研究ノート

幸福度と「推し活」についての一考察

宮　田　雅　之

東京保健医療専門職大学　教授

Well-being and “Oshikatsu”

Miyata Masayuki

Professor, Tokyo Professional University of Health Sciences

要旨：昨今「推し活（おしかつ）」が注目を集めている。「推し活」とは、自分が贔屓にしているアイドルなどに情熱を注ぐ活動を指していたが、今や推す対象は大きく拡がっている。デフレが続く厳しい経済状況下にあっても、多くの時間と金銭を費やして「推し活」に勤しんでいるオタクが少なくない。「推し活」の充実が「幸福度」を高めているとの調査結果もあり、「推し活」の更なる広がりが日本社会に精神面と経済面の両面でプラスのインパクトを与える可能性が伺える。本稿で、「幸福度（Well-being）」と「推し活」の関係を概観し、今後の研究課題や問題意識について述べる。

キーワード：幸福度、Well-being、ウェルビーング、推し活、オタク

１．はじめに

私の所属する東京保健医療専門職大学は、「健常者・障がい者、若年者・高齢者など、多様な人々が共生できる社会の実現と発展」を建学の精神としている。

理学療法士、作業療法士という医療専門職の資格を取得し、「実務リーダーとして共生社会の実現と発展に貢献する人材を育成する」ことを目指している。

本学の英語表記は「Tokyo Professional University of Health Sciences」であるが、本学の本質は「Tokyo Professional University for Well-being」であると考える。

すなわち、「職業専門科目（医療）」「展開科目（隣接他分野、組織の経営・マネジメント）」などを通して学ぶ専門知識は、目的を実現するための手段である。本学の本来の目的は「人々が幸せに暮らす社会」を実現することに他ならない。

様々な観点から「ウェルビーング（Well-being）」に関する研究を行うことは、本学の教員としての大切な役割と考え、本研究ノートに取り組んだ。

２．日本人の幸福度

（１）経済の低迷が幸福度に及ぼす影響

長いデフレ不況の中、日本経済は「失われた30年」とも言われ、OECD 諸国の中で唯一経済成長をしていない国となってしまった。

「ジャパン・アズ・ナンバーワン（エズラ・F・ヴォーゲル著、1979年）」と称された時代の輝きは、もう取り戻せないのだろうか。

昨今においても、礼儀正しく勤勉な日本の国民性は、世界中から様々な形で称賛を受けている。にも関わらず、日本経済は一向に回復の兆しがみえない。

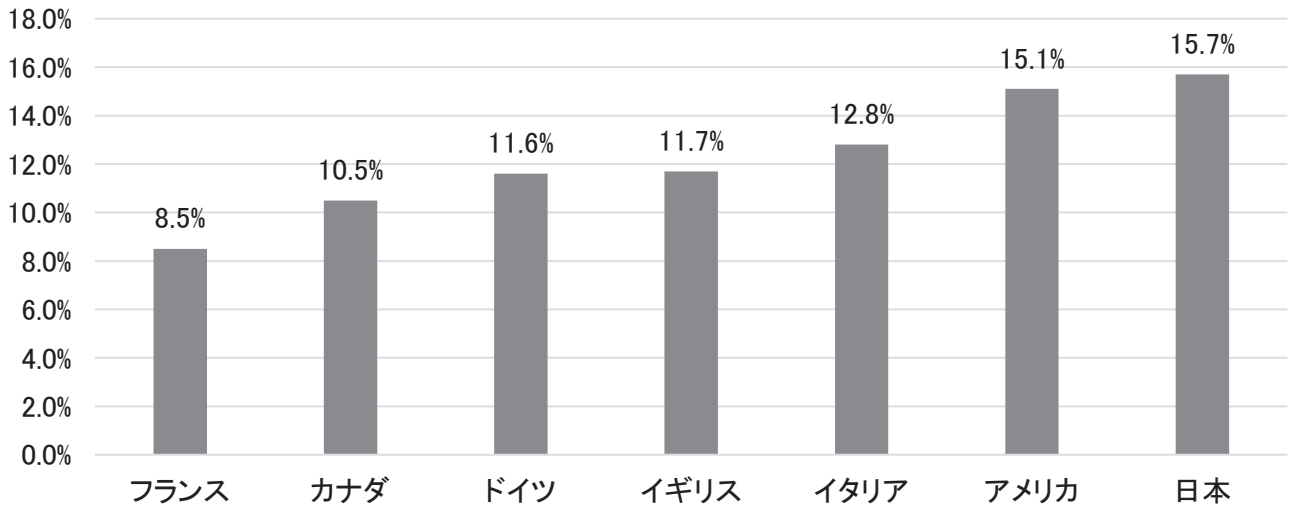

図１　貧困率の国際比較

【出所】OECD「Poverty rate」2021年（日本は2018年、ドイツは2020年）

このような憂慮すべき事態に陥っている原因については様々な意見がある。個人の努力とは異なるところ、すなわち日本の直面する構造的な問題にその原因があると筆者は考えているが、その議論は本稿のテーマとは異なるので、別の機会に論じたい。

何れにせよ、経済的な条件が少なからず幸福度に影響していることを、我々は体験的に理解している。経済的に苦しくなると、日々の生活に余裕がなくなり、時間的な余裕がなくなり、その結果、心に余裕を持てなくなってしまう。つまり、幸福とは対極の状況に置かれてしまう。

後に取り上げる内閣府「平成24年度 年次経済財政報告」において、世帯収入が多い程、幸福度が高いとの調査結果が出ている。

（２）相対的な貧困こそ問題

経済的な苦しさを感じるか否かは、経済力の絶対値だけではなく、周囲の人々との相対的な貧富の差の影響も大きい。高度経済成長期の日本のように、所得の絶対額は高くなくとも、「総中流」の中にあっては国民間の貧富の差は比較的小さかった。皆で助け合って苦難を乗り越えることは、日本国民の気質と合っており、苦労と感じる度合いは比較的小さかったと考える。

一方、令和の日本においては、国内の貧富の差は拡大し、経済力の二極化は当たり前の事態となっている。桁違いの富を享受する層が出現・拡大する一方、日々の生活もままならない貧困層が確実に増えている。

OECD のウェブサイトで、各国の貧困率（Poverty rate）を公表している。貧困率とは所得が集団の中央値の半分にあたる貧困線に届かない人の割合を指すが、日本（15.7%）は米国（15.1%）や韓国（15.1%）よりも高く（悪く）、先進国（G7）の中では最悪の数値である。

このような相対的な貧富の拡大は、経済的に苦しい者にとって精神的な苦痛を感じる度合いは大きくなっていると考える。

（３）幸福度の国際比較

幸福度に関する国際比較を見てみよう。

2024年版の国連の世界幸福度レポート（World Happiness Report）に「世界幸福度ランキング」が発表された。

当レポートは、2012年以降、2014年を除いて毎年発表され、今回調査の対象は世界143の国・地域となっている。

１位は７年連続でフィンランド。日本は前回の47位から51位に後退し、G7の中では引き続き最下位となった。

表１　世界幸福度ランキング2021－2023 （上位60の国・地域）

１位	フィンランド	21位	スロベニア	41位	イタリア
２位	デンマーク	22位	アラブ首長国連邦	42位	グアテマラ
３位	アイスランド	23位	アメリカ	43位	ニカラグア
４位	スウェーデン	24位	ドイツ	44位	ブラジル
５位	イスラエル	25位	メキシコ	45位	スロバキア
６位	オランダ	26位	ウルグアイ	46位	ラトビア
７位	ノルウェー	27位	フランス	47位	ウズベキスタン
８位	ルクセンブルグ	28位	サウジアラビア	48位	アルゼンチン
９位	スイス	29位	コソボ	49位	カザフスタン
10位	オーストラリア	30位	シンガポール	50位	キプロス
11位	ニュージーランド	31位	台湾	51位	日本
12位	コスタリカ	32位	ルーマニア	52位	韓国
13位	クウェート	33位	エルサルバドル	53位	フィリピン
14位	オーストリア	34位	エストニア	54位	ベトナム
15位	カナダ	35位	ポーランド	55位	ポルトガル
16位	ベルギー	36位	スペイン	56位	ハンガリー
17位	アイルランド	37位	セルビア	57位	パラグアイ
18位	チェコ	38位	チリ	58位	タイ
19位	リトアニア	39位	パナマ	59位	マレーシア
20位	イギリス	40位	マルタ	60位	中国

【出所】World Happiness Report 2024

（４）幸福度に影響を与える要因

少し古いデータではあるが、内閣府の「平成24年度 年次経済財政報告」をみてみると、「幸福度に与える要因」として以下の４つのデータと簡単な分析結果が示されている。

１）世帯年収階級別幸福度：年収が高い程、幸福度が高い

２）健康状態別幸福度：健康状態が良い程、幸福度が高い

３）課外活動有無別幸福度：課外活動を行っている人程、幸福度が高い

４）公平感別幸福度：日本を公平な社会と思っている人程、幸福度が高い

この中に３）課外活動有無別幸福度が挙げられており、当報告では「課外活動については、課外活動を行っている場合には幸福を感じるという回答を選ぶ確率を高める効果がる。」との解説が付記されている。

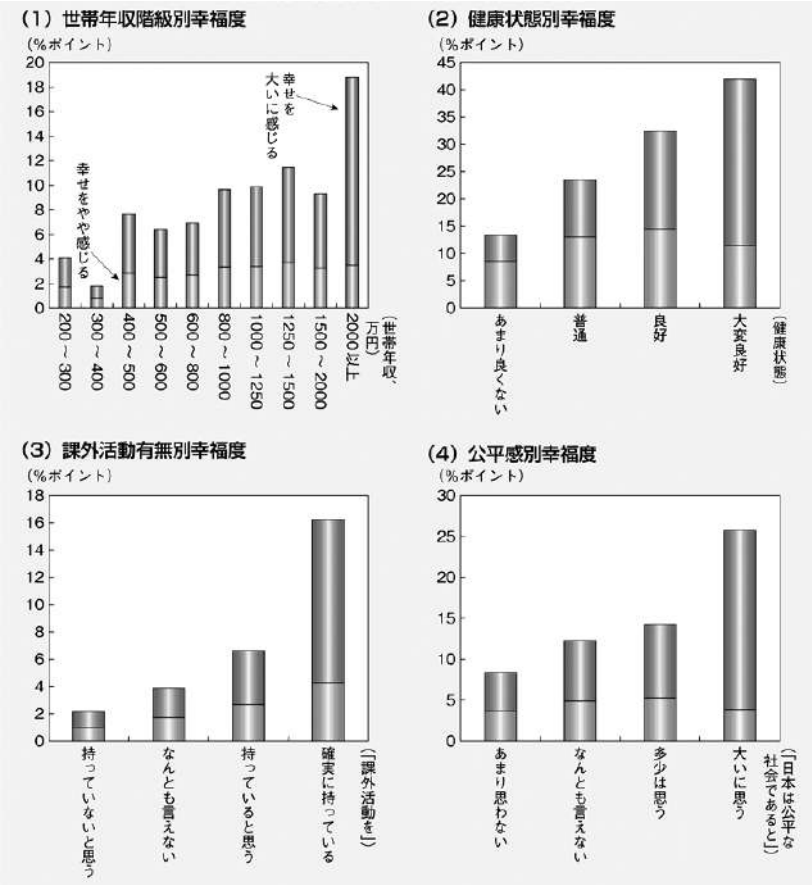

図２　経済力、健康状態、公平性は幸福度に影響

【出所】内閣府「平成24年度 年次経済財政報告」P228

課外活動とは、大辞泉（小学館）によると「学校の教科学習以外の、児童・生徒が行う活動。ホームルーム・生徒会・クラブ活動など。教課外活動。」とある。

学生にとっての「課外活動」は、社会人にとっての何であろうか。仕事とは離れて、共通の趣味や興味のあるものを楽しむ活動であり、サークルあるいは習い事などを通して多くの人たちが参加している。

社会人の課外活動は、多岐に広がっているが、その一形態である「推し活」に筆者は注目している。

３．「推し活」とは

（１）「推し活」の定義と現状

最近多くのメディアで取り上げられ、よく耳にするようになった「推し活（おしかつ）」とは何か。

実用日本語表現辞典によると「『推し（自分にとってイチオシの、アイドルのメンバーやアニメのキャラクター）』に情熱を注ぐ活動の総称」とある。

確かに、贔屓のアイドルを応援する活動が注目されているが、今や推す対象は限定されておらず、広範囲に渡る。推し活の主な対象例を列挙すると表２の通りである。

尚、「推し活」の類似語に「オタ活（ヲタ活）」がある。「オタ活」とは「オタク活動」の略で、趣味や興味のある分野に深く没頭する活動を意味する。オタクとは愛好者を指す言葉で、特定の分野に造詣の深い人を意味する。

「推し活」と「オタ活」の明確な定義の違いはないようであるが、本稿では、興味のある対象（推し）を推す活動を「推し活」、推し活を行う人物を「オタク」と称して論じる。

表２　推し活の対象

３次元 （実在の人物）	アイドル／アイドルグループ・アーティスト・歌手、K-pop、俳優・2.5次元俳優、声優、スポーツ選手、作家、歴史上の人物、YouTuber、歌い手、ゲーム実況者、キャスター、コスプレイヤー など
２次元 （キャラクター）	アニメ・ゲーム・漫画のキャラクター、マスコットキャラクター、ボーカロイド、VTuber（バーチャルYouTuber）など
人物以外 （施設や概念を含む）	刀剣、建築物、鉄道、仏像、動物（動物園、水族館）など

【出所】株式会社トランス「推し活事情を学ぶ」2024年５月４日

「推し活」を研究する上で興味深い調査がある。博報堂が中心となって行った「OSHINOMICS REPORT（オシノミクス レポート）」である。当レポートは様々な角度から「推し活」に関する実態調査を行っており、その幾つかを紹介する。

まず、「推し」がいる人の割合について。調査対象者の34.6％が推しがいると回答しており、年齢が低い程その割合が大きいとの結果であった。

また、推し活支出がある層に対する調査によると、可処分時間（個人が自由に使える時間）における推し活時間の割合は38.8％。可処分所得（自分で自由に使える手取り収入）における推し活支出の割合は37.4％となっている。

もはや「推し活」を行っている人にとって、時間

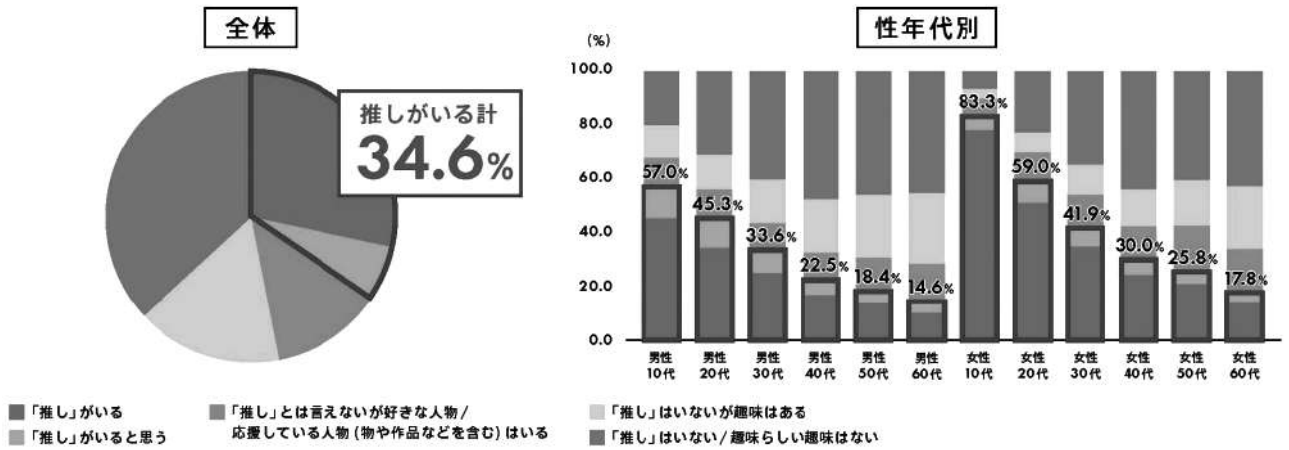

図３　「推し」がいる人の割合

【出所】博報堂、株式会社サイニング「OSHINOMICS REPORT」2024年２月

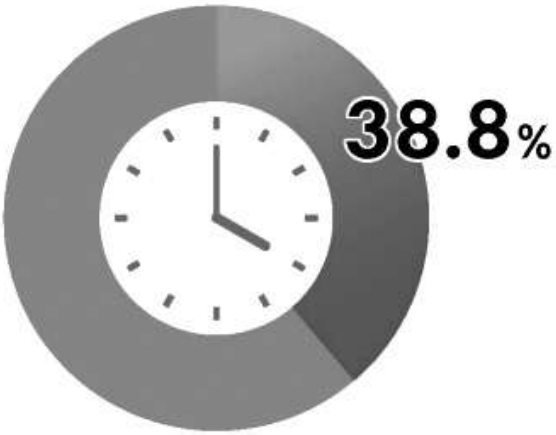

図４　可処分時間における推し活時間の割合

【出所】博報堂、株式会社サイニング「OSHINOMICS REPORT」2024年２月

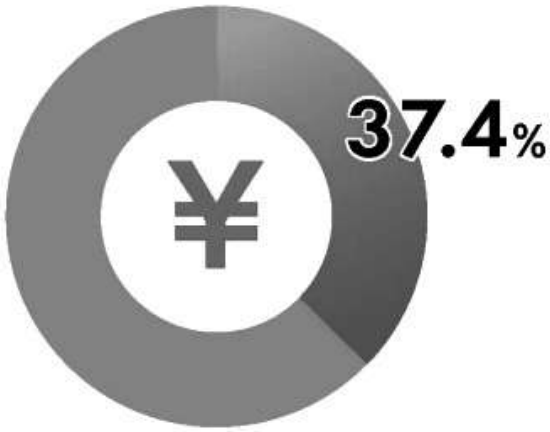

図５　可処分所得における推し活支出の割合

【出所】博報堂、株式会社サイニング「OSHINOMICS REPORT」2024年２月

的にも経済的にも生活の一部となっていることが伺える。

これだけの時間と費用を使っている活動であるが故、おのずと「幸福度」に大きな影響を及ぼす要因であることが推測される。

（２）「オタク」の立ち位置の変化

そもそも「推し活」の担い手である「オタク」の語源は、「御宅」つまり「家」を示す言葉である。家の外で活動する人たちとは対照的に、家で黙々と趣味に講じる人を指していた。その結果、「オタク」の一般的なイメージは、ネガティブに捉えられるケースが少なくなく「ネクラ」「キモイ」など変態的な扱いを受けることも珍しくなかった。

しかし、最近は「オタク」であることを公言する有名人も散見されるようになり、否定的な捉え方をする向きは減少していると感じられる。むしろ、特定の分野に詳しい人との肯定的な捉え方が浸透しているように思われる。

例えば、「鉄道オタク」は、鉄道に造詣が深く、その分野に詳しい人を指しており、テレビ番組などでも、有名人たちがその知識や体験談を明るく披露している。2023年に放送終了した「タモリ倶楽部」では、オタクを自称するタレントによる鉄道企画が名物コーナーであった。

（３）クールジャパンで市民権を得た「推し活」

「推し活」が脚光を浴びるようになったキッカケには諸説あるが、その一つに国家戦略である「クールジャパン」が挙げられる。内閣府によると「クールジャパンは、外国人がクールととらえる日本固有の魅力（アニメ、マンガ、ゲーム等のコンテンツ、ファッション、食、伝統文化、デザイン、ロボットや環境技術など）」を指し、「クールジャパン戦略は、クールジャパンの、①情報発信、②海外への商品・サービス展開、③インバウンドの国内消費の各段階をより効果的に展開し、世界の成長を取り込むことで、日本の経済成長につなげるブランド戦略」を指している。クールジャパン推進委員会の委員として人気アイドルグループAKB48のプロデューサーである秋元康氏が起用され大きな話題となったことは記憶に新しい。

内閣府が平成30年（2018年）３月１日に発表した「国のクールジャパン戦略の最新状況」によると、「あなたが日本に興味を持ったきっかけは何ですか？（３つ選択）」という質問に対しアジア地域の人たちの回答結果の上位に「アニメ・マンガ・ゲーム（56.6％）」「俳優・芸能人・アイドル（21.2％）」など「推し活」の対象が挙げられている。

「推し活」はもはや海外に向けた日本の国家戦略を担っている。オタク文化の黎明期に漂っていた後ろめたさは、今や完全に払しょくされたと言っても過言ではないであろう。

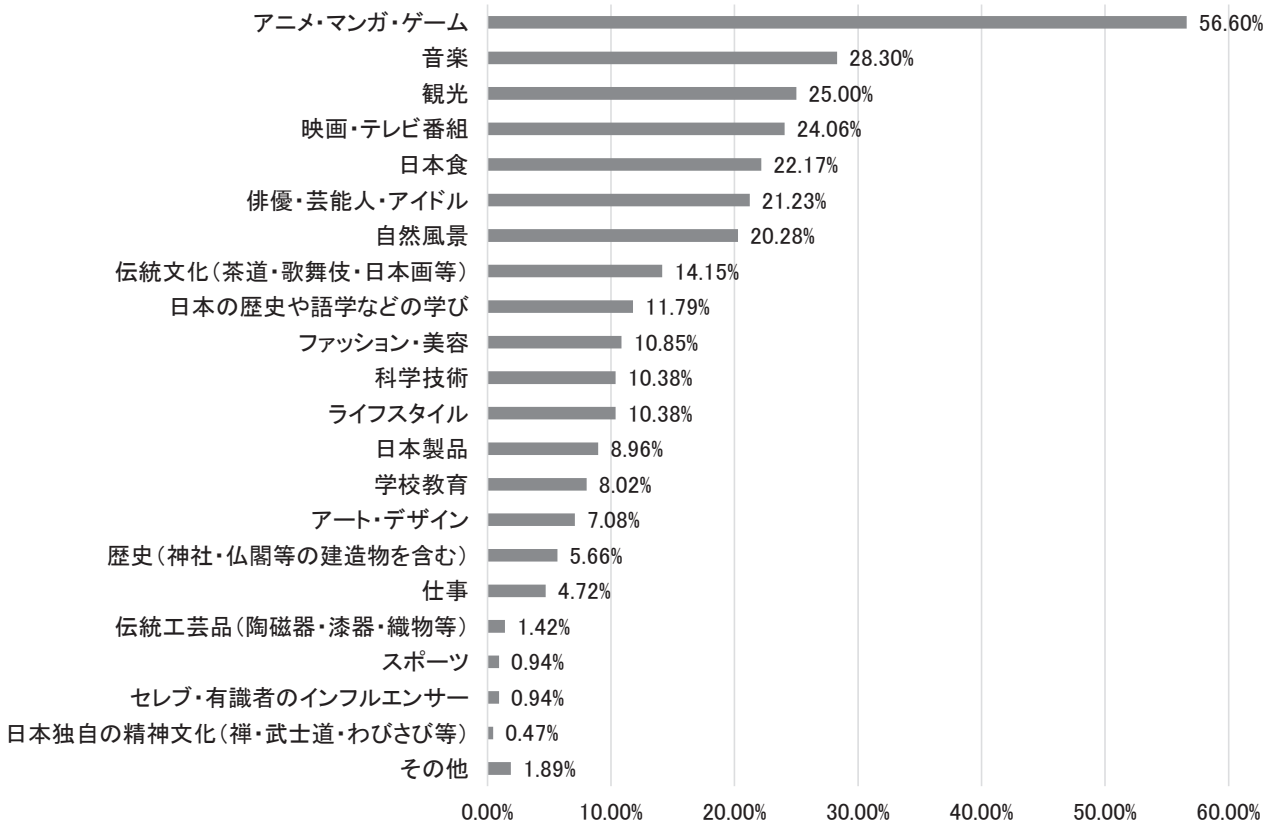

図６　あなたが日本に興味を持ったきっかけは何ですか？（３つ選択）アジア

【出所】内閣府知財事務局委託調査「クールジャパン調査」2018年３月１日

４．幸福度と「推し活」の関係

「推し活」が我々の生活に及ぼす影響とは何か。野村総合研究所 未来創発センターがまとめた研究結果によると、「推し活」には幸福度を高める効果があるという。

読売新聞が2024年１月１日に掲載した、同研究所の生活 DX・データ研究室長に行ったインタビュー記事によると、「幸福度を10点満点で自己評価してもらうと、推しがない人よりも推しがある人の方が、幸福だと感じている比率が高く、複数の推しがあればさらに割合が増していました。家族で共通の推しがある場合も幸福度が高まる傾向があります。」と述べられている。

景気低迷が長く続く日本において、仕事に明るい未来を描けない人は少なくないであろう。こうした状況下にあって、仕事以外の生きがいを求める人が増えるのは自然な流れである。

現実逃避と捉える向きもあるが、「推し活」で得ら

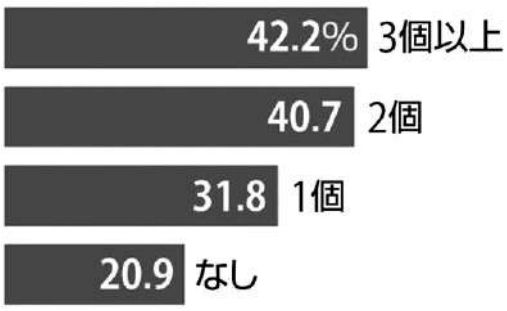

図７　推し活の個数と幸福度

【出所】読売新聞オンライン「推し活に『幸福度高める』効果」2024年１月１日

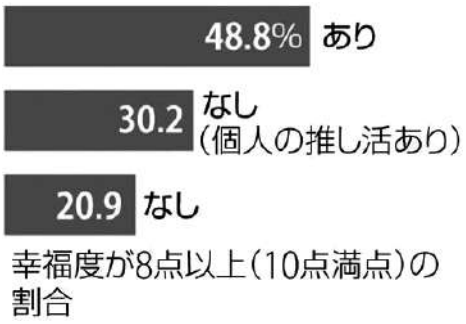

図８　家族共通の「推し活」の有無と幸福度

【出所】読売新聞オンライン「推し活に『幸福度高める』効果」2024年１月１日

れる癒しの時間が明日への活力につながるケースがあることも事実である。

8．「推し活」の市場規模

株式会社矢野経済研究所（代表取締役社長：水越孝）が2023年12月27日に発表した、国内の「オタク」市場に関する調査結果によると、2023年度の市場規模は約8,180億円と予測されている。

調査を行った主要14分野※の中で最も大きい市場が「アニメ」2,750億円。「アイドル」1,900億円、「同人誌」1,058億円が続く。

※主要14分野＝「アニメ」「同人誌」「インディーゲーム」「プラモデル」「フィギュア」「ドール」「鉄道模型」「トイガン」「サバイバルゲーム」「アイドル」「プロレス」「コスプレ衣装」「メイド・コンセプトカフェ、コスプレ関連サービス」「ボーカロイド」

コロナ禍で落ち込んだ市場規模も、2023年度には2019年度の水準（約8,090億円）に回復している。

こうした直接的な「推し活」への支出に加え、その周辺市場（人の移動に伴う費用、仲間で集まった際の交流費用など）を含めるとより大きな経済効果が生まれているはずである。

豊かな生活を実現するための手段として「推し活」のビジネスとしての規模がますます拡大・成長することが期待される。

9．おわりに

先の博報堂が行った調査に注目すべきポイントがある。それは、「推し活」に時間（可処分時間に占める推し活時間）とお金（可処分所得に占める推し活支出）を最も費やしているのは若年層であるという点である。

昨今の風潮をみると、もはや「推し活」は若者だけのものではなく、中高年の「推し活」にも注目が集まっている。日本経済新聞は2023年12月３日に「老いても推し活　趣味や嗜好、『消齢化』で縮む年齢差」という特集記事を掲載し、世代間で異なった嗜好や価値観の差が消えようとしていることを指摘している。

ビジネス視点で考えると、子育てが一段落した50代頃から生活にゆとりが生まれ、時間やお金を自分の興味・趣味に充てることが比較的可能なため、シニア層は有望なターゲット顧客と言える。シニア層の女性が若手の演歌歌手やアイドルの「推し活」をする姿が度々メディアで紹介されているが、男性を含めたシニアの潜在需要は大きいと考えられる。

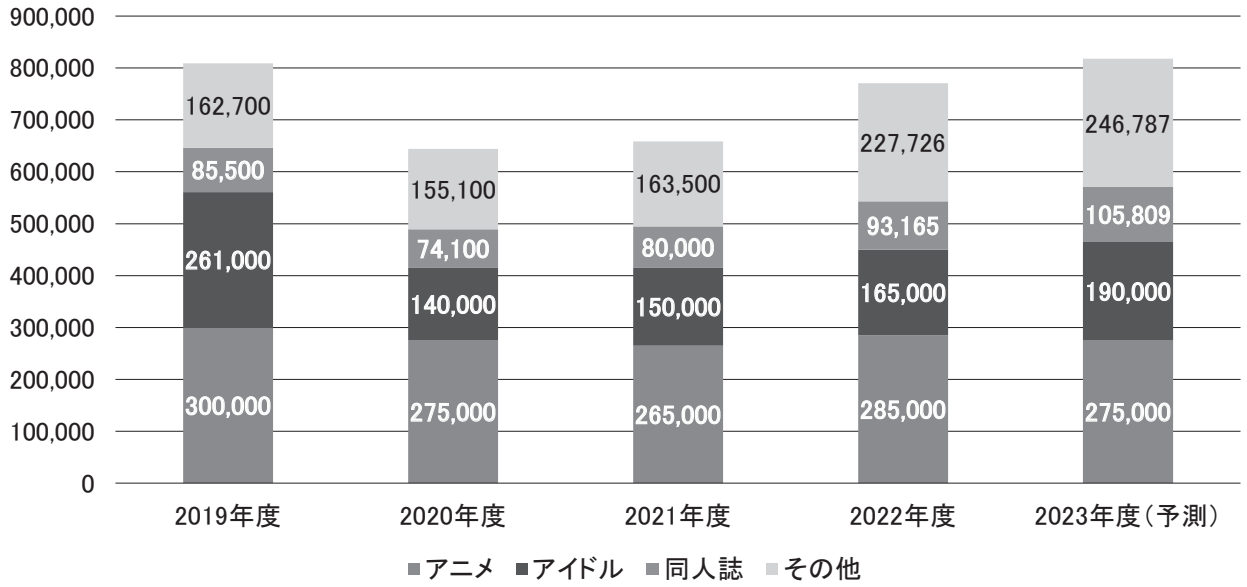

図９　国内の「オタク」市場規模（単位：百万円）

【出所】矢野経済研究所「『オタク』市場に関する調査」2023年12月27日

「推し活」を広義に捉え、誰か（広義の「推し」）を応援する「応援消費」と考えれば、より大きなマーケットとなる可能性を秘めている。

「推し活」を日本人の心の拠り所として、日本の文化として、あるいは重要な産業分野として捉え、ますますの振興を図ることによって、人々の生活に潤いが生まれ、日本経済成長のエンジンにもなり得るのではないだろうか。

今後も「推し活」と「ウェルビーング（Well-being）」との関係、そして「推し活」を継続・発展させるために必要なビジネスの視点で研究を進めて行きたいと考えている。

＜参考文献＞

1）国連「世界幸福度レポート（World Happiness Report）」2024年度版
2）内閣府「平成24年度 年次経済財政報告」P226-229
3）株式会社トランス「推し活事情を学ぶ」2024年５月４日 https://www.trans.co.jp/column/goods/oshikatsu_study1/
4）株式会社博報堂、株式会社サイニング「OSHINOMICS REPORT」2024年２月
5）内閣府知財事務局委託調査「クールジャパン調査」2018年３月１日
6）読売新聞オンライン「推し活に『幸福度高める』効果」2024年１月１日
7）株式会社野村総合研究所 未来創発センター「データでみる日本人の幸福なライフスタイル」2023年５月
8）矢野経済研究所「『オタク』市場に関する調査」2023年12月27日
9）日本経済新聞「老いても推し活　趣味や嗜好、『消齢化』で縮む年齢差」2023年12月３日

受付日：2024年５月10日