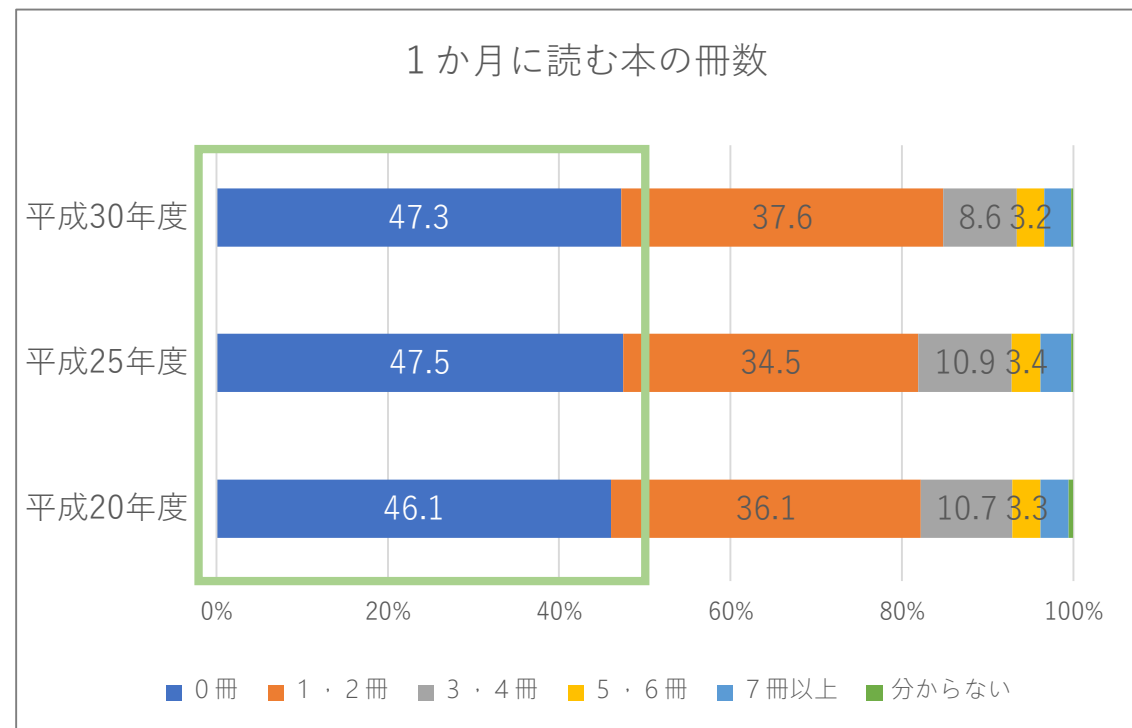


半数近くの人が、1か月に1冊も本を読まない生活を送っています。

なぜ、読書をしないのでしょうか？

その原因を探り、本を読むきっかけ作りについて考えます。



## 読書「脱ゼロ冊」の方法を考える

総務省統計研究研修所 本間 唯



# ワークショップの概要

## 背景

近年、「読書離れ」や「活字離れ」が指摘されています。  
最近、街の書店が減ったなあという実感もあるのではないのでしょうか？  
半数近くの人が「1か月に1冊も本を読まない」という調査結果もあります。

## 目的

デジタル化が進む現代において、  
読書の意義について考え、本を読むきっかけ作りの方法を提案します。

## 方法

- ① **ブレインストーミング**（本を読むことの意義や価値、課題等を考える）
- ② **ペルソナの設定**（例：世代ごとに複数設定）
- ③ **ジャーニーマップの作成**（読書の動機付けの方法の提案）

# 本を読むことのメリット

---

語彙力・文章力  
の向上

脳の  
活性化

ストレス  
発散

知識や教養  
が身につく



アイデアが  
得られる

想像力が  
豊かになる

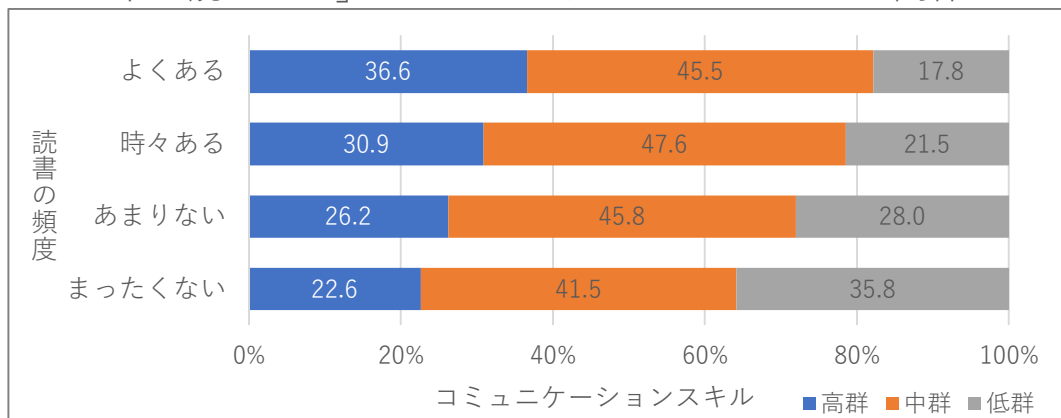
視野が  
広がる

# 本を読むことの意義・効果

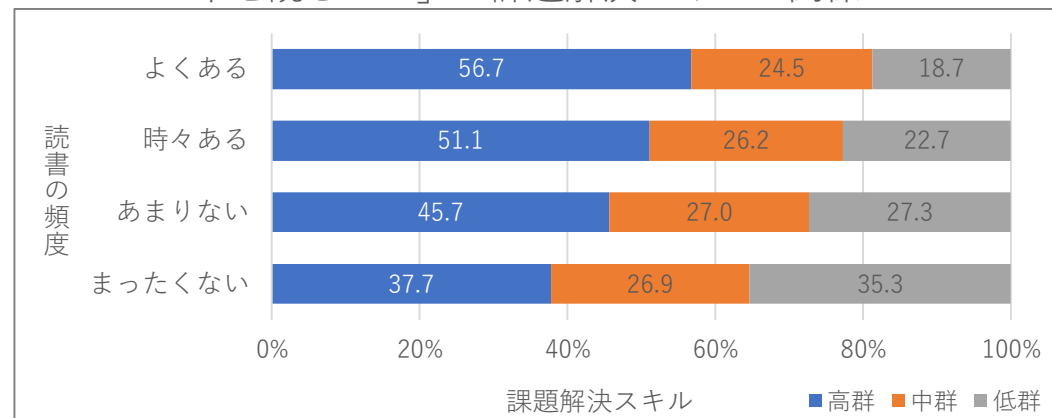
## 「国民の読書推進に関する協力者会議」報告書（文部科学省）

- ・ 読書は、思考力、判断力、表現力、コミュニケーション力などをはぐくみ、個人が自立して、かつ、他者との関わりを築きながら豊かな人生を生きる基盤を形成するもの
- ・ 個人が自己の能力を磨き、生活や職業に必要な知識・技術等を生涯にわたって継続的に習得するとともに、社会が新しい価値を創造することを可能とし、国際競争力を高めていくために不可欠な、国の文化的インフラ

「本を読むこと」とコミュニケーションスキルの関係



「本を読むこと」と課題解決スキルの関係



出典：（独）国立青少年教育振興機構「子供の生活力に関する実態調査」

## あたまとからだを元気にするMCI（※）ハンドブック（国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター）

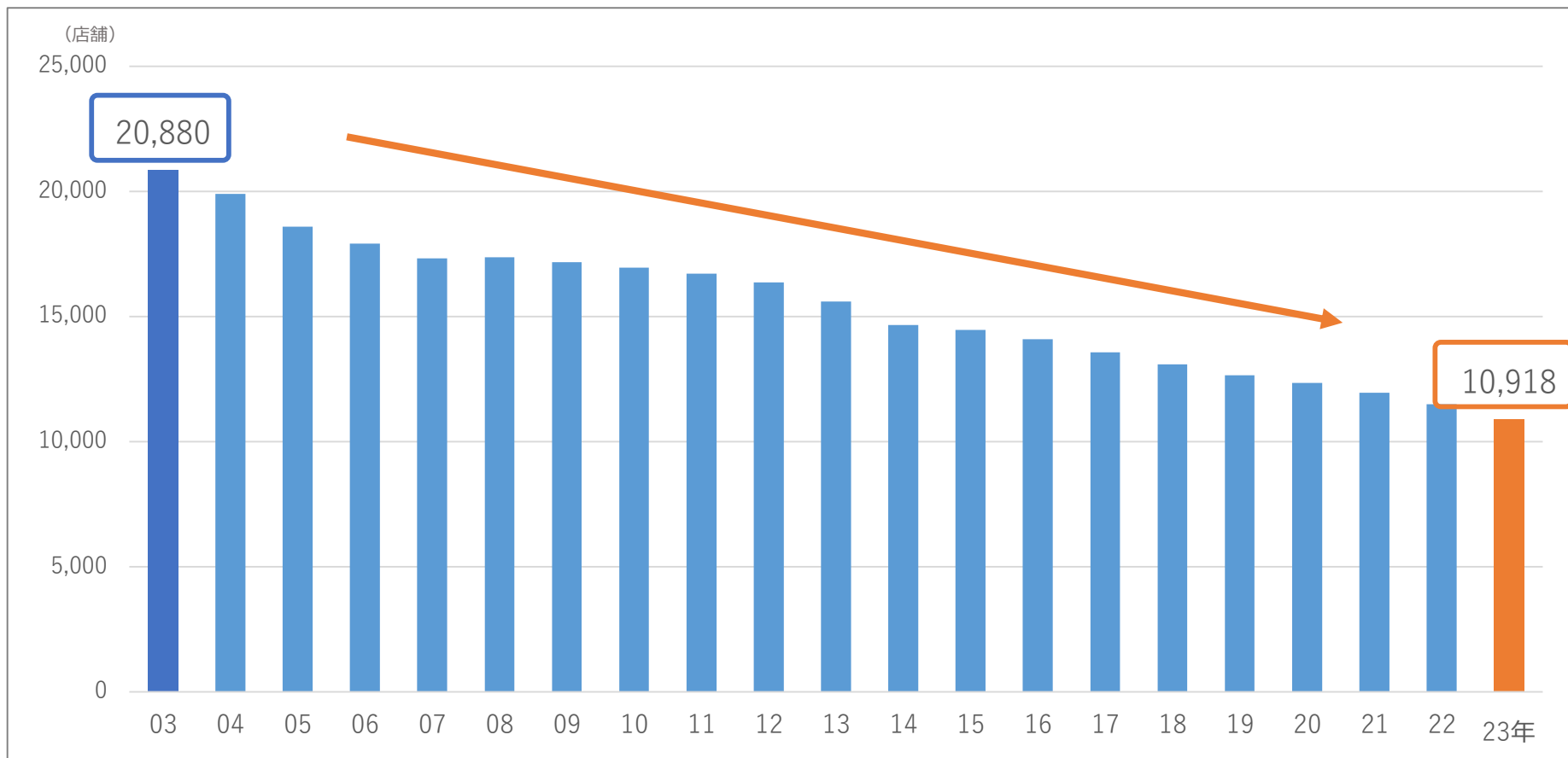
読書などの余暇活動は認知症のリスクを低下させます。（中略）

週6時間以上（つまり1日1時間程度）取り組むことで、認知症の発症が予防できるという結果もあります。たとえば、絵本の読み聞かせは、読書や音読そのものの効果、子ども世代との交流やグループの中で役割を持つことなど、認知機能だけでなく心身の健康との関連があることがわかっています。

（※）MCI：軽度認知障害（Mild Cognitive Impairment）

# 書店の店舗数

全国の書店の総店舗数

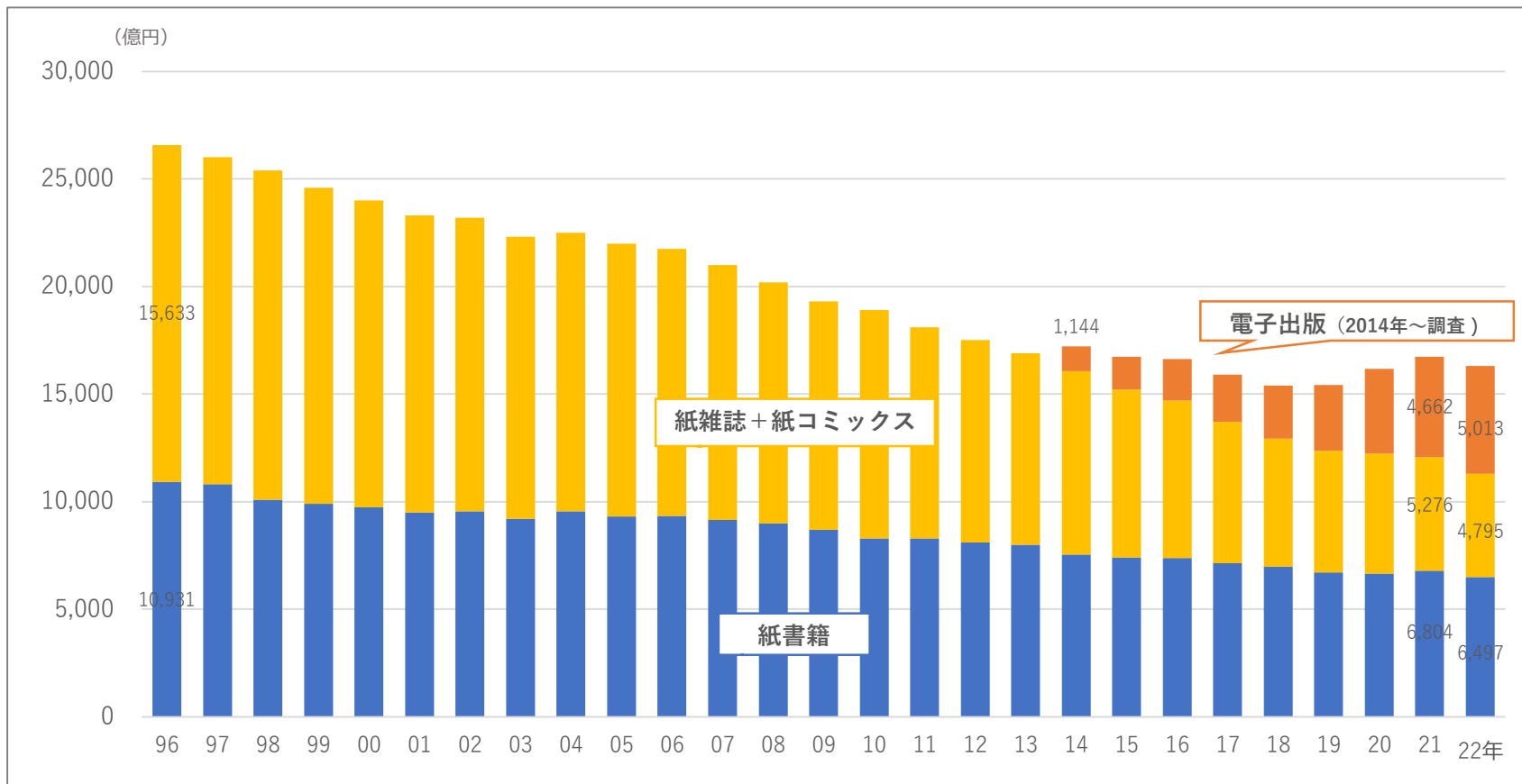


出典：出版科学研究所「日本の書店数」

**20年の間に、国内の書店はおよそ半減**

# 出版物の販売金額

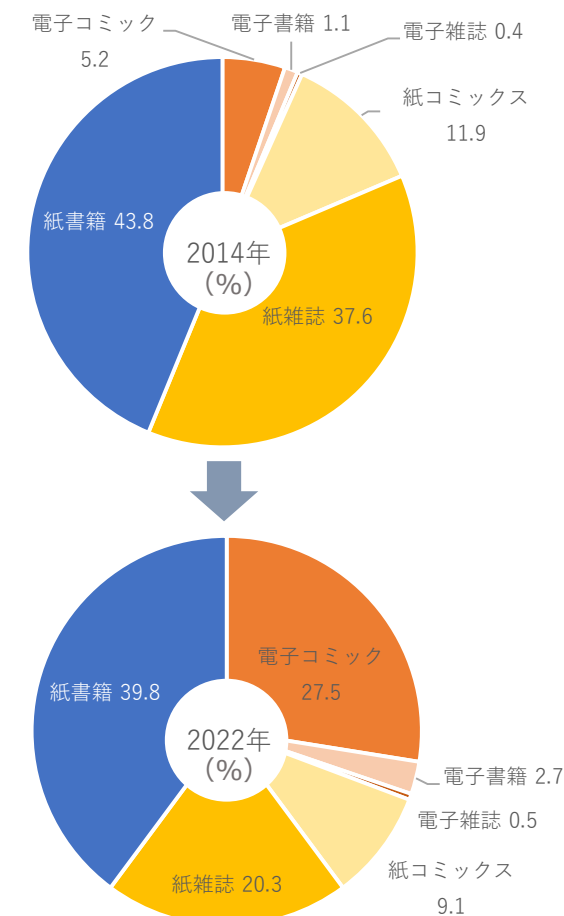
出版物の推定販売金額



※ 取次ルート

出典：出版科学研究所「日本の出版販売額」

出版物売り上げシェア

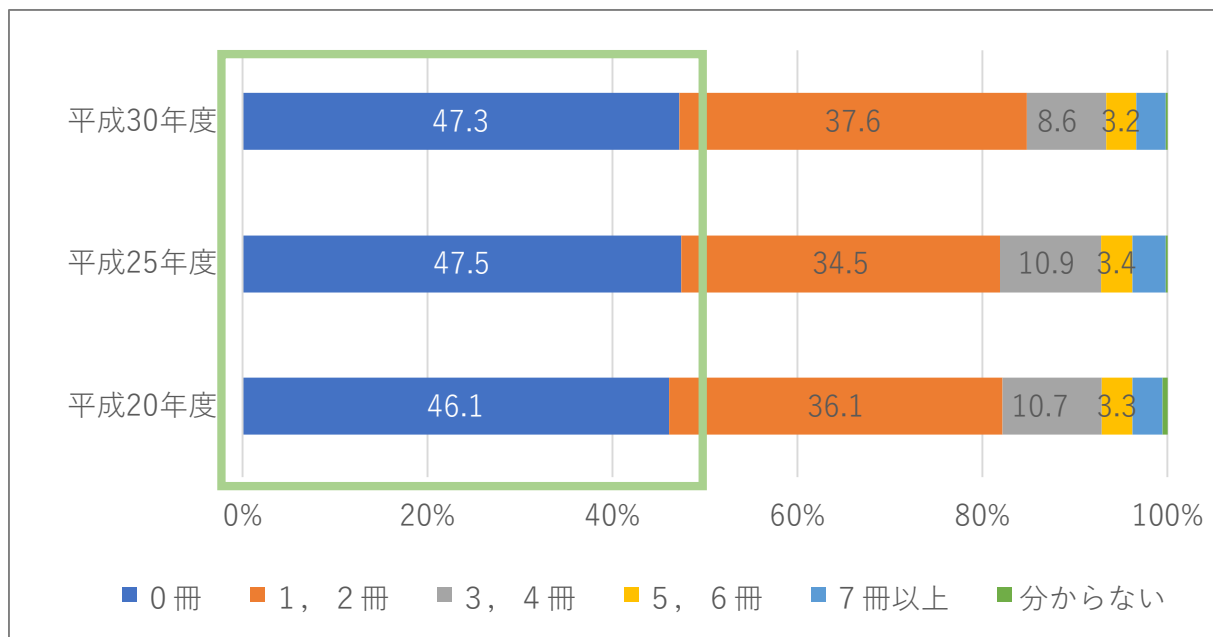


紙媒体の需要が減る一方で、電子出版（特に電子コミック）の市場は拡大

# 1か月に読む本の冊数

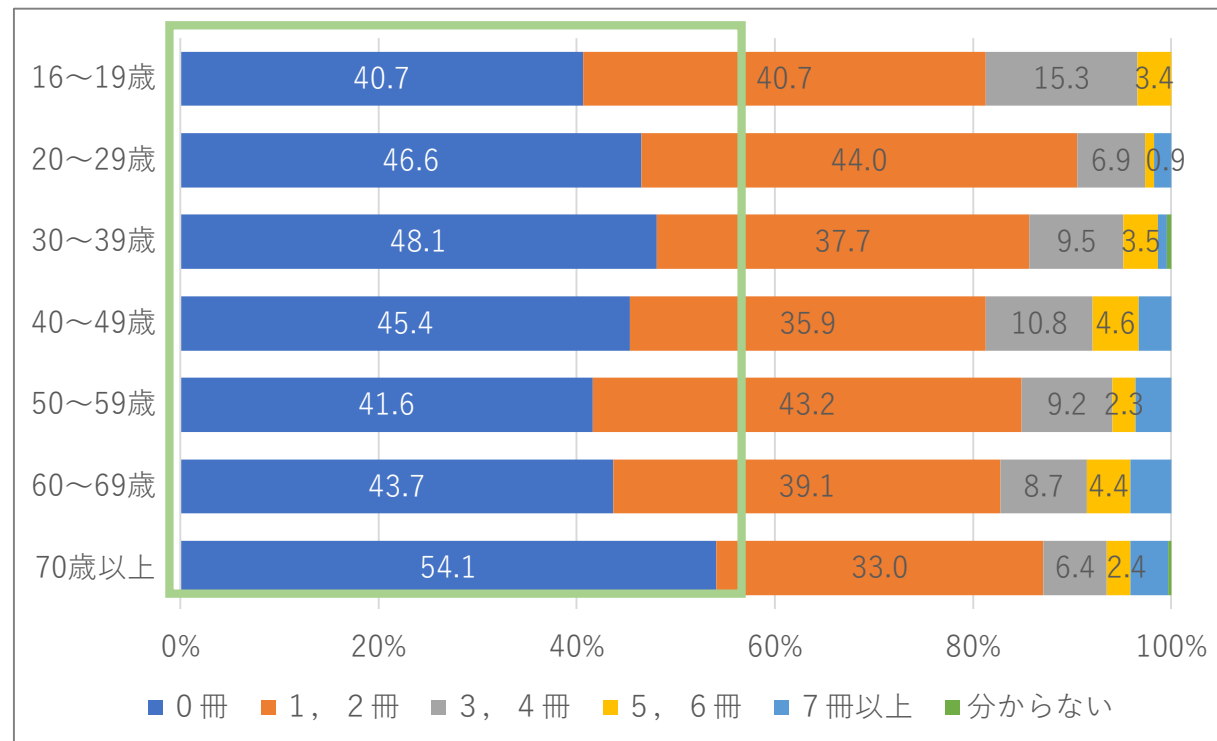
Q. あなたは現在、1か月に大体何冊くらい本を読んでいますか。（電子書籍を含み、雑誌・漫画は除く）

過去3回調査の推移



出典：文化庁「平成30年度 国語に関する世論調査」

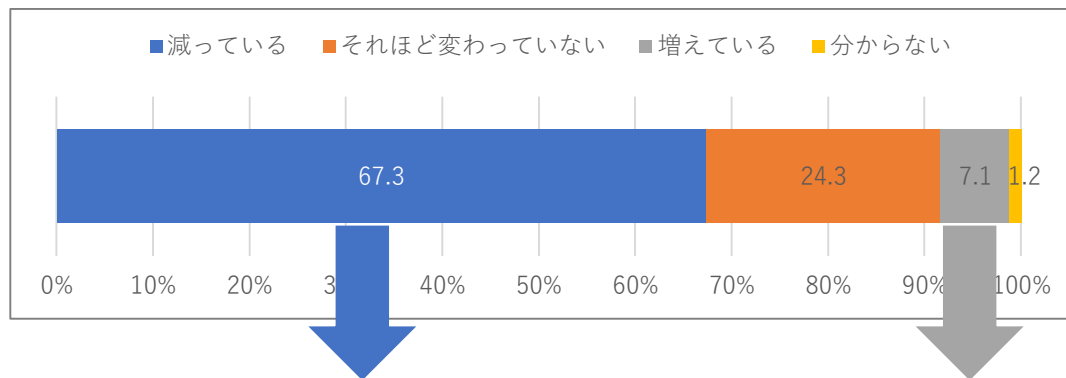
平成30年度（年齢別）



年齢に関わらず、およそ半数の人が1か月に読む本を「0冊」と回答

# 読書量の変化とその理由

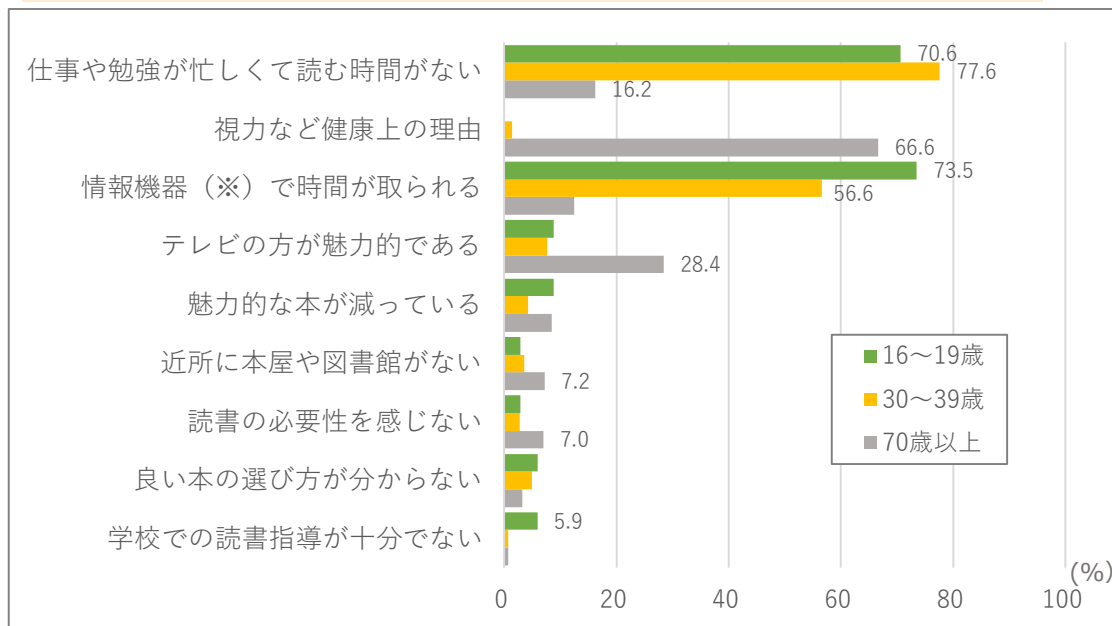
Q.あなたの読書量は、以前に比べて減っていますか。増えていますか。



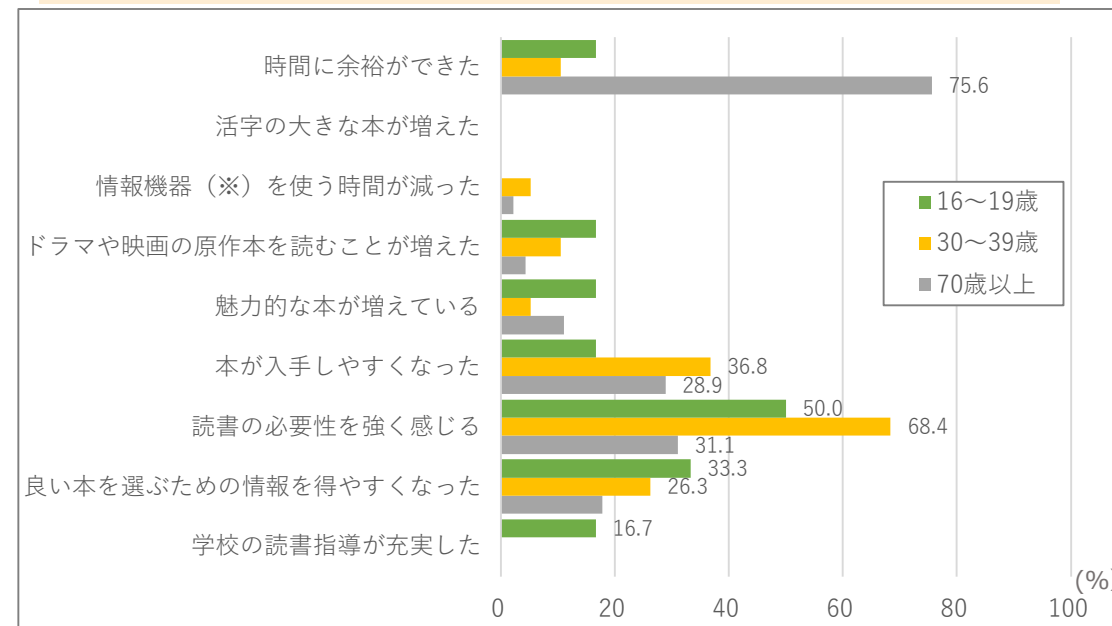
- <若年層・中年層>
- ・忙しくて読む時間がない
  - ・情報機器で時間が取られる
- <シニア層>
- ・視力など健康上の理由
  - ・テレビの方が魅力的

- <共通>
- ・読書の必要性を強く感じる
- <シニア層>
- ・時間に余裕ができた

Q.読書量が減っているのはなぜですか。(2つまで選択)



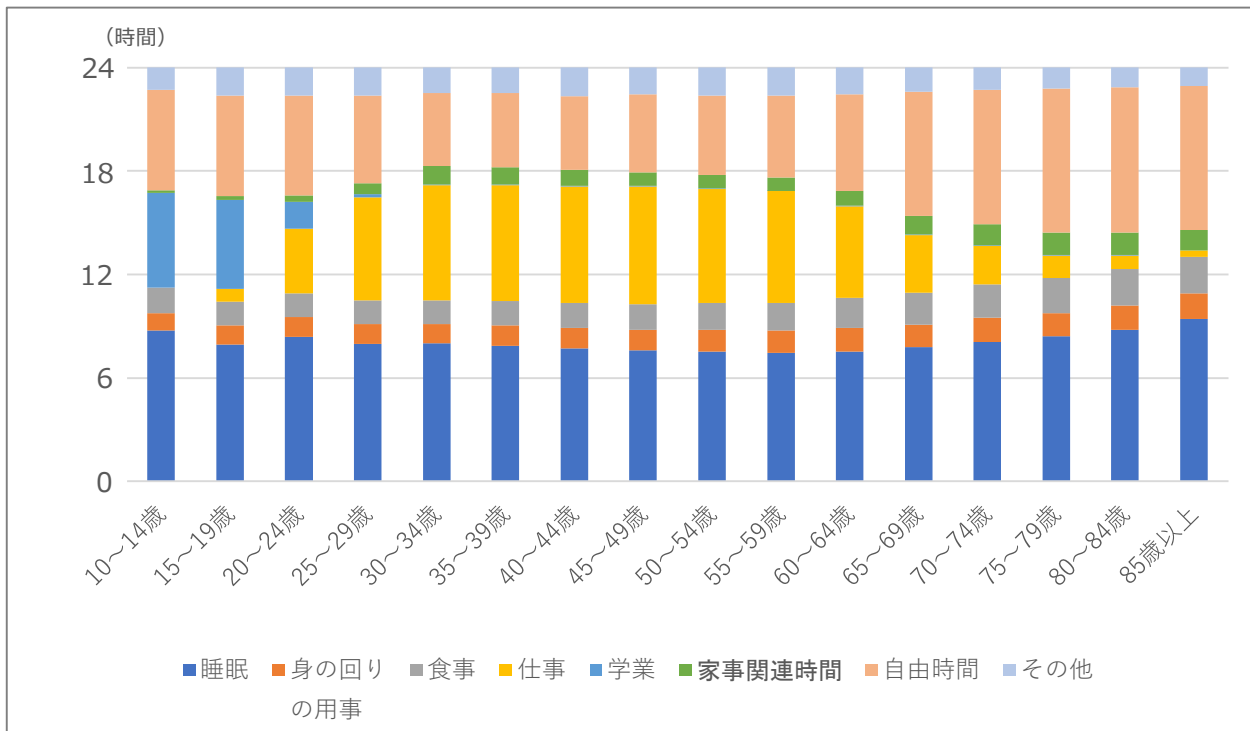
Q.読書量が増えているのはなぜですか。(2つまで選択)



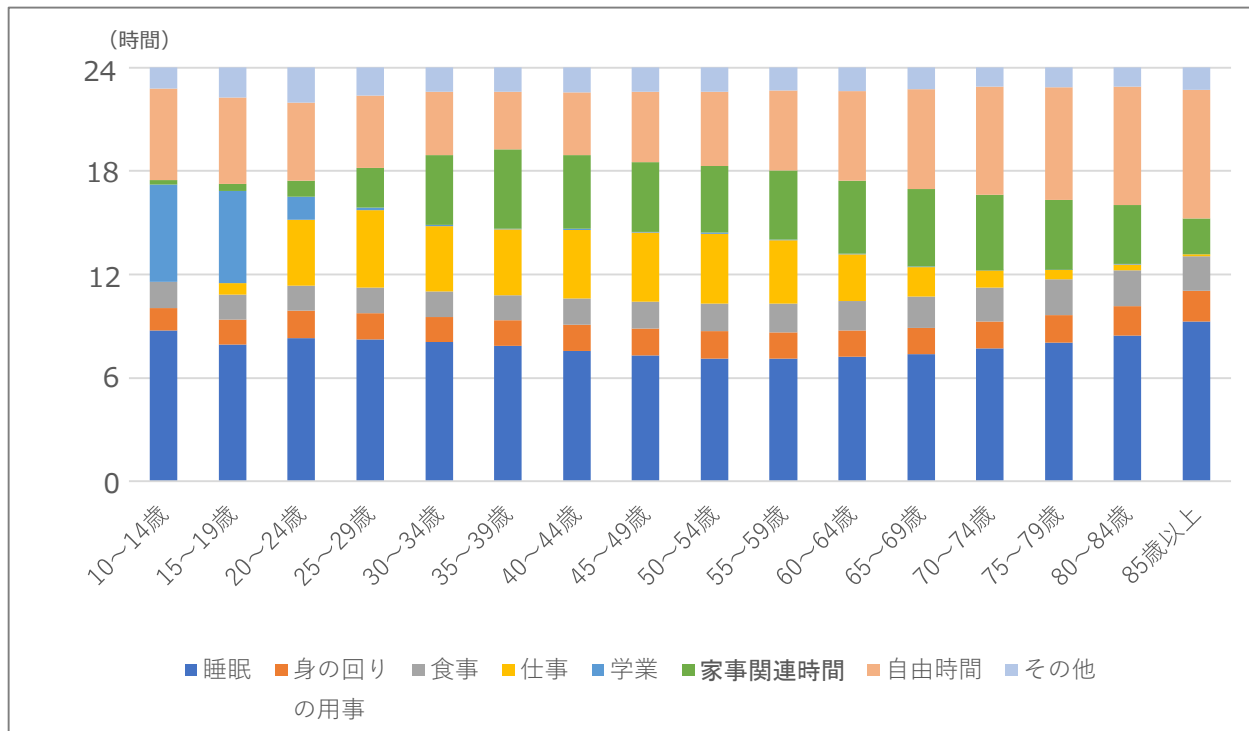


# 1日の生活時間

1日の生活時間配分（男性、週全体）（令和3年）



1日の生活時間配分（女性、週全体）（令和3年）



注) 家事関連時間…「家事」「介護・看護」「育児」「買い物」の合計  
自由時間……「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」「休養・くつろぎ」「学習・自己啓発・訓練(学業以外)」「趣味・娯楽」「スポーツ」「ボランティア活動・社会参加活動」の合計

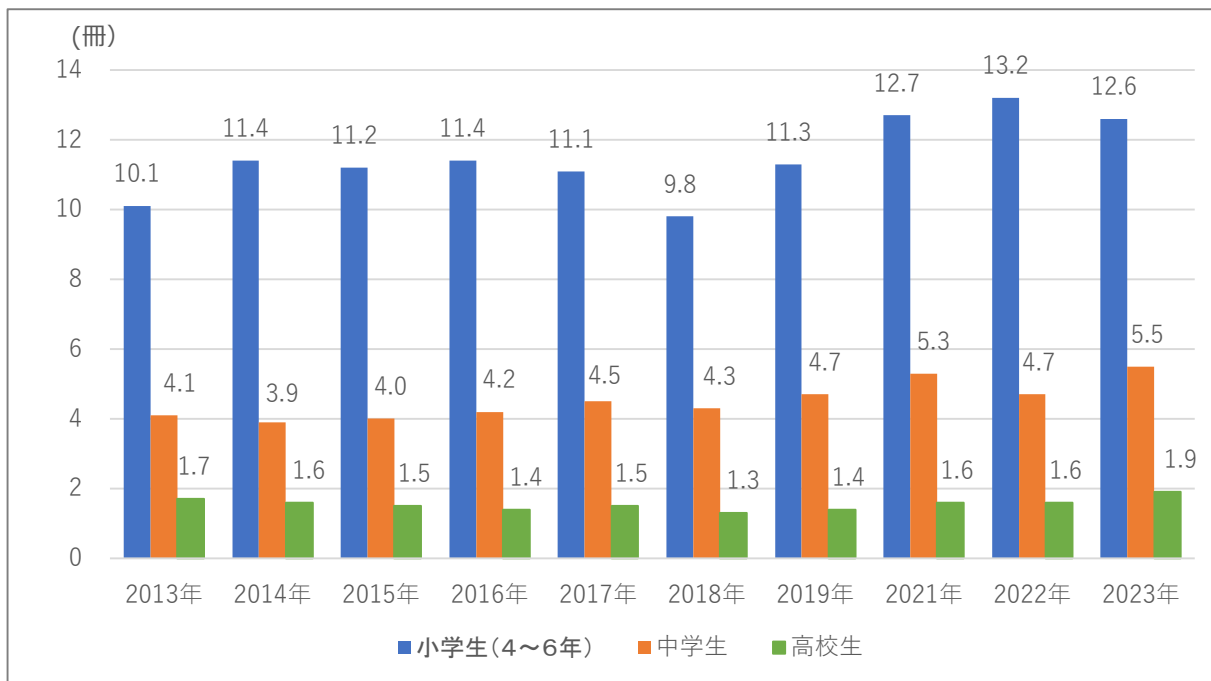
出典：総務省統計局「社会生活基本調査」

**自由時間は30~40歳代で最も短く、60歳以降増加傾向**

# 子ども（小学生～高校生）の読書の状況

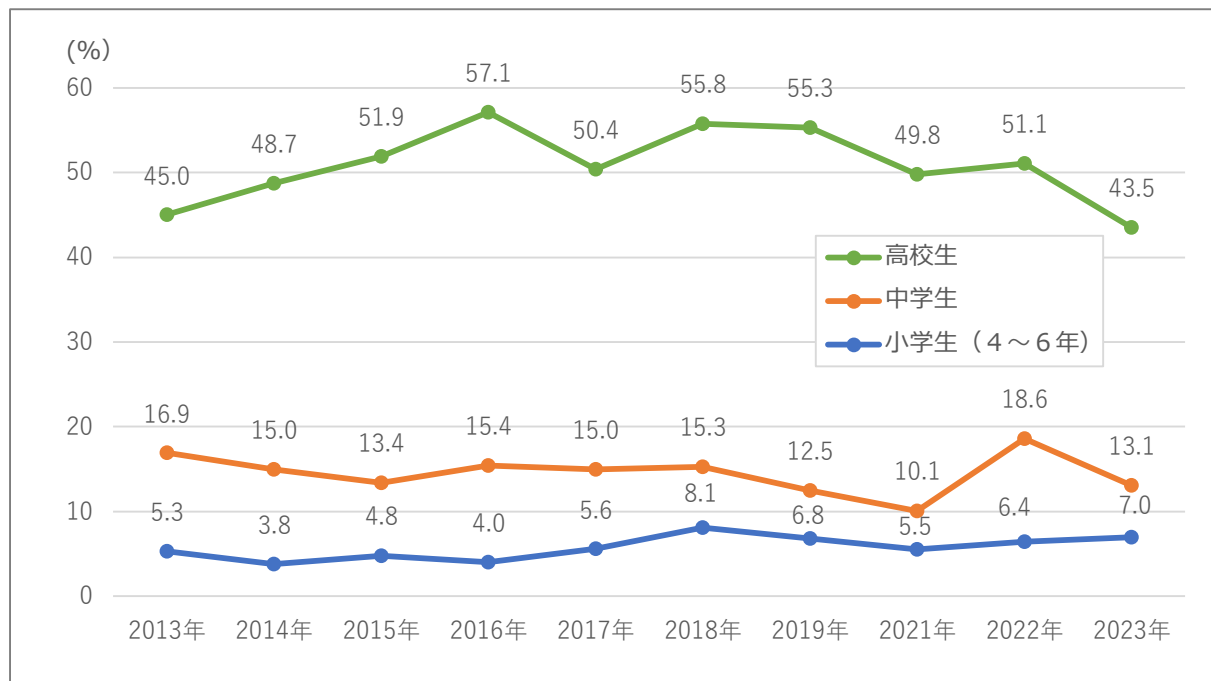
Q. 5月1か月間に読んだ本の冊数

平均読書冊数の推移（2013年～2023年）



出典：全国学校図書館協議会「学校読書調査」  
(2020年は新型コロナの影響で調査中止)

不読者（※）の推移（2013～2023年）

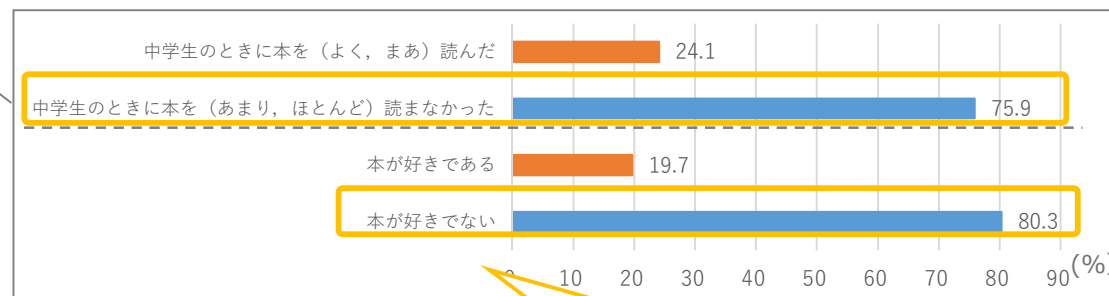
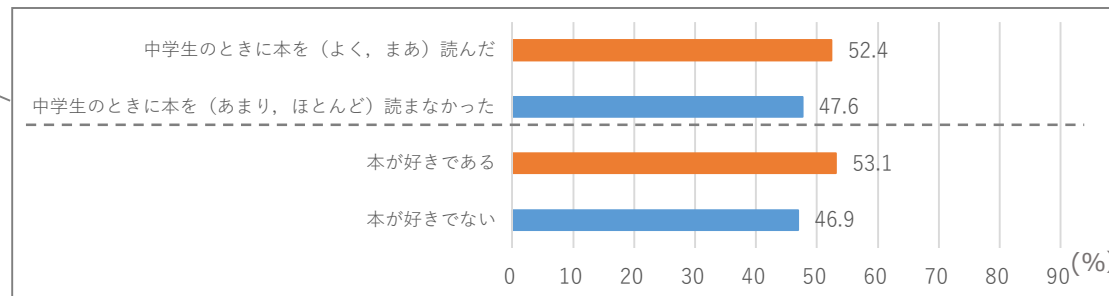
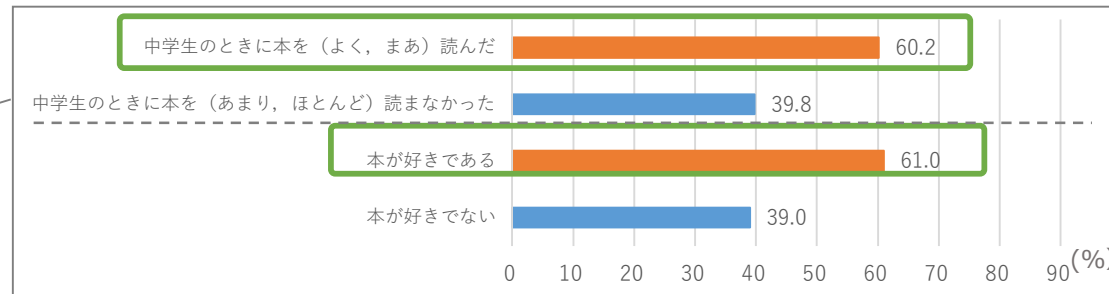
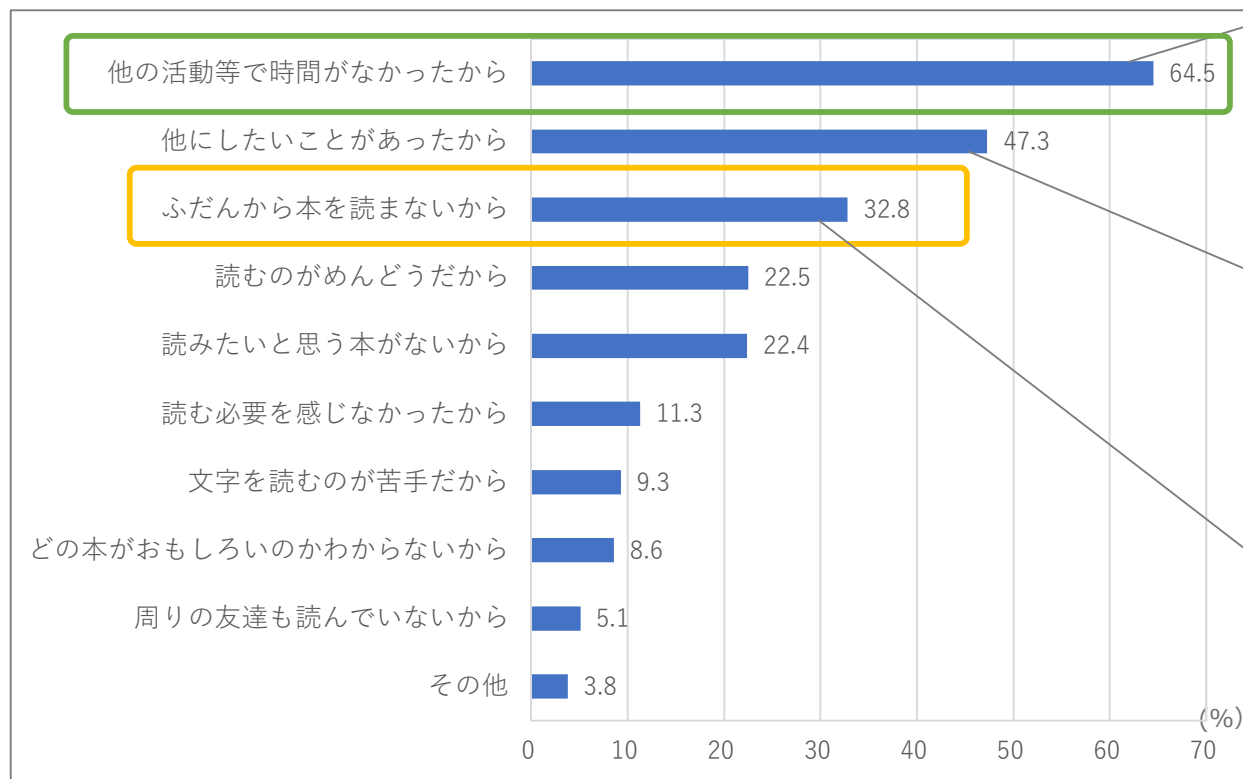


（※）不読者：5月1か月間に読んだ本が0冊の児童生徒

年齢（学校段階）が上がるにつれて、読書離れが進む

# 高校生が本を読まない理由

Q. 本を読まなかったのはなぜですか。(複数回答)



読みたいが読めなかった

読みたいと思わなかった

出典：平成28年度文部科学省委託調査「子供の読書活動の推進等に関する調査研究報告書」  
文部科学省「子供の読書活動に関する問題と論点」

「読みたいが読めなかった」 or 「読みたいと思わなかった」 に大別される

# データから分かること・考えること

- ・書店数は大幅に減っているが、紙書籍（雑誌を除く）の販売額は底堅く推移
- ・電子出版の市場は拡大しているが、電子書籍の伸びは小さい
  - 電子コミックに比べて、電子書籍が普及しない理由は？

- ・高校生以降、急速に読書離れが進む
- ・若い世代は、忙しく、情報機器に時間を取られる人が多い
  - 「読みたいが読めない」「読みたいと思わない」それぞれに有効な方法は？
  - 本と他の情報機器（メディア）との違いは？

- ・シニア世代は、視力等健康上の理由で読書量が減り、若い世代よりテレビを好む
  - 視力の低下といった健康面の問題に対する解決方法は？