地域：東京圏（1 都 3 県）／ロサンゼルス（グレートLA）／上海／ロンドン（グレートロンドン）／ドイツ全域

対象者：各都市在住の 10～50 代 男女 900 名（計 4,500 名）

調査期間：2026 年 2 月 3 日～3 月 15 日

調査主体：博報堂 メディア環境研究所

### 【本件に関するお問い合わせ】

博報堂 広報室 戸田・山口 koho.mail@hakuodo.co.jp