



ニュースリリース

2025年2月18日

## 「学び直し」で気持ちや暮らしが変わる!?

### 「ほぼ 1000 人にききました」が調査結果を発表。

～学びのきっかけは「自分アップデート」～

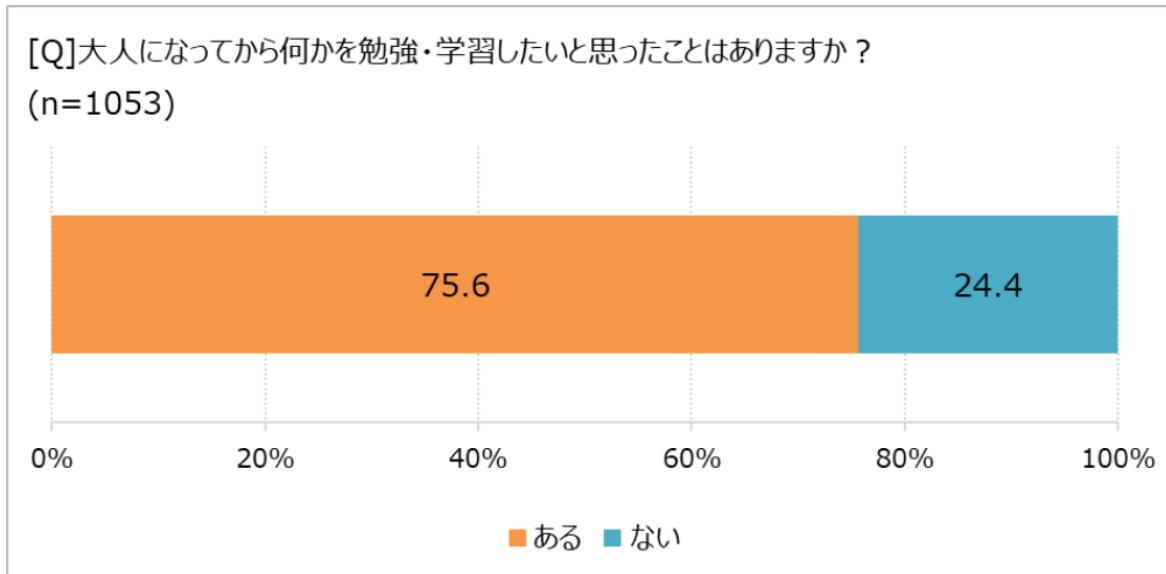
暮らしにまつわる旬の話題やちょっとしたトピックをオレンジページが読者アンケートでリサーチする、「ほぼ 1000 人にききました」。人生 100 年時代を迎え、近年、自分の知識を広げたり、スキルアップのために再び学ぶことに興味を持つ人が増えているとか。そこで大人の「学び直し」の実態について、オレンジページが国内在住の 20 歳以上の女性 1053 人に調査。学び直しを実践している人がどのくらいいるのかや、始めたきっかけのほか、学び直しがもたらす気持ちや暮らしの変化も見えてきました。

【ダイジェスト】

**75.6%が学び直しをしたいと思ったことアリ！ そのうち 8 割が実践**

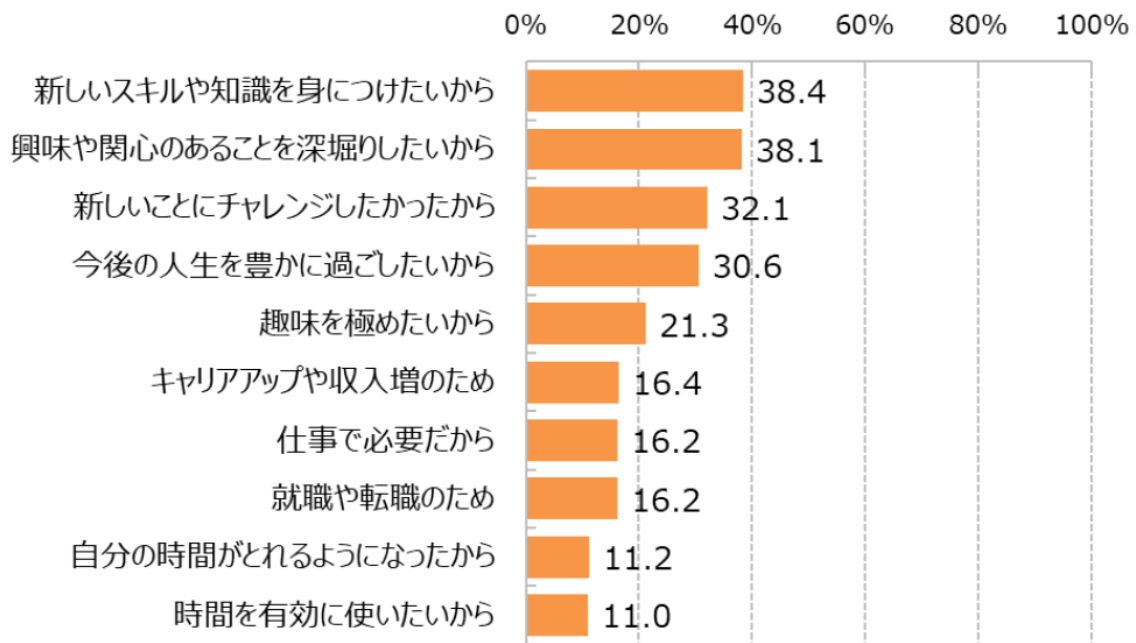
**独学スタイルが主流。30 代は YouTube 活用も 3 割**

**学び直して人生が充実！ 挫折した人の半数以上は「後悔」**



[Q]勉強・学習を始めたきっかけを教えてください。

(n=635・実際に学び直した人・複数回答のうち上位10項目)

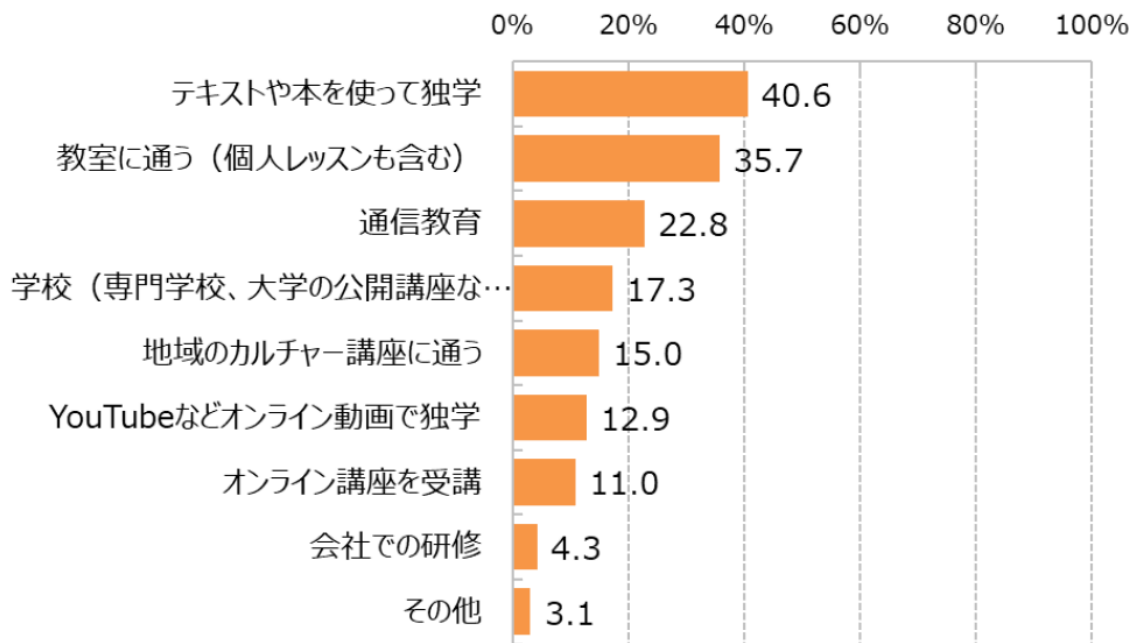


## 75.6%が学び直しをしたいと思ったことアリ！ そのうち8割が実践

今回の調査では、大人になってから何かを勉強したいと思ったことが「ある」と回答した人が75.6%に。さらに、そのうち8割の人が実際に勉強に取り組んでいました。しかも、学習の継続・完了率が7割を超えていて、多くの人が学び直しを実践していることが判明。勉強の内容は「語学」38.1%を筆頭に、「資格取得」27.9%、「料理」15.3%がトップ3。取得したい資格では「簿記」や「ファイナンシャルプランナー」など、お金にまつわるものが多く挙がりました。また、学び直しのきっかけは「新しいスキルや知識を身につけたい」38.4%がトップ。次いで「興味・関心のあることを深掘りしたい」38.1%、「新しいことにチャレンジしたい」32.1%と、いくつになっても自分をアップデートしたい前向きな動機が多いようです。夢を実現するために勉強を始めたという人もいて、「ドイツの教会でオルガンを弾く夢のために、ドイツ語が必要だから」(40代・なっちゃん)といった素敵な声もありました。

[Q]あなたの勉強・学習のスタイルを教えてください。

(n=635・実際に学び直した人・複数回答)

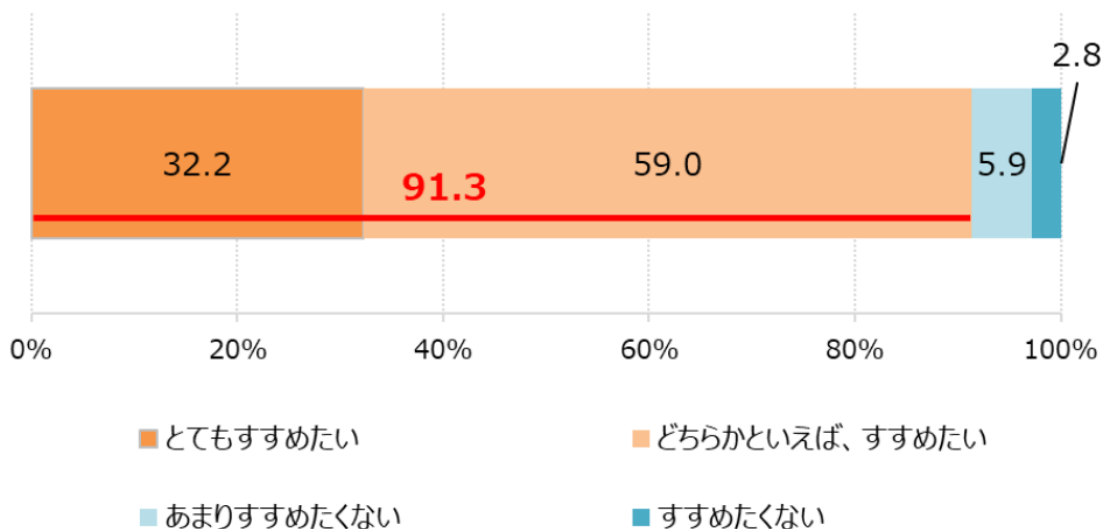


### 独学スタイルが主流。30代はYouTubeの活用も3割

勉強のスタイルとして最も多かったのは「テキストや本を使って独学」40.6%で、「教室に通う」35.7%を5ポイント近く上回る結果となりました。特に30～40代は独学する人が多く、40代では6割近くに。30代では「YouTubeなどのオンライン動画で独学」も3割程度いて、仕事をしている人や子育て世代にとっては、好きな時間やすきま時間に勉強できることも、独学スタイルが選ばれるポイントなのかもしれません。また、学習を継続中または完了した人に、勉強のための予算をきいたところ、最多は「1000～5000円未満」で31.8%。「1000円未満」も合わせると、「5000円未満」の合計が半数を超えました。ただし、料理やお菓子・パン作り、茶道、華道などでは「5000～10000円未満」と答えた人が多く、材料や道具が必要だったり、独学で学びにくいものは、ある程度の予算がかかるよう。また、勉強したいけれど踏み出せない理由として、「費用」を不安要素に挙げた人は3割程度いました。

[Q]大人のなってからの勉強や学習を人にもすすめたいと思いますか？

(n=459・勉強を継続中または完了した人)



## 学び直して人生が充実！ 挫折した人の半数以上は「後悔」

勉強を継続している人や、すでに完了した人からは、学び直して「よかった」との声が多数寄せられました。具体的なエピソードとしては「目標を立てることで自分の人生が豊かになったこと。仕事も私生活も充実してよかったと思います」(20代・aki)、「高齢でも勉強をする意欲があり、努力すれば資格も取得できると証明できた。自信がついた」(60代・ベティ)、「学生時代よりも勉強に身が入りました。自分で学費を払ったこともあり、過ぎていく時間が大切なことに気づいたからだと思う」(40代・和)、「人との繋がりが広がったこと。いろいろなことに取り組んでいると、タイプの違う人たちと出会えるのでとてもよかった」(50代・シュークリーム)などのコメントがありました。一方、学習を途中でやめた人の半数以上が「後悔している」と回答。「学んでいたときは心身のバランスがとれていたように思う」(40代・やす)といった声が見られました。

今回の調査では、大人の学び直しを実践している人が多く、途中で挫折した人の中でも、「今後再開したい」と思う人が6割を超えることが判明しました。また、勉強を継続中または完了した人のうち、大人になってからの学び直しを「人にもすすめたい」と答えた人は9割を超え、大半の人が学び直しを自分にとってメリットのあるものとしてとらえていることがわかります。実践している人は、何かを学ぶことで気持ちや暮らしが豊かになることを実感しているといえそうです。

### アンケート概要

- 調査対象: オレンジページメンバーズ・国内在住の20歳以上の女性(有効回答数1053人)
- 調査方法: インターネット調査
- 調査期間: 2024年12月13日~12月22日
- 「ほぼ1000人にききました」について

読者モニター「オレンジページメンバーズ」には、さまざまなくらし情報・くらし体験によってはぐくまれた生

活感度の高い読者が数多く所属しています。そんなメンバーたちの声を集めて、「くらしのリアル」な数字、リアルな声を集めたのが「ほぼ 1000 人にききました」企画です。WEB 上でのアンケート調査、座談会など、ご相談に応じて展開いたします。

●『オレンジページ』について

失敗なくおいしく作れるレシピ情報が支持され、今年創刊 39 周年を迎えた生活情報誌。30～40 代の主婦を中心に幅広い読者層を誇ります。

この資料に関するお問い合わせ

株式会社オレンジページ

次のくらしデザイン部

kurashi@orangepage.co.jp