

## 「朝×学習＝継続できる」は本当？

レアジョブ英会話ユーザー492人に聞いた

レッスンを朝行っている一番の理由は「習慣化しやすい」73%

レッスン時間を昼間や夜から朝に変更した人 49%

～Coin Space by 渋谷区観光協会とユーザー限定 朝30分無料キャンペーン実施～

オンライン英会話サービス事業を運営する株式会社レアジョブ（本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：中村 岳、以下「レアジョブ」）は、レアジョブ英会話のユーザーを対象として「学習時間に関するアンケート」を実施しましたので、調査結果をお知らせいたします。また、朝の英語学習を推進するため、11月15日（火）より「Coin Space by 渋谷区観光協会」と共同で、コインスペースの利用朝30分無料キャンペーンを実施いたします。

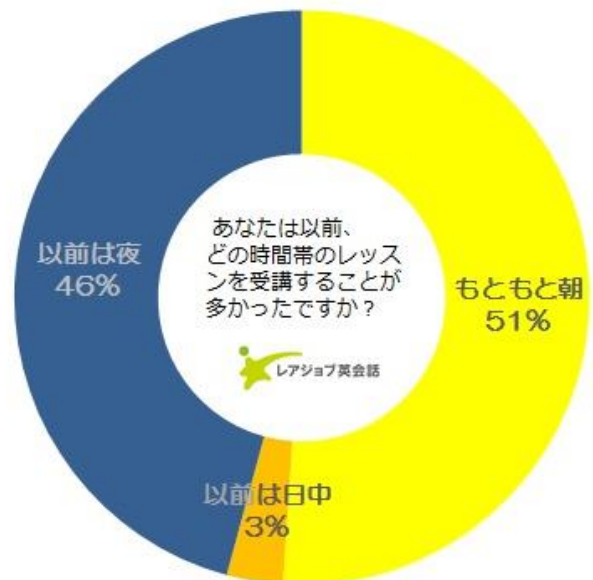
### 調査結果サマリー

日々、オンライン英会話レッスンを行っている「レアジョブ英会話」ユーザー400人に調査をしました。

- 現在朝レッスンをしている人の中で、**以前は日中や夜レッスンをしていたが、朝に切り替えた人は49%！**
- 朝、レッスンを行っている理由は「習慣化しやすいから」
- 実際にレッスンを行っている時間は断然 夜型が多い「夜63%」「朝29%」「日中8%」

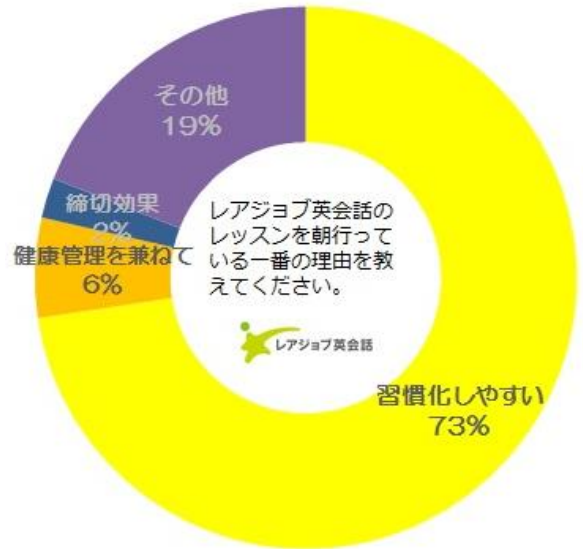
### 調査結果

■ 現在朝レッスンをしている人の中で、以前は日中や夜レッスンをしていたが、朝に切り替えた人は49%！  
朝活が叫ばれて久しい中、実際に朝、英語学習をしている方は「もともと朝型」だったのでしょうか。結果は1位「もともと朝 51%」、2位「以前は夜 46%」、3位「以前は日中 3%」となりました。レアジョブ英会話は20代から40代のビジネスパーソンの利用が多いため、やはりもともとは夜レッスンを受けていた方も多く、約半数が何らかの理由で朝型のレッスンスタイルに切り替えたようです。



■ **朝、レッスンをしている理由は「習慣化しやすいから」**  
爽やかな朝の時間に学習をしている、その理由を伺いました。1位「習慣化しやすい」、2位は「その他」、3位「健康管理を兼ねて」4位「締め切り効果」という結果になりました。

英語学習は特に継続することが上達への一番の近道ともいわれる分野。その継続を意識して学習時間を決めている方が多いようです。朝起きてすぐに講師からのコールを受けて、早速レッスン開始するという日常を送っている方も多くいらっしゃいます。



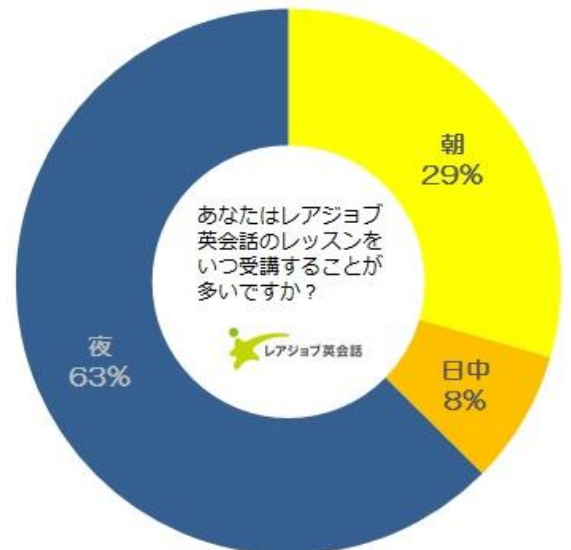
■ **番外編：「その他」を選んだ方の一番の理由は…**

- 8時からレッスンを受けて会社に行くと時間が無駄なく使えるから。
- 時間にゆとりがあり、習った事は頭に入り易い
- 家族が起きる前にレッスンができるので、家事育児と両立することができるから。
- 夜は眠くて休みがちになる。疲労もある。
- レッスンの出来（自分の英語）がうまくいなくても、夜ほど引きずらず、前向きに頑張ろうと思うので。

■ **番外編2：レッスンをしている時間は断然 夜が多い！**

「夜 63%」「朝 29%」「日中 8%」

20代から40代のビジネスパーソンの利用が多いレアジョブ英会話のユーザーに、ご自身のオンラインレッスンの実施時間を聞いたところ、夜の利用が1位（63%）と大多数でした。続いて朝29%、日中8%という結果になりました。



#### 【調査概要】

調査方法：インターネット調査

調査対象：レアジョブ英会話ユーザー（男女比 50：50）

調査サンプル：492 サンプル

調査期間：2016年11月8日～11日

■ **「Coin Space by 渋谷区観光協会」で**

**レアジョブ英会話ユーザー限定 朝30分無料キャンペーンを実施**

誰もが自由に使える時間貸しスペース「Coin Space」を運営するコインスペース株式会社（所在地:港区 代表取締役:佐藤悠太）とレアジョブは共同で、レアジョブ英会話ユーザーを対象に「Coin Space by 渋谷

区観光協会」を朝 7:00 から 10:00 まで最初の 30 分を無償で利用できるキャンペーンを実施いたします。ハイスピード Wi-Fi や電源を全席完備し、Skype を使った会議なども利用できる渋谷駅直結のスペースで、レアジョブ英会話をご利用いただけます。出勤前にレッスンを行いたい方、ご自宅の Wi-Fi 環境が不安定な方など、レアジョブユーザーであればどなたでもご利用いただけますので、是非この機会に朝学習をお試しください。



#### キャンペーン概要

開催日時：2016 年 11 月 15 日（火）～2017 年 1 月 31 日（火）/土日祝日も利用可

開催時間：AM7:00-AM10:00

対 象：レアジョブ英会話ユーザー

特 典：「Coin Space by 渋谷区観光協会」利用時の最初の 30 分が無料

対象会場：Coin Space by 渋谷区観光協会

（東京都渋谷区道玄坂一丁目 12 番 5 号渋谷マークシティ 4 階 クリエーションスクエアしづや内）

[http://coinspace.jp/shop\\_0001/](http://coinspace.jp/shop_0001/)

利用方法：「Coin Space by 渋谷区観光協会」受付にてレアジョブ英会話ログイン後画面を提示するだけ！最初の 30 分が無料となります。

※お一人様 1 日 1 回限りのご利用とさせていただきます。

#### **【Coin Space by 渋谷区観光協会について】**

渋谷マークシティ WEST4 階にオープンした時間料金制スペース。全席電源完備・フリー Wi-Fi・飲食持ち込み可能・ウォーターサーバー・各種充電器・オンライン予約などのサービスを提供しています。料金は、15 分 100 円（最大料金あり）を基本とし、時間帯に応じて 100 円でご利用いただける時間が変動します。勉強や仕事、スカイプやマンツーマンレッスン、会議や休憩、充電など、さまざまなシーンでご利用いただけます。

#### **■ 英語学習のプロフェッショナルが語る「朝×学習＝継続できる」のポイント/有子山博美さん** 朝学習のススメ

効率面でも健康面でも、やはり朝学習がおすすめです。

効率面では、毎朝決まった時間に習慣化しやすい、切り上げやすいこと。夜に持ち越すと、その日のスケジュールによって左右されたり、疲れていたり、挫折しがちです。また、深夜になると妙に頭が冴えてしまい、だらだら続けて寝るタイミングを逃してしまうことも。

健康面でも、やはり早寝早起きがいいですね。朝学習はシャキッと目を覚ますのにも効果的です。寒い季節の早起きは辛いものですが、エアコンを起床時間に合わせてセットして部屋を暖めたり、すぐに淹れられるティーバッグやスティックタイプのラテなどを用意したりと、ぜひ工夫してみてください。起床さえできれば、朝勉強はきっとはかどるはずですよ。

そして朝の学習ツールとして一番のおすすめはオンライン英会話です。先生が待っているから起きざるをえないですし、朝から声を出すことで脳が早く目覚め、限られた時間を有効活用できます。

#### 【有子山博美さんプロフィール】

英語教材プロデューサー。

神戸市外国語大学英米学科を卒業後、学習ソフト制作会社で数々の社会人向け英会話ソフトを企画制作。留学経験なしで英検1級、TOEIC満点を達成するとともに、洋画や海外ドラマを使った「DVD学習」で英語運用力を磨く。現在は英語学習情報サイト Romy's English Café

(<http://www.romyscafe.com/>)

を中心に、メルマガ、Twitter、セミナーなどを通じて情報発信している。著書は『2017 英語手帳』（IBCパブリッシング）、『同僚に差をつける！毎朝10秒の英語レッスン』（中経出版）など。



#### 【株式会社レアジョブについて】

所在地：東京都渋谷区神宮前 6-27-8 京セラ原宿ビル 2F

代表者：代表取締役社長 中村 岳

URL：<https://www.rarejob.com/>

事業内容：オンライン英会話サービス事業

グループビジョン「Chances for everyone, everywhere.」に基づき、世界中のより多くの人々が国境や言語の壁を越えて活躍できる社会をめざし、「日本人1,000万人を英語が話せるようにする。」をサービスミッションに掲げ、マンツーマンオンライン英会話「レアジョブ英会話」を主たる事業として展開しております。「レアジョブ英会話」では、「安価・たくさん量を話せる・高品質」という強みを活かし、「英語を話せるようになるためのサービス」として、2014年6月に東証マザーズに上場し、40万人以上のユーザー（※1）、1,000社以上の法人企業、90校以上の教育機関など多くの方へ提供し、国内No.1（※2）のオンライン英会話サービスへと成長しています。

##### ■提供サービス

- ・[個人向けオンライン英会話サービス「レアジョブ英会話」](#)
- ・[「レアジョブ英会話」法人向けサービス](#)
- ・[「レアジョブ英会話」教育機関向けサービス](#)
- ・[実践演習型ビジネス英会話プログラム「本気塾」](#)
- ・[ブラジル版オンライン英会話サービス「ENPOWER」](#)
- ・[レアジョブ英語学習アプリ「RareJob Apps」](#)
- ・[英語を手段にチャンスをつかむためのメディア「RareJob English Lab」](#)

※1 ユーザー数は、当社の英語サービスすべてのユーザー数（オンライン英会話および Chatty）を記載

※2 MMD 研究所「オンライン英会話の利用に関する調査」（2015.6.19）より

【本プレスリリースに関するお問い合わせ】



株式会社レアジョブ 広報 田形、荒川

メール : [press@rarejob.co.jp](mailto:press@rarejob.co.jp) TEL : 03-5468-7401/FAX : 03-5468-7402