

ご乗車中の皆さま

# 電車の中で座るための戦略とアクションプラン

みずほリサーチ&テクノロジーズ

2024年3月

ともに挑む。ともに実る。

**MIZUHO**



はじめに



本資料は、電車で移動される乗客の皆さまが、乗車中の満足度を高めるための戦略とアクションプランをまとめた提言書である。

### 提案対象

- ✓ 首都圏を走る電車の中で「座りたい」と考えている人

### 目的

- ✓ 乗車マナーを守ったうえで、電車で席に座れる確率を上げるための提言
- ✓ 本日から実践して頂くことで座る可能性を高めると同時に、  
次回の乗車以降、より高い確率で席に座れるようになって頂くことを想定

電車の中で座るための戦略とアクションプランを立案するにあたっては、「電車利用に関するマクロ分析」と「乗客アンケートに基づくマイクロ分析」を実施する。

## 電車利用に関する マクロ分析

電車で「立つ場合」と「座る場合」の過ごし方の違い、電車において座席に座れる確率、座席に座ることに対する欲求度合い等を分析

## 乗客アンケートに基づく マイクロ分析

対象エリアにおいて実際に電車を利用する乗客へのアンケートから、乗車のタイミングや場所等を分析

## 電車の中で座るための 戦略とアクションプラン

電車利用において車内で「座る」ことに対するニーズを満たすための3つの戦略と具体的なアクションプランを提示

# 自主アンケート調査概要

## ■ スクリーニング配信対象者条件

- 性別 : 不問  
年齢 : 20～69歳  
職業 : 不問  
地域 : 一都三県在住（埼玉・千葉・東京・神奈川）  
子供の有無 : 不問  
未既婚 : 不問  
世帯年収 : 不問  
個人年収 : 不問

## ■ スクリーニング回収方針

最大回収数：80,000ss

※一都三県エリアの人口構成比回収

## ■ 本調査対象者条件

想定回収数：3,000ss

※通勤or通学の目的で電車を週1回以上は利用

## ■ スクリーニング調査

Q番号	設問内容
SC1	最寄りの路線
SC2	通勤・通学のため利用する路線
SC3	通勤経路の詳細

## ■ 本調査

Q番号	設問内容
Q1	通勤・通学時の服装・荷物
Q2	通勤・通学時の服装・荷物の色
Q3	通勤・通学時の服装・荷物の柄
Q4	電車に乗る際の意識
Q5	「空いた席に座る」ことへの要望度
Q6	立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方
Q7	電車内で遭遇する状況
Q8	次に空く座席を見つけるのが得意かどうか
Q9	次に空く座席を見つけるための意識・行動
Q10	降車駅が近づいてきた際の意識
Q11	電車内で立っている場合と座っている場合の過ごし方
Q12	あなたの曜日傾向（有給奨励日、飲み会設定日）
Q13	余暇の過ごし方
Q14	接触コンテンツ・メディア
Q15	ライフスタイル意識
Q16	消費意識
Q17	情報意識
Q18	仕事・家族意識

# スケジュール

	2023年		2024年		
	11月	12月	1月	2月	3月
0.ミーティング・決裁	◆ キックオフ	◆ ミーティング	◆ 中間報告	◆ ミーティング	◆ 最終報告
1. スコープ確定 検討テーマ確定 ターゲット決定	→ →				
2. 方針検討 分析方法の検討 アクション方針の検討		→ →			
3. 調査・分析 マクロ分析 ミクロ分析 アクションプラン立案			→ →	→	
4. 具体的アクション 屋外広告で展示 WEBサイトで展示					3/16~ → →

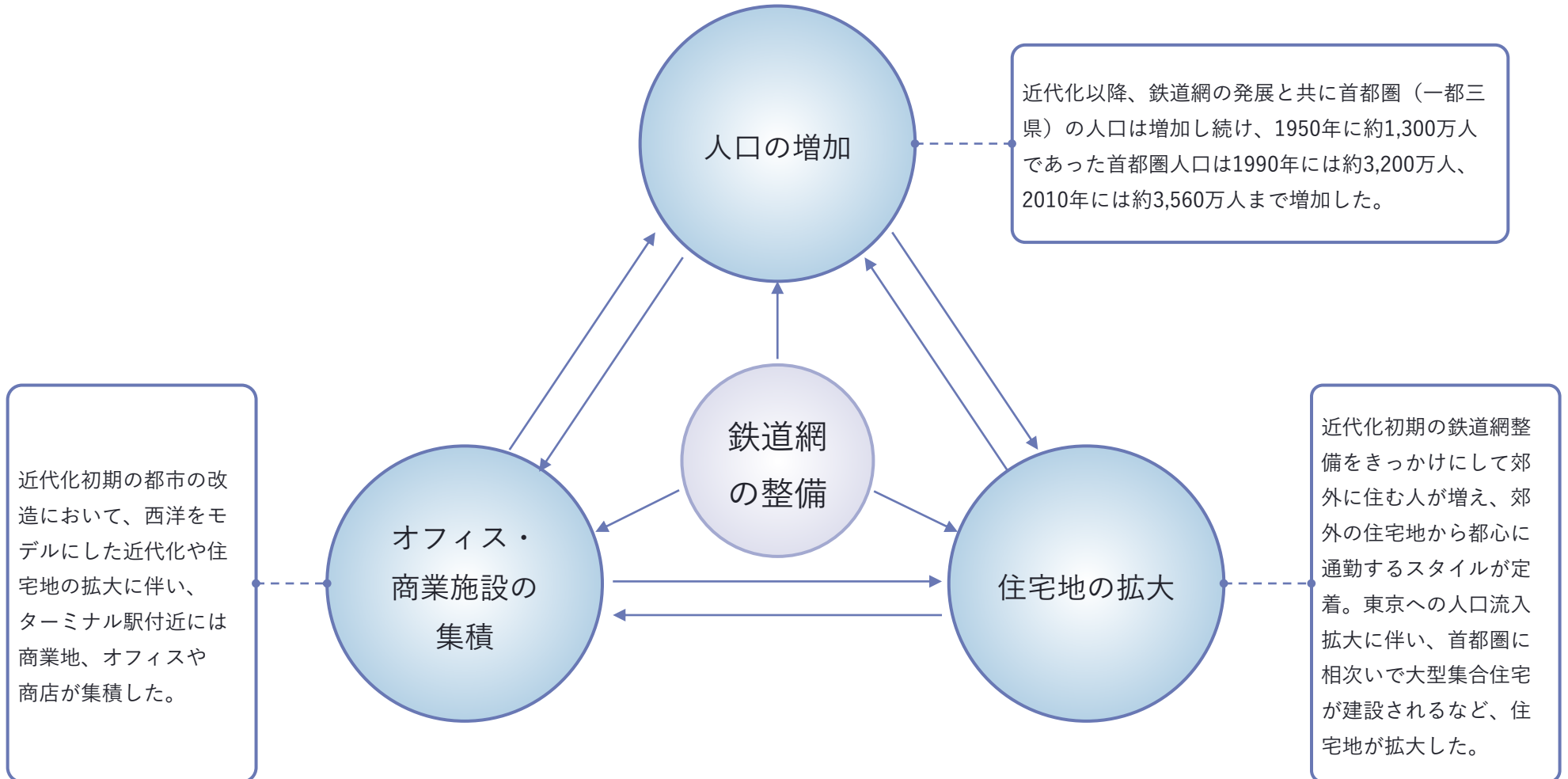
1. 背景と目的
2. 「電車の中で座る」を巡る現状分析
3. 電車の中で座るための戦略とアクションプラン
4. まとめ
5. 会社紹介

# 1. 背景と目的



# 電車移動が定着した社会的背景

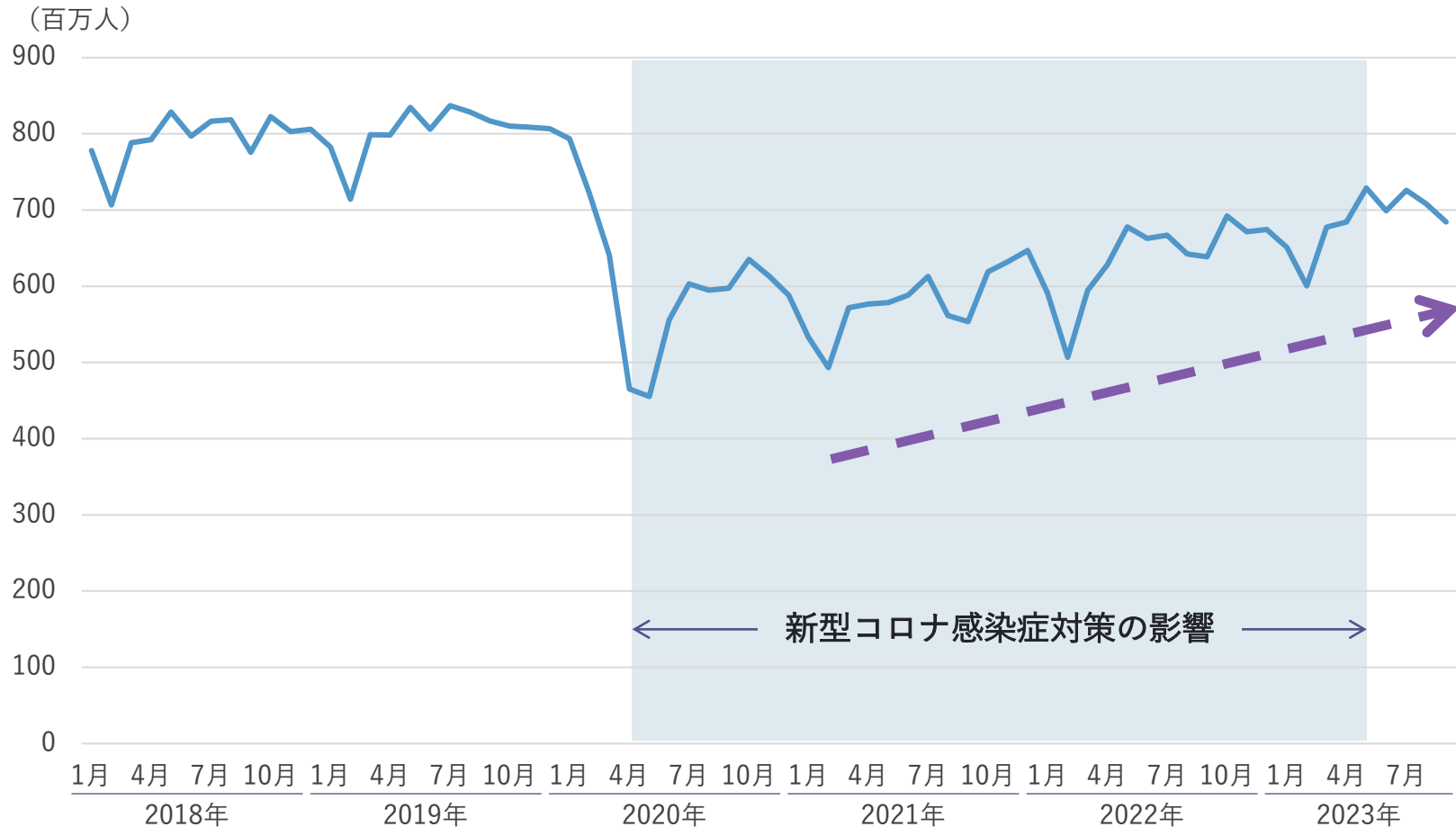
首都圏で電車移動が選ばれる理由として、オフィス・商業施設の集積や住宅地の拡大と、大量の人やモノを効率的に運ぶための鉄道網の整備が同時並行に進み、高い利便性を確立してきたことが挙げられる。



# 近年における電車利用者数の推移

2020年に新型コロナウイルス感染拡大の影響を受けて大きく減少した電車利用は、徐々に回復。今後も電車利用の増加が予想される。

## JRの輸送人員数の推移



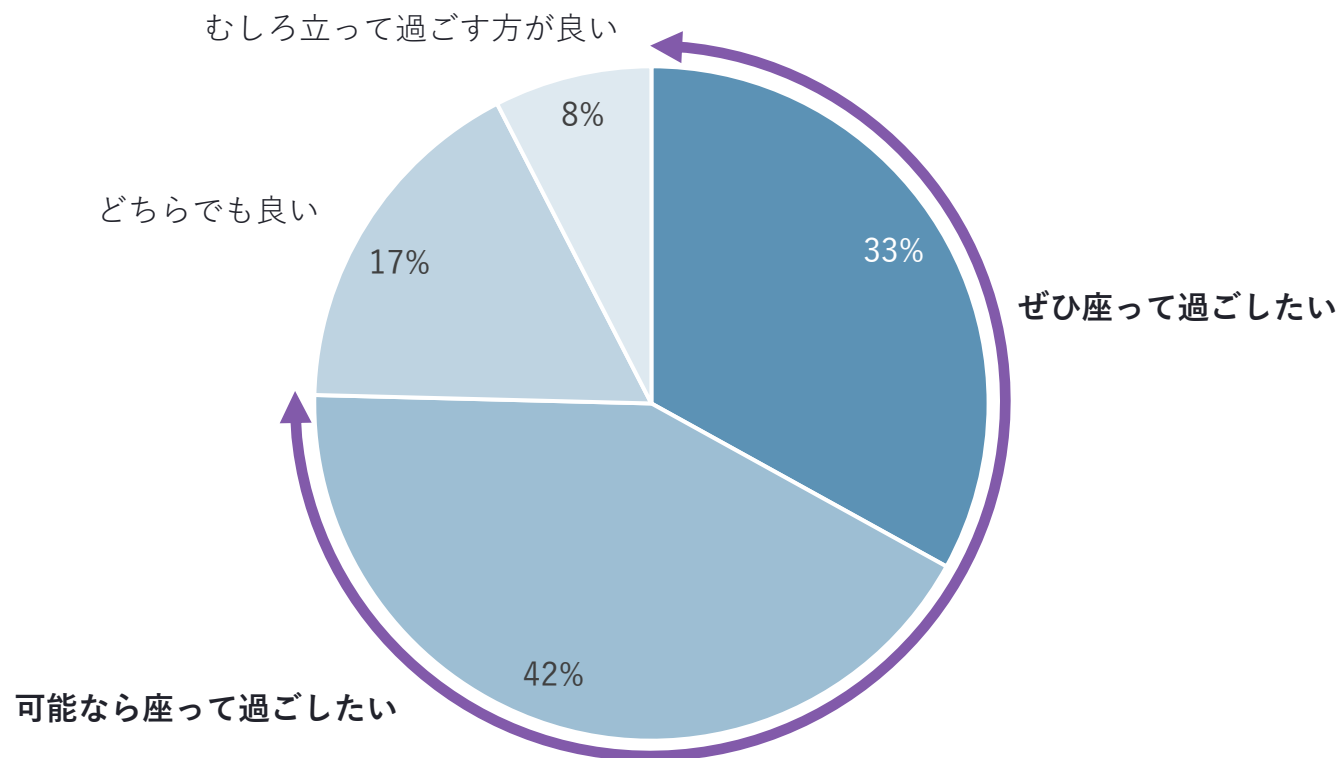
出典：「鉄道輸送統計月報」をもとに作成

# 電車の中での「座りたい欲求」

今回のアンケート調査の結果、対象者のうち75%が「電車の中で座りたい」と回答している。

## 「電車の中で座りたい」人の割合

(調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000)

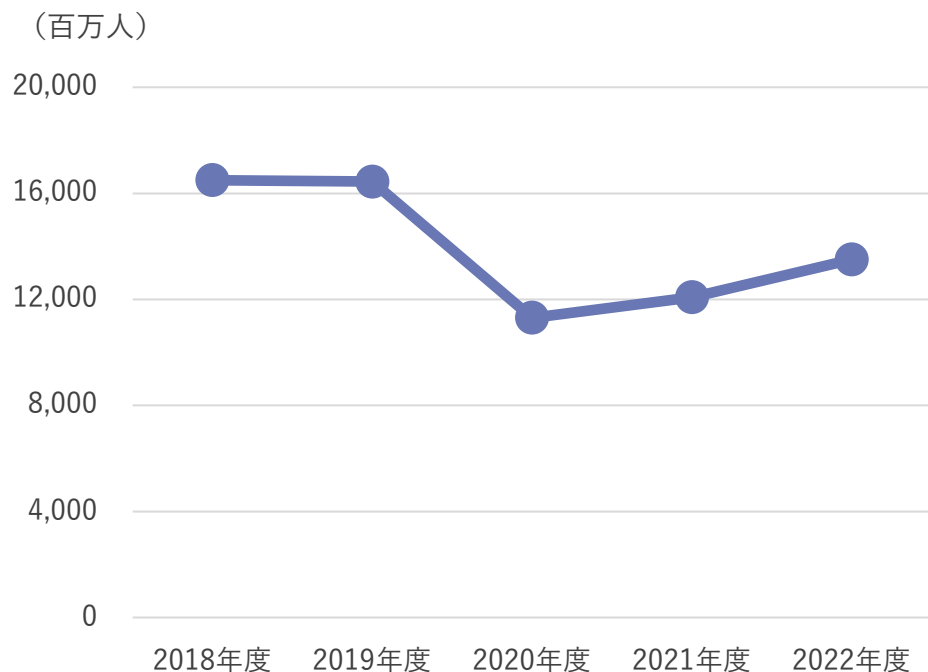


出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

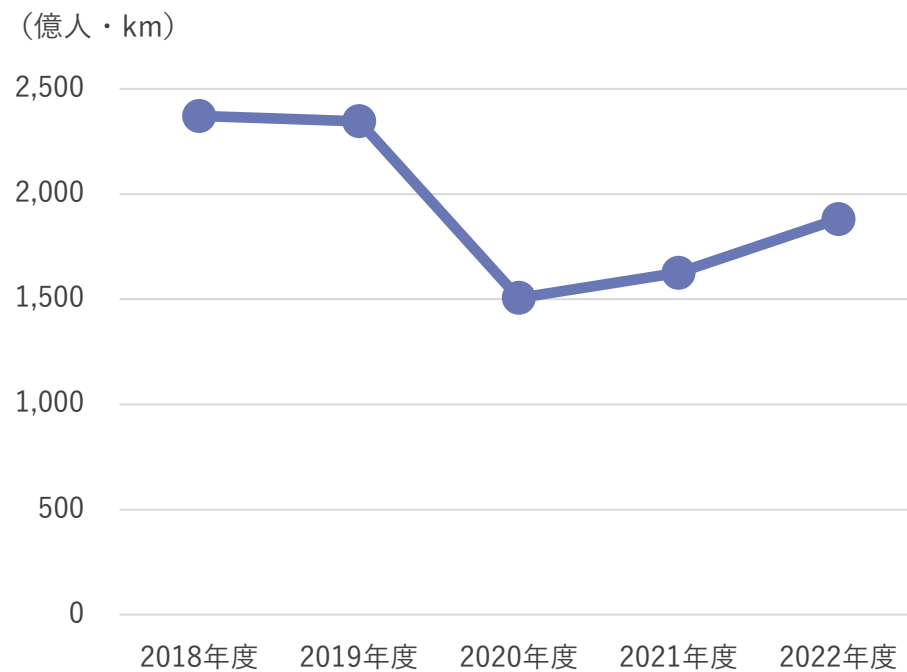
# 電車の利用者数および利用距離

関東圏では、のべ135億人が鉄道を利用し、総輸送量は1,881億人kmに及ぶ。(2022年度実績)

## 鉄道のべ利用者数（関東圏）



## 鉄道輸送量（関東圏）

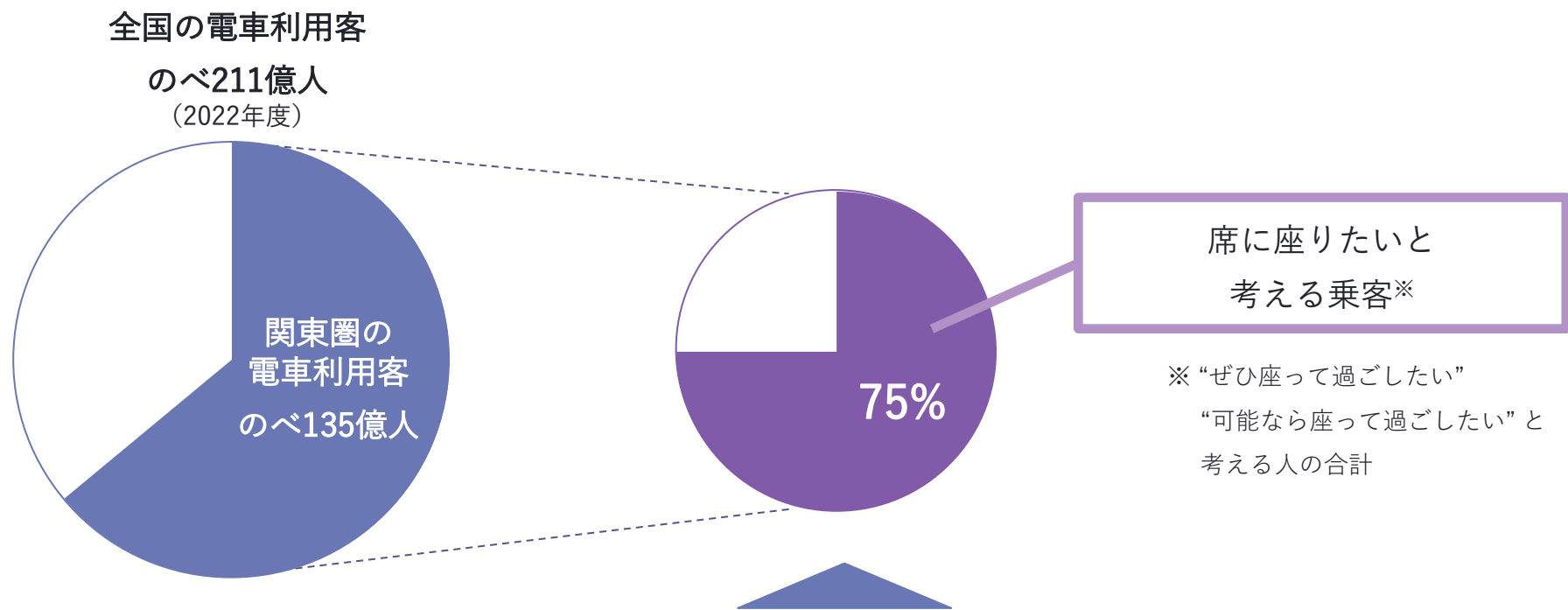


一回あたりの乗車距離は **13.9km** (都内路線の14駅分くらいの長さ)

出典：「鉄道統計年報」をもとに作成

# 「電車の中で座りたい」皆さまへの提言

本資料は、電車利用客の75%が持つ欲求である「座りたい」に対する解決案（戦略・アクションプラン）を、様々な角度から調査・分析し、提言するものである。



席に座るためにとり得る  
戦略・アクションプランを提言

出典：「鉄道統計年報」及びみずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果をもとに作成

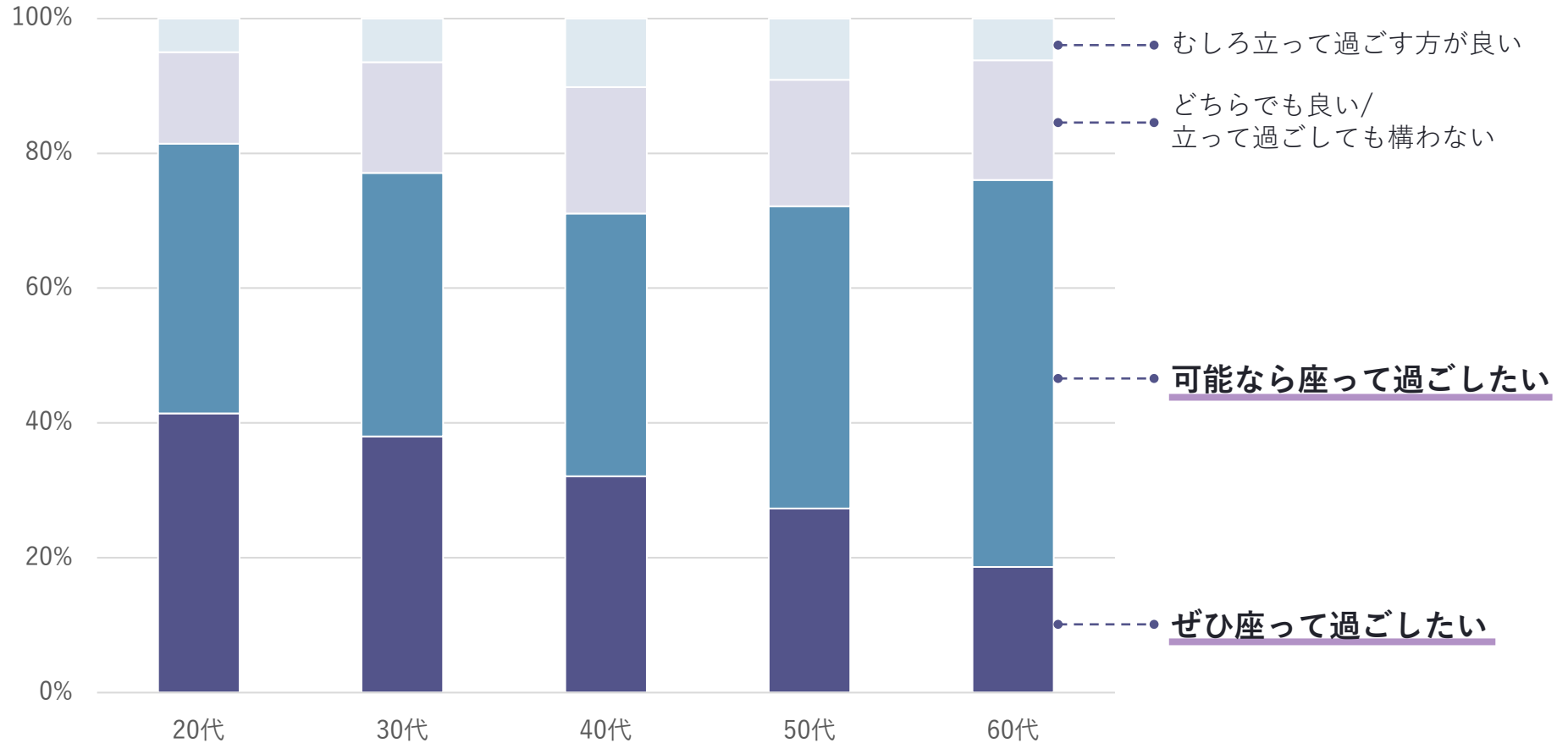
## 2. 「電車の中で座る」を巡る現状分析

# 座席に座ることに対する欲求度合い

電車の中で「座りたい」と感じる傾向は、各年代において大多数を占めている。

## 座席に座ることに対する欲求

(調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000)



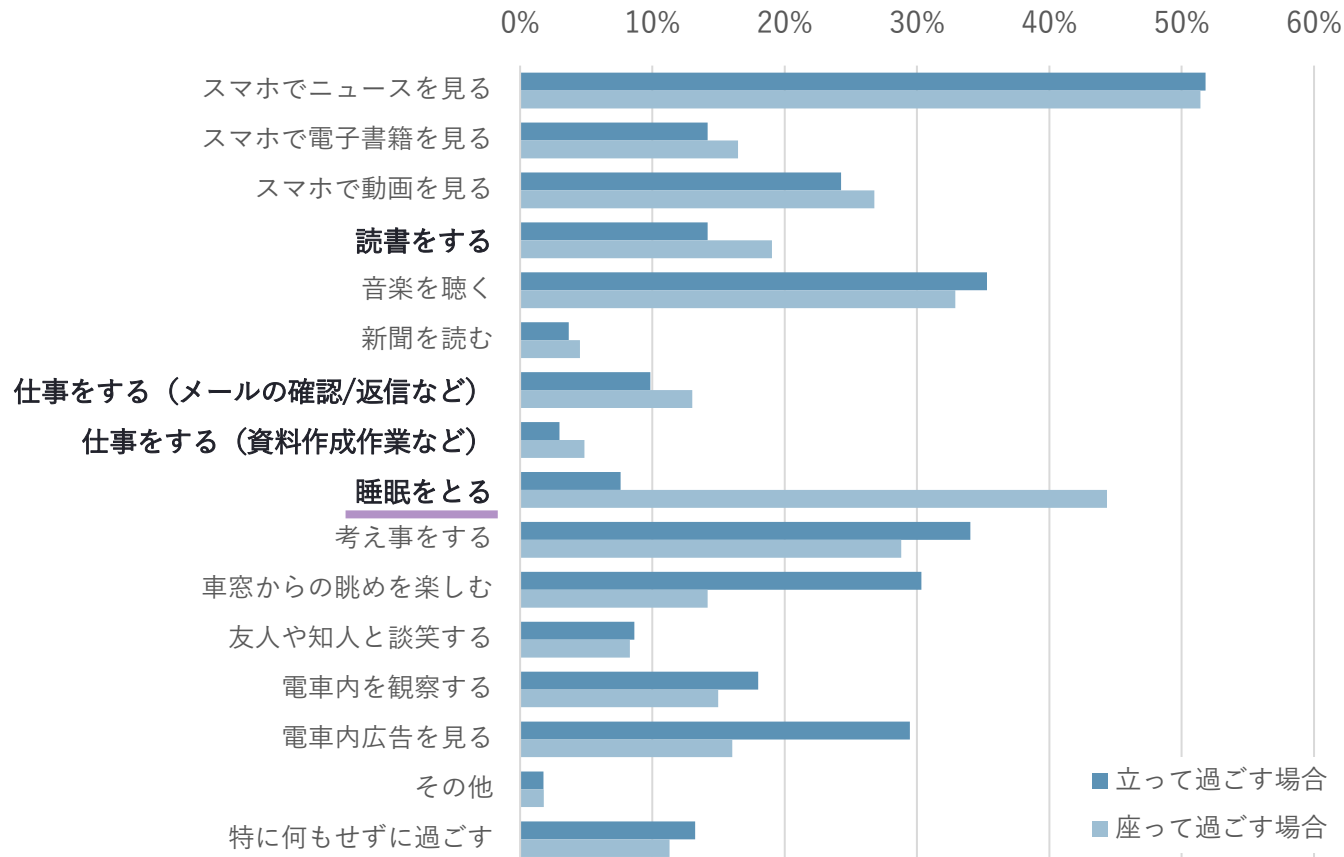
出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

# 電車で「立つ場合」と「座る場合」の過ごし方の違い

「睡眠をとる」ことが、立っているよりも座っている状態での過ごし方として顕著な差がみられた。その他に「読書をする」「仕事をする」においても多少の差があった。

## 電車内で立つ/座わる場合の過ごし方

(調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000)



出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成



## 座席に座りたいと思う背景（性別・年代別）

全体と同様に、性別や年代に関わらず「睡眠をとる」が立って過ごす場合よりも座って過ごす場合に多い傾向は変わらなかったが、次点の過ごし方として性別・年代別によって3パターンの過ごし方があった。

### 電車内で立つ場合よりも座る場合に多い過ごし方（上位2つ）

（調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000）

	20代	30代	40代	50代	60代
男性	1. 睡眠をとる 2. <u>スマホで電子書籍をみる</u>	1. 睡眠をとる 2. <u>読書をする</u>	1. 睡眠をとる 2. <u>仕事をする</u> (メールの確認/ 返信など)	1. 睡眠をとる 2. <u>読書をする</u>	1. 睡眠をとる 2. <u>スマホでニュースを見る</u>
女性	1. 睡眠をとる 2. <u>読書をする</u>	1. 睡眠をとる 2. <u>スマホで動画を見る</u>	1. 睡眠をとる 2. <u>読書をする</u>	1. 睡眠をとる 2. <u>スマホでニュースを見る</u>	1. 睡眠をとる 2. <u>スマホでニュースを見る</u>

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

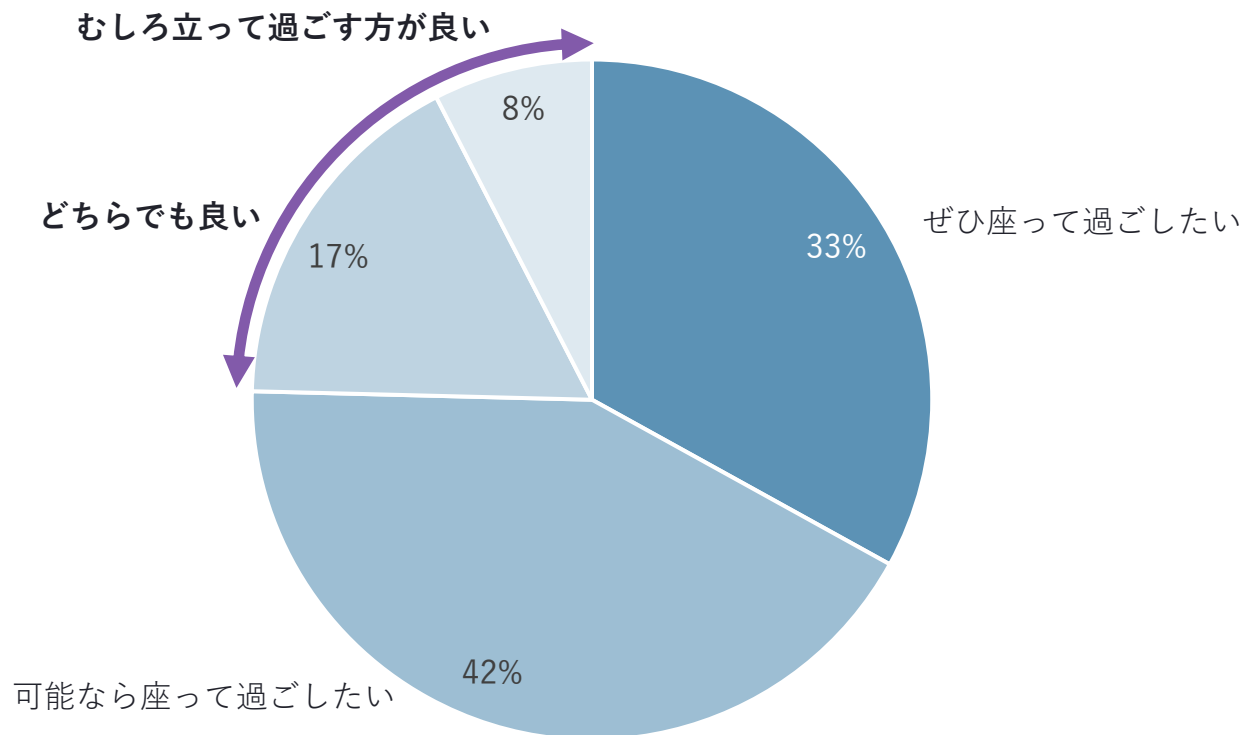
## 「座席に座らなくて良い」と考える人も存在

一方で、電車の中で「立って過ごす方が良い」と考える乗客は8%存在する。  
「どちらでも良い」と回答した乗客と合わせると、  
25%の乗客が「座席に座らなくて良い」と考えている。

再掲載

### 「電車の中で座らなくて良い」人の割合

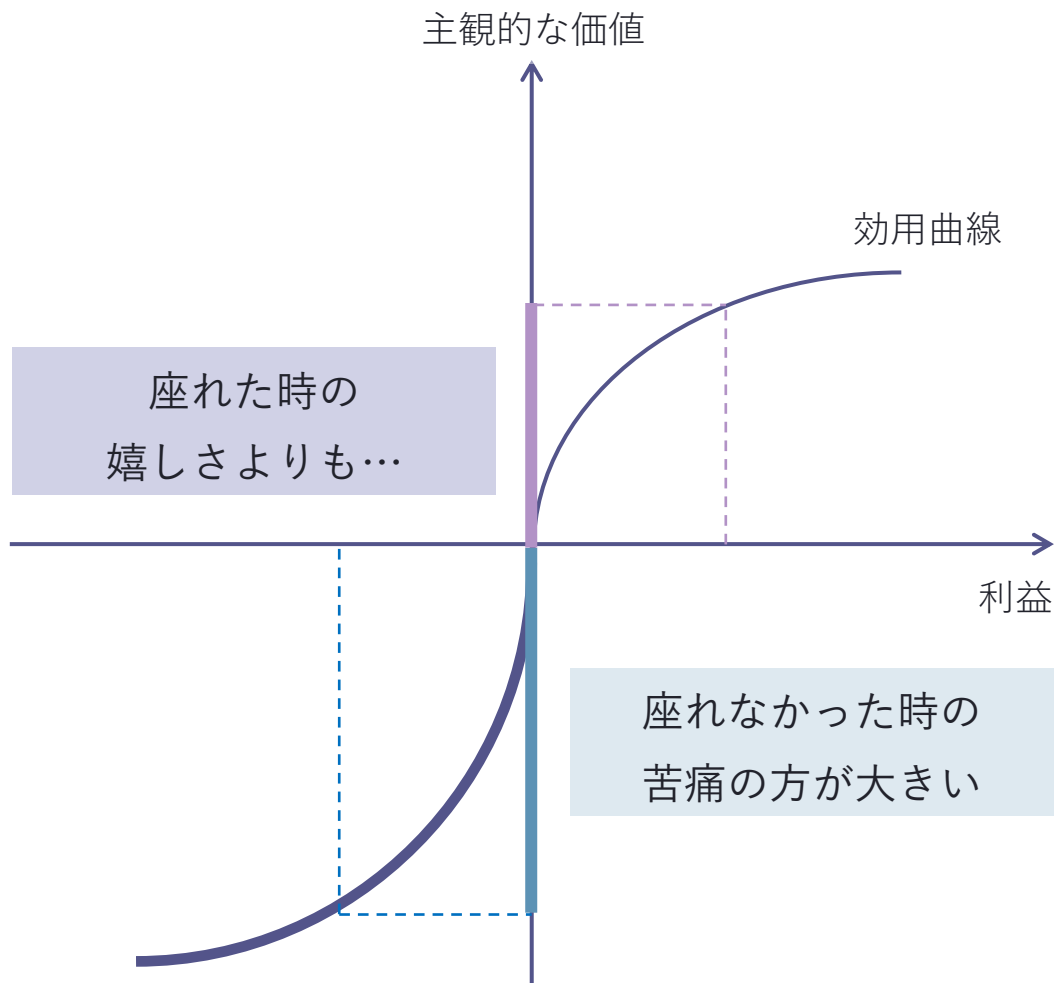
(調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000)



出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

# 「座れなかった」ときのストレス

一般的に利益を得る喜び（効用）よりも、失う痛み（負の効用）をより強く感じる傾向にあるため（プロスペクト理論）、座れなかった時のストレスはより強く感じられる可能性がある。



## プロスペクト理論とは：

- 経済学者ダニエル・カーネマンとアモス・テバースキーによって提唱された 行動経済学 の理論
- 人々が意思決定をする際に、期待される利益や損失に対する主観的な評価がどのように影響するかを説明
- 通常、同じ金額を「得る」として「失う」ことでは、失うことの方が感情的な影響が大きくなる
- また、利得や損失が大きくなるほど、その影響が低下する

本資料は、電車の席に座ることのベネフィットに鑑み、総合的に考え「座る」という選択を志向する乗客の方に向けた提言書である。

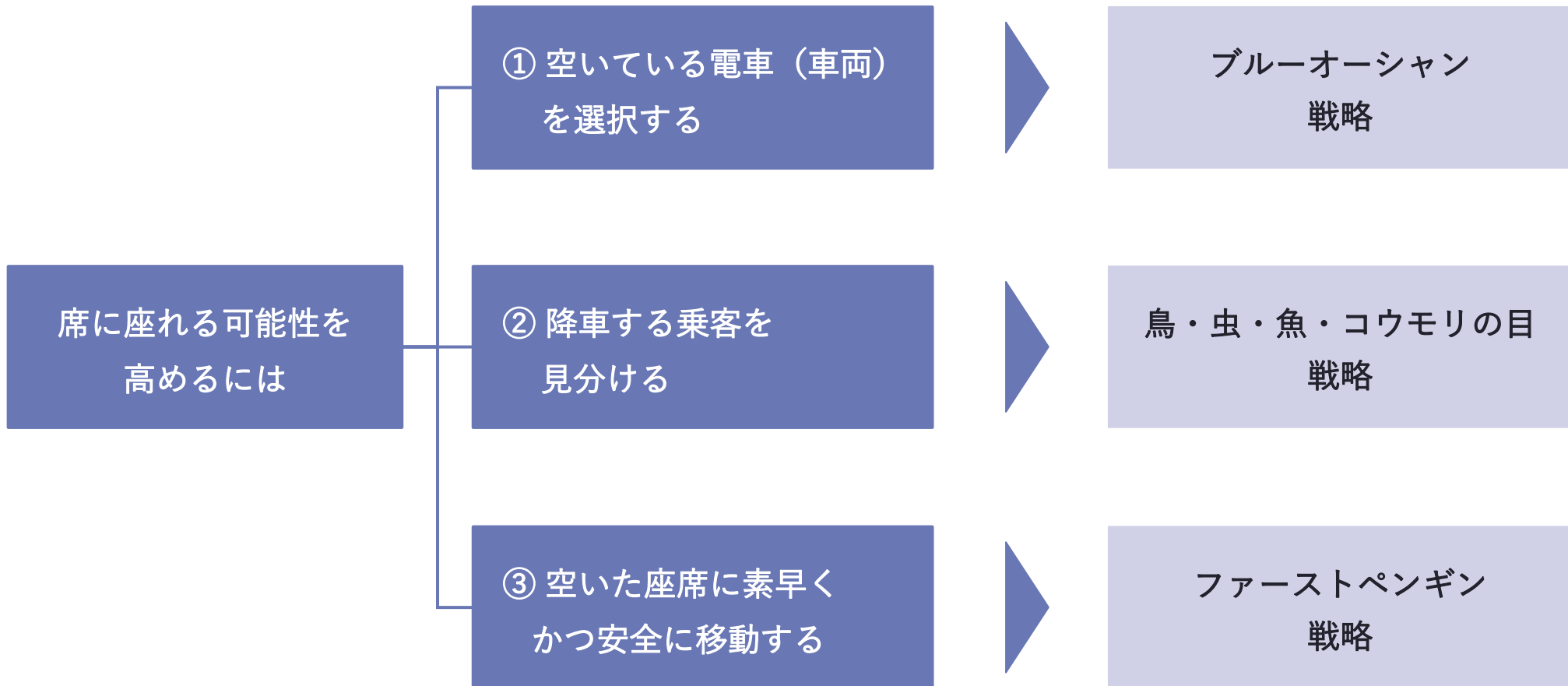
### ベネフィット（一例）

- ✓ 腰や足への負担が減り、姿勢を維持しやすい
- ✓ 短い仮眠を小分けに取るなど、自身のペースで睡眠をとれる
- ✓ パソコンで資料を作成したり、メールの返信ができ、仕事の生産性が高まる
- ✓ 両手を使って端末操作や手帳への書き込みがしやすい
- ✓ 余裕をもって車内の中吊り広告を読みやすい
- ✓ 集中して新聞や読書や勉強ができるため、より多くの知識を吸収できる
- ✓ リラックスして瞑想や妄想に没頭でき、メンタル回復を図りやすい
- ✓ よりリラックスして、友人や知人と談笑したり、車窓からの眺めを楽しめるなど

### 3. 電車の中で座るための 戦略とアクションプラン

# 電車で座れる確率を上げる戦略

乗車した電車において、席に座れる確率を上げるためには、①空いている電車（車両）を選択する、②降車する乗客を見分ける、③空いた座席に素早くかつ安全に移動する、という一連の計画・行動が求められる。



## ブルーオーシャン戦略

### ✓ 競争回避

- 激しい競争が続く既存の市場や分野に進出することを避け、競合との差別化を図りながら新たな市場を開拓する経営戦略

### ✓ 緻密な事前計画

- 市場調査や競合分析を通じて未来の需要やトレンドを予測し、それに基づいて戦略を構築することが、新しい市場で成功を収めるために不可欠である

### ✓ 独自性の発揮

- 目的とのトレードオフによっては、敢えてその市場を回避するという意思決定を行い、自分自身の利益や利便性を最大化することを目指す

## 鳥・虫・魚・コウモリの目 戦略

### ✓ 鳥の目

- 上空から俯瞰して物事を見るように、全体の位置関係や状況、動きを把握するための視点

### ✓ 虫の目

- 細部に焦点を当て、微細な変化やパターンを注意深く観察し、判断するための視点

### ✓ 魚の目

- 時間の経過に注目し、過去・現在・未来へと続く物事の変化を捉えるための視点

### ✓ コウモリの目

- 相手側の立場から物事を見たり考えたりすることで、より多角的に状況把握を行うための視点



## ファーストペンギン 戦略

### ✓ 先駆性

- 率先して新しい技術やアイデアを取り入れながら、競争相手よりも先に挑戦を繰り返すことで、先行者利益を享受する

### ✓ 迅速性

- 環境の変化や競争相手の動きに対して敏捷に対応し、自らの競争力の維持・強化に努める

### ✓ 積極性

- 市場や技術の動向を的確に分析し、一定のリスクをとりながらも、積極的な行動で継続的に新たな領域における先行者利益の獲得を狙う

### ✓ 漸進性

- 失敗から学んだことを生かし、変化に適応し続けることで、競争の波に乗るためのノウハウを積み上げていく

# 席に座るためのフェーズアプローチと3つの戦略の位置づけ

席に座れる確率を上げるには、出発前／乗車前／乗車直後／乗車中／降車後の各フェーズに合わせて、ブルーオーシャン戦略、鳥・虫・魚・コウモリの目戦略、ファーストペンギン戦略が有効と考えられる。

一例

1

出発前

- 利用時間、曜日、天気予報から車両の混雑率を推定
- 対面による用事の必要性の再検討
- オフピーク利用、指定席利用の検討
- 混雑の少ないルートを検討・選択

2

乗車前

- 乗車待ちの列ごとの人数、客層の特徴を確認
- 利用区間駅の階段・改札位置を確認し、利用区間内で降車客の多そうな車両を選定
- 窓越しに車内の状況を観察し、空いている乗車口から乗車

3

乗車直後

- 座っている乗客の特徴をもとに、降りる可能性の高い人を推定
- 座っている乗客の行動の変化に注目し、次の駅で降りる人を推定
- 候補となる座席の周辺に立っている乗客の特徴から、自分が座席を確保できる期待値を試算

4

乗車中

- 競合時や予想が外れた場合にも迅速に対応できるよう、荷物を纏める
- 視覚・聴覚を周囲の動きに集中させるため他の作業は控える
- 視点を切り替えやすくするため、自らを客観視し冷静さを保つ

5

降車後

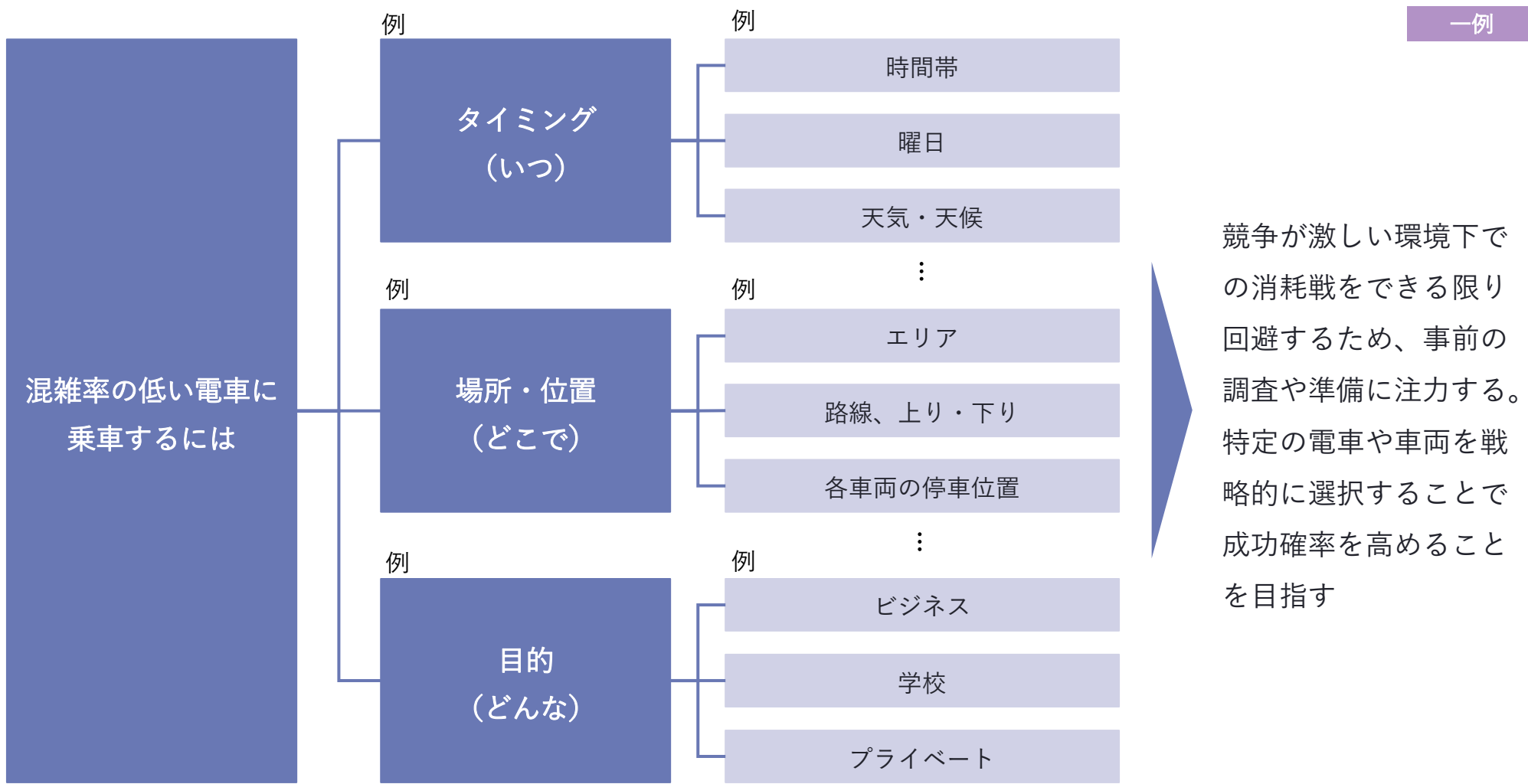
- 良かった点/これからも継続すべき点と、上手くいかなかった点/改善すべき点を洗い出す
- 改善に向けた対策を挙げる
- 次回乗車時に、これまで蓄積した課題や対策を踏まえたアクションを実行し、座るための確度・再現性を高める

ブルーオーシャン戦略

鳥・虫・魚・コウモリの目戦略

ファーストペンギン戦略

混雑率の低い電車に乗車するには、乗車する時間帯や曜日、天候等の条件を予め把握し、得られる情報や過去の経験から、混雑率を予測することが求められる。



朝のピークである8時台に対して、前後に1～2時間ずらすだけで利用者数が半分以下になることから、空いている電車に乗るには「時差出勤」等の手法も有効と考えられる。

## 時刻別の鉄道利用中人数

(三大都市圏, 令和3年)

(万人)

250

200

150

100

50

0

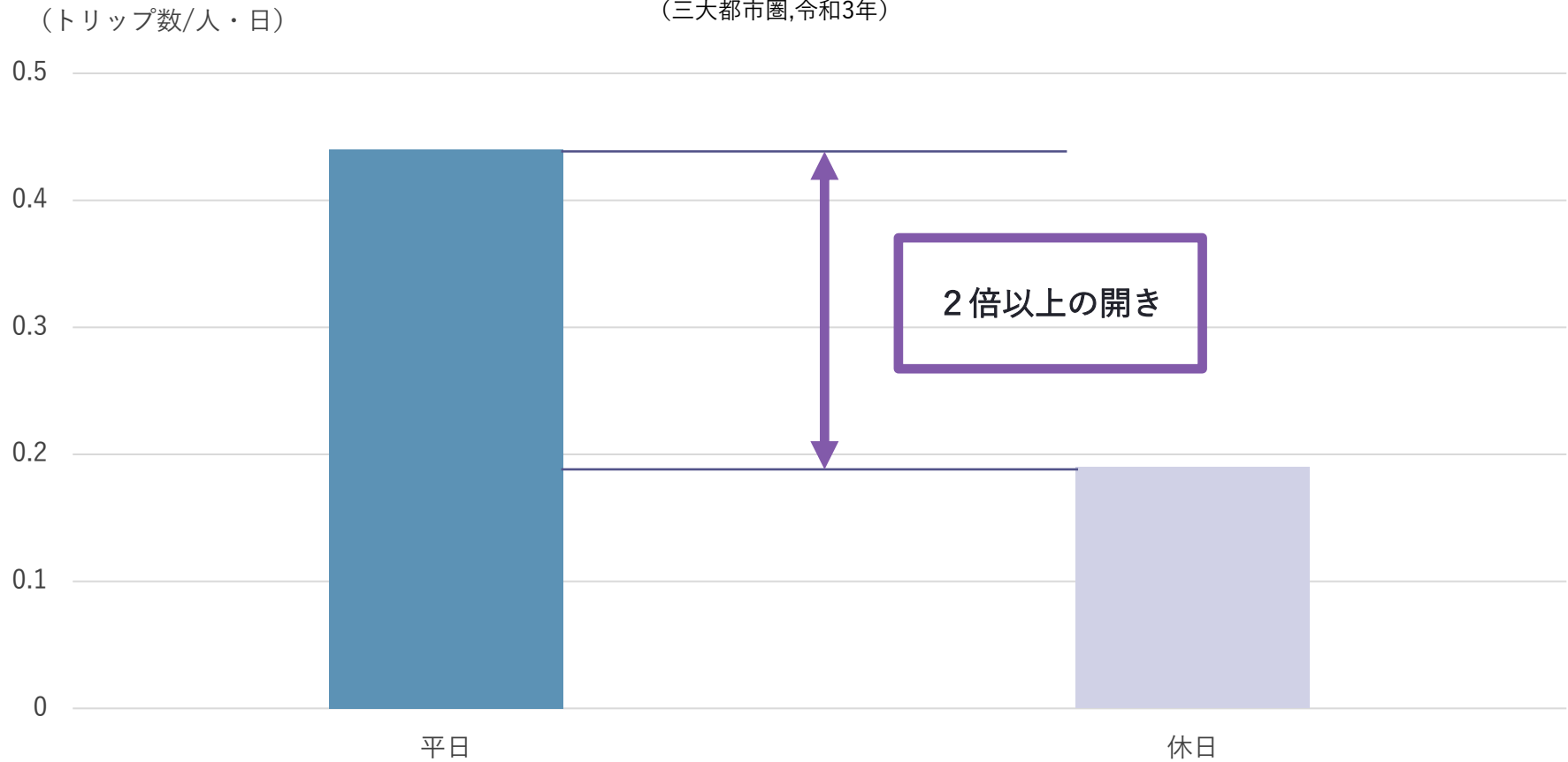
6:00 6:30 7:00 7:30 8:00 8:30 9:00 9:30 10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00 15:30 16:00 16:30 17:00 17:30 18:00 18:30 19:00 19:30 20:00 20:30 21:00 21:30 22:00 22:30 23:00 23:30

1～2時間ずらすことで、  
利用者数が半減

平日と休日の鉄道利用者数は2倍以上の開きが存在し、「休日」の方が空いている車両に乗車が可能である。

## 平日と休日の鉄道利用状況

(三大都市圏,令和3年)

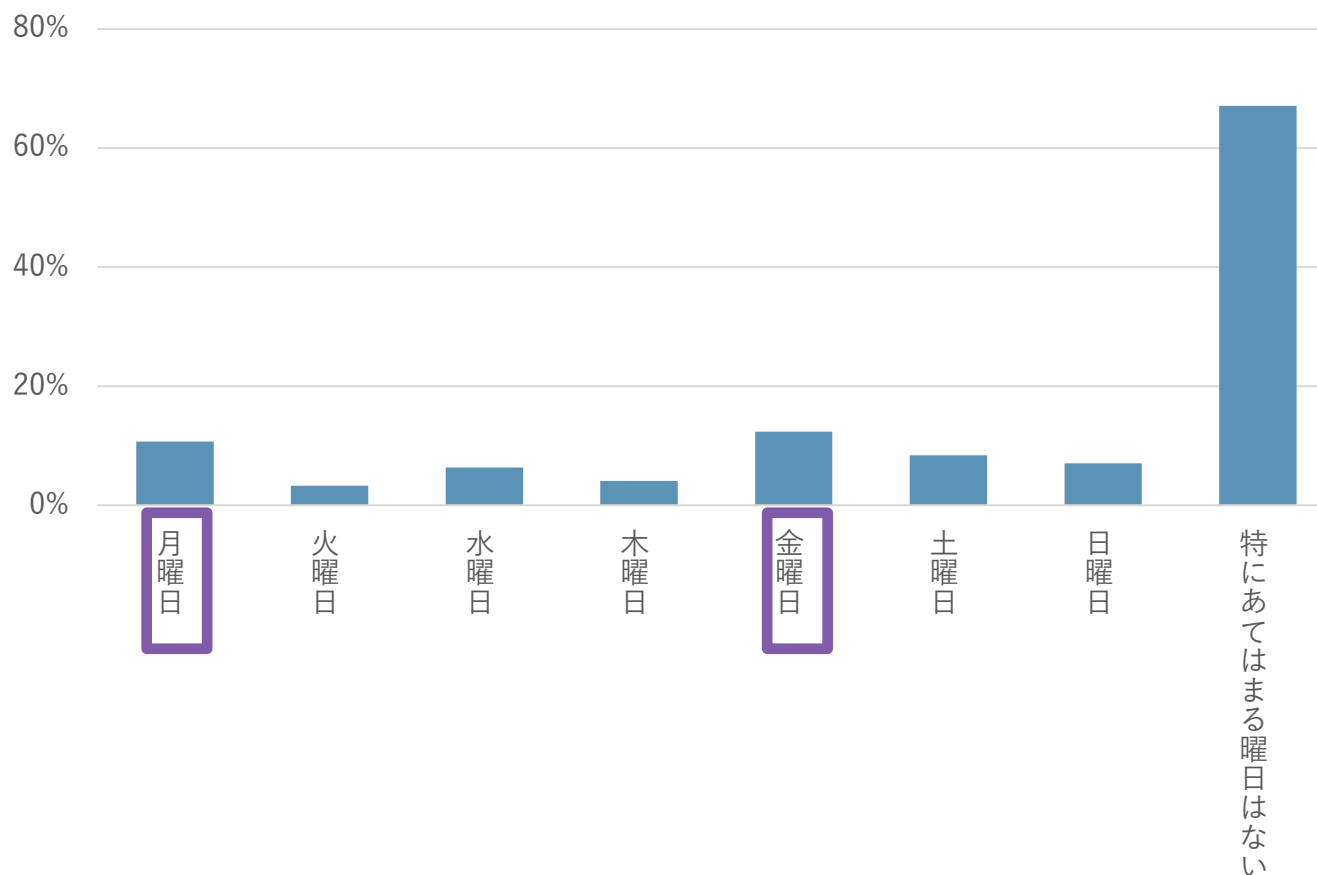


出典：国土交通省「令和3年度 全国都市交通特性調査」

首都圏の会社の有給奨励日として、「特にあてはまる曜日はない」が最も多いが、曜日を設定している会社の傾向として「月曜日」、「金曜日」が多い。

## 首都圏の有給奨励日の傾向

(調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000)

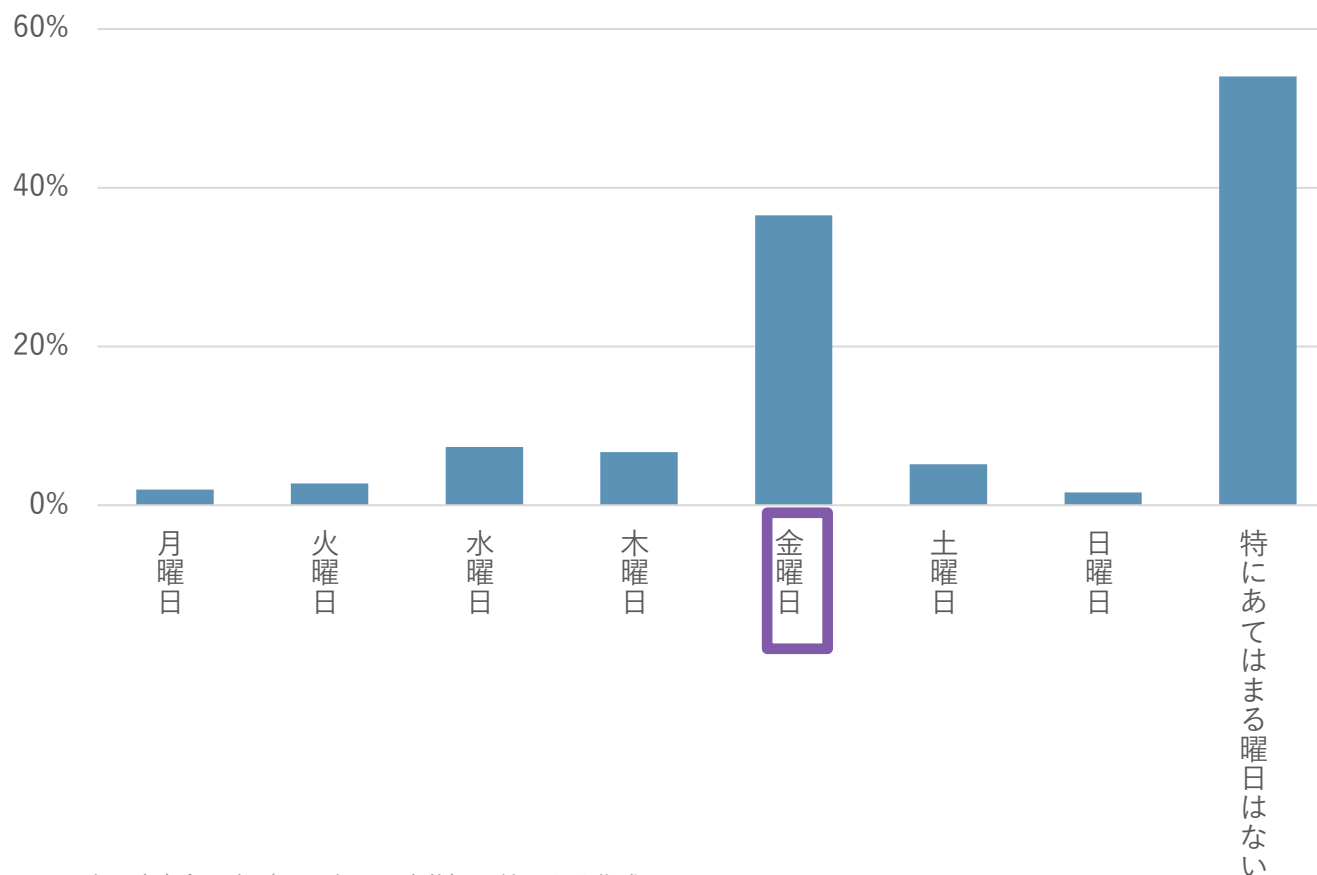


出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

首都圏の会社の飲み会の設定タイミングは、「特にあてはまる曜日はない」が最も多いが、設定している曜日としては「金曜日」が多い。

## 首都圏の飲み会設定タイミングの傾向

(調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000)

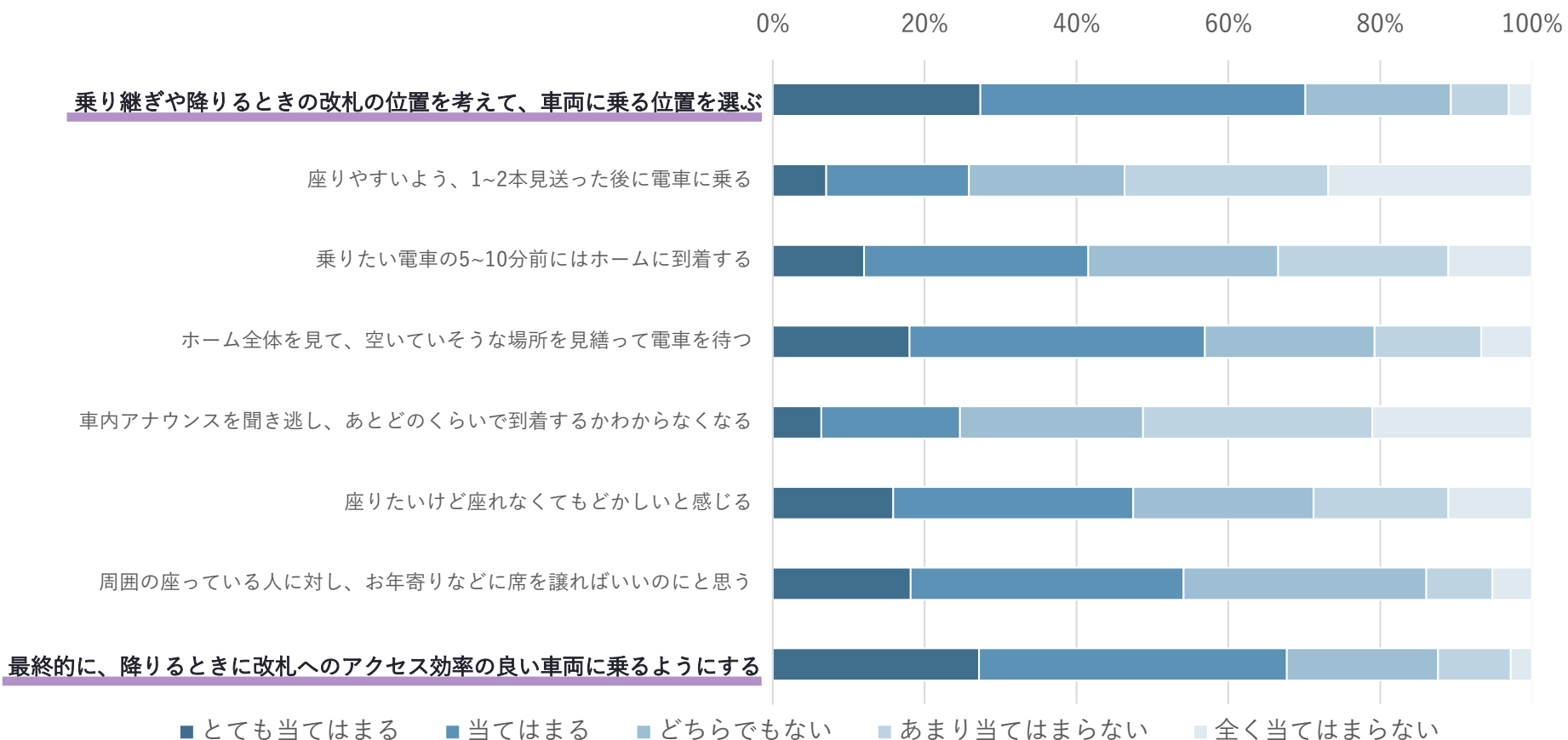


出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

7割近くの乗客が、降りるときに改札へのアクセスの良い車両を選ぶと回答しており、各駅の改札の場所を調べておくことは有効と思われる。

## 電車に乗る際の意識

(調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000)



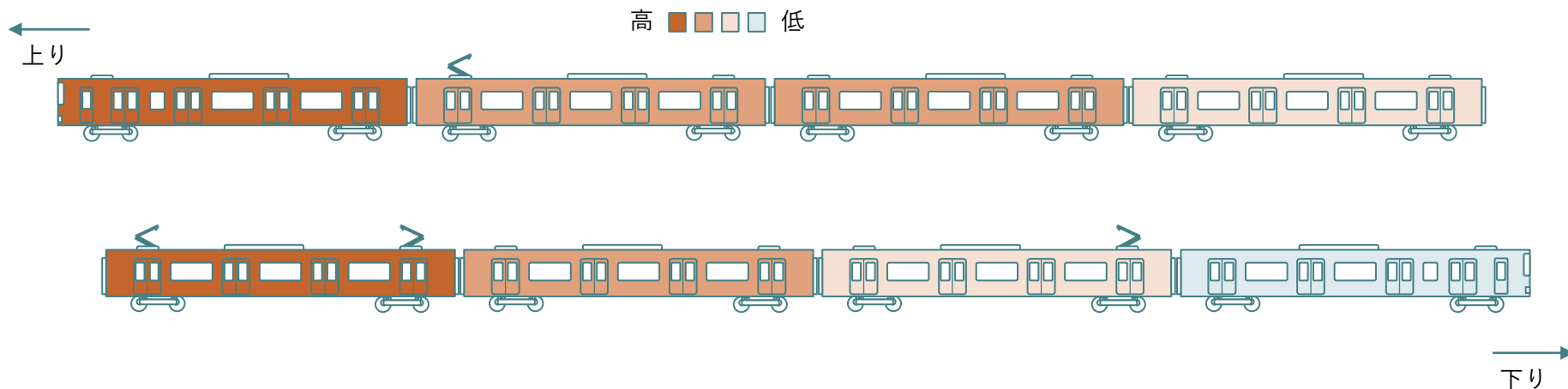
出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成



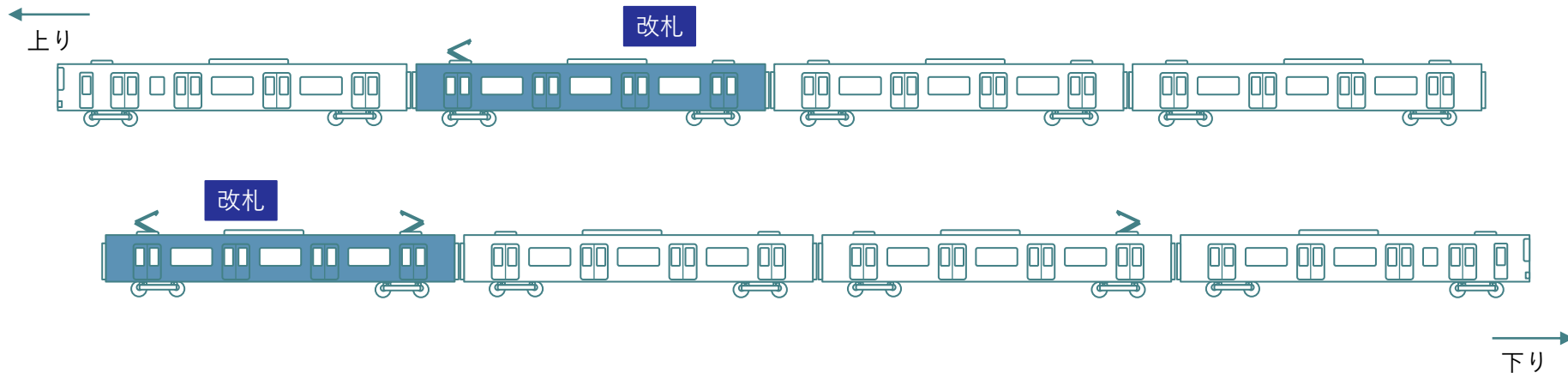
車両が混んでいたとしても、利用区間中にある乗降客数の多い駅の改札出口に近い車両に乗ることで当該駅で席を立つ人が比較的多くなり、座れる確率が高まる可能性がある。

イメージ



車両の混雑状況



●● 駅の改札位置

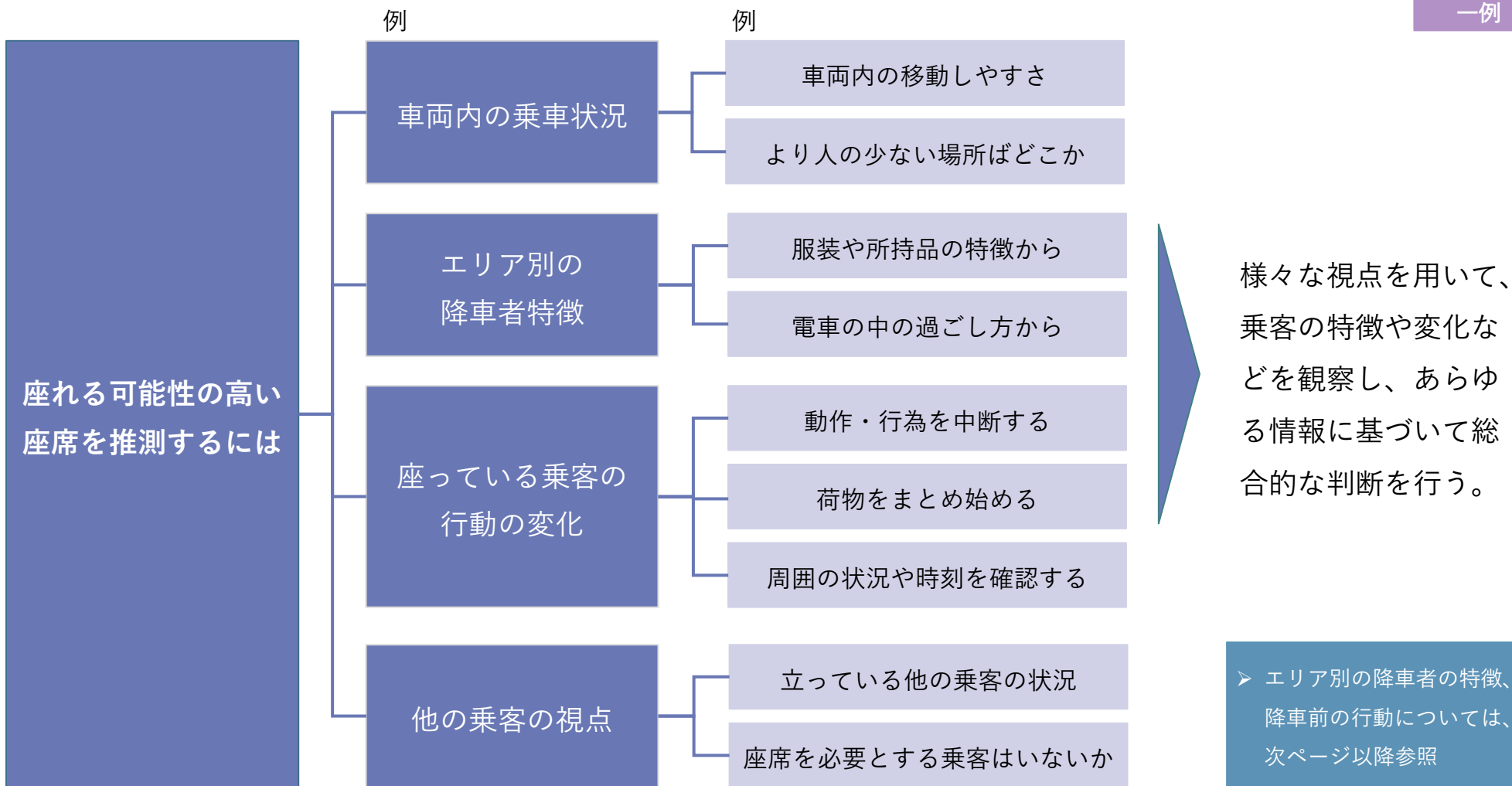


コロナ禍を経て非対面でも対応できる用事がはっきりしてきた。メリット・デメリットを踏まえ、移動が伴う対面での会議やイベントの必要性を精査する必要がある。

	メリット（一例）	デメリット（一例）
<b>対面</b> 	<p><b>多様なコミュニケーションの向上</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>言葉だけでなく、非言語コミュニケーション（表情やジェスチャーなど）が比較的容易</li> </ul> <p><b>スムーズで活発な議論の場づくりに貢献</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>参加者のリアルタイムな反応が感知しやすく、議論や協力がスムーズに進む可能性</li> </ul> <p><b>一体感の醸成</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>チームメンバー間の信頼や連帯感が強まる可能性</li> </ul> <p><b>技術的ハードルが存在しない</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>場に集まることができれば議論を進めることができる。技術的な問題で議論ができなくなる、というリスクが低い。</li> </ul>	<p><b>移動時間の増加</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>移動に時間がかかり、交通渋滞や遅延などが発生する可能性</li> </ul> <p><b>柔軟性の欠如</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>場所や時間に制限される可能性</li> </ul> <p><b>追加コストの発生</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>会議室利用料や交通費などの追加コストの可能性</li> </ul> <p><b>地理的な制約を超えたコラボレーションが生まれづらい</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>地理的な制約を理由に機会を損失してしまう</li> </ul>
<b>非対面</b> 	<p><b>移動時間の削減</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>移動による時間的拘束及び、交通渋滞や遅延などの突発的なリスクが無くなる</li> </ul> <p><b>柔軟性の向上</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>仕事の場所や時間に制約が少なく、効率的な作業がしやすい</li> </ul> <p><b>コストの削減</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>交通費や会議室利用料などのコスト削減が可能</li> </ul> <p><b>制約を超えたコラボレーションの強化</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>地理的な制約を超えた連携や協業が比較的容易</li> </ul>	<p><b>コミュニケーションの制約</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>非言語コミュニケーション（表情やジェスチャーなど）が制約され、言語コミュニケーションが中心に</li> </ul> <p><b>議論の場づくりにハードルの発生</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>反応が感知しづらいことによってスムーズで活発な議論に繋がりにくい</li> </ul> <p><b>メンバーの孤独化と、チームビルディングに課題</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>孤独感やモチベーションの低下が生じることがあり、チームメンバー間の信頼や連帯感が生まれづらい</li> </ul> <p><b>技術的ハードルの発生</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>インターネット接続やアプリケーションの使用にあたり技術的な問題が発生する可能性</li> </ul>

座れる可能性の高い座席を推測するには、車内全体を見渡しつつ、着席している乗客の特徴や降りる前の行動に着目したり、周囲の状況にも配意しつつ判断する必要がある。

一例



自主調査より、東京エリアの降車者には「スニーカー」、「スマホでニュースを見る」、ライフスタイル意識で「一人であることが好きだ」等の特徴が見られる。

## 東京エリア

通勤・通学時の服装・荷物	スニーカー…52% 黒・ブラック系…81% 無地(柄はない)…89%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…64%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…38%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…53% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…51%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…78%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…44%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	座っている人が「今どの駅か」確認し始めているかどうか気を配る…22%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…58%→38%→39%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…70%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…66% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…54%
余暇の過ごし方	旅行をする…48%
ライフスタイル意識	一人であることが好きだ…37%
消費意識	買い物をする時はクレジットカードや電子マネー、QRコードで決済したい…41%
情報意識	少しでも興味があることは自分で積極的に調べる方だ…36%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい/安定した収入がある仕事に就きたい…34%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

自主調査より、神田エリアの降車者には「私服」、「スマホでニュースを見る」、「無理せずゆったりした時間を静かに送りたい」等の特徴が見られる。

## ■ 神田エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服…54% 黒・ブラック系…80% 無地(柄はない) …89%
電車に乗る際の意識	最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…68%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…39%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…52% 座って過ごす場合：睡眠をとる…57%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…73%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…49%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…30%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…65%→51%→40%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…71%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…61% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…55%
余暇の過ごし方	何もしないで自宅で過ごす…39%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…45%
消費意識	買い物をする時はクレジットカードや電子マネー、QRコードで決済したい/をよく利用する…39%
情報意識	少しでも興味があることは自分で積極的に調べる方だ…41%
仕事・家族意識	安定した収入がある仕事に就きたい…46%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

自主調査より、秋葉原エリアの降車者には「革靴」、「スマホでニュースを見る」、余暇の過ごし方として「ウォーキング・散歩」等の特徴が見られる。

## ■ 秋葉原エリア

通勤・通学時の服装・荷物	革靴…49% 黒・ブラック系…78% 無地(柄はない) …90%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…67%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…49%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…65% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…56%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…76%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…49%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…24%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…63%→51%→39%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…68%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…82% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…59%
余暇の過ごし方	ウォーキング・散歩をする…44%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…44%
消費意識	普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する…39%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…39%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…37%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査 (2024年1月実施) の結果より作成

自主調査より、御徒町エリアの降車者には「私服/スニーカー」、「スマホでニュースを見る」、「ワーク・ライフ・バランスのとれた生活をしたい」等の特徴が見られる。

## ■ 御徒町エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服/スニーカー…54% 黒・ブラック系…77% 無地(柄はない)…80%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…83%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…46%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…46% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…46%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う/恋人やパートナーがそのような態度だと恥ずかしいと感じる…71%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…49%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	特に心がけていることはない…25%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…60%→34%→43%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…77%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…66% 飲み会：金曜日…51%
余暇の過ごし方	ウォーキング・散歩をする…57%
ライフスタイル意識	一人でいることが好きだ…54%
消費意識	買い物をする時はクレジットカードや電子マネー、QRコードで決済したい/をよく利用する…51%
情報意識	少しでも興味があることは自分で積極的に調べる方だ…40%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…43%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査 (2024年1月実施) の結果より作成



自主調査より、上野エリアの降車者には「スニーカー」、「スマホでニュースを見る」、消費意識として「ある程度貯金があっても安心できない」等の特徴が見られる。

## ■ 上野エリア

通勤・通学時の服装・荷物	スニーカー…48% 黒・ブラック系…81% 無地(柄はない)…84%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…74%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…43%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…52% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る/睡眠をとる…43%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…71%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…47%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	特に心がけていることはない…26%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…54%→40%→35%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…66%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…69% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…57%
余暇の過ごし方	旅行をする…43%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…34%
消費意識	ある程度貯金があっても安心できない…37%
情報意識	少しでも興味があることは自分で積極的に調べる方だ…36%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…33%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成



自主調査より、鶯谷エリアの降車者には「私服/手提げ鞆/イヤホン/革靴/スニーカー」、「音楽を聴く」、消費意識として「お金よりも大切なものがある」等の特徴が見られる。

## ■ 鶯谷エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服/手提げ鞆/イヤホン/革靴/スニーカー…44% 黒・ブラック系…56% 無地(柄はない) …89%
電車に乗る際の意識	座りたいけど座れなくてもどかしいと感じる…78%
「空いた席に座る」ことへの要望度	ぜひ座って過ごしたい/可能なら座って過ごしたい…33%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：音楽を聴く…44% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…56%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…89%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない/どちらかといえば苦手だと思う/苦手だと思う…33%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…75%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…44%→33%→44%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れないと、それだけで疲れる…67%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…78% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…56%
余暇の過ごし方	ウォーキング・散歩をする/旅行をする/ペットと遊ぶ・ペットショップに行く/何もしないで自宅で過ごす…33%
ライフスタイル意識	ちょっとくらい見栄を張りたいときがある…33%
消費意識	お金よりも大切なものがある…44%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…67%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…44%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査 (2024年1月実施) の結果より作成

自主調査より、日暮里エリアの降車者には「革靴」、「スマホでニュースを見る」、「気が合う人とだけ、一緒にいたい」、「自分へのご褒美は必要だ」等の特徴が見られる。

## ■ 日暮里エリア

通勤・通学時の服装・荷物	革靴…56% 黒・ブラック系…83% 無地(柄はない) …93%
電車に乗る際の意識	最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…78%
「空いた席に座る」ことへの要望度	ぜひ座って過ごしたい…49%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…41% 座って過ごす場合：睡眠をとる…51%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…71%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…39%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…30%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→スマホや本をしまうなど、荷物をまとめて準備をする→立ち上がる…59%→34%→39%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…66%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…73% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…66%
余暇の過ごし方	旅行をする…39%
ライフスタイル意識	気が合う人とだけ、一緒にいたい…34%
消費意識	自分へのご褒美は必要だ…44%
情報意識	少しでも興味があることは自分で積極的に調べる方だ…27%
仕事・家族意識	安定した収入がある仕事に就きたい…34%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査 (2024年1月実施) の結果より作成

自主調査より、西日暮里エリアの降車者には「私服」、「スマホでニュースを見る」、「インターネットの検索などにより自力で必要な情報収集ができる」等の特徴が見られる。

## ■ 西日暮里エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服…60% 黒・ブラック系…85% 無地(柄はない) …85%
電車に乗る際の意識	最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…70%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…40%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…55% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…60%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…80%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…45%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…50%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→電車のディスプレイやアナウンスを確認し、電車の現在地を確認する→手荷物の取っ手を握る/立ち上がる…35%→30%→45%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…75%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…45% 飲み会：金曜日…55%
余暇の過ごし方	スポーツ観戦をする/旅行をする/何もしないで自宅で過ごす…35%
ライフスタイル意識	テキパキと、家事も仕事もこなし、充実した毎日を送りたい/無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…45%
消費意識	お店やカード会社などのポイントサービスをうまく使っている…50%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…50%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい/安定した収入がある仕事に就きたい…40%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査 (2024年1月実施) の結果より作成

自主調査より、田端エリアの降車者には「リュックサック」、「スマホでニュースを見る」、「自分も他人も、色々な側面を持っていて良いと思う」等の特徴が見られる。

## ■ 田端エリア

通勤・通学時の服装・荷物	リュックサック…60% 黒・ブラック系…80% 無地(柄はない) …88%
電車に乗る際の意識	最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…72%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…56%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…44% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…44%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…84%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…44%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	座っている人が「今どの駅か」確認し始めているかどうか気を配る/席が空いたらもたつかないように荷物を手に取っておく…27%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→スマホや本をしまうなど、荷物をまとめて準備をする/電車のディスプレイやアナウンスを確認し、電車の現在地を確認する→立ち上がる…40%→28%→52%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…80%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…72% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…48%
余暇の過ごし方	ウォーキング・散歩をする/旅行をする…52%
ライフスタイル意識	「自分」も「他人」も、色々な側面を持っていて良いと思う…56%
消費意識	お店やカード会社などのポイントサービスをうまく使っている/買い物をする時はクレジットカードや電子マネー、QRコードで決済したい/をよく利用する…48%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…44%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…48%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査 (2024年1月実施) の結果より作成

自主調査より、駒込エリアの降車者には「私服」、「スマホでニュースを見る」、消費意識として「ある程度貯金があっても安心できない」等の特徴が見られる。

## ■ 駒込エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服…58% 黒・ブラック系…78% 無地(柄はない) …92%
電車に乗る際の意識	最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…72%
「空いた席に座る」ことへの要望度	ぜひ座って過ごしたい…42%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…47% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…50%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	恋人やパートナーがそのような態度だと恥ずかしいと感じる…72%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…42%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	座っている人が「今どの駅か」確認し始めているかどうか気を配る…36%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…44%→33%→53%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…72%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…69% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…56%
余暇の過ごし方	何もしないで自宅で過ごす…42%
ライフスタイル意識	気が合う人とだけ、一緒にいたい…42%
消費意識	ある程度貯金があっても安心できない…44%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…36%
仕事・家族意識	安定した収入がある仕事に就きたい/仕事よりも家族との時間を大切にしたい…31%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

自主調査より、巣鴨エリアの降車者には「私服」、「スマホでニュースを見る」、仕事・家族意識として「安定した収入がある仕事に就きたい」等の特徴が見られる。

## ■ 巣鴨エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服…59% 黒・ブラック系…95% 無地(柄はない) …90%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…85%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…37%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る/電車内広告を見る…46% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…51%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	恥ずかしい行動だと感じる…73%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…39%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…46%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→電車のディスプレイやアナウンスを確認し、電車の現在地を確認する/何もしない→立ち上がる…49%→34%→41%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…63%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…76% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…63%
余暇の過ごし方	旅行をする…37%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…61%
消費意識	買い物をする時はクレジットカードや電子マネー、QRコードで決済したい…54%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…54%
仕事・家族意識	安定した収入がある仕事に就きたい…63%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成



自主調査より、大塚エリアの降車者には「ショルダーバッグ・トートバッグ」、「音楽を聴く」、「無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい」等の特徴が見られる。

## ■ 大塚エリア

通勤・通学時の服装・荷物	ショルダーバッグ・トートバッグ…55% 黒・ブラック系…81% 無地(柄はない) …93%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ/最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…76%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…50%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：音楽を聴く…43% 座って過ごす場合：睡眠をとる…40%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…71%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…40%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	座っている人が「今どの駅か」確認し始めているかどうか気を配る…35%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…55%→38% →45%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…67%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…57% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…67%
余暇の過ごし方	ウォーキング・散歩をする/温泉・サウナに行く…38%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…52%
消費意識	老後の生活に資金面で不安を感じている…45%
情報意識	自分がいいと思ったものは他人に勧める/少しでも興味があることは自分で積極的に調べる方だ/インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…36%
仕事・家族意識	安定した収入がある仕事に就きたい…38%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

自主調査より、池袋エリアの降車者には「スニーカー」「スマホでニュースを見る」、余暇の過ごし方として「旅行をする」「自分へのご褒美は必要だ」等の特徴が見られる。

## ■ 池袋エリア

通勤・通学時の服装・荷物	スニーカー…59% 黒・ブラック系…82% 無地(柄はない)…94%
電車に乗る際の意識	最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…74%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…46%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…49% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…49%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…76%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…42%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…25%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…57%→47% →43%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…72%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…68% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…59%
余暇の過ごし方	旅行をする…41%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…42%
消費意識	自分へのご褒美は必要だ/買い物をする時はクレジットカードや電子マネー、QRコードで決済したい/をよく利用する…45%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…42%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…38%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査 (2024年1月実施) の結果より作成



自主調査より、目白エリアの降車者には「私服」、「スマホでニュースを見る」、「無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい」等の特徴が見られる。

## ■ 目白エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服…56% 黒・ブラック系…68% 無地(柄はない) …68%
電車に乗る際の意識	最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…84%
「空いた席に座る」ことへの要望度	ぜひ座って過ごしたい/可能なら座って過ごしたい…44%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…44% 座って過ごす場合：睡眠をとる…52%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…88%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらかといえば得意だと思う…32%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…40%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…44%→40%→32%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…76%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…60% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…64%
余暇の過ごし方	何もしないで自宅で過ごす…40%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…48%
消費意識	お金を無駄遣いしたくないので、計画的に使う/普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する…36%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…40%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…44%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

自主調査より、高田馬場エリアの降車者には「私服」、「スマホでニュースを見る」、「安定した収入がある仕事に就きたい」等の特徴が見られる。

## ■ 高田馬場エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服…53% 黒・ブラック系…91% 無地(柄はない) …93%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…70%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…38%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…47% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…44%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…83%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…42%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…38%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…57%→40% →36%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…63%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…56% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…47%
余暇の過ごし方	旅行をする…37%
ライフスタイル意識	気が合う人とだけ、一緒にいたい…44%
消費意識	普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する…37%
情報意識	少しでも興味があることは自分で積極的に調べる方だ…44%
仕事・家族意識	安定した収入がある仕事に就きたい…47%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査 (2024年1月実施) の結果より作成

自主調査より、新大久保エリアの降車者には「革靴」、「考え事をする」、「普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する」等の特徴が見られる。

## ■ 新大久保エリア

通勤・通学時の服装・荷物	革靴…59% 黒・ブラック系…73% 無地(柄はない) …86%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…91%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…36%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：考え事をする…55% 座って過ごす場合：睡眠をとる…41%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…82%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…36%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	今にも立ち上がりそうな人の元に段々と近づいてポジションをとっておく…42%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…55%→55%→41%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思…73%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…64% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…59%
余暇の過ごし方	食べ歩きをする…55%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい/一人でいることが好きだ/気が合う人とだけ、一緒にいたい…36%
消費意識	普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する…41%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…36%
仕事・家族意識	安定した収入がある仕事に就きたい…32%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査 (2024年1月実施) の結果より作成

自主調査より、新宿エリアの降車者には「スニーカー」、「スマホでニュースを見る」、「無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい」等の特徴が見られる。

## ■ 新宿エリア

通勤・通学時の服装・荷物	スニーカー…52% 青・ブルー系…80% 無地(柄はない) …90%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…70%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…45%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…53% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…54%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…74%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…48%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…31%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…55%→38%→41%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…70%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…69% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…54%
余暇の過ごし方	ウォーキング・散歩をする/旅行をする…40%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…41%
消費意識	普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する…38%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…35%
仕事・家族意識	安定した収入がある仕事に就きたい…39%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

自主調査より、代々木エリアの降車者には「私服/リュックサック」、「スマホでニュースを見る」、「無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい」等の特徴が見られる。

## ■ 代々木エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服/リュックサック…57% 黒・ブラック系…84% 無地(柄はない) …97%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…66%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…48%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…45% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…48%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…74%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…38%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…25%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…57%→40% →38%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…62%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…74% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…57%
余暇の過ごし方	ウォーキング・散歩をする/旅行をする…35%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…38%
消費意識	普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する…38%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力に必要な情報収集ができる…33%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…33%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査 (2024年1月実施) の結果より作成

自主調査より、原宿エリアの降車者には「私服」、「スマホでニュースを見る」、「無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい」等の特徴が見られる。

## ■ 原宿エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服…62% 黒・ブラック系…72% 無地(柄はない) …78%
電車に乗る際の意識	最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…67%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…50%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…47% 座って過ごす場合：睡眠をとる…42%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…78%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…42%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る/席が空いたらもたつかないように荷物を手に取っておく/特に心がけていることはない…19%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…40%→32%→33%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…63%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…58% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…53%
余暇の過ごし方	ウォーキング・散歩をする…38%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…42%
消費意識	買い物をする時はクレジットカードや電子マネー、QRコードで決済したい/をよく利用する…42%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…37%
仕事・家族意識	安定した収入がある仕事に就きたい…32%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成



自主調査より、渋谷エリアの降車者には「私服」、「スマホでニュースを見る」、「買い物はクレジットカードや電子マネー、QRコードで決済したい」等の特徴が見られる。

## ■ 渋谷エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服…62% 黒・ブラック系…81% 無地(柄はない)…86%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…73%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…41%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…49% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…49%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…75%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…46%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…22%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…50%→35% →47%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…69%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…64% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…57%
余暇の過ごし方	旅行をする…45%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…37%
消費意識	買い物をする時はクレジットカードや電子マネー、QRコードで決済したい…44%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…37%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…35%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

自主調査より、恵比寿エリアの降車者には「私服」、「スマホでニュースを見る」、「無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい」等の特徴が見られる。

## ■ 恵比寿エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服…59% 黒・ブラック系…79% 無地(柄はない) …83%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…75%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…42%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…55% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…49%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…75%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…53%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…25%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…53%→37%→48%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…72%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…64% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…44%
余暇の過ごし方	旅行をする…39%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…43%
消費意識	普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する…41%
情報意識	少しでも興味があることは自分で積極的に調べる方だ…42%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…42%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査 (2024年1月実施) の結果より作成



自主調査より、目黒エリアの降車者には「リュックサック」、「音楽を聴く」、「ワーク・ライフ・バランスのとれた生活をしたい」等の特徴が見られる。

## ■ 目黒エリア

通勤・通学時の服装・荷物	リュックサック…53% 黒・ブラック系…74% 無地(柄はない) …85%
電車に乗る際の意識	最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…71%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…46%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：音楽を聴く…47% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る/睡眠をとる…41%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	恋人やパートナーがそのような態度だと恥ずかしいと感じる…75%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…41%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	座っている人が「今どの駅か」確認し始めているかどうか気を配る…26%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…53%→37%→40%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…66%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…59% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…47%
余暇の過ごし方	何もしないで自宅で過ごす…40%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…40%
消費意識	将来のために貯蓄を心がけている…35%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…40%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…40%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

自主調査より、五反田エリアの降車者には「私服」、「スマホでニュースを見る」、「買い物はクレジットカードや電子マネー、QRコードで決済したい」等の特徴が見られる。

## ■ 五反田エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服…54% 黒・ブラック系…87% 無地(柄はない) …88%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…78%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…39%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…51% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…58%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…74%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…40%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…27%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…56%→40%→39%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…67%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…59% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…49%
余暇の過ごし方	旅行をする…36%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…47%
消費意識	買い物をする時はクレジットカードや電子マネー、QRコードで決済したい…51%
情報意識	少しでも興味があることは自分で積極的に調べる方だ…35%
仕事・家族意識	安定した収入がある仕事に就きたい…41%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

自主調査より、大崎エリアの降車者には「リュックサック」、「スマホでニュースを見る」、「ワーク・ライフ・バランスのとれた生活をしたい」等の特徴が見られる。

## ■ 大崎エリア

通勤・通学時の服装・荷物	リュックサック…56% 黒・ブラック系…83% 無地(柄はない)…88%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…72%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…50%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…45% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…51%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…74%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…46%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…32%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…62%→48% →36%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…73%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…71% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…59%
余暇の過ごし方	何もしないで自宅で過ごす…46%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…40%
消費意識	普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する…41%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…32%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…45%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

自主調査より、品川エリアの降車者には「私服」、「スマホでニュースを見る」、「無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい」等の特徴が見られる。

## ■ 品川エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服…52% 黒・ブラック系…82% 無地(柄はない)…89%
電車に乗る際の意識	最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…66%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…39%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…61% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…64%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…73%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…43%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…29%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…57%→40%→46%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…71%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…66% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…50%
余暇の過ごし方	ウォーキング・散歩をする…39%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…42%
消費意識	普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する…41%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…37%
仕事・家族意識	安定した収入がある仕事に就きたい…35%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

自主調査より、高輪ゲートウェイエリアの降車者には「私服/スニーカー」、「スマホでニュースを見る」、「料理をする/何もしないで自宅で過ごす」等の特徴が見られる。

## ■ 高輪ゲートウェイエリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服/スニーカー…48% 黒・ブラック系…86% 無地(柄はない) …86%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ/最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…71%
「空いた席に座る」ことへの要望度	ぜひ座って過ごしたい…38%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…29% 座って過ごす場合：睡眠をとる…38%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…71%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…57%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…45%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…62%→52% →43%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…71%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…81% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…62%
余暇の過ごし方	料理をする（日常的なものを除く）/何もしないで自宅で過ごす…33%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…29%
消費意識	普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する…33%
情報意識	少しでも興味があることは自分で積極的に調べる方だ…29%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…24%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

自主調査より、田町エリアの降車者には「リュックサック」、「スマホでニュースを見る」、「無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい」等の特徴が見られる。

## ■ 田町エリア

通勤・通学時の服装・荷物	リュックサック…52% 黒・ブラック系…83% 無地(柄はない) …93%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…66%
「空いた席に座る」ことへの要望度	ぜひ座って過ごしたい…41%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…55% 座って過ごす場合：睡眠をとる…59%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	恋人やパートナーがそのような態度だと恥ずかしいと感じる…72%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…50%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…30%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→スマホや本をしまうなど、荷物をまとめて準備をする…73%→50%→36%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…73%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…71% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…51%
余暇の過ごし方	何もしないで自宅で過ごす…46%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…46%
消費意識	普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する…50%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…41%
仕事・家族意識	安定した収入がある仕事に就きたい…49%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成



自主調査より、浜松町エリアの降車者には「リュックサック」、「スマホでニュースを見る」、「無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい」等の特徴が見られる。

## ■ 浜松町エリア

通勤・通学時の服装・荷物	リュックサック…53% 黒・ブラック系…79% 無地(柄はない) …88%
電車に乗る際の意識	最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…72%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…42%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…57% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…60%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	恋人やパートナーがそのような態度だと恥ずかしいと感じる…73%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…48%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…28%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…62%→49% →37%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…63%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…69% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…54%
余暇の過ごし方	旅行をする…42%
ライフスタイル意識	無理をせず、ゆったりとした時間を静かに送りたい…44%
消費意識	普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する…43%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…42%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい/安定した収入がある仕事に就きたい…42%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査 (2024年1月実施) の結果より作成

自主調査より、新橋エリアの降車者には「革靴」、「スマホでニュースを見る」、「インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる」等の特徴が見られる。

## ■ 新橋エリア

通勤・通学時の服装・荷物	革靴…50% 黒・ブラック系…80% 無地(柄はない) …93%
電車に乗る際の意識	乗り継ぎや降りるときの改札の位置を考えて、車両に乗る位置を選ぶ…77%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…37%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…55% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…55%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…76%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…47%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…25%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…56%→36%→39%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…73%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…67% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…55%
余暇の過ごし方	旅行をする…44%
ライフスタイル意識	一人でいることが好きだ…36%
消費意識	自分へのご褒美は必要だ…38%
情報意識	インターネットの検索などにより、自力で必要な情報収集ができる…47%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい/安定した収入がある仕事に就きたい…39%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成



自主調査より、有楽町エリアの降車者には「スニーカー」、「スマホでニュースを見る」、「少しでも興味があることは自分で積極的に調べる方だ」等の特徴が見られる。

## ■ 有楽町エリア

通勤・通学時の服装・荷物	私服…56% 黒・ブラック系…78% 無地(柄はない) …91%
電車に乗る際の意識	最終的に、降りるときに改札へのアクセス効率の良い車両に乗るようにする…75%
「空いた席に座る」ことへの要望度	可能なら座って過ごしたい…49%
立つ場合/座る場合それぞれの電車内での過ごし方	立って過ごす場合：スマホでニュースを見る…55% 座って過ごす場合：スマホでニュースを見る…56%
「必死になって座席に座ろうとする人」への態度	お年寄りなど本当に必要とする人に譲るべきだと思う…76%
次に空く座席を見つけるのが得意かどうか	どちらともいえない…47%
次に空く座席を見つけるための意識・行動	スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る…27%

降車駅が近づいてきた際の意識	何もしない→何もしない→立ち上がる…56%→31%→39%
電車内で立って過ごした場合と座って過ごした場合の違い	電車内で座れた方が、効率的に休めたと思う…74%
あなたの曜日ごとの傾向	有給取得奨励日：特にあてはまる曜日はない…70% 飲み会：特にあてはまる曜日はない…53%
余暇の過ごし方	旅行をする…48%
ライフスタイル意識	くらしにゆとりのある丁寧な暮らし方に憧れる…41%
消費意識	普段の買い物でクレジットカードや電子マネー、QRコード決済をよく利用する…39%
情報意識	少しでも興味があることは自分で積極的に調べる方だ…44%
仕事・家族意識	「ワーク・ライフ・バランス」のとれた生活をしたい…50%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査 (2024年1月実施) の結果より作成

降車前の行動としては、「立ち上がる」、「スマホや本をしまうなど、荷物をまとめて準備をする」、「手荷物の取っ手を握る」が多い傾向にある。

電車から降りる前にしがちな行動（在住エリア別の分析）

（調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000）

	全体	埼玉県	千葉県	東京都	神奈川県
スマホや本をしまうなど、荷物をまとめて準備をする	27%	31%	24%	26%	28%
手荷物をどこかに忘れていないかチェックする	20%	20%	25%	18%	22%
手荷物の取っ手を握る	23%	24%	26%	23%	24%
電車のディスプレイやアナウンスを確認し、電車の現在地を確認する	17%	15%	17%	16%	20%
深く座っていたのを浅く座り直す	7%	6%	9%	7%	5%
イヤホン/ヘッドホンを外す	6%	8%	8%	5%	8%
ICカード/切符/定期券を取り出す	11%	10%	11%	11%	13%
腕時計やスマホで時間を確認する	15%	17%	17%	13%	16%
駅に着いたときに外を見て現在地を確認する	16%	14%	19%	15%	18%
身なりを整える	12%	12%	10%	11%	16%
立ち上がる	41%	39%	45%	40%	43%
その他	0%	0%	0%	0%	0%
何もしない	15%	16%	15%	17%	8%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

降車前の行動を年代別にみると「立ち上がる」、「手荷物の取っ手を握る」において、全体よりも60代により強い傾向が見られる。

電車から降りる前にしがちな行動（年代別の分析）

（調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000）

	全体	20代	30代	40代	50代	60代
スマホや本をしまうなど、荷物をまとめて準備をする	27%	25%	26%	28%	26%	30%
手荷物をどこかに忘れていないかチェックする	20%	18%	20%	22%	18%	20%
手荷物の取っ手を握る	23%	17%	23%	24%	26%	30%
電車のディスプレイやアナウンスを確認し、電車の現在地を確認する	17%	14%	19%	16%	16%	16%
深く座っていたのを浅く座り直す	7%	6%	9%	6%	6%	5%
イヤホン/ヘッドホンを外す	6%	9%	8%	6%	4%	5%
ICカード/切符/定期券を取り出す	11%	15%	11%	11%	9%	11%
腕時計やスマホで時間を確認する	15%	15%	18%	14%	13%	11%
駅に着いたときに外を見て現在地を確認する	16%	12%	16%	17%	19%	16%
身なりを整える	12%	11%	14%	12%	9%	9%
立ち上がる	41%	36%	38%	43%	41%	49%
その他	0%	0%	0%	0%	0%	0%
何もしない	15%	14%	15%	15%	19%	14%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

車内の過ごし方に関わらず、「立ち上がる」が降車前の行動となる。  
 その他には「荷物をまとめて準備をする」や「手荷物の取っ手を握る」などが見られる。

電車から降りる前にしがちな行動（座った車内での過ごし方別の分析）

（調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000）

	電車内での座っている場合の過ごし方															
	全体	スマホでニュースを見る	スマホで電子書籍を見る	スマホで動画を見る	本で読書をする	音楽を聴く	新聞を読む	仕事をする (メールの確認/返信など)	仕事をする (資料作成作業など)	睡眠をとる	考え事をする	車窓からの眺めを楽しむ	友人や知人と談笑する	電車内を観察する	電車内広告を見る	特に何もせずに過ごす
スマホや本をしまうなど、荷物をまとめて準備をする	27%	33%	37%	30%	41%	29%	35%	37%	38%	30%	34%	37%	39%	35%	36%	21%
手荷物をどこかに忘れていないかチェックする	20%	25%	29%	24%	30%	27%	29%	35%	31%	24%	33%	32%	37%	33%	35%	14%
手荷物の取っ手を握る	23%	28%	30%	27%	32%	28%	36%	34%	38%	28%	33%	40%	35%	40%	42%	23%
電車のディスプレイやアナウンスを確認し、電車の現在地を確認する	17%	20%	21%	22%	20%	21%	30%	28%	38%	20%	26%	32%	35%	33%	33%	17%
深く座っていたのを浅く座り直す	7%	8%	12%	11%	10%	10%	20%	16%	23%	8%	12%	15%	16%	16%	15%	7%
イヤホン/ヘッドホンを外す	6%	8%	14%	12%	11%	12%	19%	15%	25%	8%	10%	13%	16%	13%	12%	1%
ICカード/切符/定期券を取り出す	11%	12%	18%	15%	16%	16%	28%	20%	33%	14%	16%	21%	25%	20%	18%	6%
腕時計やスマホで時間を確認する	15%	17%	23%	22%	22%	21%	28%	25%	31%	18%	24%	27%	29%	26%	27%	11%
駅に着いたときに外を見て現在地を確認する	16%	20%	22%	19%	22%	20%	29%	30%	31%	19%	25%	30%	31%	30%	30%	16%
身なりを整える	12%	13%	21%	18%	16%	15%	24%	20%	23%	13%	17%	23%	25%	22%	19%	9%
立ち上がる	41%	47%	47%	44%	48%	49%	48%	55%	49%	45%	52%	52%	54%	56%	52%	39%
その他	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
何もしない	15%	11%	8%	12%	7%	11%	7%	6%	3%	12%	9%	6%	6%	6%	7%	29%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

着用しているものに関わらず、「立ち上がる」が降車前の行動となる傾向が強い。

電車から降りる前にしがちな行動（着用しているもの別の分析）

（調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000）

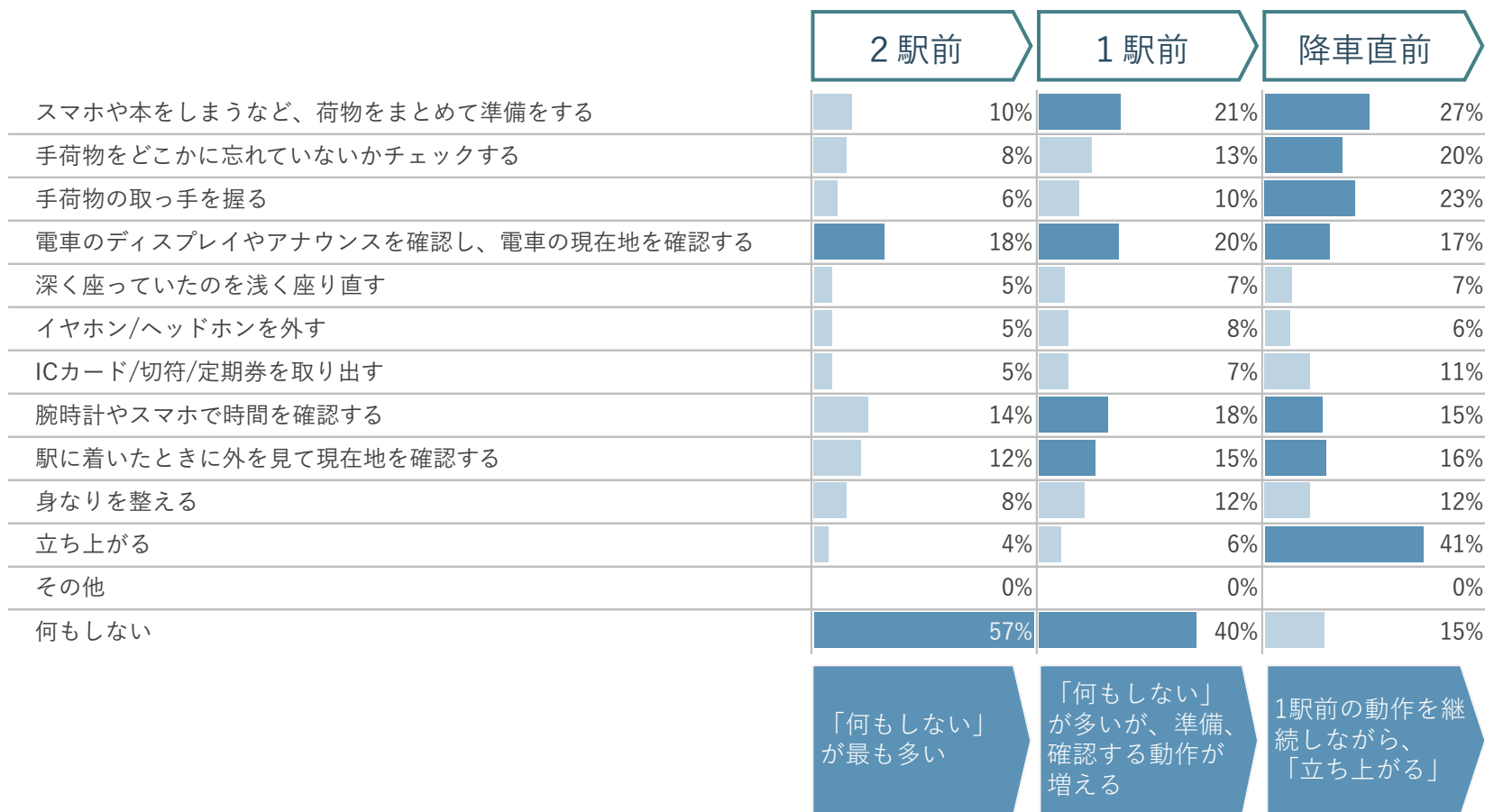
	着用しているもの																
	全体	スーツ	作業着・制服	私服	パンツ	スカート	手提げ鞆	リュックサック	ショルダーバッグ・トートバッグ	イヤホン	ヘッドホン	アクセサリ	帽子（キャップやニット帽など）	革靴	ブーツ	スニーカー	運動靴
スマホや本をしまうなど、荷物をまとめて準備をする	27%	29%	31%	29%	32%	34%	29%	28%	30%	28%	28%	33%	30%	30%	33%	29%	27%
手荷物をどこかに忘れていないかチェックする	20%	22%	22%	22%	24%	24%	23%	23%	23%	23%	26%	27%	28%	22%	25%	23%	23%
手荷物の取っ手を握る	23%	25%	26%	26%	31%	27%	29%	25%	28%	26%	29%	30%	31%	26%	29%	27%	26%
電車のディスプレイやアナウンスを確認し、電車の現在地を確認する	17%	18%	19%	19%	20%	20%	19%	18%	18%	20%	21%	21%	21%	18%	23%	19%	19%
深く座っていたのを浅く座り直す	7%	8%	13%	8%	10%	8%	10%	8%	9%	9%	14%	11%	10%	8%	10%	9%	10%
イヤホン/ヘッドホンを外す	6%	8%	13%	6%	8%	8%	9%	8%	7%	10%	18%	12%	12%	8%	7%	7%	10%
ICカード/切符/定期券を取り出す	11%	12%	18%	13%	14%	16%	15%	12%	14%	14%	20%	18%	18%	12%	19%	13%	18%
腕時計やスマホで時間を確認する	15%	17%	22%	17%	17%	16%	19%	17%	16%	19%	25%	20%	23%	16%	20%	17%	18%
駅に着いたときに外を見て現在地を確認する	16%	18%	23%	18%	20%	19%	20%	17%	20%	18%	20%	19%	23%	18%	23%	18%	21%
身なりを整える	12%	14%	19%	12%	13%	14%	16%	12%	14%	14%	20%	16%	17%	13%	17%	12%	14%
立ち上がる	41%	43%	40%	44%	45%	44%	44%	44%	46%	45%	40%	47%	48%	44%	44%	44%	42%
その他	0%	0%	1%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
何もしない	15%	14%	11%	13%	11%	10%	12%	13%	10%	12%	11%	8%	10%	15%	9%	12%	13%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

全体として2駅前は「何もしない」、1駅前に「荷物の準備」や「時間・場所の確認」、降車直前は1駅前の動作を継続しながら「立ち上がる」傾向がある。

電車から降りる前にしがちな行動（全体）

（調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000）

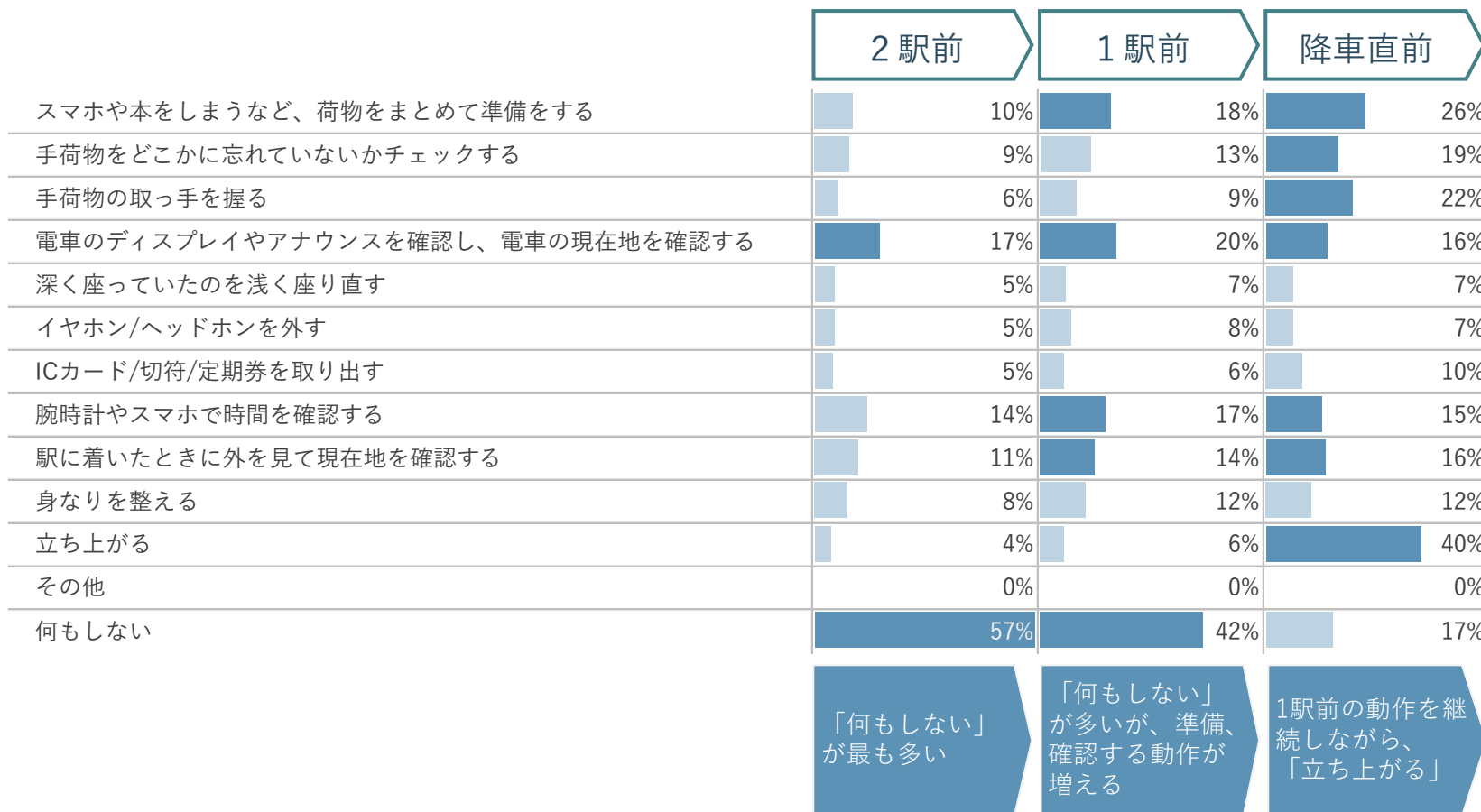


出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

男性も全体と同様の傾向にあり、2 駅前は「何もしない」、1 駅前に「荷物の準備」や「時間・場所の確認」、降車直前は 1 駅前の動作を継続しながら「立ち上がる」。

電車から降りる前にしがちな行動（男性）

（調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000）

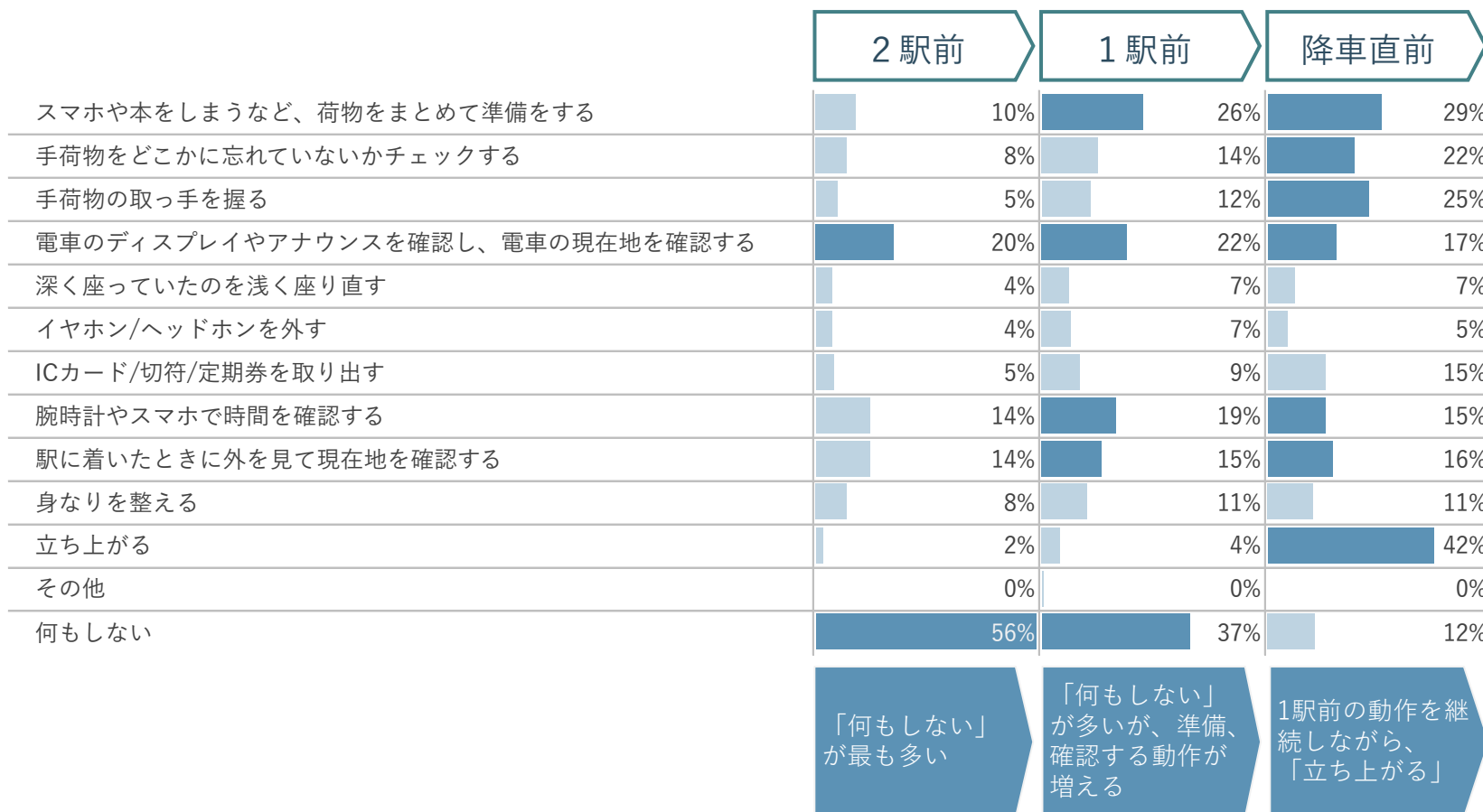


出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

女性も同じ傾向のため性別による差はなく、2 駅前は「何もしない」、1 駅前に「荷物の準備」や「時間・場所の確認」、降車直前は1 駅前の動作を継続しながら「立ち上がる」。

電車から降りる前にしがちな行動（女性）

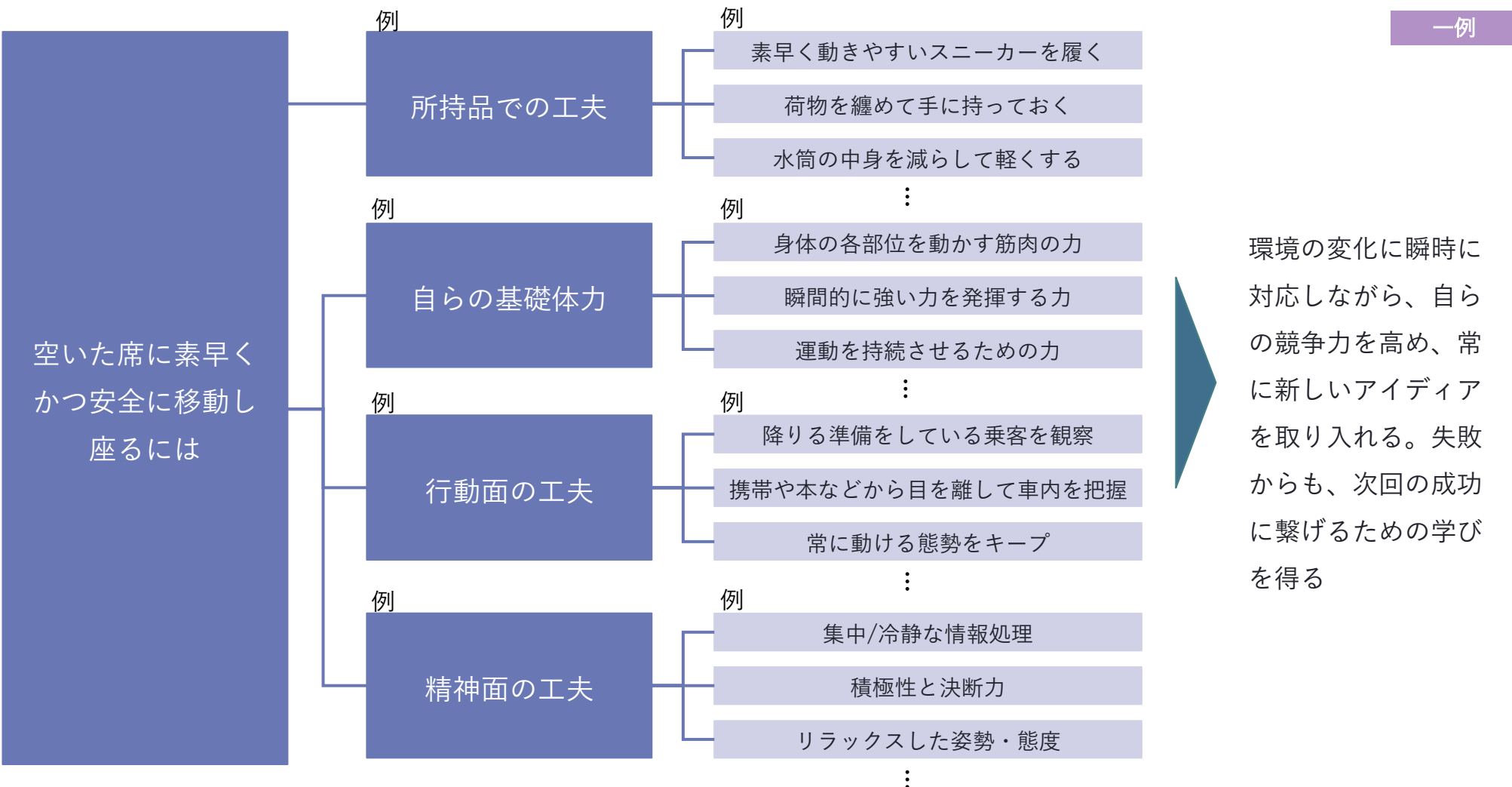
（調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000）



出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成



空いた席に素早くかつ安全に座るためには、事前に行動面や精神面の準備を行い、動きやすい服装を着用するなどの工夫を取り入れる必要がある。



電車内で空いた席に座れる確率を高めるには、最適な戦略を選択する必要がある。

一例

周りの人と比べて、自分の体力や俊敏性に自信がある？

はい

- 視点① 大きなエリアを狙う
- 視点② 有望な戦術を逐次展開する
- 視点③ 座っている乗客の歓心を買う
- 視点④ すべてのリソースを総動員する
- 視点⑤ 自分が動きやすい場所に全体を誘導する

いいえ

- 視点① 対象とするエリアを絞る
- 視点② 相手を絞り込む
- 視点③ 他の乗客より座席に近づく
- 視点④ 数少ない勝機にすべてを掛ける
- 視点⑤ 他の乗客の裏をかく作戦を展開する

※ランチェスターの法則とは…

イギリスの航空工学のエンジニアであったランチェスターが飛行機の損害状況を調べて発見した2つの法則のこと。後に競争の法則としてランチェスターの法則と呼ばれるようになった。

座るための競争力は、所持品であったり、行動面や精神面の工夫が直結すると想定される。

一例

## 座るための競争力



所持品での工夫

×

自らの基礎体力※

×

行動面の工夫

×

精神面の工夫

※ 基礎体力：筋力、瞬発力、持久力および調整力で構成され、また持久力は心肺持久力と筋持久力に、調整力は平衡性、柔軟性、敏捷性、巧緻性、協働性にそれぞれ分解される

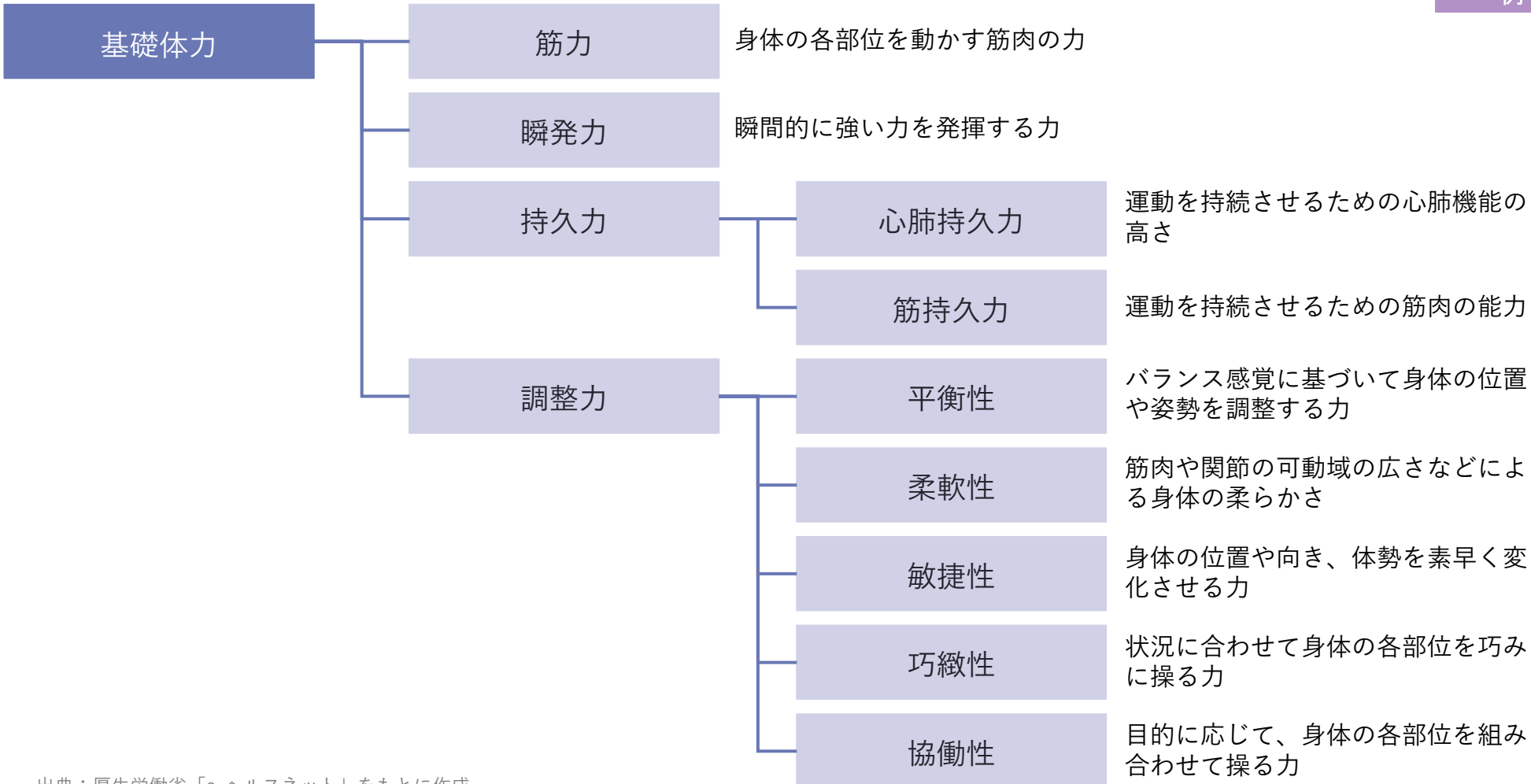
車内で立っているときに座席が空いた場合、他の乗客の迷惑にならないよう素早くかつ安全に移動して着席するためには、以下のようなアイテムが役立つ可能性がある。

一例

- ✓ **軽量でコンパクトなバッグ**
  - 動きやすく、本やスマホを素早くしまえるようなバッグだと便利
- ✓ **快適な靴**
  - 素早く歩ける快適な靴を履いておくと、移動がスムーズになる
- ✓ **身軽な服装**
  - 動きやすく、座席に到達するのに他の乗客に気を使わない服装を選ぶと良い
- ✓ **軽量なジャケットやアウター**
  - 混雑した電車内での移動時に、邪魔にならないような軽量なアウターを選ぶ
- ✓ **ヘッドフォンまたはイヤホン**
  - 音楽やオーディオコンテンツを聴いて、リラックスした状態を維持できる
- ✓ **スマートフォンや時計**
  - 電車の到着時刻を確認し、最適なタイミングで座席への移動を開始できる
- ✓ **小型の水筒**
  - 喉が渴いたときにすぐに飲み物を飲むことができ、体調維持・回復に有効である

基礎体力は筋力、瞬発力、持久力および調整力で構成され、また持久力は心肺持久力と筋持久力に、調整力は平衡性、柔軟性、敏捷性、協働性、巧緻性、協調性にそれぞれ分解される。

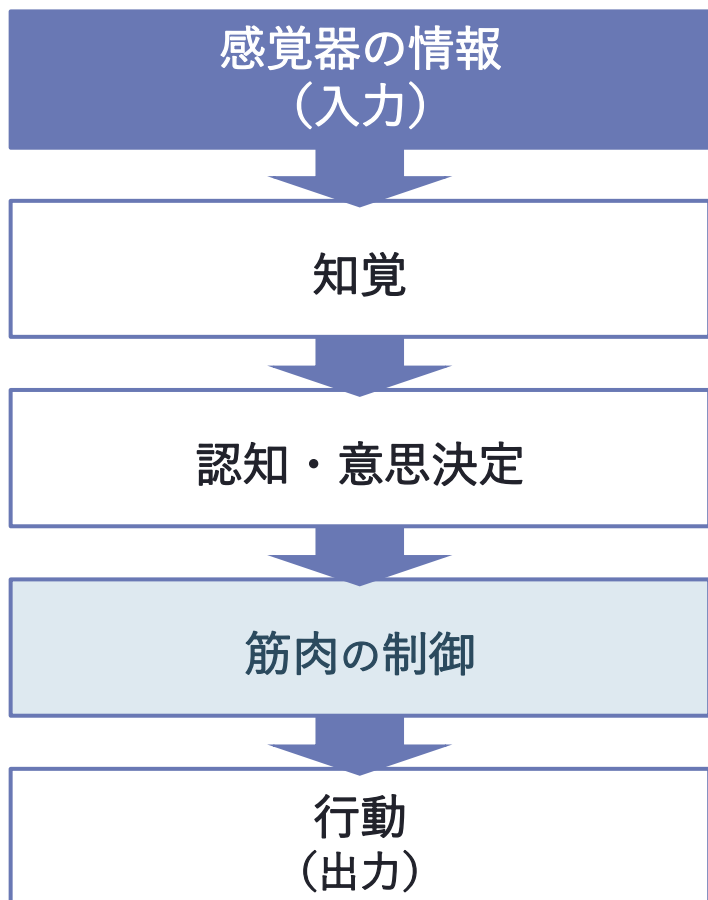
一例



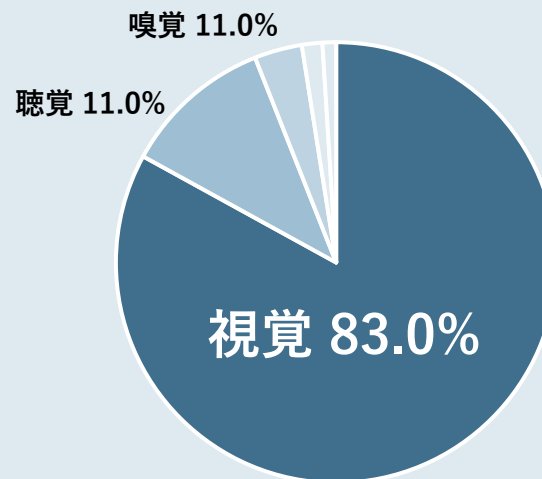
出典：厚生労働省「e-ヘルスネット」をもとに作成

人は、感覚器から情報を得て、知覚・認知し、意思決定したうえで各筋肉を動かし行動する。知覚情報のうち8割以上を視覚から得るため、眼周辺の筋肉を鍛えるのが有効と考えられる。

## 人の認知・行動のフロー（概要）



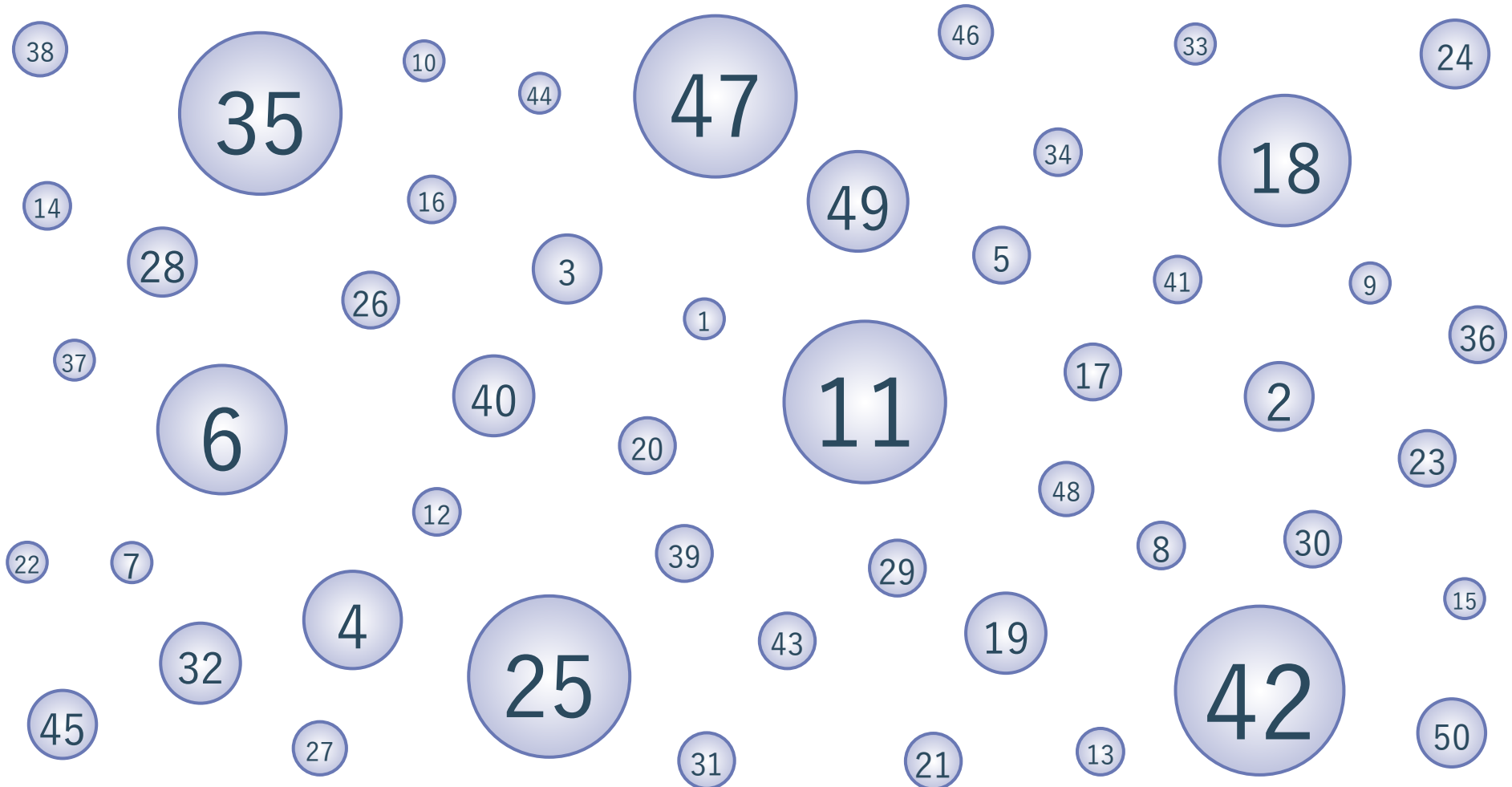
## 人の感覚器の情報取得割合



動体視力<sup>※1</sup>、周辺視<sup>※2</sup>、瞬間視<sup>※3</sup>を維持するには「眼の筋力」のトレーニングが有効

- ※1：動いている物体を視線を外さずに持続して識別する能力
- ※2：ある一点を凝視したとき、その周囲の部分を見る能力
- ※3：短時間で見た数字や図形やイメージなどの映像情報を把握する能力

【目の筋肉を動かすトレーニング】下の図で、1から順に、頭を動かさずに目で追ってください。1から50まで数え終わるタイムを計測しましょう。（目標120秒）



座席を見つけて座ることが得意な人は、「スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか」や「座っている人が『今どの駅か』確認し始めているか」を気にしている。

## 電車の中での注意点（座席を見るけて座ることが得意/不得意別の分析）

（調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000）

	次に空く座席を見つけて座るのが得意だと思う	どちらともいえない	次に空く座席を見つけて座るのが苦手だと思う
スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る	52%	42%	39%
出口に近い席に特に注目し気を配る	27%	16%	14%
座っている人が「今どの駅か」確認し始めているかどうか気を配る	45%	31%	28%
今にも立ち上がりそうな人の元に段々と近づいてポジションをとっておく	43%	26%	26%
席が空いたらもたつかないように荷物を手に取っておく	29%	19%	12%
スマホや本などの手元から目を離して車内全体を把握できるようにしておく	35%	19%	22%
その他	1%	0%	0%
特に心がけていることはない	6%	23%	27%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成



全年代共通して「スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか」等の3つを意識している人が多い。これらは、年代が下がるにつれて増加傾向にある。

## 電車の中での注意点（年齢別の分析）

（調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000）

	20代	30代	40代	50代	60代
スマホをしまうなど、座っている人が降りる準備をしていないか気を配る	51%	42%	48%	43%	46%
出口に近い席に特に注目し気を配る	22%	23%	20%	16%	18%
座っている人が「今どの駅か」確認し始めているかどうか気を配る	38%	38%	37%	33%	35%
今にも立ち上がりそうな人の元に段々と近づいてポジションをとっておく	33%	36%	29%	36%	32%
席が空いたらもたつかないように荷物を手に取っておく	25%	24%	21%	18%	19%
スマホや本などの手元から目を離して車内全体を把握できるようにしておく	30%	26%	27%	24%	26%
その他	1%	0%	1%	0%	0%
特に心がけていることはない	12%	15%	18%	23%	15%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

座席を見つけて座ることが得意な人は、電車内で「座るために、立ちながら次に空く座席を予測しようとする」ことや「定期的に周囲の乗客の様子を確認する」を意識する傾向にある。

## 電車内で意識している・考えていること（座席を見るけて座ることが得意/不得意別の分析）

（調査対象：通勤or通学の目的で電車を週1回以上利用する一都三県在住の20~69歳 n=3,000）

	次に空く座席を見つけて座るのが得意だと思う	どちらともいえない	次に空く座席を見つけて座るのが苦手だと思う
座るために、立ちながら次に空く座席を予測しようとする	71%	35%	32%
定期的に周囲の乗客の様子を確認する	63%	44%	47%
窓の外を見て、今電車がどのあたりを通過しているのか確認する	76%	63%	69%
車内広告や車内ディスプレイに何気なく目を向ける	75%	65%	74%
スマホや本など手元に集中している	68%	53%	59%
動きやすいように軽装を心がけている	54%	38%	44%
床に荷物を置かないようにしている	74%	65%	71%
音楽を聴いたり、動画を見たり、自分の世界に没入するようにしている	60%	42%	49%
移動時間を効率的に活用するために勉強している	45%	26%	25%
無回答	1%	6%	3%

出典：みずほリサーチ&テクノロジーズ 自主調査（2024年1月実施）の結果より作成

車内で立っているときに座席が空いた場合、素早くかつ安全に移動して着席するためには、以下のような行動や動作が役立つ可能性がある。

一例

## ✓ 常に動ける状態をキープする

- 電車が停車する前に座席の近くに立っておくと、座席が空いた瞬間に素早く移動できる

## ✓ 手荷物をコンパクトにまとめる

- バッグや荷物をできるだけ小さくまとめ手に持つことで、急いで移動するときに素早く反応できる

## ✓ 乗車前に乗換情報を確認する

- 乗換駅が近づいている場合、その駅で座席が空く可能性が高まるため、事前に確認しておくの良い

## ✓ 電車の扉と扉の間（座席中央部前）に立つ

- 通常、座席が空いたときに多くの人が最寄り扉に向かって移動するため、流れの上流に位置取りすると良い

## ✓ 目立つ色の服を着る

- 目立つ色の服を着用すると他の乗客よりも注意を引きやすく、スムーズに移動しやすくなる

車内で立っているときに座席が空いた場合、素早くかつ安全に移動して着席するためには、以下のような意識やメンタル状態が役立つ可能性がある。

一例

## ✓ 集中/冷静な情報処理

- ・ 集中しながら、電車内の状況を冷静に情報処理し、座席が空いた瞬間にすばやく反応できるように心掛ける

## ✓ 積極性と決断力

- ・ 座席が空いたら迷わずにすぐに移動することが大切であり、積極的かつ迅速な決断が着席の鍵となる

## ✓ リラックスした姿勢・態度

- ・ 緊張感や焦りを抱えず、リラックスした姿勢や態度で移動する

## ✓ 適度な譲り合い

- ・ 他の人とのスペースを適切に譲り合いながら移動することで、円滑な着席が可能となる

## ✓ 礼儀正しさ

- ・ 着席する際、周りの人に対して礼儀正しく振る舞うことで、周囲も気持ちよく過ごせる

## ✓ 混雑時のスキル

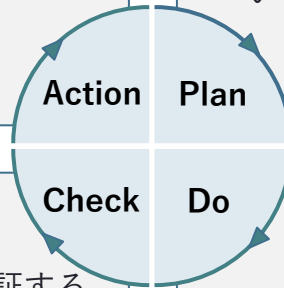
- ・ 他の乗客に適切なマナーで声をかけることでスムーズな移動が可能となる

これまでに検討した戦略やアクションプランをもとに、今後、着実に席に座れるようになっていくために、日々の電車利用においてPDCAを実践する。

一例

- ✓ 評価の結果に基づき、戦略やプロセスを改善するための調整を行う
- ✓ 問題点を解決し、成功要因を強化するために戦略や実施計画を修正する
- ✓ 新たなデータや市場の変化に対応するために、柔軟かつ迅速に改善策を導入する

- ✓ 電車利用に関する分析と研究を行い、最適な戦略を計画する
- ✓ 目標を具体的に設定し、リソースの配分や活用方法を計画する
- ✓ 降車する乗客の状況や電車利用動向を考慮して、電車利用において差別化された価値提供を構築するための計画を策定する



- ✓ 実施した戦略の成果を評価し、目標に対する進捗を検証する
- ✓ 収集したデータや降車する乗客に関するフィードバックを分析し、市場の反応を把握する
- ✓ 戦略が期待通りに機能しているかどうかを客観的に確認し、問題点を特定する

- ✓ 電車の中で座るための計画に基づき、戦略及び行動を実践する
- ✓ プロセスや戦術を実践し、データやフィードバックを収集する
- ✓ 電車の中で座るためにどの要素が効果的であるかを確認し、調整が必要なら速やかに実行する

成果に繋がるPDCAを実現するためには、日々の行動において「実践したこと/継続すること」、「問題点」と「ネクストアクション」を振り返ることが重要である。

一例

## 実践したこと/継続すること



- その日の乗車で実践した項目を全てリスト化
- 成果を実感できた項目をマークすることにより、翌日以降も継続して実践する

## 問題点



対象となるターゲットが少数のため  
プロトコル通りに実施出来ず

- 実践した項目において、問題となった項目を特定し、その内容を明確にする

## ネクストアクション

### 《継続》



### 《改善》

対象となるターゲット  
が少数のためプロトコ  
ル通りに実施出来ず

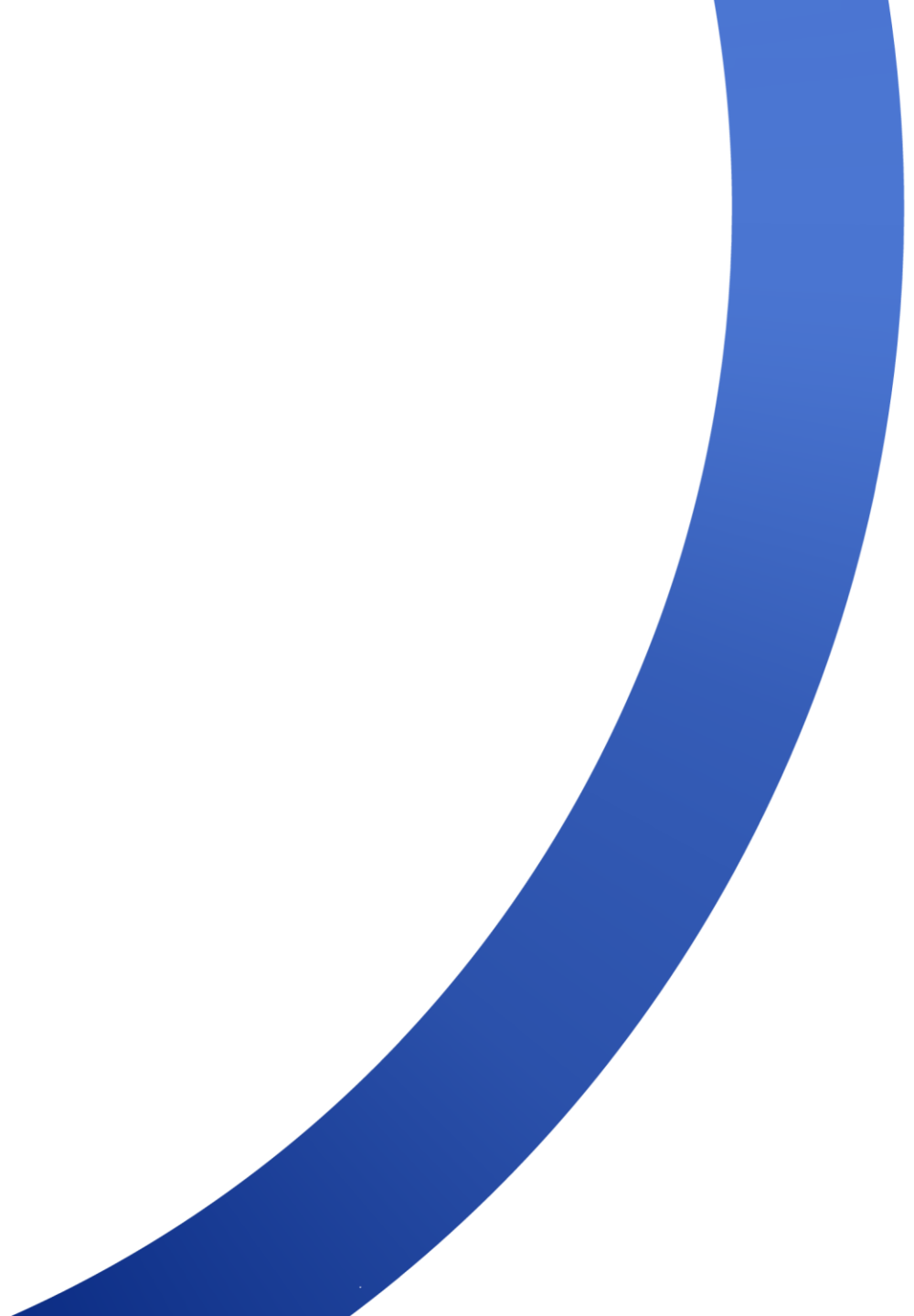


### 《新規》



- 翌日以降に実践すべき項目を全てリスト化
- これまでに成果を実感でき今後も継続する「継続項目」、発生した問題に対する「改善項目」、新たに取り組む予定の「新規項目」の3種類に分類して整理、記載する

## 4. まとめ



## 背景と目的

- ✓ 2020年に新型コロナウイルス感染拡大の影響を受けて大きく減少した電車利用は徐々に回復。  
今後も電車利用の増加が予想される
- ✓ アンケートによれば、約7割の利用者が電車の中で座りたいと回答し、混雑する車内で「座りたい」というニーズが大きなシェアを占めている
- ✓ 「座りたい」という乗客の課題を解決するためにとり得る戦略・アクションプランを提言する

## 電車の中で「座る」を巡る現状分析

電車の中で「座りたい」と感じる傾向は、各年代において大多数を占めている。

「睡眠をとる」ことが、立っているよりも座っている状態での過ごし方として顕著な差がみられた。その他にも「読書をする」「仕事をする」ことにも立つ場合と座る場合で多少の差があった。

一般的に、利益を得る喜び（効用）よりも、失う痛み（負の効用）をより強く感じる傾向にあることが指摘されており、座ろうとして座れなかった時のストレスはより強く感じられる可能性がある。



### 電車の中で座るための戦略とアクションプラン

- ✓ 乗車した車内において「席に座れる確率」を上げるためには、①空いている電車（車両）を選択する、②降車する乗客を見分ける、③空いた座席に素早くかつ安全に移動する、という一連の計画・行動が求められる。なお、実践の際には、乗車マナーや自身と周囲の安全に配慮することも重要である。

まず、「ブルーオーシャン戦略」を応用し、空いている電車（車両）を選択するための行動を明らかにした。混雑率の低い電車に乗車するには、乗車する時間帯や曜日、天候などの条件を予め把握して混雑率を予測することが求められる。特定の電車や車両を戦略的に選択することで成功を収めるための方法をまとめた。

次に、「鳥・虫・魚・コウモリ」の目戦略」を応用し、自身が座れる可能性の高い座席を推測するための行動を整理した。座れる可能性の高い座席を推測するためには、様々な視点を用いて、車内全体を見渡しつつ、着席している乗客の特徴や降りる前の行動に着目したり、周囲の状況にも配慮しつつ判断する必要がある。エリアごとに降車する乗客の特徴や降りる前の行動についてまとめた。

最後に、「ファーストペンギン戦略」を踏まえ、空いた席に素早くかつ安全に座るためには、事前に行動面や精神面の準備を行い、動きやすい服装を着用するなどの工夫を取り入れる必要があることを提示した。

### 最後に

電車の中で座れる確率を上げるためには、本日より、日々の電車利用において実践する内容について、その成功・失敗に関わらず、計画（Plan）、実行（Do）、評価（Check）、改善（Action）の一連のPDCAサイクルを回し続けることが重要となる。

また、それぞれの振り返りにおいては、「実践したこと/継続すること」、「問題点」と「ネクストアクション」といった視点でポイントを纏め、それらをノウハウとして蓄積していくことで、PDCAサイクルの精度を高めることが出来る。

電車の中で「座りたい」と思っている皆さまが、乗車マナーを守りながら希望通り席に座ることができ、結果、電車移動中における満足度を高めて頂くことができれば幸いである。

会社紹介



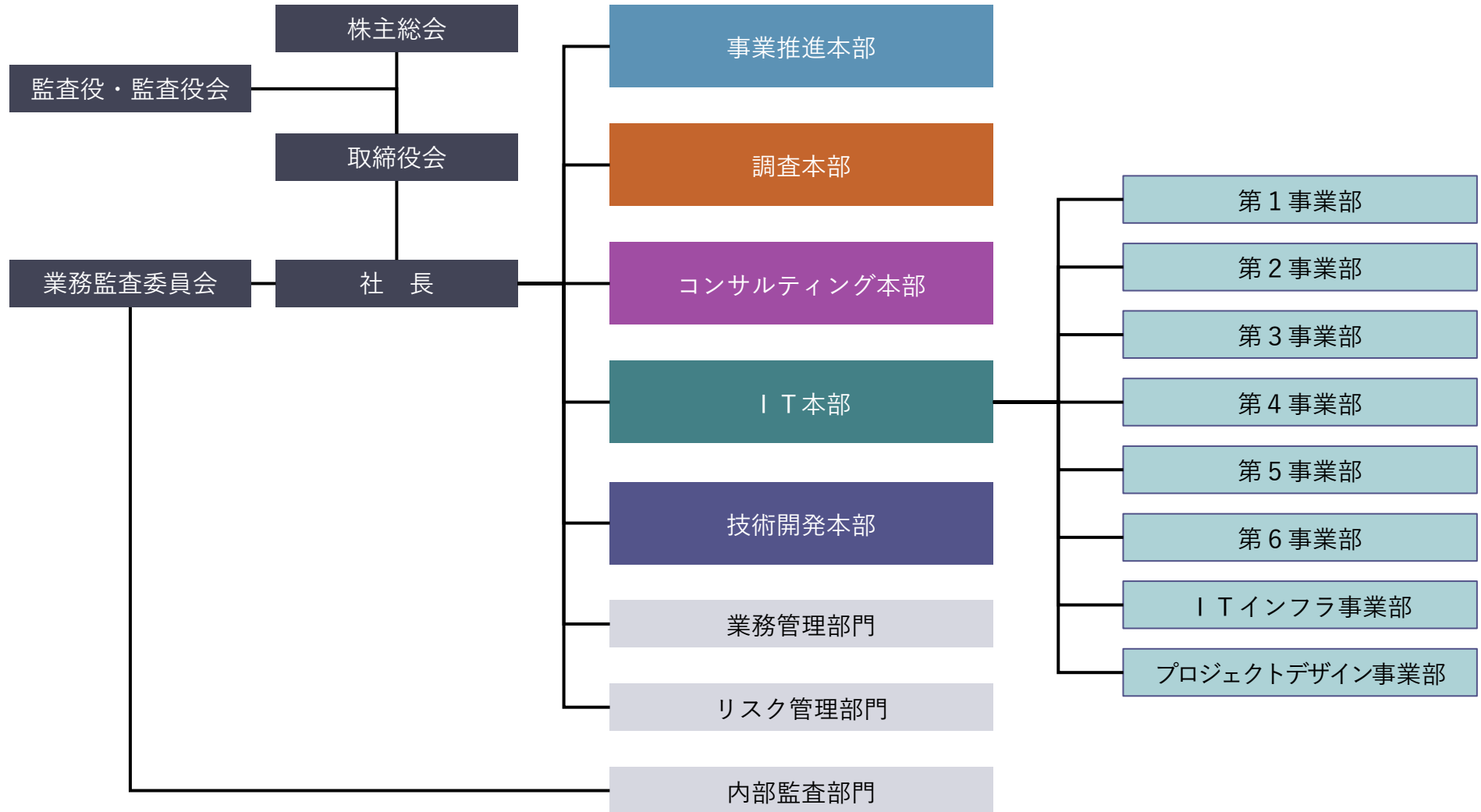
# 会社概要



当社は、〈みずほ〉の主要グループ会社として、2021年にみずほ情報総研、みずほ総合研究所、みずほトラストシステムズの統合により設立いたしました。

経済・社会を読み解くリサーチ力、半世紀以上にわたる政策立案・戦略策定支援の歴史をもつコンサルティング力、先端技術知見とIT実装力を結集するとともに、〈みずほ〉の金融機能も掛け合わせることで、「金融を越える新たな価値」を提供し、お客さま、そして社会とともに未来を創ります。

社名	みずほリサーチ&テクノロジーズ株式会社 (Mizuho Research & Technologies, Ltd.)
本社所在地	〒101-8443 東京都千代田区神田錦町2-3
事業内容	<ol style="list-style-type: none"><li><u>リサーチ事業</u><ul style="list-style-type: none"><li>マクロ経済・金融・資本市場の分析・予測</li><li>主要国・地域のグローバルリサーチ等</li></ul></li><li><u>コンサルティング事業</u><ul style="list-style-type: none"><li>経営戦略・官民連携・組織人事・企業年金・人的資本</li><li>デジタルイノベーション・サステナビリティ等</li></ul></li><li><u>研究開発事業</u><ul style="list-style-type: none"><li>先端技術調査・研究開発、数値解析</li><li>数理モデル開発、シミュレータ開発、AIモデル開発等</li></ul></li><li><u>ITデジタル事業</u><ul style="list-style-type: none"><li>IT戦略・リスクマネジメント</li><li>金融業・一般法人・官公庁向けシステム開発等</li></ul></li></ol>
設立	1970年5月
統合・社名変更	2021年4月
株主	株式会社みずほフィナンシャルグループ (100%)
社員数	4,137人 (2023年3月31日時点)
事業所	<ul style="list-style-type: none"><li>丸の内事業所</li><li>品川シーサイド事業所</li><li>白山事業所</li><li>西日本支社 (西九条)</li><li>ロンドン支店</li><li>大手町事業所</li><li>西葛西事業所</li><li>国領事業所</li><li>西日本支社 (淀屋橋)</li></ul>



ともに挑む。ともに実る。

**MIZUHO**

