

今年のお盆の過ごし方、「帰省」は37%と、コロナ環境影響が 帰省の自粛派「実家といつもより頻繁に連絡をとる」51% 「お墓参り」は5割超がする意向 ウィズコロナ時代、縮まる「心の距離」が明らかに

——日本香堂『コロナ自粛による生活者意識の変化』に関する調査——

薫香大手の(株)日本香堂(本社:東京都中央区、代表取締役社長:土屋 義幸)は、新型コロナウイルス感染拡大防止のための移動自粛要請が全国解除されて間もない6月23~24日に、全国の成人男女1,036名を対象とした『コロナ自粛による生活者意識の変化』に関する調査を実施。ここに調査結果を発表します。

本調査では、コロナの影響が大きく、今年ならではの〈お盆と夏休みの過ごし方、予定〉に加え、〈自粛生活における意識・行動の変化〉が明らかになっています。また、「社会的距離(ソーシャルディスタンス)」を埋め合わせるかのような、「心の距離(エモーションナルディスタンス)」緊密化の兆しも見て取れます。

《調査結果のポイント》

“3密回避”の取組みとストレスの実感

「人が集まる場所への出入り」「不要不急の外出」自粛の取組みは9割超に。…………… 2
一方、「日常のささやかな楽しみ」の我慢には4~5割が『ストレスを感じた』。

“コロナ前”と比較した生活上の変化と定着意向

《自宅過ごす時間》 〈4人に3人〉が増えた“おうち時間”。…………… 3
増加のままを望む声は、シニア層を除き半数以上に。

《家族コミュニケーション》 同居家族との時間・会話が aumentata 人は半数以上、…………… 4
別居家族との通話・通信も3~4割で増加。

《祈り・供養》 〈4人に1人〉で増えた“大切な故人への語りかけ”。…………… 4
“新しい日常”にも望まれる 心の拠り所・安らぎのひと時。

《健康への意識》 約6割の人で増えた、家族や自分の“カラダへの気遣い”。…………… 5
大多数に根づく“新しい日常”での健康意識。

《感謝の気持ち》 6割の人が自覚した、医療・生活インフラの支え手への“感謝の念”。…………… 5
2割の人が奮発した、家族や友人に謝意を示す“ふるまい”。

《情報リテラシー》 オンライン会合は、業務上・プライベートとも4割前後の人で増加、…………… 6
通話・通信による交遊も3割超で。定着を望む声は約6割に。

《回顧・内省》 3~4割の人で増えた“振り返り”と“見つめ直し”の時。…………… 6
その定着を望む声は7~8割の高水準に。

「今年の夏休みの過ごし方」に対する意向

今年の夏休み、移動緩和は「近場のお出かけ(69%)」「お墓参り(51%)」から。…………… 7
過ごし方の代表格である「帰省」は37%に。帰省の“積極派”と“慎重派”が拮抗。

「帰省自粛の代替行動」に対する意向

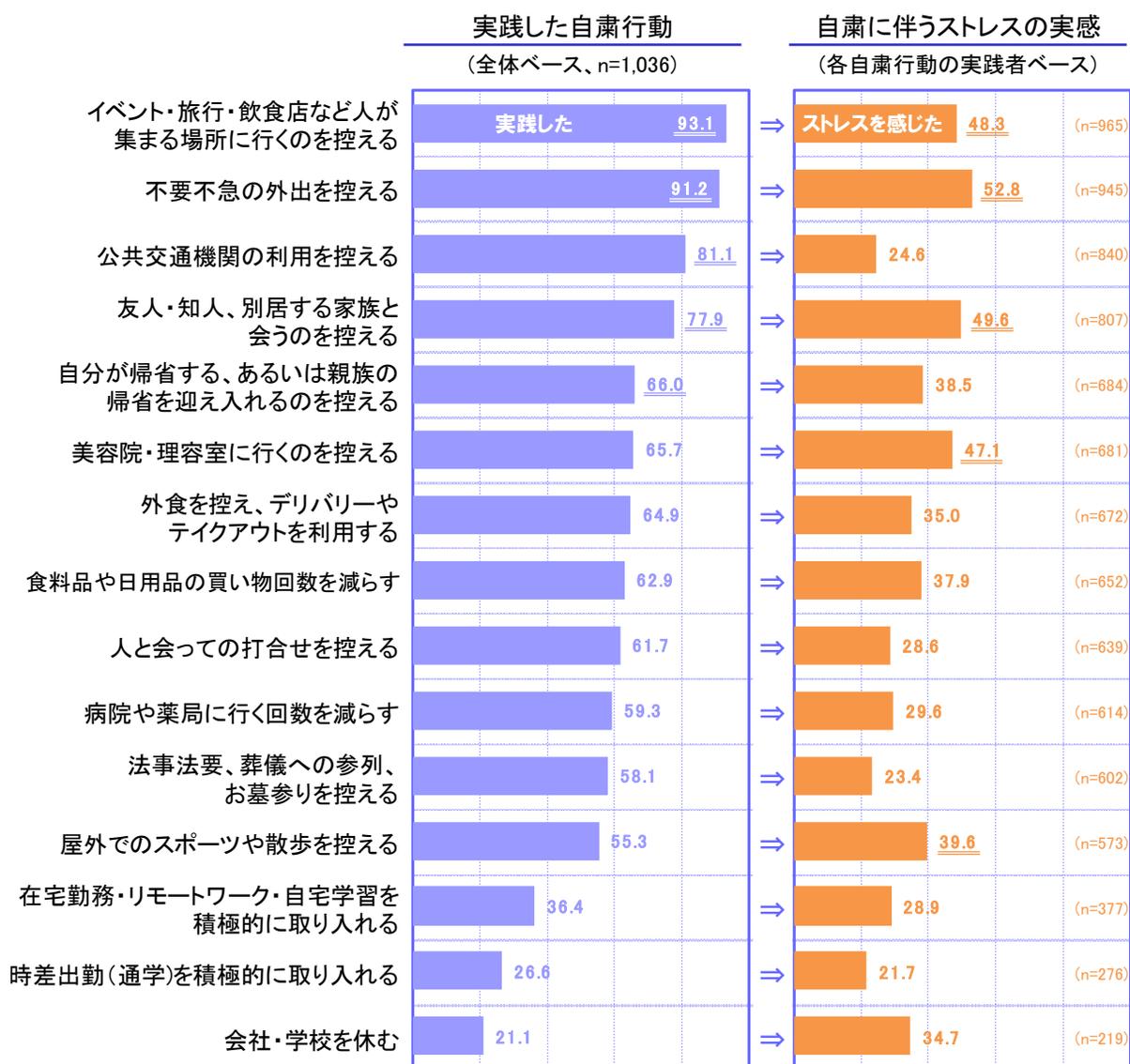
帰省は控えても、会えない家族との“心の距離”はより緊密に。…………… 8
「電話やメールをより頻繁に」半数以上、「お盆の供え物・特産品を贈る」3割強。

＜本件に関する報道関係者様からのお問い合わせ先＞

“3密回避”の取組みとストレスの実感

「人が集まる場所への出入り」「不要不急の外出」自粛の取組みは9割超に。
一方、“日常のささやかな楽しみ”の我慢には4～5割が「ストレスを感じた」。

図表1 自粛要請期間中、“3密回避”のために実践した行動とストレスの実感



注：「実践した自粛行動」についての設問文は、『新型コロナウイルス感染拡大防止のために自粛要請期間中、あなたが実践されてきた行動として、次にあげる事柄はどの程度あてはまりますか』。掲載数値は、「あてはまる」「どちらかといえばあてはまる」と回答した人の合計割合。

「自粛に伴うストレスの実感」についての設問文は、『前問で、あなたが「あてはまる」あるいは「どちらかといえばあてはまる」と回答された事柄について、さらに伺います。その行動を実践されるにあたり、あなたはストレスを感じられたことはありますか』。掲載数値は、各項目の「実践者」における「ストレスを感じた」「どちらかといえばストレスを感じた」と回答した人の合計割合。

自粛要請期間中、“3密回避”のために行動を控えた事柄として、①「イベント・旅行・飲食店など人が集まる場所への出入り」(93%)、②「不要不急の外出」(91%)が9割を超え、次いで③「公共交通機関の利用」(81%)、④「友人・知人、別居家族との対面」(78%)、⑤「帰省あるいは帰省の迎え入れ」(66%)と、大多数の人が“密閉・密集・密接”を避けるルールを理解し、遵守に努めてきた様子が見てとれる。

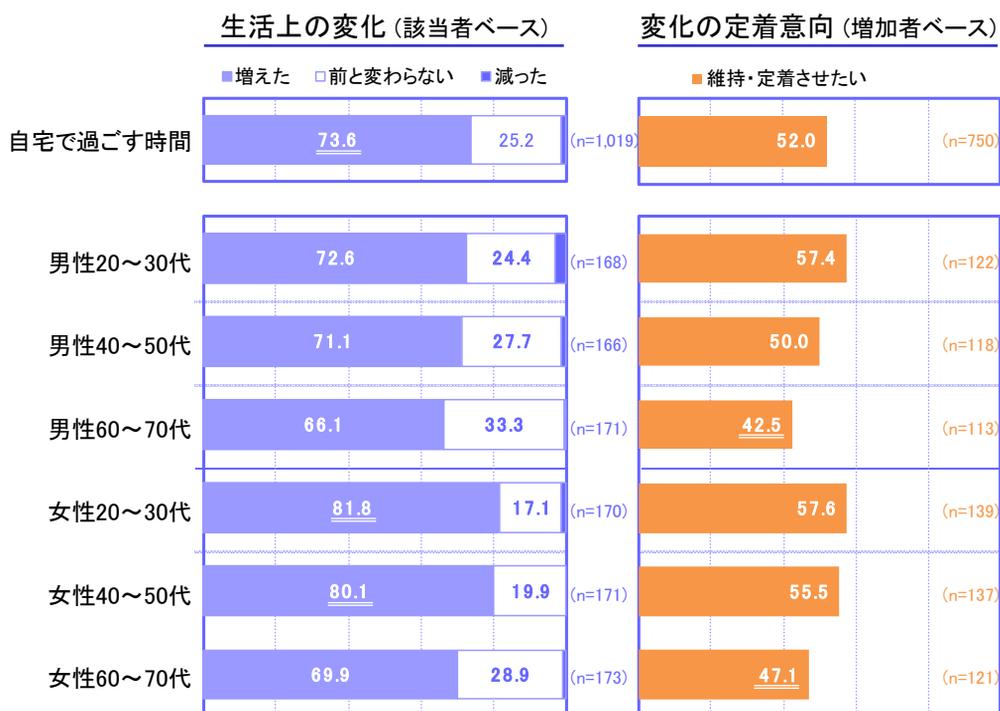
一方、自粛に伴いストレスを感じた事柄として、実践者の半数前後が①「不要不急の外出」(53%)、②「友人・知人、別居家族との対面」(50%)、③「人が集まる場所への出入り」(48%)を挙げ、次いで④「美容院・理容室の利用」(47%)、⑤「屋外スポーツや散歩」(40%)と、“日常のささやかな楽しみ”を我慢することの心労を訴えている。

“コロナ前”と比較した生活上の変化と定着意向①

《自宅で過ごす時間》〈4人に3人〉が増えた“おうち時間”。

増加のままを望む声は、シニア層を除き半数以上に。

図表2-1 “コロナ前”と比較した意識・行動の変化と定着意向：《自宅で過ごす時間》



注：「生活上の変化」についての設問文は、『3密を避けてソーシャルディスタンスを保つ様々な自粛要請が発せられる以前(コロナ前)に比べ、あなたの生活は次にあげる事柄において、どの程度の変化がありましたか』。掲載数値は、「元々やっていない」を除いた「該当者」における「増えた」「やや増えた」と回答した人の合計割合。「変化の定着意向」についての設問文は、『前問で、あなたが「増えた」あるいは「やや増えた」と回答された事柄について、さらに伺います。その事柄は、増加した水準のまま今後もあなたの生活様式や価値観として維持・定着させたいと思われませんか』。掲載数値は、「増加者」における「維持・定着させたい」「どちらかといえば維持・定着させたい」と回答した人の合計割合。以下同様。

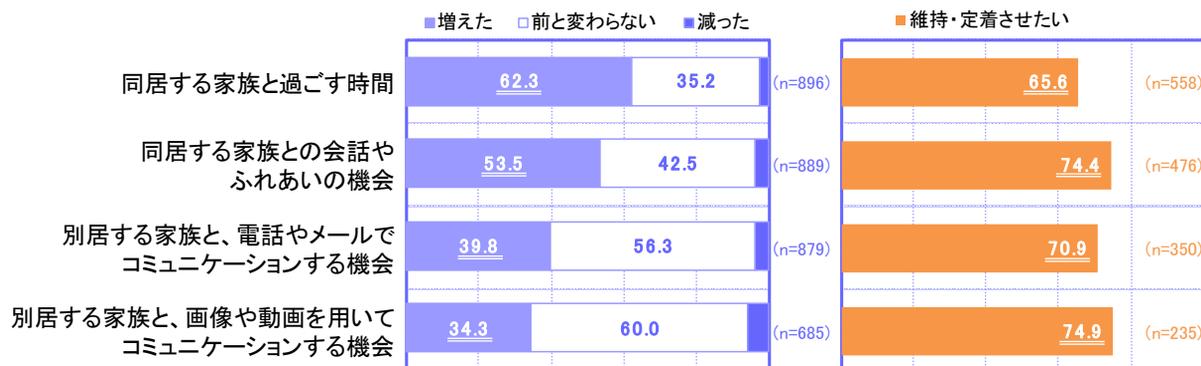
自粛要請が発せられる以前(コロナ前)に比べ、「自宅で過ごす時間」が増えたと、該当者全体の〈4人に3人〉(74%)が回答し、特に「女性20～30代」(82%)と「女性40～50代」(80%)では8割にのぼる。

また“おうち時間”が増加した人のうち、その水準を「維持・定着させたい」とする声は半数を超える(52%)が、「男性60～70代」(43%)と「女性60～70代」(47%)のシニア層ではやや低調。

“コロナ前”と比較した生活上の変化と定着意向②

《家族コミュニケーション》 同居家族との時間・会話が増えた人は半数以上、
別居家族との通話・通信も3～4割で増加。

図表2-2 “コロナ前”と比較した意識・行動の変化と定着意向：《家族コミュニケーション》

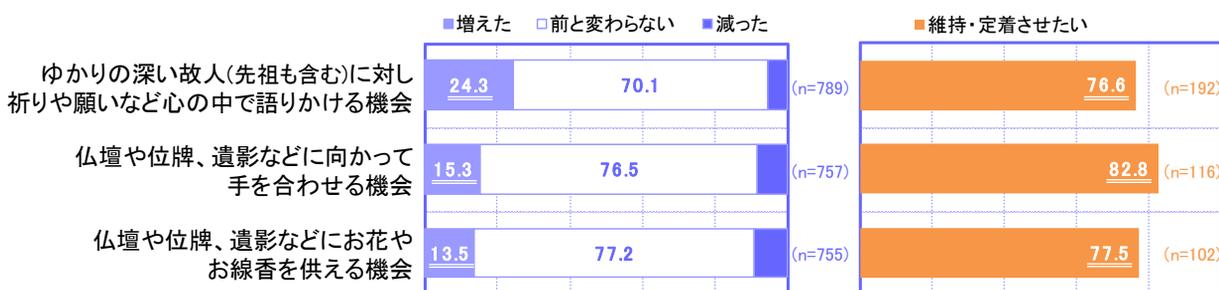


“おうち時間”の増加に伴い、「同居家族と過ごす時間」(62%)や「同居家族との会話やふれあいの機会」(54%)について、半数以上が増えたと回答。また別居家族とも「電話・メールで」(40%)、「画像・動画で」(34%)と、対面接触を控えながらも盛んにやりとりしていた様子が窺える。

さらに、同居・別居問わず家族とのコミュニケーションが増えた層では、その水準を「維持・定着させたい」とする声が増え、今回の自粛期間が“家族のつながり”を再確認させる契機となった可能性が示唆される。

《祈り・供養》 〈4人に1人〉で増えた“大切な故人への語りかけ”。
“新しい日常”にも望まれる心の拠り所・安らぎのひと時。

図表2-3 “コロナ前”と比較した意識・行動の変化と定着意向：《祈り・供養》



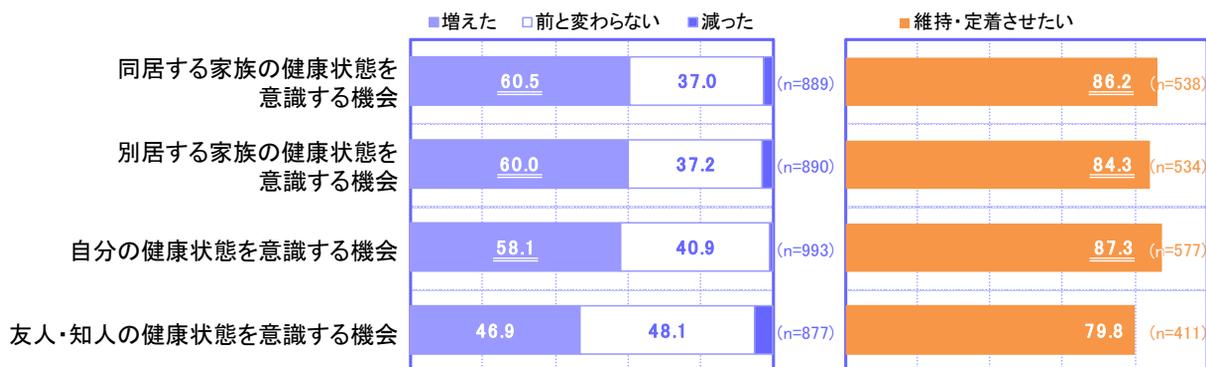
日々の暮らしに根づいた祈り・供養の習慣については、「コロナ前と変わらない」が大勢を占める中、〈4人に1人〉(24%)は「ゆかりの深い故人に心の中で語りかける」ことが増えたと回答。さらに具体的な行為を伴う「仏壇・位牌・遺影に手を合わせる」(15%)、「お花やお線香を供える」(14%)でも約15%の人で増加が認められる。

こうして大切な故人との絆をより深めた層では、今後も増えた機会を定着させたいと望む声が増え、約8割と極めて高く、未曾有の経験に揺れ動いた心の拠り所として、見守られているような安らぎのひと時としての実感を強めたゆえと解釈できようか。

“コロナ前”と比較した生活上の変化と定着意向③

《健康への意識》 約6割の人で増えた、家族や自分の“カラダへの気遣い”。
大多数に根づく“新しい日常”での健康意識。

図表2-4 “コロナ前”と比較した意識・行動の変化と定着意向：《健康への意識》

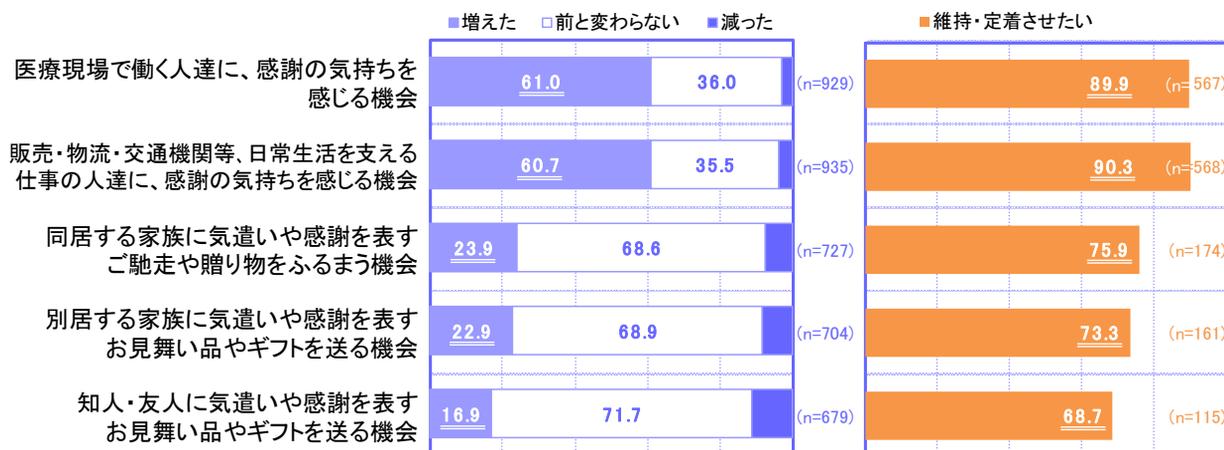


感染者数の推移を報じる連日のニュースに日本中が神経を尖らせていたこの時期、約6割の人が「同居家族」(61%)や「別居家族」(60%)、「自分」(58%)の健康を意識することが増えたと回答。

さらに、自分・家族の“カラダへの気遣い”をこのまま「維持・定着させたい」とする声は8割を超え、“新しい日常”下にあっても気を緩めない健康意識が根づいていると見てとれる。

《感謝の気持ち》 6割の人が自覚した、医療・生活インフラの支え手への“感謝の念”。
2割の人が奮発した、家族や友人に謝意を示す“ふるまい”。

図表2-5 “コロナ前”と比較した意識・行動の変化と定着意向：《感謝の気持ち》



自粛期間中も感染リスクと闘いながら社会機能を守り続けた「医療現場で働く人達」(61%)や「販売・物流・交通機関等、日常生活を支える仕事の人達」(61%)に対し、6割の人が感謝の気持ちが高まったと回答し、その9割から感謝の念をこのまま持ち続けたいとの声があがる。さらに2割前後の人が、周囲への気遣いや感謝の徴として、「同居家族にご馳走や贈り物」(24%)、「別居家族に見舞品やギフト」(23%)、「友人・知人に見舞品やギフト」(17%)と、これまで以上の“ふるまい”を奮発し、その7割が今後もやり続けたいとの意向を示す。

“コロナ前”と比較した生活上の変化と定着意向④

《情報リテラシー》 オンライン会合は業務上・プライベートとも4割前後の人で増加、
通話・通信による交遊も3割超で。定着を望む声は約6割に。

図表2-6 “コロナ前”と比較した意識・行動の変化と定着意向：《情報リテラシー》

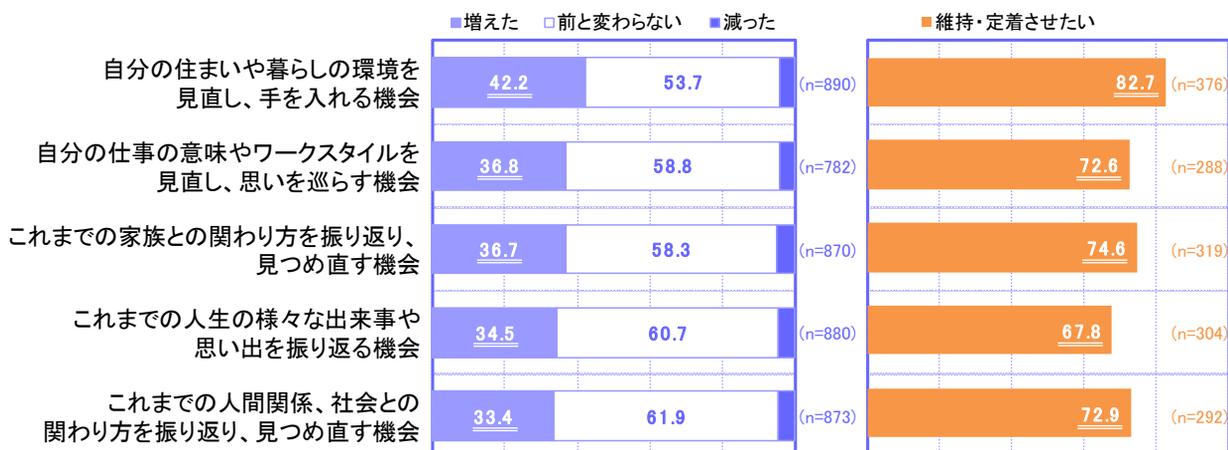


コロナ前に比べ、テレビ会議等での「オンライン会議・打合せ・会合」(42%)や「オンライン飲み会・お茶会・おしゃべり」(37%)に対し、4割前後の人が増えたと回答。また友人・知人との「電話・メール」(35%)、「画像・動画」(33%)による交遊も3割以上の人で増加が見られ、いずれも増えたままの定着を望む声は約6割と高い。

この自粛期間が社会全体の情報リテラシーを底上げする契機となった可能性が示唆される。

《回顧・内省》 3～4割の人で増えた“振り返り”と“見つめ直し”の時。
その定着を望む声は7～8割の高水準に。

図表2-7 “コロナ前”と比較した意識・行動の変化と定着意向：《回顧・内省》

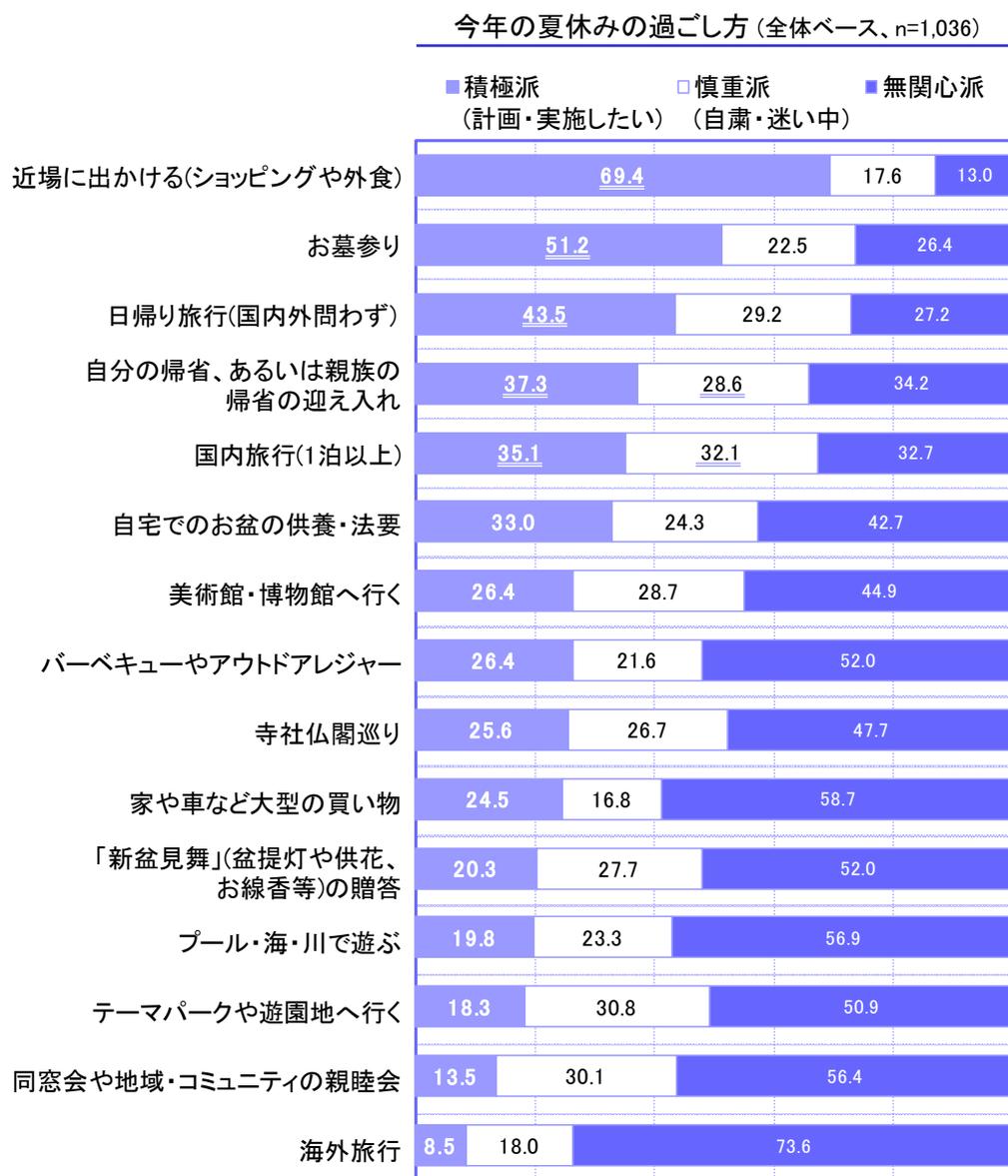


これまでの日常を一変させた自粛期間中を、自身と向きあい、従来とは違ったやり方を検討する好機と捉えた人は少なくなく、「住まいや暮らしの環境」(42%)や「仕事の意味やスタイル」(37%)、「家族との関わり方」(37%)、「様々な出来事や思い出」(35%)、「人間関係や社会との関わり方」(33%)等、振り返ることが増えたとの回答は3～4割にのぼる。さらに、内省を深めた層では、その水準を「維持・定着させたい」とする声は7～8割に達し、コロナ禍が後の社会の行動様式や価値観に大きな影響を及ぼす画期となったかも知れない可能性が示唆される。

「今年の夏休みの過ごし方」に対する意向

今年の夏休み、移動緩和は「近場のお出かけ」「お墓参り」「日帰り旅行」から。例年トップを争う「帰省」と「国内旅行」は後退し、積極派と慎重派が拮抗。

図表3 移動自粛要請の全国解除直後における「今年の夏休みの過ごし方」意向



註：設問文は、『あなたご自身は、今年の夏休み・お盆休みをどのようにお過ごしになりたいとお考えですか。具体的に計画が決まっていなくても、予定に組み入れた意向の強さ・弱さでご回答ください』。掲載数値は、『積極派』が「計画したい・実施したい」と「どちらかといえば計画したい・実施したい」と回答した人の合計割合。同様に、『慎重派』は「計画・実施したいが、今夏は自粛すべきか迷うところ」「計画・実施したいが、今夏は自粛すべきと断念」、『無関心派』は「計画・実施したいと思わない」「どちらかといえば計画・実施したいと思わない」と回答した人のそれぞれ合計割合。

県境をまたぐ移動自粛要請の全国解除を待って、今年の夏休みの過ごし方に関する計画・意向を伺ったところ、①「近場のお出かけ」(70%)を筆頭に、②「お墓参り」(51%)、③「日帰り旅行」(44%)と、比較的近距離の移動が上位を占め、例年トップを争っている④「帰省(迎え入れ含む)」(37%)と⑤「国内旅行」(35%)が共に大きく後退。

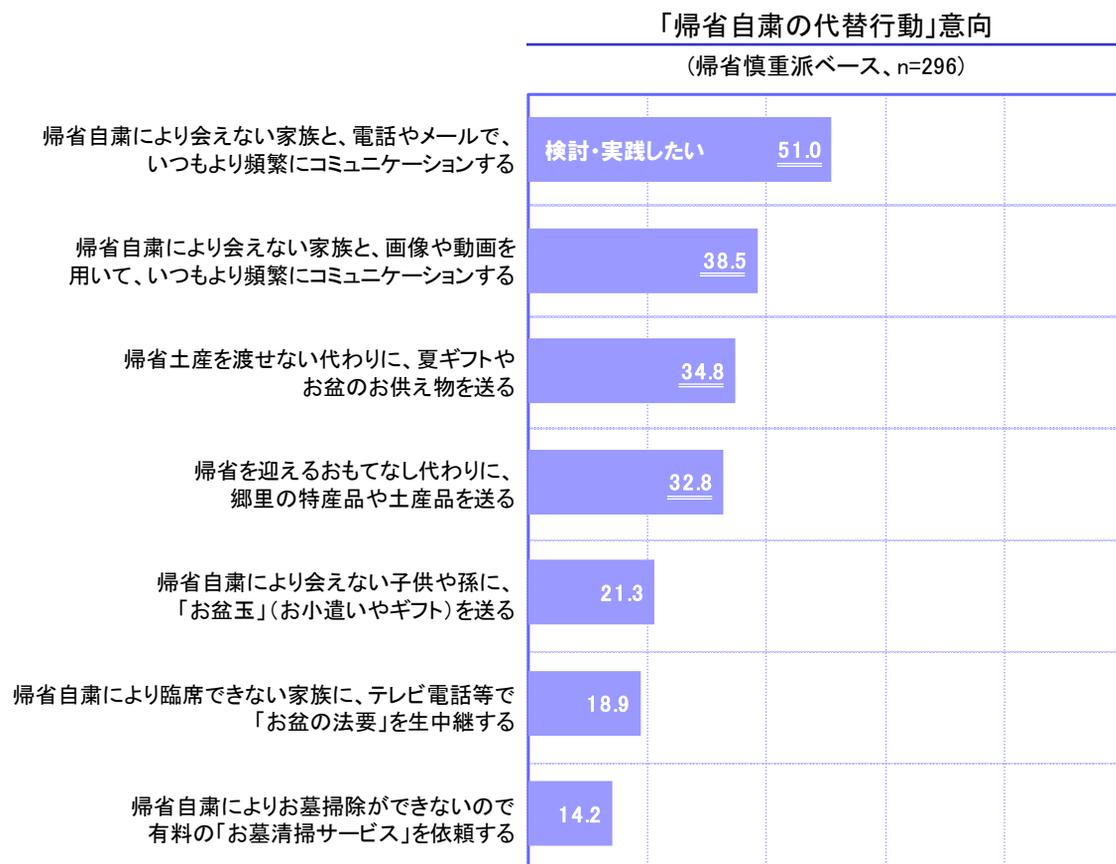
「帰省」では「計画・実施したい」とする“積極派”と“自粛・迷い中”の慎重派の勢力比が57:43、「国内旅行」では52:48と拮抗しており、行きたい気持ちは強くとも宿泊を伴う移動には依然、自粛ムードの色が濃く残っているように見受けられる。

「帰省自粛の代替行動」に対する意向

帰省は控えても、会えない家族との“心の距離”はより緊密に。

「通話・通信をより頻繁に」4～5割、「お盆の供え物・特産品を贈る」3割強。

図表4 「帰省自粛の代替行動」に対する意向



註：設問文は、『自分の帰省、あるいは親族の帰省の迎え入れ』について、「計画・実施したいが、今夏は自粛すべきか迷うところ」あるいは「今夏は自粛すべきと断念」と回答された方に伺います。ご自身の帰省や親族の帰省の迎え入れを自粛される場合、それに代わるものとして、次に挙げる事柄にどの程度ご関心がおありですか。掲載数値は、「帰省慎重派」における「検討したい・実施したい」「どちらかといえば検討したい・実施したい」と回答した人の合計割合。

今夏の帰省あるいは帰省の迎え入れに慎重な態度を示す層に、それに代わって検討・実施したい事柄を伺ったところ、会えない家族に①「電話・メールをより頻繁に」(51%)、②「画像・動画をより頻繁に」(39%)の意向が高く示され、自粛期間中と同様、本来は一緒に過ごせた時間の、少しでも埋め合わせを求める心情が窺われる。さらに、③「帰省土産代わりのギフト・お盆の供え物」(35%)、迎える側は④「もてなし代わりの特産品・土産物」(33%)の贈答を<3人に1人>が検討しており、そこには“物理的距離”は無理でも“心理的距離”は近づけたいとする創意と意欲が見てとれる。

《調査概要》

■調査名

『コロナ自粛による生活者意識の変化』に関する調査

■調査対象

全国の20～79才の男女 1,036名

《性・年代》

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
男性	86	86	86	86	87	87	518
女性	86	86	86	86	87	87	518

《未既婚》

未婚	既婚	計
383	653	1,036

《地 域》

北海道	東北	関東	中部	近畿	中四国	九州	計
49	57	408	174	196	74	78	1,036

《子供の有無》

なし	あり	計
433	603	1,036

■調査時期

2020年6月23日(火)～6月24日(水)

■調査方法

インターネット調査 (株式会社マクロミル)

《本件に関するお問い合わせ先》

株式会社 日本香堂 広報事務局 ((株)Clover PR内) 担当: 福本

TEL. 03-6452-5220 FAX. 03-6452-5221

E-MAIL cloverpr@cloverpr.net

〒150-0043 渋谷区道玄坂2-10-7 新大宗ビル2号館14F