

マッチングアプリを使用している10代に関する調査レポート

調査概要

項目	内容
調査名	マッチングアプリを使用している10代に関する調査レポート
調査主体	THE SINGLE編集部
調査対象	マッチングアプリを使ったことのある10代(18歳以上)
調査期間	2026年3月3日～3月10日
調査方法	インターネットリサーチ
調査人数	100名
対象性別	男女
対象年齢	10代
対象地域	全国

Q1. これまでに出会いがあった場所・きっかけを教えてください。(複数回答)

選択肢	回答数	割合
学校・クラス・部活	74名	74%
友人・知人の紹介	52名	52%
マッチングアプリ	48名	48%
アルバイト先	43名	43%
SNS(X・InstagramなどのDM)	38名	38%
趣味・習い事・サークル	29名	29%
その他	8名	8%

※複数回答のため合計は100%を超えます。

10代にとって出会いの最大のは「学校・クラス・部活」であり、74%という圧倒的な割合がこの選択肢を挙げました。

毎日顔を合わせ、共に授業を受け、同じ目標に向かって活動する学校というコミュニティは、10代にとって最も自然かつ深い人間関係が育まれる場所です。

「友人・知人の紹介」が52%と続き、信頼できる人づてに関係が広がるというリアルな出会いのあり方も根強く残っています。

アルバイト先が43%と4番目に位置していることも、学校外の社会的接点として見逃せません。学生が初めて社会に出て異年齢の人々と交流するアルバイトの場が、出会いのきっかけとして機能しているといえます。

こうしたリアルな出会いが依然として上位を占める一方で、「マッチングアプリ」が48%と約半数に達しており、デジタルによる出会いがすでに10代の日常に組み込まれていることを示しています。

こども家庭庁の「令和5年度青少年のインターネット利用環境実態調査」によれば、高校生の99.6%がインターネットを利用しており、スマートフォン専用率も高校生では99.3%に達しています。

このようなデジタルネイティブ環境において、「SNS経由のDM」38%と合わせたオンライン出会いの合計は実質的に86%相当の関与を示しており、出会いのチャネルは急速にオンラインへと重心を移しつつあることが見て取れます。

今後は「リアルかオンラインか」という二項対立ではなく、両者が並行・融合した形での出会いが10代の標準的なパターンとなっていく可能性が高いといえます。

Q2. 現在または過去に使っ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。(複数回答)

選択肢	回答数	割合
タップル	61名	61%
Tinder(ティンダー)	44名	44%
Pairs(ペアーズ)	38名	38%
ハッピーメール	31名	31%
Wippy(ウィッピー)	24名	24%

D ³ (ディースリー)	18名	18%
カップリンク	13名	13%
Memotia(メモティア)	10名	10%
その他	9名	9%

※複数回答のため合計は100%を超えます。

10代の利用経験トップに立ったのは「タップル」で61%と過半数を大きく上回りました。

タップルは趣味や好みをベースにしたカード形式のマッチング機能を持ち、若年層に特化したコンテンツ設計が10代の支持を集めている背景があります。

次いで「Tinder」44%、「Pairs」38%と、国内外の大手アプリが続きます。Tinderは世界規模のユーザーベースと気軽なスワイプ操作が若者に受け入れられており、Pairsも長年にわたる認知度の高さから利用経験者が多くなっています。

注目すべきは韓国発の新興アプリ「Wippy」が24%という存在感を示している点です。グローバルなコンテンツ文化に親しんだ現代の10代が、国内大手にとどまらず海外発のプラットフォームにも積極的にアクセスしていることを示しており、今後さらに利用者が増加する可能性があります。

一方、「Memotia」(10%)や「カップリンク」(13%)は認知・利用ともにこれから広がっていく段階にあり、新規参入アプリが10代市場でのシェアを競っている状況が浮かび上がります。

また、複数のアプリを並行利用している10代が少なくないことも、この設問の回答傾向から推察でき、マッチングアプリの利用が単なる一時的な試みではなく、日常的なコミュニケーションインフラとして機能し始めていることを示唆しています。

Q3. マッチングアプリを使う(使った)主な目的は何ですか？(単一回答)

選択肢	回答数	割合
恋人を作りたい	41名	41%
気軽な出会いや友達が欲しい	28名	28%
暇つぶし・話し相手が欲しい	17名	17%
趣味仲間を探したい	12名	12%
結婚相手を探したい	2名	2%
合計	100名	100%

10代がマッチングアプリを使う目的として最も多かったのは「恋人を作りたい」で41%を占めました。

これは10代という人生の中で感受性が最も豊かな時期に、特定の誰かとの親密な関係を築きたいというごく自然な欲求の表れといえます。次いで「気軽な出会いや友達が欲しい」が28%と続き、この2項目だけで約7割に達します。

10代にとってマッチングアプリは必ずしもロマンティックな目的に限定されたツールではなく、学校という固定的なコミュニティを超えた新たな人間関係の拡張手段としても機能していることがわかります。

「暇つぶし・話し相手が欲しい」が17%と続くことも見逃せません。この背景には、放課後や休日に気軽に会話できる相手を求める孤独感や、SNSでは満たされない双方向の対話へ

の欲求が見え隠れします。「趣味仲間を探したい」(12%)という回答も、マッチングアプリが恋愛目的を超えたコミュニティ形成ツールへと用途を広げていることを示しています。

一方、「結婚相手を探したい」はわずか2%にとどまっており、10代においては婚活という長期的・目的志向的な利用はほとんど見られません。

全体として、10代のマッチングアプリ利用は恋活・友達づくり・暇つぶしといったカジュアルで即時的な動機が中心であり、その利用目的が成人層とは質的に大きく異なる点を認識しておく必要があります。

Q4. マッチングアプリを選ぶ際に最も重視したことは何ですか？(単一回答)

選択肢	回答数	割合
無料・料金の安さ	34名	34%
安全性・運営の信頼性	27名	27%
同年代のユーザーが多いこと	22名	22%
使いやすさ・操作性	11名	11%
身バレしにくい設計であること	6名	6%
合計	100名	100%

アプリ選びで最も重視されたのは「無料・料金の安さ」で34%でした。自由に使える収入が限られている学生が大多数を占める10代にとって、コストは最初のハードルであり続けます。有料課金モデルが主流のマッチングアプリ市場において、無料機能の充実度や初期

費用の低さがアプリ選択の決定打になるという、この世代ならではの経済的制約が如実に反映された結果といえます。

「安全性・運営の信頼性」が27%で2位に入ったことは、10代が単なる娯楽感覚だけでなく、一定の安全意識を持ってアプリを選んでいることを示す注目すべきデータです。

この傾向はきわめて重要な意味を持ちます。警察庁の「令和6年における少年非行及び子供の性被害の状況」によれば、SNSに起因する事犯の被害児童数は令和6年(2024年)中に1,486人に上っており、依然として高水準で推移しています。

その多くが性犯罪を含む深刻な被害であることを踏まえると、「安全性」を重視するという選択眼は非常に正しい方向性ですが、同時に実際の安全確認が困難である点にも注意が必要です。

「同年代のユーザーが多いこと」が22%と続く点も興味深く、見知らぬ大人との接触に対する本能的な警戒感が、同世代コミュニティへの志向として現れているものと解釈できます。「身バレしにくい設計であること」は6%にとどまりましたが、この問題意識はQ5・Q6の結果とあわせると実態として一定の広がりを見せており、回答者が「最重視した1つ」を選ぶ設問形式の特性上、潜在的な関心は数字以上に高い可能性があります。

Q5. マッチングアプリを使っていることを周囲に知られた(知られそうになった)経験はありますか？(単一回答)

選択肢	回答数	割合
ない	54名	54%
ある	31名	31%
わからない・覚えていない	15名	15%

合計	100名	100%
----	------	------

「ない」と答えた方が54%と過半数を占めた一方で、「ある」と答えた方が31%おり、実に約3人に1人が身バレや身バレの危機を経験していることがわかりました。

さらに「わからない・覚えていない」(15%)を加えると、実態として身バレが起きていた可能性がある回答者は全体の46%に及ぶという見方もできます。

この数字が高い背景には、10代特有のコミュニティ構造があります。学校や部活動・習い事を通じて形成された人間関係のネットワークは非常に密度が高く、同じ地域・学区内で複数のSNSや連絡手段が相互に絡み合っています。

マッチングアプリのプロフィール写真が特定され、あるいは同じ学校の生徒にアプリ上でマッチングされてしまうといったリスクは、成人ユーザーと比べて格段に高いと考えられます。こども家庭庁の「令和5年度青少年のインターネット利用環境実態調査」では、高校生の99.3%がスマートフォンを専用で所持していることが示されており、デジタル空間と日常生活の境界がほぼ消失した世代であるともいえます。常にオンラインで繋がっている状態だからこそ、アプリの利用情報が流出・拡散するリスクも常に隣り合わせであり、身バレ対策の重要性は10代において成人以上に切実な問題です。

Q6. 身バレ対策として意識したことがあるものをすべて教えてください。(複数回答)

選択肢	回答数	割合
ニックネームを本名と無関係にした	58名	58%
プロフィール写真を顔なしにした	51名	51%
SNSと連携しないようにした	46名	46%

位置情報をオフまたは非公開にした	39名	39%
シークレットモードを使った	21名	21%
特に何もしていない	18名	18%

※複数回答のため合計は100%を超えます。

身バレ対策として最も多く実践されていたのは「ニックネームを本名と無関係にした」(58%)でした。

次いで「プロフィール写真を顔なしにした」(51%)、「SNSと連携しないようにした」(46%)と続き、名前・顔・SNSアカウントという3つの個人識別要素を切り離すという対策が10代の間で広く実践されていることが確認できました。これは自衛の意識が高い回答者の中で直感的かつ的確な対策行動が取られていることを示しており、ある程度のリテラシーが培われていることがうかがえます。

「位置情報をオフまたは非公開にした」(39%)は、現在地の特定による個人の特定・ストーキングリスクへの意識の表れであり、実際の犯罪被害防止の観点から見ても有効な対策です。

一方で「特に何もしていない」が18%おり、約5人に1人が無防備な状態でアプリを利用していることも判明しました。

これは見過ごせないリスクです。警察庁が令和7年2月に公表した広報資料においても、SNSに起因する事犯の被害児童のうち、フィルタリングを利用していなかった割合が依然として高水準にあることが指摘されており、自衛意識のばらつきが被害に直結しやすい実態があります。マッチングアプリは見知らぬ第三者と直接接触する設計であるため、身バレ対策は単なるプライバシー保護にとどまらず、ストーキングや性犯罪被害を防ぐための安全管理の問題でもあります。

10代がより安心してデジタルの出会いを活用できるよう、アプリ事業者・保護者・教育機関が連携した安全意識の底上げが急務といえるでしょう。

引用元

- こども家庭庁「令和5年度青少年のインターネット利用環境実態調査 調査結果（速報）」（令和6年2月公表）
https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/9a55b57d-cd9d-4cf6-8ed4-3da8efa12d63/fc117374/20240226_policies_youth-kankyau_internet_research_results-etc_09.pdf
- 警察庁生活安全局人身安全・少年課「令和6年における少年非行及び子供の性被害の状況」（令和7年3月公表）
https://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/syonen/pdf_r6_syonenhikoujyokyo.pdf
- 警察庁生活安全局人身安全・少年課「令和7年における少年非行及び子供の性被害の状況について（広報資料）」（令和8年2月公表）
https://www.npa.go.jp/publications/statistics/safetylife/pdf_r7_syonenkohosiryō.pdf
- 警察庁「令和7年版警察白書 特集：SNSを取り巻く犯罪と警察の取組」
https://www.npa.go.jp/hakusyo/r07/pdf/02_tokushu.pdf