

海外渡航における 通信手段・eSIM 利用実態調査

～ 2025 年以降の海外渡航者・eSIM 利用者への独自アンケート ～

通信手段調査 n=146

eSIM 利用実態調査 n=126

調査名	①海外渡航先での通信手段に関するアンケート / ②海外 eSIM 利用実態アンケート
調査対象	①2025 年以降に海外渡航をした方 (n=146) / ②海外 eSIM 利用者 (n=126)
調査期間	2026 年 5 月 (① 5 月 8 日～5 月 29 日 / ② 5 月 9 日～5 月 25 日)
調査方法	クラウドソーシング (ランサーズ) によるインターネットアンケート
設問形式	単一・複数選択、5 段階満足度、自由記述

調査・分析：海外 eSIM の教科書 編集部 | 発行日：2026 年 8 月 8 日

※構成比は小数第 2 位を四捨五入しているため、合計が 100%にならない場合があります。複数回答設問では合計が回答者数を超えます。

目次

1. 調査サマリー（本レポートの要点）
 2. 第1部 海外渡航先での通信手段（n=146）
 3. 第2部 海外 eSIM の利用実態（n=126）
 4. 第3部 利用者の声（サービス別口コミ）
 5. 総括
- 付録 元資料の図表・調査設問

調査サマリー — 3つの要点

- 海外での通信手段は「eSIM」が第一選択に。現地でメイン利用した通信環境は海外 eSIM が 64 件で最多となり、キャリアローミング（36 件）・ポケット WiFi（29 件）を上回った。
- eSIM 利用者の 61.1%が無制限プランを選択。「料金の安さ」を重視しつつ、容量を気にせず使える安心感が支持されている。
- 再利用意向は 85.7%と高水準。「すぐ使える」「SIM カードの差し替え不要」が評価される一方、通信品質・設定・サポートには改善余地がある。

PART 1

海外渡航先での通信手段（n=146）

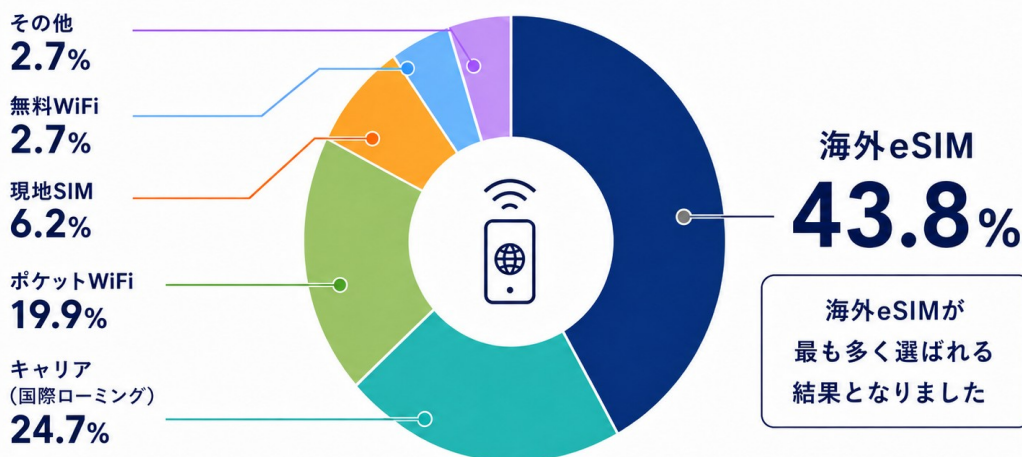
2025 年以降に海外渡航をした 146 名を対象に、現地で実際に利用した通信環境とその選び方を分析しました。渡航先・年代・同行者・目的などの切り口から、通信手段選びの実態を明らかにします。

通信手段の主役は eSIM へ

海外渡航者が現地でメインに利用した通信環境は、海外 eSIM が 64 件で最多でした。第 2 位はキャリアローミング 36 件、第 3 位はポケット WiFi29 件で、eSIM はローミングのおよそ 1.8 倍に達しています。

受け取り・返却が不要で、出発前にスマートフォンだけで準備できる点が、eSIM の選択を後押ししていると考えられます。一方、現地 SIM カードは 9 件、無料 WiFi のみは 4 件にとどまり、通信手段は現地調達型から事前手配型へ移行しています。

海外渡航者のメイン通信手段



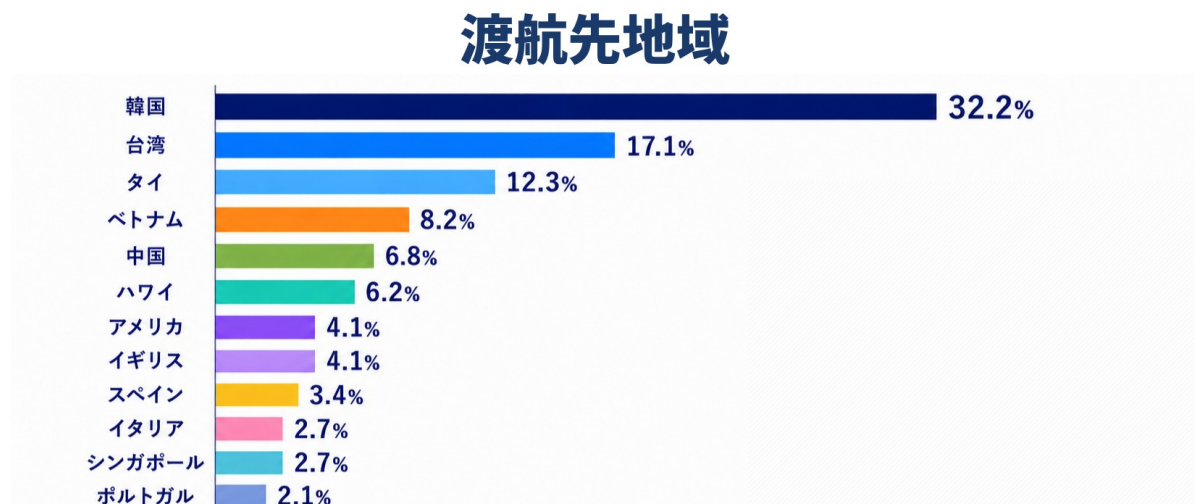
海外eSIMの教科書

調査期間：2026年5月9日～5月31日 | 調査方法：インターネット調査 | 調査対象：2025年以降に海外旅行をした方をした男女
調査人数：海外渡航先での通信手段に関するアンケート146名/海外eSIM利用実態調査126名 | 調査方法：「ランサーズ」によるインターネット調査

読み取りのポイント

- eSIM は年代・同行形態を問わず利用され、短期旅行や家族旅行との親和性が高い。
- ローミングは「設定不要」、ポケット WiFi は「複数端末で共有しやすい」という別の強みを持つ。
- 通信手段を一律に推すのではなく、旅行人数・端末数・渡航目的に応じた提案が必要。

図 1-1 渡航先地域について



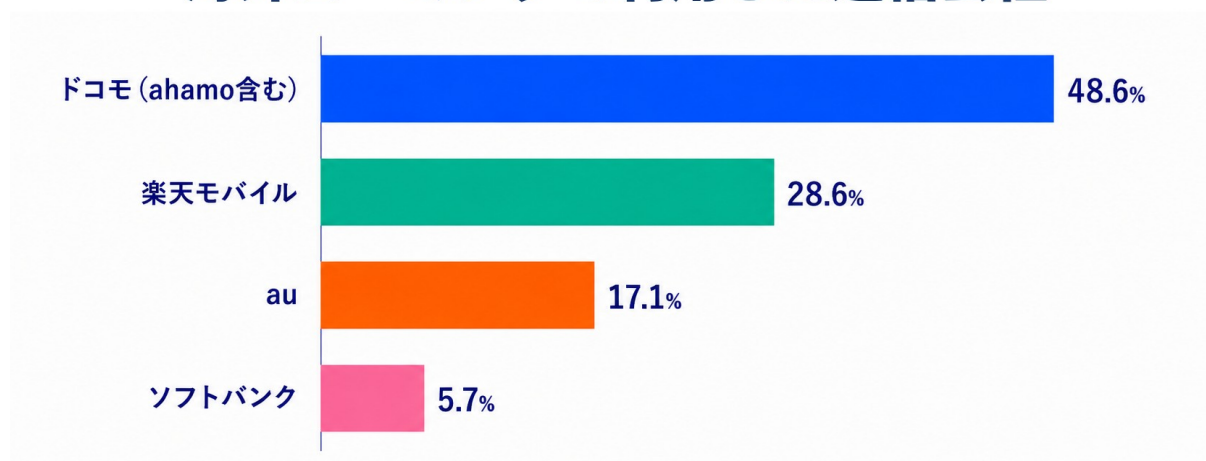
考察

- アンケート調査者の渡航先は韓国が32.2%で最多、台湾17.1%、タイ12.3%が続きました。
- 近距離のアジア圏では、現在利用中のスマートフォン回線をそのまま使える手軽さが選ばれています。

出典：通信手段アンケート（n=146）／元ドキュメント内の画像をそのまま収録

図 1-2 海外ローミングで利用した通信会社

海外ローミングで利用した通信会社



海外eSIMの教科書

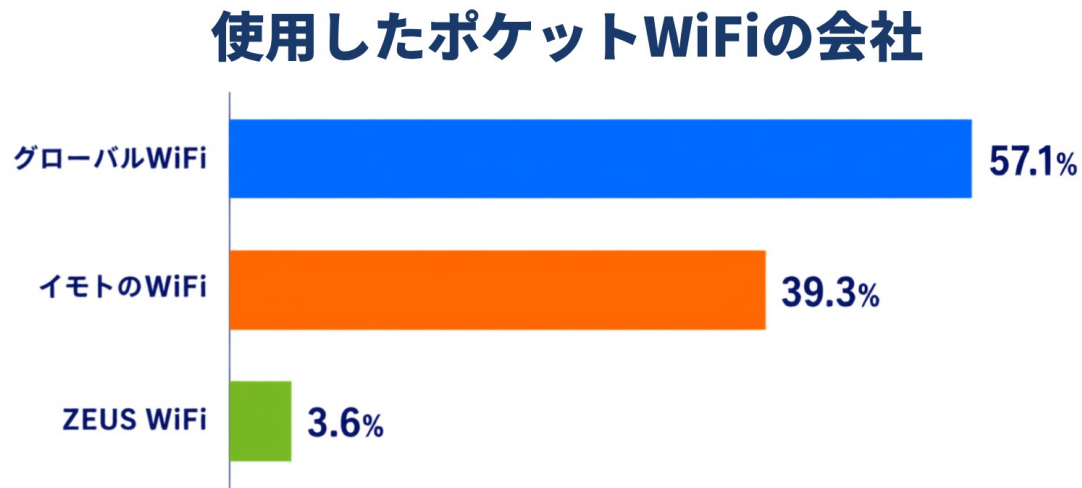
調査期間：2026年5月9日～5月31日 | 調査対象：2025年以降に海外旅行をした男女
調査人数：146名中35名 | 調査方法：ランサーズによるインターネット調査

考察

- ドコモ（ahamoを含む）が48.6%で最多、楽天モバイル28.6%、au17.1%、ソフトバンク5.7%でした。
- 海外利用を基本料金内または定額で利用できるプランの分かりやすさが、利用会社の選択に影響しています。
- ソフトバンクは2026年にキャリアローミングを展開した点でこの調査では少ないです。

出典：通信手段アンケート／キャリアローミング利用者

図 1-3 利用したポケット WiFi の会社



考察

- グローバル WiFi が 57.1%、イモトの WiFi が 39.3% で、2 社が大半を占めました。
- 空港での受け取り・返却や、複数端末を同時接続できる点がポケット WiFi の主な利点です。
- 一方で、端末の持ち運び・充電・返却が必要なため、身軽さを重視する層は eSIM へ移行しやすいと考えられます。

出典：通信手段アンケート／ポケット WiFi 利用者

表 1-1 年代別に見た通信手段の構成比（60 代以上）

年代別 通信手段利用率

通信手段	20代	30代	40代	50代	60代以上
eSIM	46.7%	48.1%	40.0%	44.4%	33.3%
WiFi	6.7%	26.9%	20.0%	22.2%	33.3%
ローミング	13.3%	23.1%	32.5%	25.9%	16.7%
その他	33.3%	1.9%	7.5%	7.4%	16.7%



調査期間：2026年5月9日～5月31日 | 調査対象：2025年以降に海外旅行をした男女
調査人数：146名 | 調査方法：ランサーズによるインターネット調査

考察

- すべての年代で eSIM が有力な選択肢となり、特に 20 代 46.7%、30 代 48.1% と高い割合でした。
- 40 代ではローミングが 32.5% と相対的に高く、年齢層によって「手軽さ」の捉え方が異なることがうかがえます。
- 60 代以上は回答者数が少ないため、構成比の解釈には注意が必要です。

※70 歳の回答者 1 名を「60 代以上」に含めた集計。

通信手段選びの実態

- 海外 eSIM は 64 件で最多となり、旅行者の第一選択肢として定着しつつある。
- ローミングは既存回線をそのまま使える簡単さ、ポケット WiFi は複数端末で共有しやすい点が支持されている。
- 旅行人数、利用端末数、渡航目的に応じて通信手段を使い分ける視点が重要である。

PART 2

海外 eSIM の利用実態（n=126）

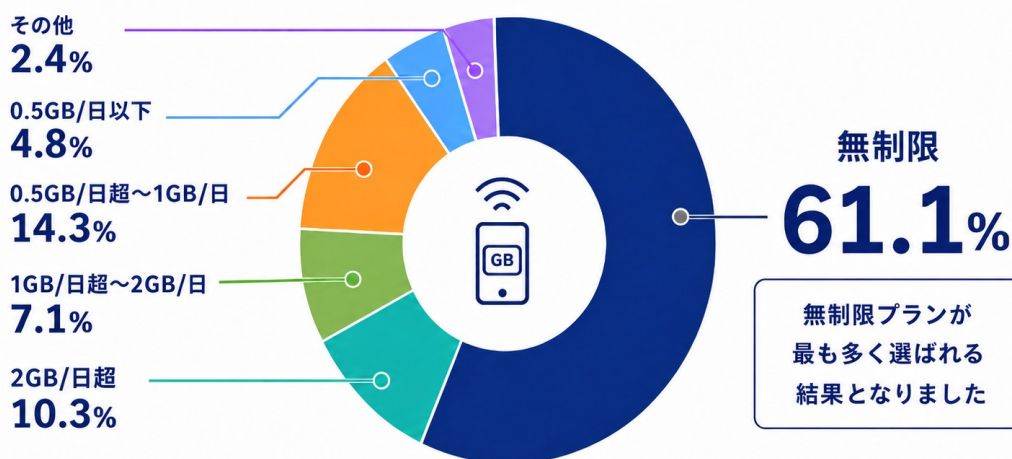
海外 eSIM を実際に利用した 126 名を対象に、選ばれたサービス、渡航先、購入時の判断材料、満足点・不満点、次回の選択基準を分析しました。

eSIM 利用者の選択は「低価格・無制限・手軽さ」へ

利用プランでは無制限が 77 名・61.1%を占め、10GB（19 名・15.1%）、3GB（12 名・9.5%）、5GB（10 名・7.9%）を大きく上回りました。容量を気にせず使える安心感が、eSIM 選びの中心になっています。

購入時の判断材料では「料金の安さ」が 87 件で最多でした。一方、「ブランドの安心感」44 件、「ネットの口コミ」41 件も上位に入り、価格だけでなく信頼性も重要な選択基準となっています。

購入したプランのデータ容量（GB/日）



61.1%

無制限プラン利用

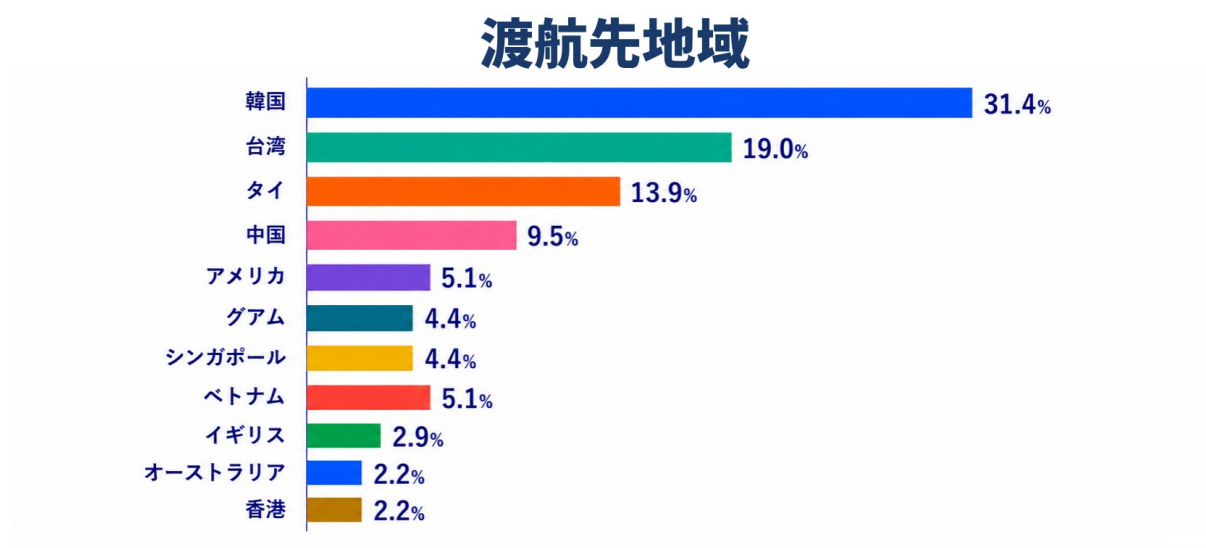
87 件

料金の安さを重視

85.7%

同じ eSIM を再利用したい

図 2-1 eSIM 利用者の渡航先地域

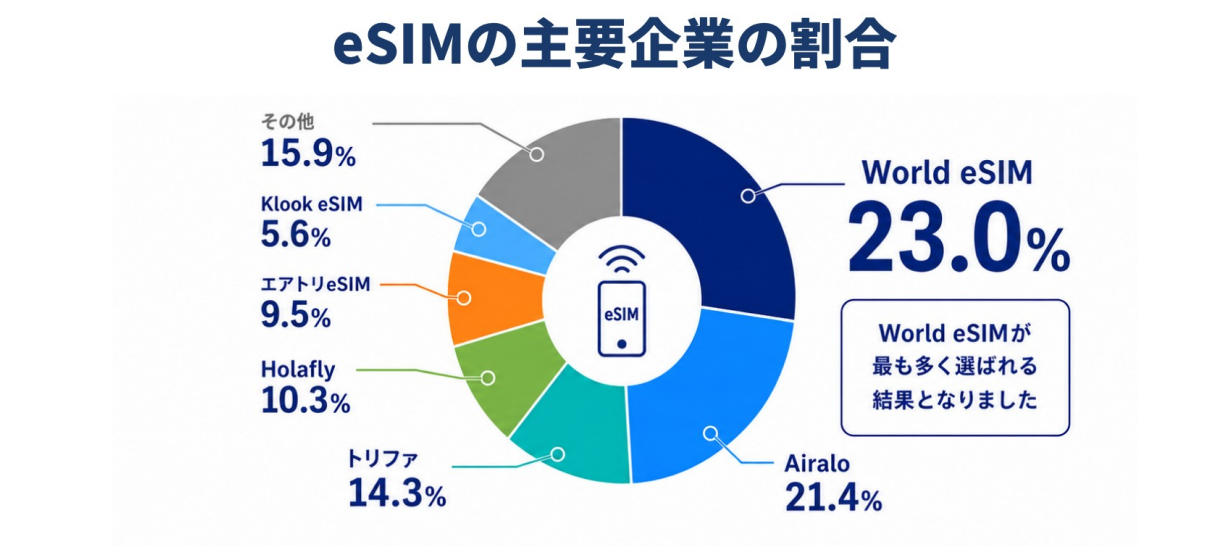


考察

- 韓国 31.4%、台湾 19.0%、タイ 13.9%が上位となり、東アジア・東南アジアの近距離旅行が中心でした。
- 1週間以内の短期旅行が8割超を占めるため、日数単位で購入できるプランや短期無制限プランとの相性が良いと考えられます。
- 周遊旅行では国ごとの買い替えが不要な周遊プランの需要も見込まれます。

出典：eSIM 利用実態アンケート（n=126）

図 2-2 メインで利用した eSIM サービスの構成



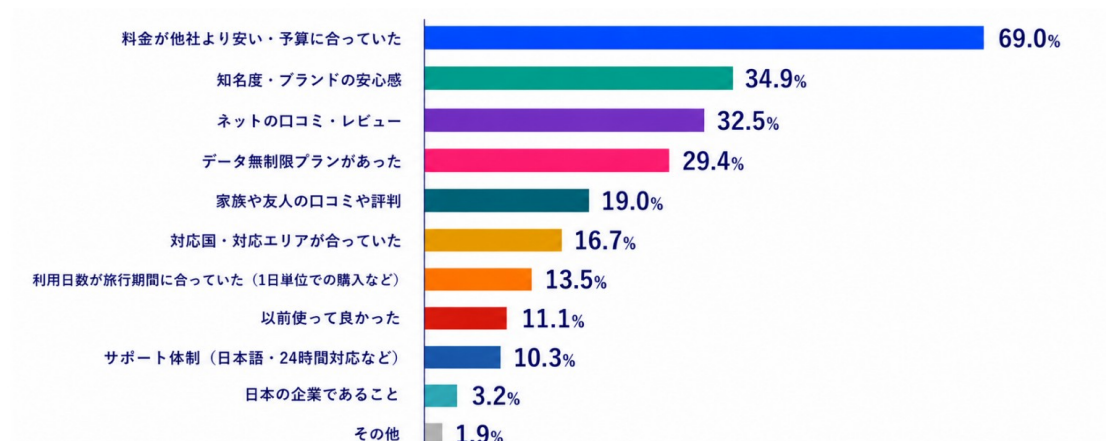
考察

- World eSIM が 23.0% で最多、Airalo 21.4%、トリファ 14.3%、Holafly 10.3% が続きました。
- 上位ブランドが分散しており、特定 1 社が独占する市場ではなく、複数サービスが競合しています。
- 価格、無制限プラン、日本語サポート、アプリの使いやすさなど、ブランドごとの強みが最終選択に影響しています。

出典：eSIM 利用実態アンケート（n=126）

図 2-3 eSIM 購入時の判断材料

判断材料にした理由



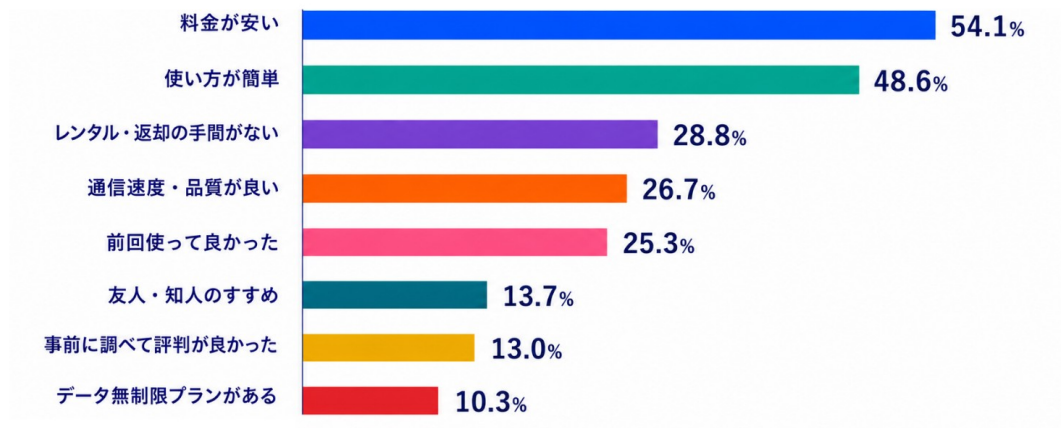
考察

- 料金の安さが69.0%で最も高く、ブランドの安心感34.9%、ネットの口コミ32.5%、データ無制限29.4%が続きました。
- 価格を入口に比較しつつ、知名度や口コミで不安を解消してから購入する流れが見られます。
- サポート体制は選択率が相対的に低い一方、利用後の不満では重要な課題として現れています。

複数回答。元ドキュメントの設問省略・少数項目整理版を使用。

図 2-4 海外 eSIM を選んだ理由（通信手段アンケート）

海外eSIMを選んだ理由

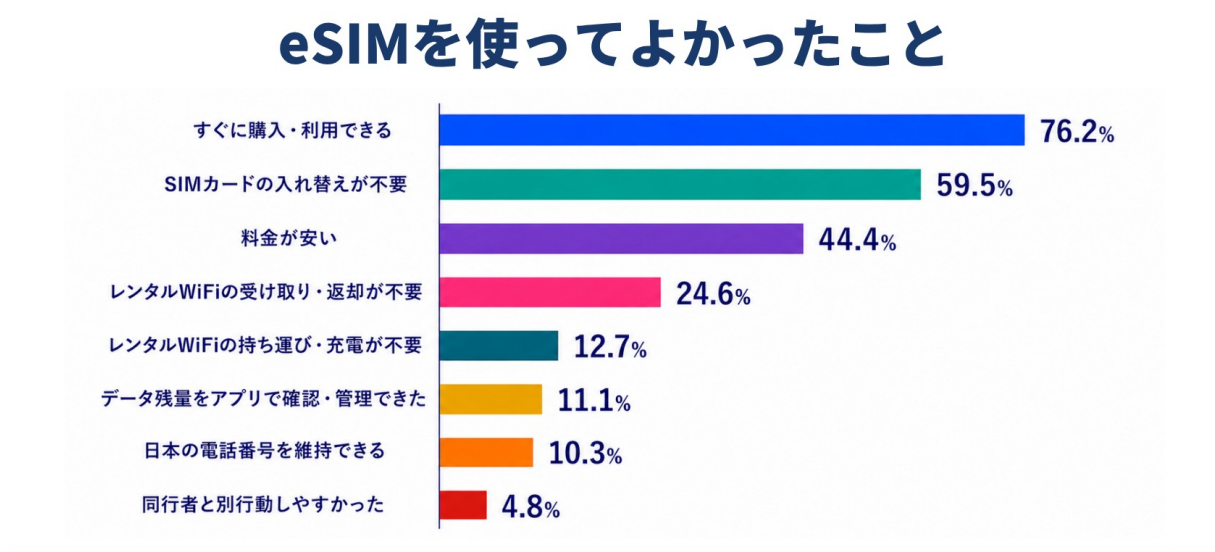


考察

- 通信手段アンケートでは「料金が安い」54.1%、「使い方が簡単」48.6%が上位でした。
- レンタル・返却の手間がない28.8%、通信速度・品質が良い26.7%も支持されています。
- 安さだけでなく、準備から帰国後までの手間を減らせる点がeSIMの価値として認識されています。

出典：通信手段アンケートのうち海外 eSIM 利用者

図 2-5 海外 eSIM を使って良かったこと

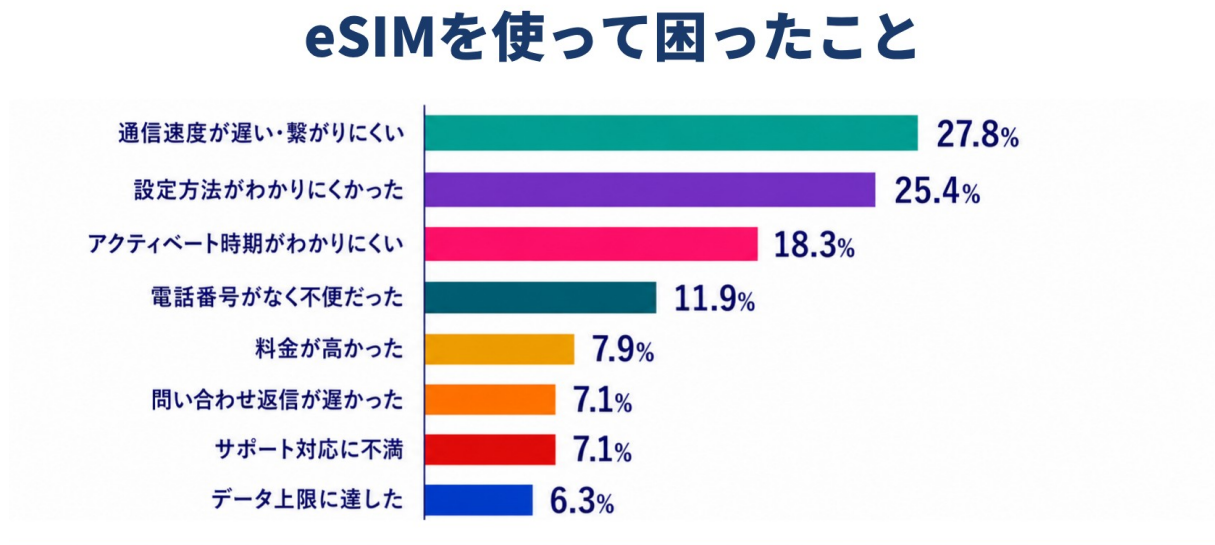


考察

- 「すぐに購入・利用できる」が76.2%で最多、「SIMカードの入れ替えが不要」59.5%、「料金が安い」44.4%が続きました。
- 受け取り・返却や端末の持ち運びが不要という、旅行前後を含めた身軽さが評価されています。
- 利用開始までの速さは、到着直後に地図・翻訳・配車アプリを使いたい旅行者にとって大きな価値です。

複数回答（3つまで）

図 2-6 海外 eSIM を使って困ったこと・不満



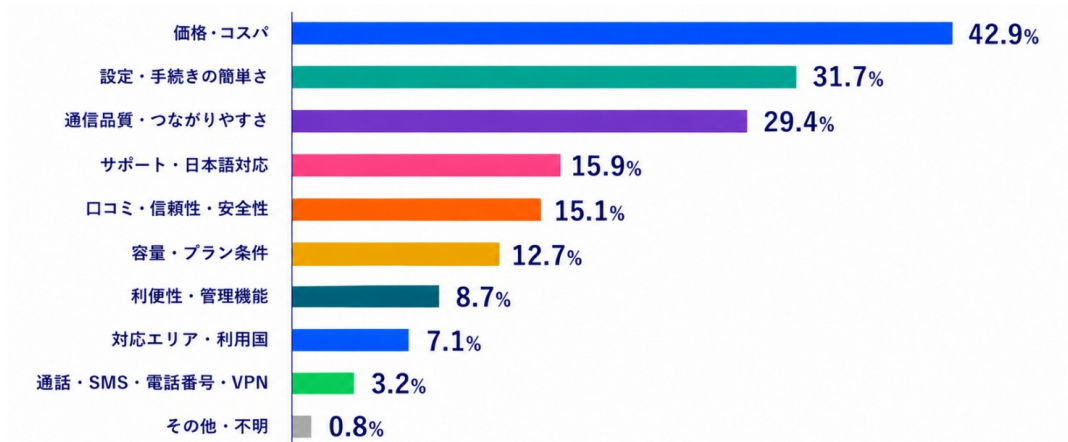
考察

- ・「通信速度が遅い・繋がりにくい」27.8%、「設定方法が分かりにくい」25.4%、「アクティベートのタイミングが分かりにくい」18.3%が上位でした。
- ・利用前の不安は設定、利用中の不満は通信品質に集中しています。
- ・初心者向けの図解、渡航前・到着後の操作の切り分け、迅速な日本語サポートが満足度向上の鍵です。

「あてはまるものはない」を除いた表示版。複数回答（3つまで）

図 2-7 次回 eSIM を選ぶ際に重視するポイント

次回eSIMを使う時に重視するポイント



海外eSIMの教科書

調査期間：2026年5月9日～5月31日 | 調査対象：2025年以降に海外旅行をした男女
調査人数：126名（複数回答） | 調査方法：ランサーズによるインターネット調査

考察

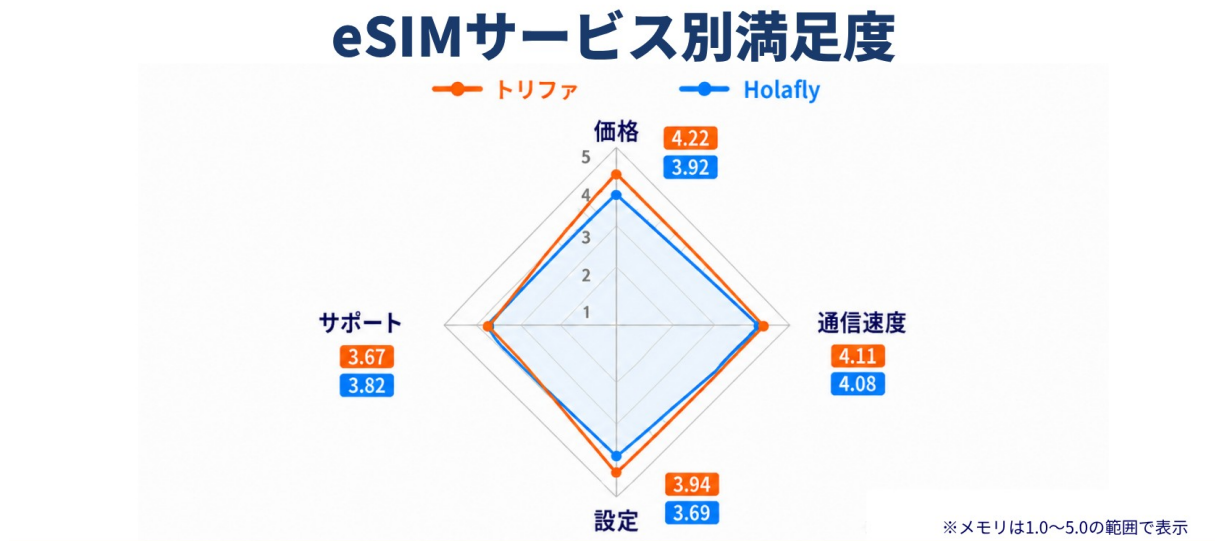
- 次回も価格・コストが42.9%で最多となり、通信・接続の安定性31.7%、設定方法・サポート29.4%が続きました。
- 初回は価格を重視して購入しても、利用経験後は通信品質や設定支援の重要性が高まる傾向があります。
- 継続利用を促すには、安さだけでなく「失敗しにくさ」を明確に伝える必要があります。

自由記述回答を内容別に整理した集計

主要サービスの満足度比較

回答者7名以上の主要サービスについて、価格・通信速度・設定・サポートの平均評価を比較しました。レーダーチャートは各サービスの強みと弱みを相対的に把握するための参考資料です。サンプル数が異なるため、順位づけではなく傾向の把握にご利用ください。

図 2-8 トリファ vs Holafly

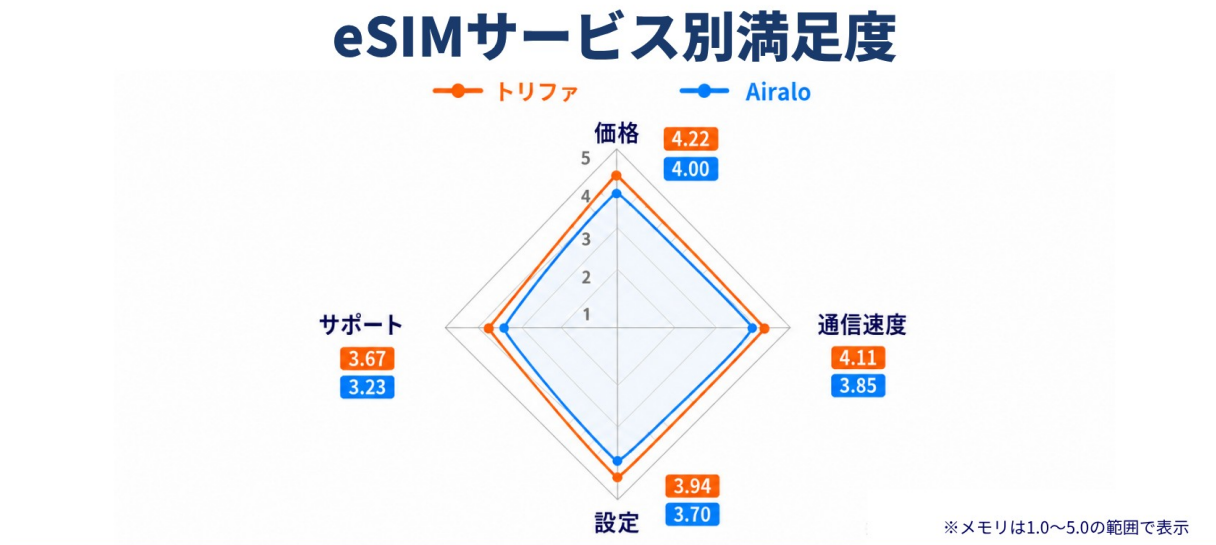


考察

- 両サービスとも全項目で一定水準を確保しています。
- トリファは日本語対応やアプリ内サポート、Holaflyは無制限プランの豊富さが評価されやすいと考えられます。
- Holaflyはテザリング条件(1GB/日)がある一方、トリファは制限がないという違いがあり使用用途に合わせた選択が重要です。

5点満点。回答者7名以上のサービスを比較。

図 2-9 トリファ vs Airalo



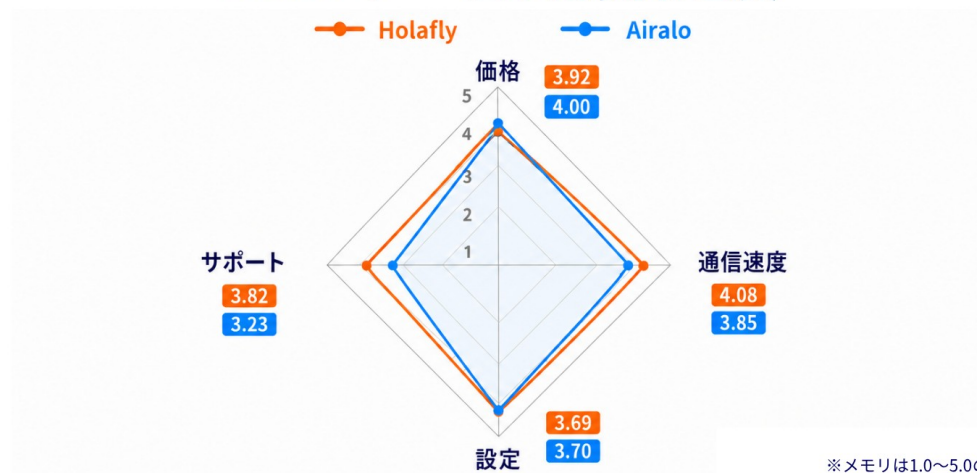
考察

- Airalo は価格・通信品質で評価を集める一方、初回設定や日本語サポートに不安を感じる声もありました。
- トリファは日本語で相談しやすい点が、初心者や家族旅行の安心材料になります。
- 渡航先が郊外や自然豊かな地域であれば通信安定性の高いトリファの選択がおすすめです。

5点満点。回答者7名以上のサービスを比較。

図 2-10 Holafly vs Airalo

eSIMサービス別満足度



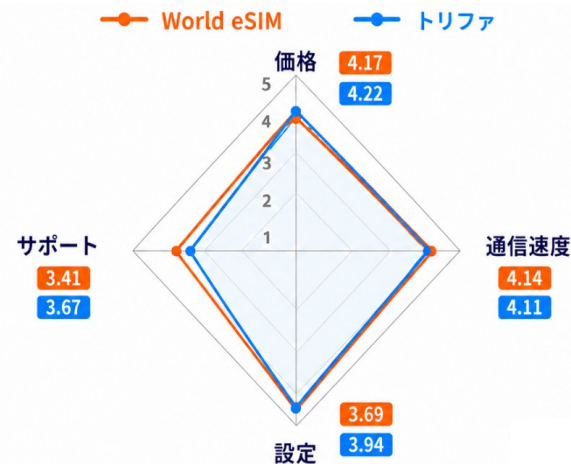
考察

- Holafly は無制限プラン、Airalo は容量別・周遊プランの選択肢が特徴です。
- いずれも設定の簡単さが評価される一方、地下・建物内など場所による通信差には注意が必要です。
- 利用量が読みにくい人は Holafly の無制限、使用量を管理できる人は Airalo の容量型が選びやすいでしょう。

5点満点。回答者7名以上のサービスを比較。

図 2-11 World eSIM vs トリファ

eSIMサービス別満足度



海外eSIMの教科書

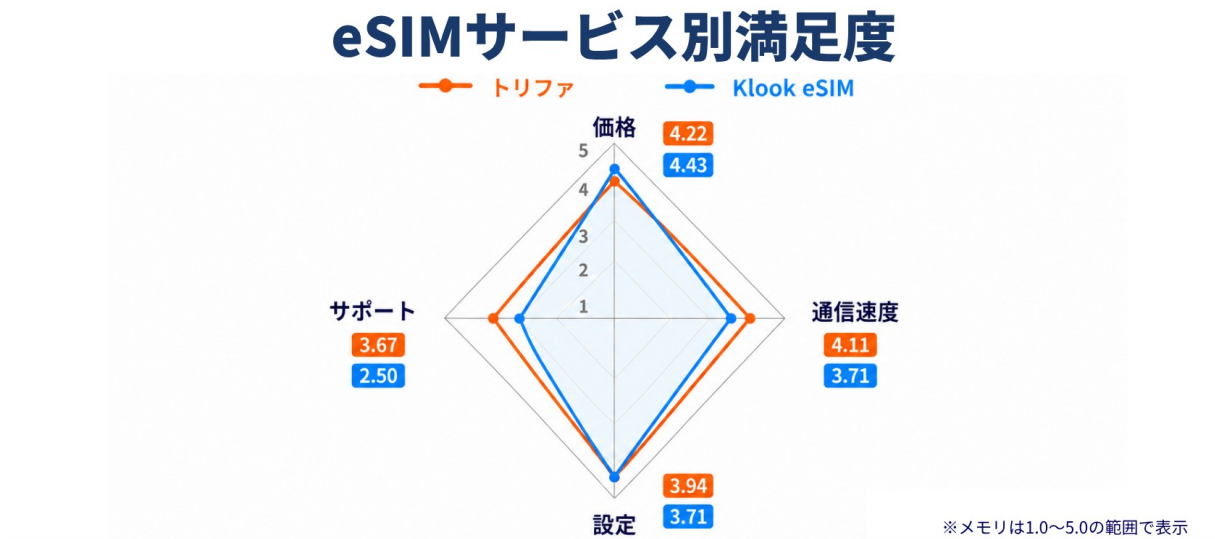
調査期間：2026年5月9日～5月31日 | 調査対象：2025年以降に海外旅行をした男女
調査人数：126名中 World eSIM 29名 トリファ 18名 | 調査方法：ランサズによるインターネット調査

考察

- World eSIM は価格とプラン選択のしやすさ、トリファはアプリの使いやすさと日本語サポートが比較軸になります。
- どちらも日本人旅行者に選ばれており、渡航先別の料金と容量を比較して決めるのが現実的です。
- 購入後の追加チャージや設定方法が不安な場合はサポート窓口も確認すると、現地での不安を減らせます。

5点満点。回答者7名以上のサービスを比較。

図 2-12 トリファ vs Klook eSIM

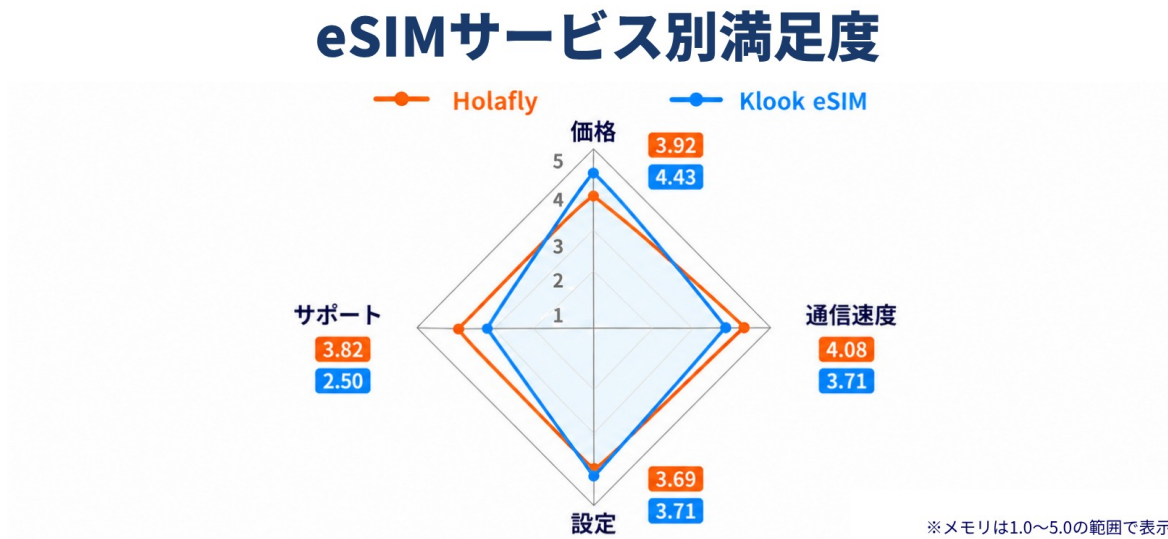


考察

- Klook eSIM は価格の手頃さと旅行予約サービスとの一体感、トリファは日本語サポートとアプリ内完結が特徴です。
- 価格を最優先する場合と、設定・トラブル時の安心を優先する場合で選択が分かれます。
- 初心者には、購入価格だけでなくサポートへのアクセスが優れたトリファがおすすめです。

5点満点。回答者7名以上のサービスを比較。

図 2-13 Holafly vs Klook eSIM



考察

- Holafly は無制限プラン、Klook eSIM は価格の手頃さが主な比較ポイントです。
- サポート体制は Holafly のチャットサポートが優れており、klook は返信が来ないなどの理由で低評価に
- 通信品質は渡航先や接続回線によって変わるため、国別の利用条件と口コミを確認する必要があります。

5点満点。回答者7名以上のサービスを比較。

PART 3

利用者の声 — サービス別口コミ

自由記述で寄せられた実際の利用者コメントから、主要5サービスの評価を抜粋しました。定量データの背景にある「生の声」を紹介します。

トリファ

◎ 良かった声

「通信状態が不安であったが、全く問題なくさくさくつながってとても快適で良かった（30 歳男性・韓国）」

「日本語対応だったので安心できた。設定も分かりやすくてきた（48 歳男性・台湾）」

「日本語サポートがあるのが決め手だった。設定も簡単でありがたかった（34 歳女性・グアム）」

△ 気になった声

「一部の地域で繋がらない場所があった（48 歳男性・バングラデシュ）」

「地下鉄の移動中や建物の奥で少し通信が不安定に。初回設定のタイミングも迷った（38 歳女性・韓国）」

「途中でデータを使い切り、現地の通信規制で買い足し手続きができず困った（52 歳男性・アラブ首長国連邦）」

World eSIM

◎ 良かった声

「安くて設定が簡単で、きちんと使えた（33 歳女性・オーストラリア・香港）」

「事前設定で現地に着いてすぐ使え、動画やナビも問題ないレベルに速かった（37 歳女性・韓国）」

「無制限プランでホテルでも常時接続できた（64 歳男性・ハワイ）」

△ 気になった声

「通信速度がとても遅い時があり、翻訳アプリを使う時に少し困った（44 歳男性・タイ）」

「他社で使えなかった経験があり、eSIM サービスの信頼性に不安がある（33 歳女性・オーストラリア・香港）」

Holafly

◎ 良かった声

「契約がオンラインで完了し、現地到着後すぐ設定できた（44 歳男性・イギリス）」

「ハロン湾でも安定して繋がった（35 歳女性・ベトナム）」

「設定が簡単だった（21 歳女性・韓国・ベトナム）」

△ 気になった声

「特筆すべき不満の回答はなく、3 名とも「なし」と回答」

Airalo

◎ 良かった声

「物理カードの差し替え不要で日本で設定完了。到着後すぐ開通し、速度も安定していた（33 歳男性・韓国）」

「現地大手キャリアに接続され、電波・速度に不満なし。ほぼ設定不要で接続できた（36 歳男性・タイ）」

「グローバルプランがあり周遊にも役立った。速度も問題なくストレスなく使えた（46 歳男性・タイ）」

△ 気になった声

「事前に設定方法を保存しておかないと、現地空港で WiFi につながなければ確認できず焦った（36 歳男性・タイ）」

「地下鉄や建物内で通信が不安定になることがあった。初回設定も少し分かりづらい（33 歳男性・韓国・台湾）」

「需要増で料金が年々上がっているのが不満（33 歳女性・韓国・台湾・中国・香港）」

Klook eSIM

◎ 良かった声

「海外での接続が不安だったが、スムーズに接続でき、旅行中も困らなかった（37 歳女性・韓国）」

「繋ぎ方が簡単で通信速度も問題なく使えた（31 歳女性・韓国）」

「価格も良心的で問題なし。カウンターに立ち寄る必要もなくスムーズだった（52 歳女性・台湾）」

△ 気になった声

「特に困ったことはなかった（37 歳女性・韓国）ほか、5 名中 4 名が「なし」と回答」

CONCLUSION

総括

本調査から明らかになった、海外通信手段と eSIM 利用の主要な傾向を整理します。

本調査から見たこと

通信手段の主役は eSIM へ

手軽さ・即時性・コストを背景に、渡航先・年代・同行形態を問わず eSIM が基軸となりつつあります。特に近距離・短期・家族旅行との親和性が高い結果でした。

「無制限×低価格」が選好の中心

利用者の 61.1%が無制限プランを選び、購入時は料金の安さを最重視しました。一方で、ブランドの安心感や口コミも重視され、信頼で選ばれる市場でもあります。

満足度は高いが、設定・サポートが課題

再利用意向は 85.7%と高く、eSIM は一度使うと定着しやすい通信手段です。今後の改善余地は、通信品質の安定、初期設定・アクティベート手順の分かりやすさ、日本語サポートの拡充にあります。

ブランドごとに強みが異なる

トリファ・Airalo・World eSIM・Holafly など複数ブランドが拮抗しています。検討段階と最終選択で評価される点が異なるため、用途・旅行スタイル別の訴求が有効です。

© 2026 海外 eSIM の教科書 編集部

本レポートの数値・グラフを引用する際は、出典の明記をお願いいたします。

APPENDIX

補足図表

本文で採用しなかった補足図表を掲載しています。

付図 A-1 年代別通信手段利用率（旧集計版）

年代別 通信手段利用率

通信手段	20代	30代	40代	50代	60代
eSIM	46.7%	48.1%	40.0%	44.4%	27.3%
WiFi	6.7%	26.9%	20.0%	22.2%	36.4%
ローミング	13.3%	23.1%	32.5%	25.9%	18.2%
その他	33.3%	1.9%	7.5%	7.4%	18.2%



調査期間：2026年5月9日～5月31日 | 調査対象：2025年以降に海外旅行をした男女
調査人数：146名 | 調査方法：ランサーズによるインターネット調査

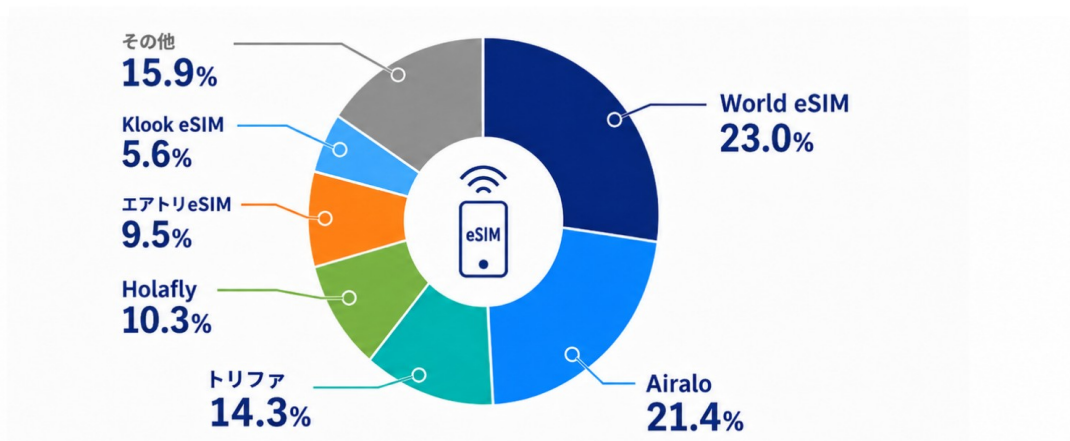
考察

- 60代欄に70歳の回答者を含める前の集計です。
- 本文では「60代以上」として再集計した確定版（表 1-1）を採用しています。

年代別通信手段利用率の参考図表。

付図 A-2 eSIM 主要企業の割合（注釈なし版）

eSIMの主要企業の割合



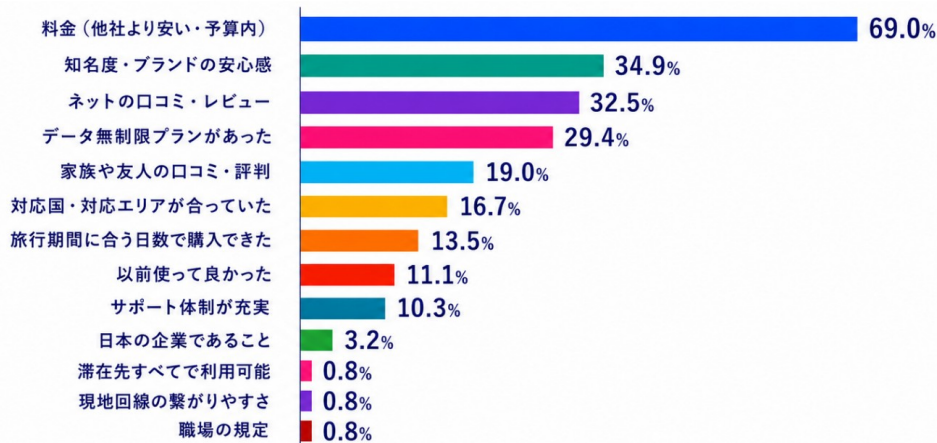
考察

- 本文の図 2-2 と同じ集計を、ピックアップ注釈なしで示した版です。
- 用途に応じて、Web 掲載では注釈あり、資料転載では注釈なしを使い分けられます。

eSIM 主要企業の割合を示した参考図表。

付図 A-3 判断材料にした理由（全項目版）

判断材料にした理由



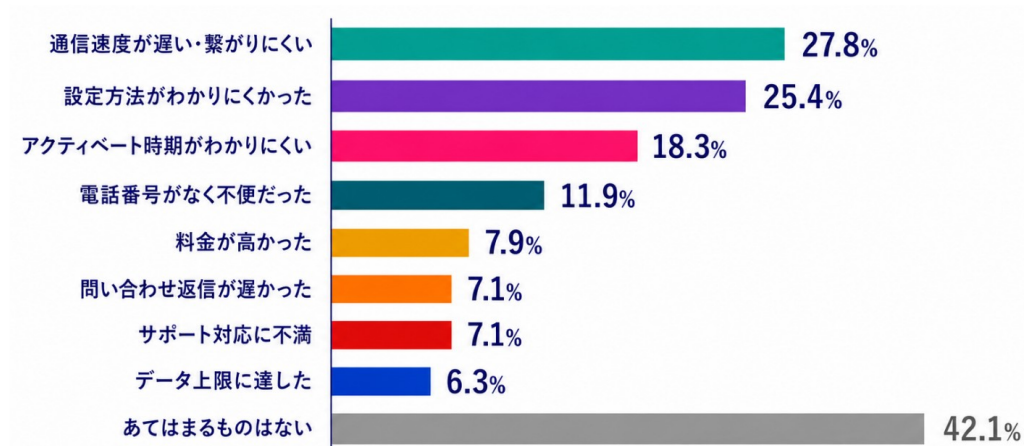
考察

- 本文では項目を整理した図を採用していますが、本図は少数回答を含む全項目版です。
- 詳細分析や社内検討では、少数項目も含めて確認できます。

少数回答を含む全項目版。

付図 A-4 海外 eSIM を使って困ったこと（「あてはまるものはない」含む）

eSIMを使って困ったこと



考察

- 「あてはまるものはない」が42.1%で、困りごとがなかった利用者也一定数存在します。
- 本文では具体的な改善点を見やすくするため、この項目を除いた図を採用しました。

「あてはまるものはない」を含む全回答版。

APPENDIX

調査設問一覧

回答データの Excel に含まれる設問を、調査票として確認できるよう一覧化しました。

A. 海外渡航先での通信手段に関するアンケート（18 問）

No.	設問
1	タイムスタンプ
2	ランサーズのユーザー名または表示名
3	年齢
4	性別
5	直近の海外渡航時期
6	直近の渡航先地域（複数選択可）
7	渡航期間
8	渡航目的
9	渡航人数
10	同行者との関係（複数選択可）
11	航空会社（複数可）
12	現地でメインに使ったインターネット環境
13	利用したサービス・会社名
14	そのサービスの利用経験（初回／以前も使用）
15	サービスを選んだ理由（3 つまで）
16	ネット環境で良かった点（自由記述）
17	ネット環境で困ったこと・改善してほしいこと（自由記述）
18	日本出発時の便名

B. 海外 eSIM 利用実態アンケート（21 問）

No.	設問
1	タイムスタンプ
2	ランサーズのユーザー名または表示名
3	年齢
4	性別
5	直近の海外渡航時期
6	直近の渡航先地域（複数選択可）
7	渡航期間
8	同行者との関係
9	メインで利用した海外向け eSIM サービス
10	利用したプラン容量
11	購入前に比較・検討したサービス（複数選択可）
12	購入時の判断材料（3 つまで）
13	eSIM を使って良かったこと（3 つまで）
14	困ったこと・不満（3 つまで）
15	価格の満足度
16	通信速度・安定性の満足度
17	設定手順の分かりやすさの満足度
18	カスタマーサポートの満足度
19	次回 eSIM を選ぶ際に重視すること（自由記述）
20	次回も同じ eSIM を使いたい
21	乗り換えたい場合の候補

集計・解釈上の注意

- 複数回答設問では、回答数の合計が回答者数を超えます。
- 割合は小数第 2 位を四捨五入しているため、合計が 100%にならない場合があります。
- サービス別の満足度は回答数が異なるため、統計的な優劣を断定するものではありません。

- 自由記述は回答者の表現を尊重しつつ、誤字・表記ゆれを一部整えています。
- 通信品質は国・地域・時間帯・接続回線・端末によって変わるため、個別の利用結果を保証するものではありません。

使用資料と収録内容

146 名 通信手段調査	126 名 eSIM 利用実態調査	21 点 元ドキュメント画像
------------------------	-----------------------------	--------------------------