

2021年8月20日

2021年 8月关于新型冠状病毒疫情中的生活者调查

8月的“生活自由度”为54.7分，比上个月微减
在感染者增加的情况下，虽然不安有所增加，但行动的抑制并未加强

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8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8月2日-4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）。

【调查前的状况】7月12日在东京发表了第4次紧急事态宣言。另外，在埼玉、千叶、神奈川、大阪继续实施蔓延防止等重点措施。在该宣言下，23日东京奥运会开幕。从7月末开始新感染者连日增加（东京27日2848人，31日4058人），国内感染者29日突破1万人。同日，决定延长紧急事态宣言时间和将适用范围扩大到埼玉、千叶、神奈川、大阪，蔓延防止等重点措施也决定适用于北海道、石川、京都、兵庫、福冈（均从8月2日开始）。在以上环境下实施了本调查。

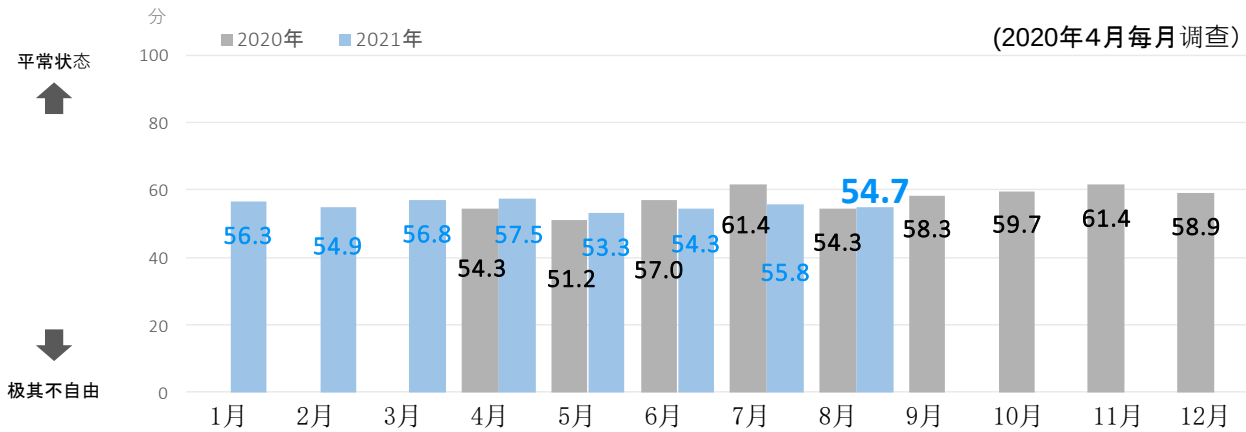
新型冠状病毒疫情影响下的“生活自由度”

2021年8月为54.7分

环比相差
-1.1 pt

同比相差
+0.4 pt

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8月为54.7分。比上个月减少了1.1pt，从持续2个月的增加转向减少。比去年8月高0.4pt。



※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”

【不安度】几乎所有项目都比上个月增加。“自己和家人的工作，收入”（60.9%、增加5.2pt）、“自己和家人的健康”（68.7%、增加2.0pt）较明显。【行动抑制度】与上个月相比变化较小，只有“旅行和度假”（82.3%、减少2.2pt）、“不急需的外出”（78.9%、减少2.2pt）比较明显。【行动实施度】从上个月开始增加了“智能手机和电脑游戏”（50.0%、增加3.4pt），“在人不密集的户外做运动”（36.3%、减少4.2pt），“乘坐私家车移动”（49.1%、减少3.4pt），除此之外没有大的增减。

		回答率 “是的” “稍稍” 的合计	环比	同比
【不安度】 感到不安	自己和家人的工作，收入	60.9%	+5.2 pt	-4.3 pt
	自己和家人的健康	68.7%	+2.0 pt	-6.2 pt
	信息不足和不确切性	65.7%	+0.5 pt	-7.0 pt
【行动抑制度】 抑制的行动	旅行和度假	82.3%	-2.2 pt	-5.4 pt
	不急不重要的外出	78.9%	-2.2 pt	-9.9 pt
	体验型娱乐	77.9%	-1.0 pt	-5.9 pt
【行动实施度】 采取的行动	智能手机和电脑游戏	50.0%	+3.4 pt	+0.2 pt
	在人不密集的户外做运动	36.3%	-4.2 pt	-2.6 pt
	乘坐私家车移动	49.1%	-3.4 pt	-4.0 pt

新型冠状病毒疫情影响下的“生活自由度”

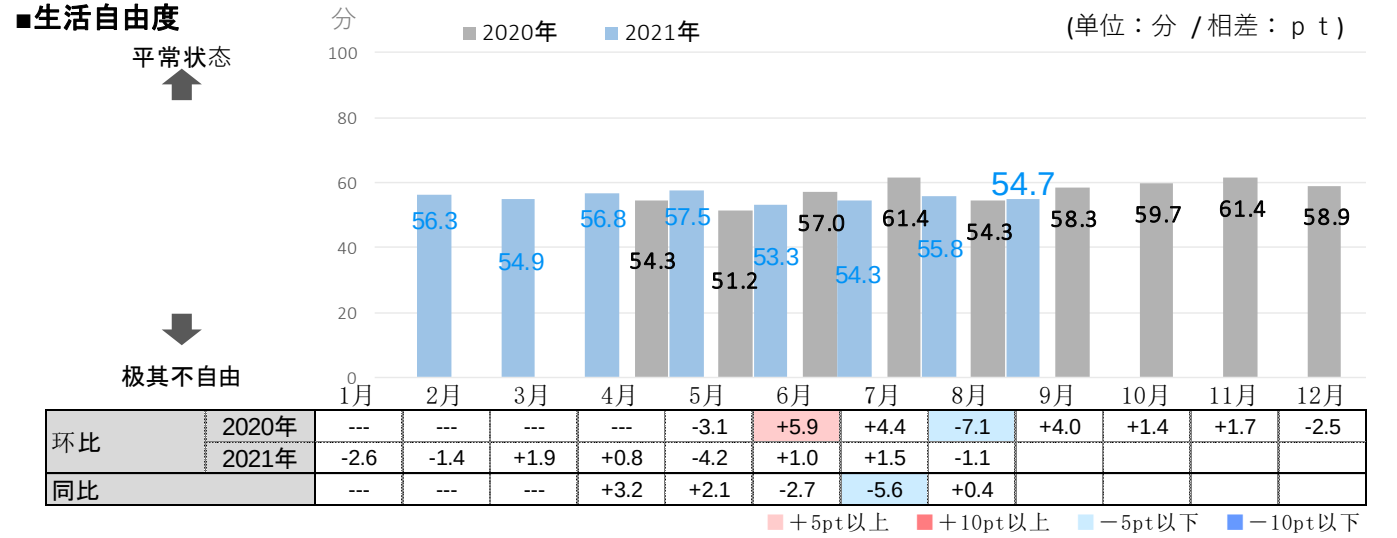
8月的“生活自由度”为54.7分，比上个月减少了1.1pt。从连续两个月由增加转到减少

东京都在7月12日发布了第四次紧急事态宣言，7月末全国感染人数再次激增。在包括关西地区在内的紧急事态宣言和防止蔓延等重点措施的适用范围扩大中，生活自由度稍有下降。和去年8月（54.3分）相比，基本持平（去年8月是早春的第一次紧急事态宣言结束后，生活自由度在7月大幅上升，之后受感染者增加的影响，生活自由度再次减少的时期）。

长时间的自我抑制生活对促进外出和减少两方面都有影响。也有价值观差异和对疫苗的不安

生活自由度高的人说“感染对策完全落实”“也长了对病毒的知识”，减少了对病毒的不自由。对病毒的认知和对对策的落实意识促使能“轻松愉快的外出”，以及“享受在家里喝酒”、“知道在家里度过的乐趣”等促进了不外出的乐趣。生活自由度为中等水平的人，会有“懒得出门”等行动欲望本身减退的声音。“因为疫苗还打，感到不安”，“即使打了也很不安”等有对疫苗感到不安的声音。在生活自由度低的人中，有意见认为，在工作、育儿的过程中，以口罩为首的自我抑制的生活的长期化导致“心情向内”、“哪儿都去不了”等积极性、行动都有所减退。和配偶的价值观不同，和周围人的预防意识不同等，也有人认为他们面临着心理上的纠结。也有人反应“疫苗很难预约”的情况。

■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（小数第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	高 (61分以上)	从平时开始就贯彻自己能做到的感染对策，现在已经完全定型了。	90分	49岁男性 爱知县
		流行初始阶段，信息也不确定，生活很不自由，但是过了一年，一定程度上得到了病毒的相关知识，在某种程度上能够理解回避感染的对策，外出也变得容易了。	80分	25岁女性 大阪府
		以前每个周末都在外面吃饭，现在完全不去了。取而代之的是，在家里喝了各种各样的酒。	80分	55岁女性 东京都
		和新冠疫情之前相比，知道了在家里度过的快乐。	70分	23岁女性 大阪府
		渐渐地自我抑制变得理所当然，自己想出去的时候可以出去，所以不会感到那么不自由。	65分	41岁男性 埼玉县
	中 (41～60分)	即使想出远门去买东西，也因为在意新冠而不敢出门。	60分	49岁女性 大阪府
		因为不是远程办公，孩子学校和幼儿园休息的时候就不能工作了。虽然不是我的错，只是因为不能去工作一直在道歉。	50分	42岁女性 千叶县
		因为还没有预约上接种疫苗，所以很不安。	50分	44岁男性 大阪府
		现在流行“口罩聚餐”，以前不需要戴口罩做的事，现在都要戴口罩。看不到人的表情和嘴角，和人谈话没有意思，感到非常不自由。	50分	46岁男性 岐阜县
		家人打了疫苗。比不打安心些。但也不能100%放心，所以要继续注意预防感染。	50分	60岁女性 东京都
	低 (40分以下)	不工作了，自由的时间增加了，但是不能外出，心情也变得内向了。再加上和配偶的价值观的不同，在家里感觉喘不过气来难以动弹。即使不工作也能吃饭，这本身也许是一种幸福，但现在更需要考虑夫妻的关系了。	20分	35岁女性 东京都
		原本在饮食店工作，但从去年开始就反复暂停营业或者完全停业。工作也提早下班，像是一半被解雇了一样，在家的时间变多了。今后饮食业也会有不安，就算大家接种疫苗后也要戴口罩吗？夏天在厨房里戴口罩简直是地狱般。能回到以前的生活吗？对工作稍微有点期待的心情，所以打20分。还有，因为常常在家所以可能会被孩子们讨厌。但是哪里也去不了。心情很糟糕，在种种意义上感到不自由。	20分	46岁男性 爱知县
		疫苗还没有预约上，有新冠以外的症状想去医院，但是常常很犹豫。就连必要的外出时也很在意别人的目光，压力变大了。	10分	53岁女性 兵库县
		在室内也有很多人不戴口罩，进屋的时候不给手指消毒，在街上完全不在意别人的人很多，担心感染，几乎不外出，也不在外吃饭、娱乐等。	5分	59岁男性 东京都
		因为孩子很小，到处乱摸，还把东西放进嘴里，斥责孩子也很痛苦。也很担心自己，就不想在外面吃饭或外出。	0分	40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“预测”

【不安度】几乎所有项目都比上个月增加。但是，与前一年的不安度相比，所有项目都在降低。

从上个月开始，“自己和家人的工作、收入”（60.9%、增加5.2pt）、“自己和家人的健康”（68.7%、增加2.0pt）增加显著。但是，和去年同期相比全部项目都在降低。“国外局势”（减少13.3pt）、“经济的停滞”（减少9.3pt）、“信息不足和不确切性”（减少7.0pt）等大幅度减少的项目很明显。

【行动抑制度】和上个月相比变化幅度小。但是和去年同期相比，所有项目都在降低。

和上个月相比，有变化的只有“旅行和度假”（82.3%、减少2.2pt）、“不急不重要的外出”（78.9%、减少2.2pt）稍稍明显而已。

【行动实施度】与上个月相比没有大幅度的增减。

“智能手机和电脑游戏”（50.0%、增加3.4pt）较上个月增加，“在人密集的户外做运动”（36.3%、减少4.2pt）、“乘坐私家车移动”（49.1%、减少3.4pt）虽然有所减少，但其他方面并没有大的增减。

疫情结束后会采取的行动[预测]…和[实际情况]相比，[预测]分数较高的是“在人密集的户外休闲”（+11.6pt），以及“在人密集的户外做运动”（+9.1pt）等。相反，和“实际情况”相比，[预测]分数低的有“享受在家里能享受的娱乐”（-13.1pt）、“做好感染对策”（-8.3pt）等。

■ 生活意识·行动

【不安度】	[实际情况]感到不安					(单位：% /相差：pt)				
	21年6月	21年7月	21年8月	环比	同比					
行政的应对	78.7	76.7	77.1	+0.4	-5.8					
经济的停滞	76.9	74.3	74.6	+0.3	-9.3					
自己和家人的健康	70.8	66.7	68.7	+2.0	-6.2					
信息不足和不确切性	66.8	65.2	65.7	+0.5	-7.0					
国外局势	65.9	64.1	63.0	-1.1	-13.3					
自己和家人的工作、收入	58.6	55.7	60.9	+5.2	-4.3					
人际关系的变化	47.5	43.9	44.3	+0.4	-2.9					

【行动抑制度】	[实际情况] 抑制的行动					[预测] 认为平息后会抑制的行动					预测和实际的差距 (最新月份)
	21年6月	21年7月	21年8月	环比	同比	21年6月	21年7月	21年8月	环比	同比	
旅行和度假	84.9	84.5	82.3	-2.2	-5.4	46.7	48.2	51.9	+3.7	-7.6	-30.4
交友、交际	79.9	79.8	80.7	+0.9	-3.8	48.4	48.8	54.4	+5.6	-4.2	-26.3
和人体接触（握手，拥抱等）	80.5	80.1	79.9	-0.2	-4.6	58.9	60.9	63.3	+2.4	-6.6	-16.6
不急不重要的外出	80.5	81.1	78.9	-2.2	-9.9	54.7	54.9	59.3	+4.4	-5.6	-19.6
体验型娱乐（演唱会、观剧、电影等）	80.3	78.9	77.9	-1.0	-5.9	46.7	49.6	51.9	+2.3	-9.8	-26.0
在外面就餐	77.0	74.8	75.1	+0.3	-4.2	47.7	47.3	52.2	+4.9	-5.7	-22.9
不急需的购物	72.1	71.0	71.6	+0.6	-8.9	51.7	51.7	55.9	+4.2	-7.8	-15.7

【行动实施度】	[实际情况] 采取的行动					[预测] 认为平息后采取的行动					预测和实际的差距 (最新月份)
	21年6月	21年7月	21年8月	环比	同比	21年6月	21年7月	21年8月	环比	同比	
做好感染对策（戴口罩、洗手等）	92.5	92.9	91.4	-1.5	-2.2	81.0	80.7	83.1	+2.4	-1.2	-8.3
充足的运动、营养和睡眠	74.9	73.7	73.9	+0.2	-4.1	83.0	82.0	80.1	-1.9	-4.0	+6.2
享受在家里能享受的娱乐	71.6	70.3	70.6	+0.3	-2.5	53.7	54.1	57.5	+3.4	-3.2	-13.1
储备预防感染商品和日用品	68.9	67.8	68.5	+0.7	-1.2	67.9	67.3	67.8	+0.5	-5.3	-0.7
不用现金支付	63.0	63.6	64.0	+0.4	-0.3	64.7	67.1	69.1	+2.0	+2.7	+5.1
避开高峰期、减少购物次数	60.1	60.0	61.9	+1.9	---	53.7	53.1	56.6	+3.5	---	-5.3
自己做饭	57.3	58.6	56.5	-2.1	-1.7	63.3	64.0	63.9	-0.1	+0.3	+7.4
利用防疫做得彻底的店铺和设施	58.4	58.0	55.9	-2.1	---	55.7	57.3	57.2	-0.1	---	+1.3
智能手机和电脑游戏	48.5	46.6	50.0	+3.4	+0.2	47.7	45.2	49.3	+4.1	-0.2	-0.7
乘坐私家车移动	50.3	52.5	49.1	-3.4	-4.0	46.2	47.3	48.8	+1.5	-1.5	-0.3
利用动画和音乐等缓存服务	48.9	49.0	48.1	-0.9	+0.8	49.6	50.4	50.8	+0.4	+2.2	+2.7
利用网购和外卖	47.5	47.9	47.5	-0.4	-1.2	42.3	42.8	45.6	+2.8	-2.1	-1.9
在家里可做的运动	45.0	44.6	44.6	±0	-2.4	49.7	48.9	50.7	+1.8	-3.0	+6.1
在人密集的户外休闲	41.5	40.9	39.9	-1.0	+2.2	49.9	51.2	51.5	+0.3	+0.3	+11.6
在社交媒体浏览、投稿	42.5	40.5	39.2	-1.3	-0.9	46.9	45.9	46.7	+0.8	-0.6	+7.5
错峰上班、上学	36.0	36.5	37.7	+1.2	-4.0	35.9	36.9	40.1	+3.2	-1.8	+2.4
在人密集的户外做运动	40.1	40.5	36.3	-4.2	-2.6	44.7	44.7	45.4	+0.7	-0.8	+9.1
充实家中环境（打造通信环境和购买家电等）	32.2	31.6	31.5	-0.1	+2.2	36.0	36.6	35.7	-0.9	-3.2	+4.2
在家工作 [仅限在职人员]	31.2	31.1	31.3	+0.2	-3.3	29.7	30.5	32.4	+1.9	-2.1	+1.1
副业（包括研究）	29.5	29.0	30.9	+1.9	+1.4	31.6	30.9	33.5	+2.6	+1.1	+2.6
投资和资产运营	26.5	27.8	28.5	+0.7	+5.7	34.3	35.7	37.5	+1.8	+5.1	+9.0
做手工（手工艺品、改建、DIY等）	28.9	27.8	26.7	-1.1	-1.1	33.0	32.7	34.4	+1.7	-1.3	+7.7
买比平时好一点的東西	27.9	27.3	25.2	-2.1	+0.4	30.5	30.8	32.1	+1.3	+0.4	+6.9
在跳蚤市场应用、网上拍卖会上展出、售货	25.5	24.1	23.3	-0.8	+1.6	27.7	26.5	28.0	+1.5	+1.6	+4.7
在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物	24.5	24.7	23.3	-1.4	+1.6	29.1	28.5	29.3	+0.8	+3.6	+6.0
就业、换工作、创业（包括研究）	23.4	22.9	23.1	+0.2	-0.2	26.4	24.9	27.1	+2.2	-0.2	+4.0
支援店铺和团体	19.9	18.5	19.1	+0.6	+0.2	22.7	23.7	23.8	+0.1	-0.7	+4.7
在线学习	18.2	17.5	18.7	+1.2	±0	21.9	22.4	24.2	+1.8	-0.4	+5.5
在线派对和宴会	19.1	17.9	17.8	-0.1	-1.1	16.9	17.8	18.8	+1.0	-1.3	+1.0
搬家和改建、在复数生活据点生活(包括研究)	15.8	16.8	16.9	+0.1	---	19.9	19.6	22.6	+3.0	---	+5.7

＋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）

※【仅限在职人员】
2021年 8月:1,073 人
2021年 7月:1,078 人
2021年 6月:1,059 人

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）

新型冠状病毒疫情结束后的行动意识【预测】※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测最接近的选项
（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

<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～>

(単位：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8月2日(星期一)～4日(星期三)(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>	<2021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 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）
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 紧急事态宣言，除冲绳外解除 北海道、东京、爱知、京都、大阪、兵库、福冈等7个都道府县转为蔓延防止 等重点措施。千叶、埼玉、神奈川继续适用该措施
6月 东京都开始发布预警信息“东京警报”	<本次调查前的详细内容>
9月 在东京开始预约GoTo Travel	7月12日 东京发出第4次紧急事态宣言（到8月22日为止），冲绳也延长到同期限。 蔓延防止等重点措施在埼玉、千叶、神奈川、大阪也延长至8月22日
10月 开始GoTo Eat的预约	7月13日 政府撤回停止酒类交易的委托（继撤回对金融机构做的工作后）
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	7月23日 东京奥运会开幕 首都圈1都3县、福岛、北海道无观众比赛
12月 东京都的GoTo Travel暂时中止 全国GoTo Travel暂时中止	7月27日 东京都新感染者2848人，超过第3波7月1日的2520人，创新高
<2021年>	7月29日 紧急事态宣言将延长至8月31日，并决定扩大至埼玉、千叶、神奈川、大 阪。蔓延防止等重点措施也适用于北海道、石川、京都、兵库、福冈（均 为8月2日至31日） 东京都新感染者3865人，全国达1万687人，首次超过1万人
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	7月31日 东京都新感染者4058人，首次超过4千人，全国1万2328人
2月 紧急事态宣言，决定延长到3月7日	8月1日 全国1万160人感染，感染人数连续4天超过1万人
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	
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	

注）感染数据来源：厚生劳动省HP（截至8月19日）、东京都HP（截至8月18日）

<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>

【关于本信息的咨询】

博報堂 广报室 koho.mail@hakuhodo.co.jp