

第10回 关于新型冠状病毒疫情中生活者调查(2021年1月)

2021年1月的“生活自由度” 56.3分 连续两个月减少 不安，行动抑制还在继续加强

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2021年1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1月4日-6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12月，以首都圈为首全国的感染者数也在急剧增加，感染者、重症患者持续更新记录，政府的GoTo宣传活动（旅行、活动、商店街）暂时停止，年初接受了1都3县请求，在连日新闻报道紧急事态宣言发布的协调、要求强化餐饮店缩短时间等情况下实施了该调查。

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56.3分，从12月开始减少2.6个百分点。连续两个月减少。随着新型冠状病毒感染扩大，“不安度”继上个月之后，几乎所有项目都有所增加。本月“对行政感到不安”（81.3%，增加5.7pt），“对信息不足和不确切性感到不安”（72.3%，增加5.2pt）这两个项目的增加引人注目。“行动抑制度”和上个月一样，本月所有项目都有所增加。特别是“控制旅行和外出去度假”（86.7%，增加5.6pt）、“控制不去买不急需的东西”（76.6%，增加5.1pt）等比较引人注目。“行动变化度”中，“控制外出，享受在家里能享受的娱乐”（73.8%，7.3pt增加）大幅增加。除此之外的项目没有很大的增减，但是“控制外出，利用网购和外卖”（47.4%，增加2.7pt），“在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务”（46.8%，增加2.5pt），此外在家中度过的相关项目稍有增加。可以看出，以11月为顶峰，由“外”向“内”转的生活者的意识和行动正在进一步加强。

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）。

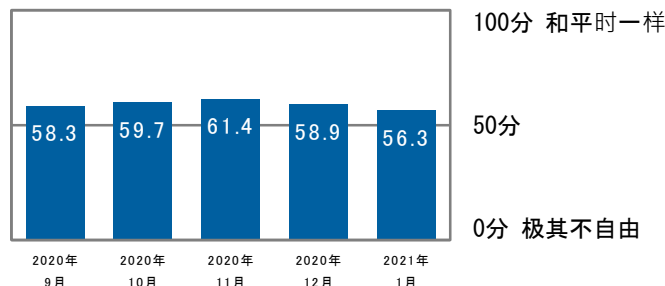
新型冠状病毒疫情影响下的“生活自由度”

【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

56.3分

和上月比 - 2.6 pt



※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。

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	81.3% (+ 5.7 C)
对信息不足和不确切性感到不安	72.3% (+ 5.2 pt)
对自己和家人的健康感到不安	74.0% (+ 3.3 pt)

行动抑制度

控制旅行和外出去度假	86.7% (+ 5.6 pt)
控制不急不重要的外出	76.6% (+ 5.1 pt)
控制交友、交际	82.1% (+ 4.8 pt)
控制在外面就餐	75.7% (+ 4.6 pt)

行动变化度

控制外出，享受在家里能享受的娱乐	73.8% (+ 7.3 pt)
控制外出，利用网购和外卖	47.4% (+ 2.7 pt)
在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务	46.8% (+ 2.5 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”连续2个月减少

- 性别、年龄段、区域各阶层都在减少。特别是性别方面男性和40多岁人的减少幅度更大。

在自由回答中，可以看到行动无制约的人和影响很大的人的两极分化。对感染者增加的接受方式也因人而异，呈现较大差异

- “生活自由度”分数比较高的人回答“外出时戴口罩和除菌对策”、“店铺也基本营业”、“社团也重新开始”、“餐饮业也采取了除菌对策”、“工作也恢复了”等，在采取除菌对策后，可以看出没有太大的限制在行动。
- “生活自由度”中等程度的人对最近感染人数的增加，有人认为“新冠病毒在逼近身边”，另一方面，也有“自己周围没有感染者”、“在意的人和不在意的人之间的差距很大”等意见，如何看待和感受因人而异。
- “生活自由度”低的人除了感到行动受到制约和感到压力之外，还有“卖掉了商店、房子”、“经历了感染，再次换工作中”、“学会消失了，无法积累经验”等受到巨大影响的声音也很引人注目。

按照性别/年龄段/区域分类结果

	(人)	分数 (分)					分差 (pt)			
		分数					分差			
		2020年 9月 调查	2020年 10月 调查	2020年 11月 调查	2020年 12月 调查	2021年 1月 调查	9月 → 10月	10月 → 11月	11月 → 12月	12月 → 1月
整体	(1500)	58.3	59.7	61.4	58.9	56.3	+1.4	+1.7	-2.5	-2.6
男性	(755)	59.8	60.4	62.2	61.4	57.1	+0.6	+1.7	-0.8	-4.2
女性	(745)	56.8	58.9	60.7	56.5	55.6	+2.2	+1.7	-4.2	-0.9
20多岁	(241)	56.7	56.6	59.4	55.2	54.5	-0.1	+2.9	-4.2	-0.8
30多岁	(286)	57.8	59.0	61.0	58.6	56.1	+1.2	+2.0	-2.4	-2.5
40多岁	(375)	57.6	62.0	61.4	61.3	55.6	+4.4	-0.6	-0.1	-5.7
50多岁	(319)	59.7	59.1	61.4	58.1	57.6	-0.6	+2.3	-3.3	-0.5
60多岁	(279)	59.6	60.7	63.6	60.3	57.8	+1.1	+3.0	-3.4	-2.5
首都40km范围	(500)	57.2	59.0	59.7	59.5	56.9	+1.8	+0.7	-0.2	-2.6
名古屋40km范围	(500)	57.2	60.7	61.5	59.0	57.1	+3.5	+0.9	-2.5	-1.9
阪神30km范围	(500)	60.5	59.4	63.1	58.3	55.1	-1.1	+3.7	-4.8	-3.2

生活自由度高·中·低的比例

	(人)	高中低比例 (%)		
		高 (61分以上)	中 (41~60分)	低 (40分以下)
		整体	(1500)	38.9
男性	(755)	41.1	34.4	24.5
女性	(745)	36.8	36.6	26.6
20多岁	(241)	35.7	32.8	31.5
30多岁	(286)	38.8	35.7	25.5
40多岁	(375)	37.6	37.9	24.5
50多岁	(319)	41.1	36.1	22.9
60多岁	(279)	41.2	34.1	24.7
首都40km范围	(500)	41.2	33.4	25.4
名古屋40km范围	(500)	40.2	35.0	24.8
阪神30km范围	(500)	35.4	38.2	26.4

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

※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。

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	回答理由	得分	性别/地区
高 (61分以上)	没有特别的限制。虽然也有负面的部分，但是麻烦的应酬被中止了，以疫情为理由去不了也不错，所以是好坏参半。	100分	男性53岁·大阪府
	外出的时候戴口罩，带着除菌商品。	90分	女性50岁·神奈川县
	与紧急事态宣言（注：去年春天的第一次宣言）相比，店铺也几乎都营业，除了戴口罩以外可以自由行动。	80分	男性43岁·大阪府
	虽然学校在线上上课，生活上多少有些变化，但是现在社团活动也重新开始了，也可以普通的外出了，所以没觉得有什么不方便。	80分	女性22岁·埼玉县
	和平时相比不能轻松地旅行、在外面吃饭了，必须要注意周围的人。但是，餐饮业也有很多地方认真采取对策，去年11月以后一点点恢复。因为工作和疫情以前没有什么变化，所以打了这个分数。	70分	男性47岁·爱知县
中 (41~60分)	由于工作关系，营业活动非常不自由，私生活中在外面吃饭，室外的娱乐活动全部控制着，身体管理很难。	60分	男性61岁·东京都
	虽然感染者在增加，但是自己周围还没有感染者。	60分	男性48岁·三重县
	疫情就在身边。因感到不安情绪有点不稳定。	50分	女性44岁·千叶县
	在意疫情的人和不在意疫情的人之间的差距很大。我都可以配合。	50分	女性34岁·大阪府
	虽然已经习惯了日常生活中各种各样的限制，但是正月等特别的时候也变成了和以往不同，对心情的处理方法感到困惑。	50分	女性36岁·爱知县
低 (40分以下)	自从疫情流行以来，同一爱好的伙伴无法聚会（只是在网上展示作品）。需要进行家访的公共志愿者活动受到限制，通过电话和写信等方式，不见面很难做。精神压力很大。另一方面，无法选择在家工作，只能去上班。	40分	女性66岁·埼玉县
	所属研究的学会，特别是国际学会无法举行，不能积累工作的价值和经验。	30分	男性26岁·神奈川县
	因为经历了感染，换了工作，正在再次找工作。作为社会人环境发生了急剧变化。	30分	男性33岁·大阪府
	不能随便在外面吃饭。不能自由地和老家的父母见面。移动受限制。戴口罩很麻烦。消毒很麻烦。见不到朋友。接送孩子上幼儿园的时间被固定。	10分	女性36岁·爱知县
	陷入了不得不卖营业的店面。为了还债和贷款，卖掉了房子。	0分	女性64岁·大阪府

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”和上个月一样，7个项目中增加了6个项目。“行动抑制度”和上个月一样，所有项目都在增加

- 关于“不安度”，继上个月之后，本月“对行政感到不安”（81.3%、增加5.7pt）、“对信息不足和不确切性感到不安”（72.3%、增加5.2pt）这两个项目的增加很显眼。
- “行动抑制度”中，“控制旅行和外出去度假”（86.7%、增加5.6pt）、“控制不去买不急需的东西”（76.6%、增加5.1pt），增加了5pt以上。

“行动变化度”中，与居家生活方式相关的项目呈增加趋势

- “行动变化度”中，“控制外出，享受在家里能享受的娱乐”（73.8%、增加7.3pt）大幅增加。除此之外的项目虽然没有大的增减，但“控制外出，利用网购和外卖”（47.4%、增加2.7pt），“在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务”增加了（46.8%、增加2.5pt），除此之外，与在家的生活方式相关的项目也稍有增加。

按照时间顺序的变化(整体・2020年9月-2021年1月)

		分数					分差			
		2020年 9月 调查	2020年 10月 调查	2020年 11月 调查	2020年 12月 调查	2021年 1月 调查	9月 → 10月	10月 → 11月	11月 → 12月	12月 → 1月
		(%)					(pt)			
不安度	对经济的停滞感到不安	81.1	77.2	77.3	79.9	82.9	-3.9	+0.1	+2.6	+3.0
	对行政感到不安	73.1	69.2	66.5	75.6	81.3	-3.9	-2.7	+9.1	+5.7
	对自己和家人的健康感到不安	69.3	67.1	66.2	70.7	74.0	-2.2	-0.9	+4.5	+3.3
	对国外局势感到不安	71.0	68.4	70.0	69.7	72.4	-2.6	+1.6	-0.3	+2.7
	对信息不足和不确切性感到不安	66.6	61.5	61.1	67.1	72.3	-5.1	-0.4	+6.0	+5.2
	对自己和家人的工作，收入感到不安	61.1	60.5	61.7	62.4	62.3	-0.6	+1.2	+0.7	-0.1
	对人际关系的变化感到不安	47.0	45.3	43.5	44.7	47.8	-1.7	-1.8	+1.2	+3.1
行动抑制度	控制旅行和外出去度假	83.5	78.7	72.2	81.1	86.7	-4.8	-6.5	+8.9	+5.6
	控制不急不重要的外出	82.5	76.9	70.7	79.4	83.4	-5.6	-6.2	+8.7	+4.0
	尽量避免和人握手，拥抱等和人进行身体接触	80.6	77.9	74.7	78.9	82.4	-2.7	-3.2	+4.2	+3.5
	控制交友、交际	80.1	74.9	66.3	77.3	82.1	-5.2	-8.6	+11.0	+4.8
	控制体验型娱乐(演唱会、观剧、电影等)	79.8	76.1	70.5	77.4	81.3	-3.7	-5.6	+6.9	+3.9
	控制不去买不急需的东西	74.4	67.0	62.3	71.5	76.6	-7.4	-4.7	+9.2	+5.1
行动变化度	控制在外面就餐	75.7	69.3	61.9	71.1	75.7	-6.4	-7.4	+9.2	+4.6
	戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策	92.8	91.5	91.8	92.3	93.1	-1.3	+0.3	+0.5	+0.8
	保持充足的运动、营养和睡眠	75.0	75.1	76.4	76.5	77.4	+0.1	+1.3	+0.1	+0.9
	控制外出，享受在家里能享受的娱乐	70.0	64.3	59.2	66.5	73.8	-5.7	-5.1	+7.3	+7.3
	储备了预防感染商品和日用品	68.3	66.7	65.3	68.5	69.9	-1.6	-1.4	+3.2	+1.4
	尽量不用现金支付	63.2	60.0	58.5	62.1	63.5	-3.2	-1.5	+3.6	+1.4
	在家的时间增加了，尽量自己做饭	55.0	55.1	52.4	54.1	56.3	+0.1	-2.7	+1.7	+2.2
	控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动	50.3	47.9	47.1	52.5	52.9	-2.4	-0.8	+5.4	+0.4
	在家的时间增加了，利用智能手机和电脑等打游戏	47.7	47.0	46.1	46.8	49.0	-0.7	-0.9	+0.7	+2.2
	控制外出，利用网购和外卖	44.1	37.5	37.6	44.7	47.4	-6.6	+0.1	+7.1	+2.7
	在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务	45.1	43.2	42.7	44.3	46.8	-1.9	-0.5	+1.6	+2.5
	在家的时间增加了，做在家里可做的运动	44.8	42.4	40.3	44.1	43.9	-2.4	-2.1	+3.8	-0.2
	在人群不密集的户外享受休闲	38.9	43.2	41.2	43.7	40.7	+4.3	-2.0	+2.5	-3.0
	在人群不密集的户外做运动	37.7	39.9	38.3	40.7	40.5	+2.2	-1.6	+2.4	-0.2
	在家的时间增加了，在社交媒体浏览、投稿	37.5	37.5	35.8	37.6	39.7	±0	-1.7	+1.8	+2.1
	尽量错开时间上班、上学	35.1	36.7	33.7	37.7	36.7	+1.6	-3.0	+4.0	-1.0
	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	26.3	28.5	27.1	30.1	29.1	+2.2	-1.4	+3.0	-1.0
	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	28.0	27.1	28.3	29.8	28.9	-0.9	+1.2	+1.5	-0.9
	尽量在家里工作 [仅限在职人员]	28.7	26.5	26.7	32.0	27.6	-2.2	+0.2	+5.3	-4.4
	在家的时间增加了，做一些手工(手工艺品、改建、DIY等)	25.6	24.3	24.9	27.5	26.3	-1.3	+0.6	+2.6	-1.2
	因为不在外面花钱，所以要买比平时好一点的东西	25.7	24.1	21.4	24.9	26.3	-1.6	-2.7	+3.5	+1.4
	在家的时间增加了，进行投资和资产运营	21.1	21.6	20.5	23.3	23.6	+0.5	-1.1	+2.8	+0.3
	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	21.5	22.8	22.3	23.1	-0.3	+1.3	-0.5	+0.8
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	21.1	19.7	23.6	22.8	-0.1	-1.4	+3.9	-0.8	
在家的时间增加了，在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物	20.7	21.3	19.5	22.9	21.1	+0.6	-1.8	+3.4	-1.8	
支援不能正常活动的店铺和团体	19.0	17.3	17.6	18.5	17.9	-1.7	+0.3	+0.9	-0.6	
在家的时间增加了，开在线派对和宴会	17.8	15.5	15.3	18.3	17.7	-2.3	-0.2	+3.0	-0.6	
在家的时间增加了，利用在线学习	17.5	15.6	16.8	19.0	16.6	-1.9	+1.2	+2.2	-2.4	

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

补充资料③新型冠状病毒疫情影响下的“意识和行动”

“不安度”所有项目中女性高于男性

• 男女差异最大的是“对行政感到不安”，女性85.9%，男性76.7%，相差9.2pt。

“行动抑制度”所有项目中女性高于男性。年龄段差距也很明显，越是年老抑制制度越高

• 男女差异最大的是“控制交友、交际”，女性占88.2%，男性占76.0%，相差12.2pt。

• 年龄段差异较大的是，“控制不急不重要的外出” 20多岁71.4%，60多岁92.1%，相差20.7pt。“控制不去买不急需的东西”，20多岁63.1%，60多岁83.2%，相差20.1pt。“控制交友、交际” 20多岁71.0%，60多岁89.6%，相差18.6pt。

“行动变化度”年龄段和区域差异明显

• 年轻人中较高的是“在家的时间增加了，在社交媒体浏览、投稿”（20多岁66.0%、60多岁25.4%、相差40.6pt），与网络使用相关的项目差异明显。高年龄段中较高的是“尽量不用现金支付”20多岁53.5%、60多岁72.8%，相差19.3pt。

• 按区域来看，名古屋地区的“控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动”，首都圈的“尽量不用现金支付”“尽量在家工作”“尽量错开时间上班，上学”居高。

按照性别/年龄段/区域分类结果

※“接近”“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	82.9	80.7	85.2	75.1	83.9	85.1	85.6	82.8	81.6	84.0	83.2
	对行政感到不安	81.3	76.7	85.9	77.2	81.1	80.5	81.5	85.7	80.6	81.4	81.8
	对自己和家人的健康感到不安	74.0	70.1	78.0	70.1	72.4	75.2	76.8	74.2	72.6	74.4	75.0
	对国外局势感到不安	72.4	70.9	74.0	60.2	74.5	73.1	77.4	74.2	72.4	70.4	74.4
	对信息不足和不确切性感到不安	72.3	69.1	75.6	68.5	74.8	75.7	69.0	72.4	71.2	73.2	72.6
	对自己和家人的工作、收入感到不安	62.3	60.1	64.6	64.3	63.3	67.5	68.0	46.2	59.8	65.6	61.6
	对人际关系的变化感到不安	47.8	46.0	49.7	51.5	49.3	46.9	44.5	48.0	45.4	49.6	48.4
行动抑制度	控制旅行和外出度假	86.7	82.3	91.3	81.7	82.9	88.0	88.4	91.4	86.6	85.8	87.8
	控制不急不重要的外出	83.4	79.5	87.4	71.4	80.1	84.5	86.5	92.1	83.6	82.2	84.4
	尽量避免和人握手、拥抱等和人进行身体接触	82.4	78.1	86.7	73.0	78.3	84.0	85.6	88.9	82.4	81.2	83.6
	控制交友、交际	82.1	76.0	88.2	71.0	81.5	82.4	84.0	89.6	81.8	81.4	83.0
	控制体验型娱乐(演唱会、观剧、电影等)	81.3	77.5	85.2	77.2	77.3	81.6	84.0	85.7	81.0	82.2	80.8
	控制不去买不急需的东西	76.6	73.0	80.3	63.1	75.2	78.9	79.6	83.2	75.4	77.8	76.6
	控制在外面就餐	75.7	70.9	80.5	66.0	70.6	74.7	81.2	84.2	77.6	72.2	77.2
行动变化度	戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策	93.1	90.1	96.1	87.6	90.9	93.6	94.7	97.5	91.4	93.0	94.8
	保持充足的运动、营养和睡眠	77.4	73.0	81.9	75.5	75.5	76.3	78.1	81.7	78.0	77.6	76.6
	控制外出，享受在家里能享受的娱乐	73.8	67.9	79.7	75.1	72.7	75.2	73.0	72.8	75.0	73.0	73.4
	储备了预防感染商品和日用品	69.9	63.7	76.1	64.7	64.7	73.6	69.3	75.3	69.0	68.6	72.0
	尽量不用现金支付	63.5	64.0	63.1	53.5	64.0	63.5	62.7	72.8	68.8	61.2	60.6
	在家的时间增加了，尽量自己做饭	56.3	41.1	71.8	53.1	61.2	56.5	51.1	59.9	57.4	55.4	56.2
	控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动	52.9	50.6	55.2	45.2	54.9	53.1	53.6	56.3	39.0	69.0	50.6
	在家的时间增加了，利用智能手机和电脑等打游戏	49.0	47.8	50.2	66.8	55.9	45.6	42.3	38.7	47.0	48.8	51.2
	控制外出，利用网购和外卖	47.4	44.8	50.1	47.7	48.6	48.3	47.0	45.2	49.6	46.2	46.4
	在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务	46.8	45.8	47.8	68.0	54.5	42.4	42.9	30.8	49.0	44.0	47.4
	在家的时间增加了，做在家里可做的运动	43.9	41.7	46.0	48.1	43.7	44.0	39.8	44.8	45.4	44.2	42.0
	在人群不密集的户外享受休闲	40.7	37.7	43.6	46.9	47.2	39.2	33.9	38.4	37.8	39.8	44.4
	在人群不密集的户外做运动	40.5	43.6	37.4	41.5	44.8	38.7	35.7	43.4	40.4	39.6	41.6
	在家的时间增加了，在社交媒体浏览、投稿	39.7	34.2	45.4	66.0	50.0	34.7	29.2	25.4	42.2	39.2	37.8
	尽量错开时间上班、上学	36.7	38.4	35.0	38.6	34.3	35.7	38.9	36.6	41.6	31.0	37.6
	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	29.1	31.4	26.8	42.7	40.9	26.4	23.5	15.4	29.6	28.6	29.2
	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	28.9	28.6	29.1	39.8	29.0	28.8	23.5	25.4	31.2	27.0	28.4
	尽量在家里工作 [仅限在职人员]	27.6	27.6	27.7	25.9	25.3	27.4	31.8	26.0	35.2	21.3	26.2
	在家的时间增加了，做一些手工(手工艺品、改建、DIY等)	26.3	23.2	29.4	27.4	25.9	24.3	26.3	28.3	24.4	26.2	28.2
	因为不在外面花钱，所以要买平时好一点的东西	26.3	24.0	28.6	30.7	28.0	25.3	21.0	28.0	27.6	23.0	28.2
	在家的时间增加了，进行投资和资产运营	23.6	29.7	17.4	29.5	29.7	23.2	20.4	16.5	24.4	23.0	23.4
	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	23.1	24.9	21.3	28.6	32.2	21.3	21.6	13.3	22.4	20.6	26.4
	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	22.8	20.5	25.1	34.0	25.9	23.5	16.6	16.1	23.0	21.0	24.4
在家的时间增加了，在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物	21.1	20.9	21.3	29.9	24.1	19.7	17.6	16.5	22.2	20.6	20.6	
支援不能正常活动的店铺和团体	17.9	18.4	17.3	22.0	18.5	16.0	17.2	16.8	19.8	16.2	17.6	
在家的时间增加了，开在线派对和宴会	17.7	18.1	17.3	27.0	22.7	12.5	12.5	17.6	19.6	16.6	17.0	
在家的时间增加了，利用在线学习	16.6	18.1	15.0	29.0	15.4	14.4	14.4	12.5	18.6	14.8	16.4	

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

补充资料④新型冠状病毒疫情结束后的意识动向

新冠疫情平息后的“行动抑制意向”在全项目减少

- 按减少幅度大的顺序，有“控制体验型娱乐”（54.3%、减少3.8pt）、“尽量避免和人握手、拥抱等和人进行身体接触”（63.9%、减少3.6pt）、“控制不急不重要的外出”（58.5%、减少3.3pt）、“控制交友、交际”（54.3%、减少3.3pt）等。

新冠病毒疫情平息后的“行动变化意向”没有太大变化

- 呈较大变化是“尽量在家里工作”（30.5%、减少4.0pt）、“尽量错开时间上班、上学”（38.0%、减少3.9pt）。

按照时间顺序的变化(整体・2020年9月-2021年1月)

		分数 (%)					分差 (pt)			
		2020年 9月 调查	2020年 10月 调查	2020年 11月 调查	2020年 12月 调查	2021年 1月 调查	9月 → 10月	10月 → 11月	11月 → 12月	12月 → 1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	64.6	66.3	64.1	67.5	63.9	+1.7	-2.2	+3.4	-3.6
	控制不急不重要地外出	59.8	58.2	56.9	61.8	58.5	-1.6	-1.3	+4.9	-3.3
	控制不去买不急需的东西	57.9	55.1	54.7	58.7	57.7	-2.8	-0.4	+4.0	-1.0
	控制交友、交际	51.6	51.1	51.0	57.6	54.3	-0.5	-0.1	+6.6	-3.3
	控制体验型娱乐(演唱会、观剧、电影等)	54.3	54.9	53.2	58.1	54.3	+0.6	-1.7	+4.9	-3.8
	控制旅行和外出度假	52.0	52.3	50.7	56.1	54.1	+0.3	-1.6	+5.4	-2.0
	控制在外面就餐	49.9	50.9	49.4	55.2	52.5	+1.0	-1.5	+5.8	-2.7
行动抑制意向	保持充足的运动、营养和睡眠	84.0	83.0	81.9	84.9	84.4	-1.0	-1.1	+3.0	-0.5
	戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策	83.2	83.2	83.7	86.3	83.7	±0	+0.5	+2.6	-2.6
	储备预防感染商品和日用品	71.0	69.9	67.8	73.0	71.4	-1.1	-2.1	+5.2	-1.6
	尽量不用现金支付	65.6	64.3	63.1	65.7	67.5	-1.3	-1.2	+2.6	+1.8
	在家的时间增加了，尽量自己做饭	61.7	62.0	62.9	63.0	64.3	+0.3	+0.9	+0.1	+1.3
	控制外出，享受在家里能享受的娱乐	56.6	56.5	56.1	61.4	59.5	-0.1	-0.4	+5.3	-1.9
	享受人不密集的户外休闲方式	51.7	51.7	51.5	53.7	52.4	±0	-0.2	+2.2	-1.3
	做在家里可做的运动	51.7	50.7	50.5	52.5	52.4	-1.0	-0.2	+2.0	-0.1
	在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务	48.7	46.7	46.9	48.5	49.2	-2.0	+0.2	+1.6	+0.7
	控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动	47.1	46.7	44.8	50.4	48.9	-0.4	-1.9	+5.6	-1.5
	利用智能手机和电脑等打游戏	46.5	46.0	46.6	47.2	48.1	-0.5	+0.6	+0.6	+0.9
	在人不密集的户外做运动	46.8	47.3	46.1	49.2	47.7	+0.5	-1.2	+3.1	-1.5
	在社交媒体浏览、投稿	44.7	46.0	46.5	46.8	46.8	+1.3	+0.5	+0.3	±0
	控制外出，利用网购和外卖	42.7	42.4	40.1	45.6	44.2	-0.3	-2.3	+5.5	-1.4
	打造通信环境和购买家电等，使家中的环境充实起来	36.3	35.8	36.5	38.5	38.1	-0.5	+0.7	+2.0	-0.4
	尽量错开时间上班、上学	39.4	37.7	36.8	41.9	38.0	-1.7	-0.9	+5.1	-3.9
	进行投资和资产运营	30.2	30.1	31.2	33.5	34.7	-0.1	+1.1	+2.3	+1.2
	做一些手工(手工艺品、改建、DIY等)	32.5	31.3	31.9	34.9	34.0	-1.2	+0.6	+3.0	-0.9
	开始做副业了或者在打算做副业	29.4	30.5	29.1	31.3	32.7	+1.1	-1.4	+2.2	+1.4
	因为不在外面花钱，所以要买比平时好一点的东西	29.6	30.6	29.7	30.2	30.9	+1.0	-0.9	+0.5	+0.7
尽量在家里工作 [仅限在职人员]	28.7	27.7	27.2	34.5	30.5	-1.0	-0.5	+7.3	-4.0	
在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物	26.8	26.5	24.9	29.2	28.4	-0.3	-1.6	+4.3	-0.8	
正在研究在寻找工作，换工作，创业	25.3	25.3	24.0	26.3	27.7	±0	-1.3	+2.3	+1.4	
在跳蚤市场应用、网上拍卖会上展出、售货	26.2	25.7	24.8	28.1	27.5	-0.5	-0.9	+3.3	-0.6	
利用在线学习	24.1	22.3	21.8	26.7	24.8	-1.8	-0.5	+4.9	-1.9	
支援店铺和团体	23.1	22.8	23.8	25.1	23.0	-0.3	+1.0	+1.3	-2.1	
开在线派对和宴会	19.4	17.6	16.7	19.9	18.7	-1.8	-0.9	+3.2	-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

“行动抑制意向”中，从性别看，女性高于男性。从年龄段看，20多岁、30多岁较低

- “行动抑制意向”所有项目都是女性高于男性。从年龄段来看，20-30多岁较低，50-60多岁等高龄层有较高倾向，整体上与“行动抑制度”的结果（参照4页）显示了相同的倾向。

“行动变化意向”中年龄段和区域差明显

- 从年龄段来看，在网络利用、副业和换工作等很多与工作相关的项目中，20-30多岁年龄段较高，在感染症对策商品和日用品的储备、非现金化意向方面，60多岁年龄段较高。从不同区域来看，在家工作、时差上班、上学、私家车使用的意向差异明显，整体上与“行动变化度”的结果（参照第4页）呈现出相同的倾向。

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，拥抱等和人进行身体接触	63.9	61.2	66.6	54.4	61.9	62.4	68.0	71.3	64.2	65.6	61.8
	控制不急不重要地外出	58.5	56.6	60.5	47.3	58.7	58.9	61.4	64.2	58.6	61.0	56.0
	控制不去买不急需的东西	57.7	55.2	60.3	43.6	58.0	56.8	62.7	65.2	59.6	58.0	55.6
	控制交友、交际	54.3	53.4	55.2	43.2	53.5	55.5	59.6	57.0	54.4	56.8	51.6
	控制体验型娱乐(演唱会、观剧、电影等)	54.3	52.6	56.0	46.9	50.3	53.9	58.3	60.6	54.2	56.2	52.4
	控制旅行和外出度假	54.1	50.9	57.4	46.1	51.7	54.7	59.2	57.0	54.8	56.4	51.2
	控制在外面就餐	52.5	49.0	56.1	43.6	48.6	51.7	56.4	60.9	53.6	53.6	50.4
	行动变化意向	保持充足的运动、营养和睡眠	84.4	80.1	88.7	79.3	82.9	85.3	85.6	87.8	85.0	83.8
戴口罩、洗手等，彻底做好预防感染对策		83.7	79.3	88.1	78.4	85.0	83.5	86.2	84.2	84.6	84.4	82.0
储备预防感染商品和日用品		71.4	62.3	80.7	66.0	70.6	73.1	69.6	76.7	73.6	71.6	69.0
尽量不用现金支付		67.5	68.2	66.8	59.3	69.6	68.3	65.5	73.8	72.8	63.4	66.4
在家的时间增加了，尽量自己做饭		64.3	47.7	81.2	58.9	67.5	64.5	63.9	65.9	66.6	62.8	63.6
控制外出，享受在家里能享受的娱乐		59.5	55.2	63.8	62.2	61.5	57.9	58.6	58.1	62.6	58.4	57.4
享受人不密集的户外休闲方式		52.4	51.0	53.8	49.0	58.0	52.0	54.2	48.0	53.8	50.4	53.0
做在家里可做的运动		52.4	46.8	58.1	56.8	53.8	51.2	50.5	50.9	54.2	51.0	52.0
在家的时间增加了，利用动画和音乐等缓存服务		49.2	48.3	50.1	71.8	57.7	46.7	44.2	30.1	53.0	47.2	47.4
控制利用公共交通工具，尽量乘坐私家车移动		48.9	47.7	50.2	42.3	50.7	49.3	48.0	53.4	36.6	64.4	45.8
利用智能手机和电脑等打游戏		48.1	46.2	49.9	65.1	58.4	46.1	41.4	33.0	49.0	47.8	47.4
在人不密集的户外做运动		47.7	49.3	46.2	42.3	53.5	45.9	48.9	47.7	48.2	47.6	47.4
在社交媒体浏览、投稿		46.8	42.4	51.3	72.2	58.4	42.4	37.6	29.4	49.0	47.4	44.0
控制外出，利用网购和外卖		44.2	42.5	45.9	44.4	46.9	44.0	43.6	42.3	45.4	43.4	43.8
打造通信环境和购买家电等，使家中的环境充实起来		38.1	36.4	39.7	47.3	43.7	35.5	33.5	33.0	43.6	35.8	34.8
尽量错开时间上班、上学		38.0	38.1	37.9	36.9	36.0	36.3	38.9	42.3	44.8	33.4	35.8
进行投资和资产运营		34.7	42.3	27.1	39.4	42.7	33.1	34.2	25.4	36.0	34.8	33.4
做一些手工(手工艺品、改建、DIY等)		34.0	30.1	38.0	31.1	30.8	32.0	37.0	39.1	35.0	33.0	34.0
开始做副业了或者在打算做副业		32.7	36.2	29.1	43.2	44.1	32.0	29.5	16.5	34.2	31.0	32.8
因为不在外面花钱，所以要买比平时好一点的东西		30.9	29.8	31.9	35.3	34.6	28.0	28.8	29.4	33.2	31.0	28.4
尽量在家里工作 [仅限在职人员]		30.5	33.4	26.4	31.5	30.4	28.1	32.6	30.8	37.1	26.6	27.6
在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物		28.4	29.5	27.2	39.4	32.2	26.9	25.4	20.4	29.8	29.4	26.0
正在研究在寻找工作，换工作，创业		27.7	29.5	25.8	40.2	37.4	23.5	25.1	15.4	26.6	27.6	28.8
在跳蚤市场应用、网上拍卖会上展出、售货		27.5	24.9	30.1	41.9	33.2	26.7	22.9	15.4	29.4	25.0	28.0
利用在线学习	24.8	24.8	24.8	38.2	26.2	25.6	21.9	14.0	31.0	23.2	20.2	
支援店铺和团体	23.0	21.9	24.2	26.6	25.5	20.8	21.3	22.2	26.0	21.4	21.6	
开在线派对和宴会	18.7	20.7	16.8	29.0	25.5	14.7	14.1	13.6	21.6	15.4	19.2	

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]
2021年 1月 :1,085人
2020年12月 :1,019人
2020年11月 :1,045人
2020年10月 :1,041人
2020年 9月 :1,072人

调查时期	2021年1月4日（周一）～6日（周四） 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）
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9回調査 (12月18日发表)	https://www.hakuhodo.cn/news/ninth-survey-of-sei-katsu-sha-concerning-covid-19-december-2020.html
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