

第7回 关于新型冠状病毒疫情中生活者调查(2020年10月)

10月“生活自由度” 59.7分 比9月增长1.4分
继上月“不安度”，外出和购物时的“抑制行动”相关项目均有缓和
在实施感染对策的同时，“外出”行动也在加速

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10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10月1日-5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，调查概要参照7页）。

新型冠状病毒感染者数在8月上旬达到顶峰后逐渐减少，9月则呈一进一退的态势。本调查在4連休（9月19日-22日）中出现感染人数增加报道，以及以东京为起点和终点的GoTo旅行活动预约开始的（9月18日～）之后实施。

将新型冠状病毒感染扩大前的平时状态设为100分，问到现在的生活自由度是多少分？回答结果为59.7分，比9月增加1.4分，连续2个月上升。随着新型冠状病毒疫情扩大，“不安度”连续2个月全部项目呈减少倾向。特别是“对信息不足和不确切性感到不安”（61.5%、减少5.1分）的减少很明显。

“行动抑制度”也是连续2个月全部项目出现减少。“控制不去买不急需的东西”（67.0%、减少7.4分）、“控制在外面就餐”（69.3%、减少6.4分）、“控制不急不重要的外出”（76.9%、减少5.6分）等减少明显。

“行动变化度”总体上数值变化较小，但“控制外出，利用网购和外卖”（37.5%、减少6.6分），“控制外出，享受在家里能享受的娱乐”（64.3%、减少5.7分）等控制外出的项目减少，“在人群不密集的户外享受休闲”（43.2%、增加4.3分）等与外出相关的项目的增加明显。另一方面，“戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策”91.5%，减少1.3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，开始进入“外出”行动的生活状态。

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）。

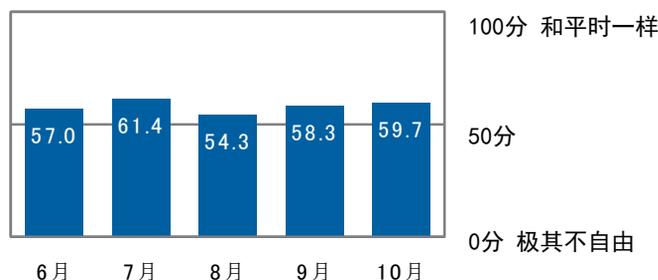
新型冠状病毒疫情影响下的“生活自由度”

【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

59.7分

和上月比 +1.4pt



※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

Category	Item	Response Rate (pt)
不安度	对信息不足和不确切性感到不安	61.5% (-5.1 pt)
	对经济的停滞感到不安	77.2% (-3.9 pt)
	对行政感到不安	69.2% (-3.9 pt)
行动抑制度	控制不去买不急需的东西	67.0% (-7.4 pt)
	控制在外面就餐	69.3% (-6.4 pt)
	控制不急不重要的外出	76.9% (-5.6 pt)
行动变化度	控制外出，利用网购和外卖	37.5% (-6.6 pt)
	控制外出，享受在家里能享受的娱乐	64.3% (-5.7 pt)
	在人群不密集的户外享受休闲	43.2% (+4.3 pt)
	在人群不密集的户外做运动	39.9% (+2.2 pt)
	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	28.5% (+2.2 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9月开始微增，连续两个月呈增加趋势

- 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59.7分，比上个月增加了1.4分。性别方面男女都呈微增。按年龄段来看，40多岁增加了4.4分。

从自由回答中可以看出，“和紧急事态宣言的时候相比，行动更容易了”，“在做好感染对策的基础上，可以行动”

- 对于“生活自由度”分数比较高的人来说，回答“如果好好预防感染的话，在一定程度上可以做和感染扩大前一样的事情”，“做好了感染对策的基础上，可以在外面吃饭和旅行”，“和紧急事态宣言的时候相比，感觉整个社会已经开始注意新冠病毒对策”等，表示一边做好感染对策一边在恢复以往的行动。
- 对于“生活自由度”比较低的人来说，认为比起紧急事态宣言的时候，外出和购物等行动更容易了。但是有在工作和收入方面的严峻性，以及“因工种不同不允许在家工作，冒着风险去上班”等声音。

按照性别/年龄段/区域分类结果

※()内为调查人数		分数 (点)					分差 (p)			
		分数					分差			
		6月调查	7月调查	8月调查	9月调查	10月调查	6月→7月	7月→8月	8月→9月	9月→10月
整体	(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多岁	(241)	57.7	62.0	49.6	56.7	56.6	+4.3	-12.3	+7.0	-0.1
30多岁	(286)	56.6	60.2	53.6	57.8	59.0	+3.5	-6.6	+4.2	+1.2
40多岁	(375)	56.1	60.2	54.4	57.6	62.0	+4.1	-5.8	+3.2	+4.4
50多岁	(319)	56.9	61.9	55.8	59.7	59.1	+5.0	-6.1	+4.0	-0.6
60多岁	(279)	58.3	63.2	57.5	59.6	60.7	+5.0	-5.7	+2.1	+1.1
首都40km范围	(500)	55.0	59.7	53.7	57.2	59.0	+4.7	-6.0	+3.5	+1.8
名古屋40km范围	(500)	57.5	61.4	54.6	57.2	60.7	+3.9	-6.8	+2.6	+3.5
阪神30km范围	(500)	58.7	63.1	54.7	60.5	59.4	+4.5	-8.4	+5.8	-1.1

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

生活自由度高·中·低的比例 (%)

	人数	高中低比例 (%)		
		高 (61分以上)	中 (41~60分)	低 (40分以下)
整体	(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多岁	(241)	39.8	34.9	25.3
30多岁	(286)	44.1	34.6	21.3
40多岁	(375)	49.1	32.8	18.1
50多岁	(319)	45.1	34.2	20.7
60多岁	(279)	46.2	35.5	18.3
首都40km范围	(500)	43.2	36.4	20.4
名古屋40km范围	(500)	46.4	34.0	19.6
阪神30km范围	(500)	46.2	32.4	21.4

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

※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。

生活自由度回答理由(自由回答节选)

生活自由度	回答理由	得分	性别/年龄/地区
高 (61分以上)	我觉得比起疫情扩大前自己更能活得像自己。喜欢这种在维持经济运作的同时缩小规模的状态。	100分	男性55岁 埼玉县
	除了旅行和酒会的机会减少之外，生活在不断变得和平常一样。	90分	女性37岁 大阪府
	如果好好预防感染的话，在一定程度上可以做和感染扩大前一样的事情。	80分	男性42岁 爱知县
	虽然在做好了感染对策的基础上，和人交往，也在外面吃饭和旅行，但心里总是怀着不安，所以减了20分。	80分	女性53岁 大阪府
	虽然不能去海外旅行是一个很大的打击，但远程工作的推进，工作方式得到改善，更容易做了。	80分	男性29岁 神奈川县
中 (41~60分)	戴口罩可以去买东西等，所以打了60分。	60分	男性69岁 大阪府
	和紧急事态宣言的时候相比，感觉整个社会已经开始注意新冠病毒对策，可以共享。心情也变得轻松了。我认为还不应该像以前那样和朋友见面一起吃饭，可以感觉比起以前能更好地和新冠疫情相处。	60分	女性53岁 埼玉县
	前一段时间诸如外出和和朋友交流等各种各样的事情都要自我克制，但偶尔因为有事外出的话，看到街上和以前一样有很多人，8月的30分逐渐在恢复。	60分	女性29岁 东京都
	虽然正在恢复平常的生活，但还不能进行多人数聚会。	50分	女性41岁 大阪府
	总之外出变得容易了。	50分	男性33岁 爱知县
低 (40分以下)	要一直不断戴口罩，否则世人的眼光会很烦。	40分	男性55岁 大阪府
	紧急事态宣言发出的时候打了0分，现在可以去旅行了。	40分	男性60岁 神奈川县
	紧急事态宣言的时候连外出都不行，现在可以购物和散步了。只是，因为还很害怕，所以不想去人多的店和在外面吃饭等，就连家附近游玩的地方，平时空着的地方也不敢去。	30分	女性38岁 爱知县
	虽然想在家工作，但是因为公司的职务工作不可以。综合职位的人都在家，我们的工作负担增加了，每天都感觉冒着风险去上班，没有保障。	20分	女性46岁 大阪府
工作少了，工资降低了。	15分	男性25岁 千葉県	

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”所有项目连续2个月减少

- “不安度”在所有项目连续2个月减少。特别是“对信息不足和不确切性感到不安”（61.5%、减少5.1分）减少明显。“行动抑制度”也和上次一样，所有项目都在减少。其中“控制不去买不急需的东西”（67.0%、减少7.4分）、“控制在外面就餐”（69.3%、减少6.4分）、“控制不急不必要的外出”（76.9%、减少5.6分）、“控制着交友、交际”（74.9%、减少5.2分）的减少明显。

关于“行动变化度”中，“采取感染对策”依然处于高水准，控制外出的项目减少，与外出相关的项目增加

- “戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策”为91.5%（减少1.3分），继续保持着高水准。
- “控制外出，利用网购和外卖”（37.5%、减少6.6分）、“控制外出，享受在家里能享受的娱乐”（64.3%、减少5.7分）减少、另一方面“在人群不密集的户外享受休闲”（43.2%、增加4.3分）增加。由此也可以看出抑制外出在减少。

按照时间顺序的变化(整体·2020年6-10月)

	分数 (%)					分差 (Pt)				
	6月调查	7月调查	8月调查	9月调查	10月调查	6月→7月	7月→8月	8月→9月	9月→10月	
不安度	对经济的停滞感到不安	83.0	83.1	83.9	81.1	77.2	+0.1	+0.8	-2.8	-3.9
	对行政感到不安	77.4	76.4	82.9	73.1	69.2	-1.0	+6.5	-9.8	-3.9
	对国外局势感到不安	74.7	75.2	76.3	71.0	68.4	+0.5	+1.1	-5.3	-2.6
	对自己和家人的健康感到不安	67.9	70.7	74.9	69.3	67.1	+2.8	+4.2	-5.6	-2.2
	对信息不足和不确切性感到不安	67.9	67.6	72.7	66.6	61.5	-0.3	+5.1	-6.1	-5.1
	对自己和家人的工作、收入感到不安	61.9	61.9	65.2	61.1	60.5	+0.0	+3.3	-4.1	-0.6
	对人际关系的变化感到不安	44.7	43.5	47.2	47.0	45.3	-1.2	+3.7	-0.2	-1.7
行动抑制度	控制旅行和外出度假	88.8	84.2	87.7	83.5	78.7	-4.6	+3.5	-4.2	-4.8
	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	77.9	-2.7	+5.2	-3.9	-2.7
	控制不急不重要的外出	88.9	83.0	88.8	82.5	76.9	-5.9	+5.8	-6.3	-5.6
	控制体验型娱乐 演唱会、观剧、电影等)	85.4	81.3	83.8	79.8	76.1	-4.1	+2.5	-4.0	-3.7
	控制交友、交际	84.5	78.3	84.5	80.1	74.9	-6.2	+6.2	-4.4	-5.2
	控制在外面就餐	83.8	74.8	79.3	75.7	69.3	-9.0	+4.5	-3.6	-6.4
	控制不去买不急需的东西	83.6	76.6	80.5	74.4	67.0	-7.0	+3.9	-6.1	-7.4
行动变化度	戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策	93.2	91.7	93.6	92.8	91.5	-1.5	+1.9	-0.8	-1.3
	保持充足的运动、营养和睡眠	77.0	74.5	78.0	75.0	75.1	-2.5	+3.5	-3.0	+0.1
	储备了预防感染商品和日用品	67.3	66.8	69.7	68.3	66.7	-0.5	+2.9	-1.4	-1.6
	控制外出，享受在家里能享受的娱乐	77.3	71.1	73.1	70.0	64.3	-6.2	+2.0	-3.1	-5.7
	尽量不用现金支付	62.6	63.3	64.3	63.2	60.0	+0.7	+1.0	-1.1	-3.2
	在家的时间增加了，尽量自己做饭	59.9	57.1	58.2	55.0	55.1	-2.8	+1.1	-3.2	+0.1
	控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动	52.8	50.3	53.1	50.3	47.9	-2.5	+2.8	-2.8	-2.4
	在家的时间增加了，利用智能手机和电脑等打游戏	48.4	47.7	49.8	47.7	47.0	-0.7	+2.1	-2.1	-0.7
	在人群不密集的户外享受休闲	38.9	40.2	37.7	38.9	43.2	+1.3	-2.5	+1.2	+4.3
	在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务	46.5	47.3	47.3	45.1	43.2	+0.8	+0.0	-2.2	-1.9
	在家的时间增加了，做在家里可做的运动	52.1	48.9	47.0	44.8	42.4	-3.2	-1.9	-2.2	-2.4
	在人群不密集的户外做运动	43.3	41.9	38.9	37.7	39.9	-1.4	-3.0	-1.2	+2.2
	控制外出，利用网购和外卖	51.1	45.9	48.7	44.1	37.5	-5.2	+2.8	-4.6	-6.6
	在家的时间增加了，在社交媒体浏览、投稿	40.5	36.2	40.1	37.5	37.5	-4.3	+3.9	-2.6	+0.0
	尽量错开时间上班、上学	42.5	37.6	41.7	35.1	36.7	-4.9	+4.1	-6.6	+1.6
	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	26.8	25.3	29.5	26.3	28.5	-1.5	+4.2	-3.2	+2.2
	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	26.9	28.0	29.3	28.0	27.1	+1.1	+1.3	-1.3	-0.9
	尽量在家里工作 [仅限在职人员]	36.7	30.0	34.6	28.7	26.5	-6.7	+4.6	-5.9	-2.2
	在家的时间增加了，做一些手工 手工艺品、改建、DIY等)	31.5	27.7	27.8	25.6	24.3	-3.8	+0.1	-2.2	-1.3
	因为不在外面花钱，所以要买平时好一点的东西	22.7	22.8	24.8	25.7	24.1	+0.1	+2.0	+0.9	-1.6
在家的时间增加了，进行投资和资产运营	21.9	21.6	22.8	21.1	21.6	-0.3	+1.2	-1.7	+0.5	
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	22.3	22.4	23.3	21.8	21.5	+0.1	+0.9	-1.5	-0.3	
在家的时间增加了，在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物	20.3	22.3	21.7	20.7	21.3	+2.0	-0.6	-1.0	+0.6	
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	21.1	21.8	21.7	21.2	21.1	+0.7	-0.1	-0.5	-0.1	
支援不能正常活动的店铺和团体	20.3	18.3	18.9	19.0	17.3	-2.0	+0.6	+0.1	-1.7	
在家的时间增加了，利用在线学习	18.6	17.9	18.7	17.5	15.6	-0.7	+0.8	-1.2	-1.9	
在家的时间增加了，开在线派对和宴会	21.3	19.3	18.9	17.8	15.5	-2.0	-0.4	-1.1	-2.3	

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”基本上所有项目都是女性大于男性。女性对健康的不安表现得更强烈，行动也有抑制的倾向

- “不安度”中男女差距最大的是“对自己和家人的健康感到不安”，女性占73.8%，男性占60.4%，相差13.4分，差距显著
- “行动抑制度”中“控制不急不重要的外出”女性83.5%，男性70.3%，相差13.2分。“控制体验型娱乐”女性81.9%，男性70.5%相差11.4分。“控制交友、交际”女性80.1%，男性69.7%，相差10.4分。“控制旅行和外出度假”女性83.8%，男性73.6%，相差10.2分。尤其是女性对健康不安表现得更强烈，行动上也更有持续抑制得倾向。

“行动变化度”年龄段和地区差距明显

- 年龄段差距较大的是以“在家的时间增加了，在社交媒体浏览、投稿”（20多岁68.0%、60多岁17.2%，相差50.8分）为首的网络利用相关项目。另外，“开始做副业了或者在打算做副业”（相差30.8分），“已经或者正在研究在寻找工作，换工作，创业”（相差24.0分）等围绕工作方面，20多岁和60岁年的差距很明显。按地区来看，虽然依然在“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”“在家工作”上存在着差距，但除此以外在首都圈，“控制外出，利用网购和外卖”、“控制外出，享受在家里能享受的娱乐”、“尽量自己做饭”等分数明显很高。

按照性别/年龄段/区域分类结果

※“接近”“稍接近”的回报率
○内为调查人数

	整体 (3城市)	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	77.2	76.3	78.1	71.4	74.1	78.9	82.1	77.4	78.8	77.8	75.0
	对行政感到不安	69.2	65.8	72.6	66.4	66.4	68.0	74.6	69.9	71.6	70.8	65.2
	对国外局势感到不安	68.4	67.2	69.7	60.2	64.0	69.1	74.3	72.4	71.6	68.2	65.4
	对自己和家人的健康感到不安	67.1	60.4	73.8	69.3	64.3	66.1	71.8	63.8	67.2	67.4	66.6
	对信息不足和不确定性感到不安	61.5	58.7	64.3	61.8	62.9	61.1	59.6	62.4	63.6	63.8	57.0
	对自己和家人的工作·收入感到不安	60.5	61.1	60.0	69.3	64.3	60.5	63.9	45.2	63.0	61.2	57.4
	对人际关系的变化感到不安	45.3	43.7	46.8	54.4	46.2	43.5	42.9	41.6	46.8	45.8	43.2
行动抑制度	控制旅行和外出度假	78.7	73.6	83.8	74.7	77.6	78.7	80.6	81.0	84.8	78.0	73.2
	尽量避免和人握手、拥抱等和人进行身体接触	77.9	73.1	82.7	72.2	76.6	76.5	80.3	83.2	80.8	76.2	76.6
	控制不急不重要的外出	76.9	70.3	83.5	72.2	71.0	75.7	79.9	84.9	80.8	79.4	70.4
	控制体验型娱乐(演唱会、观剧、电影等)	76.1	70.5	81.9	75.5	78.0	74.7	74.9	78.1	81.0	77.2	70.2
	控制交友、交际	74.9	69.7	80.1	63.5	74.8	75.2	77.7	81.0	79.6	75.6	69.4
	控制在外面就餐	69.3	64.6	74.0	60.2	67.1	67.7	74.3	75.6	75.2	69.6	63.0
	控制不去买不急需的东西	67.0	62.4	71.7	63.9	62.9	64.3	70.5	73.5	70.0	70.6	60.4
行动变化度	戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策	91.5	86.5	96.6	88.8	90.6	90.1	93.1	95.0	93.0	91.8	89.8
	保持充足的运动、营养和睡眠	75.1	72.6	77.7	73.0	74.1	73.6	77.1	77.8	74.6	78.0	72.8
	储备了预防感染商品和日用品	66.7	60.3	73.2	59.8	62.9	66.7	74.0	68.1	70.2	65.0	64.8
	控制外出，享受在家里能享受的娱乐	64.3	59.6	69.0	69.7	62.9	62.4	64.6	63.1	71.0	65.4	56.4
	尽量不用现金支付	60.0	59.9	60.1	58.1	60.8	54.1	61.8	66.7	66.8	56.8	56.4
	在家的时间增加了，尽量自己做饭	55.1	41.1	69.3	53.1	56.6	52.5	54.2	59.5	61.8	54.0	49.4
	控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动	47.9	46.0	49.9	42.3	45.1	48.3	53.6	48.7	40.6	61.8	41.4
	在家的时间增加了，利用智能手机和电脑等打游戏	47.0	46.9	47.1	66.0	56.3	46.9	39.2	30.1	46.2	47.6	47.2
	在人群不密集的户外享受休闲	43.2	41.9	44.6	53.5	47.2	42.9	37.6	36.9	40.2	48.0	41.4
	在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务	43.2	46.9	39.5	65.1	50.7	39.2	35.7	30.5	48.2	40.2	41.2
	在家的时间增加了，做在家里可做的运动	42.4	39.9	45.0	51.9	42.0	39.5	38.9	42.7	45.6	41.6	40.0
	在人群不密集的户外做运动	39.9	44.0	35.8	45.2	37.4	38.9	36.4	43.4	40.6	40.2	39.0
	控制外出，利用网购和外卖	37.5	36.8	38.3	47.7	37.1	33.6	37.3	34.8	46.0	35.4	31.2
	在家的时间增加了，在社交媒体浏览、投稿	37.5	31.5	43.6	68.0	46.5	32.3	30.4	17.2	40.0	36.2	36.4
	尽量错开时间上班、上学	36.7	39.5	34.0	41.9	33.9	37.6	39.5	30.8	43.6	32.6	34.0
	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	28.5	30.6	26.3	47.3	32.2	28.3	21.6	16.5	30.2	27.6	27.6
	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	27.1	27.5	26.7	39.0	30.4	28.0	20.7	19.7	29.2	26.6	25.6
尽量在家里工作 [仅限在职人员]	26.5	30.6	20.4	27.1	26.9	24.7	28.3	25.9	36.5	21.0	22.1	
在家的时间增加了，做一些手工(手工艺品、改建、DIY等)	24.3	22.1	26.4	30.3	21.0	22.4	22.6	26.9	25.4	24.4	23.0	
因为不在外面花钱，所以要买平时好一点的东西	24.1	23.3	24.8	33.6	19.6	24.3	19.4	25.4	26.0	23.2	23.0	
在家的时间增加了，进行投资和资产运营	21.6	27.8	15.3	33.6	25.2	20.8	17.2	13.6	22.8	22.2	19.8	
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	21.5	25.3	17.6	37.3	20.3	21.6	17.6	13.3	22.4	20.0	22.0	
在家的时间增加了，在跳蚤市场应用，网上拍卖会上购物	21.3	22.1	20.4	31.5	22.4	21.1	21.0	11.8	22.0	21.6	20.2	
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	21.1	20.5	21.6	32.4	30.4	20.8	15.0	9.0	20.6	18.8	23.8	
支援不能正常活动的店铺和团体	17.3	17.4	17.3	22.0	13.3	17.9	17.6	16.5	19.4	16.2	16.4	
在家的时间增加了，利用在线学习	15.6	19.2	11.9	30.7	14.0	15.7	12.9	7.2	18.6	13.4	14.8	
在家的时间增加了，开在线派对和宴会	15.5	17.2	13.8	30.3	17.1	14.7	10.3	8.2	17.0	14.2	15.4	

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

虽然通常的行动抑制有所减弱，但可以看出对防止感染的意向将会持续。

- 关于“行动抑制度”“行动变化度”项目，问今后假如对新冠病毒感染的担忧消失了，是否也会持续，“行动抑制意向”除了“控制不去买不急需的东西”微减（减少2.8分）外基本保持不变。
- “行动变化意向”与上个月相比几乎没有变化。
- “戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策”（83.2%，无增减）、“保持充足的运动、营养和睡眠”（83.0%、减少1.0分）、“储备预防感染商品和日用品”（69.9%、减少1.1分）等，关于感染对策的项目继续居高不下。

按照时间顺序的变化(整体・2020年6-10月)

		分数 (%)					分差 (Pt)			
		6月调查	7月调查	8月调查	9月调查	10月调查	6月→7月	7月→8月	8月→9月	9月→10月
※“想”和“有些想”回答率										
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	66.3	-3.3	+0.8	-5.3	+1.7
	控制不急不重要地外出	71.1	65.1	64.9	59.8	58.2	-6.0	-0.2	-5.1	-1.6
	控制不去买不急需的东西	69.2	63.5	63.7	57.9	55.1	-5.7	+0.2	-5.8	-2.8
	控制体验型娱乐(演唱会、观剧、电影等)	64.5	62.7	61.7	54.3	54.9	-1.8	-1.0	-7.4	+0.6
	控制旅行和外出度假	63.6	59.9	59.5	52.0	52.3	-3.7	-0.4	-7.5	+0.3
	控制交友、交际	62.3	56.7	58.6	51.6	51.1	-5.6	+1.9	-7.0	-0.5
	控制在外面就餐	62.0	56.9	57.9	49.9	50.9	-5.1	+1.0	-8.0	+1.0
行动抑制意向	戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策	85.8	85.0	84.3	83.2	83.2	-0.8	-0.7	-1.1	±0
	保持充足的运动、营养和睡眠	83.1	83.7	84.1	84.0	83.0	+0.6	+0.4	-0.1	-1.0
	储备预防感染商品和日用品	72.3	73.0	73.1	71.0	69.9	+0.7	+0.1	-2.1	-1.1
	尽量不用现金支付	66.3	67.7	66.4	65.6	64.3	+1.4	-1.3	-0.8	-1.3
	在家的时间增加了，尽量自己做饭	64.4	65.0	63.6	61.7	62.0	+0.6	-1.4	-1.9	+0.3
	控制外出，享受在家里能享受的娱乐	63.9	61.3	60.7	56.6	56.5	-2.6	-0.6	-4.1	-0.1
	享受人不密集的户外休闲方式	53.1	52.2	51.2	51.7	51.7	-0.9	-1.0	+0.5	±0
	做在家里可做的运动	55.3	54.8	53.7	51.7	50.7	-0.5	-1.1	-2.0	-1.0
	在人不密集的户外做运动	50.2	48.2	46.2	46.8	47.3	-2.0	-2.0	+0.6	+0.5
	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	46.7	-1.3	+1.5	-3.2	-0.4
	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	46.7	+0.6	-0.7	+0.1	-2.0
	利用智能手机和电脑等打游戏	47.8	48.3	49.5	46.5	46.0	+0.5	+1.2	-3.0	-0.5
	在社交媒体浏览、投稿	48.0	44.4	47.3	44.7	46.0	-3.6	+2.9	-2.6	+1.3
	控制外出，利用网购和外卖	47.1	44.3	47.7	42.7	42.4	-2.8	+3.4	-5.0	-0.3
	尽量错开时间上班、上学	42.8	40.3	41.9	39.4	37.7	-2.5	+1.6	-2.5	-1.7
	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	35.8	-0.3	+2.7	-2.6	-0.5
	做一些手工(手工艺品、改建、DIY等)	36.5	34.9	35.7	32.5	31.3	-1.6	+0.8	-3.2	-1.2
	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	30.6	-0.3	+3.4	-2.1	+1.0
	开始做副业了或者在打算做副业	29.5	29.0	32.4	29.4	30.5	-0.5	+3.4	-3.0	+1.1
	进行投资和资产运营	29.4	31.1	32.4	30.2	30.1	+1.7	+1.3	-2.2	-0.1
	尽量在家里工作[仅限在职人员]	32.7	32.2	34.5	28.7	27.7	-0.5	+2.3	-5.8	-1.0
	在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物	25.5	27.1	25.7	26.8	26.5	+1.6	-1.4	+1.1	-0.3
	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	25.7	-0.2	+0.9	-0.2	-0.5
	正在研究在寻找工作，换工作，创业	24.5	25.1	27.3	25.3	25.3	+0.6	+2.2	-2.0	±0
支援店铺和团体	25.5	24.9	24.5	23.1	22.8	-0.6	-0.4	-1.4	-0.3	
利用在线学习	24.5	24.3	24.6	24.1	22.3	-0.2	+0.3	-0.5	-1.8	
开在线派对和宴会	21.2	19.4	20.1	19.4	17.6	-1.8	+0.7	-0.7	-1.8	

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

在“行动抑制意向”“行动变化意向”中，在性别上，女性大于男性，在年龄段上，20多岁、30多岁高明显低按照性别/年代/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“行动抑制制度”“行动变化度”的结果（参照4页）显示了相同的倾向。

从不同年龄段来看，迄今为止20多岁的年轻人比较明显，而这次30多岁与40~60多岁的人相比，“行动抑制意向”之低变得明显。

在不同地区，“在家工作”和“错峰上下班、上下学”以及“乘坐私家车”的差距很明显

- 与性别和年龄段相比，各地区间的差距幅度很小
- 其中，“尽可能在家工作”，首都圈37.4%，而名古屋圈19.9%，阪神圈26.1%。“尽量错峰上下班、上下学”，首都圈45.6%，名古屋圈31.6%、阪神圈35.8%，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”，都圈40.2%、阪神圈41.0%，比较低，而名古屋圈高达59.0%。

按照性别/年龄段/区域分类结果

		性别		年龄段						地区		
整体 ③城市	男性	女性	20多岁	30多岁	40多岁	50多岁	60多岁	首都 40km范围	名古屋 40km范围	阪神 30km范围		
			(241)	(286)	(375)	(319)	(279)	(500)	(500)	(500)		
※“想”和“有些想”回答率 ()内调查人数		(1500)	(755)	(745)	(241)	(286)	(375)	(319)	(279)	(500)	(500)	(500)
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	66.3	61.1	71.5	56.0	62.2	65.3	72.1	73.8	69.6	63.0	66.2
	控制不急不重要地外出	58.2	54.4	62.0	51.0	47.6	59.7	65.2	65.2	60.0	56.2	58.4
	控制不去买不急的东西	55.1	51.5	58.8	49.0	46.9	57.3	59.6	60.9	58.4	53.2	53.8
	控制体验型娱乐（演唱会、观剧、电影等）	54.9	51.9	58.0	51.0	46.5	57.1	59.2	59.1	57.0	52.0	55.8
	控制旅行和外出度假	52.3	49.1	55.4	44.4	44.4	55.7	56.7	57.3	54.8	49.0	53.0
	控制交友、交际	51.1	48.2	54.0	44.0	43.0	53.9	55.8	56.3	53.4	48.0	51.8
	控制在外面就餐	50.9	47.7	54.2	43.2	43.7	54.4	54.2	56.6	53.4	48.6	50.8
行动变化意向	戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策	83.2	78.7	87.8	78.0	82.5	84.5	85.0	84.6	83.6	83.2	82.8
	保持充足的运动、营养和睡眠	83.0	79.3	86.7	79.3	81.5	81.9	85.6	86.4	83.0	82.4	83.6
	储备预防感染商品和日用品	69.9	62.0	78.0	66.0	67.1	70.7	74.6	69.9	73.4	69.6	66.8
	尽量不用现金支付	64.3	61.3	67.4	58.5	65.7	62.7	65.2	69.2	67.8	63.4	61.8
	在家的时间增加了，尽量自己做饭	62.0	44.0	80.3	56.4	61.9	63.7	63.0	63.4	65.6	61.6	58.8
	控制外出，享受在家里能享受的娱乐	56.5	50.2	62.8	63.9	57.3	54.4	57.1	51.3	58.6	56.6	54.2
	享受人不密集的户外休闲方式	51.7	48.5	54.9	54.8	47.2	52.8	49.8	54.1	49.2	55.0	50.8
	做在家里可做的运动	50.7	45.8	55.7	58.5	50.7	49.3	49.8	47.0	51.4	49.0	51.8
	在人密集的户外做运动	47.3	47.0	47.5	51.9	47.2	48.5	42.3	47.3	46.4	47.8	47.6
	控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动	46.7	44.5	49.0	44.8	41.3	48.8	50.2	47.3	40.2	59.0	41.0
	在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务	46.7	50.1	43.4	67.2	53.1	45.9	41.7	29.4	51.6	42.4	46.2
	利用智能手机和电脑等打游戏	46.0	44.2	47.8	68.0	53.5	46.4	39.5	26.2	42.6	47.8	47.6
	在社交媒体浏览、投稿	46.0	40.5	51.5	71.4	58.7	42.7	39.2	23.3	46.2	43.4	48.4
	控制外出，利用网购和外卖	42.4	38.5	46.3	51.9	41.6	40.8	43.3	36.2	46.0	40.4	40.8
	尽量错开时间上班、上学	37.7	37.6	37.7	40.7	32.9	37.3	39.5	38.4	45.6	31.6	35.8
	打造通信环境和购买家电等，使家中的环境充实起来	35.8	34.3	37.3	42.3	41.6	37.9	32.3	25.4	39.6	33.0	34.8
	做一些手工（手工艺品、改建、DIY等）	31.3	27.0	35.7	35.3	28.3	31.5	28.5	34.1	32.2	31.2	30.6
	因为不在外面花钱，所以要买比平时好一点的东西	30.6	28.2	33.0	35.3	28.3	32.5	27.9	29.4	32.4	28.8	30.6
	开始做副业了或者在打算做副业	30.5	32.3	28.6	47.7	37.8	32.8	21.3	15.4	34.4	28.0	29.0
	进行投资和资产运营	30.1	37.2	22.8	39.0	35.3	30.7	26.3	20.4	32.0	27.8	30.4
	尽量在家里工作 [仅限在职人员]	27.7	30.7	23.1	34.3	29.1	25.8	24.8	25.9	37.4	19.9	26.1
	在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物	26.5	26.8	26.3	36.5	31.5	26.4	23.2	16.8	26.2	25.0	28.4
	在跳蚤市场应用、网上拍卖会上展出、售货	25.7	24.1	27.4	36.5	34.6	27.5	18.8	12.9	26.0	22.4	28.8
	正在研究在寻找工作、换工作、创业	25.3	27.7	23.0	43.2	27.6	26.9	20.1	11.5	27.0	21.8	27.2
	支援店铺和团体	22.8	20.5	25.1	26.6	17.5	22.9	25.7	21.5	24.8	20.8	22.8
	利用在线学习	22.3	24.5	20.1	31.1	25.5	26.1	16.6	12.9	26.0	17.4	23.6
开在线派对和宴会	17.6	19.2	16.0	29.9	22.7	16.8	11.9	9.3	18.0	17.0	17.8	

比整体高出5分以上 比整体高出10分以上 比整体低5分以上 比整体低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]
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

[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10月1日（周四）～5日（周一）
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

调查地区 ①首都40km范围(东京都·神奈川県·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6回調査（9月17日发表） <https://www.hakuhodo.cn/news/sixth-survey-of-sei-katsu-sha-concerning-covid-19-september-2020.html>
 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