

## 2021年 7月关于新型冠状病毒疫情中的生活者调查

### 7月的“生活自由度”为55.8分，连续2个月呈增加趋势

### 不安和行动的抑制正在持续缓和

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6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7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4页）。

【调查实施前的状况】从4月末开始持续的紧急事态宣言在6月20日除冲绳以外解除（北海道、东京、爱知、京都、大阪、兵庫、福冈转移成防止蔓延等重点措施。埼玉、千葉、神奈川继续采取该措施。）另一方面，从解除前开始，连日报道各地人员流动增加和东京感染者再扩大。虽然面向老年人的疫苗接种顺利进行，但暂停接受新的以工作单位为单位的接种。在变异股、人员流动增加、东京感染者增加以及奥运会举办相关的各种信息不断涌现的情况下实施了调查（注：调查后的7月8日，决定向东京发出第四次紧急事态宣言）。

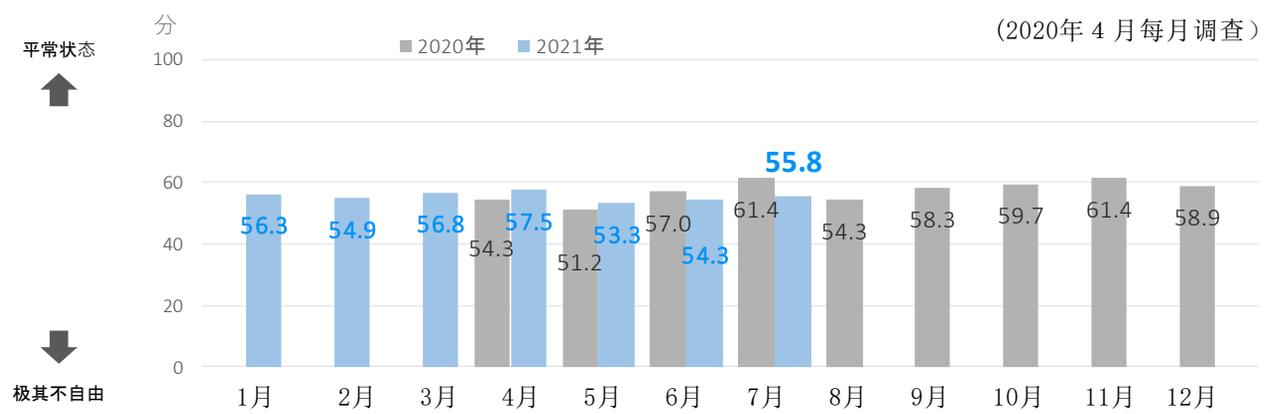
## 新型冠状病毒疫情影响下的“生活自由度”

# 2021年7月为55.8分

环比相差  
+1.5pt

同比相差  
-5.6pt

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2021年7月是55.8分。比上个月增加了1.5pt，连续两个月增加。比去年7月（最初的紧急事态宣言解除后1个月时的调查）低5.6%。



※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”

【不安度】所有项目均比上个月减少。“自己和家人的健康”（66.7%、减少4.1pt）、“人际关系的变化”（43.9%、减少3.6pt）明显减少。【行动的抑制度】几乎所有项目都比上个月减少。“在外面就餐”（74.8%、减少2.2pt）、“体验型娱乐”（78.9%、减少1.4pt）等。【行动实施度】自上个月开始增加的有“乘坐私家车移动”（52.5%、增加2.2pt）、“投资和资产运营”（27.8%、增加1.3pt）等，减少的有“在社交媒体浏览、投稿”（40.5%、减少2.0pt）等。

		回答率		环比	同比
		“是的”	“稍稍”的合计		
【不安度】 感到不安	自己和家人的健康	66.7%		-4.1 pts	-4.0 pts
	人际关系的变化	43.9%		-3.6 pts	+0.4 pts
	自己和家人的工作，收入	55.7%		-2.9 pts	-6.2 pts
【行动抑制度】 抑制的行动	在外面就餐	74.8%		-2.2 pts	±0.0 pts
	体验型娱乐	78.9%		-1.4 pts	-2.4 pts
	不急需的购物	71.0%		-1.1 pts	-5.6 pts
【行动实施度】 采取的行动	乘坐私家车移动	52.5%		+2.2 pts	+2.2 pts
	投资和资产运营	27.8%		+1.3 pts	+6.2 pts
	在社交媒体浏览、投稿	40.5%		-2.0 pts	+4.3 pts

# 新型冠状病毒疫情影响下的“生活自由度”

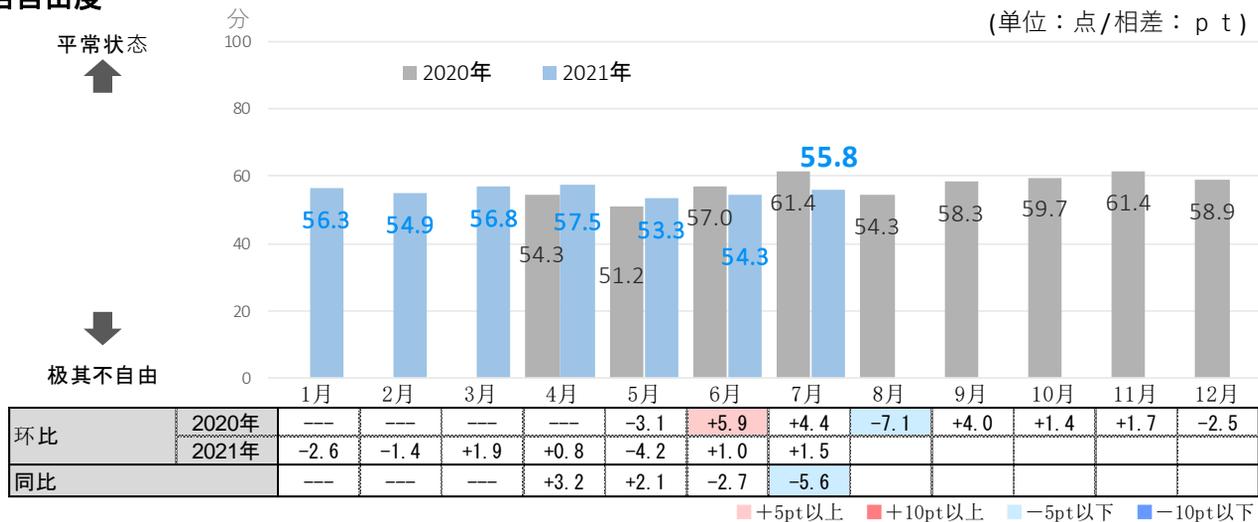
7月的生活自由度是55.8分。比上个月增加1.5pt，连续2个月呈增加趋势

以老年人为中心的疫苗接种开始顺利进行，紧急事态宣言也于6月下旬解除，可能受其影响提高了生活自由度。但是，与第一次紧急事态宣言后生活自由度提高的去年7月（61.4分）相比，下降了5.6%，还没有达到去年的水平。

**更多的声音认为：习惯了限制、没有特别不方便的感觉、没有变化。也有对扩大疫苗接种的期待**

生活自由度高的人除了积极评价“虽然有不自由，但也有好的一面”之外，还有很多人回答“和平时一样”、“不能去旅行或在外面吃饭，但不会感到生活上的不自由”。虽然很少，但也能听到已经接种过疫苗的老年人的声音。在生活自由度中等的人中，有“生活的障碍减少”、“虽然有不自由的地方，但其他的都不在意”的意见，另一方面，也有“没有处理好情绪”、“不能像以前那样享受生活”等，可见其郁闷和无奈的心情。也有人表示“父母接种完疫苗，放心了”的意见。生活自由度低的人，有对商店购物筐的使用方法等感到敏感不安的声音，饮食业等工作受到影响的人发出的悲痛的声音，年轻人的爱好受到限制，有人说“不知道生存的意义了”。另外有人说“感觉到了疫苗接种的压力”

## 生活自由度



※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。

## 生活自由度的理由(节选)

生活自由度	理由	得分	受访者
高 (61分以上)	虽然也有不自由的地方，但是没有麻烦的交往，和丈夫说话的机会增加，或者说好事比较多。压力也减少了，非常舒适，所以我想继续这样的生活。	100分	31岁女性 东京都
	因为自己疫苗的接种结束了。	90分	68岁男性 兵库县
	和平时没有两样。	80分	54岁男性 爱知县
	完全做的只有旅行、回老家、在外面吃饭。虽然减少了次数也可以购物，日用品也有足够的供应。美容院、运动俱乐部现在也能去。只是时期变热了，戴口罩很痛苦。	70分	59岁女性 东京都
	因为工作和日常生活的节奏没有太大变化。虽然不能去旅行、不能去人多的地方玩，本来就不是很频繁去旅游或者出去玩，所以没有感到特别不方便。	70分	34岁女性 大阪府
中 (41~60分)	生活上的障碍在某种程度上已经消除了，但是不能和至今为止见过的人见面，不能自由地去想去的地方等，精神上的烦恼还没有解决。	60分	39岁男性 大阪府
	父母的疫苗接种结束了，稍微放心了一点。但是还没有和家人以外的人外出，不能像以前那样享受。	60分	39岁女性 兵库县
	也就是见不到朋友，没有酒会。能够正常工作的时候也许是很幸福的事情。	50分	45岁男性 埼玉县
	虽然有不得不避开口罩，回避人群，比较不自由，但是其他没有太在意的事了。	50分	43岁男性 爱知县
	不能随便在外面吃饭，无论做什么都要预约，虽然习惯了远程办公，但是有时也不得不出去上班，所以很焦虑...还有变胖了。	50分	37岁女性 爱知县
低 (40分以下)	在拿购物筐购物的地方，在收银台排在自己前面的人如若没有戴口罩，或者看上去有不太清洁的人，很忌讳收银员用此筐放入自己买的东西，所以要等达到自己标准的人，所以越来越麻烦。戴口罩时，口罩内如不化妆，就算出汗，不想在外面摘口罩。很在意顾客群，除了午饭以外，只有在有住宿时用的酒店用餐。不能喝酒。也不能去海外旅行。	30分	45岁女性 东京都
	想去的店或者关门或者缩短营业时间，感到不方便。疫苗接种应该是自由的，但是有一种非打不可的压力。	30分	56岁男性 大阪府
	因为兴趣是旅行，所以什么都做不了的压力很大。工作主要是企划活动，但去年全部中止，心都快碎了。小孩也正处于是身心成长的重要时期，但是什么都不能为他做。只是对新冠病毒蔓延的元凶和国家的对应感到气愤。	20分	36岁男性 爱知县
	爱好是去乐队演唱会，但是因为受到社会的影响，所以基本上去不了。说是爱好被剥夺了也不过分。一个人能去的爱好就是去电影院看电影，但是这也被限制了，变得不知道生存的意义了。	10分	26岁女性 大阪府
	我从事餐饮行业，这一年都没有好好营业。工作也不稳定，收入减少了。因为工作等的压力，精神状态崩溃了。社会对酒的反感压力感到不合理。因为喜欢在外面吃饭，所以找不到新的爱好和转换心情的方法。	0分	28岁女性 东京都

# 新冠疫情影响下的意识·行动“实际状态”和平息后的行动“预想”

【不安度】所有项目均比上个月减少。所有项目连续2个月减少

“自己和家人的健康”（66.7%、减少4.1pt）、“人际关系的变化”（43.9%、减少3.6%），明显减少。

【行动的抑制度】除1个项目外，连续2个月减少

从上个月开始减少的有“在外面就餐”（74.8%、减少2.2pt）、“体验型娱乐”（78.9%、减少1.4pt）等。增加仅限于“不急不重要的外出”（81.1%、增加0.6pt）。

【行动的实施度】增加和减少各异

从上个月开始增加的有“乘坐私家车移动”（52.5%、增加2.2pt）、“投资和资产运用营”（27.8%、增加1.3pt）、“自己做饭”（58.6%、增加1.3pt）等。从上个月开始减少的有“在社交媒体浏览、投稿”（40.5%、减少2.0pt）等。

疫情平息后会采取的行动[预想]…比[实际状态]高的有“在人不多密集的户外休闲”（+10.3pt）、“充足的运动、营养和睡眠”（+8.3pt）等。另一方面，比实际情况低的是“享受在家里可以享受的娱乐”（-16.2pt）、“做好感染对策（戴口罩、洗手等）”（-12.2pt）。

## 生活意识·行动

(单位：% / 相差：pt)

【不安度】	[实际情况]感到不安				
	21年5月	21年6月	21年7月	环比	同比
行政的应对	82.3	78.7	76.7	-2.0	+0.3
经济的停滞	81.3	76.9	74.3	-2.6	-8.8
自己和家人的健康	71.9	70.8	66.7	-4.1	-4.0
信息不足和不确切性	67.1	66.8	65.2	-1.6	-2.4
国外局势	70.3	65.9	64.1	-1.8	-11.1
自己和家人的工作，收入	60.7	58.6	55.7	-2.9	-6.2
人际关系的变化	47.8	47.5	43.9	-3.6	+0.4

【行动抑制度】	[实际情况] 抑制的行动					[预想] 认为平息后会抑制的行动					预想和实际的差距 (最新月份)
	21年5月	21年6月	21年7月	环比	同比	21年5月	21年6月	21年7月	环比	同比	
旅行和度假	88.8	84.9	84.5	-0.4	+0.3	51.2	46.7	48.2	+1.5	-11.7	-36.3
不急不重要的外出	85.1	80.5	81.1	+0.6	-1.9	58.9	54.7	54.9	+0.2	-10.2	-26.2
和人身体接触（握手，拥抱等）	85.7	80.5	80.1	-0.4	+0.8	65.1	58.9	60.9	+2.0	-8.2	-19.2
交友、交际	84.5	79.9	79.8	-0.1	+1.5	54.7	48.4	48.8	+0.4	-7.9	-31.0
体验型娱乐（演唱会、观剧、电影等）	84.9	80.3	78.9	-1.4	-2.4	53.9	46.7	49.6	+2.9	-13.1	-29.3
在外面就餐	80.5	77.0	74.8	-2.2	±0	51.4	47.7	47.3	-0.4	-9.6	-27.5
不急需的购物	77.6	72.1	71.0	-1.1	-5.6	56.3	51.7	51.7	±0	-11.8	-19.3

【行动实施度】	[实际情况] 采取的行动					[预想] 认为平息后采取的行动					预想和实际的差距 (最新月份)
	21年5月	21年6月	21年7月	环比	同比	21年5月	21年6月	21年7月	环比	同比	
做好感染对策（戴口罩、洗手等）	94.2	92.5	92.9	+0.4	+1.2	83.8	81.0	80.7	-0.3	-4.3	-12.2
充足的运动、营养和睡眠	77.5	74.9	73.7	-1.2	-0.8	83.8	83.0	82.0	-1.0	-1.7	+8.3
享受在家里可以享受的娱乐	77.1	71.6	70.3	-1.3	-0.8	57.9	53.7	54.1	+0.4	-7.2	-16.2
储备预防感染商品和日用品	73.1	68.9	67.8	-1.1	+1.0	71.8	67.9	67.3	-0.6	-5.7	-0.5
不用现金支付	65.7	63.0	63.6	+0.6	+0.3	69.1	64.7	67.1	+2.4	-0.6	+3.5
避开高峰期、减少购物次数	68.8	60.1	60.0	-0.1	---	61.1	53.7	53.1	-0.6	---	-6.9
自己做饭	60.6	57.3	58.6	+1.3	+1.5	66.9	63.3	64.0	+0.7	-1.0	+5.4
利用防疫做得彻底的店铺和设施	61.9	58.4	58.0	-0.4	---	62.1	55.7	57.3	+1.6	---	-0.7
乘坐私家车移动	54.0	50.3	52.5	+2.2	+2.2	50.2	46.2	47.3	+1.1	-1.5	-5.2
利用动画和音乐等缓存服务	49.5	48.9	49.0	+0.1	+1.7	49.6	49.6	50.4	+0.8	+1.1	+1.4
利用网购和外卖	52.1	47.5	47.9	+0.4	+2.0	47.0	42.3	42.8	+0.5	-1.5	-5.1
智能手机和电脑游戏	50.8	48.5	46.6	-1.9	-1.1	49.1	47.7	45.2	-2.5	-3.1	-1.4
在家里可做的运动	49.1	45.0	44.6	-0.4	-4.3	52.8	49.7	48.9	-0.8	-5.9	+4.3
在人不多密集的户外休闲	44.7	41.5	40.9	-0.6	+0.7	54.5	49.9	51.2	+1.3	-1.0	+10.3
在人不多密集的户外做运动	45.5	40.1	40.5	+0.4	-1.4	49.7	44.7	44.7	±0	-3.5	+4.2
在社交媒体浏览、投稿	41.9	42.5	40.5	-2.0	+4.3	48.1	46.9	45.9	-1.0	+1.5	+5.4
错峰上班、上学	39.7	36.0	36.5	+0.5	-1.1	40.3	35.9	36.9	+1.0	-3.4	+0.4
充实家中环境（打造通信环境和购买家电等）	34.6	32.2	31.6	-0.6	+3.6	39.3	36.0	36.6	+0.6	+0.4	+5.0
在家工作 [仅限在职人员]	32.2	31.2	31.1	-0.1	+1.1	32.3	29.7	30.5	+0.8	-1.7	-0.6
副业（包括研究）	29.2	29.5	29.0	-0.5	+3.7	31.1	31.6	30.9	-0.7	+1.9	+1.9
做手工（手工艺品、改建、DIY等）	28.7	28.9	27.8	-1.1	+0.1	33.9	33.0	32.7	-0.3	-2.2	+4.9
投资和资产运营	26.2	26.5	27.8	+1.3	+6.2	35.0	34.3	35.7	+1.4	+4.6	+7.9
买比平时好一点的东西	27.1	27.9	27.3	-0.6	+4.5	33.1	30.5	30.8	+0.3	+2.5	+3.5
在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物	22.9	24.5	24.7	+0.2	+2.4	27.8	29.1	28.5	-0.6	+1.4	+3.8
在跳蚤市场应用、网上拍卖会上展出、售货	25.0	25.5	24.1	-1.4	+2.3	29.3	27.7	26.5	-1.2	+1.0	+2.4
就业、换工作、创业（包括研究）	22.7	23.4	22.9	-0.5	+0.5	24.5	26.4	24.9	-1.5	-0.2	+2.0
支援店铺和团体	20.1	19.9	18.5	-1.4	+0.2	23.5	22.7	23.7	+1.0	-1.2	+5.2
在线派对和宴会	19.5	19.1	17.9	-1.2	-1.4	17.4	16.9	17.8	+0.9	-1.6	-0.1
在线学习	18.9	18.2	17.5	-0.7	-0.4	23.1	21.9	22.4	+0.5	-1.9	+4.9
搬家和改建、在复数生活据点生活(包括研究)	16.3	15.8	16.8	+1.0	---	21.5	19.9	19.6	-0.3	---	+2.8

■ +5pt以上 ■ +10pt以上 ■ -5pt以下 ■ -10pt以下

# 关于新型冠状病毒疫情中的生活者调查 调查概要

## ■ 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 [实际情况] ※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]

2021年 7月:1,078人

2021年 6月:1,059人

2021年 5月:1,062人

### 新型冠状病毒疫情结束后的行动意识 [预想] ※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

<2020年4月~2021年3月>

	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

<2021年4月~>

(单位：人)

	20多岁	30多岁	40多岁	50多岁	60多岁	合计
男性	122	143	187	169	136	757
女性	118	139	183	164	139	743
合计	240	282	370	333	275	1,500

调查方法 互联网调查

调查时期 2021年7月1日(星期四)~5日(星期一)(自2020年3月开始调查/每月上旬实施调查)

企划分析 博报堂生活综合研究所

调查公司 株式会社 H. M. Marketing Research

## (参考) 调查期间社会的主要动向

<2020年>

- 4月 7都道府县发布“紧急事态宣言”(截至5/6)  
将紧急事态宣言扩大到全国
- 5月 39县解除紧急事态宣言  
大阪、兵库、京都解除紧急事态宣言  
包括1都3县在内的47个都道府县全部解除
- 6月 东京都开始发布预警信息“东京警报”
- 9月 在东京开始预约GoTo Travel
- 10月 开始GoTo Eat的预约
- 11月 首相表明将暂停GoTo Travel(向感染扩大地区预约)  
包括东京都和大阪府在内的10个都道府县中止GoTo Eat
- 12月 东京都的GoTo Travel暂时中止  
全国GoTo Travel暂时中止

<2021年>

- 1月 1都3县再次发布紧急事态宣言，之后扩大到11都府县
- 2月 紧急事态宣言，决定延长到3月7日
- 3月 大阪、兵库、京都解除紧急事态宣言，  
3月21日 在1都3县解除

<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)。
- 以往发布的信息(2020年4月开始发布)可以从以下URL中看到

<https://www.hakuhodo.cn/news>

<2021年>

- 4月 蔓延防止等重点措施的适应范围依次扩大  
第3次紧急事态宣言，东京、大阪、兵库、京都
- 5月 紧急事态宣言的继续、扩大、延长。爱知·福冈、北海道·冈山·广岛、冲绳为  
老年人疫苗接种开始 开设大规模疫苗接种中心(东京·大阪)
- 6月 奥运会·澳洲选手团来日

<本次调查前的详细内容>

- 6月5日 老年人的疫苗接种，第一次接种突破1千万人
- 6月10日 重症患者数为942人，时隔1个半月再次跌破1000人
- 6月13日 重点措施在3县解除(群马、石川、熊本)  
G7集团联合声明中包含了支持东京奥运会和残奥会举办的内容
- 6月19日 乌干达选手团在成田被确认为阳性者。除了一个阳性者以外都前往泉佐野
- 6月20日 紧急事态宣言，除冲绳外均解除  
北海道、东京、爱知、京都、大阪、兵库、福冈这7个都道府县转为防止蔓延等重点措施。千叶、埼玉、神奈川继续采取该措施  
该措施的转移地区放宽了酒类提供限制，到下午7点为止可以提供
- 6月23日 奥运会上决定中止提供酒类
- 6月25日 暂停接受新的以工作单位为单位的疫苗接种
- 7月1日 东京的感染者673人，连续12天超过上个周日

【关于本信息的咨询】

博报堂 广报室 koho.mail@hakuhodo.co.jp