（分）

	10代（n=403）		20代（n=974）		30代（n=1,000）		40代（n=1,221）	
1位	YouTube・TikTok	180.2	YouTube・TikTok	149.2	テレビ番組	130.9	テレビ番組	144.0
2位	X・Instagram・Facebook	126.3	テレビ番組	138.3	YouTube・TikTok	111.9	YouTube・TikTok	92.0
3位	テレビ番組	106.5	X・Instagram・Facebook	113.3	X・Instagram・Facebook	71.9	ラジオ番組	71.9
4位	家族や知人と対面	89.4	ラジオ番組	112.2	Webサイト閲覧	68.2	Webサイト閲覧	63.7
5位	ラジオ番組	78.3	新聞	98.5	ラジオ番組	68.1	X・Instagram・Facebook	51.4

	50代（n=1,380）		60代（n=1,154）		70代（n=1,227）		全年代（n=7,359）	
1位	テレビ番組	152.5	テレビ番組	184.7	テレビ番組	214.4	テレビ番組	161.3
2位	YouTube・TikTok	75.5	YouTube・TikTok	67.4	ラジオ番組	74.8	YouTube・TikTok	99.5
3位	ラジオ番組	69.0	ラジオ番組	62.6	YouTube・TikTok	61.2	ラジオ番組	74.4
4位	Webサイト閲覧	50.6	Webサイト閲覧	45.7	家族や知人と対面	53.1	X・Instagram・Facebook	65.7
5位	家族や知人と対面	40.9	家族や知人と対面	45.1	Webサイト閲覧	38.4	家族や知人と対面	57.3

注1：各行動を実施している人が対象。
注2：□ICT、□メディア、□対人
出典：2026年情報への向き合い方調査（Web）