

つながるセレクト

格安SIM・光回線の比較メディア

ahamo USER SURVEY 2026

ahamo（アハモ） 利用者198人 満足度調査レポート

満足度・良い点・不満点・データ利用量・前キャリアの実態

74.2%

満足以上

83.6%

現利用者の満足率

61.1%

ドコモから移行

30.3%

「割高」と回答

調査主体	つながるセレクト編集部
調査方法	インターネットアンケート調査（クラウドソーシング経由）
調査期間	2026年9月1日
調査対象	ahamoを現在または過去に利用した方
有効回答数	198人（総回答202件のうちテスト送信・回答不備4件を除外）
回答者の内訳	現在利用中140人／解約済み58人

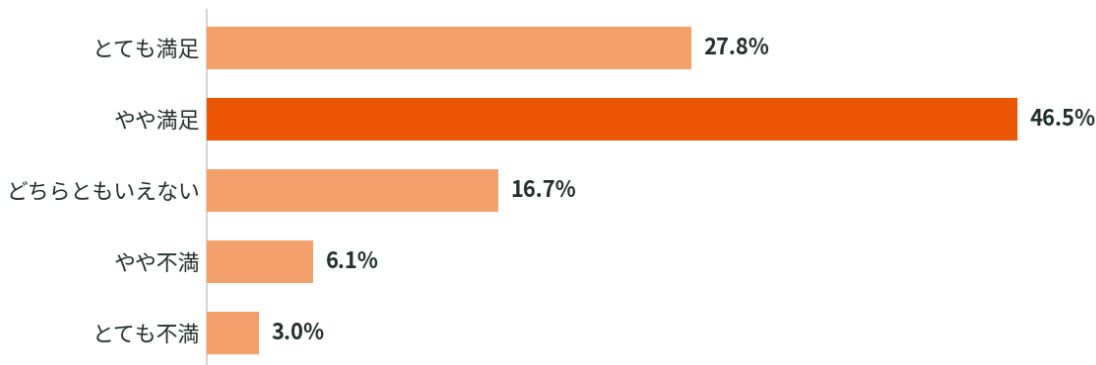
調査サマリー

SUMMARY

ahamoを現在または過去に利用した198人に、満足度・良い点・不満点・データ利用量・乗り換え前のキャリアをたずねた調査結果です。総合満足度は「満足以上」が74.2%で、乗り換えの動機は「月額料金が安い」(63.1%)が突出しました。乗り換え前のキャリアはドコモからのプラン変更が61.1%を占め、電波品質を変えずに料金を下げたい層に選ばれている実態がうかがえます。一方で不満点は「使わない月も割高」(30.3%)が最も多く、データ利用量は3GB超～10GBが31.8%と中容量帯に集中しました。現在利用中の満足率が83.6%に対し、解約済みは51.7%で、料金の割高感が離脱の一因になっています。

1. 総合満足度

OVERALL SATISFACTION



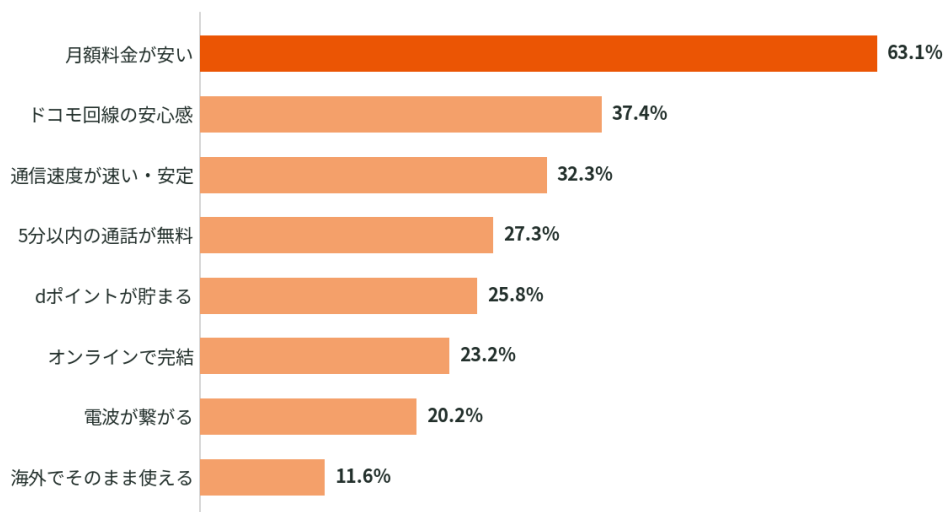
満足度（全体）	人数	割合
とても満足	55	27.8%
やや満足	92	46.5%
どちらともいえない	33	16.7%
やや不満	12	6.1%
とても不満	6	3.0%

利用状況別の満足率	満足以上	割合
現在利用中（140人）	117	83.6%
解約済み（58人）	30	51.7%

所見 「とても満足」「やや満足」を合わせた満足以上は74.2%。現在利用中の満足率は83.6%と高い一方、解約済みでは51.7%にとどまり、満足度は利用の継続と強く結びついています。

2. 満足している点

GOOD POINTS

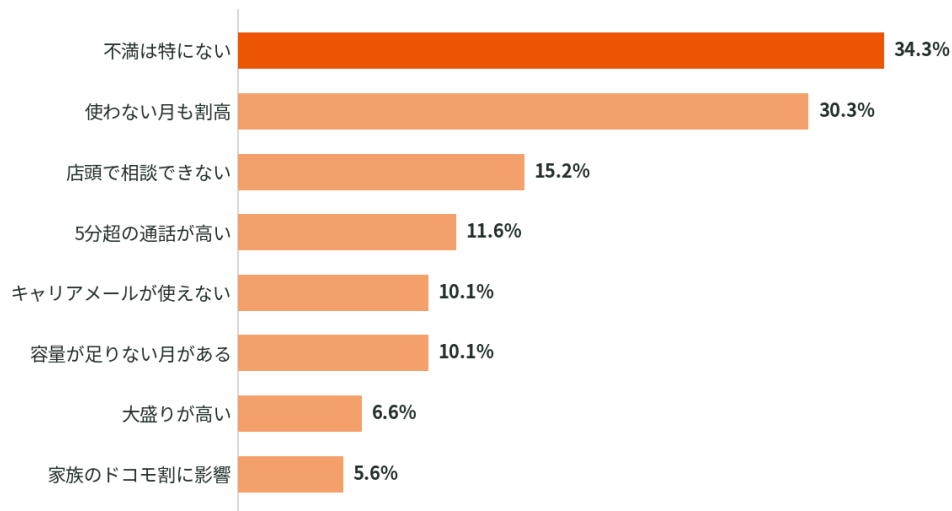


満足している点（複数回答）	人数	割合
月額料金が安い	125	63.1%
ドコモ回線の安心感	74	37.4%
通信速度が速い・安定している	64	32.3%
5分以内の通話が無料	54	27.3%
dポイントが貯まる・使える	51	25.8%
手続きがオンラインで完結する	46	23.2%
電波がどこでも繋がる	40	20.2%
海外でそのまま使える	23	11.6%

所見 満足の理由は「月額料金が安い」が63.1%で突出し、次いで「ドコモ回線の安心感」（37.4%）が続きました。料金の安さと、ドコモ回線の品質を維持できる安心感の両立が、ahamoが選ばれる中心的な理由です。

3. 不満に感じた点

PAIN POINTS



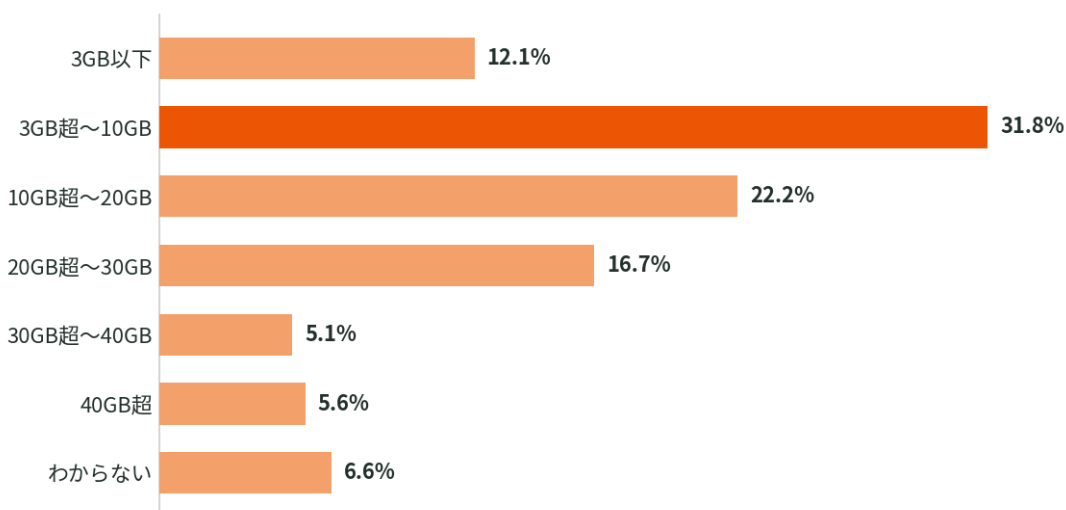
不満に感じた点（複数回答）	人数	割合
不満な点は特にない	68	34.3%
月額2,970円が割高に感じる（使わない月も同額）	60	30.3%
店頭で相談できず手続きに困った	30	15.2%
5分を超える通話で料金がかさんだ	23	11.6%
キャリアメールが使えない・使えなくなった	20	10.1%
30GB（増量中は40GB）では足りない月があった	20	10.1%
大盛りオプションの料金が安い	13	6.6%
家族のドコモ割引に影響が出た	11	5.6%

所見

「不満は特にない」が34.3%で最多ですが、不満点では「使わない月も割高」が30.3%と目立ちます。使わなかった月も月額が固定される点が、データ利用量の少ない層の離脱理由につながっています。店頭で相談できない点（15.2%）も、オンライン専用プランならではの声です。

4. データ利用量

DATA USAGE



直近3か月の月間データ利用量	人数	割合
3GB以下	24	12.1%
3GB超～10GB	63	31.8%
10GB超～20GB	44	22.2%
20GB超～30GB	33	16.7%
30GB超～40GB	10	5.1%
40GB超	11	5.6%
わからない	13	6.6%

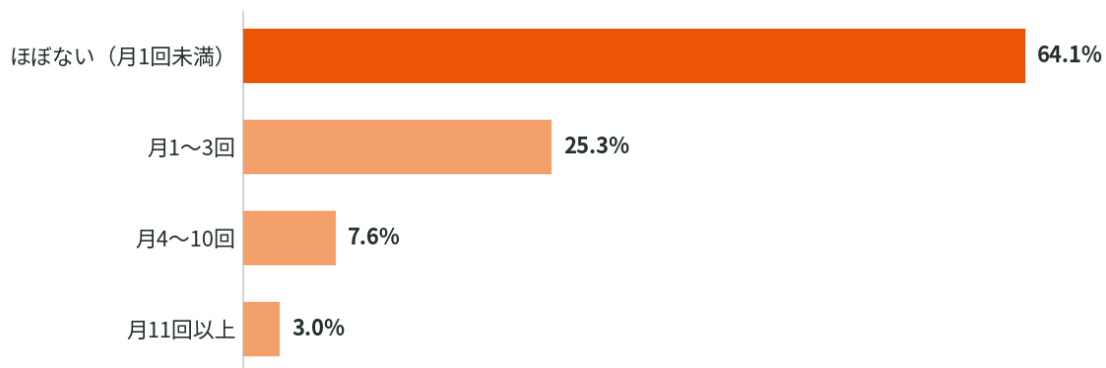
大盛りオプションの契約状況	人数	割合
契約したことはない	170	85.9%
以前契約していたが、やめた	17	8.6%
現在契約している	11	5.6%

所見

データ利用量は3GB超～10GBが31.8%で最も多く、20GB以下に約66%が収まります。ahamoの30GB（増量中40GB）を使い切らない中容量帯が中心で、割高感の不満とも整合します。大盛りオプションは85.9%が契約したことがなく、多くの利用者は標準容量の範囲で使っています。

5. 通話とサポートの状況

CALLS & SUPPORT



5分を超える通話の頻度	人数	割合
ほぼない（月1回未満）	127	64.1%
月1～3回	50	25.3%
月4～10回	15	7.6%
月11回以上	6	3.0%

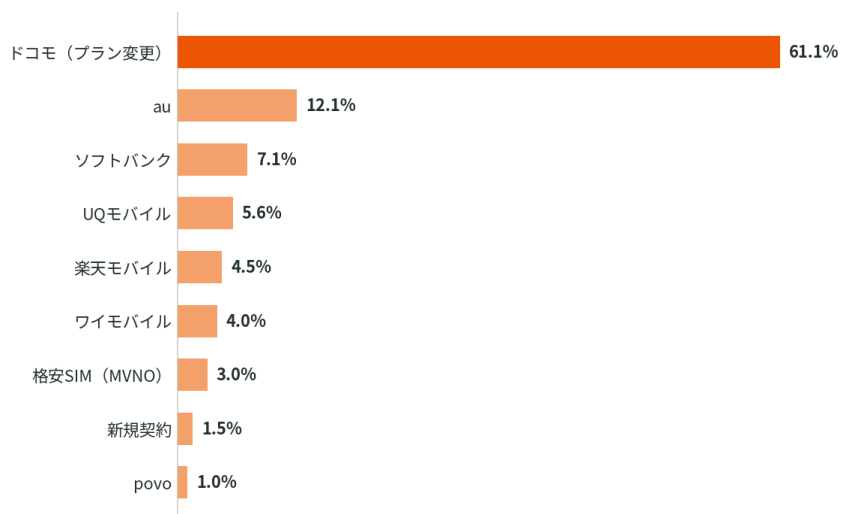
店頭で相談できず困った経験	人数	割合
困ったことはない	96	48.5%
店頭で相談したいと思ったことがない	60	30.3%
困ったことがある	42	21.2%

所見

5分を超える通話が月1回以上ある人は35.9%で、通話が多い人には5分超過分の料金が発生します。店頭で相談できないことに「困ったことがある」人は21.2%で、オンライン専用プランならではの声です。

6. 乗り換え前のキャリア

PREVIOUS CARRIER



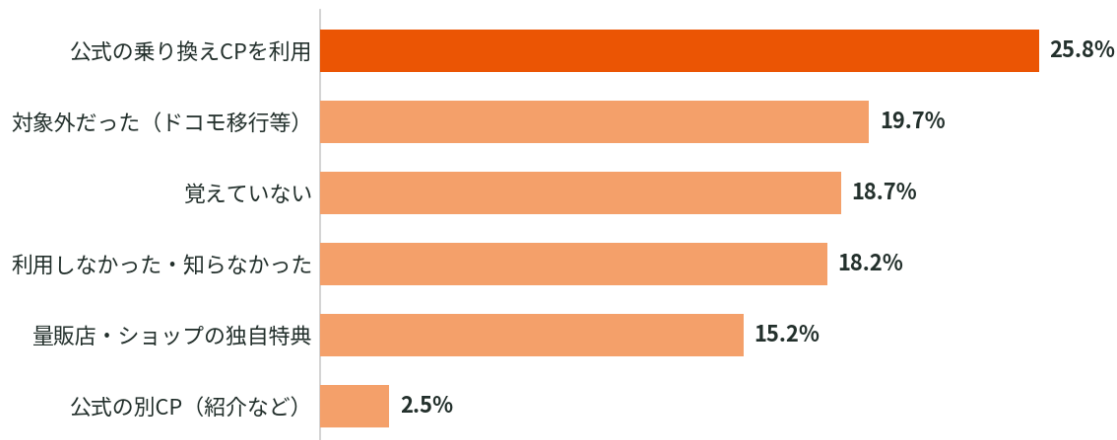
乗り換え前に使っていたキャリア	人数	割合
ドコモ（プラン変更）	121	61.1%
au	24	12.1%
ソフトバンク	14	7.1%
UQモバイル	11	5.6%
楽天モバイル	9	4.5%
ワイモバイル	8	4.0%
格安SIM（MVNO）	6	3.0%
新規契約（乗り換えではない）	3	1.5%
povo	2	1.0%

所見

乗り換え前のキャリアはドコモからのプラン変更が61.1%を占めました。ahamoは「ドコモ内での乗り換え」が主流で、電波品質を変えずに料金だけを下げたい層に選ばれていることがわかります。

7. 乗り換え時のキャンペーン利用状況

CAMPAIGN



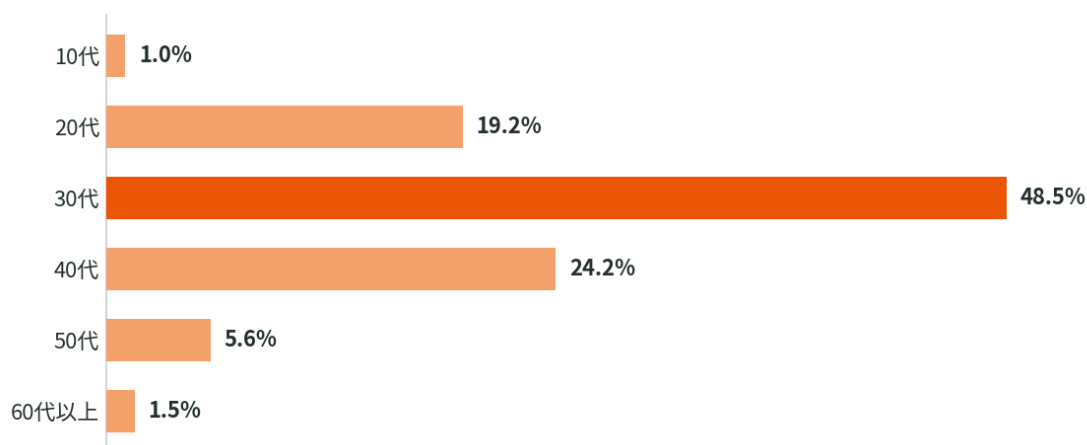
公式CP（dポイント進呈）の受け取り状況	人数	割合
公式キャンペーンは利用していない	122	61.6%
ポイントを全額受け取れた	54	27.3%
エントリーのタイミングがわかりにくかった	8	4.0%
一部は受け取ったが、全額は受け取れなかった	5	2.5%
端末同時購入が対象外だと知らず受け取れなかった	4	2.0%
分割進呈で、いつ届くかわからなかった	4	2.0%
有効期限（94日）が短く、使い切れなかった	1	0.5%

所見

公式の乗り換えキャンペーンを利用できたのは25.8%にとどまり、ドコモからのプラン変更などで対象外だった人が19.7%いました。公式CPを利用・対象になった76人のうち全額受け取れたのは54人（71.1%）で、残りはエントリーのタイミングや端末同時購入、分割進呈などで取りこぼしています。還元額の大きさだけでなく、条件を満たせるかの確認が重要です。

8. 回答者の属性①（年代・性別・地方）

RESPONDENT PROFILE 1



性別	人数	割合
女性	137	69.2%
男性	60	30.3%
その他・回答しない	1	0.5%

お住まいの地方	人数	割合
関東	66	33.3%
近畿	41	20.7%
中部	36	18.2%
北海道	15	7.6%
東北	14	7.1%
九州・沖縄	12	6.1%
中国	9	4.5%
四国	5	2.5%

所見 回答者は30代（48.5%）を中心に20～40代で約9割を占めます。女性が69.2%と多く、地域は関東・近畿・中部の三大都市圏で約7割です。年代・性別に偏りがあるため、数値はこの回答者構成を踏まえて参照してください。

9. 回答者の属性②（契約時期・利用期間）

RESPONDENT PROFILE 2

ahamoを契約した時期	人数	割合
2021年3月～2022年12月	38	19.2%
2023年1月～2024年12月	55	27.8%
2025年1月～2025年12月	47	23.7%
2026年1月以降	29	14.6%
覚えていない	29	14.6%

ahamoの利用期間	人数	割合
3か月未満	14	7.1%
3か月～1年未満	40	20.2%
1年～2年未満	56	28.3%
2年以上	88	44.4%

所見 利用期間は2年以上が44.4%、1年以上で計72.7%を占め、長期利用者が中心の回答構成です。乗り換え直後の一時的な印象ではなく、継続利用にもとづく評価として参照できます。

10. 利用者の声（自由記述）

FREE COMMENTS

自由記述欄に寄せられた回答から、満足・不満を5件ずつ抜粋して掲載します。回答は原文のままで、誤字・全角半角などの表記ゆれのみ最小限に整えています。属性は年代と利用状況（現在利用中／解約済み）の粗い粒度にとどめています。

満足の声 5件

30代・現在利用中

「ドコモの従来プランより月額料金が大幅に安くなったのに、通信速度や繋がりやすさはそのまま変わらず快適に使えているところです。」

30代・現在利用中

「地元ではドコモ回線が強いので、速度が安定し山間部でも使えるようになりました。」

20代・解約済み

「海外でそのまま利用できたのが楽だった。あと、暗証番号さえ忘れなければ手続きがインターネットで完結すること。」

40代・現在利用中

「月額料金とデータ容量のコスパは良いと思います。大手キャリアの安心感もあります。」

20代・現在利用中

「以前よりも格段に月々の料金を下げることができた部分に、利用してよかったなと思うことが多いです。」

不満の声

5件

30代・解約済み

「家にWi-Fiがあったこともあり、月にデータを30GBも使うことがなかったので、データが余っているのがもったいないと感じた。データ使用量に合わせたプランがほしかった。」

20代・現在利用中

「通勤、退勤時など満員電車や人混みが激しいところ、地下などに行くと通信が遅くなり、まともに機能しなくなる時が多々あるので、そこをどうにか改善してほしい。」

40代・現在利用中

「申し込みや各種手続きは基本的にオンライン中心なので、店舗でしっかり相談したい場合に不便に感じることです。」

30代・現在利用中

「余ったデータ容量を翌月に繰り越せる仕組みがあると、さらに使いやすくなると感じます。」

30代・現在利用中

「通信速度が少し遅く感じる。通話の5分が短いので、かけ放題に入らないといけないこと。」

つながるセレクト

格安SIM・光回線の比較メディア

調査概要・ご利用について

ABOUT THIS SURVEY

調査名

ahamo 利用者 満足度調査

調査主体

つながるセレクト編集部 (kddi-hikari.com/magazine)

調査方法

インターネットアンケート調査 (クラウドソーシング経由)

調査期間

2026年9月1日

調査対象

ahamoを現在または過去に利用した方

有効回答数

198人 (総回答202件のうち、テスト送信・回答不備の4件を除外。現在利用中140人／解約済み58人)

用語の定義

「満足以上」＝5段階評価で「とても満足」「やや満足」を選択した回答。複数回答の設問は合計が100%を超えることがあります。

自由記述について

原文のまま掲載し、誤字・表記ゆれのみ最小限に整えています。個人が特定される情報（氏名・勤務先・地名など）は掲載していません。

引用・転載について

出典として「つながるセレクト編集部調べ」を明記いただければ、引用・転載が可能です。