ANNIVERSAIRE

PRESS RELEASE

2026年10月22日

アニヴェルセル株式会社

夫婦円満の秘訣1位は「感謝の言葉」！7割以上が年に1つ以上の記念日をお祝い
【男女1,075名に調査】幸福度を高めるアクション1位は「感謝の気持ちを伝える」
「アニヴェルセル総研」第115弾 恋愛・結婚意識調査

記念日プロデュースを手がけるアニヴェルセル株式会社は、「幸せは、祝福されると記念日になる。」というコンセプトのもと、恋愛・結婚にまつわる実態調査を定期的に行い、「アニヴェルセル総研」の中で調査結果を公開しています。（ https://www.anniversaire.co.jp/brand/pr/soken1/ ）

第115弾は、全国の20代～30代の未婚・既婚男女1,075名の方を対象に「夫婦円満の秘訣」に関するアンケートを実施しました。

「アニヴェルセル総研」 https://www.anniversaire.co.jp/brand/pr/soken1/

夫婦関係を育む「日頃の感謝」と「記念日」、照れくさくて言えない「想いを伝える習慣」に支持

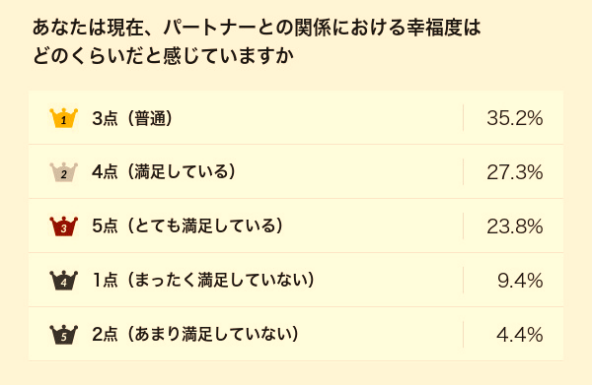
パートナーとの関係における幸福度を尋ねたアンケート調査では、全体の半数以上(51.1%)が現在の関係性に「とても満足」あるいは「満足」している現状が明らかになりました。また、カップルたちの7割以上(70.4%)に「年に1つ以上の記念日を祝う」習慣があり、誕生日や交際記念日など、節目を大切にする習慣が多くのカップルに根付いていることがうかがえます。

さらに、既婚者を対象に「夫婦円満であるために大切だと思うこと」を尋ねたところ、「感謝の想いを言葉にする」が36.6%で1位となりました。また、「普段は照れくさくてできていないけれどしてみたいアクション」でも「感謝の気持ちを言葉や手紙で伝える(25.7%)」がトップとなり、日頃の想いを言葉にすることの重要性が再認識されています。

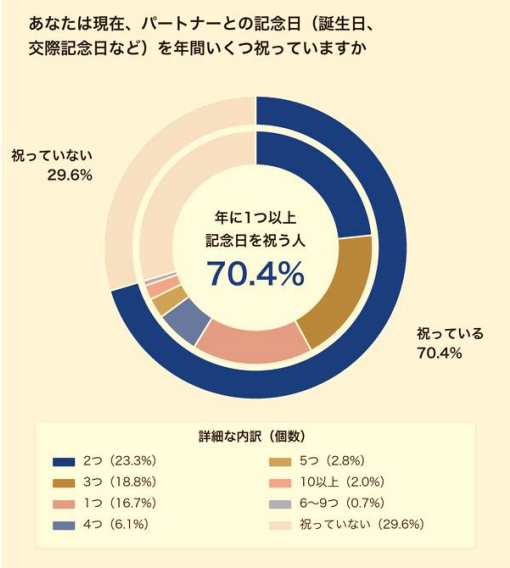
長く一緒に過ごすなかで、相手の存在が当たり前になりがちだからこそ、日常的な言葉掛けや、記念日を通じた特別なコミュニケーションを重ねていくことが、いつまでも心地よい関係を築くひとつのカタチなのかもしれません。

ニュースリリースに記載されている情報は発表日現在のものです。このため、時間の経過あるいは後発的なさまざまな事象によって、内容が予告なしに変更される可能性があります。あらかじめご了承ください。

Q. あなたは現在、パートナーとの関係における幸福度はどのくらいだと感じていますか。



Q. あなたは現在、パートナーとの記念日（誕生日、交際記念日など）を年間いくつ祝っていますか。



ニュースリリースに記載されている情報は発表日現在のものです。このため、時間の経過あるいは後発的なさまざまな事象によって、内容が予告なしに変更される可能性があります。あらかじめご了承ください。

Q. 夫婦円満であるために大切だと思うことをお答えください。

夫婦円満であるために大切だと思うことをお答えください（1位）

感謝の想いを言葉にする	36.6%
記念日を祝う	15.2%
好きな気持ちを伝える	12.7%
共通の趣味をもつ	11.6%
話し合いを大事にする	5.9%
干渉しすぎない	5.5%
約束を守る	4.1%
ごめんねと素直に言う	4.1%
家事を分担する	2.9%
こまめに連絡をとる	0.9%
甘える	0.5%
旅行をする	0.0%

夫婦円満であるために大切だと思うことをお答えください（2位）

感謝の想いを言葉にする	23.8%
共通の趣味をもつ	14.5%
記念日を祝う	12.1%
ごめんねと素直に言う	11.6%
好きな気持ちを伝える	11.4%
約束を守る	9.8%
話し合いを大事にする	5.5%
干渉しすぎない	4.5%
家事を分担する	4.5%
こまめに連絡をとる	0.9%
甘える	0.9%
旅行をする	0.5%

夫婦円満であるために大切だと思うことをお答えください（3位）

感謝の想いを言葉にする	18.0%
記念日を祝う	13.2%
共通の趣味をもつ	11.8%
話し合いを大事にする	11.4%
約束を守る	11.3%
ごめんねと素直に言う	8.0%
好きな気持ちを伝える	7.7%
干渉しすぎない	7.5%
家事を分担する	4.8%
こまめに連絡をとる	2.7%
旅行をする	2.3%
甘える	1.3%

Q. 普段は照れくさくてできていない「パートナーへのアクション」をするとしたら、何をしたいですか。

普段は照れくさくてできていない「パートナーへのアクション」をするとしたら、何をしたいですか

普段は言えない「感謝の気持ち」を言葉や手紙で伝える	25.7%
非日常的な空間でゆっくりと食事を楽しむ	24.8%
付き合った当時の思い出の場所を訪れる	15.2%
お互いの「好きなところ」を改めて伝え合う	12.4%
ふたりの「今」を写真や動画で記録に残す	8.2%
スマホを置いて二人きりの会話だけに集中する時間を作る	7.6%
これからの誓いや約束を話し合う	6.1%

今回の調査からは、日頃から想いを伝え合うことや、節目を大切にすることへの関心の高さがうかがえました。

「記念日プロデュース企業」であるアニヴェルセルは、結婚式という特別な一日だけでなく、おふたりとご家族の人生に訪れるさまざまな記念日に寄り添い続けます。日常の中でメッセージプレートに感謝の気持ちを託せる「アニヴェルセルカフェ」でのひととき、プロポーズプランナーが届ける一生の想い出、大切な人たちと祝福を分かち合う結婚式、そして思い出の場所でドレスコードなくご家族と当時の感動を振り返る「記念日レストラン」まで。

時代とともに価値観が変化し、効率化が重視される今だからこそ、私たちは、特別な日も何気ない日常も、おふたりとご家族の歩みに寄り添い、かけがえのない記念日をこれからもプロデュースしてまいります。

アニヴェルセルの事業紹介はこちら　https://corp.anniversaire.co.jp/service/

ニュースリリースに記載されている情報は発表日現在のものです。このため、時間の経過あるいは後発的なさまざまな事象によって、内容が予告なしに変更される可能性があります。あらかじめご了承ください。

【レポート記事のご案内】
当リリースの内容をもとに、アニヴェルセルの編集スタッフが一般のお客様に読みやすい記事へと編集したレポートを公開しています。こちらで使用している記事およびグラフやイラストなども、当社のリリースであることと、当該掲載記事へのリンクを掲載いただける場合は、自由にご利用いただけます。合わせてご活用ください。

[アニヴェルセル総研]　https://www.anniversaire.co.jp/brand/pr/soken1/
[クレジット]　アニヴェルセル株式会社

【調査概要】
表題：　「恋愛・結婚意識」に関する実態調査
調査方法：インターネット調査
調査期間：2026年9月1日～9月2日
調査対象：全国20歳～39歳の未婚・既婚男女1,075名

アニヴェルセル株式会社について

アニヴェルセルは「幸せは、祝福されると記念日になる。」をコンセプトに、お客様の幸せの瞬間を人生最高の記念日にするお手伝いをしています。日本で初めて「ゲストハウス」を採用し、最先端のトレンド発信地・表参道店や、国内最大規模のウェディング施設・みなとみらい横浜店をはじめ、全国に結婚式場を展開しています。アニヴェルセルはフランス語で“記念日”を意味し、結婚式だけでなく、プロポーズやカフェ・レストランなど記念日を軸とした商品ならびにサービスをご提供しています。

アニヴェルセルの式場一覧はこちら https://www.anniversaire.co.jp/halls/

ニュースリリースに記載されている情報は発表日現在のものです。このため、時間の経過あるいは後発的なさまざまな事象によって、内容が予告なしに変更される可能性があります。あらかじめご了承ください。