

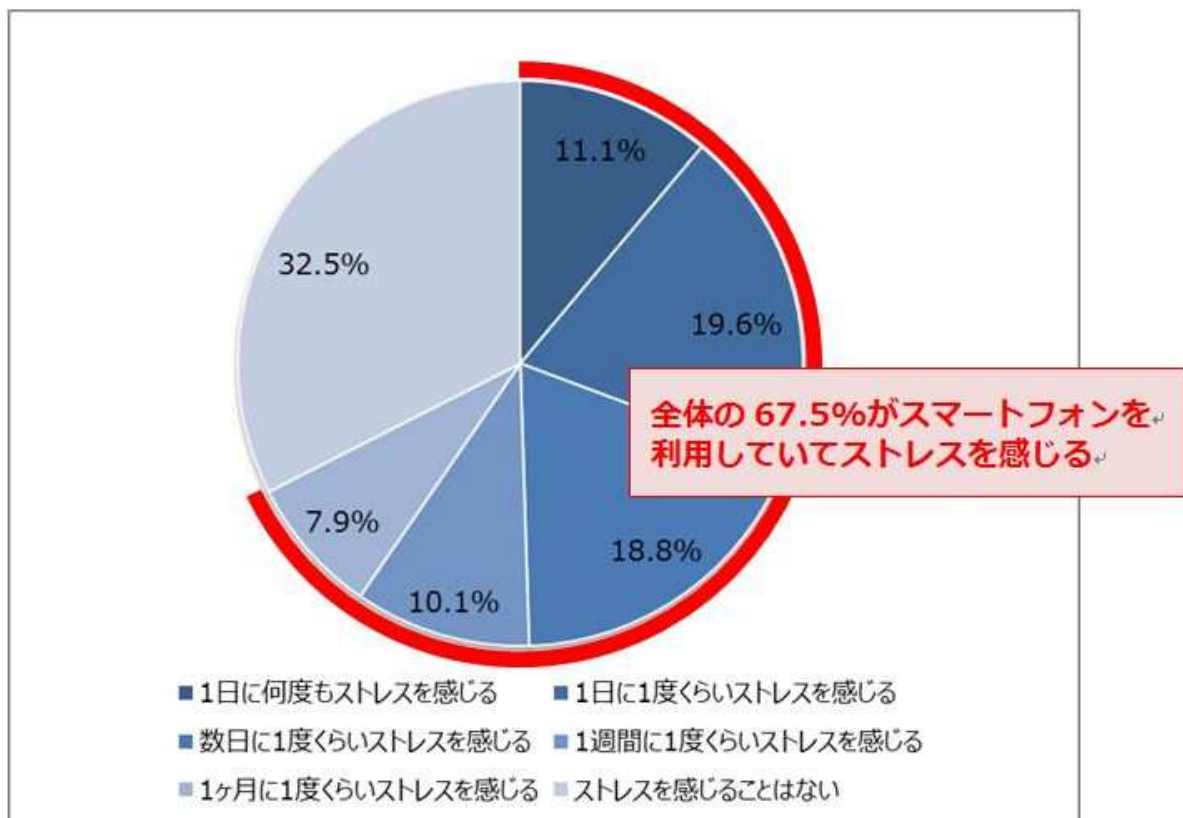
**「スマホでストレスを感じていそうな有名人」1位は坂上忍さん**  
**スマホでストレスを感じている人は67.5%**  
 スマホストレスの主な原因は「バッテリーの持ち」「動作が重くなること」

大手ITセキュリティ企業の奇虎360 (Qihoo 360 Technology) グループの360モバイル・セキュリティ・リミテッドは、全国のスマートフォン所有者1,000人を対象にスマートフォンのストレスに関する意識調査を実施しました。その結果、スマートフォンユーザーの67.5%が、スマートフォンを利用してなんらかのストレスを感じていることが分かりました。その中で、毎日ストレスを感じている人は全体の30%にものびりました。

また、スマートフォンでストレスを感じていそうな芸能人・タレントといえば誰が思い浮かぶかを質問したところ、坂上忍さん・有吉弘行さん・明石家さんまさん・辻希美さん・カンニング竹山さんなどが多く回答を集めました。

**●スマホでストレスを感じている人は全体の67.5%**

スマートフォンを利用してストレスを感じるかどうか質問したところ、67.5%がストレスを感じるがあると回答しました。その中で、「1日に1回以上ストレスを感じる」と回答したのは30.7%でした（「1日に何度もストレスを感じる（11.1%）」+「1日に1度くらいストレスを感じる（19.6%）」の回答者の割合）。

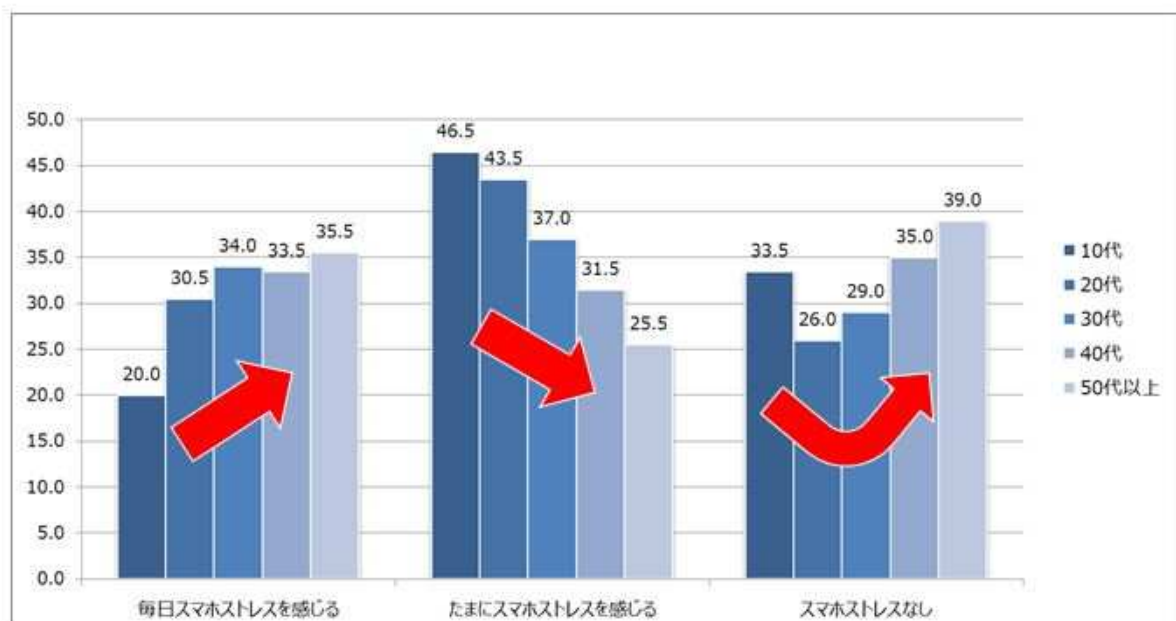


年代別に結果を見ると、「毎日スマホストレスを感じる」という人の割合は、年代が上がるにつれて上昇傾向にあることがわかります。一方で、数日から1ヶ月に一度程度の「たまにスマホストレスを感じる」という人の割合は、若い人ほど多くなる傾向にあります。スマホストレスを感じないという人の割合は、50代以上が最も高く、40代、10代、30代、20代と続く結果になりました。

10代は、毎日という高頻度のスマホストレスを感じている割合は少ないですが、数日から1ヶ月に一度程度という低頻度レベルではストレスを感じている割合が最も高いという結果です。

20代から50代を見ると、毎日ストレスを感じると回答する人の割合は年代とともに上昇傾向、たまにストレスを感じると回答する人は年代とともに下降傾向、ストレスを感じないと答える人は年代とともに上昇傾向という結果が出ています。

20代以上については、年代が進むにつれて「毎日ストレスを感じてしまう人」と「ストレスを感じない人」という二極化が進行すると考えられます。今回の調査ではスマートフォンの利用時間についても質問していますが、年代が進むにつれて利用時間は短くなる傾向にあります。年代が高いほどスマホストレスを感じない人の割合が増えていくという結果は、そもそもスマホの利用時間が短くなるので、他の世代に比べればストレスを感じる機会自体も少なくなっていくということによるものと推察できます。



**Q スマートフォンを利用してストレスを感じることはありますか？（年代別）**

毎日スマホストレスを感じる：「1日に何度も感じる」と「1日に1度くらい感じる」の合計

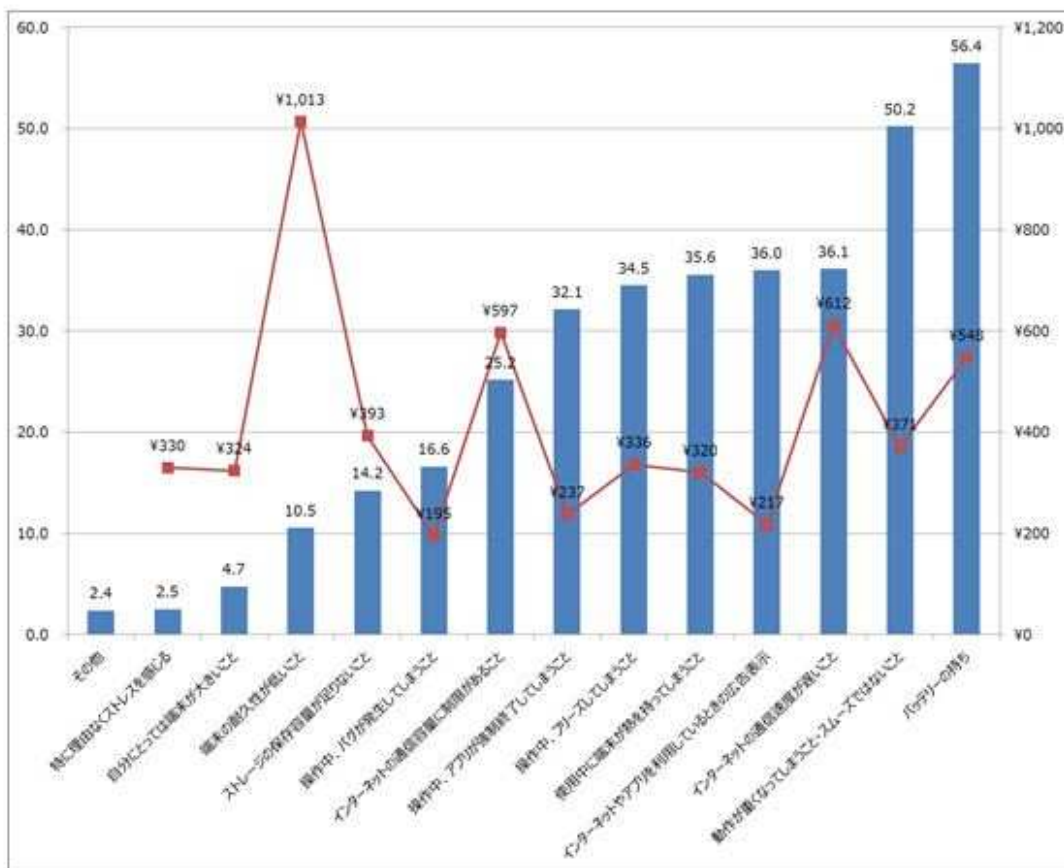
たまにスマホストレスを感じる：

「数日に一度くらい感じる」「1週間に1度くらい感じる」「1ヶ月に1度くらい感じる」の合計

スマホストレスなし：「ストレスを感じることはない」の値

●**スマホストレスの原因は「バッテリー」「操作中、動作が重くなること」「ネットの通信速度」**

スマートフォンを利用しているときにストレスを感じると回答した人 (n=675 人) に、どのような場面でストレスを感じるかを聞いたところ、ストレスの主な原因は「バッテリーの持ち (56.4%)」「操作中、動作が重くなってしま (50.2%)」「インターネットの通信速度が遅い (36.1%)」などにあることがわかりました。特に、バッテリーの持ちや動作が重くなってしまふことにストレスを感じている人は50%を超えており、多くの人が改善を期待していると考えられます。



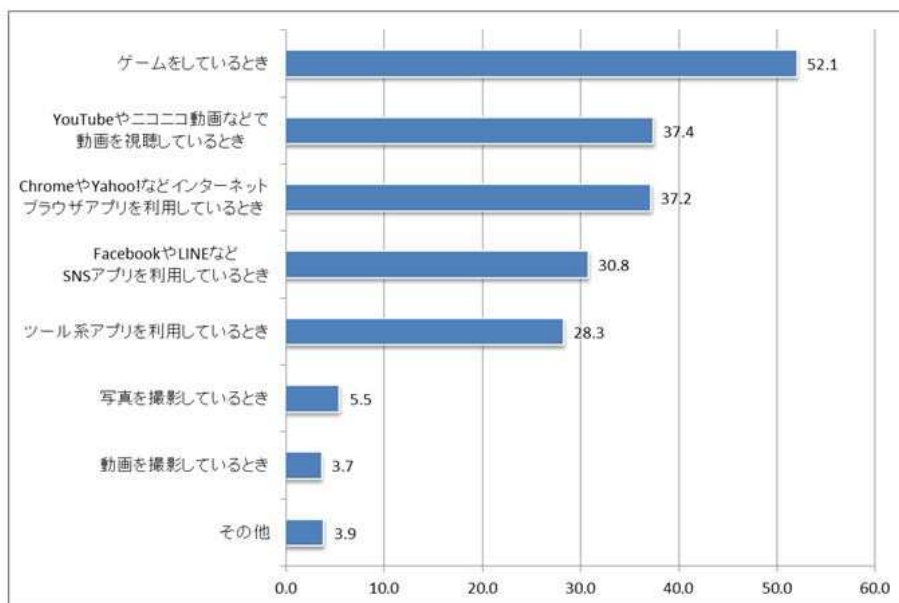
回答者それぞれが感じるスマホストレスの項目について、「そのストレスが1ヶ月間解消できるとしたら、あなたは1ヶ月あたりどれくらい支払いたいを思いますか?」という質問を行いました。ストレスの原因として最も選ばれていた「バッテリーの持ち」については、1ヶ月あたり平均で548円という結果になっています。ストレスの解消に支払う金額の平均はおおむね200円台~600円台という結果ですが、突出して高かったのが「端末の耐久性」で、その平均金額は1,013円でした。

●**スマホストレスの悩みも360セキュリティなら無料で解決!**

「360セキュリティ」は、強固なアンチウイルス機能とスマートフォン最適化などの幅広い機能を備えた無料の総合セキュリティアプリです。コア機能のひとつである「ブースト」を使えば、バックグラウンドで実行しているアプリを停止し、端末の動作性の向上を図ることができます。また、ブーストによる最適化によって、バッテリーの節約にも役立ちます。360セキュリティであれば、スマートフォンユーザーの大きな悩みであるバッテリーと動作性の確保を、ワンタップという簡単な操作で、しかも無料で解決することができます。

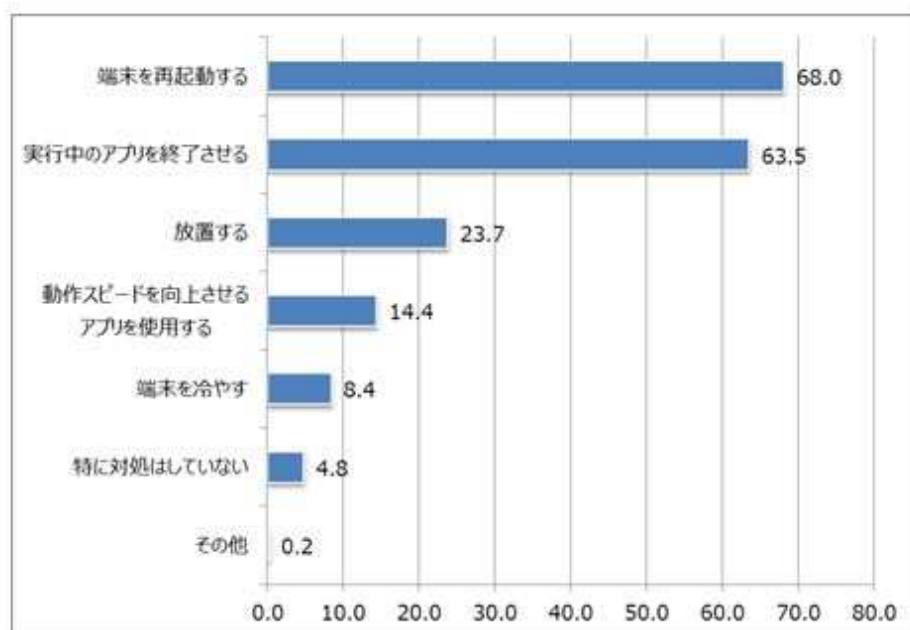
### ●スマホの動作が重くなってしまふ場面は？「ゲームをしているとき」がトップ

スマートフォンを操作しているときに「動作が重くなってしまふこと」はストレスの大きな原因となっていることがわかりましたが、どのような場面で動作が重くなってしまふことが多いのでしょうか。以下の結果からは、「ゲーム」をしているときに、スマートフォンがフリーズしてしまったり、動作が重くなってしまふことが多いということがわかります。ゲームアプリは多くのユーザーに親しまれていますが、端末のリソースをたくさん使用する場合も多いです。このような背景から、ゲームをしているときに動作が重くなってしまふ、ストレスを感じる人が多いのだと考えられます。



Q スマートフォンを操作中にフリーズしてしまったり、動作が重くなってしまったりした経験がある方に質問します。そのような経験はどのようなときに起こりましたか？（複数回答式/n=438）

では、スマートフォンがフリーズしてしまったり、重くなってしまったりしたとき、ユーザーはどのように対処しているのでしょうか？調査の結果からは、多くのユーザー「端末を再起動する」もしくは「実行中のアプリを終了させる」ことで対処していることがわかりました。動作スピードを向上させるアプリの使用率は、14.4%にとどまりました。



Q スマートフォンを操作中にフリーズしてしまったり、動作が重くなってしまったりした経験がある方に質問します。フリーズや動作が重くなってしまった場合、どのような対処を行いますか？（複数回答式/n=438）

### ●360 セキュリティのゲームブースト機能であれば自動的に最適化を実行！

ゲームを楽しんでいるときにフリーズが発生したり、動作が重くなってしまったりした場合、多くのユーザーは端末の再起動やそのゲームアプリを終了させることで対処しているというのは、とてもストレスがたまりそうな状況だと予想されます。

360 セキュリティには、ゲームアプリ起動時に自動で端末最適化を実行するゲームブーストという機能が搭載されています。ゲームブーストを使用すれば、ゲームの最中にスマートフォンの動作が重くなってしまうという悩みも解消することができます。

### ●「気がつくともスマートフォンを使ってしまうことが多い」若い世代ほど顕著

今回の調査では、一日のスマートフォンの利用時間や、スマートフォン利用と日常生活との関連についても質問を行っています。

一日のスマートフォンの平均利用時間は、年代が若くなるにつれて平均時間が長くなるという傾向がわかりました（全体平均：3.8時間、10代：5.3時間、20代：4.2時間、30代：3.4時間、40代：3.2時間、50代：3.0時間）。

「気がつくともスマートフォンを使ってしまうことが多い」という質問に対してあてはまると回答する人も若い世代ほど多く、何か目的があってスマートフォンを使用しているというよりは、何気なくスマートフォンを利用し、その結果として使用時間も長くなるというのが、若い世代の特徴であると考えられます。一方、「スマートフォンがなくてもパソコンで代替できるので困らない」と回答する人の割合は、若い世代ほど少なくなります。若い世代にとっては、スマートフォンがなくてはならない必需品であるということが分かります。





●スマホでストレスがたまっていそうな有名人 1位は坂上忍さん！

スマートフォンを利用していてストレスがたまっていそうな有名人について聞いたところ、坂上忍さん、有吉弘行さん、明石家さんまさん、辻希美さん、カンニング竹山さん、NON STYLE 井上裕介さんなどが挙がりました。

坂上忍さんはTVで見せる潔癖症や毒舌というキャラクターがこの結果にも反映されていると推察されますが、有吉弘行さんや辻希美さん、カンニング竹山さん、NON STYLE 井上裕介さん、ウーマンラッシュアワー村本大輔さんなど、Twitterやブログで活発に情報発信を行い、ネットで話題を提供している方々が多くランクインする結果となりました。

Q スマートフォンを利用していてストレスがたまっていそうは芸能人・タレントといえば誰が思い浮かびますか？（自由記述回答）

順位	名前（敬称略）	主な理由
1位 (34票)	坂上忍	・電波悪くてつながらないと機嫌悪くなりそう ・使い方がややこしいことやフリーズするとストレス溜まっていそう。
2位 (31票)	有吉弘行	・一日に何度も Twitter に投稿しているから ・神経質そうだから。
3位 (28票)	明石家さんま	・何となく細々とした事が苦手そうだから ・メールや LINE よりしゃべる方が得意なので文字を打つのにストレスを感じそう
4位 (22票)	辻希美	・ブログの更新が多くいろんな意見が多いから ・ブログに書くたび炎上しているから
5位 (20票)	カンニング竹山	・いつもキレてるから ・常にイライラしているイメージがあるから
6位 (18票)	井上裕介 (NON STYLE)	・悪口とか Twitter とかで直接言われていそう ・炎上でストレスたまっていそう
6位 (18票)	マツコ・デラックス	・スマホ操作が苦手そう ・機械に対しても対応が厳しそう
8位 (16票)	和田アキ子	・機械音痴で短気っぽいから ・携帯などの機器を使うのが苦手そうだから
9位 (14票)	村本大輔 (ウーマンラッシュアワー)	・SNS が炎上ばかりしているから ・よく Twitter で悪口を言われると言っていたから
9位 (14票)	ローラ	・本当は細かいことを気にしていそうだから ・プンプンとか言いながらかわいく怒っていそう

## 《360 セキュリティ概要》

「360 セキュリティ」は、中国国外向け製品として 2013 年に提供を開始して以来、世界 90 カ国で Google Play でのダウンロード数 1 位を獲得する<sup>1</sup>など、無料でありながらも充実の機能を備えたオールインワンの総合セキュリティアプリとして多くの国と地域で支持されてきました。全世界のユーザー数は約 2 億人いますが、その 96%が中国国外の海外ユーザーです。また 30%は米国で、アジアにとどまらず欧米圏でも好評を博しています。360 セキュリティは Amazon のクラウドサービス AWS (Amazon Web Services) によって構築・運用され、全てのデータは中国国外の AWS 上で暗号化して処理されています。

Google Play :

[https://play.google.com/store/apps/details?id=com.qihoo.security&referrer=qihoo\\_id%3D105113](https://play.google.com/store/apps/details?id=com.qihoo.security&referrer=qihoo_id%3D105113)

## 《360 モバイル・セキュリティ・リミテッド企業概要》

360 モバイル・セキュリティ・リミテッド(360 Mobile Security Limited)は Android 向けアプリの提供を担う、大手 IT 企業 Qihoo 360 Technology Co. Ltd.のグループ企業です。360 モバイル・セキュリティ・リミテッドが展開する「360 セキュリティ(360 Security)」は、高精度のアンチウイルス機能と、スピードアップやストレージ容量の確保といったスマートフォン最適化機能を兼ね備えたオールインワンのセキュリティアプリで、ユーザー数は世界中で 2 億人に上ります。

本製品には「スマートフォンの安全を守るだけでなく、ユーザーに安心してその利用を楽しんでもらいたい」という思いが込められています。360 モバイル・セキュリティ・リミテッドは今後も、世界中のユーザーに快適でより良いスマートフォン生活を提供するべく、大きな情熱をもって、「360 セキュリティ」をはじめとしたさまざまなアプリの提供に取り組んでいきます。

## 《調査概要》

- 調査内容：スマートフォンのストレスに関する意識調査
- 調査期間：2015 年 8 月 13 日～17 日
- 調査方法：インターネット調査（調査実施機関：株式会社ゲイン）
- 調査対象：16 歳以上のスマートフォンを所有している全国の男女
- 有効回答者数：1,000 人

	10 代	20 代	30 代	40 代	50 代以上
男性	100 人	100 人	100 人	100 人	100 人
女性	100 人	100 人	100 人	100 人	100 人

《360 セキュリティに関するお客様からのお問い合わせ先》  
「360 セキュリティ」お客様お問い合わせ窓口 担当 藤田  
MAIL : japan@360overseas.com

<sup>1</sup> 「ツール」 カテゴリーにおける 1 日のダウンロード数が 1 位にランクインしたことのある国、App Annie より