

40代マッチングアプリの利用実態に関するアンケート調査

項目	詳細
調査名	40代マッチングアプリの利用実態に関するアンケート調査
調査主体	当サイト独自調査
調査対象	マッチングアプリの利用経験がある女性
調査期間	2026年3月15日～2026年3月28日
調査方法	インターネット調査(クラウドソーシングサイトを利用)
調査人数	300名
調査対象者 性別	女性
調査対象者 年齢	40代(40歳～49歳)
調査対象者 地域	全国

※本調査は当サイト独自調査です。

アンケート結果

Q1. あなたの現在の年齢を教えてください。【単一選択】

選択肢	回答数	割合(%)
40～41歳	90	30.0%
42～43歳	75	25.0%
44～45歳	60	20.0%
46～47歳	45	15.0%
48～49歳	30	10.0%
合計	300	100.0%

【解説】

回答者の内訳は40代前半(40～44歳)が全体の75%を占める結果となりました。

40代に突入して出会いの減少に焦りを感じ、マッチングアプリを利用し始める女性が多いことが推測されます。

一方で40代後半の利用者も25%存在しており、年齢を重ねてもパートナー探しに積極的な層が一定数いることがデータから読み取れます。

Q2. 最も長く利用したマッチングアプリは？【単一選択】

選択肢	回答数	割合(%)
-----	-----	-------

Pairs(ペアーズ)	105	35.0%
With(ウィズ)	66	22.0%
ラス恋	54	18.0%
マリッシュ	36	12.0%
tapple(タップル)	24	8.0%
その他	15	5.0%
合計	300	100.0%

【解説】

最も長く利用されたアプリは「Pairs(ペアーズ)」が多く、続いて「With(ウィズ)」「ラス恋」「マリッシュ」という結果になりました。

王道で会員数が多いアプリが支持を集める一方で、40代以上の利用者が多いアプリや再婚活向けのサービスも存在感を示しており、自身の目的や年齢層に合ったサービス選びが重視されています。

Q3. アプリの利用にかかった月額料金は？【単一選択】

選択肢	回答数	割合(%)
無料で利用した	135	45.0%

～1,000円	45	15.0%
1,001～2,000円	45	15.0%
2,001～3,000円	45	15.0%
3,001円以上	30	10.0%
合計	300	100.0%

【解説】

月額料金については「無料で利用した」が45%と最多でした。

女性は基本無料で利用できるアプリが多いため、まずはコストをかけずに始める傾向が強いことがわかります。

一方で、過半数の女性が何らかの課金をしており、「3,001円以上」と回答した人も10%存在します。

40代という年齢もあり、真剣度の高い出会いを求めて自己投資をする層が多いことが伺えます。

Q4. アプリを利用した「現実(結果)」はどうでしたか？【単一選択】

選択肢	回答数	割合(%)
恋人ができた	90	30.0%
デートはしたが交際未満	84	28.0%
マッチングのみで会えず	54	18.0%

結婚・婚約できた	42	14.0%
全くマッチングしなかった	30	10.0%
合計	300	100.0%

【解説】

アプリを利用した結果、「恋人ができた(30%)」「結婚・婚約できた(14%)」を合わせると、40代女性の4割以上が交際以上の成果を上げています。

「40代の現実 is 厳しい」と言われる一方で、着実にパートナーを見つけているのは希望が持てるデータです。

ただ「デートはしたが交際未満」で止まるケースも約3割あり、出会いを交際に繋げるための工夫が必要なことも見えてきます。

Q5. 40代での利用で「厳しい」と感じた理由は？【複数選択可】

選択肢	回答数	割合(%)
20代・30代よりマッチング率が低い	180	30.0%
同世代や年上からしかアプローチがない	150	25.0%
求める条件に合う男性が少ない	132	22.0%
メッセージが続かずフェードアウトされる	108	18.0%
特に厳しいと感じたことはない	30	5.0%

合計(総回答数)	600	100.0%
----------	-----	--------

【解説】

40代での利用で「厳しい」と感じた理由として「20代・30代よりマッチング率が低い(30%)」が多く集まりました。

次いで「同世代や年上からしかアプローチがない(25%)」となり、年齢の壁や理想と現実のギャップに直面する女性が多いことがわかります。

「特に厳しいと感じたことはない」はわずか5%にとどまり、多くの40代女性が何らかのハードルを感じながら活動している実態が明らかになりました。

Q6. アプリで出会った「やばい」体験は何ですか？【複数選択可】

選択肢	回答数	割合(%)
既婚者や遊び目的の男性だった	144	32.0%
プロフィール写真と別人が来た	90	20.0%
会話が噛み合わない・暴言を吐かれた	81	18.0%
業者やマルチ商法の勧誘だった	72	16.0%
デート代を全額払わされた	36	8.0%
特にやばい体験はない	27	6.0%
合計(総回答数)	450	100.0%

【解説】

アプリで出会った「やばい」体験としては、「既婚者や遊び目的の男性だった(32%)」が最多となりました。

40代女性の真剣な思いにつけ込む悪質なユーザーも存在するため、事前の見極めが重要です。

また、業者への遭遇や会話トラブルなども一定数報告されており、安全に利用するためにはプロフィールを慎重に確認し、メッセージの段階で違和感を見逃さない自衛が不可欠です。

Q7. 成功するためのコツとして一番重要なのは？【単一選択】

選択肢	回答数	割合(%)
自己紹介文を丁寧に充実させる	105	35.0%
自分から積極的にいいねを送る	75	25.0%
相手への希望条件を広げる・妥協する	60	20.0%
プロフィール写真をプロに依頼する	39	13.0%
複数のマッチングアプリを併用する	21	7.0%
合計	300	100.0%

【解説】

成功するためのコツとして「自己紹介文を丁寧に充実させる(35%)」が最も多く選ばれました。

40代の婚活では、外見だけでなく内面や価値観をしっかりと伝えることが重視される傾向にあります。

続いて「自分から積極的にいいねを送る(25%)」、「相手への希望条件を広げる(20%)」が挙げられており、受け身にならず行動範囲を広げることが、厳しい現実を打破する鍵になると言えます。