



# 思い立ったが吉日！ これから始める 「婚活」

「鳥かご」「荒波」「墓場」…などと聞くと、結婚なんてしなくていいと思うかもしれない。今や男性の5人に1人、女性の10人に1人が生涯シングルの時代、結婚は人生の必須イベントではなくなってきた。

しかし、シングルの人の中には、結婚したい気持ちはあるのに何をどうしたらいいかわからない人や、きっかけがつかめない人もいるだろう。そこで今回は、結婚に向けた積極的な活動「婚活」をテーマに考えていきたい。

## どんな出会いがあるのか？

「婚活」と言っても一体どこに出会いがあるのか？ 参考として、既婚者がパートナーと知り合ったきっかけを見てみよう（図1）。これによると、男女共に「職場や仕事の関係」「友人や兄弟を通じて」「学校」が三大出会いの場となっている。欧米では盛んと聞くネット婚活も、だいぶ浸透してきたようだ。この結果も取り入れながら、「出会い」を増やすための具体的なアクションを書き出してみた（図2）。

結婚に的をしばったアクションとしてまず思いつくのは、結婚相手として良さそうな人がいたら紹介してくれるよう周囲の人に頼んでおくこと。結婚の意志を知らせることになるので、周囲も気にかけてくれるだろう。

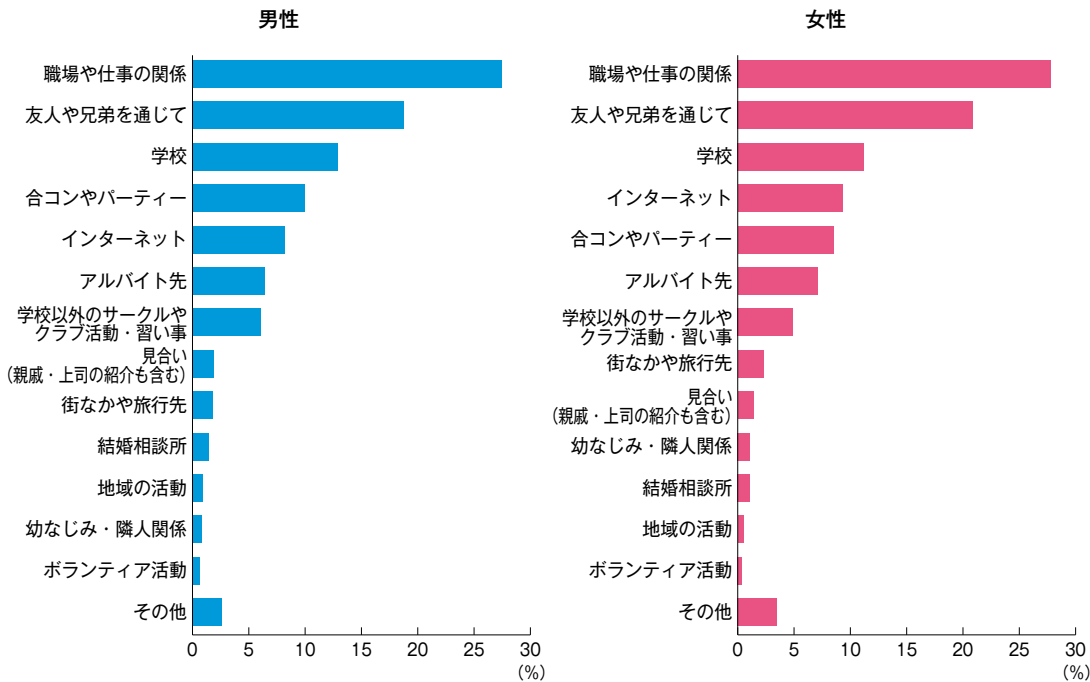
次に考えられるアクションは、婚活の定番

となっている各種婚活イベントへの参加。お見合いパーティーには、俗に「お見合い回転寿司」と呼ばれる男女が輪になって決められた時間内で全員と話をするスタイルや、飲み会のような合コンスタイル、立食パーティースタイルがあり、規模も大人数から少人数まで様々である。街の飲食店を食歩きしながらの合コン「街コン」は明確に結婚を目的とはしていないものの、多くの人と出会える場であることは間違いない。

その他、テニスやゴルフ、フットサルなどスポーツを通して男女が出会えたり、料理や写真撮影など趣味を楽しみながらさりげなく相性をチェックできる趣味コンは、趣味の合った人を探すにはちょうどいいのではないだろうか。お見合いバスツアーは、日帰りだとしても比較的長い時間を過ごすことになるので、その分、相手のことを知るチャンスは増える。

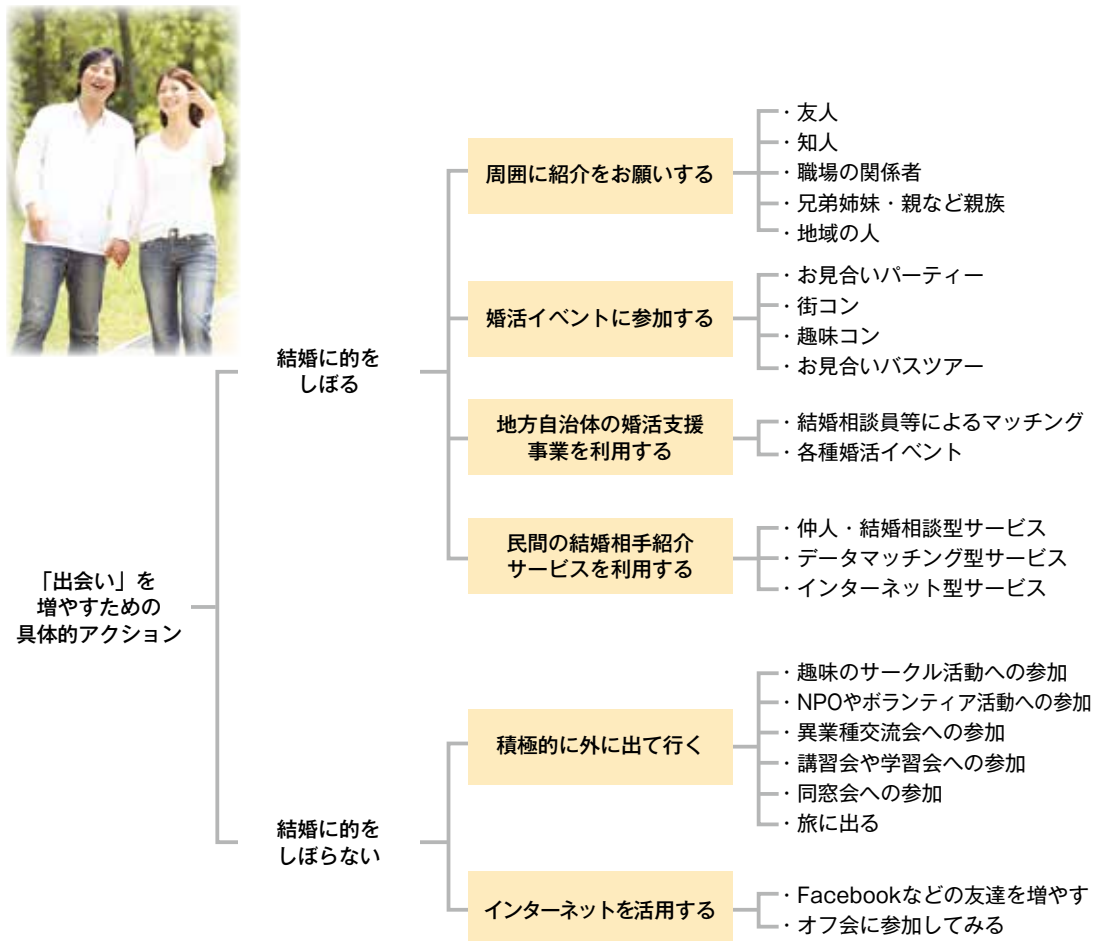
婚活イベントは、民間主催だけではなく地方自治体により主催されているものもある。地方自治体によっては、少子高齢化対策の一環として、結婚相談員などによる登録会員のマッチングやお見合いも実施している。このような婚活支援事業は無料もしくは安い費用で利用できる点がいいが、自治体職員が利用するには難しい場合もあるだろう。また、周囲に知られずに婚活したいという人も少なくないのではないか。そんな時は、民間の結婚相手紹介サービスを利用するのも一手だ。

図1 現在の配偶者と知り合いになったきっかけ



出典：内閣府『結婚・家族形成に関する調査報告書』（平成23年3月）をもとに筆者作成

図2 「出会い」を増やすためのアクション



結婚相手紹介サービスには、仲介者が会員同士を引き合わせる「仲人・結婚相談型」、会員の希望条件などをもとにマッチングする「データマッチング型」、インターネットを使って会員同士が直接やり取りをする「インターネット型」がある。経営形態・

規模は様々で、個人事業主・個人経営が75%以上を占めている。全国で3000社以上あると言われる結婚相手紹介サービスだが、一方で国民生活センターにはトラブル相談も寄せられているため、信頼できる会社かどうかしっかりと見極めた上での利用

が求められる。とは言っても、敷居の高い印象のある結婚相手紹介サービス。中身はどうなっているのかよくわからないという読者が、ほとんどだと思う。そこで、最大手の一つイオングループの株式会社ツヴァイを訪ねてみた。

お話をうかがった株式会社ツヴァイMC  
採用教育部の田中絵麻マネージャー  
(左)と営業部の井上静香部長(右)



## 「結婚相手紹介サービス」って？

### インタビュー 株式会社ツヴァイ

まずは、御社の結婚相手紹介サービスの仕組みを教えてくださいませんか。

基本となるのは「条件マッチング」と「価値観マッチング」です。条件マッチングは30年前の創業当時から使われている仕組みで、年齢や職業など希望条件が双方で完全に一致した方だけをご紹介します。

価値観マッチングは、価値観やライフスタイルの共有に視点を置いて相手を選びたいというご要望にお応えして、新たに開発した仕組みです。この2つのマッチングシステムで、お相手をご紹介しますというのがベースになっています(図3)。

——紹介人数はどのくらいですか。

毎月ご紹介できる人数はコースによって異なり、その分、基本月会費も変わります。一番多いコースは、年間の保証紹介人数が72名なので、毎月6名ほど紹介します。

——現在の会員数はどのくらいですか。

2014年2月現在で約3万6000人です。男女比は49・51とほぼ同数で、男性は40代↓5割、30代↓3割、女性は30代↓5割、40代↓4割で、その他20代、50代、60代以上の順にご入会されています。居住地については関東・甲信越が半分以上、近畿が20%、その他全国で入会されています。

——そうすると、紹介人数も居住地で違ってきますか。

はい。どうしてもお近くの地域からのご紹介を望まれる傾向がありますので、会員数の多いエリアのほうが毎月の紹介人数は多くなります。

入会相談の際、結婚相手に対するご要望を聞いて簡単なシミュレーションをすると、現時点で何名ご紹介できるかがわかります。その人数を参考に、最適なコースをご紹介します。

——紹介人数が多いほうが出会えそうな気がしますすが…。

条件マッチングの紹介に加え、価値観マッチングでは自分からお申し込みができません。それに、お客様のご要望に合った方の情報が届けられるので、内容的には非常に濃いものとなります。

紹介人数の多寡より、一人一人の紹介者をごく大切にして、とにかく会ってみようという活動される会員さまが成婚につながる印象です。全国56店舗のうち昨年最も成婚退会率が高かったのは長野店ですが、それはマリッジコンサルタントや店舗スタッフの

サポート力と、紹介者の中から実際に会った人が多かった結果だと思えます。

——どのくらいの活動期間で成婚退会できますか。

結婚・婚約・交際のお届けで年間約6000人の方が退会されますが、3〜4カ月で相手を見つけられる方が多いです。ただし、この中には会員以外と成婚される場合も含まれています。

——3〜4カ月とは早いですね。

そうですね。皆さん、結婚したいという思いで入会されているので、気持ちが高まるのも早いようです。

「スピーディーな出会い」はツヴァイのPRポイントの一つです。というのも、他社であれば相手を知るために何度もやり取りが必要だったり、別料金となるような情報も、当社では通常コースに組み込まれています。最初からある程度情報を得られる分、時間や手間を減らすことができ、成婚に向けた出会いに集中できるのです。

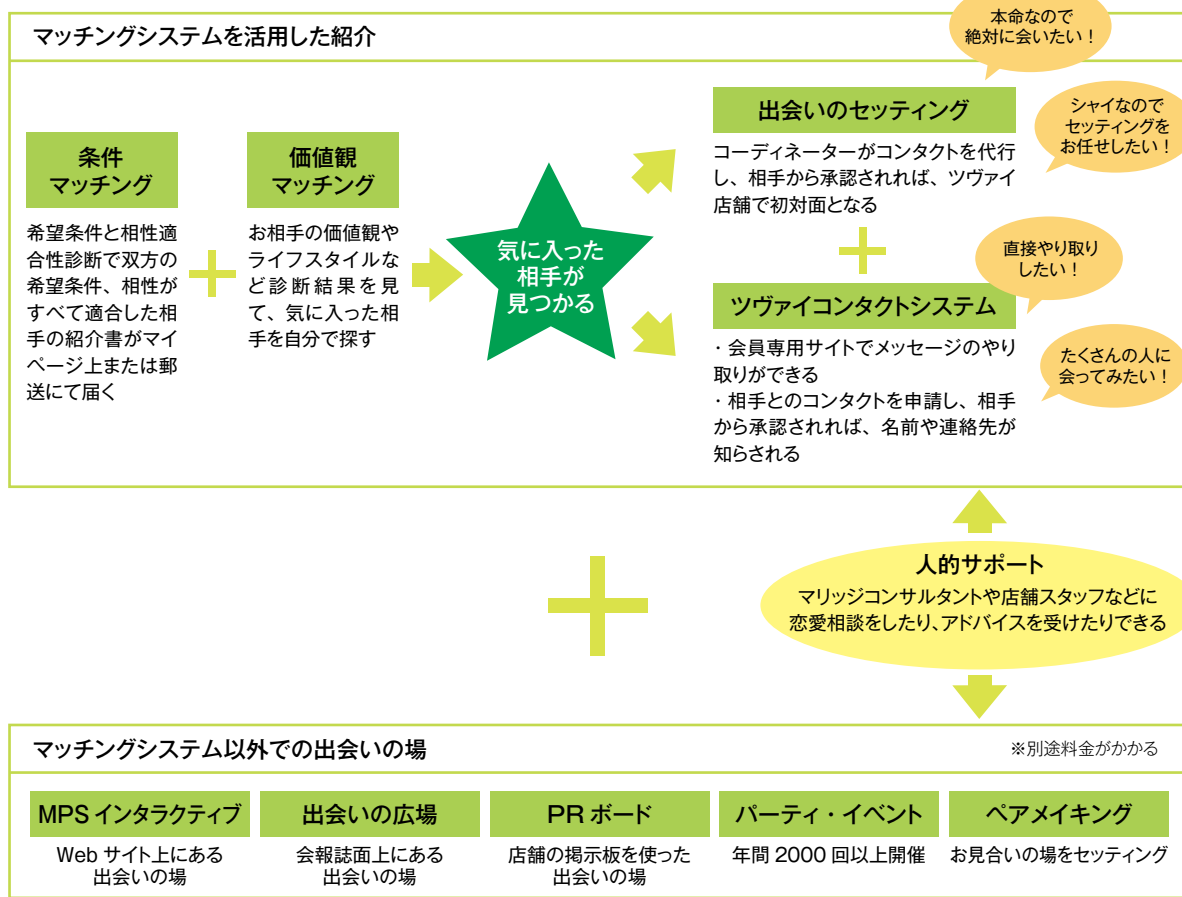
——入会審査はどのようになっていますか。

ご入会の際には、独身証明書、卒業証明書(高専以上)、収入証明書(年収200万円以上)を提出いただきます。その後、申込書に記入された情報と証明書を照らし合わせて確認し、正しい情報であれば会員登録という流れになります。

——マッチング以外には、どのようなサービスがありますか。

マッチングは究極の手法ですが、あくま

図3 ツヴァイの結婚相手紹介サービスの仕組み



■料金の一例(消費税込)

コース名	保証紹介人数	出会いのセッティング	入会時お支払い費用	基本月額費
アクティブ I 72	年間 72 名	年間 24 回 (毎月 2 回)	135,000 円 登録料 32,400 円 情報提供料 42,120 円 活動サポート費 60,480 円	14,904 円 運営費 1,620 円 情報提供料 13,284 円

でも出会いの一つです。例えば、条件マッチングの希望条件で「身長170cm以上」としている、169cmの人は紹介されません。しかし、恋愛にはフィーリングも大切ですよ。

ですから、マッチングでのご紹介以外にも、会員だけが見られるWebサイトや会報誌、店舗の掲示板などを活用して広く自己PRできる出会いの場もありますし、お料理やスポーツなどテーマごとのパーティー、イベントも年間2000回以上開催しています。

—— いろんな角度から、多くの出会いの場が用意されているのです。

未婚の理由を調べてみますと「自分の理想とする異性が近くにいない」が一番に挙げられています。職場に異性がいると言っても、お付き合いだけでなく、結婚相手となるとなかなか難しいようです。つまり、「男女とも圧倒的に出会いが無い」というのが今の時代です。ですから、当社では出会いの場が足りない方のお手伝いをメインに考えています。

実際、会員の方からは「これほど希望条件に合う方は他で見つけれない」「自分の周りだけだと出会えない職業の人に会えた」などの声も頂いています。例えば、40代ともなると周囲の多くが結婚していることもあり結婚相手を探すのは難しいですが、当社では最近、40代の成婚者が増えているんですよ。

—— 40代からの婚活でも間に合うと？

当社の会員の40%以上が40代ですから、40代でも全然遅くありません。

数多くの出会いの場に加えて、当社ではマリッジコンサルタントや店舗スタッフによるサポートもあります。必要な時に様々な場面で恋愛相談ができますし、またマリッジコンサルタント側からのアドバイスで成婚に結びつ



イメージ写真

くこともよくあります。

長年のデータをもとに作り上げたマッチングシステムと、マリッジコンサルティングやスタッフによる人的サポートが組み合わさった相乗効果で、より良い出会いにつながる、成婚退会率も上がる仕組みになっています。

——成婚者の共通点はあるですか。

とにかく素直な人ですね。例えば「スーツを着て写真撮影したほうがいいですよ」

とアドバイスをした時、「いや、自分のスタイルでいきます」と我を通すような人は、正直ちょっと難しいですね。外見や職業も成婚の要素ですが、一番大切な要素は相手を思いやる気持ちですから。

——公務員という職業はプラス要素ですか。

ここ数年の傾向として、公務員はとても人気があります。特に女性は安定を求めているせいか、公務員の男性と結婚したいという声も少なくありません。

——会員の中に公務員はどのくらいいらっしゃるのですか。

国家公務員も含めた「公務員」という括りで約2500人です。ちなみに、全会員の3分の1は法人会員の方です。

——法人会員とは？

当社と契約している企業や地方自治体に

お勤めの方が入会される際、法人会員として割引サービス（活動サポート費30%オフ）が受けられます。

——法人会員になると、勤め先に入会が知られてしまいますか。

その心配はいりません。ご入会時に勤務先をお聞きして、その勤務先が法人契約さえしていれば法人会員になれますから。愛知県職員生活協同組合や川崎市職員生活協同組合をはじめ、多くの地方自治体にご契約いただいています。

地方自治体サイドとしては費用ゼロで法人契約を結ぶことができますし、職員サイドとしては法人会員の割引サービスを受けられるので、福利厚生の一環として活用されています。

——お話、ありがとうございました。

### 婚活体験者の話を聞いてみよう！

出会いにつながるアクションと、その一例として結婚相手紹介サービスを見てきたが、ここからは実際の婚活体験者の話を聞いていこう。30代〜40代の男女3名から婚活体験談を寄せていただいた。

#### 婚活体験談①

【東京都在住・33歳・女性公務員の場合】

私が婚活を始めたきっかけは、30歳の誕生日を迎え、改めて周囲を見回すと友達の

多くが既に結婚したり子育てしていると感じたことでした。とりわけ強い動機になったのは子どもを持ちたいという気持ちです。結婚だけならそれほど焦る気持ちは無かったのですが、出産を考えると、どうしてもタイムリミットがありました。

婚活のツールとして、私は結婚相手紹介サービスを選びました。結婚に向けて一番の近道だと思ったからです。職場の人や友達などに頼んで紹介してもらうこともできたのですが、そうするとゼロからお付き合いを始めることになるので時間がかかります。お見合いパーティーについてもゼロからのスタートという点では同じですし、街コンについてはそもそも私の住んでいる地域で開催されていませんでした。

その点、結婚相手紹介サービスであれば、お互い「結婚したい」という意志ははっきりしていますし、安くない金額を払って入会する分、真剣さも違うはず。予め相手のプロフィールがわかった上で付き合えるから、その分の時間もかからなくて済みます。そこで、数ある結婚相手紹介サービスのなかから、大手でしっかりした印象があつて、通いやすい場所に営業所がある会社に入会しました。きちんとした入会審査もあつたので、プロフィールに対する信頼性が高く、結婚相手探しに専念できる点も良かったです。

入会後は、登録データでお互いの要望が合った人のプロフィールがメールで送られてきて、その中から何名かの方とお会いしま

した。けれども、実際に会ってみるとイメージと違う人も多かったです。

プロフィールの書類には自分自身の手でメッセージを書く欄があったのですが、みんな自分の良いところしか書いてきませんし、正直、文章では何とでも書けると思いました。やはり、実際に会って話をしてみても初めは人柄や性格わかるんだと痛感しました。一度会っただけで「これはダメだ、合わない」という方も何人かいました。

そんな中、一人の男性が積極的に私にアプローチしてくれました。第一印象は可もなく不可もなくくらいだったのですが、「また会いませんか」と誘ってくれて、断る理由も無かったので何度か会っているうちに、相手の長所、短所もわかってきました。

入会して1カ月ちょっと過ぎた頃から付き合い始めて、8カ月くらい経った頃にプロポーズをされました。ただし、その時は私のほうがまだ気持ちを固めきれいでなかった。「3カ月後の私の誕生日まで待つ」とお願いしました。それから3カ月後、彼は再びプロポーズしてくれて、私もOKの返事をして、その4カ月後に無事結婚式を挙げることができました。

彼を選ぶ最終的な決め手になったのは、彼の思いやりの心です。私に対してはもちろんです。それだけではなく私の家族や友達、彼の周囲の人に対しても分けへだて無く思いやりを持って接する姿に引かれて結婚を決めました。

私は消極的な性格ということもあり、もし彼が積極的に誘ってくれなかったら、彼のことを知る時間さえ持てなかったと思います。私を見初めてアプローチしてくれたおかげで、お互いを知ることでもでき、結婚に至ったのだと思います。

#### 婚活体験談②

【東京都在住・35歳・男性会社員の場合】

私が婚活を意識し始めたのは30代に入ってからです。20代は仕事の精神的負担が大きかったこともあり、いつか結婚できればいいやくらいのスタンスでした。

30歳になって間もない頃、友達に誘われたことがきっかけで異業種交流会に出るようになって、そこから数珠つなぎでいろんなパーティーに出るようになりました。社内の付



イメージ写真

き合いだけだと友達の幅が狭まるので、それを広げていきたいというのがメインで、それが結果的に婚活につながっていきました。異業種交流会やパーティーには、これまでの5年間で50回以上は参加していますね。

親の勧めでしぶしぶお見合いをしたこともありですが、まだ若いうちにお見合いをしたがる女性は専業主婦になりたくて結婚したいんじゃないかと思ってしまうから、どうも気が進みません。もちろん、男としては結婚したらどんなことをしても妻を食わせていこうとは思っていますが、最初から専業主婦になることを目的にされたらと困るなど。

それに、私は自ら出向いてアプローチするのが好きだし、まずは友達から始めて恋愛していきたいんです。ゼロからのスタートは大変ですが、自分の中に湧いてくる、「この人を愛したい」「一緒にになりたい」という気持ちを大事にしたい。孤独死が怖いから結婚したいとかじゃなくて、人生を共に歩んでいけるパートナーがほしいと思っています。今は、結婚していないから世間体が悪いなどという時代でもないですから、何が何でも結婚しなければいけないわけでもありません。

職場恋愛と言っても、今の時代は厳しいと思います。下手に誘ったりするとセクハラと言われかねませんし、別れた場合を考えると迂闊に声も掛けられません。それに職場だとすぐに噂が広まりますからね。リ



イメージ写真

スクは高いですよ。昔は社員旅行も盛んで職場恋愛に結びついたのかもしれませんが、今はワーク・ライフ・バランスが浸透してきているので、休日に職場の人と遊ぶことさえほとんど無い。そう考えると、婚活して外の人と会うことが必要になってくるのではないのでしょうか。

街コンにも参加したいと思つたのですが、男性2人1組や女性2人1組が参加条件になっています。でも、それってハードル高いですよ。街コンに行きたいと思つている独身の同性、かつ、その日都合が合う友達を探すのは結構大変です。だから、街コンの主権者には1人でも参加できるように条件緩和をお願いしたいです。

婚活でよく活用されている結婚相手紹介サービスは、まだ利用したことが無いですね。友達から聞いた話だと、土日などに時間単位で会うようですが、次から次に面談していると疲れそうだし、休日がそれで埋まってしまうのも自分には合わないなど。そこまで焦っていないというのがあります。

私の主な婚活ツールは、異業種交流会を通じて得たネットワークですが、それは千差万別だと思えます。ただ、婚活ツールも

一つに限定せずいくつかもつていると、心に余裕が出てくるような気がします。自分自身、過去には、出会った方と先を急ぎすぎて失敗したこともあったので。

逆に、仕事のストレスが大きすぎて、婚活なんてもういいやと思つたこともありま。ただ、パートナーを見つけたという思いは強いので、ストレスが少なくなるとまた婚活モードに戻りました。

私が結婚相手に求める条件は「私を信頼してくれること」と「自分と同年齢以下であること」です。正直、以前は顔やプロフィールにもこだわっていたのですが、今は「一緒にいて幸せだな」と思ってくれる人が一番と感じています。自分の平均余命を考えると、これから先の50年を一緒に生活できる相手かどうかが大事ですから。

実は、今、ネットワークを通じて知り合った方とお付き合いしています。フィリピンが合つて、一緒にいるとすごく落ち着くんですよ。結婚したいと焦る気持ちを必死で抑えつつ、順調にデートを重ねているところですよ。

### 婚活体験談③

#### 【千葉県在住・40歳・男性会社員の場合】

私が婚活を始めたきっかけは東日本大震災でした。現在、私は関東で暮らしていますが、出身は北海道で両親や兄弟とは離れていますし、学生時代は関西で過ごしたため友達も近くにはあまりいません。ですから、

震災があつて以降、一人であるよりも助け合える人がほしいと思つたのです。

とりあえず動いてみて、ダメだったとしてもそれはそれで運命だし、もし縁があればそれも運命だと思い、とにかく試してみることにしました。

婚活の方法はいろいろあるでしょうが、私が選んだのは結婚相手紹介サービスです。インターネットで見積りを取って検討した上で、ある会社を決めました。私にとつて安い費用ではありませんでしたが、上場企業で知名度が高く、安心感があつたのが決め手になりました。

お見合いパーティーに行こうとしたこともあるのですが、恥ずかしがり屋の性格ですし、いかにも婚活という雰囲気苦手だったので躊躇してしまつて…。それに婚活していることをあまり周囲に知られたくない、水下面で活動したいという気持ちもありました。お見合いパーティーだと、知り合いに会場でばつたり会う可能性もありません。

職場には女性社員も多いますが、案外職場で結婚相手を求めているようすは、私自身も仕事とプライベートを分けたいと思つていたこともあり、結婚相手紹介サービスを頼ることにしました。入会したのは、震災があつた年の7月です。入会した最初の月は結局、面談まで進むことはありませんでしたが、翌月には一人の女性と会うことができました。

## Column

佐賀県庁発

かい  
隗より始めよ！

## 県庁から咲かせるしあわせいっぱいの花

佐賀県では現在、「結婚したい」「子どもがほしい」県民を応援し幸せを増やす「418（しあわせいっぱい）プロジェクト」に取り組んでいます。プロジェクトでは、独身男女の出会いの場を創出する「結婚支援事業」や人工授精経費等を助成する「はじめまして赤ちゃん応援事業」のほか「子育てパパの応援企業奨励金」などを実施。これらにより、平成23年は1.61だった合計特殊出生率を、平成29年には当初の推計値よりも0.1ポイントアップ、出生数にして418人上回ることを目指しています。

この一環で、県庁では一事業主とし「まずは隗より始めよ」ということで、昨年6月から職員の婚姻率アップに向けて取り組んでいます。ちなみに、県庁知事部局の職員約3000名の未婚率を調べたところ、女性職員の未婚率が県全体の平均や男性職員と比べて高い傾向にあります。

職員の結婚はプライベートな領域であり未婚の理由は把握していませんが、内閣府の『結婚・家族形成に関する調査報告書（平成22年度）』によると、結婚していない主な理由として「相手に巡り合わないから」「自由や気楽さを失いたくないから」「必要性を感じないから」が挙げられ、佐賀県職員においても同様の理由が考えられます。

そこで、取組みの一つとして職員の婚姻率アップに向けて、各本部の独身の若手職員13名によるプロジェクトチームを結成。定期的に合会を開きながら、イベントの企画・運営を行い、県庁内に限らず市町職員や教職員、民間企業を交えた出会いの場（合コン、イベント）をつくっています。

これまでに合コンを6回実施し、県庁側から延べ32名、市町職員・教職員側からも同数が参加しています。

その中で見えてきた課題として、応募者が少ないことや成果を把握できないことがあります。詳細は調べていませんが、「職員課」という後ろ盾があるので、職員は応募しづらいのかもしれませんが。

また、県では企業間の独身男女の交流をサポートするため「婚シェルジュ事業」も実施しています。これは、婚シェルジュが各企業を訪問し、社員の未婚状況や独身者交流のニーズを聞き、企業同士のマッチングを行うものです。それぞれの職場グループの代表者が中心となり、合コンのような交流イベントも開催されています。

企業からは「公務員と交流したい」というニーズもあるため、県職員のグループも参加しています。今後は、プロジェクトチームの企画とあわせ婚シェルジュ事業への参加にも力を入れていきたいと考えています。

## ■佐賀県と佐賀県庁職員の未婚率（平成24年度）

	佐賀県平均		佐賀県庁職員 ※対象は知事部局の 職員約3,000名	
	男性	女性	男性	女性
20代	77.2%	71.0%	81.5%	87.8%
30代	37.4%	26.9%	30.2%	43.5%
40代	23.3%	13.5%	15.0%	31.0%

初対面では緊張して自分を出せないまま、次の約束にまで至りませんでした。しかし、2カ月後「もう一度会いませんか」とアプローチした時には自分の生い立ちなどをある程度話せました。そこからお付き合いが始まり、1年半後、無事結婚することができました。

実は、お互いバツ1同士なんです。私が相手に求めた条件の一つが「離婚経験」でした。同じ条件のほうがお互い対等であればと思うたから、あえて離婚歴を望みませんでした。振り返ってみると、そこが短期で成り功できたポイントだったと思います。

短期決戦がいいというわけではありませんが、婚活を始めてみて、そんなに長くは続

けられないと感じました。お金も掛かりま

すし、あまり長く婚活していると、欲が出てくると言うか、あれこれ悩みすぎてしまっ

て、決められなくなるような気がしたので。

ですから、1年か、長くてもせいぜい2年

やってみてダメだったら、一人で生きていこ

うと決めていました。今の時代、別に一人

でも生きていけますし、むしろ自由に生き

られるかもくらいに思っていました。

幸いにも、これからの人生を共に歩んで

いける女性に出会えて、今は良かったと思

っています。お互い苦い経験をしているか

らわかり合える部分もありますし、ある程

度達観しているとあります。肩の力

を抜いて付き合える関係がちょうどいい。

婚活を考えている独身者へのメッセージと

しては「悩んでいるなら動いてみましょう」と

言いたいですね。考え方はいろいろあるで

しょうが、金銭面や年齢を考えると婚活は

ある一定の期間しかできないと思います。考

えるよりも行動することで、あなたも理想の

彼女、彼氏に出会えるかもしれませんよ。

以上、婚活について「出会い」を軸に見

てきた。「結婚＝幸せ」と単純にいくもので

はないが、結婚が人生経験を豊かにしてく

れることは間違いない。現在シングルの方

にとつて、何か一つでも婚活のヒントが見

つかれば幸いです。

（取材・執筆／ライター 更田沙良）





## 成功のためのポイント

### ポイント1

#### チャンスを逃さない「スタートダッシュ」

婚活ではスピードも重要です。例えば、お見合いパーティーで気に入った人に会えたら、パーティー終了直後にお茶を飲み誘うか、難しければ次に会う約束、それもできれば1週間以内に会う約束をしたほうがいいでしょう。それは相手に対して「あなたに興味を持っていますよ」という意思表示になります。

連絡先もその場できちんと交換します。名刺を渡す際は、職場の連絡先だけだと相手が躊躇するかもしれないので、プライベートの携帯電話番号かメールアドレスを書いておきます。女性で名刺を持っていない場合でも、手書きで構わないのでメールアドレス、携帯番号を書いたネームカードを持っていくといいでしょう。

せっかく相手にいいなと思われても、連絡先がわからないと次につながりません。そのあたりのツメの甘い人が多いようです。時間と共に熱は冷めていくもの。「鉄は熱いうちに打て」の気持ちで、盛り上がっているうちに詰めていくのが成功のポイントです。

今の時代、男性も大人しい人が増えていますから、女性から積極的にアプローチしていくのも「あり」だと思います。

### ポイント2

#### 大切な時間を無駄にしない「3の法則」

3回目のデート、3カ月のお付き合いが一つの目安です。私はこれを「3の法則」と名付けています。

よほど鈍感でない限り、3回も会えば相手との相性はわかります。一緒にいて楽しいかどうか、話が合うかどうか、価値観が合うかどうか……3回のデートで見極めます。

そこから結婚するかどうかを決めるのがだいたい3カ月（10回のデート）くらい。それくらい付き合えば結婚したい人かどうかわかります。それ以上長くなると惰性になって、お互いに時間の無駄遣いになりかねません。

結婚すれば相手との生活が日常になることを踏まえて、その人と24時間一緒にいられるかどうか、自分が死ぬ時に隣にいてほしい人かどうか、価値観や食べ物の好みなど、データだけでは見えないところを確かめていくようにしましょう。

●もっと詳しく知りたい人は…

#### 『「結婚したい」と思われる人の共通点』

(若尾裕之著、PHP研究所刊、2014年)



### ポイント3

#### 長引かせないために「期限を決める」

受験も就活も決められた期限をもとに、計画を立てて行動したはず。同様に、婚活も期限を決めておかなければ、ずるずると長引いてしまいがち。仕事が忙しいからなど言い訳していると、あっという間に時間は過ぎていきます。ですから、明確に「いつ結婚したい」というイメージを強く持ち、短期決戦で婚活に集中することをお勧めします。

例えば、来年3月までに結婚したいと思えば、逆算して12月にはプロポーズ、9月には相手が見つかる必要があります。

婚活は、その先の何十年という人生を共に歩む相手を探す活動です。そう考えれば、受験や就活以上に人生への影響は大きいと言えるでしょう。だからこそ、目標を定め、戦略的に望む必要があるのです。

### ポイント4

#### 「客観的な自己分析」

婚活を始める前に、まずやっておきたいのが「自己分析」です。自分のことをわかっていなければ、どんなやり方でも上手くはいきません。逆に、長所、短所、得意なこと、苦手なことなどをきちんと把握していれば、自分の魅力を知ること自信を持って挑むことができます。

客観的に自分を見つめるためには、家族や友達などのアドバイスを受けるといいでしょう。自分では気づけなかった良いところ、悪いところを知れば、その後の対策がわかってきます。

### ポイント5

#### 「自分の価値観を持つ」

男性は若いうちはとにかく見た目の好みを重視しがちですが、年齢が上がってくると、自分のことを好きになってくれるかどうか気がなります。許容範囲もある程度広い傾向があります。

それに対し、女性は年齢を重ねると目が肥えてきて、相手に対するハードルが上がっていく傾向があります。また、友達や親といった周囲の目線、世間体を気にしがちで、「ステキなご主人ね」と言われるかどうか基準となることもあります。

大切なのは周囲や世間の情報に振り回されず、自分の価値観を持つこと。自分にとって本当に大切なことは何かを知るには、家の中で白馬の王子様を待っているのではなく、積極的に外へ出て、いろんな人と出会って見る目を養うことです。

# 「婚活」成功の ステップとポイント

株式会社未来総合研究所代表取締役社長 若尾 裕之



プロフィール

【わかお ひろゆき】1961年生まれ、立教大学経済学部卒業。日産自動車宣伝部で数々のヒットCMを担当した後、数社を経て独立。現在、未来デザインコンサルタントとして、人生の最期をイメージした幸せな生き方を提案。多くの交流会、パーティー、セミナーなどのイベントもプロデュースし、その経験から恋愛・結婚についての造詣も深い。

## 成功のためのステップ

### 明るい笑顔で普通以上を目指す「初対面」

初対面の印象はかなり重要です。ルックスだけではなく、雰囲気や話し方、しぐさなども含めて直感的に感じるころがあるため、ここで生理的に受け入れられないと、その後の挽回は難しくなります。

ポイントは笑顔です。暗い、辛気くさい、とっつきにくい印象はマイナス要素。明るい雰囲気、笑顔が素敵だと評価は上がります。初対面での印象を良い、普通、悪いの3段階に分けるとしたら、少なくとも「普通」くらいには思われるようにしましょう。

### 相手本位を心掛ける「会話」

男女共に、相手の話を聞く姿勢がポイントです。話に合わせてうなづいたり、相づちを打ちながら聞きます。その上で、相手に質問を投げかけるといいでしょう。「質問＝相手に対する好奇心」。自分に興味を持ってくれる人には好意を持ちますし、興味のあることは話しやすいものです。その話を掘り下げながら広げるようにすれば、会話は弾んでいくでしょう。自分がよく知らないことでも、相手に質問していけば話はつながります。

ここで肝心なのはあくまでも相手本意ということ。男性にありがちなのが、相手の興味も考えずに、自分本位で話したり、自慢話をする事です。相手の話に反論したり、議論するのもよくありません。女性の場合、男性のプライドをくすぐるのが秘訣です。「すごいですね」「知らなかったです」と驚きながら聞いてあげると、男性は気分良く話すことができるでしょう。話題としてタブーなのは、政治や宗教、家族構成、身体的なことについて。最初のうちは趣味の話などが無難です。

話すのが苦手という方も少なくありません。しかし、自分ほとんど話さなかったとしても、聞き上手になれば、相手に話し上手な人という印象を与えることができます。相手と自分の話す比率が8:2くらいの気持ちで接すれば、上手くいくでしょう。



### お互いを知るための「デート」

1回目のデートは喫茶店でお茶がお勧めです。食事となると、お互いにとって負担になる可能性があるからです。気が合かわからない相手と長時間一緒にいるのは苦痛ですが、お茶なら1時間程度で済みます。

店の雰囲気としては、静かにBGMが流れている照明もちょっと暗めの落ち着いたところであれば、話に集中できます。自分の知っている店を選ぶか、知らない店を選ぶなら一度下見に行っておくくらいの準備が必要です。

2回目のデートは、いよいよレストランでの食事です。1回目のデートでリサーチした相手の好みに合わせて店を選びますが、味だけでなく、スタッフの対応なども含めて会話が盛り上がりやすい店かどうかチェックします。

支払いはデリケートな問題で、世代やお互いの年収によっても異なります。私の感覚では、2:1か3:1で男性が多く出したほうが良いように思います。特に、男性が予約したレストランなら男性が出すべきでしょう。とは言っても、女性も自分も支払う意思を見せましょう。「次は私が出しますね」くらいは言ったほうがいいでしょう。または「甘い物は好きですか?」と聞いて、食事後にスイーツを食べに誘う手もあります。そうすると、気配りできる女性という印象を与えられます。

3回目には、1日デートをお勧めします。ドライブしたり、水族館に行ったり、映画を見て食事をしたり。少し長い時間を過ごすことで、相手の長所、短所が見えてきて、付き合っているかがわかります。

### 外見から内面を判断される「ファッション」

●男性の場合 → まずは清潔感に気をつけましょう。自分では気づきにくい臭いやツメもチェックします。服装について、最低限ジャケットは着るようにしましょう。逆にブランド物などでオシャレし過ぎも、金遣いが荒いのではないかと、こだわりが強すぎるのではないかなど、相手からの警戒心につながる所以要注意です。

●女性の場合 → 清楚なファッションのほうが断然印象は良くなります。派手系やセクシー系はあまりウケません。濃い化粧やきつすぎる香水もNG。ブランド物も、あえて身につけないくらいの心掛けが必要です。