

2023年3月 新型コロナウイルスに関する生活者調査

3月の「生活自由度」は64.9点で、過去最高値を更新。
「不安」は残るが、「行動の抑制」は緩む

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2023年3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」を実施しました(調査期間は3月2~6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4ページ参照)。

【調査前の状況】新型コロナウイルスの全国の新規感染者数は、1週間平均で1日あたり2月1日の5万人弱から、3月1日には1.2万人弱へと減少を続けました。同時期の死者数も、1週間平均で1日あたり約300人から80人弱へと減少。2月10日には3月13日以後のマスク着用緩和の方針が政府から発表されるなど、行動緩和ムードが高まる中での調査です。

※【お知らせ】「新型コロナウイルスに関する生活者調査」のニュース・リリースは、今回をもちまして終了いたします。
3年にわたり、誠にありがとうございました。

新型コロナウイルス影響下での「生活自由度」

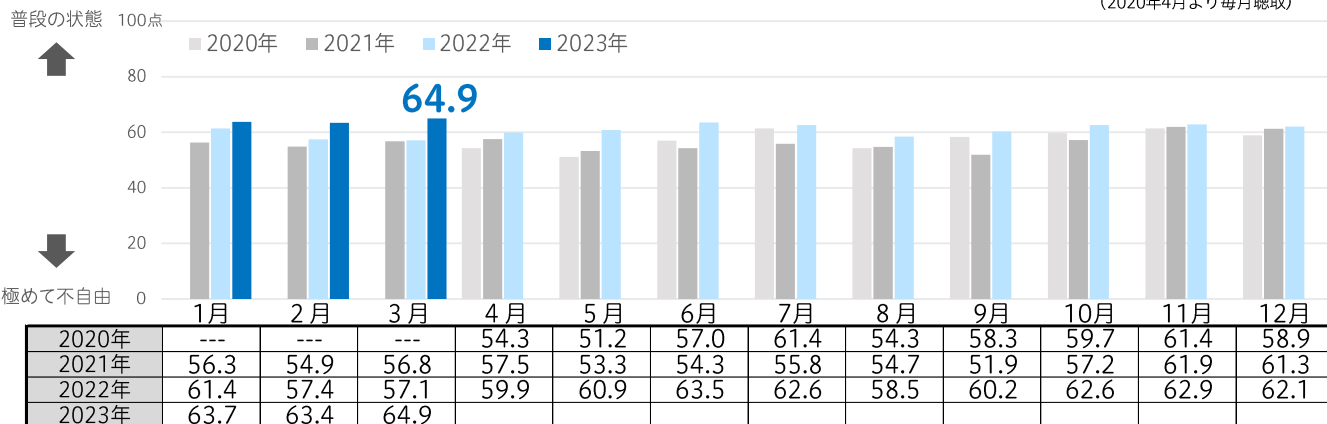
2023年3月は、64.9点

前月差
+1.6pt

前年同月差
+7.8pt

暮らしの自由度について感染拡大以前の普段の状態を100点とすると、現在は何点くらいかをきいたところ、2023年3月は、前月の63.4点から1.6pt増加して64.9点と過去最高値を更新しました。なお前年同月との比較では、7.8ptの増加となっています。

(2020年4月より毎月聴取)



※調査では小数第2位まで集計していますが、本稿は小数第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

【不安度】は前月からは「行政の対応」(69.7%、2.6pt減)が微減した一方、「情報の不足や不確かさ」(59.8%、2.3pt増)、「自分や家族の仕事・収入」(60.8%、1.9%増)など微増した項目がみられます。【行動の抑制度】は前月からすべての項目で減少。「旅行・レジャー」(51.5%、4.8pt減)、「体験型エンタメ」(46.4%、3.7pt減)などが目立ちます。【行動の実施度】では前月に比べ、「感染対策商品や日用品の備蓄」(60.2%、3.3pt減)が減り、「お店・団体の支援」(20.1%、4.6pt増)が増加。「テレワーク(※有職者ベース)」(28.9%、4.2pt増)なども増えています。

		回答率	前月差	前年同月差
		「あてはまる」「ややあてはまる」の計		
【不安度】 感じている不安	情報の不足や不確かさ	59.8%	+ 2.3pt	- 3.5pt
	自分や家族の仕事・収入	60.8%	+ 1.9pt	+ 3.8pt
	行政の対応	69.7%	- 2.6pt	- 0.5pt
【行動の抑制度】 控えている行動	旅行・レジャー	51.5%	- 4.8pt	- 27.7pt
	体験型エンタメ(ライブ・観劇・映画鑑賞など)	46.4%	- 3.7pt	- 27.3pt
	人とのボディタッチ(握手やハグなど)	57.9%	- 3.6pt	- 18.8pt
【行動の実施度】 行っている行動	感染対策商品や日用品の備蓄	60.2%	- 3.3pt	- 9.1pt
	お店・団体の支援	20.1%	+ 4.6pt	- 0.4pt
	テレワーク※有職者ベース	28.9%	+ 4.2pt	- 2.0pt

新型コロナウイルス影響下での「生活自由度」

3月の「生活自由度」は64.9点で、過去最高値を更新。

コロナ感染者数は、1週間平均で1日あたり2月1日の5万人弱から、3月1日には1.2万人弱へと減少を続けました。同時期の死者数も、1週間平均で1日あたり約300人から80人弱へと減少。2月10日には3月13日以後のマスク着用緩和が政府から発表されるなど、行動緩和とムードが高まる中で、生活自由度は、過去最高値を更新しました。

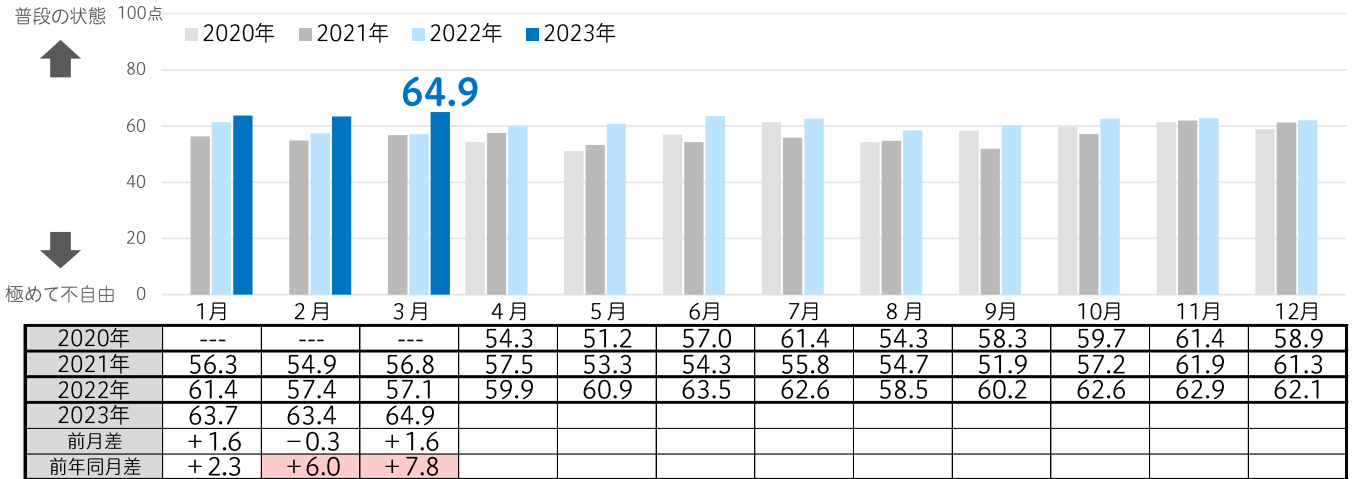
回答理由からは、「行動は拡大」する一方、「マスクの日常化や、元に戻る不安、新たな配慮など「変化した社会」を感じる声
生活自由度「高」:「無駄のない落ち着いた生活になった」し、「不自由なのは、マスクやアルコール除菌くらい」との声があります。ただ「マスクをしていないとむしろ不安」との声や、マスクをしていないときでも「見えるように持つ」など、マスクのある生活が日常化している感覚もみられます。

生活自由度「中」:「怖がり過ぎないようにして積極的に活動」を広げている姿や、「マスクをしていない人も見かける」の声があります。一方、休憩スペースの縮小で不便を感じたり、「不自由でないようで大勢で集まるのにはちょっとした意識が必要」など新しい配慮が必要との声があります。

生活自由度「低」: 不安や不自由を訴える声が多く、経済的影響の他に、マスク、除菌、学校行事の制約などがあげられています。「花粉症の季節になりコロナと誤認される」不安や、行動の拡大で「大切にしていたひとり時間がなくなる」など、むしろ元の社会に戻ることにへの不安の声もありました。

■ 生活自由度

(単位：点 / 差分：pt)



	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
2020年	---	---	---	54.3	51.2	57.0	61.4	54.3	58.3	59.7	61.4	58.9
2021年	56.3	54.9	56.8	57.5	53.3	54.3	55.8	54.7	51.9	57.2	61.9	61.3
2022年	61.4	57.4	57.1	59.9	60.9	63.5	62.6	58.5	60.2	62.6	62.9	62.1
2023年	63.7	63.4	64.9									
前月差	+1.6	-0.3	+1.6									
前年同月差	+2.3	+6.0	+7.8									

*調査では小数第2位まで集計していますが、本稿は小数第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。

■ 生活自由度の理由(一部抜粋)

高 (61点以上)	不自由なこともあったが、落ち着いた生活になり、無駄がなくなった。	100点	52歳女性・東京都
	マスクをしたり、アルコール除菌をするくらいで他は変わってないので。	95点	40歳男性・大阪府
	色々なことが緩和されていると思うから。少しずつではあるが元の生活に戻っていると思う。最近ニュースでもコロナ感染者数は見なくなった気がする。	80点	30歳女性・大阪府
	マスクをしていなくても、奇異な目でみられないが、マスクは見えるように持っている。	80点	63歳男性・千葉健
	初めはマスク着用を不自由に感じたが、今は着けるのが当たり前。むしろ着けていない方が不安、という気持ちでいる。自分の身は自分で守らないと。	70点	55歳女性・愛知県
中 (41~60点)	個人的にはまだマスクをしていないと不安を感じることもあるが、どれだけ予防をしても罹ってしまうときは誰しも罹るので、異常に怖がりすぎないようにしている。ライブや友人との食事の機会も増えてきたので、少しずつ積極的な活動ができるようになってきた。	60点	26歳女性・愛知県
	コロナが流行りはじめた頃と比べると、だいたい世の中の雰囲気も緩和されてきたと思う。人も多くなり、外でマスクをしていない人も増えたから。	60点	40歳女性・大阪府
	身体に障がいがあるため、外出の際はすぐに椅子に座っていたのだが、最近は椅子が撤去されてしまっていることが多い。椅子があっても、スペースを空けて座るよう促すポスターが貼ってあり座れない。かつては高齢者や障がい者も、気がつけば周囲から助けてもらえる社会だったが、コロナ禍では、ちょっとしたことでとても困難になった。	60点	50歳女性・愛知県
	不自由を感じていないようで、よくよく考えてみると大勢で集まるのにはちょっとした意識が必要だ、などと考えることが多い。	50点	59歳男性・兵庫県
	ワクチン接種を5回受け、ある程度は安心しているが、感染リスクを考えると、どうしても外出や外食などを控えてしまう。	50点	67歳男性・神奈川県
低 (40点以下)	マスクやアルコール除菌が日常化していること。学校などの行事が減ったこと。	40点	44歳女性・千葉県
	花粉症でコロナとまちがえられ、不安がられるのが嫌。	30点	24歳男性・愛知県
	習い事に通えるようになったのはいいのですが、一人の時間を大切にできたコロナ禍の方が、自分にとっては都合が良かったような気がします。特に不自由は感じませんでしたし。	20点	55歳女性・愛知県
	収入の大幅な減少。業界の先行き不安。自身の年齢による身動きが取りにくい状況など。	10点	49歳男性・大阪府
	コロナ感染により、家族の精神的苦痛で休職せざるを得なくなった。家計が苦しくなり、将来の不安も感じる。	0点	42歳女性・岐阜県

新型コロナウイルス影響下での意識・行動[実態]と収束後の行動[予想]

【不安度】は前月と比べて大きな増減はみられない

前月比較では、「行政の対応」(69.7%、2.6pt減)が微減の一方、「情報の不足や不確かさ」(59.8%、2.3pt増)ほか微増した項目がいくつかみられます。前年同月比較では、「海外の情勢」(70.2%、9.7pt減)、「自分や家族の健康」(61.5%、5.9pt減)の減少が目立ちます。

【行動の抑制度】は前月からすべての項目で減少

【*注:「海外の情勢」の増減には、ロシアのウクライナ侵攻、中国での感染状況の影響が考えられます】

前月比較では、「旅行・レジャー」(51.5%、4.8pt減)、「体験型エンタメ」(46.4%、3.7pt減)、「人とのボディタッチ」(57.9%、3.6pt減)が目立ちます。前年同月比較では、「旅行・レジャー」(51.5%、27.7pt減)、「体験型エンタメ」(46.4%、27.3pt減)以下、ほとんどの項目で20pt以上減少しました。

【行動の実施度】は前月から増加した項目、減少した項目ともにみられ、動きが交錯している

前月比較では、「感染対策商品や日用品の備蓄」(60.2%、3.3pt減)は減少、「お店・団体の支援」(20.1%、4.6pt増)、「テレワーク」(28.9%、4.2pt増)は増加。前年同月比較では、「家の中でできる娯楽」(49.1%、19.5pt減)、「混む時間を避けたり、来店頻度を減らした買い物」(45.3%、16.5pt減)などが減少。収束後に取り組むと思う行動[予想]…[実態]より[予想]が高いのは、「SNSの閲覧・投稿」(+7.6pt)、「自分で料理する」(+7.4pt)などです。

■ 生活意識・行動

【不安度】

	[実態] 感じている不安				
	23年1月	23年2月	23年3月	前月差	前年同月差
経済の停滞	74.2	74.5	75.5	+1.0	-1.8
海外の情勢	72.2	69.4	70.2	+0.8	-9.7
行政の対応	68.7	72.3	69.7	-2.6	-0.5
自分や家族の健康	63.5	62.1	61.5	-0.6	-5.9
自分や家族の仕事・収入	58.0	58.9	60.8	+1.9	+3.8
情報の不足や不確かさ	58.5	57.5	59.8	+2.3	-3.5
人づきあいの変化	37.1	38.0	39.8	+1.8	-4.1

(単位: % / 差分: pt)

	[実態] 控えている行動					[予想] 収束後に控えると思う行動					予想と実態の差(最新月)
	23年1月	23年2月	23年3月	前月差	前年同月差	23年1月	23年2月	23年3月	前月差	前年同月差	
人とのボディタッチ(握手やハグなど)	61.5	61.5	57.9	-3.6	-18.8	55.7	55.1	54.2	-0.9	-9.1	-3.7
旅行・レジャー	56.5	56.3	51.5	-4.8	-27.7	43.6	41.9	39.5	-2.4	-9.0	-12.0
交友・交際	51.8	51.1	49.4	-1.7	-24.3	46.6	43.3	43.1	-0.2	-7.0	-6.3
不要不急の外出	53.8	50.6	47.4	-3.2	-26.9	50.9	46.7	46.5	-0.2	-9.6	-0.9
外食	49.2	49.6	47.0	-2.6	-23.4	41.7	41.0	40.7	-0.3	-7.7	-6.3
体験型エンタメ(ライブ・観劇・映画鑑賞など)	52.1	50.1	46.4	-3.7	-27.3	44.3	41.7	39.9	-1.8	-9.8	-6.5
不要不急の買い物	50.3	46.9	45.9	-1.0	-21.1	47.7	44.3	42.7	-1.6	-10.2	-3.2

【行動の実施度】

	[実態] 取り組んでいる行動					[予想] 収束後に取り組むと思う行動					予想と実態の差(最新月)
	23年1月	23年2月	23年3月	前月差	前年同月差	23年1月	23年2月	23年3月	前月差	前年同月差	
感染対策の徹底(マスク着用や手洗いなど)	87.7	85.3	82.5	-2.8	-7.5	78.6	78.6	75.5	-3.1	-6.0	-7.0
十分な運動・栄養・睡眠	74.5	74.3	73.1	-1.2	+0.3	80.3	79.7	77.8	-1.9	-3.5	+4.7
キャッシュレスでの支払い	64.0	60.8	61.2	+0.4	-3.3	67.0	63.7	63.3	-0.4	-3.5	+2.1
感染対策商品や日用品の備蓄	63.8	63.5	60.2	-3.3	-9.1	64.3	63.0	59.5	-3.5	-10.3	-0.7
自分で料理する	50.9	51.1	49.3	-1.8	-8.2	60.1	58.2	56.7	-1.5	-6.4	+7.4
家の中でできる娯楽	51.4	50.2	49.1	-1.1	-19.5	50.2	48.6	45.3	-3.3	-12.8	-3.8
感染対策を徹底している店や施設の利用	47.8	47.5	47.0	-0.5	-11.7	51.8	48.9	47.3	-1.6	-10.6	+0.3
混む時間を避けたり、来店頻度を減らした買い物	47.7	47.0	45.3	-1.7	-16.5	50.7	47.8	45.3	-2.5	-12.2	±0.0
ストリーミングサービスの利用(動画や音楽など)	46.0	44.9	44.4	-0.5	-2.7	49.6	47.3	45.9	-1.4	-4.4	+1.5
スマホやパソコンなどでのゲーム	42.0	41.8	42.0	+0.2	-4.5	43.6	43.4	39.1	-4.3	-7.0	-2.9
自家用車での移動	42.7	40.1	40.9	+0.8	-8.5	40.5	39.6	40.3	+0.7	-7.8	-0.6
家の中でできる運動	38.1	37.1	40.4	+3.3	-4.1	46.9	43.2	44.6	+1.4	-7.7	+4.2
SNSの閲覧・投稿	40.9	39.2	38.9	-0.3	-4.3	50.9	48.1	46.5	-1.6	-5.9	+7.6
人が密集しない屋外でのレジャー	39.9	38.4	37.9	-0.5	-6.0	46.5	45.3	42.0	-3.3	-10.5	+4.1
人が密集しない屋外での運動	38.4	35.9	37.9	+2.0	-3.6	41.3	40.3	39.8	-0.5	-8.6	+1.9
インターネット通販や出前の利用	35.6	32.8	33.7	+0.9	-12.1	39.4	36.9	36.3	-0.6	-9.9	+2.6
時差通勤・時差通学	30.0	30.1	30.1	±0.0	-6.8	34.8	34.1	34.2	+0.1	-6.8	+4.1
副業(検討含む)	27.2	27.9	29.7	+1.8	-0.9	31.7	31.4	29.4	-2.0	-3.6	-0.3
家の環境充実(通信環境整備や家電購入など)	29.8	28.5	29.3	+0.8	-3.3	39.0	36.0	33.7	-2.3	-7.3	+4.4
テレワーク※有職者ベース	27.7	24.7	28.9	+4.2	-2.0	31.8	27.5	31.0	+3.5	-2.4	+2.1
就職・転職・起業(検討含む)	23.5	23.7	26.5	+2.8	+1.8	26.9	25.8	26.6	+0.8	-2.1	+0.1
投資や資産運用	26.3	24.9	26.3	+1.4	-2.4	38.6	34.9	32.7	-2.2	-5.4	+6.4
普段より少し良いものを買う	25.3	23.3	26.3	+3.0	-4.2	31.3	27.9	27.0	-0.9	-7.8	+0.7
モノを手作りする(手芸、リフォーム、DIYなど)	23.4	24.9	26.1	+1.2	-1.4	30.0	30.5	29.4	-1.1	-5.5	+3.3
フリマアプリ・ネットオークションでの出品・販売	22.3	22.9	24.7	+1.8	+0.2	26.7	27.5	26.9	-0.6	-3.0	+2.2
フリマアプリ・ネットオークションでの購入	23.7	24.2	24.3	+0.1	-0.2	29.5	28.2	28.3	+0.1	-1.8	+4.0
お店・団体の支援	16.6	15.5	20.1	+4.6	-0.4	20.9	19.7	20.2	+0.5	-4.1	+0.1
オンライン学習	16.4	16.0	19.5	+3.5	+0.3	23.6	22.9	23.2	+0.3	-2.5	+3.7
オンラインでの飲み会・食事会	14.5	15.4	18.7	+3.3	+0.2	16.2	15.3	17.1	+1.8	-4.3	-1.6
転居やリフォーム、複数拠点での生活(検討含む)	14.9	15.8	18.1	+2.3	+0.4	20.9	18.3	21.4	+3.1	-2.5	+3.3

■ +5pt以上 ■ +10pt以上 ■ -5pt以下 ■ -10pt以下

新型コロナウイルスに関する生活者調査 調査概要

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[実態] ※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)

[※有職者]
2023年 3月 :1,059人
2023年 2月 :1,081人
2023年 1月 :1,061人

新型コロナウイルス収束後の行動[予想] ※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、あなたは次に挙げるような行動をしたいと思いますか。
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/あまりしないと思う/しないと思う)

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

調査人数 合計1,500人 (単位: 人)

	20代	30代	40代	50代	60代	合計
男性	131	143	180	172	127	753
女性	128	140	178	169	132	747
合計	259	283	358	341	259	1,500

調査方法 インターネット調査
調査時期 2023年3月2日(木)~6日(月)(2020年3月から調査開始/毎月上旬に調査実施)
企画分析 博報堂生活総合研究所
実施集計 株式会社 H.M.マーケティングリサーチ

(参考)調査期間中の社会の主な動き ※感染者数の出典: 関連ホームページ(厚生労働省、東京都とも3月9日時点)

- <2020年>
- 4月 7都道府県で「緊急事態宣言」が発出(5/6まで)
緊急事態宣言を全国に拡大
 - 5月 緊急事態宣言が解除(39県、後に大阪・兵庫・京都)
1都3県含む47都道府県すべてで解除
 - 6月 東京で警戒情報「東京アラート」が発動
 - 9月 東京でGoToトラベルの予約開始
 - 10月 GoToイートの予約開始
 - 11月 GoToトラベルの一時停止を首相表明
東京や大阪を含め10都道府県でGoToイート中断
 - 12月 GoToトラベルが一時中止(東京、後に全国)
- <2021年>
- 1月 緊急事態宣言が再発出(1都3県、後11都府県に拡大)
 - 2月 緊急事態宣言、3月7日まで延長が決定
 - 3月 大阪・兵庫・京都で宣言解除、3/21に1都3県解除
 - 4月 まん延防止等重点措置の適用が順次拡大
緊急事態宣言、東京・大阪・兵庫・京都に、3度目の発出
 - 5月 緊急事態宣言の継続、拡大、延長(愛知・福岡追加)
高齢者へのワクチン接種進む
大規模接種センター開設(東京・大阪)
 - 6月 緊急事態宣言、沖縄を除き解除
7都道府県はまん延防止等重点措置へ移行、3県は継続
 - 7月 緊急事態宣言、東京(4度目)、首都圏3県・大阪に拡大
東京五輪開幕
北海道・石川・京都・兵庫・福岡にまん延防止等重点措置
 - 8月 新規感染者が全国2万5千人超、東京で5千人超を記録
緊急事態宣言、まん延防止等重点措置、9月末まで延長
- <備考>
- <2021年>
- 9月 新規感染者の減少 月初の2万人台が中旬には6千人規模に、下旬には千人を下回る日も
重症者の減少 初旬2千人超で過去最多を更新後、減少を続け月末には千人を下回る
ワクチンの2回接種者が全人口の5割を超える
緊急事態宣言(19都道府県)、まん延防止等重点措置(8県)が全面解除(9/30)
新規感染者数が100人以下、東京では一桁になるなど減少傾向が続く
 - 10月 大規模イベントの上限制限撤廃 1都3県と大阪で飲食店への自粛要請の緩和
 - 11月 下旬まで感染者数は低位推移 下旬に大阪や東京でオミクロン株の市中感染
 - 12月
- <2022年>
- 1月 1日9万人超など全国感染者数が急増 自宅療養者、救急搬送困難事例も大きく増加
「まん延防止等重点措置」の適用自治体は拡大を続け、月末には34都道府県に
全国感染者数が1日10万人突破後、減少傾向に 北京冬季五輪・パラリンピック開幕
 - 2月 まん延防止等重点措置、5県では2/20をもって解除、18都道府県では3/21まで延長決定
まん延防止等重点措置が18都道府県で解除(3/21)。全面解除は2か月半ぶり
 - 3月 全国の新規感染者数、初旬に拡大傾向をみせるも、その後は減少傾向へ
 - 4月 新規感染者は減少傾向 厚労省、マスク着用の考え方を発表(5/20)
 - 5月 6/13の感染者数、東京都958人、全国6,005人 7/2には5日連続で全国2万人超
 - 6月 新規感染者数が全国で初めて20万人超、東京都で4万人超 「第7波」が猛威
 - 7月 全国新規感染者数は20万人超の日が下旬まで多く見られた後、下旬になり減少傾向へ
 - 8月 全国新規感染者数の減少続く オミクロン株対応のワクチン接種開始
 - 9月 水際対策の大幅緩和 全国新規感染者数が増加基調(1週間平均で上旬3万人→5万人/日)
 - 10月 全国新規感染者数の増加が続く
 - 11月 全国新規感染者数、1週間平均で初旬の11万人/日が、下旬には17万人台へ増加
 - 12月
- <2023年>
- 1月 全国新規感染者数、1週間平均で1日あたり初旬の18万人から、月末には5万人割れへ減少
【今回の調査時点までの詳細】
 - 2月~3月 全国新規感染者数、1週間平均で1日あたり2/1の約5万人弱が、3/1には1.2万人弱に減少
 - 2月10日 厚労省「令和5年3月13日以後のマスク着用の考え方について」を発表

・本調査のニュース・リリースは、今回をもちまして終了いたします。3年にわたり、誠にありがとうございました。

・過去のニュースリリース(2020年4月発表開始)は、以下のURLからご覧いただけます。

<https://seikatsusoken.jp/newsrelease>

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