

## 第7回 新型コロナウイルスに関する生活者調査(2020年10月)

### 10月の「生活自由度」は59.7点 9月から1.4pt増 先月に続き【不安度】、外出や買い物などの【行動抑制度】は全項目で緩和 感染対策を続けながら、「外へ」の行動が加速している

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10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。

今回の調査は、10月1~5日に実施。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)。

新型コロナウイルス感染者数が8月上旬をピークに徐々に減少を続けた後、9月は一進一退で推移。4連休(9月19日~22日)の人出増加の報道や、東京発着のGo To トラベルキャンペーンの予約開始(9/18~)後の調査です。

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、59.7点と、9月からは1.4pt増加し、2か月連続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【不安度】は、2か月連続で全項目が減少。特に「情報の不足や不確かさへの不安」(61.5%、5.1pt減)の減少が目立ちました。【行動抑制度】も、2か月連続で全項目が減少。「不要不急の買い物を控えている」(67.0%、7.4pt減)、「外食を控えている」(69.3%、6.4pt減)、「不要不急の外出を控えている」(76.9%、5.6pt減)などの減少が目立ちます。

【行動変化度】は全体としては数値の変化は小さいですが、「外出を控え、ネット通販や出前を利用している」(37.5%、6.6pt減)、「外出を控え、家の中でできる娯楽を楽しむ」(64.3%、5.7pt減)など外出を控える項目での減少、「人が密集しない屋外でのレジャーを楽しむ」(43.2%、4.3pt増)など外出につながる項目での増加が目立ちます。一方、「マスク、手洗いなど感染対策を徹底するようにしている」は91.5%(1.3pt減)と、引き続き高止まりしています。感染対策に引き続き留意しながら、外出や買い物、レジャーなど、「外へ」の行動を進めている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)。

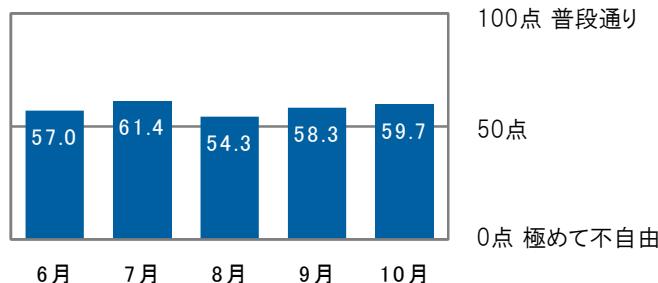
#### 新型コロナウイルス影響下での「生活自由度」

【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

**59.7点**

前月差 +1.4pt



※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つ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

情報の不足や不確かさに不安を感じる

61.5%(- 5.1pt)

経済の停滞に不安を感じる

77.2%(- 3.9pt)

行政の対応に不安を感じる

69.2%(- 3.9pt)

##### 行動抑制度

不要不急の買い物を控えている

67.0%(- 7.4pt)

外食を控えている

69.3%(- 6.4pt)

不要不急の外出を控えている

76.9%(- 5.6pt)

##### 行動変化度

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

37.5%(- 6.6pt)

外出を控え、家の中でできる娯楽を楽しんでいる

64.3%(- 5.7pt)

人が密集しない屋外でのレジャーを楽しんでいる

43.2%(+ 4.3pt)

人が密集しない屋外で運動をするようにしている

39.9%(+ 2.2pt)

収入が減った/減りそうなので、副業を始めた/検討している

28.5%(+ 2.2pt)

## 補足資料① 新型コロナウイルス影響下での「生活自由度」

### 「生活自由度」は9月から微増。2か月連続で増加

- ・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59.7点となり前月から1.4pt増加しました。性別では男女とも微増。年代別では、40代が4.4pt増となりました。
- ・自由回答からは、「緊急事態宣言の頃と比べれば行動しやすくなかった」、「感染対策をしっかりしつつ、行動することができている」との声が目立つ
- ・「生活自由度」の点数が比較的高い人からは、「感染対策をしっかりすればある程度のことは感染拡大前と同じようにできるようになってきた」、「感染対策をしながら外食や旅行をしている」、「緊急事態宣言の頃よりは、世の中もコロナ対策を心掛け、うまくコロナとつきあえるようになってきた」など、感染対策をしっかりしながら行動を再開できている、という声があがります。
- ・「生活自由度」が比較的低い人からも、緊急事態宣言の頃よりは、外出や買い物などの行動はしやすくなっている、という声が目立ちます。ただ仕事や収入面の厳しさを挙げる声や、「立場的に在宅勤務が許されず、危険を覚悟で出社を強いられている」という声も寄せられています。

### ■ 性別/年代別/エリア別の結果

※( )内は調査人数		スコア					差分			
		6月調査	7月調査	8月調査	9月調査	10月調査	6月→7月	7月→8月	8月→9月	9月→10月
全体	(1500)	57.0	61.4	54.3	58.3	59.7	+4.4	-7.1	+4.0	+1.4
男性	(755)	57.1	62.4	55.1	59.8	60.4	+5.3	-7.3	+4.7	+0.6
女性	(745)	56.9	60.4	53.6	56.8	58.9	+3.4	-6.8	+3.2	+2.2
20代	(241)	57.7	62.0	49.6	56.7	56.6	+4.3	-12.3	+7.0	-0.1
30代	(286)	56.6	60.2	53.6	57.8	59.0	+3.5	-6.6	+4.2	+1.2
40代	(375)	56.1	60.2	54.4	57.6	62.0	+4.1	-5.8	+3.2	+4.4
50代	(319)	56.9	61.9	55.8	59.7	59.1	+5.0	-6.1	+4.0	-0.6
60代	(279)	58.3	63.2	57.5	59.6	60.7	+5.0	-5.7	+2.1	+1.1
首都40km圏	(500)	55.0	59.7	53.7	57.2	59.0	+4.7	-6.0	+3.5	+1.8
名古屋40km圏	(500)	57.5	61.4	54.6	57.2	60.7	+3.9	-6.8	+2.6	+3.5
阪神30km圏	(500)	58.7	63.1	54.7	60.5	59.4	+4.5	-8.4	+5.8	-1.1

■ 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

		高中低割合 (%)		
		高 (61点以上)	中 (41~60点)	低 (40点以下)
全体	(1500)	45.3	34.3	20.5
男性	(755)	47.8	32.1	20.1
女性	(745)	42.7	36.5	20.8
20代	(241)	39.8	34.9	25.3
30代	(286)	44.1	34.6	21.3
40代	(375)	49.1	32.8	18.1
50代	(319)	45.1	34.2	20.7
60代	(279)	46.2	35.5	18.3
首都40km圏	(500)	43.2	36.4	20.4
名古屋40km圏	(500)	46.4	34.0	19.6
阪神30km圏	(500)	46.2	32.4	21.4

■ 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

### ■ 生活自由度の回答理由(自由回答から一部を掲載)

高 (61点以上)	感染拡大前より自分らしく過ごせていると思う。縮小均衡歓迎。	100点	男性55歳・埼玉県
	旅行や飲み会の機会が減ったこと以外、通常通りの生活になりつつあるから。	90点	女性37歳・大阪府
	感染予防をしっかりとすれば、ある程度のことは感染拡大前と同じようにできるようになってきた。	80点	男性42歳・愛知県
	感染対策をきちんと行った上で、人とのつきあいや、外食や旅行をしていますが、心のどこかで不安を抱えているので、マイナス20点です。	80点	女性53歳・大阪府
	海外旅行等ができなくなったのは痛手だが、リモートワークが進み、働きやすさは改善された。	80点	男性29歳・神奈川県
中 (41~60点)	買い物等々にはマスクをして行けるようになったので60点をつけました。	60点	男性69歳・大阪府
	緊急事態宣言の頃と比べると、世の中がコロナ対策をしっかりと心がけるようになり、共存できてきた感じがする。気持ち的にも楽になった。従来のように友達と会って飲食を共にするのはまだすべきではないと思うが、以前よりは上手くコロナとつきあえるようになったと実感している。	60点	女性53歳・埼玉県
	外出や友人との交流など色々と自粛をしていたが、たまに用事があって外に出ると、今までと同じくらい街には人がおり、8月くらいに30点くらいだったところから戻りつつある。	60点	女性29歳・東京都
	普段の生活を取り戻しつつあるが、大人数で集まることができないため。	50点	女性41歳・大阪府
	とりあえず外出はしやすくなったから。	50点	男性33歳・愛知県
低 (40点以下)	絶えずマスクをしなければ世間の目がうるさい。	40点	男性55歳・大阪府
	緊急事態宣言が出ている時は0点だったが、旅行に行けるようになったので。	40点	男性60歳・神奈川県
	緊急事態宣言時には外出すらままならなかったが、今は買い物や散歩などができるようになった為。ただ、まだ怖いので、人が密集するようなお店や外食等は行きたくないし、近場の行楽地で平日は空いているところでさえ行けていない。	30点	女性38歳・愛知県
	在宅勤務をしたいけれど一般職なので出来ない。総合職の人は在宅しており、仕事の負担が増え、危険を覚悟で毎日出社してはいるが、保証はなし。	20点	女性46歳・大阪府
	仕事が減り、収入が激減した為。	15点	男性25歳・千葉県

## 補足資料② 新型コロナウイルス影響下での意識・行動

### 【不安度】【行動抑制度】は、全項目が2か月連続で減少

- ・【不安度】は、全項目が2か月連続で減少。特に「情報の不足や不確かさへの不安」(61.5%、5.1pt減)の減少が目立ちました。【行動抑制度】も、前回、今回続けて全項目が減少しています。の中でも「不要不急の買い物を控えている」(67.0%、7.4pt減)、「外食を控えている」(69.3%、6.4pt減)、「不要不急の外出を控えている」(76.9%、5.6pt減)、「交友・交際を控えている」(74.9%、5.2pt減)の減少が目立ちます。

### 【行動変化度】では、「感染対策の徹底」は依然高い水準のまま、外出を控える項目については減少、外出につながる項目は増加

- ・「マスク着用や手洗いなど感染対策を徹底」は91.5%(1.3pt減)と、引き続き高い数値を維持しています。
- ・「外出を控えネット通販や出前を利用している」(37.5%、6.6pt減)、「外出を控え、家の中でできる娯楽を楽しむ」(64.3%、5.7pt減)は減少、一方「人が密集しない屋外でのレジャーを楽しむ」(43.2%、4.3pt増)は増加。ここでも外出の抑制が減っていることがうかがえます。

### ■ 時系列推移(全体ベース-2020年6~10月)

※「あてはまる」「ややあてはまる」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	10月調査	6月→7月	7月→8月	8月→9月	9月→10月
不安度	経済の停滞に不安を感じる	83.0	83.1	83.9	81.1	77.2	+0.1	+0.8	-2.8	-3.9
	行政の対応に不安を感じる	77.4	76.4	82.9	73.1	69.2	-1.0	+6.5	-9.8	-3.9
	海外の情勢に不安を感じる	74.7	75.2	76.3	71.0	68.4	+0.5	+1.1	-5.3	-2.6
	自分や家族の健康に不安を感じる	67.9	70.7	74.9	69.3	67.1	+2.8	+4.2	-5.6	-2.2
	情報の不足や不確かさに不安を感じる	67.9	67.6	72.7	66.6	61.5	-0.3	+5.1	-6.1	-5.1
	自分や家族の仕事・収入に不安を感じる	61.9	61.9	65.2	61.1	60.5	±0	+3.3	-4.1	-0.6
行動抑制度	人づきあいの変化に不安を感じる	44.7	43.5	47.2	47.0	45.3	-1.2	+3.7	-0.2	-1.7
	旅行・レジャーを控えている	88.8	84.2	87.7	83.5	78.7	-4.6	+3.5	-4.2	-4.8
	握手やハグなど、人ととのボディタッチを控えている	82.0	79.3	84.5	80.6	77.9	-2.7	+5.2	-3.9	-2.7
	不要不急の外出を控えている	88.9	83.0	88.8	82.5	76.9	-5.9	+5.8	-6.3	-5.6
	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	85.4	81.3	83.8	79.8	76.1	-4.1	+2.5	-4.0	-3.7
	交友・交際を控えている	84.5	78.3	84.5	80.1	74.9	-6.2	+6.2	-4.4	-5.2
	外食を控えている	83.8	74.8	79.3	75.7	69.3	-9.0	+4.5	-3.6	-6.4
	不要不急の買い物を控えている	83.6	76.6	80.5	74.4	67.0	-7.0	+3.9	-6.1	-7.4
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	93.2	91.7	93.6	92.8	91.5	-1.5	+1.9	-0.8	-1.3
	十分な運動・栄養・睡眠をとるようにしている	77.0	74.5	78.0	75.0	75.1	-2.5	+3.5	-3.0	+0.1
	感染対策商品や日用品の備蓄をするようにしている	67.3	66.8	69.7	68.3	66.7	-0.5	+2.9	-1.4	-1.6
	外出を控え、家の中でできる娯楽を楽しんでいる	77.3	71.1	73.1	70.0	64.3	-6.2	+2.0	-3.1	-5.7
	できるだけキャッシュレスで支払うようにしている	62.6	63.3	64.3	63.2	60.0	+0.7	+1.0	-1.1	-3.2
	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	59.9	57.1	58.2	55.0	55.1	-2.8	+1.1	-3.2	+0.1
	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	52.8	50.3	53.1	50.3	47.9	-2.5	+2.8	-2.8	-2.4
	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	48.4	47.7	49.8	47.7	47.0	-0.7	+2.1	-2.1	-0.7
	人が密集しない屋外でのレジャーを楽しんでいる	38.9	40.2	37.7	38.9	43.2	+1.3	-2.5	+1.2	+4.3
	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	46.5	47.3	47.3	45.1	43.2	+0.8	±0	-2.2	-1.9
	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	52.1	48.9	47.0	44.8	42.4	-3.2	-1.9	-2.2	-2.4
	人が密集しない屋外で運動をするようにしている	43.3	41.9	38.9	37.7	39.9	-1.4	-3.0	-1.2	+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している	51.1	45.9	48.7	44.1	37.5	-5.2	+2.8	-4.6	-6.6
	家にいる時間が増えたので、SNSの閲覧・投稿をしている	40.5	36.2	40.1	37.5	37.5	-4.3	+3.9	-2.6	±0
	できるだけ時差勤・時差通学をするようにしている	42.5	37.6	41.7	35.1	36.7	-4.9	+4.1	-6.6	+1.6
	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	26.8	25.3	29.5	26.3	28.5	-1.5	+4.2	-3.2	+2.2
	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	26.9	28.0	29.3	28.0	27.1	+1.1	+1.3	-1.3	-0.9
	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	36.7	30.0	34.6	28.7	26.5	-6.7	+4.6	-5.9	-2.2
	家にいる時間が増えたので、モノを作りしている(手芸、リフォーム、DIYなど)	31.5	27.7	27.8	25.6	24.3	-3.8	+0.1	-2.2	-1.3
	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	22.7	22.8	24.8	25.7	24.1	+0.1	+2.0	+0.9	-1.6
	家にいる時間が増えたので、投資や資産運用をしている	21.9	21.6	22.8	21.1	21.6	-0.3	+1.2	-1.7	+0.5
	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	22.3	22.4	23.3	21.8	21.5	+0.1	+0.9	-1.5	-0.3
	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	20.3	22.3	21.7	20.7	21.3	+2.0	-0.6	-1.0	+0.6
	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	21.1	21.8	21.7	21.2	21.1	+0.7	-0.1	-0.5	-0.1
	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	20.3	18.3	18.9	19.0	17.3	-2.0	+0.6	+0.1	-1.7
	家にいる時間が増えたので、オンライン学習をしている	18.6	17.9	18.7	17.5	15.6	-0.7	+0.8	-1.2	-1.9
	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	21.3	19.3	18.9	17.8	15.5	-2.0	-0.4	-1.1	-2.3

■ 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

### 補足資料③ 新型コロナウイルス影響下での意識・行動

**【不安度】**【行動抑制度】は、ほぼすべての項目で 女性>男性。女性の方が健康不安が強く、行動も抑制気味

- ・【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73.8%、男性60.4%と13.4pt差で目立っています。
- ・【行動抑制度】では「不要不急の外出を控える」女性83.5%、男性70.3%の13.2pt差。「体験型エンタメを控える」女性81.9%、男性70.5%で11.4pt差。「交友交際を控えている」女性80.1%、男性69.7%で10.4pt差。「旅行・レジャーを控える」女性83.8%、男性73.6%の10.2pt差。特に女性の方が健康不安が強く、行動にもより抑制的である傾向が続いている。

**【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」(20代で68.0%、60代で17.2%と50.8pt差)を始めインターネットの利用に関する項目。また「副業を始めた/検討している」(30.8pt差)、「就職・転職・起業をした/検討している」(24.0pt差)など仕事周りも20代と60代の差が目立ちます。エリア別では、今回も「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」で差が見られますが、今回さらに首都圏で「外出を控え、ネット通販や出前を利用するようにしている」、「外出を控え家の中でできる娯楽を楽しむ」、「なるべく自分で料理をする」などの高さが目立ちます。

#### ■ 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 (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)
不安度	経済の停滞に不安を感じる	77.2	76.3	78.1	71.4	74.1	78.9	82.1	77.4	78.8	77.8	75.0
	行政の対応に不安を感じる	69.2	65.8	72.6	66.4	66.4	68.0	74.6	69.9	71.6	70.8	65.2
	海外の情勢に不安を感じる	68.4	67.2	69.7	60.2	64.0	69.1	74.3	72.4	71.6	68.2	65.4
	自分や家族の健康に不安を感じる	67.1	60.4	73.8	69.3	64.3	66.1	71.8	63.8	67.2	67.4	66.6
	情報の不足や不確かさに不安を感じる	61.5	58.7	64.3	61.8	62.9	61.1	59.6	62.4	63.6	63.8	57.0
	自分や家族の仕事・収入に不安を感じる	60.5	61.1	60.0	69.3	64.3	60.5	63.9	45.2	63.0	61.2	57.4
	人づき合いの変化に不安を感じる	45.3	43.7	46.8	54.4	46.2	43.5	42.9	41.6	46.8	45.8	43.2
行動抑制度	旅行・レジャーを控えている	78.7	73.6	83.8	74.7	77.6	78.7	80.6	81.0	84.8	78.0	73.2
	握手やハグなど、人とのボディタッチを控えている	77.9	73.1	82.7	72.2	76.6	76.5	80.3	83.2	80.8	76.2	76.6
	不要不急の外出を控えている	76.9	70.3	83.5	72.2	71.0	75.7	79.9	84.9	80.8	79.4	70.4
	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	76.1	70.5	81.9	75.5	78.0	74.7	74.9	78.1	81.0	77.2	70.2
	交友・交際を控えている	74.9	69.7	80.1	63.5	74.8	75.2	77.7	81.0	79.6	75.6	69.4
	外食を控えている	69.3	64.6	74.0	60.2	67.1	67.7	74.3	75.6	75.2	69.6	63.0
	不要不急の買い物を控えている	67.0	62.4	71.7	63.9	62.9	64.3	70.5	73.5	70.0	70.6	60.4
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	91.5	86.5	96.6	88.8	90.6	90.1	93.1	95.0	93.0	91.8	89.8
	十分な運動・栄養・睡眠をとるようにしている	75.1	72.6	77.7	73.0	74.1	73.6	77.1	77.8	74.6	78.0	72.8
	感染対策商品や日用品の備蓄をするようにしている	66.7	60.3	73.2	59.8	62.9	66.7	74.0	68.1	70.2	65.0	64.8
	外出を控え、家の中でできる娯楽を楽しんでいる	64.3	59.6	69.0	69.7	62.9	62.4	64.6	63.1	71.0	65.4	56.4
	できるだけキャッシュレスで支払うようにしている	60.0	59.9	60.1	58.1	60.8	54.1	61.8	66.7	66.8	56.8	56.4
	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	55.1	41.1	69.3	53.1	56.6	52.5	54.2	59.5	61.8	54.0	49.4
	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	47.9	46.0	49.9	42.3	45.1	48.3	53.6	48.7	40.6	61.8	41.4
	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	47.0	46.9	47.1	66.0	56.3	46.9	39.2	30.1	46.2	47.6	47.2
	人が密集しない屋外でのレジャーを楽しんでいる	43.2	41.9	44.6	53.5	47.2	42.9	37.6	36.9	40.2	48.0	41.4
	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	43.2	46.9	39.5	65.1	50.7	39.2	35.7	30.5	48.2	40.2	41.2
	家にいる時間が増えたので、家のなかでできる運動をするようにしている	42.4	39.9	45.0	51.9	42.0	39.5	38.9	42.7	45.6	41.6	40.0
	人が密集しない屋外で運動するようにしている	39.9	44.0	35.8	45.2	37.4	38.9	36.4	43.4	40.6	40.2	39.0
	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	37.5	36.8	38.3	47.7	37.1	33.6	37.3	34.8	46.0	35.4	31.2
	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	31.5	43.6	68.0	46.5	32.3	30.4	17.2	40.0	36.2	36.4
	できるだけ時差通勤・時差通学をするようにしている	36.7	39.5	34.0	41.9	33.9	37.6	39.5	30.8	43.6	32.6	34.0
	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	28.5	30.6	26.3	47.3	32.2	28.3	21.6	16.5	30.2	27.6	27.6
	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、家のなかの環境を充実させている	27.1	27.5	26.7	39.0	30.4	28.0	20.7	19.7	29.2	26.6	25.6
	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	26.5	30.6	20.4	27.1	26.9	24.7	28.3	25.9	36.5	21.0	22.1
	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)	24.3	22.1	26.4	30.3	21.0	22.4	22.6	26.9	25.4	24.4	23.0
	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	24.1	23.3	24.8	33.6	19.6	24.3	19.4	25.4	26.0	23.2	23.0
	家にいる時間が増えたので、投資や資産運用をしている	21.6	27.8	15.3	33.6	25.2	20.8	17.2	13.6	22.8	22.2	19.8
	収入が減ったもしくは減りうるので、就職・転職・起業をした/検討している	21.5	25.3	17.6	37.3	20.3	21.6	17.6	13.3	22.4	20.0	22.0
	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	21.3	22.1	20.4	31.5	22.4	21.1	21.0	11.8	22.0	21.6	20.2
	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	21.1	20.5	21.6	32.4	30.4	20.8	15.0	9.0	20.6	18.8	23.8
	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	17.3	17.4	17.3	22.0	13.3	17.9	17.6	16.5	19.4	16.2	16.4
	家にいる時間が増えたので、オンライン学習をしている	15.6	19.2	11.9	30.7	14.0	15.7	12.9	7.2	18.6	13.4	14.8
	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	15.5	17.2	13.8	30.3	17.1	14.7	10.3	8.2	17.0	14.2	15.4

全体会員より5pt以上高い 全体会員より10pt以上高い 全体会員より5pt以上低い 全体会員より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

**通常の行動は抑制を弱めていきたいが、感染対策は継続していく意向がうかがえる**

- ・【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といったところ、【行動抑制意向】は「不要不急の買い物を控える」が微減(2.8pt減)した以外はほぼ横ばいとなっています。
- ・【行動変化意向】も前月からほぼ変化はみられません。
- ・「マスクや手洗いなど、感染対策を徹底する」(83.2%、増減なし)、「十分な運動・栄養・睡眠をとる」(83.0%、1.0pt減)、「感染対策商品や日用品の備蓄をする」(69.9%、1.1pt減)など、感染対策に関する項目は引き続き高止まりしています。

### ■ 時系列推移(全体ベース-2020年6~10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	10月調査	6月→7月	7月→8月	8月→9月	9月→10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	66.3	-3.3	+0.8	-5.3	+1.7
	不要不急の外出を控える	71.1	65.1	64.9	59.8	58.2	-6.0	-0.2	-5.1	-1.6
	不要不急の買い物を控える	69.2	63.5	63.7	57.9	55.1	-5.7	+0.2	-5.8	-2.8
	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	54.9	-1.8	-1.0	-7.4	+0.6
	旅行・レジャーを控える	63.6	59.9	59.5	52.0	52.3	-3.7	-0.4	-7.5	+0.3
	交友・交際を控える	62.3	56.7	58.6	51.6	51.1	-5.6	+1.9	-7.0	-0.5
	外食を控える	62.0	56.9	57.9	49.9	50.9	-5.1	+1.0	-8.0	+1.0
行動変化意向	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	83.2	-0.8	-0.7	-1.1	±0
	十分な運動・栄養・睡眠をとる	83.1	83.7	84.1	84.0	83.0	+0.6	+0.4	-0.1	-1.0
	感染対策商品や日用品の備蓄をする	72.3	73.0	73.1	71.0	69.9	+0.7	+0.1	-2.1	-1.1
	できるだけキャッシュレスで支払う	66.3	67.7	66.4	65.6	64.3	+1.4	-1.3	-0.8	-1.3
	なるべく自分で料理をする	64.4	65.0	63.6	61.7	62.0	+0.6	-1.4	-1.9	+0.3
	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	56.5	-2.6	-0.6	-4.1	-0.1
	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	51.7	-0.9	-1.0	+0.5	±0
	家の中でできる運動をする	55.3	54.8	53.7	51.7	50.7	-0.5	-1.1	-2.0	-1.0
	人が密集しない屋外で運動をする	50.2	48.2	46.2	46.8	47.3	-2.0	-2.0	+0.6	+0.5
	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	46.7	-1.3	+1.5	-3.2	-0.4
	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	46.7	+0.6	-0.7	+0.1	-2.0
	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	46.0	+0.5	+1.2	-3.0	-0.5
	SNSの閲覧・投稿をする	48.0	44.4	47.3	44.7	46.0	-3.6	+2.9	-2.6	+1.3
	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	42.4	-2.8	+3.4	-5.0	-0.3
	できるだけ時差通勤・時差通学をする	42.8	40.3	41.9	39.4	37.7	-2.5	+1.6	-2.5	-1.7
	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	35.8	-0.3	+2.7	-2.6	-0.5
	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	31.3	-1.6	+0.8	-3.2	-1.2
	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	30.6	-0.3	+3.4	-2.1	+1.0
	副業を始める/検討する	29.5	29.0	32.4	29.4	30.5	-0.5	+3.4	-3.0	+1.1
	投資や資産運用をする	29.4	31.1	32.4	30.2	30.1	+1.7	+1.3	-2.2	-0.1
	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	27.7	-0.5	+2.3	-5.8	-1.0
	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	26.5	+1.6	-1.4	+1.1	-0.3
	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	25.7	-0.2	+0.9	-0.2	-0.5
	就職・転職・起業をする/検討する	24.5	25.1	27.3	25.3	25.3	+0.6	+2.2	-2.0	±0
	お店・団体を支援する	25.5	24.9	24.5	23.1	22.8	-0.6	-0.4	-1.4	-0.3
	オンライン学習をする	24.5	24.3	24.6	24.1	22.3	-0.2	+0.3	-0.5	-1.8
	オンラインで飲み会や食事会をする	21.2	19.4	20.1	19.4	17.6	-1.8	+0.7	-0.7	-1.8

## 補足資料⑤ 新型コロナウイルス収束後の行動意向

【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、30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。
- ・年代別ではこれまで20代の低さが目立っていましたが、今回は30代も、40~60代と比べ【行動抑制意向】の低さが目立ってきました。

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37.4%に対し、名古屋圏19.9%、阪神圏26.1%。「できるだけ時差通勤・時差通学をする」は、首都圏45.6%に対し、名古屋圏31.6%、阪神圏35.8%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40.2%、阪神圏41.0%と低く、名古屋圏が59.0%と高くなっています。

### ■ 性別/年代別/エリア別の結果

※「すると思う」「時々すると思う」回答率

( )内は調査人数

		性別		年代					エリア			
		全体 (3都市) (1500)	性別 (755) (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	66.3	61.1	71.5	56.0	62.2	65.3	72.1	73.8	69.6	63.0	66.2
	不要不急の外出を控える	58.2	54.4	62.0	51.0	47.6	59.7	65.2	65.2	60.0	56.2	58.4
	不要不急の買い物を控える	55.1	51.5	58.8	49.0	46.9	57.3	59.6	60.9	58.4	53.2	53.8
	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	54.9	51.9	58.0	51.0	46.5	57.1	59.2	59.1	57.0	52.0	55.8
	旅行・レジャーを控える	52.3	49.1	55.4	44.4	44.4	55.7	56.7	57.3	54.8	49.0	53.0
	交友・交際を控える	51.1	48.2	54.0	44.0	43.0	53.9	55.8	56.3	53.4	48.0	51.8
	外食を控える	50.9	47.7	54.2	43.2	43.7	54.4	54.2	56.6	53.4	48.6	50.8
行動変化意向	マスク着用や手洗いなど、感染対策を徹底する	83.2	78.7	87.8	78.0	82.5	84.5	85.0	84.6	83.6	83.2	82.8
	十分な運動・栄養・睡眠をとる	83.0	79.3	86.7	79.3	81.5	81.9	85.6	86.4	83.0	82.4	83.6
	感染対策商品や日用品の備蓄をする	69.9	62.0	78.0	66.0	67.1	70.7	74.6	69.9	73.4	69.6	66.8
	できるだけキャッシュレスで支払う	64.3	61.3	67.4	58.5	65.7	62.7	65.2	69.2	67.8	63.4	61.8
	なるべく自分で料理をする	62.0	44.0	80.3	56.4	61.9	63.7	63.0	63.4	65.6	61.6	58.8
	外出を控え、家の中でできる娯楽を楽しむ	56.5	50.2	62.8	63.9	57.3	54.4	57.1	51.3	58.6	56.6	54.2
	人が密集しない屋外でのレジャーを楽しむ	51.7	48.5	54.9	54.8	47.2	52.8	49.8	54.1	49.2	55.0	50.8
	家の中でできる運動をする	50.7	45.8	55.7	58.5	50.7	49.3	49.8	47.0	51.4	49.0	51.8
	人が密集しない屋外で運動をする	47.3	47.0	47.5	51.9	47.2	48.5	42.3	47.3	46.4	47.8	47.6
	公共交通機関の利用を控え、自家用車で移動する	46.7	44.5	49.0	44.8	41.3	48.8	50.2	47.3	40.2	59.0	41.0
	動画や音楽などのストリーミングサービスを利用する	46.7	50.1	43.4	67.2	53.1	45.9	41.7	29.4	51.6	42.4	46.2
	スマートフォンやパソコンなどのゲームを利用する	46.0	44.2	47.8	68.0	53.5	46.4	39.5	26.2	42.6	47.8	47.6
	SNSの閲覧・投稿をする	46.0	40.5	51.5	71.4	58.7	42.7	39.2	23.3	46.2	43.4	48.4
	外出を控え、インターネット通販や出前を利用する	42.4	38.5	46.3	51.9	41.6	40.8	43.3	36.2	46.0	40.4	40.8
	できるだけ時差通勤・時差通学をする	37.7	37.6	37.7	40.7	32.9	37.3	39.5	38.4	45.6	31.6	35.8
	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	35.8	34.3	37.3	42.3	41.6	37.9	32.3	25.4	39.6	33.0	34.8
	モノを作りする(手芸、リフォーム、DIYなど)	31.3	27.0	35.7	35.3	28.3	31.5	28.5	34.1	32.2	31.2	30.6
	外でお金を使わないぶん、普段より少し良いものを買う	30.6	28.2	33.0	35.3	28.3	32.5	27.9	29.4	32.4	28.8	30.6
	副業を始める/検討する	30.5	32.3	28.6	47.7	37.8	32.8	21.3	15.4	34.4	28.0	29.0
	投資や資産運用をする	30.1	37.2	22.8	39.0	35.3	30.7	26.3	20.4	32.0	27.8	30.4
	できるだけテレワーク(在宅勤務)をする ※有職者ベース	27.7	30.7	23.1	34.3	29.1	25.8	24.8	25.9	37.4	19.9	26.1
	フリマアプリ・ネットオークションで購入をする	26.5	26.8	26.3	36.5	31.5	26.4	23.2	16.8	26.2	25.0	28.4
	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	24.1	27.4	36.5	34.6	27.5	18.8	12.9	26.0	22.4	28.8
	就職・転職・起業をする/検討する	25.3	27.7	23.0	43.2	27.6	26.9	20.1	11.5	27.0	21.8	27.2
	お店・団体を支援する	22.8	20.5	25.1	26.6	17.5	22.9	25.7	21.5	24.8	20.8	22.8
	オンライン学習をする	22.3	24.5	20.1	31.1	25.5	26.1	16.6	12.9	26.0	17.4	23.6
	オンラインで飲み会や食事会をする	17.6	19.2	16.0	29.9	22.7	16.8	11.9	9.3	18.0	17.0	17.8

## ■ 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/あまりしないと思う/しないと思う)

[※有職者ベース]
10月:1,041人
9月:1,072人
8月:1,022人
7月:1,055人
6月:1,052人

**調査時期** 2020年10月1日(木)～5日(月)  
                   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

**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6回調査(9月17日発表) <https://www.hakuhodo.co.jp/news/newsrelease/84729/>
- 第5回調査(8月20日発表) <https://www.hakuhodo.co.jp/news/newsrelease/83911/>
- 第4回調査(7月16日発表) <https://www.hakuhodo.co.jp/news/newsrelease/83210/>
- 第3回調査(6月18日発表) <https://www.hakuhodo.co.jp/news/newsrelease/82172/>
- 第2回調査(5月21日発表) <https://www.hakuhodo.co.jp/news/newsrelease/81663/>
- 第1回調査(4月20日発表) <https://www.hakuhodo.co.jp/news/newsrelease/81047/>

### <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)

### 【本件に関するお問い合わせ】

株式会社博報堂 広報室 玉・大野 koho.mail@hakuhodo.co.jp 03-6441-6161