

# タイムマネジメントを促すモバイルアプリケーションの ユーザビリティ評価

情報科学ゼミナール 1314038 鈴木 芽生

## 1. 研究動機・研究目的

日本人のタイムマネジメントの効果を高めるためのツールといえば、かつては紙媒体の手帳であった。年度末になると書店に手帳が並び、新しいものを購入する風習が現代も残っている。しかし、情報化社会の到来は、紙の手帳から人間を解放しつつある。手帳のデジタル化、すなわちタイムマネジメントを促すための様々なモバイルアプリケーション（以下、アプリと略記する）の開発は、かつてないほど効率的かつ利便的に人間のタイムマネジメントを促進しつつある。この流れはデジタルネイティブのユーザーが拡大していくことによって、さらに加速し、現代人が身に着けるべき必須スキルに位置づいていくに違いない。それでは、人間のタイムマネジメントには、紙媒体の手帳とアプリのどちらが有効なのだろうか？紙媒体の手帳とアプリではどちらが使いやすく効果的なのかについてのエビデンスは乏しく、未検証の研究課題といえる。そこで、本研究では紙媒体の手帳とアプリの手帳のユーザビリティを調査し、どちらが有効なツールであるのかを明らかにする。

## 2. 研究方法

紙媒体の手帳を使用している大学生 17 名（男子 12 名、女子 5 名）を対象にユーザビリティ調査を行った。対象者は各自が保有するスマートフォンに手帳のアプリケーションをインストールし、過去と未来それぞれ 1 カ月分のスケジュールを入力してもらった。使用期間は 2 週間であり、その間は手帳を使用せず、アプリだけを使用してもらった。対象者には、アプリ使用中にメリットと感じたこと、デメリットと感じたことを SNS (LINE) のネットワークを通して報告してもらった。各自が報告したメリットとデメリットを共有し、深めていけるように調査者と全対象者が情報共有できる SNS (LINE) のネットワークを構築した。報告がない場合には、調査者から夕刻にリマインダーのメッセージを送信した。

## 3. 主な結果と考察

2 週間の SNS (LINE) 調査を通して蓄積したユーザビリティに関する代表的なコメントを表 1 に示した（記述統計の結果は省略する）。メリットとデメリットの 2 側面について、複数のコメントを収集した。

表 1 手帳アプリのユーザビリティに関するコメント

ユーザビリティ	コメント
メリット	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ とっさに予定を聞かれたときにアプリだとすぐ対応できる</li> <li>・ 通知が来ることで予定を忘れない</li> <li>・ 時間が短縮できる</li> <li>・ 予定事の色分けができ、わかりやすい</li> <li>・ 毎週固定の用事をまとめて入力することができる</li> </ul>
デメリット	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 手帳に慣れているため使いにくい</li> <li>・ 見づらい、慣れない</li> <li>・ 予定をいれるのを忘れてしまう</li> <li>・ 手書きのほうが簡単</li> <li>・ シンプルにめんどくさい</li> <li>・ アップデートで使えなくなる、データが消える</li> </ul>

#### 4. 結論

本研究では、ウェブの手帳を利用した際に「アラーム機能が便利」だったという意見が多くみられたが、紙媒体の手帳でのタイムマネジメントのほうが利用しやすいという結果が得られた。紙媒体の手帳では、アラーム機能など指定の時間に知らせてくれる機能は勿論ない。自分で覚えておく、携帯のアラーム機能を自分で設定するなど手間もかかる。しかし、予定を入力するだけのウェブ手帳であれば、効率的に利用できるはずである。また、ウェブ手帳は携帯率の高いスマートフォンから利用できる。時間がないとき、手帳を忘れた時でも簡単に利用できる。詳しく書けるものから簡単に書けるものまで幅広いアプリケーションを無料で選ぶこともできる。タイムマネジメントを積極的に行うにあたり、ウェブの手帳のほうがより簡単にタイムマネジメントを行うことができると考えられる。

本研究で紙媒体の手帳のほうが利用しやすいという結果になった一因は、昔から使い慣れているという点が挙げられる。購入時に自分の使いやすい手帳を見て、聞いて、触って選んでいるため、思い入れがあると考えられる。紙媒体の手帳は自分の好みにカスタマイズできるのが一番の利点と考える。自発的にタイムマネジメントを行いたくなるような手帳を自作するという点がタイムマネジメントをよりいい方向に促すのではないかと考えた。

#### 5. 卒業論文の執筆を終えて

本研究の全ての協力者に心より感謝申し上げます。