

2021年12月20日

2021年 12月关于新型冠状病毒疫情中的生活者调查

12月的“生活自由度”为61.3分，比上个月有所减少，居今年第二高。
出于对奥米克戎毒株的担忧，“不安”情绪高涨

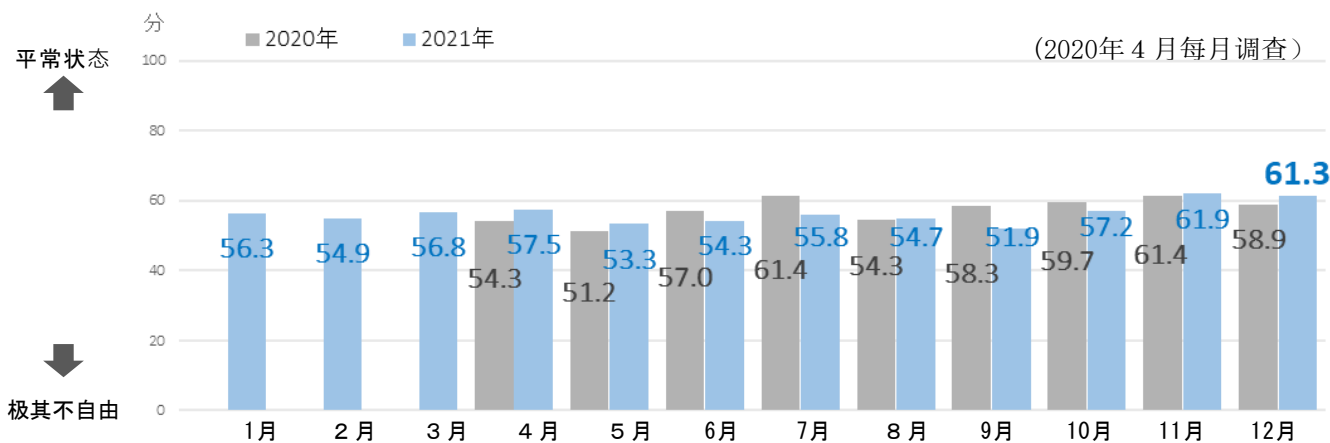
株式会社博报堂（总部：东京都港区，董事长兼总经理：水岛正幸，以下称“博报堂”）的智库博报堂生活综合研究所于2021年12月，就新型冠状病毒疫情扩大之中生活者意识和行动实施了“关于新型冠状病毒疫情中生活者调查”（调查实施时间为12月2日-6日、对象范围：首都圈、名古屋、大阪神户（阪神）圈的20-69岁的男女1500名，调查概要参照4页）。

【调查前的状况】新增感染人数11月也持续减少，全国在100人以下，在东京降到一位数的日子也不少见。东京都从12月东京对新冠疫情止对策达标的证饮餐饮店的人数限制1组4人缓和到8人。为了强化抗体，第3次的疫苗接种也从一部分开始了。另一方面，11月末南非发现了新变异毒株奥米克戎，加速向全世界扩散。在日本最早采取了入境对策，但是也发现了感染者。在以上情况下实施了该调查。

新型冠状病毒疫情影响下的“生活自由度”

2021年12月为 **61.3分**环比相差
-0.6 pt同比相差
+2.3 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12月是61.3分。虽然从上个月开始减少了0.6pt，但仍保持在60分左右，居今年第二高。与去年同期相比也多2.3pt。



※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”

【不安度】几乎所有项目都比上个月增加。“国外局势”（70.8%、增加11.0pt）、“信息不足和不确切性”（64.1%、增加6.7pt）、“行政的应对”（71.0%、增加5.7pt）都很突出。【行动抑制度】在大部分项目中都有所减少。“体验型娱乐”（67.6%、减少2.5pt）“旅行和度假”（73.5%、减少2.4pt）等。【行动实施度】没有看到有很大变化的项目，增加的是“在家里可做的运动”（45.0%、增加3.1pt），减少的是“避开高峰期、减少购物次数”（58.1%、减少3.4pt）等。

		回答率		环比	同比
		“是的”	“稍稍”的合计		
【不安度】 感到不安	国外局势	70.8%		+11.0 pt	+1.1 pt
	信息不足和不确切性	64.1%		+6.7 pt	-3.0 pt
	行政的应对	71.0%		+5.7 pt	-4.6 pt
【行动抑制度】 抑制的行动	体验型娱乐（演唱会、观剧、电影等）	67.6%		-2.5 pt	-9.8 pt
	旅行和度假	73.5%		-2.4 pt	-7.6 pt
	在外面就餐	65.5%		-2.3 pt	-5.6 pt
【行动实施度】 采取的行动	在家里可做的运动	45.0%		+3.1 pt	+0.9 pt
	充实家中环境（打造通信环境和购买家电等）	33.7%		+2.8 pt	+3.9 pt
	避开高峰期、减少购物次数	58.1%		-3.4 pt	(没有听取)

新型冠状病毒疫情影响下的“生活自由度”

12月的“生活自由度”虽然从上个月开始有所减少，但61.3分居今年第二高

11月新感染者和重症者都持续减少，东京从12月开始缓和饮食店的人数限制等，正式开始了日常活动的重新开始。另一方面，海外在欧美其他地区感染人数持续增加，11月末出现了新的变异毒株奥米克戎，在日本也确认了感染者，引来新的不安。

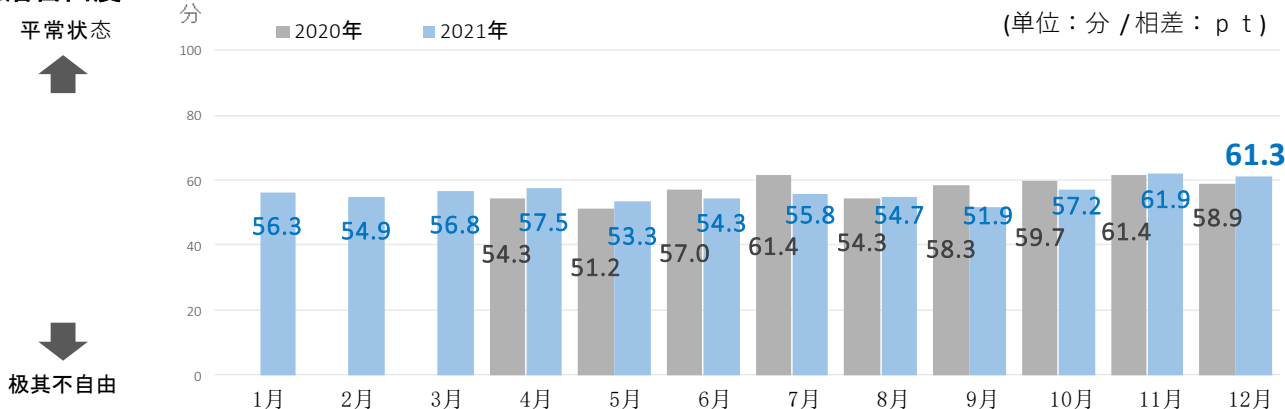
在回答理由中，可以看出人们习惯了疫情防范的生活行动，但也开始有对奥米克戎毒株的担忧

生活自由度高的人中，有表示感染人数相当稳定，虽然有戴口罩、旅行、外出吃饭等不方便的地方，但在预防感染的同时，基本上可以过着普通的生活。但是，很快也出现对奥米克戎毒株表示不安的声音。

生活自由度中等的人中，有表示在预防感染的同时，基本上可以过着普通生活的声音，但是“老伴儿害怕”“明明想保持和别人的距离有人却不在意地靠近，所以很有压力”等，可以看出有人表示由于感觉的不同而出现新的担忧。

生活自由度低的人中，有很多人表示“开始抵触和人直接接触”等，很多人抱有强烈的不安，与此同时，和新变异毒株的不安重叠在一起。还有，在工作方面受到影响，“没有实现去校园的梦想”等，表示生活受到很大影响。

生活自由度



环比	2020年	2021年	2020年	2021年	2020年	2021年	2020年	2021年	2020年	2021年	2020年	2021年
	2020年	---	---	---	---	-3.1	+5.9	+4.4	-7.1	+4.0	+1.4	+1.7
2021年	-2.6	-1.4	+1.9	+0.8	-4.2	+1.0	+1.5	-1.1	-2.8	+5.3	+4.7	-0.6
同比	---	---	---	+3.2	+2.1	-2.7	-5.6	+0.4	-6.4	-2.5	+0.5	+2.3

■ +5pt以上 ■ +10pt以上 ■ -5pt以下 ■ -10pt以下

※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)	在预防感染的同时，基本上可以过着普通的生活。	90分	58岁男性 兵库县
	做适当的对应，总体来说还可以。就算不能去旅行也不会死。健康第一，这不算问题。	90分	48岁女性 爱知县
	虽然有变异病毒的风险，但现在疫情趋于稳定，所以除了外出时戴口罩以外，没有感到不方便。	80分	37岁男性 东京都
	虽然旅行和在外面吃饭变得困难有不自由的地方，但是可以断绝不必要的人际关系，减少不必要的聚餐时间，为了自己，和重要的人一起度过的时间增加了，这点很好。另外，因为自己本来就有点洁癖的一面，所以疫情期间也不觉得很难过。因为有疫情，也经历了一些以前经历的事情，所以不都是坏事。	70分	23岁女性 千叶县
	虽然稍微有点心情上的安心感，但是因为又发现了新病毒，所以开始感到不安。	70分	63岁女性 大阪府
中 (41~60分)	远程办公和网上会议上提高了工作效率，疫情也稍微稳定了一些。但是抑制不去旅行，私生活很无聊。	60分	29岁女性 爱知县
	疫情恢复到平稳状态，达到可以实施小规模聚餐的程度。但是，奥米克戎病毒的出现，今后会变成什么样也有些担心的成分。	60分	26岁男性 兵库县
	虽然没有什么不方便的，但我的老伴儿比我更害怕，这可能是最不自由的。当然她本人不仅限制自己，也会强迫我。说实话或许接近0分，但这种状态，也可以有享受的地方，所以就打了50分。	50分	59岁男性 奈良县
	因为是利用公共交通工具上下班，所以不想碰吊环，但不得不碰，等电车的时候，明明想保持和别人的距离有人却不在意地靠近，所以很有压力。	50分	48岁男性 神奈川县
	工作变忙了，远程办公比以前减少了。因为在家里呆的时间持续了一段时间，感觉体力下降了。	50分	32岁女性 东京都
低 (40分以下)	还不能疏忽大意，新的变异毒株出来了，看不到结束。	40分	33岁女性 爱知县
	感觉自从新冠疫情以来就没有和朋友见面，人生被疫情打乱了。因为忍受了很多事情，所以看到在电视上有旅行和在外面喝酒的人感到很气愤。	20分	37岁女性 大阪府
	虽然也找到了网上的乐趣，但是去校园上硕士或博士课程梦想似乎无法实现。	10分	27岁女性 东京都
	所有的工作都取消了，现在还看不到恢复的迹象。。	0分	50岁男性 爱知县
	我开始抵触和人直接接触。	0分	46岁女性 千叶县

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】和上个月相比几乎所有项目都有所增加

与上个月相比，“国外局势”（70.8%、增加11.0pt）、“信息不足和不确定性”（64.1%、增加6.7pt）、“行政的应对”（71.0%、增加5.7pt）很突出。与去年同期相比，几乎所有项目都有所减少。“经济的停滞”（74.5%、减少5.4pt），“自己和家人的工作、收入”（57.3%、减少5.1pt）很突出。

【行动的抑制度】和上个月相比几乎所有项目都稍微减少

和上个月相比，“体验型娱乐”（67.6%、减少2.5pt）、“旅行和度假”（73.5%、减少2.4%），与去年同期相比，“体验型娱乐”（67.6%、减少9.8pt）、“不急不重要的外出”（69.9%、减少9.5pt）等所有项目都有所减少。

【行动的实施度】和上个月相比有增加、也有减少，但变化幅度都不大

增加的有“在家里可做的运动”（45.0%、增加3.1pt），减少的有“避开高峰期，减少购物次数”（58.1%、减少3.4pt）等
疫情平息后会采取的行动[预测]... [实际情况]比[预测]高的有“在人不多密集的户外休闲”“在人不多密集的户外做运动”（均+8.8pt）、“自己做饭”（+8.3pt）等。

生活意识·行动

（单位：% / 相差：pt）

【不安度】	[实际情况]感到不安				
	21年10月	21年11月	21年12月	环比	同比
经济的停滞	72.5	72.2	74.5	+2.3	-5.4
行政的应对	70.2	65.3	71.0	+5.7	-4.6
国外局势	57.5	59.8	70.8	+11.0	+1.1
自己和家人的健康	68.0	64.4	66.9	+2.5	-3.8
信息不足和不确切性	57.7	57.4	64.1	+6.7	-3.0
自己和家人的工作、收入	57.1	57.9	57.3	-0.6	-5.1
人际关系的变化	44.2	41.0	43.1	+2.1	-1.6

【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10月	21年11月	21年12月	环比	同比	21年10月	21年11月	21年12月	环比	同比	
和人身体接触（握手，拥抱等）	77.8	76.9	74.7	-2.2	-4.2	64.9	67.9	66.3	-1.6	-1.2	-8.4
旅行和度假	83.6	75.9	73.5	-2.4	-7.6	54.1	53.5	51.9	-1.6	-4.2	-21.6
交友、交际	78.5	69.9	70.5	+0.6	-6.8	55.6	53.3	52.9	-0.4	-4.7	-17.6
不急不重要的外出	79.9	71.7	69.9	-1.8	-9.5	59.7	61.8	59.1	-2.7	-2.7	-10.8
体验型娱乐（演唱会、观剧、电影等）	76.2	70.1	67.6	-2.5	-9.8	54.0	54.5	51.7	-2.8	-6.4	-15.9
在外面就餐	78.4	67.8	65.5	-2.3	-5.6	54.1	52.8	51.0	-1.8	-4.2	-14.5
不急需的购物	71.8	64.3	62.1	-2.2	-9.4	56.5	56.9	55.7	-1.2	-3.0	-6.4

【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10月	21年11月	21年12月	环比	同比	21年10月	21年11月	21年12月	环比	同比	
做好感染对策（戴口罩、洗手等）	91.9	91.3	91.2	-0.1	-1.1	85.0	86.5	84.9	-1.6	-1.4	-6.3
充足的运动、营养和睡眠	72.8	75.2	75.7	+0.5	-0.8	80.7	84.6	82.0	-2.6	-2.9	+6.3
储备预防感染商品和日用品	68.5	68.9	67.8	-1.1	-0.7	67.9	71.3	67.9	-3.4	-5.1	+0.1
享受在家里能享受的娱乐	69.8	63.1	64.1	+1.0	-2.4	57.5	57.7	56.4	-1.3	-5.0	-7.7
不用现金支付	62.6	63.4	61.0	-2.4	-1.1	65.4	67.0	66.4	-0.6	+0.7	+5.4
避开高峰期、减少购物次数	60.6	61.5	58.1	-3.4	---	54.7	58.7	56.1	-2.6	---	-2.0
利用防疫做得彻底的店铺和设施	55.9	58.6	56.9	-1.7	---	57.0	61.4	58.3	-3.1	---	+1.4
自己做饭	57.2	55.0	52.9	-2.1	-1.2	61.9	63.8	61.2	-2.6	-1.8	+8.3
利用动画和音乐等缓存储服务	49.1	47.1	49.4	+2.3	+5.1	47.9	49.9	50.5	+0.6	+2.0	+1.1
乘坐私家车移动	47.2	47.0	47.1	+0.1	-5.4	45.7	45.9	47.5	+1.6	-2.9	+0.4
智能手机和电脑游戏	49.5	47.2	46.5	-0.7	-0.3	47.3	48.1	47.9	-0.2	+0.7	+1.4
在家里可做的运动	45.1	41.9	45.0	+3.1	+0.9	50.3	51.7	50.8	-0.9	-1.7	+5.8
在人不多密集的户外休闲	41.9	44.2	44.1	-0.1	+0.4	52.2	54.9	52.9	-2.0	-0.8	+8.8
在社交媒体浏览、投稿	39.1	40.7	41.3	+0.6	+3.7	46.2	51.2	48.9	-2.3	+2.1	+7.6
利用网购和外卖	46.5	42.3	41.0	-1.3	-3.7	44.3	43.1	42.4	-0.7	-3.2	+1.4
在人不多密集的户外做运动	40.5	42.1	40.9	-1.2	+0.2	46.8	48.9	49.7	+0.8	+0.5	+8.8
错峰上班、上学	36.1	33.8	35.7	+1.9	-2.0	37.4	40.5	38.8	-1.7	-3.1	+3.1
充实家中环境（打造通信环境和购买家电等）	29.9	30.9	33.7	+2.8	+3.9	35.8	39.6	41.3	+1.7	+2.8	+7.6
副业（包括研究）	29.5	31.1	30.8	-0.3	+0.7	33.1	32.1	31.7	-0.4	+0.4	+0.9
在家工作 [仅限在职人员]	33.3	28.2	30.6	+2.4	-1.4	32.7	31.3	31.1	-0.2	-3.4	+0.5
投资和资产运营	25.4	28.4	30.4	+2.0	+7.1	36.1	37.0	38.4	+1.4	+4.9	+8.0
买比平时好一点的东西	29.1	28.2	28.6	+0.4	+3.7	30.3	32.9	33.7	+0.8	+3.5	+5.1
做手工（手工艺、改建、DIY等）	27.0	25.3	25.9	+0.6	-1.6	32.6	34.0	32.9	-1.1	-2.0	+7.0
就业、换工作、创业（包括研究）	23.9	24.9	25.7	+0.8	+3.4	26.9	27.7	27.9	+0.2	+1.6	+2.2
在跳蚤市场应用、网上拍卖会上购物	22.8	24.9	25.1	+0.2	+2.2	25.7	30.2	29.9	-0.3	+0.7	+4.8
在跳蚤市场应用、网上拍卖会上展出、售货	23.5	26.1	24.5	-1.6	+0.9	27.4	29.1	28.5	-0.6	+0.4	+4.0
支援店铺和团体	16.8	19.8	20.5	+0.7	+2.0	21.4	24.5	22.5	-2.0	-2.6	+2.0
在线学习	19.1	17.5	19.4	+1.9	+0.4	23.3	23.9	23.7	-0.2	-3.0	+4.3
在线派对和宴会	17.7	17.5	19.3	+1.8	+1.0	18.3	19.5	20.0	+0.5	+0.1	+0.7
搬家和改建、在复数生活据点生活(包括研究)	16.0	17.8	18.4	+0.6	---	20.3	23.4	22.6	-0.8	---	+4.2

■ +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12月:1,034人
2021年11月:1,104人
2021年10月:1,092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~>

(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12月2日(星期四)~6日(星期一)(自2020年3月开始调查/每月月上旬实施调查)

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 ※感染人数数据来源:相关主页(厚生劳动省、NHK、东京都 截至12月15日)

<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 解除紧急事态宣言(39县,之后大阪·兵库·京都解除)
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 暂停GoTo旅行活动(东京,之后全国)

<2021年>

- 7月 东京第4次发出紧急事态宣言,扩大到首都圈3县和大阪
东京奥运会开幕
- 8月 蔓延防止等重点措施也适用于北海道、石川、京都、兵库、福冈
新增感染人数在全国超过2万5千人,在东京创下超过5千人的记录
紧急事态宣言(19都道府县)、蔓延防止等重点措施(8县)、延长至9月末
东京残奥会开幕
- 9月 新增感染人数减少 月初的2万多人在中旬降至6千人规模,下旬一度低于一千人
重症患者人数的减少 上月超过2000人,创新高后,持续减少,月末低于一千人
接种两次疫苗的人超过总人口的五成
紧急事态宣言(19都道府县)、蔓延防止等重点措施(8县)全面解除(9月30日)
东京都降低感染警戒1个级别(9月30日)
- 10月 新增感染人数在100人以下,在东京则降到一位数,呈持续减少的倾向
- 11月 取消大规模活动的人数上限 1都3县和大阪缓和餐饮业营业抑制的要求

<本次调查前的详细内容>

- 11月上旬 据报欧洲感染者激增(WHO发布、包括俄罗斯和东亚等欧洲管辖区53个国家在
10月最后一周,新增感染人数达世界感染人数的5成)
- 11月7日 时隔1年3个月,日本国内新冠死亡人数为零
- 11月15日 日本全国新增感染人数58人,东京7人,刷新了今年新增感染人数新低
- 11月16日 据报美国的感染者增加(截止16日,7天移动平均新增感染人数超过8万人,
比一周前增加1成)
- 11月25日 南非发表了发现新型冠状病毒的新变异毒株“奥米克戎”
- 11月30日 首次在日本国内确认奥米克戎毒株感染者
- 12月1日 发现第2例奥米克戎毒株感染者。东京对新冠疫情止对策达标的证餐饮店的人数限制
1组4人缓和到8人
新型疫情病毒疫苗第3次接种开始

<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>

■关于博报堂

博报堂成立于1895年，是一家总部设在日本的综合营销解决方案公司。博报堂集团在20个国家和地区设有办事处，在日本国内外有10,000多名专家。作为博报堂DY集团的核心广告公司，博报堂在《广告时代》(Ad Age)的“2021广告代理行业报告”中被评为世界第三大广告公司。

“生活者发想”是博报堂构想、规划和品牌建设的基础。它提醒我们，消费者不仅仅是履行经济职能的购物者，他们是有心跳的人，是具有独特生活方式的人。博报堂在20世纪80年代引入这个词来强调其对消费者的生活进行全方位研究。

博报堂以“生活者发想”为基石，将创造力、整合能力、数据和技术相结合，引领企业的营销活动，为数字化时代贡献创新力量。这使公司能够为“生活者”和整个社会带来影响并创造价值。

博报堂以其出众的创意而闻名，曾两次获得戛纳国际创意节大奖 (Grand Prix)，并在ADFFEST 2021评选中荣获“年度最佳集团网络” (Network of the Year) 称号。

要了解更多信息，请访问：www.hakuhodo.cn

【关于本信息的咨询】

博报堂 广报室 koho.mail@hakuhodo.co.jp

© 2021 Hakuhodo Institute of Life and Living, Hakuhodo Inc. All rights reserved.