

NEWS LETTER

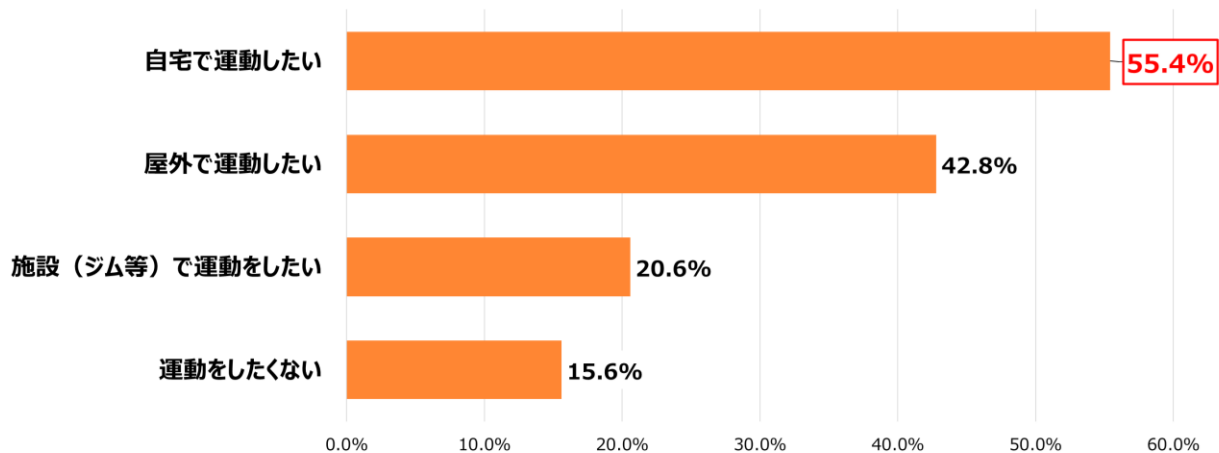
コロナ禍以降広がる自宅での運動と自宅のスペースに関する意識調査

自宅で運動したい人は約 6 割、始めたくても始められない要因は「時間や自宅スペースが足りていない」
～収納のフロアがトランクルーム利用による家のスペースの広げ方について解説！～

エリアルリンク株式会社（本社：東京都千代田区、代表取締役：鈴木貴佳、以下、エリアルリンク）は、日本最大級のレンタルトランクルーム「ハローストレージ」を運営しています。この度、「普段から健康に気を付けている」と回答した 500 名を対象に自宅での運動に関するアンケート調査を実施しました。（調査期間：2024 年 9 月 17 日～9 月 27 日）調査結果とともに、トランクルーム利用によって、自宅スペースを広げるためのポイントをご紹介します。

◆健康のための運動は、“自宅で運動したい”が約 6 割（55.4%）

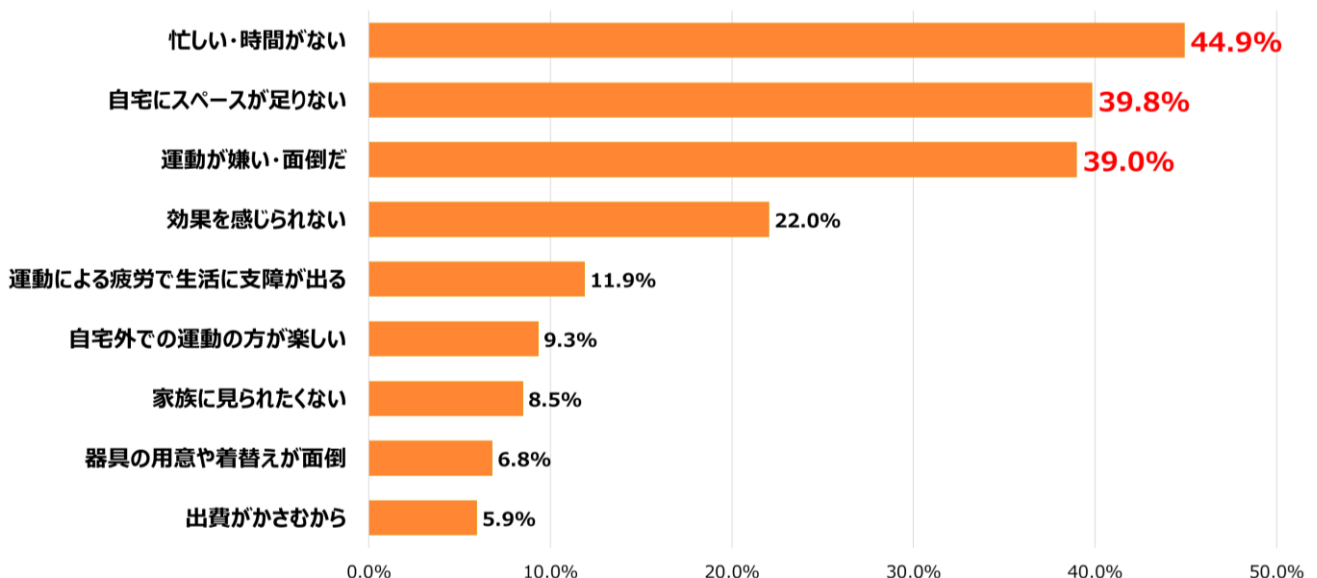
Q. 健康のための運動に関して当てはまるものをお選びください。※複数回答（n=500）



健康のための運動に関して、どのような場所で運動したいか聞いたところ最も多い回答は、“自宅で運動したい”が約 6 割（55.4%）、続いて“屋外で運動したい”（42.8%）、“ジム等の施設で運動したい”（20.6%）、“運動したくない”が（15.6%）という結果になりました。軽い運動やストレッチから始めやすい自宅での運動が最も多い結果になりました。

◆忙しい、自宅にスペースが足りないことが要因で自宅での運動ができていない

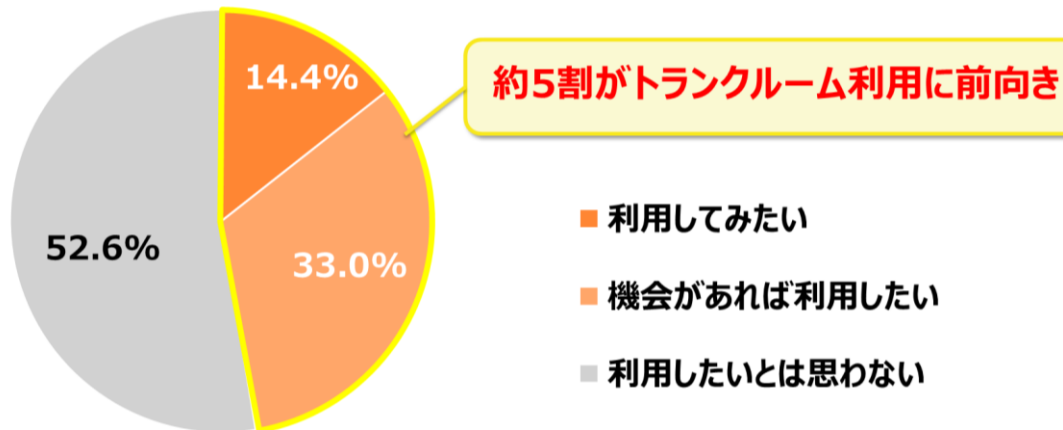
Q. 現在、自宅で運動をしていない理由として当てはまるものをお選びください。※複数回答可（n=118）



“自宅で運動したい”と回答した中で、現在自宅で運動をしていない方に向けて「なぜ、自宅で運動をしていないか」を尋ねると、最も多い回答は、“忙しい・時間がない”（44.9%）、続いて“自宅にスペースが足りない”（39.8%）、“運動が嫌い・面倒だ”（39.0%）という結果になりました。約 4 割の方が、自宅で運動したくても自宅のスペースの狭さが要因で運動の機会を無くしてしまっていることがわかりました。

◆トランクルーム・レンタル収納スペースを利用したい人は約 5 割（47.0%）

Q. 今後、トランクルーム・レンタル収納スペースを利用してみたいですか？（n=500）



トランクルーム・レンタル収納スペースの利用意向について尋ねると、“利用してみたい”、“機会があれば利用したい”を合わせた利用に前向きの方は約 5 割（47.0%）という結果になりました。自宅スペースが足りていない方が多い中で、解決法としてトランクルーム・レンタル収納スペースを前向きに検討している方が半数いることがわかりました。

◆ハローストレージ担当者コメント

自宅での運動・トレーニングについて調査した結果、健康のために自宅で運動をしたいが、自宅にスペースが足りないために運動ができていないという方が多くいることがわかりました。

自宅では、衣類や季節家電、本・漫画、捨てられない思い出の品などの荷物が増えてしまい、スペースが圧迫されるケースが多くあると思います。このようなついついスペースをとってしまう荷物をトランクルームに収納することによって、自宅のスペースを確保することが可能です。また、「ハローストレージ」は 24 時間出し入れが可能な物件も多く、一度収納した荷物でも自由に取り出すことができます。トランクルームを活用して自宅にスペースを確保すれば、健康のための運動にも気軽に取り組むことができるようになるのではないのでしょうか。

物が多い家の片づけのポイントについて、当社運営のコンテンツサイト「kurasul」でもご紹介しています。ぜひご覧ください。

記事：<https://kurasul.hello-storage.com/article119/>

<調査概要>

対象者：普段から健康のために気を付けている 20～60 代男女

調査期間：2024 年 9 月 17 日～9 月 17 日

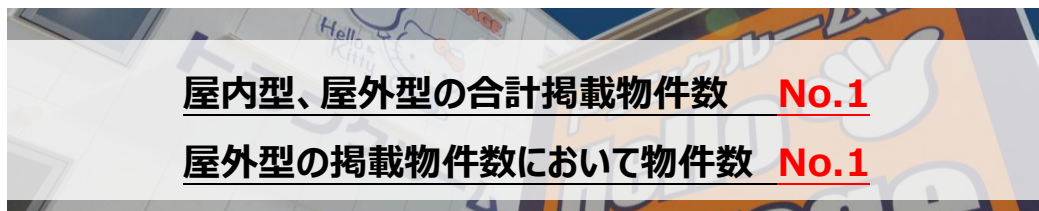
回答数：500 名

調査方法：WEB アンケート

◆「ハローストレージ」概要

コンテナやビルに設けられたレンタル収納スペースを『ハローストレージ』ブランドとして、2,340 物件、107,634 室（2024 年 9 月時点）を展開しています。ストレージ事業は創業以来の主力事業であり、室数は業界最大規模を有します。屋外型、屋内型のトランクルームをはじめ、建物 1 棟をトランクルーム専用に設計した店舗やバイク専用のトランクルーム等さまざまな形でサービスを提供しています。

ハローストレージ HP : <https://www.hello-storage.com/>



※2022 年 3 月期 指定領域（※）における市場調査 調査機関：日本マーケティングリサーチ機構

※屋内型、屋外型の合計掲載物件数・屋外型の掲載物件数において物件数 No.1

※「指定領域」=レンタルスペースの物件数の情報を Web で公開している 8 社（エリアルリンク社独自調査。2022 年 3 月時点のウェブ上での屋内型、屋外型の合計掲載物件数・屋外型の掲載物件数上位 8 社）を対象として、物件数を No.1 検証調査

◆エリアルリンク株式会社 会社概要

社 名： エリアルリンク株式会社
所 在 地： 東京都千代田区外神田 4-14-1 秋葉原 UDX ビル北ウイング 20 階
設 立： 1995 年 4 月
代表取締役： 鈴木貴佳
資 本 金： 6,111 百万円（2023 年 12 月 31 日現在）
上場市場： 東証スタンダード市場
社 員 数： 80 名（2023 年 12 月 31 日現在）
事業内容： ストレージ事業、土地権利整備（底地）事業、オフィス事業、アセット事業
ホームページ： <https://www.arealink.co.jp/>

<本件に関する取材お問い合わせ先>

エリアルリンク広報事務局（共同ピーアール株式会社）担当：田ヶ谷、高杉、瀧澤

Tel : 080-1088-7338 / Mail : arealink-pr@kyodo-pr.co.jp