



第6回 新型コロナウイルスに関する生活者調査(2020年9月)

9月の「生活自由度」は58.3点 8月から4.0ポイント増 【不安度】は全項目で減少、外出や買い物などの【行動抑制度】も緩和 感染対策を続けながら、「外へ」の行動が増加している

株式会社博報堂(本社・東京)のシンクタンク博報堂生活総合研究所は2020年9月、新型コロナウイルスが流行している昨今の生活者意識や行動について「新型コロナウイルスに関する生活者調査」を実施いたしました(調査実施は9月3~7日、対象は首都圏・名古屋圏・阪神圏の20~69歳の男女1,500名 調査概要は7ページ参照)。

コロナウイルスの感染者数が7月末から8月にかけ再急増後、8月下旬から減少しはじめた中での今回の調査。感染拡大以前の普段の状態を100点としたとき、現在の状況下における「生活自由度」が何点くらいかをきいたところ、58.3点と、8月からは4.0ポイントの上昇となりました。

新型コロナウイルス感染拡大に伴う不安や、抑制している行動、変化している行動など41項目について尋ねたところ、【不安度】は全項目で8月調査より減少。特に「行政への不安」(73.1%、9.8ポイント減)、「情報の不足や不確かさへの不安」(66.6%、6.1ポイント減)の減少が目立ちました。

【行動抑制度】は、どの項目も7~8割とまだ高い数値ですが、「不要不急の外出を控えている」(82.5%、6.3ポイント減)、「不要不急の買い物を控える」(74.4%、6.1ポイント減)をはじめ全項目で減少しています。

【行動変化度】もほぼすべての項目で減少しました。「時差通勤・時差通学をしている」(35.1%、6.6ポイント減)、「テレワークをしている」(28.7%、5.9ポイント減)、「外出を控えインターネット通販や出前を利用している」(44.1%、4.6ポイント減)などの減少が目立ちます。

その中で「マスク、手洗いなど感染対策の徹底」は(92.8%、0.8ポイント減)と引き続き高止まりしています。

感染対策に留意し、行動抑制の意向を引き続き持ちながらも、外出や買い物など、「外へ」の行動をはじめた生活者像がうかがえます。

本調査は当面の期間実施し、毎月第3・4週頃に発表する予定です(今後の状況変化により、調査内容等を変更する可能性があります)。

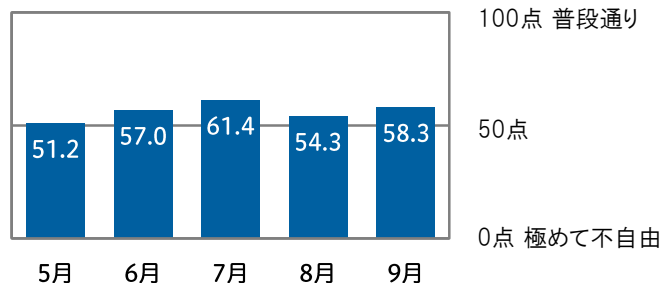
新型コロナウイルス影響下での「生活自由度」

【質問文】新型コロナウイルス感染拡大以前の普段の状態を100点、感染拡大により極めて不自由を強いられる状態を0点とすると、あなたの現在の暮らしの自由度は何点くらいでしょうか？

普段通りの暮らしを100点とすると
現在の生活自由度は

58.3点

前月差 +4.0pt



※数値は小数第2位まで集計していますが、本レポートでは小数第1位まで(小数第2位を四捨五入)を表示しているため、点数差は見た目の数値と異なる場合があります。

新型コロナウイルス影響下での意識・行動【一部抜粋】

【質問文】新型コロナウイルスの流行に関連して、次のような意見があります。それぞれについて、あなた自身のお気持ちや行動にもっとも近いものをひとつずつお答えください。(単一回答:あてはまる/ややあてはまる/あまりあてはまらない/あてはまらない)

「あてはまる」「ややあてはまる」回答率
※()内は前月差

不安度

行政の対応に不安を感じる	73.1% (- 9.8pt)
情報の不足や不確かさに不安を感じる	66.6% (- 6.1pt)
自分や家族の健康に不安を感じる	69.3% (- 5.6pt)

行動抑制度

不要不急の外出を控えている	82.5% (- 6.3pt)
不要不急の買い物を控えている	74.4% (- 6.1pt)
交遊・交際を控えている	80.1% (- 4.4pt)

行動変化度

マスク着用や手洗いなど、感染対策を徹底するようにしている	92.8% (- 0.8pt)
できるだけ時差通勤・時差通学をするようにしている	35.1% (- 6.6pt)
できるだけテレワークをするようにしている ※有職者のみ(n=1,072)	28.7% (- 5.9pt)
外出を控え、インターネット通販や出前を利用するようにしている	44.1% (- 4.6pt)

「生活自由度」は7月から全セグメントで増加

- 新型コロナウイルス影響下での「生活自由度」について、感染拡大以前の普段の状態を100点としたとき、全体では58.3点となり、8月から4.0ポイント増加しました。性別/年代別/エリア別、全セグメントで増加。感染者急増で生活抑制意識が高まった先月に比べ、8月下旬から感染者数も低下傾向となり、自治体の自粛要請も緩和を模索する報道が増加。学校再開による子育て家庭の負担低下などの影響も考えられます。
- 自由回答からは、「自粛生活にも慣れ」、「付き合い方ができてきた」、「感染対策をしていれば一定の行動はできる」という声が目立つ
- 「生活自由度」の点数が比較的高い人からは、「自粛生活にも慣れてきた」、「制限はあるが受容できる」、「コロナ禍でもよい面がある」、「学校再開で負担が減った」などの声があがりました。また、「感染対策をしっかりすればある程度行動できる」、「多少行動できたことでストレスが下がった」など、ある程度行動を再開している様子がうかがえます。
- 「生活自由度」が比較的低い人からは、高齢者を抱える世帯での感染不安や、収入や仕事への不安が寄せられる一方、テレワークから通常の勤務へ戻る不安、オンラインだけで就職が決まった人の会社生活への不安など、コロナ禍が長引く中での不安もみられます。

■ 性別/年代別/エリア別の結果

	スコア	(点)				(pt)				
		スコア				差分				
		5月調査	6月調査	7月調査	8月調査	9月調査	5月→6月	6月→7月	7月→8月	8月→9月
全体	(1500)	51.2	57.0	61.4	54.3	58.3	+5.9	+4.4	-7.1	+4.0
男性	(755)	50.3	57.1	62.4	55.1	59.8	+6.8	+5.3	-7.3	+4.7
女性	(745)	52.1	56.9	60.4	53.6	56.8	+4.9	+3.4	-6.8	+3.2
20代	(241)	49.4	57.7	62.0	49.6	56.7	+8.3	+4.3	-12.3	+7.0
30代	(286)	51.0	56.6	60.2	53.6	57.8	+5.6	+3.5	-6.6	+4.2
40代	(375)	52.0	56.1	60.2	54.4	57.6	+4.1	+4.1	-5.8	+3.2
50代	(319)	50.8	56.9	61.9	55.8	59.7	+6.1	+5.0	-6.1	+4.0
60代	(279)	52.2	58.3	63.2	57.5	59.6	+6.1	+5.0	-5.7	+2.1
首都40km圏	(500)	50.5	55.0	59.7	53.7	57.2	+4.4	+4.7	-6.0	+3.5
名古屋40km圏	(500)	52.1	57.5	61.4	54.6	57.2	+5.3	+3.9	-6.8	+2.6
阪神30km圏	(500)	50.9	58.7	63.1	54.7	60.5	+7.8	+4.5	-8.4	+5.8

前月より5pt以上の増加 前月より10pt以上の増加 前月より5pt以上の減少 前月より10pt以上の減少

※数値は小数第2位まで集計していますが、本レポートでは小数第1位まで(小数第2位を四捨五入)を表示しているため、点数差は見た目の数値と異なる場合があります。

■ 生活自由度の高・中・低割合

	スコア	高・中・低割合 (%)		
		高 (61点以上)	中 (41~60点)	低 (40点以下)
全体	(1500)	42.5	35.9	21.6
男性	(755)	45.4	35.2	19.3
女性	(745)	39.5	36.6	23.9
20代	(241)	36.9	37.3	25.7
30代	(286)	41.6	36.4	22.0
40代	(375)	39.5	38.7	21.9
50代	(319)	48.0	32.3	19.7
60代	(279)	45.9	34.8	19.4
首都40km圏	(500)	41.6	34.4	24.0
名古屋40km圏	(500)	40.6	36.4	23.0
阪神30km圏	(500)	45.2	37.0	17.8

全体より5pt以上高い 全体より10pt以上高い 全体より5pt以下低い 全体より10pt以下低い

■ 生活自由度の回答理由(自由回答から一部を掲載)

生活自由度	回答理由	スコア	性別・年齢・地域
高 (61点以上)	ピーク時は不自由なことも多かったが、今では慣れてきたこと、この環境の中でも不自由と思わずにプラスに考えて過ごすことができるから。	100点	女性33歳・愛知県
	外出に少し不都合は生じたが、正直言うと嫌な自治会活動も中止になったし、人付き合いも断わりやすくなりメリットも大きいから。	90点	男性41歳・東京都
	自粛期間中は本当に外出しなかったが、感染防止をした上での外出は注意した上なら大丈夫だと思うようになった。少しストレスは解消されたので、不自由からはだいぶ解放されたと思う。	80点	女性60歳・大阪府
	マスク、消毒をしていれば、そうそううつらないと思う。飲食店もソーシャルディスタンスのおかげで、隣に肘が当たりそうなストレスもなくいい面もある。	70点	男性42歳・大阪府
	3密をさけることが日常になったり、新たな当たり前ができたので、以前のように自粛させられている、制限されている、という気持ちが減った。しかし以前と全く同じような生活はできていないので70点。	70点	女性35歳・東京都
中 (41~60点)	休校も終わり、息子たちは小学校に登校してくれる分、ストレスは減りました。	60点	女性40歳・岐阜県
	以前のようにはまだ戻っていないが、うまくコロナと付き合っている気がして、少しずつは回復してきている。	60点	男性43歳・東京都
	自粛期間よりも、だんだん今の生活に少し慣れてきたので、全く家から出ないのではなく、消毒、ソーシャルディスタンスなどに注意を払い、以前より元の生活に戻つつあるため。	60点	女性55歳・東京都
	慣れてきた部分もあり、外出が少ない分、持病の薬をのむ頻度も減っているので悪いことだけではない。ただ、やはり人と会ってリフレッシュするにもできないのが悲しいところ。	50点	女性30歳・東京都
	ソーシャルディスタンス等、今まで存在しなかった概念を刷り込まれ、日常生活のあらゆる場面で不便を感じる。	50点	男性51歳・大阪府
低 (40点以下)	緊急事態宣言が解除されて外出や外食が宣言中よりできるようになったのは良いが、通常出勤に戻ったところ、仕事の不自由は変わらず、減給となってしまっているため。	30点	女性40歳・東京都
	コロナ後の生活様式に少しずつ慣れてきているけど、やはり県外の実家に帰れないのは辛い。頑張って感染予防をしている人もいる中で、マスクをせず、密になる人を見ると怒りを感じるのがストレス。	30点	女性38歳・愛知県
	コロナ禍で趣味の旅行ができないこと。また来年から新社会人なのですが、一度も対面でお会いしていない企業に勤めるという不安で低い点数をつけました。	20点	女性23歳・奈良県
	所得が減茶苦茶減った。	10点	男性52歳・大阪府
	ハネムーンのキャンセル、出産場所の変更、産休育休中の友人との約束は全てキャンセル、親も孫に会えないなど、プライベートの予定は全てキャンセルになっていること。またお給料は減るのに、通常どおりの出勤を求められるため。	0点	女性31歳・愛知県

【不安度】【行動抑制度】は、すべての項目で8月から減少

- ・【不安度】では、特に、8月に不安度が高まった2項目である「行政への不安」(73.1%、9.8ポイント減)、「情報の不足や不確かさへの不安」(66.6%、6.1ポイント減)で大きく減少しました。
- ・【行動抑制度】は、どの項目も7～8割とまだ高い数値ながら、「不要不急の外出を控えている」(82.5%、6.3ポイント減)、「不要不急の買い物を控える」(74.4%、6.1ポイント減)をはじめすべての項目で減少しました。

【行動変化度】では、「感染対策の徹底」は依然高い水準ながら、ほぼすべての項目で8月から減少

- ・「マスク着用や手洗いなど感染対策を徹底」(92.8%、-0.8ポイント)は微減したものの、依然9割以上の高い数値を維持しています。
- ・減少が目立つのは、「時差通勤・時差通学をしている」(35.1%、6.6ポイント減)、「テレワークをしている」(28.7%、5.9ポイント減)、「外出を控えるインターネット通販や出前を利用している」(44.1%、4.6ポイント減)。通常の勤務・通学や買い物など、外出にちなむ項目が目立っています。

■ 時系列推移(全体ベース・2020年5～9月)

		スコア					差分			
		5月調査	6月調査	7月調査	8月調査	9月調査	5月→6月	6月→7月	7月→8月	8月→9月
不安度	経済の停滞に不安を感じる	90.2	83.0	83.1	83.9	81.1	-7.2	+0.1	+0.8	-2.8
	行政の対応に不安を感じる	81.1	77.4	76.4	82.9	73.1	-3.7	-1.0	+6.5	-9.8
	海外の情勢に不安を感じる	78.5	74.7	75.2	76.3	71.0	-3.8	+0.5	+1.1	-5.3
	自分や家族の健康に不安を感じる	73.9	67.9	70.7	74.9	69.3	-6.0	+2.8	+4.2	-5.6
	情報の不足や不確かさに不安を感じる	77.9	67.9	67.6	72.7	66.6	-10.0	-0.3	+5.1	-6.1
	自分や家族の仕事・収入に不安を感じる	63.9	61.9	61.9	65.2	61.1	-2.0	±0	+3.3	-4.1
	人づきあいの変化に不安を感じる	44.6	44.7	43.5	47.2	47.0	+0.1	-1.2	+3.7	-0.2
行動抑制度	旅行・レジャーを控えている	92.9	88.8	84.2	87.7	83.5	-4.1	-4.6	+3.5	-4.2
	不要不急の外出を控えている	94.2	88.9	83.0	88.8	82.5	-5.3	-5.9	+5.8	-6.3
	握手やハグなど、人とのボディタッチを控えている	---	82.0	79.3	84.5	80.6	---	-2.7	+5.2	-3.9
	交友・交際を控えている	89.7	84.5	78.3	84.5	80.1	-5.2	-6.2	+6.2	-4.4
	体験型エンターテインメント(ライブ・観劇・映画鑑賞など)を控えている	91.0	85.4	81.3	83.8	79.8	-5.6	-4.1	+2.5	-4.0
	外食を控えている	91.0	83.8	74.8	79.3	75.7	-7.2	-9.0	+4.5	-3.6
	不要不急の買い物を控えている	90.6	83.6	76.6	80.5	74.4	-7.0	-7.0	+3.9	-6.1
行動変化度	マスク着用や手洗いなど、感染対策を徹底するようになっている	95.6	93.2	91.7	93.6	92.8	-2.4	-1.5	+1.9	-0.8
	十分な運動・栄養・睡眠をとるようになっている	79.5	77.0	74.5	78.0	75.0	-2.5	-2.5	+3.5	-3.0
	外出を控え、家の中でできる娯楽を楽しんでいる	86.9	77.3	71.1	73.1	70.0	-9.6	-6.2	+2.0	-3.1
	感染対策商品や日用品の備蓄をするようになっている	67.1	67.3	66.8	69.7	68.3	+0.2	-0.5	+2.9	-1.4
	できるだけキャッシュレスで支払うようになっている	---	62.6	63.3	64.3	63.2	---	+0.7	+1.0	-1.1
	家にいる時間が増えたので、なるべく自分で料理をするようになっている	65.1	59.9	57.1	58.2	55.0	-5.2	-2.8	+1.1	-3.2
	公共交通機関の利用を控え、自家用車で移動するようになっている	57.0	52.8	50.3	53.1	50.3	-4.2	-2.5	+2.8	-2.8
	家にいる時間が増えたので、スマートフォンやパソコンなどのゲームを利用している	55.3	48.4	47.7	49.8	47.7	-6.9	-0.7	+2.1	-2.1
	家にいる時間が増えたので、動画や音楽などのストリーミングサービスを利用している	50.9	46.5	47.3	47.3	45.1	-4.4	+0.8	±0	-2.2
	家にいる時間が増えたので、家の中でできる運動をするようになっている	55.9	52.1	48.9	47.0	44.8	-3.8	-3.2	-1.9	-2.2
	外出を控え、インターネット通販や出前を利用するようになっている	59.5	51.1	45.9	48.7	44.1	-8.4	-5.2	+2.8	-4.6
	人が密集しない屋外でのレジャーを楽しんでいる	32.5	38.9	40.2	37.7	38.9	+6.4	+1.3	-2.5	+1.2
	人が密集しない屋外で運動をするようになっている	45.3	43.3	41.9	38.9	37.7	-2.0	-1.4	-3.0	-1.2
	家にいる時間が増えたので、SNSの閲覧・投稿をしている	42.3	40.5	36.2	40.1	37.5	-1.8	-4.3	+3.9	-2.6
	できるだけ時差通勤・時差通学をするようになっている	43.0	42.5	37.6	41.7	35.1	-0.5	-4.9	+4.1	-6.6
	できるだけテレワーク(在宅勤務)をするようになっている ※有職者ベース	41.3	36.7	30.0	34.6	28.7	-4.6	-6.7	+4.6	-5.9
	家にいる時間が増えたので、通信環境の整備や家電の購入など、家の中の環境を充実させている	22.9	26.9	28.0	29.3	28.0	+4.0	+1.1	+1.3	-1.3
	収入が減ったもしくは減りそうなので、副業を始めた/検討している	23.9	26.8	25.3	29.5	26.3	+2.9	-1.5	+4.2	-3.2
	外でお金を使わないぶん、普段より少し良いものを買うようになっている	20.9	22.7	22.8	24.8	25.7	+1.8	+0.1	+2.0	+0.9
	家にいる時間が増えたので、モノを手作りしている(手芸、リフォーム、DIYなど)	31.2	31.5	27.7	27.8	25.6	+0.3	-3.8	+0.1	-2.2
収入が減ったもしくは減りそうなので、就職・転職・起業をした/検討している	18.1	22.3	22.4	23.3	21.8	+4.2	+0.1	+0.9	-1.5	
家にいる時間が増えたので、フリマアプリ・ネットオークションで出品・販売をしている	19.1	21.1	21.8	21.7	21.2	+2.0	+0.7	-0.1	-0.5	
家にいる時間が増えたので、投資や資産運用をしている	17.7	21.9	21.6	22.8	21.1	+4.2	-0.3	+1.2	-1.7	
家にいる時間が増えたので、フリマアプリ・ネットオークションで購入をしている	19.5	20.3	22.3	21.7	20.7	+0.8	+2.0	-0.6	-1.0	
通常通りの活動ができないお店・団体を支援するようになっている	19.7	20.3	18.3	18.9	19.0	+0.6	-2.0	+0.6	+0.1	
家にいる時間が増えたので、オンラインで飲み会や食事会をしている	18.6	21.3	19.3	18.9	17.8	+2.7	-2.0	-0.4	-1.1	
家にいる時間が増えたので、オンライン学習をしている	18.9	18.6	17.9	18.7	17.5	-0.3	-0.7	+0.8	-1.2	

前月より5pt以上の増加 前月より10pt以上の増加 前月より5pt以上の減少 前月より10pt以上の減少

【不安度】【行動抑制度】は今月も全項目で 女性>男性

・【不安度】で男女差が大きいのは「自分や家族の健康に不安を感じる」で女性75.2%、男性63.4%と11.8ポイント差。「情報の不足や不確かさに不安を感じる」は女性72.1%、男性61.2%で10.9ポイント差。【行動抑制度】では「交友交際を控えている」女性86.4%、男性73.9%で12.5ポイント差。「体験型エンタメを控える」は女性85.1%、男性74.6%で10.5ポイント差となりました。

【行動変化度】は年代差とエリア差が目立つ

・年代差が大きいのは、「家にいる時間が増えたので、SNSの閲覧・投稿をしている」が20代で56.8%、60代で19.4%と37.4ポイント差。それ以外ではインターネットの利用に関する項目や、「副業を始めた/検討している」(30.1ポイント差)、「就職・転職・起業をした/検討している」(20.7ポイント差)など仕事回りの変化も20代と60代の差が大きくなっています。エリア別では、「公共交通機関の利用を控え、自家用車で移動するようにしている」、「時差通勤・時差通学をするようにしている」、「テレワークをするようにしている」などの項目で差が大きくなっています。

■ 性別/年代別/エリア別結果

※「あてはまる」「ややあてはまる」回答率
()内は調査人数

	全体 (3都市) (1500)	性別		年代						エリア		
		男性	女性	20代	30代	40代	50代	60代	首都 40km圏 (500)	名古屋 40km圏 (500)	阪神 30km圏 (500)	
		(755)	(745)	(241)	(286)	(375)	(319)	(279)				
不安度	経済の停滞に不安を感じる	81.1	78.3	83.9	75.5	76.2	84.5	87.5	78.9	80.6	81.2	81.4
	行政の対応に不安を感じる	73.1	69.9	76.4	68.5	68.9	75.5	75.9	75.3	73.0	74.4	72.0
	海外の情勢に不安を感じる	71.0	70.3	71.7	61.8	68.5	71.2	75.9	75.6	72.6	69.0	71.4
	自分や家族の健康に不安を感じる	69.3	63.4	75.2	64.3	67.5	69.1	73.4	71.0	69.2	70.8	67.8
	情報の不足や不確かさに不安を感じる	66.6	61.2	72.1	69.3	68.9	67.7	64.3	63.1	66.0	66.2	67.6
	自分や家族の仕事・収入に不安を感じる	61.1	60.1	62.0	61.8	68.5	64.0	62.4	47.3	61.0	62.4	59.8
	人づきあいの変化に不安を感じる	47.0	44.9	49.1	50.2	47.2	50.1	44.5	42.7	48.0	46.6	46.4
	行動抑制度	旅行・レジャーを控えている	83.5	78.8	88.3	80.5	83.9	83.5	83.1	86.4	82.8	83.8
不要不急の外出を控えている		82.5	78.7	86.4	73.0	80.8	85.6	84.0	86.7	83.2	84.8	79.6
握手やハグなど、人とのボディタッチを控えている		80.6	76.0	85.2	78.0	79.7	82.7	80.6	81.0	78.8	79.8	83.2
交友・交際を控えている		80.1	73.9	86.4	73.0	81.8	81.9	79.0	83.5	79.8	80.6	80.0
体験型エンターテインメント(ライブ・観劇・映画鑑賞など)を控えている		79.8	74.6	85.1	75.9	80.8	83.2	78.1	79.6	79.0	79.8	80.6
外食を控えている		75.7	71.4	80.0	69.7	74.8	77.1	77.1	78.1	75.6	75.0	76.4
不要不急の買い物を控えている		74.4	70.6	78.3	71.0	72.7	77.3	73.4	76.3	74.4	75.8	73.0
行動変化度		マスク着用や手洗いなど、感染対策を徹底するようにしている	92.8	88.7	96.9	88.4	92.0	94.1	95.3	92.8	91.4	93.6
	十分な運動・栄養・睡眠をとるようにしている	75.0	71.9	78.1	71.0	75.5	72.8	75.2	80.6	75.6	75.6	73.8
	外出を控え、家の中でできる娯楽を楽しんでいる	70.0	63.3	76.8	72.6	72.7	71.5	66.8	66.7	69.8	71.4	68.8
	感染対策商品や日用品の備蓄をするようにしている	68.3	61.3	75.3	64.3	69.9	68.0	70.5	67.7	69.6	68.6	66.6
	できるだけキャッシュレスで支払うようにしている	63.2	62.9	63.5	57.3	62.6	61.6	65.8	68.1	66.6	61.4	61.6
	家にいる時間が増えたので、なるべく自分で料理をするようにしている	55.0	40.7	69.5	55.2	58.7	52.5	54.5	54.8	56.4	55.4	53.2
	公共交通機関の利用を控え、自家用車で移動するようにしている	50.3	48.2	52.5	50.6	47.2	50.7	49.2	54.1	41.2	65.6	44.2
	家にいる時間が増えたので、スマートフォンやパソコンなどのゲームを利用している	47.7	46.8	48.7	63.5	53.1	52.0	39.2	32.6	46.6	51.4	45.2
	家にいる時間が増えたので、動画や音楽などのストリーミングサービスを利用している	45.1	47.7	42.6	60.2	49.0	45.3	40.8	33.0	48.0	43.6	43.8
	家にいる時間が増えたので、家の中でできる運動をするようにしている	44.8	41.5	48.2	51.9	47.2	44.0	37.3	45.9	46.6	44.0	43.8
	外出を控え、インターネット通販や出前を利用するようにしている	44.1	40.4	47.8	51.0	46.2	46.4	39.2	38.4	44.2	44.6	43.4
	人が密集しない屋外でのレジャーを楽しんでいる	38.9	41.3	36.5	44.4	44.4	43.5	29.2	33.7	37.8	42.6	36.4
	人が密集しない屋外で運動をするようにしている	37.7	40.4	34.9	42.7	42.0	37.1	31.3	36.9	39.8	37.4	35.8
	家にいる時間が増えたので、SNSの閲覧・投稿をしている	37.5	32.2	43.0	56.8	51.0	37.3	27.0	19.4	39.8	36.2	36.6
	できるだけ時差通勤・時差通学をするようにしている	35.1	36.6	33.7	42.7	36.0	35.2	33.9	29.0	45.8	27.2	32.4
	できるだけテレワーク(在宅勤務)をするようにしている ※有職者ベース	28.7	32.3	23.3	35.7	30.1	26.9	26.3	26.1	37.6	23.1	25.3
	家にいる時間が増えたので、通信環境の整備や家電の購入など、家の環境を充実させている	28.0	28.5	27.5	35.3	33.2	30.1	22.9	19.4	32.0	24.2	27.8
	収入が減ったもしくは減りそうなので、副業を始めた/検討している	26.3	28.3	24.3	41.9	35.0	26.1	19.7	11.8	27.4	24.6	27.0
	外でお金を使わないぶん、普段より少し良いものを買うようにしている	25.7	23.3	28.1	25.7	26.9	26.9	23.8	24.7	28.6	24.4	24.0
	家にいる時間が増えたので、モノを手作りしている(手芸、リフォーム、DIYなど)	25.6	23.7	27.5	27.0	27.6	26.7	20.4	26.9	27.0	26.6	23.2
	収入が減ったもしくは減りそうなので、就職・転職・起業をした/検討している	21.8	26.1	17.4	31.1	27.3	22.7	18.8	10.4	22.6	21.0	21.8
	家にいる時間が増えたので、プライマリアプリ・ネットオークションで出品・販売をしている	21.2	20.1	22.3	33.2	29.4	19.5	15.7	11.1	22.2	19.0	22.4
	家にいる時間が増えたので、投資や資産運用をしている	21.1	28.1	14.1	27.8	28.7	22.7	14.7	12.9	21.8	21.6	20.0
	家にいる時間が増えたので、プライマリアプリ・ネットオークションで購入をしている	20.7	21.6	19.9	28.2	27.6	20.8	17.6	10.8	21.2	18.0	23.0
通常通りの活動ができないお店・団体を支援するようにしている	19.0	20.1	17.9	22.4	21.0	19.2	16.9	16.1	21.6	18.0	17.4	
家にいる時間が増えたので、オンラインで飲み会や食事会をしている	17.8	20.0	15.6	29.9	24.8	16.0	9.7	11.8	21.4	17.0	15.0	
家にいる時間が増えたので、オンライン学習をしている	17.5	19.9	15.2	35.3	18.2	16.3	12.9	8.6	20.8	15.8	16.0	

全体より5pt以上高い 全体より10pt以上高い 全体より5pt以上低い 全体より10pt以上低い

補足資料④ 新型コロナウイルス収束後の行動意向

感染対策の行動は継続しつつ、通常の行動は抑制を解きたい意向がうかがえる

- 【行動抑制度】【行動変化度】で聴取した項目について、今後、新型コロナウイルス感染への懸念がなくなったとしても行うかどうかきいたところ、【行動抑制意向】は全ての項目で5～8ポイント減少。「外食を控える」(49.9%、8.0ポイント減)、「旅行・レジャーを控える」(52.0%、7.5ポイント減)、「体験型エンタメを控える」(54.3%、7.4ポイント減)など。行動抑制が緩んできた実態に合わせて、感染の懸念がなくなればさらに緩和させていきたい意向がうかがえます。
- 【行動変化意向】の項目ではあまり大きな変化はみられません。「十分な運動・栄養・睡眠をとる」(84.0%、0.1ポイント減)、「感染対策を徹底する」(83.2%、1.1ポイント減)、「感染対策商品や日用品の備蓄をする」(71.0%、2.1ポイント減)など、感染対策に関する項目は70～80%以上と高止まり。減少でやや目立つのは、「できるだけテレワークをする」(28.7%、5.8ポイント減)、「外出を控えインターネット通販や出前を利用する」(42.7%、5.0ポイント減)という外出抑制に関連する項目でした。

■ 時系列推移(全体ベース・2020年6～9月)

※「すると思う」「時々すると思う」回答率

	スコア (%)				差分 (pt)			
	6月調査	7月調査	8月調査	9月調査	6月→7月	7月→8月	8月→9月	
行動抑制意向	握手やハグなど、人とのボディタッチを控える	72.4	69.1	69.9	64.6	-3.3	+0.8	-5.3
	不要不急の外出を控える	71.1	65.1	64.9	59.8	-6.0	-0.2	-5.1
	不要不急の買い物を控える	69.2	63.5	63.7	57.9	-5.7	+0.2	-5.8
	体験型エンターテインメント(ライブ・観劇・映画鑑賞など)を控える	64.5	62.7	61.7	54.3	-1.8	-1.0	-7.4
	旅行・レジャーを控える	63.6	59.9	59.5	52.0	-3.7	-0.4	-7.5
	交友・交際を控える	62.3	56.7	58.6	51.6	-5.6	+1.9	-7.0
	外食を控える	62.0	56.9	57.9	49.9	-5.1	+1.0	-8.0
行動変化意向	十分な運動・栄養・睡眠をとる	83.1	83.7	84.1	84.0	+0.6	+0.4	-0.1
	マスク着用や手洗いなど、感染対策を徹底する	85.8	85.0	84.3	83.2	-0.8	-0.7	-1.1
	感染対策商品や日用品の備蓄をする	72.3	73.0	73.1	71.0	+0.7	+0.1	-2.1
	できるだけキャッシュレスで支払う	66.3	67.7	66.4	65.6	+1.4	-1.3	-0.8
	なるべく自分で料理をする	64.4	65.0	63.6	61.7	+0.6	-1.4	-1.9
	外出を控え、家の中でできる娯楽を楽しむ	63.9	61.3	60.7	56.6	-2.6	-0.6	-4.1
	家の中でできる運動をする	55.3	54.8	53.7	51.7	-0.5	-1.1	-2.0
	人が密集しない屋外でのレジャーを楽しむ	53.1	52.2	51.2	51.7	-0.9	-1.0	+0.5
	動画や音楽などのストリーミングサービスを利用する	48.7	49.3	48.6	48.7	+0.6	-0.7	+0.1
	公共交通機関の利用を控え、自家用車で移動する	50.1	48.8	50.3	47.1	-1.3	+1.5	-3.2
	人が密集しない屋外で運動をする	50.2	48.2	46.2	46.8	-2.0	-2.0	+0.6
	スマートフォンやパソコンなどのゲームを利用する	47.8	48.3	49.5	46.5	+0.5	+1.2	-3.0
	SNSの閲覧・投稿をする	48.0	44.4	47.3	44.7	-3.6	+2.9	-2.6
	外出を控え、インターネット通販や出前を利用する	47.1	44.3	47.7	42.7	-2.8	+3.4	-5.0
	できるだけ時差通勤・時差通学をする	42.8	40.3	41.9	39.4	-2.5	+1.6	-2.5
	通信環境の整備や家電の購入など、家の中の環境を充実させる	36.5	36.2	38.9	36.3	-0.3	+2.7	-2.6
	モノを手作りする(手芸、リフォーム、DIYなど)	36.5	34.9	35.7	32.5	-1.6	+0.8	-3.2
	投資や資産運用をする	29.4	31.1	32.4	30.2	+1.7	+1.3	-2.2
	外でお金を使わないぶん、普段より少し良いものを買う	28.6	28.3	31.7	29.6	-0.3	+3.4	-2.1
	副業を始める/検討する	29.5	29.0	32.4	29.4	-0.5	+3.4	-3.0
	できるだけテレワーク(在宅勤務)をする ※有職者ベース	32.7	32.2	34.5	28.7	-0.5	+2.3	-5.8
	フリマアプリ・ネットオークションで購入をする	25.5	27.1	25.7	26.8	+1.6	-1.4	+1.1
	フリマアプリ・ネットオークションで出品・販売をする	25.7	25.5	26.4	26.2	-0.2	+0.9	-0.2
就職・転職・起業をする/検討する	24.5	25.1	27.3	25.3	+0.6	+2.2	-2.0	
オンライン学習をする	24.5	24.3	24.6	24.1	-0.2	+0.3	-0.5	
お店・団体を支援する	25.5	24.9	24.5	23.1	-0.6	-0.4	-1.4	
オンラインで飲み会や食事会をする	21.2	19.4	20.1	19.4	-1.8	+0.7	-0.7	

【行動抑制意向】【行動変化意向】では、性別では女性>男性、年代では20代の低さが目立つ

- 性別/年代別/エリア別の結果をみると、【行動抑制意向】が全項目で「女性>男性」となるなど、全体的に【行動抑制度】【行動変化度】の結果(4ページを参照)と同じような傾向を示しました。
- 年代別では20代が30～60代と比べて【行動抑制意向】の低さが目立ちました。

エリア別では、テレワークと時差通勤・通学、自家用車利用における差が目立つ

- 性別や年代別に比べ、エリア別の差は小幅な項目が多い傾向です。
- その中で「できるだけテレワークをする」は、首都圏37.6%に対し、名古屋圏21.1%、阪神圏27.2%。「できるだけ時差通勤・時差通学をする」は、首都圏49.4%に対し、名古屋圏32.8%、阪神圏36.0%と、首都圏が高くなっています。逆に「公共交通機関を控え自家用車を利用」は、首都圏が38.2%と低く、名古屋圏が62.4%、阪神圏40.6%となっています。

■ 性別/年代別/エリア別の結果

※「[]と思う」「時々[]と思う」回答率
()内は調査人数

	全体 (3都市) (1500)	性別		年代					エリア				
		男性 (755)	女性 (745)	20代 (241)	30代 (286)	40代 (375)	50代 (319)	60代 (279)	首都 40km圏 (500)	名古屋 40km圏 (500)	阪神 30km圏 (500)		
行動抑制意向	握手やハグなど、人とのボディタッチを控える	64.6	62.4	66.8	58.1	60.1	65.9	67.1	70.3	63.0	60.8	70.0	
	不要不急の外出を控える	59.8	56.8	62.8	58.1	55.9	61.1	58.9	64.5	60.4	58.4	60.6	
	不要不急の買い物を控える	57.9	55.0	60.8	57.3	54.5	56.0	58.9	63.1	60.0	55.2	58.4	
	体験型エンターテインメント(ライブ・観劇・映画鑑賞など)を控える	54.3	53.4	55.2	51.0	49.7	54.9	55.8	59.1	52.4	54.2	56.2	
	旅行・レジャーを控える	52.0	49.7	54.4	52.3	49.7	51.7	53.3	53.0	51.8	50.2	54.0	
	交友・交際を控える	51.6	49.7	53.6	46.5	51.0	52.5	54.2	52.3	52.6	49.4	52.8	
	外食を控える	49.9	47.5	52.3	49.8	49.7	48.5	51.4	50.5	51.0	48.0	50.8	
	行動変化意向	十分な運動・栄養・睡眠をとる	84.0	80.1	87.9	79.7	83.6	82.4	83.4	91.0	83.8	85.4	82.8
		マスク着用や手洗いなど、感染対策を徹底する	83.2	78.4	88.1	83.4	81.5	84.3	82.1	84.6	82.2	83.8	83.6
感染対策商品や日用品の備蓄をする		71.0	62.4	79.7	66.8	72.4	71.7	71.8	71.3	73.2	70.0	69.8	
できるだけキャッシュレスで支払う		65.6	63.8	67.4	62.2	64.3	64.3	64.9	72.4	67.2	66.2	63.4	
なるべく自分で料理をする		61.7	44.0	79.7	59.8	61.5	60.5	62.1	64.9	62.4	61.8	61.0	
外出を控え、家の中でできる娯楽を楽しむ		56.6	51.5	61.7	60.6	62.6	54.9	52.4	54.1	59.2	55.6	55.0	
人が密集しない屋外でのレジャーを楽しむ		51.7	49.1	54.4	53.1	54.5	53.6	44.5	53.4	51.8	53.4	50.0	
家の中でできる運動をする		51.7	47.8	55.7	58.5	49.3	51.5	45.1	56.3	53.2	53.2	48.8	
動画や音楽などのストリーミングサービスを利用する		48.7	50.3	47.0	59.8	57.0	49.9	41.7	36.9	51.4	47.8	46.8	
公共交通機関の利用を控え、自家用車で移動する		47.1	45.4	48.7	44.8	46.5	45.9	43.9	54.8	38.2	62.4	40.6	
人が密集しない屋外で運動をする		46.8	48.5	45.1	48.1	49.7	47.7	40.8	48.4	49.2	46.4	44.8	
スマートフォンやパソコンなどのゲームを利用する		46.5	45.7	47.2	64.3	51.0	50.7	37.0	31.5	44.6	51.4	43.4	
SNSの閲覧・投稿をする		44.7	40.5	49.0	67.6	58.0	43.7	32.6	26.5	46.8	43.2	44.2	
外出を控え、インターネット通販や出前を利用する		42.7	40.5	45.0	45.6	46.9	44.5	37.3	39.8	45.6	43.6	39.0	
できるだけ時差通勤・時差通学をする		39.4	38.9	39.9	41.9	41.3	38.7	35.1	41.2	49.4	32.8	36.0	
通信環境の整備や家電の購入など、家の中の環境を充実させる		36.3	35.5	37.0	43.6	42.0	37.1	31.0	29.0	39.8	33.8	35.2	
モノを手作りする(手芸、リフォーム、DIYなど)		32.5	28.3	36.6	35.3	33.9	31.5	29.2	33.7	33.2	35.2	29.0	
投資や資産運用をする		30.2	37.0	23.4	40.7	37.1	29.9	22.6	23.3	32.4	30.4	27.8	
外でお金を使わないぶん、普段より少し良いものを買う		29.6	26.9	32.3	34.4	29.4	31.5	25.4	28.0	33.2	27.2	28.4	
副業を始める/検討する		29.4	30.1	28.7	42.7	43.7	29.1	20.4	14.0	29.6	31.6	27.0	
できるだけテレワーク(在宅勤務)をする ※有職者ベース		28.7	30.1	26.7	34.5	33.6	24.8	28.4	22.9	37.6	21.1	27.2	
フリマアプリ・ネットオークションで購入をする		26.8	29.5	24.0	37.3	36.4	25.9	21.0	15.8	28.8	25.0	26.6	
フリマアプリ・ネットオークションで出品・販売をする		26.2	25.4	27.0	40.7	36.4	24.8	18.2	14.3	27.0	24.6	27.0	
就職・転職・起業をする/検討する		25.3	27.9	22.7	37.8	32.2	25.1	22.3	11.5	26.4	25.4	24.2	
オンライン学習をする	24.1	25.7	22.6	42.7	25.5	24.0	18.8	12.9	26.2	24.0	22.2		
お店・団体を支援する	23.1	22.8	23.5	29.0	24.1	21.3	21.3	21.5	24.4	21.6	23.4		
オンラインで飲み会や食事会をする	19.4	20.7	18.1	32.0	22.4	19.5	12.2	13.6	22.2	17.4	18.6		

■ 質問項目(質問文)

【新型コロナウイルス影響下での生活自由度】

新型コロナウイルス感染拡大以前の普段の状態を100点、
感染拡大により極めて不自由を強いられる状態を0点とすると、
あなたの現在の暮らしの自由度は何点くらいでしょうか。(0～100点の数値を回答)
また、あなたがその点数をつけた理由をお答えください。(自由回答)

【新型コロナウイルス影響下での意識・行動】 ※一部、有職者ベースを含む

新型コロナウイルスの流行に関連して、次のような意見があります。
それぞれについて、あなた自身のお気持ちや行動にもっとも近いものをひとつずつお答えください。
(単一回答: あてはまる/ややあてはまる/あまりあてはまらない/あてはまらない)

【新型コロナウイルス収束後の行動意向】 ※一部、有職者ベースを含む

今後、新型コロナウイルス感染への懸念がなくなったとしても、あなたは次にあげるような行動をすると思いますか。
それぞれについて、あなたご自身の予想にもっとも近いものをひとつずつお答えください。
(単一回答: すると思う/時々すると思う/あまりしらないと思う/しないと思う)

[※有職者ベース]

9月:1,072人
8月:1,022人
7月:1,055人
6月:1,052人
5月:1,074人

調査時期	2020年9月3日(木)～7日(月) 2020年8月3日(月)～6日(木) 2020年7月2日(木)～6日(月) 2020年6月4日(木)～8日(月) = 政府の緊急事態宣言解除後 2020年5月7日(木)～11日(月) = 政府の緊急事態宣言後
調査地域	①首都40km圏(東京都・神奈川県・千葉県・埼玉県・茨城県) ②名古屋40km圏(愛知県・三重県・岐阜県) ③阪神30km圏(大阪府・京都府・兵庫県・奈良県)
調査対象者	20～69歳の男女
対象者割付	調査地域①～③各500人を各地域の人口構成比(性年代)に合わせ割付
サンプル数	合計1,500人

	20代	30代	40代	50代	60代	合計
男性	122	145	190	161	137	755
女性	119	141	185	158	142	745
合計	241	286	375	319	279	1500

調査方法	インターネット調査
調査機関	株式会社 H.M.マーケティングリサーチ

<参考>

第5回調査(8月20日発表) <https://seikatsusoken.jp/newsrelease/15625/>
第4回調査(7月16日発表) <https://seikatsusoken.jp/newsrelease/15514/>
第3回調査(6月18日発表) <https://seikatsusoken.jp/newsrelease/15419/>
第2回調査(5月21日発表) <https://seikatsusoken.jp/newsrelease/15306/>
第1回調査(4月20日発表) <https://seikatsusoken.jp/newsrelease/15258/>

<備考>

本調査は当面の期間実施し、毎月第3・4週頃に発表する予定です。
(今後の状況変化により、調査内容等を変更する可能性があります)

問い合わせ先 博報堂生活総合研究所(佐香・夏山) 03-6441-6450 seikatsusoken.mail@hakuodo.co.jp
株式会社博報堂 広報室(玉・大野) 03-6441-6161 koho.mail@hakuodo.co.jp