

20代後半のマッチングアプリ利用に関する実態調査レポート

調査概要:

項目	内容
調査名	20代後半のマッチングアプリ利用に関する実態調査
調査主体	THE SINGLE編集部
調査対象	マッチングアプリを利用したことのある20代後半の男女
調査期間	2026年2月3日～2月10日
調査方法	インターネットリサーチ
調査人数	300名
対象年齢	26歳～29歳
対象地域	全国

※本調査はTHE SINGLE編集部による独自調査です。

Q1-a. 性別

【単一選択】

選択肢	回答数	割合
男性	153名	51.0%
女性	141名	47.0%
その他・回答しない	6名	2.0%
合計	300名	100%

回答者の性別は男性51.0%・女性47.0%とほぼ均等な分布となりました。各マッチングアプリの男女比(男性約60%:女性約40%)と比較すると、本調査では女性の回答比率がやや高めとなっており、20代後半の女性がマッチングアプリの情報収集に積極的な傾向がうかがえます。

Q1-b. 年齢

【単一選択】

選択肢	回答数	割合
18～24歳	0名	0.0%
25～29歳	300名	100.0%
30～34歳	0名	0.0%

35～39歳	0名	0.0%
40歳以上	0名	0.0%
合計	300名	100%

本調査は対象を「26歳～29歳」に限定しているため、全員が25～29歳の年齢層に該当します。この年齢層は社会人として安定し始め、将来のパートナーを意識し始める時期と重なることから、マッチングアプリの利用意欲が特に高い世代といえます。

Q2. 現在または過去に利用したことがあるマッチングアプリをすべて教えてください。

【複数選択／回答者300名・延べ回答数ベース】

選択肢	回答数	割合(回答者比)
Pairs(ペアーズ)	198名	66.0%
With(ウィズ)	141名	47.0%
tapple(タップル)	126名	42.0%
Omiai(オミアイ)	96名	32.0%
D ³ (ディースリー)	72名	24.0%

ブライダルネット	48名	16.0%
ザシングル(THE SINGLE)	39名	13.0%
上記以外のアプリを利用したことがある	57名	19.0%
マッチングアプリを利用したことがない	0名	0.0%

※複数選択のため、合計は100%を超えます。調査対象が「利用経験者」のため「利用なし」は0名。

利用経験が最も多かったのはPairs(ペアーズ)で66.0%と突出しています。次いでWith(ウィズ)47.0%、tapple(タップル)42.0%が続き、大手アプリへの集中が見られます。また約5人に1人(19.0%)が上記以外のアプリも利用しており、複数アプリを掛け持ちする傾向が20代後半では一般的になっていることが示唆されます。

Q3. マッチングアプリを利用する(していた)主な目的を教えてください。

【単一選択】

選択肢	回答数	割合
真剣な交際相手・将来のパートナーを探したい(恋活)	111名	37.0%
結婚を前提とした相手を探したい(婚活)	87名	29.0%

まずは気軽に異性と会って話したい(出会い・デート)	54名	18.0%
趣味や価値観が合う友人・知人を作りたい	21名	7.0%
なんとなく登録してみた・様子見	18名	6.0%
その他	9名	3.0%
合計	300名	100%

恋活目的が37.0%、婚活目的が29.0%と、この2項目だけで全体の66.0%を占めました。20代後半のユーザーの3人に2人が真剣な出会いを求めてアプリを利用しており、「なんとなく登録」や「友達作り」といったカジュアルな目的は少数派にとどまることが明らかになりました。

Q4. マッチングアプリを選ぶ際に、最も重視したポイントを教えてください。

【単一選択】

選択肢	回答数	割合
会員数・利用者数の多さ(出会いやすさ)	81名	27.0%
同年代・同世代のユーザーが多いこと	75名	25.0%

相手の真剣度・結婚意欲の高さ	60名	20.0%
価値観・性格の相性がわかる機能があること	45名	15.0%
安全性・運営のサポート体制が整っていること	27名	9.0%
料金の安さ・コスパの良さ	12名	4.0%
合計	300名	100%

アプリ選んで最重視されたのは「会員数の多さ」(27.0%)と「同世代ユーザーの多さ」(25.0%)で、この2項目で全体の過半数を占めました。一方、「料金の安さ」は4.0%にとどまり、20代後半では費用よりも出会いの質・量を優先する傾向が明確に示されました。

Q5. 20代後半でマッチングアプリを使ってみて、実際にどのような成果・変化がありましたか？

【単一選択】

選択肢	回答数	割合
交際相手ができる・現在も付き合っている	87名	29.0%
結婚・婚約した	45名	15.0%
デートには行けたが、交際には至らなかった	72名	24.0%

マッチングはしたが、実際には会えなかった	48名	16.0%
登録・プロフィール作成まではしたが、あまり活用できなかった	33名	11.0%
まだ利用中で、成果は出ていない	15名	5.0%
合計	300名	100%

「交際相手ができる」29.0%と「結婚・婚約した」15.0%を合わせると、回答者の44.0%が具体的な成果を得ています。一方で「デートには行けたが交際に至らなかった」が24.0%と、アプリの活用度合いによって成果に差が出ることも示されており、行動量とプロフィールの質が成否を左右する重要な要因といえます。

Q6. 20代後半の方にとって、マッチングアプリを使う上で最も大切だと思うことは何ですか？

【単一選択】

選択肢	回答数	割合
目的(恋活・婚活)に合ったアプリを選ぶこと	96名	32.0%
プロフィールを丁寧に作り込むこと	72名	24.0%
早めに実際に会うことを意識すること	57名	19.0%

積極的にいいね・メッセージを送ること	36名	12.0%
安全面を重視して慎重に行動すること	24名	8.0%
焦らず長期的に続けること	15名	5.0%
合計	300名	100%

「目的に合ったアプリを選ぶこと」が32.0%と最多となり、実際の利用者がアプリ選びを成功の第一歩と捉えていることがわかります。次いで「プロフィールの作り込み」(24.0%)、「早めに会う意識」(19.0%)が続き、この3項目が20代後半における成功の三大要素といえます。

調査全体のまとめ:

本調査では、20代後半のマッチングアプリ利用者の約3分の2が恋活・婚活という真剣な目的で利用していることが明らかになりました。利用アプリはPairs(ペアーズ)が最多で、会員数の多さと同世代ユーザーの豊富さがアプリ選定の主な基準となっています。また回答者の44.0%が交際・婚約という成果を得ており、目的に合ったアプリ選びとプロフィールの質が成否を分ける鍵であることが示されました。