

## 2021年6月 新型コロナウイルスに関する生活者調査

# 6月の「生活自由度」は54.3点に微増 緊急事態宣言が主要都道府県で続くも、不安や行動の抑制はゆるむ

株式会社博報堂(本社-東京)のシンクタンク博報堂生活総合研究所は2021年6月、新型コロナウイルスが流行している昨今の生活者意識や行動について「新型コロナウイルスに関する生活者調査」を実施しました(調査期間は6月3~7日、対象は首都圏・名古屋圏・阪神圏の20~69歳の男女1,500名。調査概要は4ページ参照)。

【調査実施前の状況】全国的な感染拡大の中で、5月上旬には全国市町村で高齢者ワクチン接種が始まるも、予約を巡り多くの混乱が生じる。5月下旬から自衛隊による大規模接種会場が東阪で開設。緊急事態宣言は、北海道、岡山、広島への適用が決定。東京、愛知、大阪、京都、兵庫ほか既発出地域に沖縄も加え、10都道府県で5月31日の期限を6月20日まで再延長。5月下旬には新規感染者数は連日低下傾向をみせるも重症者数は高止まりで推移。変異株や人流増と五輪開催への懸念などが高まる中での調査です。

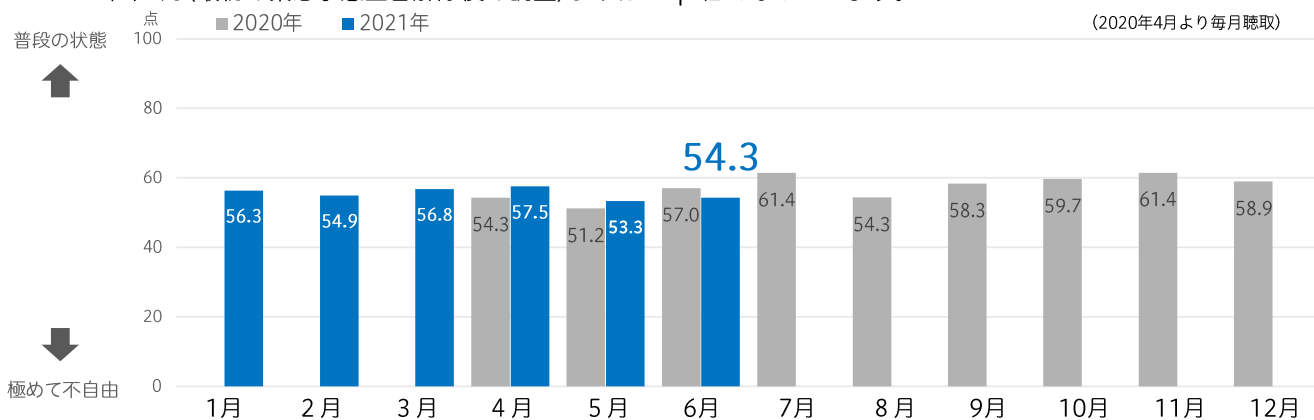
### 新型コロナウイルス影響下での「生活自由度」

# 2021年6月は、54.3点

前月差  
+ 1.0pt

前年同月差  
- 2.7pt

暮らしの自由度について感染拡大以前の普段の状態を100点とすると、現在は何点くらいかをきいたところ、2021年6月は54.3点となりました。緊急事態宣言は継続していますが、前月より1.0pt増加となりました。昨年6月(最初の緊急事態宣言解除後の調査)よりは2.7pt低くなっています。



※調査では小数第2位まで集計していますが、本稿は小数第1位まで(小数第2位を四捨五入)を表示しているため、点数差は見た目の数値と異なる場合があります。

### 新型コロナウイルス影響下での意識・行動

【不安度】は全項目で前月より減少。「経済の停滞」(76.9%)、「海外の情勢」(65.9%)が共に4.4pt減で目立ちます。【行動の抑制度】も全項目で前月より減少。「不要不急の買い物」(72.1%、5.5pt減)、「人とのボディタッチ」(80.5%、5.2pt減)の減少が目立ちます。【行動の実施度】では、「混む時間を避けたり、来店頻度を減らした買い物」(60.1%、8.7pt減)、「家の中でできる娯楽」(71.6%、5.5pt減)、「人が密集しない屋外での運動」(40.1%、5.4pt減)などの減少が目立っています。

		回答率 「あてはまる」「ややあてはまる」の計	前月差	前年同月差
【不安度】 感じている不安	経済の停滞	76.9%	- 4.4pt	- 6.1pt
	海外の情勢	65.9%	- 4.4pt	- 8.8pt
	行政の対応	78.7%	- 3.6pt	+ 1.3pt
【行動の抑制度】 控えている行動	不要不急の買い物	72.1%	- 5.5pt	- 11.5pt
	人とのボディタッチ	80.5%	- 5.2pt	- 1.5pt
	不要不急の外出	80.5%	- 4.6pt	- 8.4pt
【行動の実施度】 行っている行動	混む時間を避けたり、来店頻度を減らした買い物	60.1%	- 8.7pt	(聴取なし)
	家の中でできる娯楽	71.6%	- 5.5pt	- 5.7pt
	人が密集しない屋外での運動	40.1%	- 5.4pt	- 3.2pt

# 新型コロナウイルス影響下での「生活自由度」

## 6月の生活自由度は54.3点。緊急事態宣言が継続している中で、前月より1.0pt増加

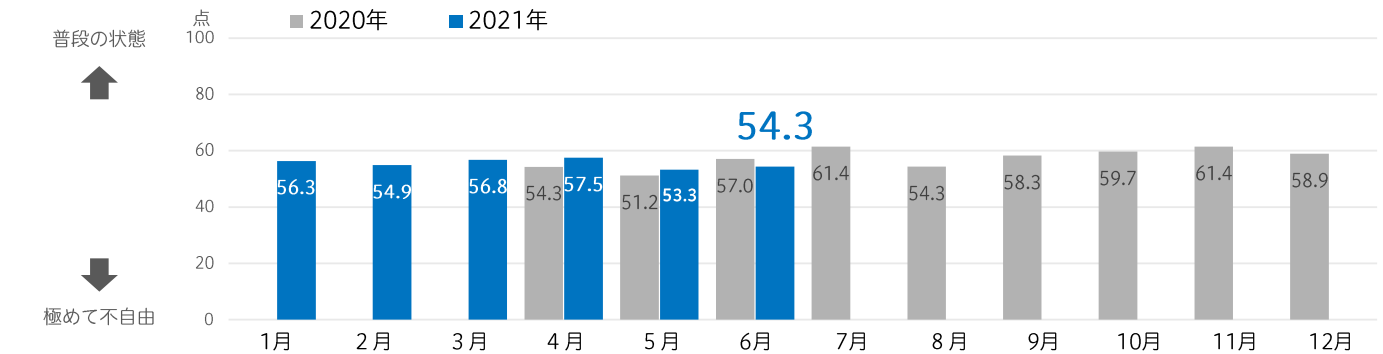
緊急事態宣言が続く中でも、生活自由度は微増となりました。年明けから長らくなんらかの自粛生活を求められ続ける中で、調査直近には東阪の感染者数が顕著に減少を続けたことに加え、ワクチン接種が高齢者限定ながら一般に開始されたことなども影響を与えていると考えられます。ただし、第1次緊急事態宣言明けに生活自由度が高まった昨年6月(57.0点)と比べると2.7pt低く、昨年のように高まったわけではありません。

## 自由回答では「生活の断捨離機会」「快適化した」との評価の一方、「非日常の喪失」「終わりがみえない苛立ち」の声

生活自由度が高い人の理由には、「インドア派で大きな影響はない」という一定の声があるほか、「断捨離できて生きやすくなった」「在宅勤務はプラス」「飲み会が好きでなく不自由ではない」との積極評価や、「結構適応できるようになった」「快適になってきた」など順応化したとの声があります。生活自由度が中程度の人からは、「非日常的なことが全くできていない」「マスクが暑い」「いつまで続くのか」との声の一方、「心の不自由はない」「ストレス発散に工夫している」との回答もあります。生活自由度が低い人からは、経済的不安や健康不安のほか、「生活が激変し単調な毎日」「誰とも話さず一日が終わる」との苦境を訴える声も。「終わりが見えないモヤモヤ」「見通しが立たない状況に苛立ち」を挙げる声も目立ちました。

### 生活自由度

(単位: 点 / 差分: pt)



前月差	2020年	---	---	---	---	-3.1	+5.9	+4.4	-7.1	+4.0	+1.4	+1.7	-2.5
	2021年	-2.6	-1.4	+1.9	+0.8	-4.2	+1.0						
前年同月差	---	---	---	+3.2	+2.1	-2.7							

■ +5pt以上 ■ +10pt以上 ■ -5pt以下 ■ -10pt以下

※調査では小数第2位まで集計していますが、本稿は小数第1位まで(小数第2位を四捨五入)を表示しているため、点数差は見た目の数値と異なる場合があります。

### 生活自由度の理由(一部抜粋)

生活自由度	理由	点	性別・地域
高 (61点以上)	自分の人生に必要なものや人を断捨離できて、生きやすく感じられるようになったから、今の方が幸せだと思う。この生活がずっと続けばいい。	100点	51歳女性・愛知県
	自由な外出や外食はできないが、元々インドア派なので大きな影響やストレスはない。	90点	60歳女性・兵庫県
	友人と気楽に会えない不自由さはあるけれど、飲み会などがもともと好きではなかったので特に不自由でもないです。今の生活には結構適応できるようになってきている。ただ今後の経済などが不安なので80点です。	80点	43歳女性・大阪府
	在宅勤務で得られることは大きい。身体がとにかく楽なのでプラス。但し、旅行や帰省、飲み会、友人と会うことなどができないのは大きなマイナス。	75点	46歳男性・東京都
	出かける機会が減ったものの、最近は何もしないことが快適になってきているので70点。マスクをつけて出かけなくてはならないのでマイナス30点。	70点	63歳女性・神奈川県
中 (41~60点)	仕事や基本的な生活パターンは変わらないが、今まで買わなくてもよかったマスクや消毒液を買わなければならないようになったり、非日常的な事が全く出来てないから。	60点	55歳女性・大阪府
	外出できる地域は限られているけれど、在宅が増えることでペットとの時間や、自分の時間、人生を見直したりできている。離れている親の大切さがわかったので、不自由ではあっても、心の不自由ではないかもしないかと思ったから。	50点	42歳女性・東京都
	マスクを着けるのが特に夏場は不快。子ども達をレジャーを含めどこにも連れて行けない。実家にも連れて行ってないの、親族の顔を知らないままになっている。	50点	40歳男性・愛知県
	外出自粛で不自由を感じるが、ストレス発散や息抜きを工夫している。	50点	64歳男性・神奈川県
	元々インドアタイプなので、とりたてて不自由は感じないが、家族が共に過ごす時間が増え、たまにストレスを感じる。また外食や旅行は、皆が我慢しているので耐えられるものの、たまには行きたいと感じる。思い通りにならない日常がいつまで続くのかな……と考えることも増えたため、評価の点数は低めになる。	45点	48歳女性・兵庫県
低 (40点以下)	生活のベースには慣れてきたし、新しい趣味も見つけたため家での生活などでは不自由さは感じないが、収入が減り経済的な不安が大きい。家族や友人と気軽に会えない状況が続いている。終わりが見えていないためモヤモヤが解消されない。	30点	35歳女性・東京都
	仕事しかできる(する)事がなく、ストレスが溜まる。具体的に見通しが立たない状況に苛立ちを感じる。	30点	39歳女性・兵庫県
	全面的に生活が変化したから。航空業界に勤めていたため、仕事は全て休みになった。東京に住んでいたが、実家に戻り毎日何も刺激のない生活を送っているため。	10点	25歳女性・愛知県
	実家にも帰れず、誰とも話さないまま一日が終わることが毎日のようになった。就活も、社会の変化でまた状況が変わるのではないかと不安でなかなかモチベーションが上がらない。毎日独りでダラダラと一日が終わる暮らしを続けているから。	10点	21歳男性・神奈川県
	もともとベッド上で安静にしている必要があり不自由ではあったが、コロナ対策でこんなに借金をしなければならないほど追い詰められるとは思っていなかった。	5点	51歳女性・兵庫県

# 新型コロナウイルス影響下での意識・行動[実態]と収束後の行動[予想]

## 【不安度】は全項目で前月より減少

「経済の停滞」(76.9%)、「海外の情勢」(65.9%)が共に4.4pt減で目立ちます。

## 【行動の抑制度】も全項目で前月より減少

「不要不急の買い物」(72.1%、5.5pt減)、「人とのボディタッチ」(80.5%、5.2pt減)の減少が目立ちます。

収束後に控えると思う行動[予想]…全項目で[実態]より低く、差が大きいのは「旅行・レジャー」(-38.2pt)、「体験型エンタメ」(-33.6pt)など。

【行動の実施度】は「混む時間を避けたり、来店頻度を減らした買い物」(60.1%、8.7pt減)、「家の中でできる娯楽」(71.6%、5.5pt減)が前月より減少  
その他「人が密集しない屋外での運動」(5.4pt減)、「インターネット通販や出前の利用」(4.6pt減)など。増加で目立った項目はありません。

収束後に取り組むと思う行動[予想]…[実態]より高いのは「人が密集しない屋外でのレジャー」(+8.4pt)、「十分な運動・栄養・睡眠」(+8.1pt)など。  
逆に低いのは「家の中でできる娯楽」(-17.9pt)、「感染対策の徹底(マスク着用や手洗いなど)」(-11.5pt)となっています。

## ■ 生活意識・行動

(単位：% / 差分：pt)

【不安度】	[実態] 感じている不安					[予想] 収束後に控えると思う行動					予想と実態の差 (最新月)
	21年4月	21年5月	21年6月	前月差	前年同月差	21年4月	21年5月	21年6月	前月差	前年同月差	
行政の対応	76.1	82.3	78.7	-3.6	+1.3	55.2	51.2	46.7	-4.5	-16.9	-38.2
経済の停滞	77.3	81.3	76.9	-4.4	-6.1	60.4	58.9	54.7	-4.2	-16.4	-25.8
自分や家族の健康	68.3	71.9	70.8	-1.1	+2.9	65.8	65.1	58.9	-6.2	-13.5	-21.6
情報の不足や不確かさ	62.9	67.1	66.8	-0.3	-1.1	57.9	57.9	53.7	-4.2	-10.2	-17.9
海外の情勢	68.2	70.3	65.9	-4.4	-8.8	68.9	71.8	67.9	-3.9	-4.4	-1.0
自分や家族の仕事・収入	59.1	60.7	58.6	-2.1	-3.3	67.1	69.1	64.7	-4.4	-1.6	+1.7
人づきあいの変化	46.1	47.8	47.5	-0.3	+2.8	60.6	61.1	53.7	-7.4	---	-6.4

【行動の抑制度】	[実態] 控えている行動					[予想] 収束後に控えると思う行動					予想と実態の差 (最新月)
	21年4月	21年5月	21年6月	前月差	前年同月差	21年4月	21年5月	21年6月	前月差	前年同月差	
旅行・レジャー	84.3	88.8	84.9	-3.9	-3.9	55.2	51.2	46.7	-4.5	-16.9	-38.2
不要不急の外出	80.5	85.1	80.5	-4.6	-8.4	60.4	58.9	54.7	-4.2	-16.4	-25.8
人とのボディタッチ(握手やハグなど)	80.1	85.7	80.5	-5.2	-1.5	65.8	65.1	58.9	-6.2	-13.5	-21.6
体験型エンタメ(ライブ・観劇・映画鑑賞など)	79.5	84.9	80.3	-4.6	-5.1	55.7	53.9	46.7	-7.2	-17.8	-33.6
交友・交際	79.1	84.5	79.9	-4.6	-4.6	54.9	54.7	48.4	-6.3	-13.9	-31.5
外食	74.9	80.5	77.0	-3.5	-6.8	53.4	51.4	47.7	-3.7	-14.3	-29.3
不要不急の買い物	70.9	77.6	72.1	-5.5	-11.5	56.7	56.3	51.7	-4.6	-17.5	-20.4

【行動の実施度】	[実態] 取り組んでいる行動					[予想] 収束後に取り組むと思う行動					予想と実態の差 (最新月)
	21年4月	21年5月	21年6月	前月差	前年同月差	21年4月	21年5月	21年6月	前月差	前年同月差	
感染対策の徹底(マスク着用や手洗いなど)	91.7	94.2	92.5	-1.7	-0.7	82.0	83.8	81.0	-2.8	-4.8	-11.5
十分な運動・栄養・睡眠	72.7	77.5	74.9	-2.6	-2.1	79.7	83.8	83.0	-0.8	-0.1	+8.1
家の中でできる娯楽	67.9	77.1	71.6	-5.5	-5.7	57.9	57.9	53.7	-4.2	-10.2	-17.9
感染対策商品や日用品の備蓄	69.5	73.1	68.9	-4.2	+1.6	68.9	71.8	67.9	-3.9	-4.4	-1.0
キャッシュレスでの支払い	64.9	65.7	63.0	-2.7	+0.4	67.1	69.1	64.7	-4.4	-1.6	+1.7
混む時間を避けたり、来店頻度を減らした買い物	61.3	68.8	60.1	-8.7	---	60.6	61.1	53.7	-7.4	---	-6.4
感染対策を徹底している店や施設の利用	55.9	61.9	58.4	-3.5	---	57.7	62.1	55.7	-6.4	---	-2.7
自分で料理する	57.9	60.6	57.3	-3.3	-2.6	63.4	66.9	63.3	-3.6	-1.1	+6.0
自家用車での移動	51.1	54.0	50.3	-3.7	-2.5	47.8	50.2	46.2	-4.0	-3.9	-4.1
ストリーミングサービスの利用(動画や音楽など)	46.5	49.5	48.9	-0.6	+2.4	48.9	49.6	49.6	±0.0	+0.9	+0.7
スマホやパソコンなどでのゲーム	48.3	50.8	48.5	-2.3	+0.1	46.5	49.1	47.7	-1.4	-0.1	-0.8
インターネット通販や出前の利用	45.7	52.1	47.5	-4.6	-3.6	45.7	47.0	42.3	-4.7	-4.8	-5.2
家の中でできる運動	44.2	49.1	45.0	-4.1	-7.1	48.8	52.8	49.7	-3.1	-5.6	+4.7
SNSの閲覧・投稿	39.3	41.9	42.5	+0.6	+2.0	45.7	48.1	46.9	-1.2	-1.1	+4.4
人が密集しない屋外でのレジャー	45.5	44.7	41.5	-3.2	+2.6	55.5	54.5	49.9	-4.6	-3.2	+8.4
人が密集しない屋外での運動	41.1	45.5	40.1	-5.4	-3.2	49.5	49.7	44.7	-5.0	-5.5	+4.6
時差通勤・時差通学	36.7	39.7	36.0	-3.7	-6.5	38.7	40.3	35.9	-4.4	-6.9	-0.1
家の環境充実(通信環境整備や家電購入など)	29.9	34.6	32.2	-2.4	+5.3	38.1	39.3	36.0	-3.3	-0.5	+3.8
テレワーク※有職者ベース	30.7	32.2	31.2	-1.0	-5.5	31.7	32.3	29.7	-2.6	-3.0	-1.5
副業(検討含む)	30.1	29.2	29.5	+0.3	+2.7	32.7	31.1	31.6	+0.5	+2.1	+2.1
モノを手作りする(手芸、リフォーム、DIYなど)	25.9	28.7	28.9	+0.2	-2.6	33.2	33.9	33.0	-0.9	-3.5	+4.1
普段より少し良いものを買う	27.9	27.1	27.9	+0.8	+5.2	31.9	33.1	30.5	-2.6	+1.9	+2.6
投資や資産運用	25.7	26.2	26.5	+0.3	+4.6	34.8	35.0	34.3	-0.7	+4.9	+7.8
フリマアプリ・ネットオークションでの出品・販売	24.8	25.0	25.5	+0.5	+4.4	29.7	29.3	27.7	-1.6	+2.0	+2.2
フリマアプリ・ネットオークションでの購入	25.3	22.9	24.5	+1.6	+4.2	29.3	27.8	29.1	+1.3	+3.6	+4.6
就職・転職・起業(検討含む)	23.5	22.7	23.4	+0.7	+1.1	27.1	24.5	26.4	+1.9	+1.9	+3.0
お店・団体の支援	19.8	20.1	19.9	-0.2	-0.4	24.1	23.5	22.7	-0.8	-2.8	+2.8
オンラインでの飲み会・食事会	19.6	19.5	19.1	-0.4	-2.2	19.7	17.4	16.9	-0.5	-4.3	-2.2
オンライン学習	18.6	18.9	18.2	-0.7	-0.4	25.9	23.1	21.9	-1.2	-2.6	+3.7
転居やリフォーム、複数拠点での生活(検討含む)	16.2	16.3	15.8	-0.5	---	21.7	21.5	19.9	-1.6	---	+4.1

■ +5pt以上 ■ +10pt以上 ■ -5pt以下 ■ -10pt以下

# 新型コロナウイルスに関する生活者調査 調査概要

## 質問項目(質問文)

### 新型コロナウイルス影響下での「生活自由度」

新型コロナウイルス感染拡大以前の普段の状態を100点、感染拡大により極めて不自由を強いられる状態を0点とすると、あなたの現在の暮らしの自由度は何点くらいでしょうか。(0~100点の数値を回答)  
また、あなたがその点数をつけた理由をお答えください。(自由回答)

### 新型コロナウイルス影響下での意識・行動[実態] ※一部、有職者ベースを含む

新型コロナウイルスの流行に関連して、次のような意見があります。  
それぞれについて、あなた自身のお気持ちや行動にもっとも近いものをひとつずつお答えください。  
(単一回答:あてはまる/ややあてはまる/あまりあてはまらない/あてはまらない)

[※有職者]  
2021年 6月 :1,059人  
2021年 5月 :1,062人  
2021年 4月 :1,074人

### 新型コロナウイルス収束後の行動[予想] ※一部、有職者ベースを含む

今後、新型コロナウイルス感染への懸念がなくなったとしても、あなたは次にあげるような行動をしたいと思いますか。  
それぞれについて、あなたご自身の予想にもっとも近いものをひとつずつお答えください。  
(単一回答:すると思う/時々すると思う/あまりしないと思う/しないと思う)

調査地域 ①首都40km圏(東京都・神奈川県・千葉県・埼玉県・茨城県)  
②名古屋40km圏(愛知県・三重県・岐阜県)  
③阪神30km圏(大阪府・京都府・兵庫県・奈良県)  
調査対象者 20~69歳の男女  
対象者割付 調査地域①~③各500人を各地域の人口構成比(性年代)に合わせ割付  
調査人数 合計1,500人

<2020年4月~2021年3月>							<2021年4月~>							(単位:人)
	20代	30代	40代	50代	60代	合計		20代	30代	40代	50代	60代	合計	
男性	122	145	190	161	137	755	男性	122	143	187	169	136	757	
女性	119	141	185	158	142	745	女性	118	139	183	164	139	743	
合計	241	286	375	319	279	1,500	合計	240	282	370	333	275	1,500	

調査方法 インターネット調査  
調査時期 2021年6月3日(木)~7日(月)(2020年3月から調査開始/毎月月上旬に調査実施)  
企画分析 博報堂生活総合研究所  
実施集計 株式会社 H.M.マーケティングリサーチ

## (参考)調査期間中の社会の主な動き

<2020年>	<2021年>
4月 7都道府県で「緊急事態宣言」が発令(5/6まで) 緊急事態宣言を全国に拡大	1月 1都3県で緊急事態宣言が再発令、その後11都府県に拡大 2月 緊急事態宣言、3月7日まで延長が決定
5月 39県で緊急事態宣言が解除 大阪・兵庫・京都で緊急事態宣言が解除 1都3県含む47都道府県すべてで解除	3月 大阪・兵庫・京都で緊急事態宣言が解除、3/21に1都3県で解除 4月 まん延防止等重点措置の適用が順次拡大 (大阪・兵庫・宮城、東京・京都・沖縄、神奈川・埼玉・千葉・愛知)
6月 東京で警戒情報「東京アラート」が発動	4月25日 緊急事態宣言、東京・大阪・兵庫・京都に、3度目の発令
9月 東京でGoToトラベルの予約開始	5月7日 同宣言 4都府県に愛知・福岡を加え5月末まで延長が決定 まん延防止等重点措置の継続と拡大が決定(北海道・岐阜・三重)
10月 GoToイートの予約開始	<今回の調査時点までの詳細>
11月 GoToトラベルの一時停止を首相表明 (感染拡大地域への予約) 東京や大阪を含め10都道府県でGoToイート中断	5月10日頃 高齢者へのワクチン接種、予約をめぐるトラブル多発の報道 5月14日 緊急事態宣言の対象拡大(北海道・岡山・広島)、 重点措置の対象拡大(群馬・石川・熊本)いずれも5月16日から
12月 東京でGoToトラベルが一時中止 全国でGoToトラベルが一時中止	5月20日 緊急事態宣言、沖縄を追加(5月23日から6月20日まで) 5月24日 国・自衛隊による大規模接種センター開設(東京・大阪) 5月28日 緊急事態宣言の延長決定(9都道府県、6月20日まで) まん延防止等重点措置の延長決定(5県、6月20日まで) 6月1日 五輪・豪州選手団が来日 国内ワクチン接種1千万人超す

## <備考>

- ・本調査は当面実施し、毎月第3~4週頃に発表予定です(今後の状況変化により、調査内容などを変更する可能性があります)。
- ・過去のニュースリリース(2020年4月発表開始)は、以下のURLからご覧いただけます。  
<https://www.hakuhodo.co.jp/news/newsrelease/>

【本件に関するお問い合わせ】 株式会社博報堂 広報室 玉・大野 koho.mail@hakuhodo.co.jp 03-6441-6161