

■ 時に関する日常語。Z世代はどんな感覚？

## 働くZ世代の“時感”意識

- ◆ 「午前様」、5時過ぎ以降の帰宅、Z世代には死語に？
- ◆ 「ちょっと一杯」は“1時間”が目安
- ◆ 「十年一昔」、Z世代は“5～6年”で一昔

シチズン時計株式会社（本社：東京都西東京市、社長：佐藤敏彦）では、全国のZ世代400人を対象に、“時間感覚”についてアンケートを実施しました。

“時”に関する日常語には、どのくらいの時間や時刻を指すのか、人によって捉え方、感じ方の異なる曖昧な言葉が種々あります。特に近年は、デジタル化の急速な進展、SNSコミュニケーションの発達、働き方の多様化などで、時間の使い方にも変化が見られます。辞書で示されるような本来の意味とは違う感じ方をしている言葉もあり、Z世代には意味が通じない「死語」になりつつある言葉もあるようです。そのような時代において、変化の時代の主役として注目を集めるZ世代はどのような“時間感覚”を持っているのでしょうか。“時間語”の受け止め方を通して探ってみました。

### 【 調査概要 】

- ◆ 調査期間 2022年11月1日～2日
- ◆ 調査方法 インターネットによる調査  
(当社作成の設問シートに従って、インターネット調査会社を通じてサンプリング・集計。)
- ◆ 調査対象 全国の18歳～26歳（Z世代）の給与所得者400人（男女各200人）  
※本調査では1996年以降生まれをZ世代と定義し、この内18歳～26歳を対象に調査を実施しました。

※文中・表内の百分率（パーセント）の数値は小数点第2位を四捨五入しています。

そのため、合計が100%にならない場合があります。

この件に関するお問い合わせは下記までお願いします。

シチズン時計(株) 広報IR室  
Tel.042-466-1232(直通)

## 《サマリー》

### ■日常語の“時感”

- ①「未明」 ----- 2時少し前から6時半頃まで (1:58~6:33)
- ②「早朝」 ----- 4時20分頃から7時近くまで (4:19~6:49)
- ③「昼下がり」 ----- 13時から15時半頃まで (13:03~15:34)
- ④「宵の口」 ----- 17時過ぎから19時半頃まで (17:10~19:39)
- ⑤「真夜中」 ----- 23時半頃から午前3時近くまで (23:34~2:46)
- ⑥「夜更かし」 ----- 午前1時を過ぎて起きていること (1:03以降)
- ⑦「午前様」 ----- 5時過ぎ以降の帰宅、Z世代には死語に？ (5:11以降)

### ■ビジネス行動での“時感”

#### ◆電話対応の目安は？

- ・「（電話で）ちょっとお待ちください」—— 待たせても30秒～1分以内
- ・「折り返しお電話します」—— 遅くとも10分以内に
- ・「（電話が込み合っています）しばらく経ってからおかけ直してください」—— 5分～10分後にかけ直す

#### ◆よく使うあの一言の、時間の目安は？

- ・「なるはやでお願いします」—— 5分～30分と捉え方に幅。仕事で使うには注意
- ・「すぐ処理」—— できれば10分以内、遅くとも30分以内に
- ・「さくっと（終わらせます）」—— 気持よく仕事が片付くのは30分以内

#### ◆時間の使い方を有効に！

- ・「ちょっと打ち合わせ」—— 30分以内で
- ・「じっくり打ち合わせ」—— 約1時間が目安
- ・「一服する（一休み）」—— 気分転換は5分～10分
- ・「ちょっと一杯」—— Z世代は「1時間」が目安

### ■四字熟語の“時感”

- ・「十年一昔」—— Z世代は「5～6年」が一昔

## 《日常会話での「時に関する言葉」》

問: 下記の時に関する言葉について、「何時ごろ」を指すのか、あなたの感覚でお答えください。

※表の数値は、回答項目(「何時から」、「何時まで」、「何時以降/頃」)それぞれの平均時間です。

### ① 未明 2時少し前から6時半頃まで [平均値]

始まりの時間、終わりの時間の各平均値を見ますと、「未明」とは**1時58分から6時33分まで**という結果でした。

「未明」は広辞苑によると「夜がまだすっきり明けきらないとき」で、午前3時～日の出までを指すことが多いようです。調査時期(11月1日～2日)の日の出は、東京で6時2分でしたので、夜が明けたころまでを未明と捉えています。

一方、気象庁は0時～3時を「未明」としていますが、調査結果はこちらともズレがあります。

	何時から	何時まで
全体	1時58分	6時33分
男性	2時06分	6時52分
女性	1時51分	6時15分

### ② 早朝 4時20分頃から7時近くまで [平均値]

**4時19分から6時49分までの2時間半程度**を「早朝」と感じています。広辞苑では「あさはやいうち」とあり、気象庁は「夜明けからおよそ1～2時間」と定義しています。これらと比べると、日が昇る前の早い時間から「朝」を感じています。

	何時から	何時まで
全体	4時19分	6時49分
男性	4時15分	6時55分
女性	4時22分	6時43分

### ③ 昼下がり 13時から15時半頃まで [平均値]

**13時03分から15時34分まで**が「昼下がり」の感覚でした。

広辞苑では「正午を少し過ぎた頃。午後2時頃」とありますので、1時間程度、遅くなっています。

	何時から	何時まで
全体	13時03分	15時34分
男性	13時09分	15時51分
女性	12時56分	15時18分

### ④ 宵の口 17時過ぎから19時半頃まで [平均値]

広辞苑では「日が暮れてまもない時」ですが、結果は**17時10分～19時39分**でした。

調査時期(11月1日～2日)の日の入りは東京で16時45分頃でしたので、17時過ぎは「日が暮れて間もない」頃と言え、宵の始まりを比較的正確に感じていると言えそうです。

ちなみに2013年に実施した同様の調査(※)で、本調査と年齢に近い20代(20歳～29歳)の回答は**17時54分～19時31分**でした。9年前の調査であり、対象年齢にもズレがあるので正確な比較はできませんが、当時の年齢の近い人たちよりも、早く「宵」を感じています。

コロナ禍で、自宅で過ごす時間が長くなったり、終業後すぐ帰宅することが多くなったりするなど、生活スタイルの変化で「宵」を感じやすくなったのかもしれませんが。

※「現代人の“時感”調査」(2013年11月発表 / 全国の20～50代ビジネスパーソン対象)

	何時から	何時まで
全体	17時10分	19時39分
男性	17時06分	19時36分
女性	17時14分	19時42分
2013年調査 20代	17時54分	19時31分

⑤ **真夜中** 23時半頃から午前3時近くまで

[平均値]

広辞苑では「夜のもっともふけた時。深夜」とありますが、**23時34分から2時46分まで**を「真夜中」と感じるようです。

	何時から	何時まで
全体	23時34分	2時46分
男性	23時31分	2時53分
女性	23時37分	2時39分

⑥ **夜更かし** 午前1時を過ぎて起きていること

[平均値]

広辞苑では「夜遅くまでおきていること」とあります。結果は**1時03分以降**で、午前1時を過ぎて起きていることを「夜更かし」と捉えています。

2013年に実施した同様の調査で20代（20歳～29歳）の回答は、**0時28分**でしたので、現在のZ世代の方が30分ほど遅くなっています。

	何時以降
全体	1時03分
男性	1時16分
女性	0時49分
2013年調査 20代	0時28分

⑦ **午前様** 5時11分以降の帰宅、Z世代には死語に？

[平均値]

広辞苑では「酒を飲み、また遊び過ぎて、帰宅が深夜の12時過ぎになること」ですが、Z世代は**5時11分以降の帰宅**を「午前様」としています。“深夜12時過ぎて”というより“朝になってから”とイメージしている人が多く、この言葉を「午前の時間」という意味に取っているのかもしれませんが。

	何時以降
全体	5時11分
男性	5時03分
女性	5時20分

残業を減らし帰宅を早くする働き方改革やコロナ禍以降の自粛生活などで、夜に「酒を飲み、また遊び過ごす」ことが少なくなったことも影響しているのでしょうか。

Z世代には「午前様」が死語となったようです。

## 《ビジネス行動での「時に関する言葉」》

問2:ビジネス行動で使われる下記の言葉は、どのくらいの時間を指すと感じますか？

### ■電話対応の目安は？

#### ①(電話で)ちょっとお待ちください → 待たせても30秒～1分以内

(%)

	5秒	10秒	20秒	30秒	40秒	50秒	1分	1分30秒	3分	5分	10分	20分	30分	1時間	平均値
全体	1.3	10.5	12.5	28.8	3.8	2.5	27.3	7.5	3.8	1.3	0.5	0.3	0.0	0.3	1分4秒
男性	1.0	10.5	14.0	26.5	5.0	3.5	25.5	7.5	3.0	1.5	1.0	0.5	0.0	0.5	1分17秒
女性	1.5	10.5	11.0	31.0	2.5	1.5	29.0	7.5	4.5	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	49秒

電話の「ちょっとお待ちください」は、「30秒」(28.8%)、「1分」(27.3%)、「20秒」(12.5%)の順でした。「30秒まで」では過半数(53.1%)、「1分まで」では8割強(86.9%)となり、待たせても“30秒～1分以内”といったところがZ世代の一般的な感覚です。

逆に言えば、電話の相手を1分以上待たせると「待たされている」と感じる人が多いと言えます。

#### ②折り返しお電話します → 遅くとも10分以内に

(%)

	1分	1分30秒	3分	5分	10分	20分	30分	1時間	平均値
全体	4.0	3.3	6.3	21.8	25.5	6.0	15.8	17.5	20分20秒
男性	2.5	3.0	9.5	26.0	23.5	6.0	12.5	17.0	19分9秒
女性	5.5	3.5	3.0	17.5	27.5	6.0	19.0	18.0	21分31秒

ビジネスにおける電話の折り返しは「10分後」(25.5%)、「5分後」(21.8%)が一般的な感覚のようで、遅くとも10分以内に折り返すのが、この世代の一般的な感覚のようです。

一方、「30分」から「1時間後」というスロー感覚の人も3人に1人程度(33.3%)います。

#### ③(ただ今電話が込み合っています)しばらく経っておかけ直してください

⇒ 5分～10分後にかけ直す

(%)

	5秒	10秒	20秒	30秒	40秒	50秒	1分	1分30秒	3分	5分	10分	20分	30分	1時間	平均値
全体	1.8	2.8	2.5	5.8	3.3	0.8	13.3	5.8	9.8	16.5	19.0	1.8	11.3	6.0	10分37秒
男性	2.0	3.0	1.5	6.5	4.5	1.0	15.0	3.5	10.0	16.0	21.0	1.5	9.0	5.5	9分47秒
女性	1.5	2.5	3.5	5.0	2.0	0.5	11.5	8.0	9.5	17.0	17.0	2.0	13.5	6.5	11分28秒

電話が混み合っている時にアナウンスされるのが「しばらく経っておかけ直してください」。かけ直すのは「10分後」(19.0%)、「5分後」(16.5%)、「1分後」(13.3%)の順で、平均値は約10分37秒でした。5分～10分後にかけ直すのが一般的な感覚のようです。

## ■よく使うあの一言の、時間の目安は？

問3:ビジネス行動で使われる下記の言葉は、どのくらいの時間を指すと感じますか？

### ①なるはやでお願いします ⇒5分～30分と捉え方に幅。仕事で使うには注意 (%)

	5分	10分	20分	30分	40分	50分	1時間	1時間 30分	2時間	2時間 30分	3時間	平均値
全体	21.5	24.0	7.3	20.0	3.3	2.5	14.3	1.3	2.0	0.5	3.5	32分 36秒
男性	20.5	22.0	9.0	18.5	5.0	4.0	14.5	1.0	2.0	0.5	3.0	32分 43秒
女性	22.5	26.0	5.5	21.5	1.5	1.0	14.0	1.5	2.0	0.5	4.0	32分 28秒

「なるべく早く」を省略した「なるはや」。依頼事を早めの対応でお願いするときに耳にする言葉です。「10分」(24.0%)、「5分」(21.5%)、「30分」(20.0%)の順ですが、同じ2割台で差はなく、3つに分かれた格好です。

「5分」～「30分」と幅があり、人によって時間の感覚が異なる言葉と言えます。平均値は32分ですので、目安は30分以内というところですが、ビジネス上で使うときには注意が必要な言葉と言えるでしょう。

### ②すぐ処理します ⇒ できれば10分以内、遅くとも30分以内に (%)

	5分	10分	20分	30分	40分	50分	1時間	1時間 30分	2時間	2時間 30分	3時間	平均値
全体	37.3	22.8	8.3	18.5	2.0	3.0	6.3	0.5	1.0	0.0	0.5	19分 56秒
男性	29.5	23.0	10.0	19.5	3.0	6.0	6.5	0.5	1.5	0.0	0.5	22分 52秒
女性	45.0	22.5	6.5	17.5	1.0	0.0	6.0	0.5	0.5	0.0	0.5	17分

「5分」(37.3%)、「10分」(22.8%)、「30分」(18.5%)の順でした。「10分以内」は6割(60.1%)、「30分以内」は8割超(86.9%)となりますので、できれば“10分”、遅くとも“30分以内”というのがひとつの目安のようです。

### ③さくっと(終わらせます) ⇒ 気持ちよく仕事が片付くのは30分以内 (%)

	5分	10分	20分	30分	40分	50分	1時間	1時間 30分	2時間	2時間 30分	3時間	平均値
全体	32.3	25.0	9.8	17.3	2.8	2.3	8.3	1.5	0.3	0.0	0.8	21分 24秒
男性	30.0	19.5	9.0	18.5	4.0	4.0	12.0	1.5	0.5	0.0	1.0	25分 21秒
女性	34.5	30.5	10.5	16.0	1.5	0.5	4.5	1.5	0.0	0.0	0.5	17分 28秒

「さくっと」は、「軽めに」、「テキパキと」などの意味がありますが、時間として捉えるとどのくらいなのでしょう。結果は「5分」(32.3%)、「10分」(25.0%)、「30分」(17.3%)の順でした。

「10分以内」で6割近く（57.3%）、「30分以内」では8割超（84.4%）に達します。

広辞苑では、「ものごとが気持ちよく、あっさり片づくさま」とあります。気持ちよく仕事を片付けられる時間は30分以内と言えます。

#### ④ちょっと打ち合わせ → 30分以内で

(%)

	5分	10分	20分	30分	40分	50分	1時間	1時間 30分	2時間	2時間 30分	3時間	平均値
全体	6.5	25.5	18.5	31.3	3.8	2.8	9.5	1.3	0.3	0.3	0.5	27分 13秒
男性	6.5	25.0	16.5	29.0	3.5	3.5	13.0	2.0	0.0	0.5	0.5	29分 13秒
女性	6.5	26.0	20.5	33.5	4.0	2.0	6.0	0.5	0.5	0.0	0.5	25分 13秒

「ちょっと打ち合わせ」は、「30分」（31.3%）、「10分」（25.5%）、「20分」（18.5%）の順で、30分以内が目安のようです。ちなみに全体の平均値では約27分でした。

#### ⑤じっくり打ち合わせ → 約1時間が目安

(%)

	5分	10分	20分	30分	40分	50分	1時間	1時間 30分	2時間	2時間 30分	3時間	平均値
全体	1.3	2.0	1.8	9.0	5.0	3.3	48.0	7.3	15.0	1.8	5.8	1時間 13分
男性	2.5	2.5	3.5	11.5	5.5	3.0	44.5	5.0	14.0	2.0	6.0	1時間 10分
女性	0.0	1.5	0.0	6.5	4.5	3.5	51.5	9.5	16.0	1.5	5.5	1時間 16分

一方「じっくり」は、半数近くが「1時間」（48.0%）と回答、次いで「2時間」（15.0%）でした。「じっくり」となると、1時間が目安のようです。平均値は約1時間13分でした。

#### ⑥一服する（一休み） → 気分転換は5分～10分

(%)

	5分	10分	20分	30分	40分	50分	1時間	1時間 30分	2時間	2時間 30分	3時間	平均値
全体	25.0	46.3	9.0	9.0	3.3	0.8	3.3	2.0	0.8	0.3	0.5	17分 58秒
男性	23.0	44.0	10.5	9.0	5.5	0.5	3.0	2.0	1.5	0.0	1.0	20分
女性	27.0	48.5	7.5	9.0	1.0	1.0	3.5	2.0	0.0	0.5	0.0	15分 57秒

仕事時間中の気分転換でよく言う「一服する」は、「10分」（46.3%）が最も多く、次いで「5分」（25.0%）でした。10分程度というのが目安のようです。

## ⑦ちょっと一杯 ➡ Z世代は「1時間」が目安

(%)

	5分	10分	20分	30分	40分	50分	1時間	1時間 30分	2時間	2時間 30分	3時間	平均値
全体	2.3	5.8	2.8	13.5	5.5	2.5	35.1	14.3	15.0	1.5	1.8	1時間6分
男性	3.5	6.5	4.0	14.6	7.0	2.5	33.7	12.1	12.6	1.0	2.5	1時間2分
女性	1.0	5.0	1.5	12.5	4.0	2.5	36.5	16.5	17.5	2.0	1.0	1時間10分

勤め帰りの「ちょっと一杯」。「1時間」(35.1%)が最も多く、次いで「2時間」(15.0%)、「1時間30分」(14.3%)でした。一方で1時間未満(5分～50分)という人も3割程度(32.4%)おり、平均時間は約1時間6分でした。

ちなみに、2013年に20代～50代を対象に行った同様の調査で、20代の平均時間は1時間33分でしたので、約30分短くなっています。コロナ禍で飲む機会が少なくなったという事情もありますが、Z世代の「ちょっと一杯」は約1時間というのが目安のようです。

### ■時間を表す四字熟語

問4:「十年一昔」とは、“世の中の移り変わりが激しく、十年も経つと昔のことになってしまう”という意味の四字熟語ですが、ご自身の感覚では、何年くらい前を「昔」だと感じますか？

## ◆「十年一昔」 ➡ Z世代は「5～6年」が一昔

(%)

	10年	9年	8年	7年	6年	5年	4年	3年	2年	1年	半年	平均値
全体	34.0	1.0	5.0	3.8	7.5	29.8	3.5	6.5	2.0	3.8	3.3	6.5年
男性	37.0	1.0	4.5	5.0	9.5	25.5	3.0	5.5	2.5	3.5	3.0	6.7年
女性	31.0	1.0	5.5	2.5	5.5	34.0	4.0	7.5	1.5	4.0	3.5	6.3年

「十年一昔」と言いますが、Z世代は何年くらい前を「昔」と感じるのでしょうか？

従来の意味の「10年」(34.0%)と、半分の「5年」(29.8%)に票が集中。また回答の8割(81.1%)が「5年」～「10年」に集まり、平均値は6.5年でした。Z世代の感覚は、5～6年が経つと「一昔」のようです。

変化のスピードが非常に速いデジタル社会を生きるZ世代ですが、4年以下(半年～4年)の回答が2割弱(19.1%)と少なかったのはやや意外でした。

(以上)