

第9回 关于新型冠状病毒疫情中生活者调查(2020年12月)

12月的“生活自由度”为58.9分 一转从9月开始呈持续增加的倾向，反向呈下降趋势 不安、行动抑制再次加强

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11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11月5日-9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)。

进入11月, 全国感染人数急剧增加。东京都的新冠疫情感染状况的警戒水平被提升, 要求餐饮店缩短营业时间, 以札幌市·大阪市为目的地的GoTo旅行促销活动暂时终止, 另一方面, 感染人数每天都创新高, 重症患者剧增, 医疗体制紧迫等被媒体不断报道中, 实施了本次调查。

将新冠病毒感染扩大前的平时状态设置为100分, 问到现在的生活自由度是多少分? 回答结果为58.9分。比11月降低了1.7分。连续3个月上升的局面暂告一段落。

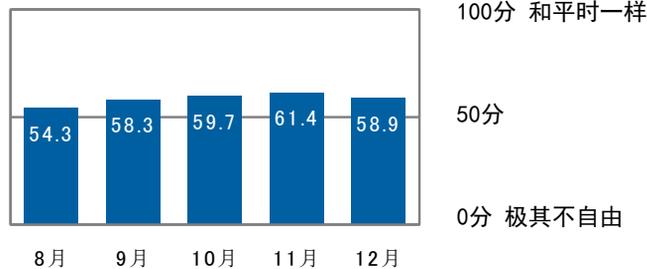
随着新冠疫情大, “不安度”在所有项目都在增加。特别是“对行政感到不安”(75.6%、增加9.1分)、“对信息不足和不确切性感到不安”(67.1%、增加6.0分)的增加引人注目。所有的行动都有所增加。特别是“控制交友、交际”(77.3%、增加11.0分)、“控制不去买不急需的东西”(71.5%、增加9.2分)、“控制在外面就餐”(71.1%、增加9.2分)等大幅增加。“行动变化度”也增加了许多项目, “控制外出, 享受在家里能享受的娱乐”(66.5%、增加7.3分), “控制外出, 利用网购和外卖”(44.7%、增加7.1分), “控制利用公共交通工具, 尽量乘坐私家车移动”(52.5%、增加5.4分)、“尽量在家工作”(32.0%、增加5.3分)等, 越来越多的人认为采取抑制外出、可替代的手段。可以看出9月以后, 向“外”的生活者意识和行动再次转向“内”。

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
58.9分
和上月比 -2.5分



※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	75.6%(+ 9.1pt)
	对信息不足和不确切性感到不安	67.1%(+ 6.0pt)
	对自己和家人的健康感到不安	70.7%(+ 4.5pt)
行动抑制度	控制交友、交际	77.3%(+11.0pt)
	控制不去买不急需的东西	71.5%(+ 9.2pt)
	控制在外面就餐	71.1%(+ 9.2pt)
行动变化度	控制旅行和外出度假	81.1%(+ 8.9pt)
	控制外出, 享受在家里能享受的娱乐	66.5%(+ 7.3pt)
	控制外出, 利用网购和外卖	44.7%(+ 7.1pt)
	控制利用公共交通工具, 尽量乘坐私家车移动	52.5%(+ 5.4pt)
	尽量在家里工作	32.0%(+ 5.3pt)

“生活自由度”从至今为止的增加倾向转为下降

- 将新型冠状病毒感染扩大前的平时状态设置为100分，问到现在的生活自由度是多少分？回答结果为58.9分，比上个月减少2.5分。性别、年龄段、区域各项目都在下降。特别是女性、20多岁的人、阪神圈的下降幅度很大。

从自由回答中可以看出“感染对策的负担”、“担心恢复后不知何时又会中断”、“担心最近的疫情扩大”的声音较高

- “生活自由度”分数较高的人回答“口罩和彻底消毒是一种负担”，也有人回答“虽然一切重新开始了，但是不能放松，还有人担心什么时候会中断”。另外，在最近担心感染扩大的回答中，也有人表示“自我克制是自己一个人努力，其他人也去喝酒，利用GoTo宣传旅游，这样就没有意义了”，对他人的行动感到愤慨。
- “生活自由度”相对较低的人举出收入减少、生活费和学费负担等经济理由，在这里也能听到对感染对策感到疲劳的声音。

按照性别/年龄段/区域分类结果

※()内为调查人数		分数 (分)					分差 (分)			
		8月调查	9月调查	10月调查	11月调查	12月调查	8月→9月	9月→10月	10月→11月	11月→12月
		整体 (1500)	54.3	58.3	59.7	61.4	58.9	+4.0	+1.4	+1.7
男性 (755)	55.1	59.8	60.4	62.2	61.4	+4.7	+0.6	+1.7	-0.8	
女性 (745)	53.6	56.8	58.9	60.7	56.5	+3.2	+2.2	+1.7	-4.2	
20多岁 (241)	49.6	56.7	56.6	59.4	55.2	+7.0	-0.1	+2.9	-4.2	
30多岁 (286)	53.6	57.8	59.0	61.0	58.6	+4.2	+1.2	+2.0	-2.4	
40多岁 (375)	54.4	57.6	62.0	61.4	61.3	+3.2	+4.4	-0.6	-0.1	
50多岁 (319)	55.8	59.7	59.1	61.4	58.1	+4.0	-0.6	+2.3	-3.3	
60多岁 (279)	57.5	59.6	60.7	63.6	60.3	+2.1	+1.1	+3.0	-3.4	
首都40km范围 (500)	53.7	57.2	59.0	59.7	59.5	+3.5	+1.8	+0.7	-0.2	
名古屋40km范围 (500)	54.6	57.2	60.7	61.5	59.0	+2.6	+3.5	+0.9	-2.5	
阪神30km范围 (500)	54.7	60.5	59.4	63.1	58.3	+5.8	-1.1	+3.7	-4.8	

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)	42.6	35.4	22.0
男性	(755)	46.4	35.0	18.7
女性	(745)	38.8	35.8	25.4
20多岁	(241)	38.6	31.1	30.3
30多岁	(286)	42.7	36.7	20.6
40多岁	(375)	46.7	33.6	19.7
50多岁	(319)	39.8	37.3	22.9
60多岁	(279)	43.7	38.0	18.3
首都40km范围	(500)	44.8	30.8	24.4
名古屋40km范围	(500)	42.6	36.2	21.2
阪神30km范围	(500)	40.4	39.2	20.4

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

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)	幸运的是基本上没有影响，作为自由职业者可以一边利用在线等一边和顾客进行交流。因为本来就是室内派，所以在家中过着相当充实的生活。	99分	男性33岁 东京都
	必须要把身边的东西全部进消毒。无论在家里还是在外面，不消毒就不能生活了。必须戴口罩，消毒，负担很大。	90分	女性60岁 大阪府
	关于自己外出的行动和疫情扩大前没有太大变化。只是在电车里完全不会找座位坐。经常带着口罩外出，因为出现了如此大的变化，所以我的评价就是这个分数。	90分	女性59岁 神奈川县
	很难去参加旅行和活动，很难回老家，在健身房需要口罩，很闷。	80分	男性33岁 东京都
	现在养育两个小孩，在一定程度上已经习惯了不能自由去外吃饭、旅行、和别人玩等。我觉得和疫情期间也没有什么变化。但总需要考虑到戴口罩和手指消毒的负担，打80分。	80分	女性37岁 爱知县
中 (41~60分)	虽然也有一切的活动重新开始，但是并不是打心里放松能参加，而是抱着不知什么时候还会中断的不安，所以不开心。	60分	男性60岁 东京都
	因为不能轻松地到大阪购物，也不能在附近旅行。	60分	女性55岁 奈良县
	虽然没有工作关系的交往是好事，但是不能和祖父母和朋友见面是很痛苦。	60分	男性28岁 千叶县
	为了不让医疗崩溃，自己能做的事情要自我克制。但是，只有自己在努力，如果其他人出去喝酒，或者去很多地方旅游被感染的话，那就没有任何意义了。	50分	女性35岁 爱知县
	因为感染者增加了，所以行动可能会受到限制，担心预定计划能不能实施。	50分	女性31岁 大阪府
低 (40分以下)	因为公司缩短了营业时间，收入比去年减少了一半，为每月的支付和生活费的筹措而烦恼。	40分	女性33岁 大阪府
	由于新冠疫情的流行，工作不能按计划进行，收入减少了三分之一。不仅是日本，全世界的贫困也在增加，让人感到悲伤。虽然想做什么贡献，但是自己也不自由，所以没有余裕。不能随便约人，也不怎么和人见面。一想到这个状态还要持续几年就很郁闷。	30分	女性40岁 东京都
	不仅仅是行动范围变小了。无论去哪里，对于将感染对策纳入行动中多少都有些疲惫。没有打0分，是因为可以出去散步。但是不自由。从外地回来后，我决定了在外面穿的衣服的放置处，很麻烦。脱掉的衣服要“翻过来”。去外面吃饭，坐在椅子上的衣裤也需要脱掉。洗手后脱衣服，脱完再去洗手。虽然自己决定的，但很累。	30分	女性60岁 神奈川县
	为了赚学费打工受到限制，在不能满足地上大学的情况下，还得照常支付学费。	30分	男性21岁 爱知县
	对想去的居酒屋等地方的人数限制和营业时间的缩短等感到讨厌。	0分	男性21岁 大阪府

“不安度”的7个项目中6个项目呈增加趋势。“行动抑制度”的所有项目都呈增加趋势。

- 特别是“对行政感到不安”（75.6%、增加9.1分）、“对信息不足和不确切性感到不安”（67.1%、增加6.0分）的增加很突出。
- 所有的行动都有所增加。特别是“控制交友、交际”（77.3%、增加11.0分）、“控制不去买不急需的东西”（71.5%、增加9.2分）、“控制在外面就餐”（71.1%、增加9.2分）、“控制旅行和外出度假”（81.1%、增加8.9分）等呈大幅度增加。

“行动变化度”中，与抑制或代替行动相关的项目均增加

- “行动变化度”除了一个项目外，几乎所有项目都在增加。特别是“控制外出，享受在家里能享受的娱乐”（66.5%、增加7.3分）、“控制外出，利用网购和外卖”（44.7%、增加7.1分）、“控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动”（52.5%、增加5.4分）、“尽量在家工作”（32.0%、增加5.3分）等，抑制外出，采取可以代替的手段的回答越来越多。

按照时间顺序的变化(整体·2020年 8-12月)

		分数 (%)					分差 (pt)			
		8月调查	9月调查	10月调查	11月调查	12月调查	8月→9月	9月→10月	10月→11月	11月→12月
※“接近”“稍稍接近”的回答率										
不安度	对经济的停滞感到不安	83.9	81.1	77.2	77.3	79.9	-2.8	-3.9	+0.1	+2.6
	对行政感到不安	82.9	73.1	69.2	66.5	75.6	-9.8	-3.9	-2.7	+9.1
	对自己和家人的健康感到不安	74.9	69.3	67.1	66.2	70.7	-5.6	-2.2	-0.9	+4.5
	对国外局势感到不安	76.3	71.0	68.4	70.0	69.7	-5.3	-2.6	+1.6	-0.3
	对信息不足和不确切性感到不安	72.7	66.6	61.5	61.1	67.1	-6.1	-5.1	-0.4	+6.0
	对自己和家人的工作，收入感到不安	65.2	61.1	60.5	61.7	62.4	-4.1	-0.6	+1.2	+0.7
	对人际关系的变化感到不安	47.2	47.0	45.3	43.5	44.7	-0.2	-1.7	-1.8	+1.2
行动抑制度	控制旅行和外出度假	87.7	83.5	78.7	72.2	81.1	-4.2	-4.8	-6.5	+8.9
	控制不急不重要的外出	88.8	82.5	76.9	70.7	79.4	-6.3	-5.6	-6.2	+8.7
	尽量避免和人握手，拥抱等和人进行身体接触	84.5	80.6	77.9	74.7	78.9	-3.9	-2.7	-3.2	+4.2
	控制体验型娱乐（演唱会、观剧、电影等）	83.8	79.8	76.1	70.5	77.4	-4.0	-3.7	-5.6	+6.9
	控制交友、交际	84.5	80.1	74.9	66.3	77.3	-4.4	-5.2	-8.6	+11.0
	控制不急不重要的外出	80.5	74.4	67.0	62.3	71.5	-6.1	-7.4	-4.7	+9.2
	控制在外面就餐	79.3	75.7	69.3	61.9	71.1	-3.6	-6.4	-7.4	+9.2
行动变化度	戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策	93.6	92.8	91.5	91.8	92.3	-0.8	-1.3	+0.3	+0.5
	保持充足的运动、营养和睡眠	78.0	75.0	75.1	76.4	76.5	-3.0	+0.1	+1.3	+0.1
	储备了预防感染商品和日用品	69.7	68.3	66.7	65.3	68.5	-1.4	-1.6	-1.4	+3.2
	控制外出，享受在家里能享受的娱乐	73.1	70.0	64.3	59.2	66.5	-3.1	-5.7	-5.1	+7.3
	尽量不用现金支付	64.3	63.2	60.0	58.5	62.1	-1.1	-3.2	-1.5	+3.6
	在家的时间增加了，尽量自己做饭	58.2	55.0	55.1	52.4	54.1	-3.2	+0.1	-2.7	+1.7
	控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动	53.1	50.3	47.9	47.1	52.5	-2.8	-2.4	-0.8	+5.4
	在家的时间增加了，利用智能手机和电脑等打游戏	49.8	47.7	47.0	46.1	46.8	-2.1	-0.7	-0.9	+0.7
	控制外出，利用网购和外卖	48.7	44.1	37.5	37.6	44.7	-4.6	-6.6	+0.1	+7.1
	在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存储服务	47.3	45.1	43.2	42.7	44.3	-2.2	-1.9	-0.5	+1.6
	在家的时间增加了，做在家里可做的运动	47.0	44.8	42.4	40.3	44.1	-2.2	-2.4	-2.1	+3.8
	在人群不密集的户外享受休闲	37.7	38.9	43.2	41.2	43.7	+1.2	+4.3	-2.0	+2.5
	在人群不密集的户外做运动	38.9	37.7	39.9	38.3	40.7	-1.2	+2.2	-1.6	+2.4
	尽量错开时间上班、上学	41.7	35.1	36.7	33.7	37.7	-6.6	+1.6	-3.0	+4.0
	在家的时间增加了，在社交媒体浏览、投稿	40.1	37.5	37.5	35.8	37.6	-2.6	±0	-1.7	+1.8
	尽量在家里工作 [仅限在职人员]	34.6	28.7	26.5	26.7	32.0	-5.9	-2.2	+0.2	+5.3
	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	29.5	26.3	28.5	27.1	30.1	-3.2	+2.2	-1.4	+3.0
	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	29.3	28.0	27.1	28.3	29.8	-1.3	-0.9	+1.2	+1.5
	在家的时间增加了，做一些手工（手工艺品、改建、DIY等）	27.8	25.6	24.3	24.9	27.5	-2.2	-1.3	+0.6	+2.6
	因为不在外面花钱，所以要买比平时好一点的东西	24.8	25.7	24.1	21.4	24.9	+0.9	-1.6	-2.7	+3.5
	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	21.7	21.2	21.1	19.7	23.6	-0.5	-0.1	-1.4	+3.9
	在家的时间增加了，进行投资和资产运营	22.8	21.1	21.6	20.5	23.3	-1.7	+0.5	-1.1	+2.8
	在家的时间增加了，在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物	21.7	20.7	21.3	19.5	22.9	-1.0	+0.6	-1.8	+3.4
因为收入减少了或者要减少了，已经或者正在寻找在寻找工作，换工作，创业	23.3	21.8	21.5	22.8	22.3	-1.5	-0.3	+1.3	-0.5	
在家的时间增加了，利用在线学习	18.7	17.5	15.6	16.8	19.0	-1.2	-1.9	+1.2	+2.2	
支援不能正常活动的店铺和团体	18.9	19.0	17.3	17.6	18.5	+0.1	-1.7	+0.3	+0.9	
在家的时间增加了，开在线派对和宴会	18.9	17.8	15.5	15.3	18.3	-1.1	-2.3	-0.2	+3.0	

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”所有项目中女性得分高于男性。

男女差别最大的是“对自己和家人的健康感到不安”，女性77.2%，男性64.2%，相差13.0%。

“行动抑制度”所有项目中女性得分高于男性。年龄段差距也很明显，越是老年人抑制程度越高

男女差别最大的是“控制体验型娱乐”，女性83.2%，男性71.7%，相差11.5分。

年代差较大的是“控制交友、交际”的20多岁，66.0%，60多岁81.7%，相差15.7分。“控制避免和人握手，拥抱等和人进行身体接触”20多岁68.5%，60多岁84.2%，相差15.7分。“控制在外面就餐”20多岁63.1%，60多岁77.8%，相差14.7分。

“行动变化度”年龄段差和区域差明显

年龄段较大的是“在家的时间增加了，在社交媒体上浏览、投稿”（20多岁59.3%、60多岁18.3%，相差41.0分）等与网络使用相关的项目。另外，“收入减少或要减少了，所以开始做副业和打算做副业”20多岁47.7%，60多岁15.1%，相差32.6分。

从不同地区来看，名古屋地区“控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动”在增加（上次61.8%，这次69.0%，增加7.2分），“尽量在家工作”在首都圈增加（上次34.8%，这次42.2%，增加7.4分），区域差距也在扩大。

按照性别/年龄段/区域分类结果

※“接近”“稍稍接近”的回答率
()内为调查人数

	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)	
不安度	对经济的停滞感到不安	79.9	75.9	84.0	69.7	78.3	82.9	84.3	81.4	78.8	80.0	81.0
	对行政感到不安	75.6	69.8	81.5	66.8	79.7	76.8	75.5	77.4	72.2	76.8	77.8
	对自己和家人的健康感到不安	70.7	64.2	77.2	63.9	71.0	69.9	76.2	71.0	65.8	73.2	73.0
	对国外局势感到不安	69.7	67.4	71.9	59.3	66.1	73.6	70.5	76.0	68.6	71.6	68.8
	对信息不足和不确切性感到不安	67.1	62.6	71.5	66.0	68.5	67.2	65.5	68.1	66.2	68.8	66.2
	对自己和家人的工作，收入感到不安	62.4	59.3	65.5	62.2	69.6	70.9	57.1	49.8	60.4	63.2	63.6
	对人际关系的变化感到不安	44.7	41.3	48.2	42.7	50.7	45.9	39.8	44.4	43.8	46.6	43.8
行动抑制度	控制旅行和外出度假	81.1	75.9	86.3	74.7	77.6	85.3	79.9	85.7	79.6	81.8	81.8
	控制不急不重要的外出	79.4	74.7	84.2	73.0	75.9	80.8	78.7	87.5	78.0	80.4	79.8
	尽量避免和人握手，拥抱等和人进行身体接触	78.9	74.2	83.8	68.5	74.1	83.7	80.9	84.2	80.4	76.6	79.8
	控制体验型娱乐（演唱会、观剧、电影等）	77.4	71.7	83.2	69.7	74.5	79.5	78.7	82.8	75.6	78.2	78.4
	控制交友、交际	77.3	72.5	82.1	66.0	75.2	82.7	77.4	81.7	76.2	79.2	76.4
	控制不急不重要的外出	71.5	67.8	75.2	65.6	71.3	73.1	69.9	76.3	70.2	72.2	72.0
	控制在外面就餐	71.1	68.1	74.1	63.1	67.1	72.0	73.7	77.8	71.8	70.6	70.8
行动变化度	戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策	92.3	88.9	95.8	87.6	91.6	93.3	93.1	95.0	90.4	93.0	93.6
	保持充足的运动、营养和睡眠	76.5	75.0	78.1	69.3	79.0	77.9	75.2	79.9	77.2	77.8	74.6
	储备了预防感染商品和日用品	68.5	62.1	74.9	64.3	68.5	67.7	69.6	71.7	68.8	69.6	67.0
	控制外出，享受在家里能享受的娱乐	66.5	62.6	70.3	69.3	67.1	68.5	63.9	63.4	65.6	65.8	68.0
	尽量不用现金支付	62.1	61.6	62.6	59.8	67.5	60.5	58.3	64.9	63.8	63.2	59.2
	在家的时间增加了，尽量自己做饭	54.1	39.5	68.9	57.3	60.1	51.5	48.3	55.2	58.2	53.0	51.0
	控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动	52.5	50.5	54.5	48.1	52.4	54.9	49.8	55.9	42.4	69.0	46.0
	在家的时间增加了，利用智能手机和电脑等打游戏	46.8	49.1	44.4	63.9	56.3	49.6	35.4	31.5	45.6	48.0	46.8
	控制外出，利用网购和外卖	44.7	43.0	46.4	53.5	44.4	46.9	38.9	41.2	46.0	44.2	44.0
	在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务	44.3	46.4	42.3	67.2	51.4	41.3	36.1	30.8	47.8	41.6	43.6
	在家的时间增加了，做在家里可做的运动	44.1	42.3	46.0	46.5	48.3	44.0	38.6	44.4	44.2	46.4	41.8
	在人群不密集的户外享受休闲	43.7	44.5	42.8	50.6	52.1	46.1	34.5	36.2	43.6	45.4	42.0
	在人群不密集的户外做运动	40.7	44.0	37.3	44.0	49.0	42.1	32.9	36.2	40.0	42.8	39.2
	尽量错开时间上班、上学	37.7	37.9	37.6	41.9	38.1	36.8	37.6	35.1	42.6	34.2	36.4
	在家的时间增加了，在社交媒体浏览、投稿	37.6	35.8	39.5	59.3	50.3	37.1	27.3	18.3	37.0	37.8	38.0
	尽量在家里工作 [仅限在职人员]	32.0	33.8	29.2	34.3	32.7	32.4	30.7	29.9	42.2	27.3	26.1
	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	30.1	32.6	27.7	47.7	35.0	30.1	25.7	15.1	31.0	31.0	28.4
	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	29.8	30.1	29.5	41.9	37.4	27.5	26.3	18.6	32.6	28.6	28.2
	在家的时间增加了，做一些手工（手工艺品、改建、DIY等）	27.5	26.5	28.5	28.6	26.2	28.5	24.8	29.4	27.8	29.8	24.8
	因为不在外面花钱，所以要买平时好一点的东西	24.9	24.5	25.4	32.8	30.8	19.2	22.3	22.9	26.6	24.8	23.4
	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	23.6	22.0	25.2	34.9	30.8	23.5	18.2	12.9	25.0	24.8	21.0
	在家的时间增加了，进行投资和资产运营	23.3	30.9	15.6	34.4	27.6	22.1	16.3	18.6	24.6	25.2	20.0
	在家的时间增加了，在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物	22.9	24.0	21.7	28.2	28.7	22.4	18.2	18.3	25.8	21.8	21.0
	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	25.3	19.3	33.6	26.6	23.7	18.2	11.1	24.0	20.2	22.8
	在家的时间增加了，利用在线学习	19.0	21.6	16.4	32.4	20.3	17.1	15.4	12.9	20.6	18.0	18.4
	支援不能正常活动的店铺和团体	18.5	20.0	17.0	23.2	23.1	14.7	15.0	19.0	19.6	20.4	15.6
	在家的时间增加了，开在线派对和宴会	18.3	20.5	16.0	34.9	19.6	12.3	14.4	15.1	20.6	18.8	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

新冠疫情平息后的行动抑制意向、行动变化意向也在所有项目中增加

- “行动抑制意向”中，“控制交友，交际”（57.6%、增加6.6分），“控制在外面就餐”（55.2%、增加5.8分），“控制旅行和外出度假”（56.1%、增加5.4分）有大幅度增长。
- “行动变化意向”中，“尽量在家工作”（34.5%、7.3分增加），“控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动”（50.4%、5.6分增加），“控制外出，利用网购和外卖”（45.6%、5.5分增加），“控制外出，享受在家里能享受的娱乐”（61.4%、增加5.3分）、“储备预防感染商品和日用品”（73.0%、增加5.2分增）、“尽量错开时间上班，上学”（41.9%、增加5.1分增）的增加显著。
- 可以看出，即使新冠疫情结束了，也会控制外出，通过在家工作和错峰上班，储备预防感染商品的意识增强了。

按照时间顺序的变化(整体・2020年 8-12月)

		分数 (%)					分差 (pt)			
		8月调查	9月调查	10月调查	11月调查	12月调查	8月→9月	9月→10月	10月→11月	11月→12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	69.9	64.6	66.3	64.1	67.5	-5.3	+1.7	-2.2	+3.4
	控制不急不重要地外出	64.9	59.8	58.2	56.9	61.8	-5.1	-1.6	-1.3	+4.9
	控制不去买不急需的东西	63.7	57.9	55.1	54.7	58.7	-5.8	-2.8	-0.4	+4.0
	控制体验型娱乐（演唱会、观剧、电影等）	61.7	54.3	54.9	53.2	58.1	-7.4	+0.6	-1.7	+4.9
	控制交友、交际	58.6	51.6	51.1	51.0	57.6	-7.0	-0.5	-0.1	+6.6
	控制旅行和外出度假	59.5	52.0	52.3	50.7	56.1	-7.5	+0.3	-1.6	+5.4
	控制在外面就餐	57.9	49.9	50.9	49.4	55.2	-8.0	+1.0	-1.5	+5.8
行动变化意向	戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策	84.3	83.2	83.2	83.7	86.3	-1.1	±0	+0.5	+2.6
	保持充足的运动、营养和睡眠	84.1	84.0	83.0	81.9	84.9	-0.1	-1.0	-1.1	+3.0
	储备预防感染商品和日用品	73.1	71.0	69.9	67.8	73.0	-2.1	-1.1	-2.1	+5.2
	尽量不用现金支付	66.4	65.6	64.3	63.1	65.7	-0.8	-1.3	-1.2	+2.6
	在家的时间增加了，尽量自己做饭	63.6	61.7	62.0	62.9	63.0	-1.9	+0.3	+0.9	+0.1
	控制外出，享受在家里能享受的娱乐	60.7	56.6	56.5	56.1	61.4	-4.1	-0.1	-0.4	+5.3
	享受人不密集的户外休闲方式	51.2	51.7	51.7	51.5	53.7	+0.5	±0	-0.2	+2.2
	做在家里可做的运动	53.7	51.7	50.7	50.5	52.5	-2.0	-1.0	-0.2	+2.0
	控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动	50.3	47.1	46.7	44.8	50.4	-3.2	-0.4	-1.9	+5.6
	在人不密集的户外做运动	46.2	46.8	47.3	46.1	49.2	+0.6	+0.5	-1.2	+3.1
	在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务	48.6	48.7	46.7	46.9	48.5	+0.1	-2.0	+0.2	+1.6
	利用智能手机和电脑等打游戏	49.5	46.5	46.0	46.6	47.2	-3.0	-0.5	+0.6	+0.6
	在社交媒体浏览、投稿	47.3	44.7	46.0	46.5	46.8	-2.6	+1.3	+0.5	+0.3
	控制外出，利用网购和外卖	47.7	42.7	42.4	40.1	45.6	-5.0	-0.3	-2.3	+5.5
	尽量错开时间上班、上学	41.9	39.4	37.7	36.8	41.9	-2.5	-1.7	-0.9	+5.1
	打造通信环境和购买家电等，使家中的环境充实起来	38.9	36.3	35.8	36.5	38.5	-2.6	-0.5	+0.7	+2.0
	做一些手工（手工艺、改建、DIY等）	35.7	32.5	31.3	31.9	34.9	-3.2	-1.2	+0.6	+3.0
	尽量在家里工作 [仅限在职人员]	34.5	28.7	27.7	27.2	34.5	-5.8	-1.0	-0.5	+7.3
	进行投资和资产运营	32.4	30.2	30.1	31.2	33.5	-2.2	-0.1	+1.1	+2.3
	开始做副业了或者在打算做副业	32.4	29.4	30.5	29.1	31.3	-3.0	+1.1	-1.4	+2.2
	因为不在外面花钱，所以要买比平时好一点的东西	31.7	29.6	30.6	29.7	30.2	-2.1	+1.0	-0.9	+0.5
	在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物	25.7	26.8	26.5	24.9	29.2	+1.1	-0.3	-1.6	+4.3
	在跳蚤市场应用、网上拍卖会上展出、售货	26.4	26.2	25.7	24.8	28.1	-0.2	-0.5	-0.9	+3.3
利用在线学习	24.6	24.1	22.3	21.8	26.7	-0.5	-1.8	-0.5	+4.9	
正在研究在寻找工作，换工作，创业	27.3	25.3	25.3	24.0	26.3	-2.0	±0	-1.3	+2.3	
支援店铺和团体	24.5	23.1	22.8	23.8	25.1	-1.4	-0.3	+1.0	+1.3	
开在线派对和宴会	20.1	19.4	17.6	16.7	19.9	-0.7	-1.8	-0.9	+3.2	

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

“行动抑制意向”中，从性别角度分析，女性得分高于男性。从年龄角度分析，20多岁、30多岁得分较低

- “行动抑制意向”7个项目中有5个项目是“女性”和“男性”，年龄在20、30岁之间较低，年龄越高，整体上与“行动抑制制度”的结果（参照4页）相同。

“行动变化意向”中年龄段差和区域差明显

- 从年龄段来看，在网络的利用相关、研究副业和转职等很多与工作相关的项目中，20岁、30岁年龄段较高，从不同地区来看，在家工作和时差上班、上学、私家车的使用差异显著等，整体上与“行动变化度”的结果（参照4页）相同显示了倾向。

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 (600)	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，拥抱等和人进行身体接触	67.5	65.4	69.7	56.8	69.2	69.9	65.8	73.8	65.4	68.4	68.8
	控制不急不重要地外出	61.8	62.5	61.1	55.2	60.8	60.5	63.3	68.5	60.6	61.6	63.2
	控制不去买不急需的东西	58.7	58.0	59.3	51.5	57.0	57.3	59.6	67.4	58.6	57.2	60.2
	控制体验型娱乐（演唱会、观剧、电影等）	58.1	57.7	58.4	51.0	61.2	59.2	56.4	61.3	54.8	59.0	60.4
	控制交友、交际	57.6	58.0	57.2	43.6	57.0	61.6	58.9	63.4	56.8	58.0	58.0
	控制旅行和外出度假	56.1	55.4	56.9	51.5	57.3	58.4	52.7	59.9	53.6	56.8	58.0
	控制在外面就餐	55.2	54.3	56.1	49.0	56.6	56.3	52.4	60.9	54.2	56.8	54.6
行动抑制意向	戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策	86.3	82.3	90.3	78.8	86.7	87.5	88.1	88.5	88.0	84.4	86.4
	保持充足的运动、营养和睡眠	84.9	80.1	89.7	82.2	84.6	86.9	82.4	87.5	84.6	87.0	83.0
	储备预防感染商品和日用品	73.0	65.8	80.3	68.0	74.8	73.3	74.6	73.1	74.0	73.4	71.6
	尽量不用现金支付	65.7	63.6	67.8	60.2	71.0	64.5	62.1	70.6	68.8	65.2	63.0
	在家的时间增加了，尽量自己做饭	63.0	47.3	78.9	63.9	68.9	57.6	61.1	65.6	65.0	60.8	63.2
	控制外出，享受在家里能享受的娱乐	61.4	59.5	63.4	65.1	69.2	62.7	54.5	56.3	61.2	59.0	64.0
	享受人不密集的户外休闲方式	53.7	53.2	54.2	52.7	64.0	53.6	47.3	51.6	52.8	54.6	53.8
	做在家里可做的运动	52.5	48.5	56.6	56.8	57.0	52.8	44.8	52.7	55.4	52.4	49.8
	控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动	50.4	49.4	51.4	41.1	52.4	54.7	48.9	52.3	41.2	63.4	46.6
	在人不密集的户外做运动	49.2	51.1	47.2	48.5	57.3	49.1	43.6	48.0	47.4	50.4	49.8
	在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务	48.5	52.1	44.8	73.0	55.9	48.5	38.2	31.2	54.0	42.4	49.0
	利用智能手机和电脑打游戏	47.2	50.2	44.2	67.2	57.7	47.7	37.3	29.7	48.6	46.2	46.8
	在社交媒体浏览、投稿	46.8	44.8	48.9	69.3	55.6	45.9	34.5	33.7	49.2	45.8	45.4
	控制外出，利用网购和外卖	45.6	45.6	45.6	50.2	51.0	46.1	37.6	44.4	47.4	46.4	43.0
	尽量错开时间上班、上学	41.9	41.2	42.6	42.3	43.7	39.5	42.3	42.3	47.2	36.8	41.6
	打造通信环境和购买家电等，使家中的环境充实起来	38.5	40.1	36.9	47.7	45.8	37.3	32.0	32.3	44.6	37.8	33.2
	做一些手工（手工艺品、改建、DIY等）	34.9	32.3	37.6	36.9	36.4	30.4	34.2	38.7	38.2	36.6	30.0
	尽量在家里工作 [仅限在职人员]	34.5	35.7	32.7	37.8	36.9	34.2	32.0	32.8	44.0	29.4	29.9
	进行投资和资产运营	33.5	43.2	23.8	44.0	40.2	37.6	22.6	24.7	36.4	34.4	29.8
	开始做副业了或者在打算做副业	31.3	32.5	30.2	50.2	36.4	34.9	23.2	14.3	33.4	31.0	29.6
	因为不在外面花钱，所以要买比平时好一点的东西	30.2	29.4	31.0	36.1	37.4	25.6	26.0	28.7	32.8	30.6	27.2
	在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物	29.2	30.2	28.2	36.9	35.0	26.7	26.3	23.3	33.0	28.6	26.0
	在跳蚤市场应用、网上拍卖会上展出、售货	28.1	25.6	30.7	41.9	36.4	26.7	22.6	16.1	32.2	26.4	25.8
	利用在线学习	26.7	30.7	22.6	42.7	30.8	24.3	20.1	19.4	31.2	25.2	23.6
	正在研究在寻找工作，换工作，创业	26.3	27.9	24.6	44.4	32.2	26.4	18.2	13.6	29.4	23.4	26.0
	支援店铺和团体	25.1	25.6	24.6	31.1	28.7	19.7	23.5	25.1	26.8	26.8	21.6
开在线派对和宴会	19.9	23.3	16.4	35.7	25.5	16.5	11.6	14.3	22.4	19.8	17.4	

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

■ 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，请回答你打分数的理由。（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）

[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）

※ [仅限在职人员]
12月:1,019人
11月:1,045人
10月:1,041人
9月:1,072人
8月:1,022人

调查时期	2020年12月3日（周四）～7日（周一） 2020年11月5日（周四）～9日（周一） 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）
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8回調査（11月20日发表）<https://www.hakuhodo.cn/news/eighth-survey-of-sei-katsu-sha-concerning-covid-19-november-2020.html>
 第7回調査（10月15日发表）<https://www.hakuhodo.cn/news/seventh-survey-of-sei-katsu-sha-concerning-covid-19-october-2020.html>
 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