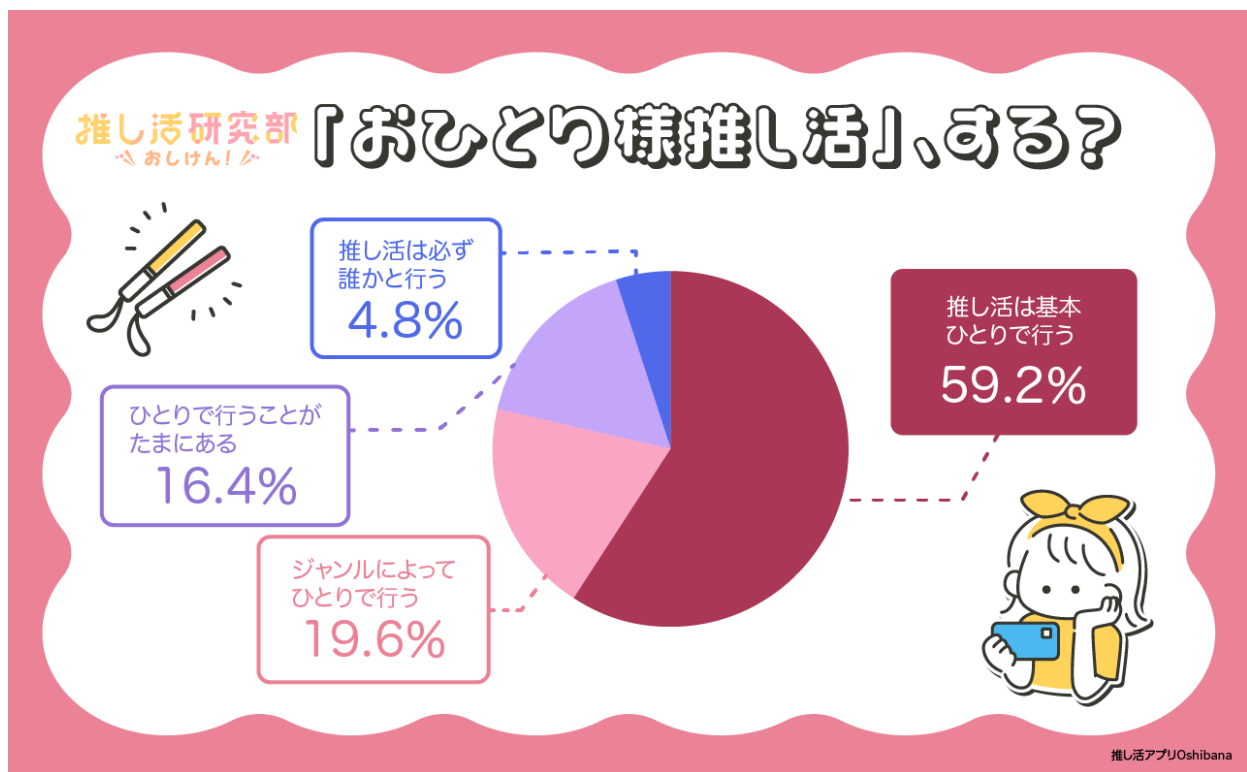


## 広がる「おひとり様推し活」推し活ユーザーの約6割が基本ひとり派。9割以上が自分のペースで動けるからと回答

株式会社ブックリスタ(本社:東京都港区、代表取締役社長:村田茂、以下「ブックリスタ」)が運営する「推し活研究部(おしけん!)」(以下文中「おしけん!」)にて、推しのいるユーザーに対して、「おひとり様推し活」に関する調査を行いました。



ブックリスタでは、推し活に特化したサービス、推し活アプリOshibanaを運営しています。ユーザーは、“推し活をしている人”が中心。推し活アプリOshibanaが設立した「おしけん!」は、ユーザーの皆様の推し活をより楽しく、サポートすることを目的とした部活動です。

今回は、推し活をしている10代～50代のユーザー250人に、ひとりでの推し活についての調査を行いました。本レポートでは、毎回10代からの回答が多く、平均して回答者全体の半分以上を10代が占めています。そのため、推し活を牽引する若年層の動向が常に調査結果に色濃く反映されています。今回の調査では回答者のうち、10代が50.4%を占めるという結果になっています。

## ◆ ひとりでの推し活に関するレポート

### 【推し活調査の概要】

調査対象: 推し活をしている全国のユーザー

回答人数: 250人

調査時期: 2026年2月13日 ~ 2026年3月16日

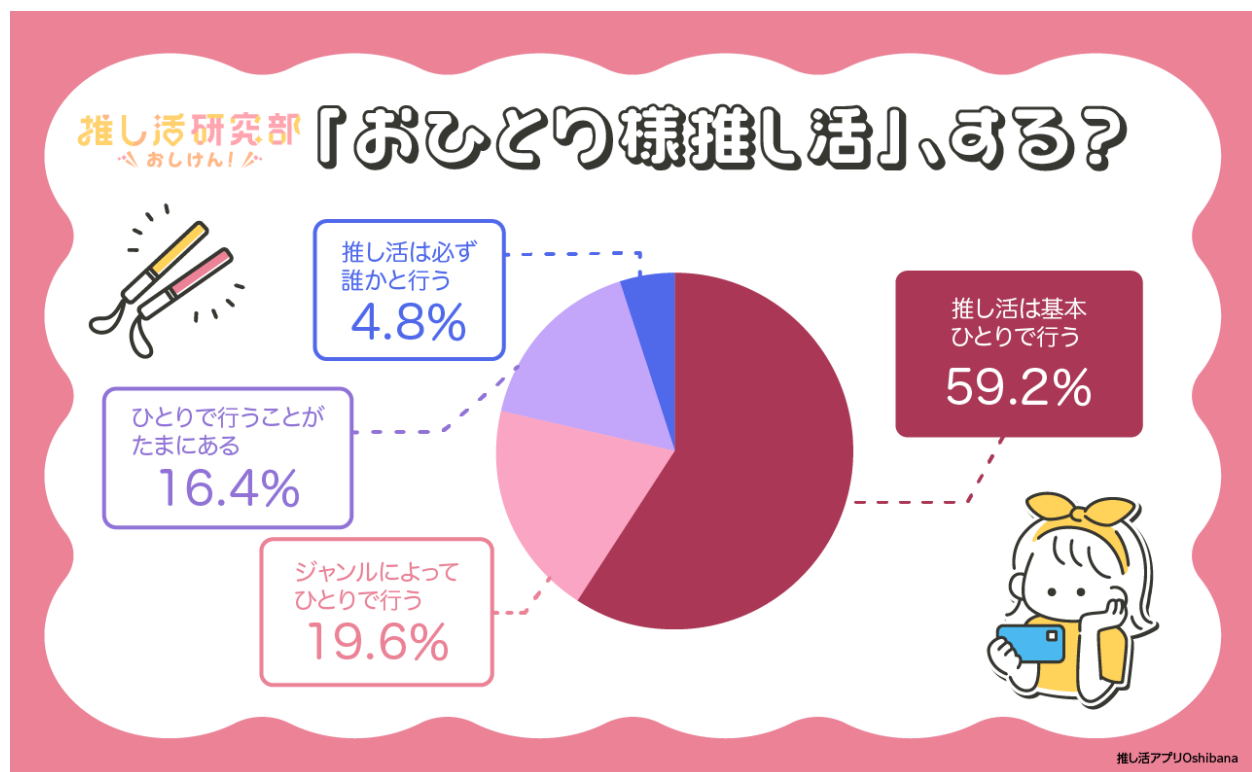
調査方法: 推し活アプリOshibanaにてオンラインアンケートを実施

※本レポートのデータは、小数点以下第2位を四捨五入しています(合計しても100%にならない場合があります)。

※調査は報酬無しで実施しています。

## ■ ひとりでの推し活の理由を調査「自分のペースで動ける」が9割超

ひとりで推し活をすることがあるかについて調査したところ、「推し活は基本ひとりで行う」という人が59.2%と最も多く、「ジャンルによってひとりで行う」いう人が19.6%、「ひとりで行うことがたまにある」という人が16.4%となりました。一方で、「推し活は必ず誰かと行う」という人は4.8%にとどまり、多くの推し活ユーザーがひとりで推し活を楽しんでいることが分かりました。



続いて、推し活ユーザーに対して、ひとりで推し活をする理由について聞きました。

## あなたがひとりで推し活をする理由

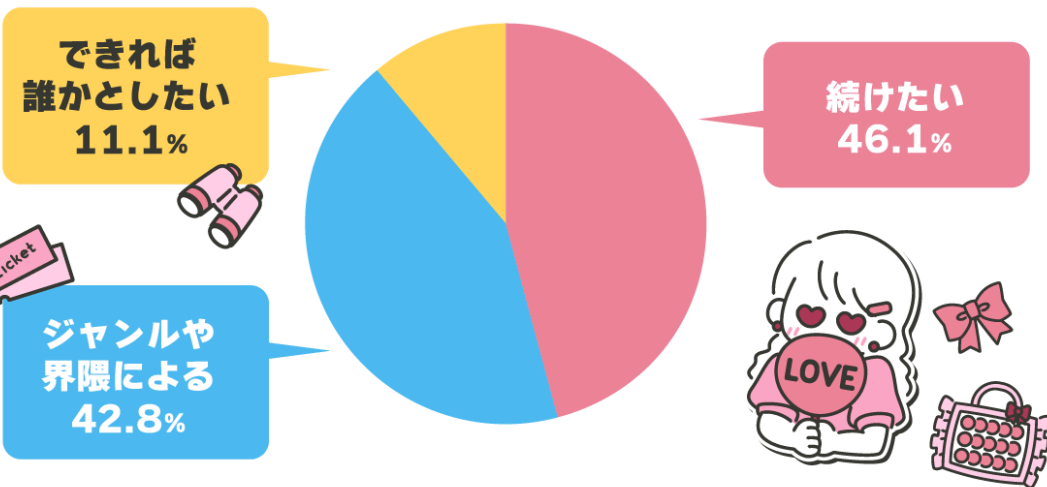


調査は、複数回答で実施しました。その結果最も多かった理由は、「自分のペースで動ける」で91.7%となり、ひとりで自由に楽しみたいという意識が強いことがうかがえます。続いて、「人に気を使わなくていい」が81.1%となり、気兼ねなく推し活をしたいという声も多く見られました。

また、「人と予定を合わせるのが大変」「同行できる人がいない」という回答も同率で49.4%となり、予定を合わせられる人がいれば一緒に行きたいというニュアンスもうかがえる結果となりました。

一方で、「推し活しているところを見られたくない」「推しを人に知られたくない」といった理由は割合としては少ないものの、若年層を中心に一定数の回答が見られました。

## ひとりでの推し活、続けたい?



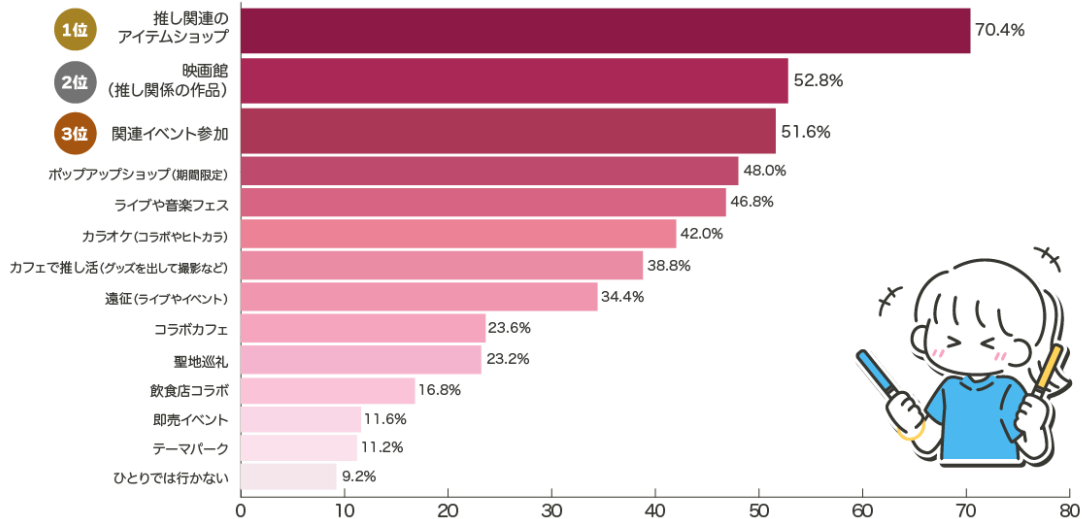
ひとりでの推し活を今後も続けたいかという設問に対しては、「続けたい」が46.1%となり、約半数の人がひとりでの推し活に満足感を抱いていることが分かりました。一方で、「できれば誰かとしたい」と答えた人は11.1%にとどまりました。

また、42.8%は「ジャンルや境界による」と回答しています。推しのジャンルによって、人と一緒に楽しみたいものと、ひとりで楽しみたいものを使い分けている人も多く、ひとりでの推し活も大切なスタイルとして受け入れられている様子がうかがえます。

### ■「推し活はひとりで」が59.2%！ ユーザーの推し活事情

また、ひとりで行ったことがある推し活の範囲についても聞きました。

## ひとりでの推し活、どこまでいける？



結果を見ると、「推し関連のアイテムショップ(70.4%)」や、「ポップアップショップ(48.0%)」など、グッズを購入する場所はひとりで行く人が多いことが分かりました。また、「映画館(推し関係の作品)(52.8%)」や、「関連イベント参加(51.6%)」「ライブや音楽フェス(46.8%)」など、リアルイベントにもひとりに参加する人が多い実態が明らかになりました。

一方で、比較的割合が低かったのは、「コラボカフェ(23.6%)」「聖地巡礼(23.2%)」「飲食店コラボ(16.8%)」などでした。飲食や観光が伴うこれらは、誰かと一緒に楽しむ推し活として選ばれることが多く、ひとりでの推し活としてはやや割合が低くなっているようです。

### ■ 自由で気楽なひとり推し活 でも「写真が撮れない」問題も

ひとりでの推し活について、実際によかったことと大変だったことについても聞きました。

#### 【ひとりでの推し活でよかったこと】

- ・自分が納得するまで、推しを可愛く撮影するために時間を使えること！(20代女性)
- ・ひとりだからすぐに行動できて、時間も考えず好きな時に行ける！！(20代女性)
- ・トラブルがあっても連れに迷惑をかけないで済む(20代女性)
- ・ひとりだと、推しの世界観にとことん入り込める(10代女性)
- ・目的地の滞在時間なども自由なので、ひとりが好きです(20代女性)
- ・喫煙者なのでいつでもタバコ休憩できる(20代女性)

- ・人生初のコラボカフェで、ゆっくり自分のペースで食べたり見たり写真撮ったりできてサイコーだった！ まわりもおひとり様の人が多かった(10代女性)
- ・誰かと一緒にグッズ買いに行った時、「この人自分よりグッズいっぱい買ってるな。自分ももっと買った方が良いかな」と感じることもあるため、ひとりだと人と比較しなくて済む(20代女性)

自由に行動できることや、人に気を使わず自分のペースで回れることなど、のびのびと推し活を楽しんでいる様子がうかがえました。一方で、ひとりならではの大変さについても声が寄せられました。

#### 【ひとりでの推し活で大変なこと】

- ・フォトスポットで他の人に撮影をお願いする場面があること(20代女性)
- ・ランダムアイテムの交換相手を探す・発送などが面倒(30代男性)
- ・自分のペースで色んなところへ行けるけど自分込みの写真が撮れない！(10代女性)
- ・待ち時間が長い時に話し相手がいないと時間を潰すことが難しい(20代女性)
- ・盛り上がっている気持ちを共有したりができない(10代女性)
- ・界隈のルールや暗黙の了解が分からず粗相をしてしまったりはしないかと不安になることですね。マナーとか大丈夫かな？と空気読みが大変だった記憶があります(30代女性)
- ・ひとりだと、推しに関係ない店などではグッズを出して撮影するのが少々恥ずかしい(30代女性)
- ・ひとりで推し活をしていると「やっぱり誰かと推し活したいなあ…」って気持ちになっちゃう(10代女性)

特に多く挙げられたのは、自分を含めた写真を撮るのが難しいという点でした。フォトスポットなどで撮影をする際、人をお願いする必要があるという声も多く見られました。また、推し活の楽しさや盛り上がった気持ちを共有できないことを挙げる人も多く、ライブやイベントの後に感想を語り合いたいという声も見られました。

ひとりでの推し活は、自由に楽しめる気楽さがある一方で、人と一緒に楽しみたいと感じる場面もあるようです。

## ■ 推し活はひとり派が多数だけど……？ それぞれの楽しみ方

今回の調査では、推し活はひとりで楽しむという声が多く、推し活ユーザーにとって、自分のペースや自由に行動できる点が大きな魅力となっていることが分かりました。一方で、写真撮影や感想の共有など、誰かと一緒に楽しみたいと感じる場面も多々あるようです。

ひとりで気楽に楽しむ推し活と、誰かと一緒に盛り上がる推し活を、その時の状況やジャンルによって使い分けながら楽しむ。推し活の楽しみ方がそれぞれ広がっていることを感じさせる結果となりました。

## 本レポートの使用について

- ・本レポートを引用や転載される際は、必ず「「推し活アプリOshibana 推し活研究部(おしけん!)」調べ」と明記してください。
- ・データの加工や改変は行わないでください。
- ・本レポートは、株式会社ブックリスタが著作権を保有しています。
- ・掲載がふさわしくないと当社が判断した際は、その掲載を中止できるものとします。
- ・本レポートの使用により発生した問題に、当社は一切責任を負いかねます。

## 【関連】「おしけん！」調査記事



バレンタインにチョコを渡したい推しは誰？0円から5万円以上まで、推し活バレンタインを予算別に調査

<https://note.com/oshibana0487/n/n43d527147b27>

## ホーム画面に設定している画像ランキング

推し活研究部  
おしけん! ぐ

**1位** 推しの画像 (公式写真・グッズ写真など) (54.0%)

**2位** 推しのイラスト (21.0%)

**3位** 推しのイメージ (概念) 壁紙 (4.0%)

**4位** その他 (3.3%)

**5位** キャラクター系イラスト  
(アニメ・漫画以外) (2.9%)

**6位** 推し活で撮った写真(ライブ・展示・カフェなど)  
/風景の写真(2.6%)

**7位** スマホのデフォルト壁紙/ペットの写真/  
シンプルなイラスト/おしゃれ壁紙など (1.5%)

「推しと顔認証で目が合う」「推しの画像を匂わせ風に設定」など、推し活ユーザーのスマホのホーム画面設定は？

<https://note.com/oshibana0487/n/nfc44a61d9b0b>



【#いい推しの日】推しの誕生日を祝う人91.6%！ 徹夜で描くイラストから祭壇づくりまで、お祝い方法やアイデアの調査結果を発表

<https://note.com/oshibana0487/n/ncffccbcf15ab>





10代は77.1%が「YouTubeはSNS」と回答、30代は25.8% 世代で異なる「SNS」の認識の差  
<https://note.com/oshibana0487/n/n22efa4beddbc>

## 推し活アプリOshibanaの目指すところ



「おしけん！」を運営する110万ダウンロードの推し活アプリOshibanaは、推し活を通して「今日も生きてて幸せ」と思える時間を増やすアプリです。推す側の立場から推し活について考え、ユーザーと一緒にサービス開発を行っています。

推しができた際にアプリを利用していただくことが多く、学生や特定の推し活コミュニティを中心に、学校の口コミやSNSで広がっており、App Storeの評価4.8を維持したままレビュー数1.3万人を突破しました。

公式サイト: <https://oshibana.fun/>

App Store URL: <https://apps.apple.com/jp/app/id1581399897>

対応端末: iOS ※iOS16.4以降

公式X: <https://x.com/Oshibana0487>

公式TikTok: <https://www.tiktok.com/@oshibana0487>

推し活用プロフが公開できる「推し活リンク」: <https://oshikatsu.link>

イラスト: 三浦ポパ (<https://x.com/miurapopa>) 藍川蓮 (<https://x.com/aikwarendbiryut>)

サービスのアイデアや開発中の機能については、Trello (<https://trello.com/b/E9C5Ac1M>) にて公開しています。

## 本リリースに関するお問い合わせ

[お問い合わせ先]

推し活アプリOshibana開発責任者 本澤友行

[nbo@booklista.co.jp](mailto:nbo@booklista.co.jp)

推し活アプリOshibanaの不具合や要望は、アプリ内の連絡フォーム、または公式Xへお願いします。

公式X: <https://x.com/Oshibana0487>

## ブックリスタについて

ブックリスタは、「エンタメ×テック(知的好奇心×感動体験)」のビジョンのもと、推し活アプリOshibanaやショートマンガ創作支援サービス「YOMcoma」、クリエイターマッチングポートフォリオ「ENRAI」など、新規事業の創造に取り組んでいます。また、電子書籍に関する各種事業を基幹事業として展開し、電子書籍ストアの総合的な運営をトータルにサポートしています。あらゆるエンタテインメントを対象を広げ、デジタルテクノロジーを駆使しながら、新しい価値の創出を実現していきます。

<https://www.booklista.co.jp>

※「- 推し活アプリ Oshibana -」は、株式会社ブックリスタの登録商標です。