

第6回 关于新型冠状病毒疫情中生活者调查(2020年9月)

2020年9月17日

9月“生活自由度”为58.3分 比8月增加4.0分
“不安度”全项目减少、外出和购物的“抑制行动”也有所缓和
在一边实施感染对策的同时、“向外”的行动也在增加

株式会社博报堂(总部:东京都港区,董事长兼总经理:水岛正幸,以下称“博报堂”)的智库博报堂生活综合研究所于2020年9月,就新型冠状病毒疫情扩大之中生活者意识和行动实施了“关于新型冠状病毒疫情中生活者调查”(调查实施时间为9月3-7日、对象范围:首都圈、名古屋、大阪神户(阪神)圈的20-69岁的男女1500名,部分调查项目从3月开始实施,调查概要参照7页)。

从7月末到8月期间,新冠病毒的感染人数再次大量增长,但从8月下旬开始减少,本次调查是在这种情况下实施的。将疫情扩大前的平时状态设为100分,问现在的“生活自由度”为多少分?得到的回答为58.3分,比8月增加4.0分。

另外,关于随着新冠病毒感染扩大而产生的不安、抑制的行动、变化的行动等41项进行了询问。“不安度”在所有项目上均比8月调查减少。特别是“对行政感到不安”(73.1%、减少9.8分)、“对信息不足和不确切性感到不安”(66.6%、减少6.1分)的减少引人注目。

“行动抑制度”每一项都是7~8成的高分数,但以“控制不急不重要的外出”(82.5%、减少6.3分)、“控制不去买不急需的东西”(74.4%、减少6.1分)为首的所有项目都在减少。

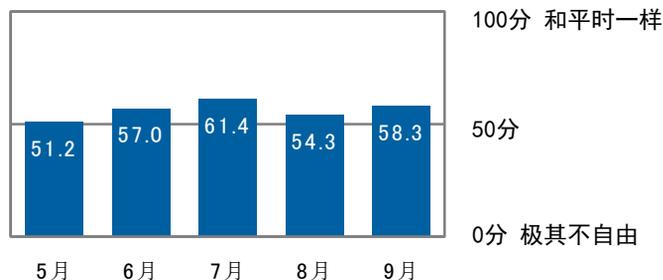
“行动变化度”几乎所有项目都在减少。“错开时间上班、上学”(35.1%、减少6.6分)、“在家里工作”(28.7%、减少5.9分)、“控制外出,利用网购和外卖”(44.1%、减少4.6分)等减少引人注目。其中“戴口罩、洗手等,彻底做好预防感染对策”为92.8%(减少0.8分),继续居高不下。可以窥见生活者十分注意防止感染,一边继续保持抑制行动的意向,一边外出和购物等,开始“外出”的行动生活状态。

本调查将在今后一段时间内持续执行,预计于每月第3、4周左右发表(根据今后的状况变化,有可能改变调查内容等)。

新型冠状病毒疫情影响下的“生活自由度”

【提问】将新型冠状病毒感染扩大以前的平时状态设为100分,将因感染扩大处于极为不自由的状态设为0分的话,您现在的生活自由度是多少?

平时状态为100分
现在的“生活自由度”为
58.3分
和上月比 +4.0pt



※数值统计到小数点后2位,本报告中因为显示的是小数点后第1位(小数第点后2位4舍5入),数值差可能时与外看到的数值不同。

新型冠状病毒疫情影响下的“意识和行动”(节选)

【提问】受新冠病毒感染扩大的影响,有以下意见。关于每个意见,请逐一选择与您自己的心情和行动接近的选项。(单选:接近/有点接近/不太接近/不接近)

“接近”“有点接近”的回答率
※()内为前月比

不安度

| | |
|----------------|------------------|
| 对行政感到不安 | 73.1% (- 9.8 pt) |
| 对信息不足和不确切性感到不安 | 66.6% (- 6.1 pt) |
| 对自己和家人的健康感到不安 | 69.3% (- 5.6 pt) |

行动抑制度

| | |
|-------------|------------------|
| 控制不急不重要的外出 | 82.5% (- 6.3 pt) |
| 控制不去买不急需的东西 | 74.4% (- 6.1 pt) |
| 控制交友、交际 | 80.1% (- 4.4 pt) |

行动变化度

| | |
|----------------------------|------------------|
| 戴口罩、洗手等,彻底做好预防感染对策 | 92.8% (- 0.8 pt) |
| 尽量错开时间上班、上学 | 35.1% (- 6.6 pt) |
| 尽量在家里工作 [※仅限在职人员](n=1,022) | 28.7% (- 5.9 pt) |
| 控制外出,利用网购和外卖 | 44.1% (- 4.6 pt) |

补充资料①新型冠状病毒疫情影响下的“生活自由度”

“生活自由度”从8月开始在全项目呈现增长

- 关于新冠病毒影响下的“生活自由度”，将感染扩大前的日常状态设为100分时，整体为58.3分，比8月增加了4.0分。在性别/年龄段/地区等全项目增加。和因感染者剧增而抑制生活意识有所提高的上个月相比，从8月下旬开始感染人数有下降的倾向，自治体要求自我隔离的报道也增加了。也或许因学校重新开学让育儿家庭减轻了负担。

从自由回答中可以看出，“已经习惯了自我隔离的生活”、“已经有了交往的方式”、“如果采取了感染对策的话，就可以采取一定的行动”等声音较为突出

- 有人说“已经习惯了自我隔离的生活”，有人说“虽然有限制，但可以接受”，有人说“新冠疫情也带来好的一面”，还有人说“学校重新开学负担减少了”。另外，有人说“如果好好采取感染对策的话，在一定程度上可以自由活动”“多少能活动一下，压力就会下降”等，可以看出某种程度上已经重新开始活动。
- “生活自由度”相对较低的人，一方面对老年人家庭的感染不安，对收入和工作的不安，另一方面，对在家工作回到公司工作感到不安，对只通过在线就决定就职的人对公司生活感到不安等，在新冠疫情持续中也有许多不安。

按照性别/年龄段/区域分类结果

| ※()内为调查人数 | | (点) | | | | | (pt) | | | |
|------------|--------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|
| | | 分数 | | | | | 分差 | | | |
| | | 5月调查 | 6月调查 | 7月调查 | 8月调查 | 9月调查 | 5月→6月 | 6月→7月 | 7月→8月 | 8月→9月 |
| 整体 | (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多岁 | (241) | 49.4 | 57.7 | 62.0 | 49.6 | 56.7 | +8.3 | +4.3 | -12.3 | +7.0 |
| 30多岁 | (286) | 51.0 | 56.6 | 60.2 | 53.6 | 57.8 | +5.6 | +3.5 | -6.6 | +4.2 |
| 40多岁 | (375) | 52.0 | 56.1 | 60.2 | 54.4 | 57.6 | +4.1 | +4.1 | -5.8 | +3.2 |
| 50多岁 | (319) | 50.8 | 56.9 | 61.9 | 55.8 | 59.7 | +6.1 | +5.0 | -6.1 | +4.0 |
| 60多岁 | (279) | 52.2 | 58.3 | 63.2 | 57.5 | 59.6 | +6.1 | +5.0 | -5.7 | +2.1 |
| 首都40km范围 | (500) | 50.5 | 55.0 | 59.7 | 53.7 | 57.2 | +4.4 | +4.7 | -6.0 | +3.5 |
| 名古屋40km范围 | (500) | 52.1 | 57.5 | 61.4 | 54.6 | 57.2 | +5.3 | +3.9 | -6.8 | +2.6 |
| 阪神30km范围 | (500) | 50.9 | 58.7 | 63.1 | 54.7 | 60.5 | +7.8 | +4.5 | -8.4 | +5.8 |

比上月增加5分以上 比上月增加10分以上 比上月减少5分以上 比上月减少10分以上

※数值统计到小数点后2位，本报告中因为显示的是小数点后第1位（小数点后2位4舍5入），数值差可能时与外看到的数值不同。

生活自由度高·中·低的比例

| | | 高中低比例 (%) | | |
|-----------|--------|-----------|------------|-----------|
| | | 高 (61分以上) | 中 (41~60分) | 低 (40分以下) |
| 整体 | (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多岁 | (241) | 36.9 | 37.3 | 25.7 |
| 30多岁 | (286) | 41.6 | 36.4 | 22.0 |
| 40多岁 | (375) | 39.5 | 38.7 | 21.9 |
| 50多岁 | (319) | 48.0 | 32.3 | 19.7 |
| 60多岁 | (279) | 45.9 | 34.8 | 19.4 |
| 首都40km范围 | (500) | 41.6 | 34.4 | 24.0 |
| 名古屋40km范围 | (500) | 40.6 | 36.4 | 23.0 |
| 阪神30km范围 | (500) | 45.2 | 37.0 | 17.8 |

比整体高出5分以上 比整体高出10分以上 比整体低出5分以上 比整体低出10分以上

生活自由度回答理由(自由回答节选)

| 生活自由度 | 理由 | 得分 | 性别/年龄/地区 |
|--|---|-----------|-----------|
| 高 (61分以上) | 高峰时期有很多不自由的事情，但是现在已经习惯了，在这个环境中也不觉得不自由，积极乐观地去想。 | 100分 | 女性33岁·爱知县 |
| | 虽然外出有点不方便，但老实说讨厌的自治会活动中中止了，人际交往也变得容易拒绝，好处也很大。 | 90分 | 男性41岁·东京都 |
| | 在家隔离期间真的没有外出，但是在做好防止感染对策的基础上外出的话只要注意了就没问题了。我觉得压力稍微消除了一些，所以从不自由中解放了很多。 | 80分 | 女性60岁·大阪府 |
| | 戴口罩，消毒的话，我觉得不太会传染。饮食店也多亏了有社交距离，没有了和旁边的人碰胳膊肘的压力，也有好的一面。 | 70分 | 男性42岁·大阪府 |
| 中 (41~60分) | 避免“3密”变成了日常生活常态，因为有了新的习惯，所以不再像以前那样有被自我约束，受到限制的心情了。但是因为不能完全和以前一样的生活所以打70分。 | 70分 | 女性35岁·东京都 |
| | 学校放假结束，儿子们去小学上学，压力也减少了。 | 60分 | 女性40岁·岐阜县 |
| | 虽然还不能完全回到从前，但是感觉和新冠疫情相处地不错，在一点点地恢复。 | 60分 | 男性43岁·东京都 |
| | 比起自我隔离期间，我已经渐渐习惯了现在的生活，所以不是完全不出门，而是要注意消毒、保持社交距离等，比前一阵更加习惯了原来的生活。 | 60分 | 女性55岁·东京都 |
| | 有些地方已经习惯了，外出次数少，吃治疗老病的药的频率也减少了，所以不仅仅是坏事。只是，还是不能和人见面充电，这是一个可悲之处。 | 50分 | 女性30岁·东京都 |
| 低 (40分以下) | 到处都必须注意以往没有的社交距离得概念，所有日常生活所有场合都感到不方便 | 50分 | 男性51岁·大阪府 |
| | 紧急事态宣言被解除，比在宣言期间可以外出或在外吃饭，但是回到正常上班的时候，工作上的不自由没有变化，而且还降薪了。 | 30分 | 女性40岁·东京都 |
| | 虽然渐渐习惯了疫情后的生活方式，但还是回不了县外的老家很痛苦。很多人努力在预防感染，但是看到不戴口罩，看近距离接触的人就会感到愤怒，有精神压力。 | 30分 | 女性38岁·爱知县 |
| | 因为新冠疫情不能去自己爱好的旅行。还有明年开始就是新社会人了，但是和公司的人一面还没见到，很不安，所以打了很低的分数。 | 20分 | 女性23岁·奈良县 |
| | 收入降低得没边了。 | 10分 | 男性52岁·大阪府 |
| 取消蜜月、变更生育场所、取消产假中和朋友的约定、父母也见不到孙子等，私人预定全部取消。另外，工资降低了，还被要求要正常上班。 | 0分 | 女性31岁·爱知县 | |

补充资料②新型冠状病毒疫情影响下的“意识和行动”

“不安度”“行动抑制度”在所有项目中从8月开始减少

- “不安度”方面，特别是8月份不安度上升的二项“对行政感到不安”（73.1%、减少9.8分）、“对信息不足和不确切性感到不安”（66.6%、减少6.1分）大幅减少。
- “行动抑制度”每一项都是7~8成，虽然数值还很高，但以“控制不急不重要的外出”（82.5%、减少6.3分）、“控制不必要的购物”（减少74.4%、减少6.1分）为首的所有项目都减少了。

“行动变化度”方面，“贯彻感染对策”依然居高不下，但几乎所有项目从8月开始减少

- “戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策”（92.8%、-0.8分）虽稍稍减少，依然维持在9成以上的高数值。
- 减少显著的是“错开时间上班、上学”（35.1%、减少6.6分）、“在家里工作”（28.7%、减少5.9分）、“控制外出，利用网购和外卖”（44.1%、减少4.6分）。通常的上班和上学，购物等有关外出的项目很显眼。

按照时间顺序的变化(整体·2020年5-9月)

| | | 分数 | | | | | 分差 | | | |
|---------------------------|------------------------------------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|
| | | 5月调查 | 6月调查 | 7月调查 | 8月调查 | 9月调查 | 5月→6月 | 6月→7月 | 7月→8月 | 8月→9月 |
| ※“接近”“稍稍接近”的回答率 | | | | | | | | | | |
| 不安度 | 对经济的停滞感到不安 | 90.2 | 83.0 | 83.1 | 83.9 | 81.1 | -7.2 | +0.1 | +0.8 | -2.8 |
| | 对行政感到不安 | 81.1 | 77.4 | 76.4 | 82.9 | 73.1 | -3.7 | -1.0 | +6.5 | -9.8 |
| | 对国外局势感到不安 | 78.5 | 74.7 | 75.2 | 76.3 | 71.0 | -3.8 | +0.5 | +1.1 | -5.3 |
| | 对自己和家人的健康感到不安 | 73.9 | 67.9 | 70.7 | 74.9 | 69.3 | -6.0 | +2.8 | +4.2 | -5.6 |
| | 对信息不足和不确切性感到不安 | 77.9 | 67.9 | 67.6 | 72.7 | 66.6 | -10.0 | -0.3 | +5.1 | -6.1 |
| | 对自己和家人的工作，收入感到不安 | 63.9 | 61.9 | 61.9 | 65.2 | 61.1 | -2.0 | +0.0 | +3.3 | -4.1 |
| | 对人际关系的变化感到不安 | 44.6 | 44.7 | 43.5 | 47.2 | 47.0 | +0.1 | -1.2 | +3.7 | -0.2 |
| 行动抑制度 | 控制旅行和外出度假 | 92.9 | 88.8 | 84.2 | 87.7 | 83.5 | -4.1 | -4.6 | +3.5 | -4.2 |
| | 控制不急不重要的外出 | 94.2 | 88.9 | 83.0 | 88.8 | 82.5 | -5.3 | -5.9 | +5.8 | -6.3 |
| | 尽量避免和人握手，拥抱等和人进行身体接触 | --- | 82.0 | 79.3 | 84.5 | 80.6 | --- | -2.7 | +5.2 | -3.9 |
| | 控制交友、交际 | 89.7 | 84.5 | 78.3 | 84.5 | 80.1 | -5.2 | -6.2 | +6.2 | -4.4 |
| | 控制体验型娱乐（演唱会、观剧、电影等） | 91.0 | 85.4 | 81.3 | 83.8 | 79.8 | -5.6 | -4.1 | +2.5 | -4.0 |
| | 控制在外面就餐 | 91.0 | 83.8 | 74.8 | 79.3 | 75.7 | -7.2 | -9.0 | +4.5 | -3.6 |
| | 控制不去买不急需的东西 | 90.6 | 83.6 | 76.6 | 80.5 | 74.4 | -7.0 | -7.0 | +3.9 | -6.1 |
| 行动变化度 | 戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策 | 95.6 | 93.2 | 91.7 | 93.6 | 92.8 | -2.4 | -1.5 | +1.9 | -0.8 |
| | 保持充足的运动、营养和睡眠 | 79.5 | 77.0 | 74.5 | 78.0 | 75.0 | -2.5 | -2.5 | +3.5 | -3.0 |
| | 控制外出，享受在家里能享受的娱乐 | 86.9 | 77.3 | 71.1 | 73.1 | 70.0 | -9.6 | -6.2 | +2.0 | -3.1 |
| | 储备了预防感染商品和日用品 | 67.1 | 67.3 | 66.8 | 69.7 | 68.3 | +0.2 | -0.5 | +2.9 | -1.4 |
| | 尽量不用现金支付 | --- | 62.6 | 63.3 | 64.3 | 63.2 | --- | +0.7 | +1.0 | -1.1 |
| | 在家的时间增加了，尽量自己做饭 | 65.1 | 59.9 | 57.1 | 58.2 | 55.0 | -5.2 | -2.8 | +1.1 | -3.2 |
| | 控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动 | 57.0 | 52.8 | 50.3 | 53.1 | 50.3 | -4.2 | -2.5 | +2.8 | -2.8 |
| | 在家的时间增加了，利用智能手机和电脑等打游戏 | 55.3 | 48.4 | 47.7 | 49.8 | 47.7 | -6.9 | -0.7 | +2.1 | -2.1 |
| | 在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务 | 50.9 | 46.5 | 47.3 | 47.3 | 45.1 | -4.4 | +0.8 | +0.0 | -2.2 |
| | 在家的时间增加了，做在家里可做的运动 | 55.9 | 52.1 | 48.9 | 47.0 | 44.8 | -3.8 | -3.2 | -1.9 | -2.2 |
| | 控制外出，利用网购和外卖 | 59.5 | 51.1 | 45.9 | 48.7 | 44.1 | -8.4 | -5.2 | +2.8 | -4.6 |
| | 在人群不密集的户外享受休闲 | 32.5 | 38.9 | 40.2 | 37.7 | 38.9 | +6.4 | +1.3 | -2.5 | +1.2 |
| | 在人群不密集的户外做运动 | 45.3 | 43.3 | 41.9 | 38.9 | 37.7 | -2.0 | -1.4 | -3.0 | -1.2 |
| | 在家的时间增加了，在社交媒体浏览、投稿 | 42.3 | 40.5 | 36.2 | 40.1 | 37.5 | -1.8 | -4.3 | +3.9 | -2.6 |
| | 尽量错开时间上班、上学 | 43.0 | 42.5 | 37.6 | 41.7 | 35.1 | -0.5 | -4.9 | +4.1 | -6.6 |
| | 尽量在家里工作 [仅限在职人员] | 41.3 | 36.7 | 30.0 | 34.6 | 28.7 | -4.6 | -6.7 | +4.6 | -5.9 |
| | 在家的时间增加了，打造通信环境和购买家电等，使家中的环境充实起来 | 22.9 | 26.9 | 28.0 | 29.3 | 28.0 | +4.0 | +1.1 | +1.3 | -1.3 |
| | 因为收入减少了或者要减少了，所以开始做副业了或者在打算做副业 | 23.9 | 26.8 | 25.3 | 29.5 | 26.3 | +2.9 | -1.5 | +4.2 | -3.2 |
| | 因为不在外面花钱，所以要买平时好一点的東西 | 20.9 | 22.7 | 22.8 | 24.8 | 25.7 | +1.8 | +0.1 | +2.0 | +0.9 |
| | 在家的时间增加了，做一些手工（手工艺品、改建、DIY等） | 31.2 | 31.5 | 27.7 | 27.8 | 25.6 | +0.3 | -3.8 | +0.1 | -2.2 |
| | 因为收入减少了或者要减少了，已经或者正在研究在寻找工作，换工作，创业 | 18.1 | 22.3 | 22.4 | 23.3 | 21.8 | +4.2 | +0.1 | +0.9 | -1.5 |
| | 在家的时间增加了，在跳蚤市场应用、网上拍卖会上展出、售货 | 19.1 | 21.1 | 21.8 | 21.7 | 21.2 | +2.0 | +0.7 | -0.1 | -0.5 |
| | 在家的时间增加了，进行投资和资产运营 | 17.7 | 21.9 | 21.6 | 22.8 | 21.1 | +4.2 | -0.3 | +1.2 | -1.7 |
| 在家的时间增加了，在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物 | 19.5 | 20.3 | 22.3 | 21.7 | 20.7 | +0.8 | +2.0 | -0.6 | -1.0 | |
| 支援不能正常活动的店铺和团体 | 19.7 | 20.3 | 18.3 | 18.9 | 19.0 | +0.6 | -2.0 | +0.6 | +0.1 | |
| 在家的时间增加了，开在线派对和宴会 | 18.6 | 21.3 | 19.3 | 18.9 | 17.8 | +2.7 | -2.0 | -0.4 | -1.1 | |
| 在家的时间增加了，利用在线学习 | 18.9 | 18.6 | 17.9 | 18.7 | 17.5 | -0.3 | -0.7 | +0.8 | -1.2 | |

比上月增加5分以上

比上月增加10分以上

比上月减少5分以上

比上月减少10分以上

“不安度”“行动抑制度”在本月所有项目中也都是“女性”大于“男性”

- 关于“不安度，男女差距最大的是“对自己和家人的健康感到不安”，女性75.2%、男性63.4%，相差11.8分。“对信息不足和不确切性感到不安”，女性72.1%、男性61.2%，相差10.9分。关于“行动抑制度”，“控制交友、交际”女性86.4%、男性73.9%，相差12.5分。
- “控制体验型娱乐”，女性85.1%、男性74.6%，相差10.5分。

“行动变化度”因年龄段和地区差距明显

- 年龄段差距大的是，“在家的时间增加了，在社交媒体浏览、投稿”，20-29岁56.8%、60-69岁19.4%，相差37.4分。除此以外，关于利用互联网的项目，“开始做副业了或者在打算做副业”（相差30.1分）、“已经或者正在研究在寻找工作，换工作，创业”（相差20.7分）等关于工作方面的变化20多岁和60多岁的差距很大。根据地区不同，“控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动”、“尽量错开时间上班、上学”、“尽量在家里工作”等项目的差距明显。

按照性别/年龄段/区域分类结果

| | | 整体 (3城市) (1500) | | | | | | | | | | 性别 | | | | | | | | | | 年龄段 | | | | 地区 | | | | | | | |
|-------|------------------------------------|-----------------|------|----------|------|------------|------|------------|------|------------|------|------------|------|------------|------|-----------------|------|------------------|------|-----------------|------|------|------|------|--------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| | | 男性 (755) | | 女性 (745) | | 20多岁 (241) | | 30多岁 (286) | | 40多岁 (375) | | 50多岁 (319) | | 60多岁 (279) | | 首都 40km范围 (500) | | 名古屋 40km范围 (500) | | 阪神 30km范围 (500) | | | | | | | | | | | | | |
| 不安度 | 对经济的停滞感到不安 | 81.1 | 78.3 | 83.9 | 75.5 | 76.2 | 84.5 | 87.5 | 78.9 | 80.6 | 81.2 | 81.4 | 78.3 | 83.9 | 75.5 | 76.2 | 84.5 | 87.5 | 78.9 | 80.6 | 81.2 | 81.4 | 81.1 | 78.3 | 83.9 | 75.5 | 76.2 | 84.5 | 87.5 | 78.9 | 80.6 | 81.2 | 81.4 |
| | 对行政感到不安 | 73.1 | 69.9 | 76.4 | 68.5 | 68.9 | 75.5 | 75.9 | 75.3 | 73.0 | 74.4 | 72.0 | 69.9 | 76.4 | 68.5 | 68.9 | 75.5 | 75.9 | 75.3 | 73.0 | 74.4 | 72.0 | 73.1 | 69.9 | 76.4 | 68.5 | 68.9 | 75.5 | 75.9 | 75.3 | 73.0 | 74.4 | 72.0 |
| | 对国外局势感到不安 | 71.0 | 70.3 | 71.7 | 61.8 | 68.5 | 71.2 | 75.9 | 75.6 | 72.6 | 69.0 | 71.4 | 70.3 | 71.7 | 61.8 | 68.5 | 71.2 | 75.9 | 75.6 | 72.6 | 69.0 | 71.4 | 71.0 | 70.3 | 71.7 | 61.8 | 68.5 | 71.2 | 75.9 | 75.6 | 72.6 | 69.0 | 71.4 |
| | 对自己和家人的健康感到不安 | 69.3 | 63.4 | 75.2 | 64.3 | 67.5 | 69.1 | 73.4 | 71.0 | 69.2 | 70.8 | 67.8 | 63.4 | 75.2 | 64.3 | 67.5 | 69.1 | 73.4 | 71.0 | 69.2 | 70.8 | 67.8 | 69.3 | 63.4 | 75.2 | 64.3 | 67.5 | 69.1 | 73.4 | 71.0 | 69.2 | 70.8 | 67.8 |
| | 对信息不足和不确切性感到不安 | 66.6 | 61.2 | 72.1 | 69.3 | 68.9 | 67.7 | 64.3 | 63.1 | 66.0 | 66.2 | 67.6 | 61.2 | 72.1 | 69.3 | 68.9 | 67.7 | 64.3 | 63.1 | 66.0 | 66.2 | 67.6 | 66.6 | 61.2 | 72.1 | 69.3 | 68.9 | 67.7 | 64.3 | 63.1 | 66.0 | 66.2 | 67.6 |
| | 对自己和家人的工作、收入感到不安 | 61.1 | 60.1 | 62.0 | 61.8 | 68.5 | 64.0 | 62.4 | 47.3 | 61.0 | 62.4 | 59.8 | 60.1 | 62.0 | 61.8 | 68.5 | 64.0 | 62.4 | 47.3 | 61.0 | 62.4 | 59.8 | 61.1 | 60.1 | 62.0 | 61.8 | 68.5 | 64.0 | 62.4 | 47.3 | 61.0 | 62.4 | 59.8 |
| | 对人际关系的变化感到不安 | 47.0 | 44.9 | 49.1 | 50.2 | 47.2 | 50.1 | 44.5 | 42.7 | 48.0 | 46.6 | 46.4 | 44.9 | 49.1 | 50.2 | 47.2 | 50.1 | 44.5 | 42.7 | 48.0 | 46.6 | 46.4 | 47.0 | 44.9 | 49.1 | 50.2 | 47.2 | 50.1 | 44.5 | 42.7 | 48.0 | 46.6 | 46.4 |
| 行动抑制度 | 控制旅行和外出度假 | 83.5 | 78.8 | 88.3 | 80.5 | 83.9 | 83.5 | 83.1 | 86.4 | 82.8 | 83.8 | 84.0 | 78.8 | 88.3 | 80.5 | 83.9 | 83.5 | 83.1 | 86.4 | 82.8 | 83.8 | 84.0 | 83.5 | 78.8 | 88.3 | 80.5 | 83.9 | 83.5 | 83.1 | 86.4 | 82.8 | 83.8 | 84.0 |
| | 控制不急不重要的外出 | 82.5 | 78.7 | 86.4 | 73.0 | 80.8 | 85.6 | 84.0 | 86.7 | 83.2 | 84.8 | 79.6 | 78.7 | 86.4 | 73.0 | 80.8 | 85.6 | 84.0 | 86.7 | 83.2 | 84.8 | 79.6 | 82.5 | 78.7 | 86.4 | 73.0 | 80.8 | 85.6 | 84.0 | 86.7 | 83.2 | 84.8 | 79.6 |
| | 尽量避免和人握手，拥抱等和人进行身体接触 | 80.6 | 76.0 | 85.2 | 78.0 | 79.7 | 82.7 | 80.6 | 81.0 | 78.8 | 79.8 | 83.2 | 76.0 | 85.2 | 78.0 | 79.7 | 82.7 | 80.6 | 81.0 | 78.8 | 79.8 | 83.2 | 80.6 | 76.0 | 85.2 | 78.0 | 79.7 | 82.7 | 80.6 | 81.0 | 78.8 | 79.8 | 83.2 |
| | 控制交友、交际 | 80.1 | 73.9 | 86.4 | 73.0 | 81.8 | 81.9 | 79.0 | 83.5 | 79.8 | 80.6 | 80.0 | 73.9 | 86.4 | 73.0 | 81.8 | 81.9 | 79.0 | 83.5 | 79.8 | 80.6 | 80.0 | 80.1 | 73.9 | 86.4 | 73.0 | 81.8 | 81.9 | 79.0 | 83.5 | 79.8 | 80.6 | 80.0 |
| | 控制体验型娱乐（演唱会、观剧、电影等） | 79.8 | 74.6 | 85.1 | 75.9 | 80.8 | 83.2 | 78.1 | 79.6 | 79.0 | 79.8 | 80.6 | 74.6 | 85.1 | 75.9 | 80.8 | 83.2 | 78.1 | 79.6 | 79.0 | 79.8 | 80.6 | 79.8 | 74.6 | 85.1 | 75.9 | 80.8 | 83.2 | 78.1 | 79.6 | 79.0 | 79.8 | 80.6 |
| | 控制在外面就餐 | 75.7 | 71.4 | 80.0 | 69.7 | 74.8 | 77.1 | 77.1 | 78.1 | 75.6 | 75.0 | 76.4 | 71.4 | 80.0 | 69.7 | 74.8 | 77.1 | 77.1 | 78.1 | 75.6 | 75.0 | 76.4 | 75.7 | 71.4 | 80.0 | 69.7 | 74.8 | 77.1 | 77.1 | 78.1 | 75.6 | 75.0 | 76.4 |
| | 控制不去买不急需的东西 | 74.4 | 70.6 | 78.3 | 71.0 | 72.7 | 77.3 | 73.4 | 76.3 | 74.4 | 75.8 | 73.0 | 70.6 | 78.3 | 71.0 | 72.7 | 77.3 | 73.4 | 76.3 | 74.4 | 75.8 | 73.0 | 74.4 | 70.6 | 78.3 | 71.0 | 72.7 | 77.3 | 73.4 | 76.3 | 74.4 | 75.8 | 73.0 |
| 行动变化度 | 戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策 | 92.8 | 88.7 | 96.9 | 88.4 | 92.0 | 94.1 | 95.3 | 92.8 | 91.4 | 93.6 | 93.4 | 88.7 | 96.9 | 88.4 | 92.0 | 94.1 | 95.3 | 92.8 | 91.4 | 93.6 | 93.4 | 92.8 | 88.7 | 96.9 | 88.4 | 92.0 | 94.1 | 95.3 | 92.8 | 91.4 | 93.6 | 93.4 |
| | 保持充足的运动、营养和睡眠 | 75.0 | 71.9 | 78.1 | 71.0 | 75.5 | 72.8 | 75.2 | 80.6 | 75.6 | 75.6 | 73.8 | 71.9 | 78.1 | 71.0 | 75.5 | 72.8 | 75.2 | 80.6 | 75.6 | 75.6 | 73.8 | 75.0 | 71.9 | 78.1 | 71.0 | 75.5 | 72.8 | 75.2 | 80.6 | 75.6 | 75.6 | 73.8 |
| | 控制外出，享受在家里能享受的娱乐 | 70.0 | 63.3 | 76.8 | 72.6 | 72.7 | 71.5 | 66.8 | 66.7 | 69.8 | 71.4 | 68.8 | 63.3 | 76.8 | 72.6 | 72.7 | 71.5 | 66.8 | 66.7 | 69.8 | 71.4 | 68.8 | 70.0 | 63.3 | 76.8 | 72.6 | 72.7 | 71.5 | 66.8 | 66.7 | 69.8 | 71.4 | 68.8 |
| | 储备了预防感染商品和日用品 | 68.3 | 61.3 | 75.3 | 64.3 | 69.9 | 68.0 | 70.5 | 67.7 | 69.6 | 68.6 | 66.6 | 61.3 | 75.3 | 64.3 | 69.9 | 68.0 | 70.5 | 67.7 | 69.6 | 68.6 | 66.6 | 68.3 | 61.3 | 75.3 | 64.3 | 69.9 | 68.0 | 70.5 | 67.7 | 69.6 | 68.6 | 66.6 |
| | 尽量不用现金支付 | 63.2 | 62.9 | 63.5 | 57.3 | 62.6 | 61.6 | 65.8 | 68.1 | 66.6 | 61.4 | 61.6 | 62.9 | 63.5 | 57.3 | 62.6 | 61.6 | 65.8 | 68.1 | 66.6 | 61.4 | 61.6 | 63.2 | 62.9 | 63.5 | 57.3 | 62.6 | 61.6 | 65.8 | 68.1 | 66.6 | 61.4 | 61.6 |
| | 在家的时间增加了，尽量自己做饭 | 55.0 | 40.7 | 69.5 | 55.2 | 58.7 | 52.5 | 54.5 | 54.8 | 56.4 | 55.4 | 53.2 | 40.7 | 69.5 | 55.2 | 58.7 | 52.5 | 54.5 | 54.8 | 56.4 | 55.4 | 53.2 | 55.0 | 40.7 | 69.5 | 55.2 | 58.7 | 52.5 | 54.5 | 54.8 | 56.4 | 55.4 | 53.2 |
| | 控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动 | 50.3 | 48.2 | 52.5 | 50.6 | 47.2 | 50.7 | 49.2 | 54.1 | 41.2 | 65.6 | 44.2 | 48.2 | 52.5 | 50.6 | 47.2 | 50.7 | 49.2 | 54.1 | 41.2 | 65.6 | 44.2 | 50.3 | 48.2 | 52.5 | 50.6 | 47.2 | 50.7 | 49.2 | 54.1 | 41.2 | 65.6 | 44.2 |
| | 在家的时间增加了，利用智能手机和电脑等打游戏 | 47.7 | 46.8 | 48.7 | 63.5 | 53.1 | 52.0 | 39.2 | 32.6 | 46.6 | 51.4 | 45.2 | 46.8 | 48.7 | 63.5 | 53.1 | 52.0 | 39.2 | 32.6 | 46.6 | 51.4 | 45.2 | 47.7 | 46.8 | 48.7 | 63.5 | 53.1 | 52.0 | 39.2 | 32.6 | 46.6 | 51.4 | 45.2 |
| | 在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务 | 45.1 | 47.7 | 42.6 | 60.2 | 49.0 | 45.3 | 40.8 | 33.0 | 48.0 | 43.6 | 43.8 | 47.7 | 42.6 | 60.2 | 49.0 | 45.3 | 40.8 | 33.0 | 48.0 | 43.6 | 43.8 | 45.1 | 47.7 | 42.6 | 60.2 | 49.0 | 45.3 | 40.8 | 33.0 | 48.0 | 43.6 | 43.8 |
| | 在家的时间增加了，做在家里可做的运动 | 44.8 | 41.5 | 48.2 | 51.9 | 47.2 | 44.0 | 37.3 | 45.9 | 46.6 | 44.0 | 43.8 | 41.5 | 48.2 | 51.9 | 47.2 | 44.0 | 37.3 | 45.9 | 46.6 | 44.0 | 43.8 | 44.8 | 41.5 | 48.2 | 51.9 | 47.2 | 44.0 | 37.3 | 45.9 | 46.6 | 44.0 | 43.8 |
| | 控制外出，利用网购和外卖 | 44.1 | 40.4 | 47.8 | 51.0 | 46.2 | 46.4 | 39.2 | 38.4 | 44.2 | 44.6 | 43.4 | 40.4 | 47.8 | 51.0 | 46.2 | 46.4 | 39.2 | 38.4 | 44.2 | 44.6 | 43.4 | 44.1 | 40.4 | 47.8 | 51.0 | 46.2 | 46.4 | 39.2 | 38.4 | 44.2 | 44.6 | 43.4 |
| | 在人群不密集的户外享受休闲 | 38.9 | 41.3 | 36.5 | 44.4 | 44.4 | 43.5 | 29.2 | 33.7 | 37.8 | 42.6 | 36.4 | 41.3 | 36.5 | 44.4 | 44.4 | 43.5 | 29.2 | 33.7 | 37.8 | 42.6 | 36.4 | 38.9 | 41.3 | 36.5 | 44.4 | 44.4 | 43.5 | 29.2 | 33.7 | 37.8 | 42.6 | 36.4 |
| | 在人群不密集的户外做运动 | 37.7 | 40.4 | 34.9 | 42.7 | 42.0 | 37.1 | 31.3 | 36.9 | 39.8 | 37.4 | 35.8 | 40.4 | 34.9 | 42.7 | 42.0 | 37.1 | 31.3 | 36.9 | 39.8 | 37.4 | 35.8 | 37.7 | 40.4 | 34.9 | 42.7 | 42.0 | 37.1 | 31.3 | 36.9 | 39.8 | 37.4 | 35.8 |
| | 在家的时间增加了，在社交媒体浏览、投稿 | 37.5 | 32.2 | 43.0 | 56.8 | 51.0 | 37.3 | 27.0 | 19.4 | 39.8 | 36.2 | 36.6 | 32.2 | 43.0 | 56.8 | 51.0 | 37.3 | 27.0 | 19.4 | 39.8 | 36.2 | 36.6 | 37.5 | 32.2 | 43.0 | 56.8 | 51.0 | 37.3 | 27.0 | 19.4 | 39.8 | 36.2 | 36.6 |
| | 尽量错开时间上班、上学 | 35.1 | 36.6 | 33.7 | 42.7 | 36.0 | 35.2 | 33.9 | 29.0 | 45.8 | 27.2 | 32.4 | 36.6 | 33.7 | 42.7 | 36.0 | 35.2 | 33.9 | 29.0 | 45.8 | 27.2 | 32.4 | 35.1 | 36.6 | 33.7 | 42.7 | 36.0 | 35.2 | 33.9 | 29.0 | 45.8 | 27.2 | 32.4 |
| | 尽量在家里工作 [仅限在职人员] | 28.7 | 32.3 | 23.3 | 35.7 | 30.1 | 26.9 | 26.3 | 26.1 | 37.6 | 23.1 | 25.3 | 32.3 | 23.3 | 35.7 | 30.1 | 26.9 | 26.3 | 26.1 | 37.6 | 23.1 | 25.3 | 28.7 | 32.3 | 23.3 | 35.7 | 30.1 | 26.9 | 26.3 | 26.1 | 37.6 | 23.1 | 25.3 |
| | 在家的时间增加了，打造通信环境和购买家电等，使家中的环境充实起来 | 28.0 | 28.5 | 27.5 | 35.3 | 33.2 | 30.1 | 22.9 | 19.4 | 32.0 | 24.2 | 27.8 | 28.5 | 27.5 | 35.3 | 33.2 | 30.1 | 22.9 | 19.4 | 32.0 | 24.2 | 27.8 | 28.0 | 28.5 | 27.5 | 35.3 | 33.2 | 30.1 | 22.9 | 19.4 | 32.0 | 24.2 | 27.8 |
| | 因为收入减少了或者要减少了，所以开始做副业了或者在打算做副业。 | 26.3 | 28.3 | 24.3 | 41.9 | 35.0 | 26.1 | 19.7 | 11.8 | 27.4 | 24.6 | 27.0 | 28.3 | 24.3 | 41.9 | 35.0 | 26.1 | 19.7 | 11.8 | 27.4 | 24.6 | 27.0 | 26.3 | 28.3 | 24.3 | 41.9 | 35.0 | 26.1 | 19.7 | 11.8 | 27.4 | 24.6 | 27.0 |
| | 因为不在外面花钱，所以要买比平时好一点的东西 | 25.7 | 23.3 | 28.1 | 25.7 | 26.9 | 26.9 | 23.8 | 24.7 | 28.6 | 24.4 | 24.0 | 23.3 | 28.1 | 25.7 | 26.9 | 26.9 | 23.8 | 24.7 | 28.6 | 24.4 | 24.0 | 25.7 | 23.3 | 28.1 | 25.7 | 26.9 | 26.9 | 23.8 | 24.7 | 28.6 | 24.4 | 24.0 |
| | 在家的时间增加了，做一些手工（手工艺品、改建、DIY等） | 25.6 | 23.7 | 27.5 | 27.0 | 27.6 | 26.7 | 20.4 | 26.9 | 27.0 | 26.6 | 23.2 | 23.7 | 27.5 | 27.0 | 27.6 | 26.7 | 20.4 | 26.9 | 27.0 | 26.6 | 23.2 | 25.6 | 23.7 | 27.5 | 27.0 | 27.6 | 26.7 | 20.4 | 26.9 | 27.0 | 26.6 | 23.2 |
| | 因为收入减少了或者要减少了，已经或者正在研究在寻找工作，换工作，创业 | 21.8 | 26.1 | 17.4 | 31.1 | 27.3 | 22.7 | 18.8 | 10.4 | 22.6 | 21.0 | 21.8 | 26.1 | 17.4 | 31.1 | 27.3 | 22.7 | 18.8 | 10.4 | 22.6 | 21.0 | 21.8 | 21.8 | 26.1 | 17.4 | 31.1 | 27.3 | 22.7 | 18.8 | 10.4 | 22.6 | 21.0 | 21.8 |
| | 在家的时间增加了，在跳蚤市场应用、网上拍卖会上展出、售货 | 21.2 | 20.1 | 22.3 | 33.2 | 29.4 | 19.5 | 15.7 | 11.1 | 22.2 | 19.0 | 22.4 | 20.1 | 22.3 | 33.2 | 29.4 | 19.5 | 15.7 | 11.1 | 22.2 | 19.0 | 22.4 | 21.2 | 20.1 | 22.3 | 33.2 | 29.4 | 19.5 | 15.7 | 11.1 | 22.2 | 19.0 | 22.4 |
| | 在家的时间增加了，进行投资和资产运营 | 21.1 | 28.1 | 14.1 | 27.8 | 28.7 | 22.7 | 14.7 | 12.9 | 21.8 | 21.6 | 20.0 | 28.1 | 14.1 | 27.8 | 28.7 | 22.7 | 14.7 | 12.9 | 21.8 | 21.6 | 20.0 | 21.1 | 28.1 | 14.1</ | | | | | | | | |

在继续采取防止感染对策的同时，从通常的行动可以看出想要解除抑制的意向

- 关于“行动抑制制度”“行动变化度”，今后，即使对新冠病毒感染的担忧消失了，问到是否还会采取这些行动，“行动抑制意向”在所有项目上减少了5~8分。“控制在外面就餐”（49.9%、减少8.0分），“控制旅行和外出度假”（52.0%、减少7.5分），“控制体验型娱乐”（54.3%、减少7.4分）等。随着抑制行动放缓的实际情况，如果没有进一步感染的担忧的话，可以看出都持有进一步缓和的意向。
- 关于“行动变化意向”的项目没有太大的变化。“保持充足的运动、营养和睡眠”（84.0%、减少0.1分），“彻底做好预防感染对策”（83.2%、减少1.1分），“储备了预防感染商品和日用品”（71.0%、减少2.1分）等，关于感染对策项目高达70~80%以上。减少得稍显突出的是“尽量在家工作”（28.7%、减少5.8分），“控制外出，利用网购和外卖”（42.7%、减少5.0个分）等与外出抑制相关的项目。

按照时间顺序的变化(整体・2020年6-9月)

| | | 分数 (%) | | | | 分差 (pt) | | |
|------------------|-------------------------|--------|------|------|------|---------|-------|-------|
| ※ “想”和“有些想”回答率 | | 6月调查 | 7月调查 | 8月调查 | 9月调查 | 6月→7月 | 7月→8月 | 8月→9月 |
| 行动抑制意向 | 尽量避免和人握手，拥抱等和人进行身体接触 | 72.4 | 69.1 | 69.9 | 64.6 | -3.3 | +0.8 | -5.3 |
| | 控制不急不重要地外出 | 71.1 | 65.1 | 64.9 | 59.8 | -6.0 | -0.2 | -5.1 |
| | 控制不去买不急需的东西 | 69.2 | 63.5 | 63.7 | 57.9 | -5.7 | +0.2 | -5.8 |
| | 控制体验型娱乐（演唱会、观剧、电影等） | 64.5 | 62.7 | 61.7 | 54.3 | -1.8 | -1.0 | -7.4 |
| | 控制旅行和外出度假 | 63.6 | 59.9 | 59.5 | 52.0 | -3.7 | -0.4 | -7.5 |
| | 控制交友、交际 | 62.3 | 56.7 | 58.6 | 51.6 | -5.6 | +1.9 | -7.0 |
| | 控制在外面就餐 | 62.0 | 56.9 | 57.9 | 49.9 | -5.1 | +1.0 | -8.0 |
| 行动抑制意向 | 保持充足的运动、营养和睡眠 | 83.1 | 83.7 | 84.1 | 84.0 | +0.6 | +0.4 | -0.1 |
| | 戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策 | 85.8 | 85.0 | 84.3 | 83.2 | -0.8 | -0.7 | -1.1 |
| | 储备预防感染商品和日用品 | 72.3 | 73.0 | 73.1 | 71.0 | +0.7 | +0.1 | -2.1 |
| | 尽量不用现金支付 | 66.3 | 67.7 | 66.4 | 65.6 | +1.4 | -1.3 | -0.8 |
| | 在家的时间增加了，尽量自己做饭 | 64.4 | 65.0 | 63.6 | 61.7 | +0.6 | -1.4 | -1.9 |
| | 控制外出，享受在家里能享受的娱乐 | 63.9 | 61.3 | 60.7 | 56.6 | -2.6 | -0.6 | -4.1 |
| | 做在家里可做的运动 | 55.3 | 54.8 | 53.7 | 51.7 | -0.5 | -1.1 | -2.0 |
| | 享受人不密集的户外休闲方式 | 53.1 | 52.2 | 51.2 | 51.7 | -0.9 | -1.0 | +0.5 |
| | 在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务 | 48.7 | 49.3 | 48.6 | 48.7 | +0.6 | -0.7 | +0.1 |
| | 控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动 | 50.1 | 48.8 | 50.3 | 47.1 | -1.3 | +1.5 | -3.2 |
| | 在人不密集的户外做运动 | 50.2 | 48.2 | 46.2 | 46.8 | -2.0 | -2.0 | +0.6 |
| | 利用智能手机和电脑等打游戏 | 47.8 | 48.3 | 49.5 | 46.5 | +0.5 | +1.2 | -3.0 |
| | 在社交媒体浏览、投稿 | 48.0 | 44.4 | 47.3 | 44.7 | -3.6 | +2.9 | -2.6 |
| | 控制外出，利用网购和外卖 | 47.1 | 44.3 | 47.7 | 42.7 | -2.8 | +3.4 | -5.0 |
| | 尽量错开时间上班、上学 | 42.8 | 40.3 | 41.9 | 39.4 | -2.5 | +1.6 | -2.5 |
| | 打造通信环境和购买家电等，使家中的环境充实起来 | 36.5 | 36.2 | 38.9 | 36.3 | -0.3 | +2.7 | -2.6 |
| | 做一些手工（手工艺品、改建、DIY等） | 36.5 | 34.9 | 35.7 | 32.5 | -1.6 | +0.8 | -3.2 |
| | 进行投资和资产运营 | 29.4 | 31.1 | 32.4 | 30.2 | +1.7 | +1.3 | -2.2 |
| | 因为不在外面花钱，所以要买比平时好一点的东西 | 28.6 | 28.3 | 31.7 | 29.6 | -0.3 | +3.4 | -2.1 |
| | 开始做副业了或者在打算做副业 | 29.5 | 29.0 | 32.4 | 29.4 | -0.5 | +3.4 | -3.0 |
| | 尽量在家里工作 [仅限在职人员] | 32.7 | 32.2 | 34.5 | 28.7 | -0.5 | +2.3 | -5.8 |
| | 在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物 | 25.5 | 27.1 | 25.7 | 26.8 | +1.6 | -1.4 | +1.1 |
| | 在跳蚤市场应用、网上拍卖会上展出、售货 | 25.7 | 25.5 | 26.4 | 26.2 | -0.2 | +0.9 | -0.2 |
| 正在研究在寻找工作，换工作，创业 | 24.5 | 25.1 | 27.3 | 25.3 | +0.6 | +2.2 | -2.0 | |
| 利用在线学习 | 24.5 | 24.3 | 24.6 | 24.1 | -0.2 | +0.3 | -0.5 | |
| 支援店铺和团体 | 25.5 | 24.9 | 24.5 | 23.1 | -0.6 | -0.4 | -1.4 | |
| 开在线派对和宴会 | 21.2 | 19.4 | 20.1 | 19.4 | -1.8 | +0.7 | -0.7 | |

比上月增加5分以上 比上月增加10分以上 比上月减少5分以上 比上月减少10分以上

“行动抑制意向” “行动变化意向” 中，从性别来看是女性大于男性，以年龄段来看20多岁的低得分尤为明显

- 从性别/年龄段/地区的结果来看，“行动抑制意向”在所有项目中都是“女性”大于“男性”，整体上与“行动抑制度”“行动变化度”的结果（参照第4页）相同。
- 从年龄层来看，20多岁的人和30~60多岁的人相比，“抑制行动的意向”的之低特别明显。

从不同地区来看，在家工作和错开时间上班、上学、利用私家车移动有很大差距

- 与性别和年龄段相比，各地区有小幅度差异的项目较多。
- 其中，认为“尽量在家工作”，首都圈37.6%的人，名古屋圈21.1%，阪神圈27.2%。“尽量错开时间上班、上学”，首都圈49.4%，名古屋圈32.8%，阪神圈36.0%，首都圈较高。相反，“控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动”，首都圈为38.2%，名古屋圈为62.4%，阪神圈为40.6%。

按照性别/年龄段/区域分类结果

※ “想”和“有些想”回答率
()内调查人数

| | 整体 (3城市) (1500) | 性别 | | 年龄段 | | | | | 地区 | | | |
|----------|-------------------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-----------------------|------------------------|-----------------------|------|
| | | 男性 (755) | 女性 (745) | 20多岁 (241) | 30多岁 (286) | 40多岁 (375) | 50多岁 (319) | 60多岁 (279) | 首都 40km范围 (500) | 名古屋 40km范围 (500) | 阪神 30km范围 (500) | |
| 行动抑制意向 | 尽量避免和人握手，拥抱等和他人进行身体接触 | 64.6 | 62.4 | 66.8 | 58.1 | 60.1 | 65.9 | 67.1 | 70.3 | 63.0 | 60.8 | 70.0 |
| | 控制不急不重要地外出 | 59.8 | 56.8 | 62.8 | 58.1 | 55.9 | 61.1 | 58.9 | 64.5 | 60.4 | 58.4 | 60.6 |
| | 控制不去买不急需的东西 | 57.9 | 55.0 | 60.8 | 57.3 | 54.5 | 56.0 | 58.9 | 63.1 | 60.0 | 55.2 | 58.4 |
| | 控制体验型娱乐（演唱会、观剧、电影等） | 54.3 | 53.4 | 55.2 | 51.0 | 49.7 | 54.9 | 55.8 | 59.1 | 52.4 | 54.2 | 56.2 |
| | 控制旅行和外出度假 | 52.0 | 49.7 | 54.4 | 52.3 | 49.7 | 51.7 | 53.3 | 53.0 | 51.8 | 50.2 | 54.0 |
| | 控制交友、交际 | 51.6 | 49.7 | 53.6 | 46.5 | 51.0 | 52.5 | 54.2 | 52.3 | 52.6 | 49.4 | 52.8 |
| | 控制在外面就餐 | 49.9 | 47.5 | 52.3 | 49.8 | 49.7 | 48.5 | 51.4 | 50.5 | 51.0 | 48.0 | 50.8 |
| 行动抑制意向 | 保持充足的运动、营养和睡眠 | 84.0 | 80.1 | 87.9 | 79.7 | 83.6 | 82.4 | 83.4 | 91.0 | 83.8 | 85.4 | 82.8 |
| | 戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策 | 83.2 | 78.4 | 88.1 | 83.4 | 81.5 | 84.3 | 82.1 | 84.6 | 82.2 | 83.8 | 83.6 |
| | 储备预防感染商品和日用品 | 71.0 | 62.4 | 79.7 | 66.8 | 72.4 | 71.7 | 71.8 | 71.3 | 73.2 | 70.0 | 69.8 |
| | 尽量不用现金支付 | 65.6 | 63.8 | 67.4 | 62.2 | 64.3 | 64.3 | 64.9 | 72.4 | 67.2 | 66.2 | 63.4 |
| | 在家的时间增加了，尽量自己做饭 | 61.7 | 44.0 | 79.7 | 59.8 | 61.5 | 60.5 | 62.1 | 64.9 | 62.4 | 61.8 | 61.0 |
| | 控制外出，享受在家里能享受的娱乐 | 56.6 | 51.5 | 61.7 | 60.6 | 62.6 | 54.9 | 52.4 | 54.1 | 59.2 | 55.6 | 55.0 |
| | 享受人不密集的户外休闲方式 | 51.7 | 49.1 | 54.4 | 53.1 | 54.5 | 53.6 | 44.5 | 53.4 | 51.8 | 53.4 | 50.0 |
| | 做在家里可做的运动 | 51.7 | 47.8 | 55.7 | 58.5 | 49.3 | 51.5 | 45.1 | 56.3 | 53.2 | 53.2 | 48.8 |
| | 在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务 | 48.7 | 50.3 | 47.0 | 59.8 | 57.0 | 49.9 | 41.7 | 36.9 | 51.4 | 47.8 | 46.8 |
| | 控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动 | 47.1 | 45.4 | 48.7 | 44.8 | 46.5 | 45.9 | 43.9 | 54.8 | 38.2 | 62.4 | 40.6 |
| | 在人不密集的户外做运动 | 46.8 | 48.5 | 45.1 | 48.1 | 49.7 | 47.7 | 40.8 | 48.4 | 49.2 | 46.4 | 44.8 |
| | 利用智能手机和电脑等打游戏 | 46.5 | 45.7 | 47.2 | 64.3 | 51.0 | 50.7 | 37.0 | 31.5 | 44.6 | 51.4 | 43.4 |
| | 在社交媒体浏览、投稿 | 44.7 | 40.5 | 49.0 | 67.6 | 58.0 | 43.7 | 32.6 | 26.5 | 46.8 | 43.2 | 44.2 |
| | 控制外出，利用网购和外卖 | 42.7 | 40.5 | 45.0 | 45.6 | 46.9 | 44.5 | 37.3 | 39.8 | 45.6 | 43.6 | 39.0 |
| | 尽量错开时间上班、上学 | 39.4 | 38.9 | 39.9 | 41.9 | 41.3 | 38.7 | 35.1 | 41.2 | 49.4 | 32.8 | 36.0 |
| | 打造通信环境和购买家电等，使家中的环境充实起来 | 36.3 | 35.5 | 37.0 | 43.6 | 42.0 | 37.1 | 31.0 | 29.0 | 39.8 | 33.8 | 35.2 |
| | 做一些手工（手工艺品、改建、DIY等） | 32.5 | 28.3 | 36.6 | 35.3 | 33.9 | 31.5 | 29.2 | 33.7 | 33.2 | 35.2 | 29.0 |
| | 进行投资和资产运营 | 30.2 | 37.0 | 23.4 | 40.7 | 37.1 | 29.9 | 22.6 | 23.3 | 32.4 | 30.4 | 27.8 |
| | 因为不在外面花钱，所以要买比平时好一点的东西 | 29.6 | 26.9 | 32.3 | 34.4 | 29.4 | 31.5 | 25.4 | 28.0 | 33.2 | 27.2 | 28.4 |
| | 开始做副业了或者在打算做副业 | 29.4 | 30.1 | 28.7 | 42.7 | 43.7 | 29.1 | 20.4 | 14.0 | 29.6 | 31.6 | 27.0 |
| | 尽量在家里工作 [仅限在职人员] | 28.7 | 30.1 | 26.7 | 34.5 | 33.6 | 24.8 | 28.4 | 22.9 | 37.6 | 21.1 | 27.2 |
| | 在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物 | 26.8 | 29.5 | 24.0 | 37.3 | 36.4 | 25.9 | 21.0 | 15.8 | 28.8 | 25.0 | 26.6 |
| | 在跳蚤市场应用、网上拍卖会上展出、售货 | 26.2 | 25.4 | 27.0 | 40.7 | 36.4 | 24.8 | 18.2 | 14.3 | 27.0 | 24.6 | 27.0 |
| | 正在研究在寻找工作，换工作，创业 | 25.3 | 27.9 | 22.7 | 37.8 | 32.2 | 25.1 | 22.3 | 11.5 | 26.4 | 25.4 | 24.2 |
| | 利用在线学习 | 24.1 | 25.7 | 22.6 | 42.7 | 25.5 | 24.0 | 18.8 | 12.9 | 26.2 | 24.0 | 22.2 |
| 支援店铺和团体 | 23.1 | 22.8 | 23.5 | 29.0 | 24.1 | 21.3 | 21.3 | 21.5 | 24.4 | 21.6 | 23.4 | |
| 开在线派对和宴会 | 19.4 | 20.7 | 18.1 | 32.0 | 22.4 | 19.5 | 12.2 | 13.6 | 22.2 | 17.4 | 18.6 | |

比整体高出5分以上 比整体高出10分以上 比整体低出5分以上 比整体低出10分以上

■ 提问项目（提问）

[在新型冠状病毒疫情影响下的“生活自由度”]

将新型冠状病毒感染扩大前的平时状态设为100分，
将因感染扩大处于极为不自由的状态设为0分的话，
你现在的的生活自由度是多少分？（0-100分）
另外，请回答你打分的理由。（自由回答）

[在新型冠状病毒疫情影响下的意识和行动] ※包括一部分在职人员

受新型冠状病毒感染扩大的影响，有以下意见。
关于每个意见，请逐一选择与你自己的心情和行动接近的选项。
（单选：接近/有点接近/不太接近/不接近）

※ [仅限在职人员]
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

[新型冠状病毒疫情结束后的行动意识] ※包括一部分在职人员

今后，不再有新型冠状病毒感染担忧后，您是否做以下行动？
请逐一选择与您自己的预想最接近的选项
（单选：会做/偶尔会做/不太会做/不做）

| | |
|------|------------------------------------|
| 调查时期 | 2020年9月3日（周四）～7日（周一） |
| | 2020年8月3日（周一）～6日（周四） |
| | 2020年7月2日（周四）～6日（周一） |
| | 2020年6月4日（周四）～8日（周一） = 政府紧急事态宣言解除后 |
| | 2020年5月7日（周四）～11日（周一） = 政府紧急事态宣言后 |

| | |
|------|---------------------------------|
| 调查地区 | ①首都40km范围(东京都·神奈川县·千叶县·埼玉县·茨城县) |
| | ②名古屋40km范围(爱知县·三重县·岐阜县) |
| | ③阪神30km范围(大阪府·京都府·兵库县·奈良县) |

调查对象 20～69岁男女

对象比例 将调查地区①-③各500人按各地区的人口构成比（性别年龄）进行分配

样本数 合计1,500人

| | 20多岁 | 30多岁 | 40多岁 | 50多岁 | 60多岁 | 合计 |
|----|------|------|------|------|------|-------|
| 男性 | 122 | 145 | 190 | 161 | 137 | 755 |
| 女性 | 119 | 141 | 185 | 158 | 142 | 745 |
| 合计 | 241 | 286 | 375 | 319 | 279 | 1,500 |

调查方法 互联网调查

调查公司 株式会社 H. M. Marketing Research

<参考>

第5回調査（8月20日发表） <https://www.hakuhodo.cn/news/fifth-survey-of-sei-katsu-sha-concerning-covid-19-august-2020.html>
 第4回調査（7月16日发表） <https://www.hakuhodo.cn/news/fourth-survey-of-sei-katsu-sha-concerning-covid-19-july-2020.html>
 第3回調査（6月18日发表） <https://www.hakuhodo.cn/news/third-survey-of-sei-katsu-sha-concerning-covid-19-june-2020.html>
 第2回調査（5月21日发表） <https://www.hakuhodo.cn/news/second-survey-of-sei-katsu-sha-concerning-covid-19-may-2020.html>
 第1回調査（4月20日发表） <https://www.hakuhodo.cn/news/first-survey-of-sei-katsu-sha-concerning-covid-19.html>

<备注>

本调查将继续在今后一段时间实施，预计每月第3、4周左右发表。
（根据今后的状况变化，有可能改变调查内容等）。

【关于本信息的咨询】

博報堂 广报室 koho.mail@hakuhodo.co.jp