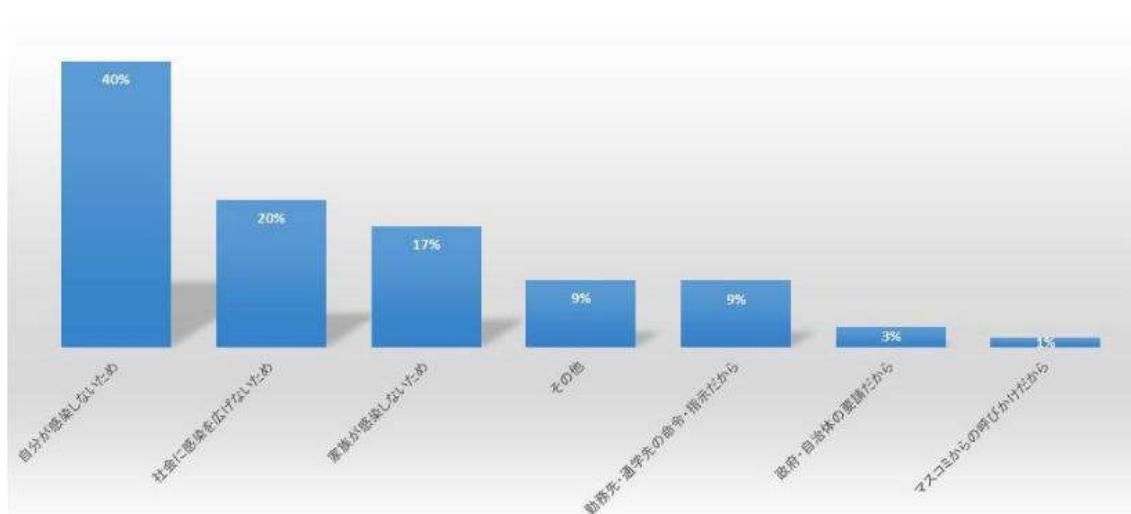


「自粛生活で主婦に最大のストレス 政府・自治体の要請で自粛は3%のみ」

新型コロナウイルスによる自粛生活で68%の人々がストレスを感じ、中でも専業主婦(主夫も含む)では72%に上ることが、企業の経営改善を支援するビッグデータ活用サービスを手掛けるブレインパッド社の調査で明らかになった。専業主婦の36%は自粛生活に耐えられるのは後「2週間程度以下」ないし「もう限界」と感じている。一方「会社役員・経営者」「会社員」「学生」などはいずれも60%以上が後「1カ月程度」ないし「1カ月以上」は耐えられると答えている。また、自粛の理由として「政府・自治体の要請」を挙げたのは全体のわずか3%だった。

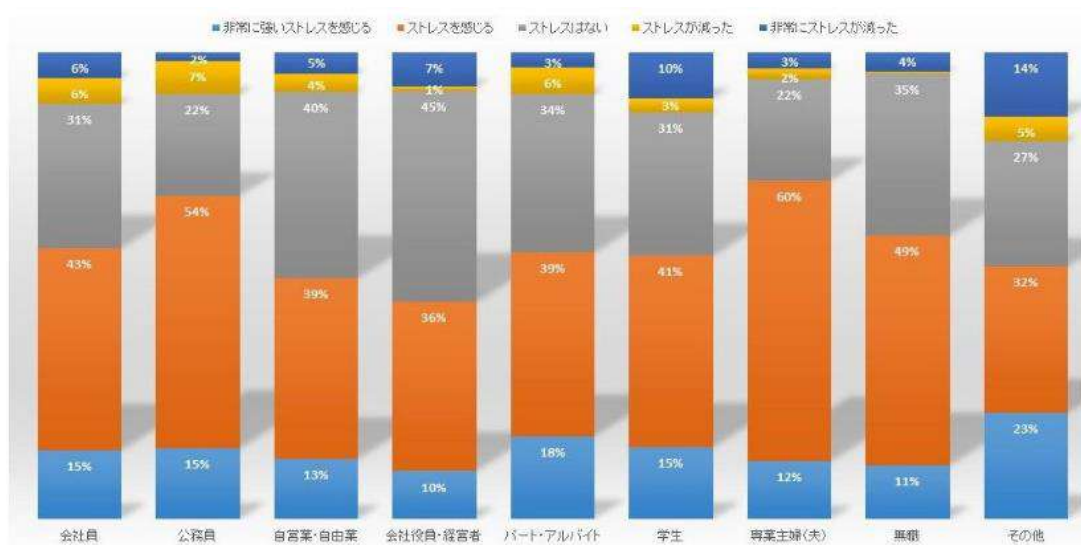
12日結果が公表されたブレインパッド社の調査は、世界に20億人の潜在回答者がいると言われる英国のデジタル消費者情報会社「Brandwatch」が開発した市場調査法を利用して行われた。スマートフォンのアプリ内の広告スペースを使用する調査法だ。新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づく「緊急事態宣言」の対象地域が全国に拡大されて2週間たった4月30日から5月10日の間に実施され、日本国内の18歳以上、1,753人から回答を得た。

まず、平日の自粛状況を聞いた問いに対しては、29%が「毎日在宅」と答え、「週に3日以上在宅」17%、「外出する用事がない(休業中)」14%、「週に1、2日在宅」12%という結果となっている。一方、「通常通り外出している(自粛していない)」が19%いることも分かった。



自粛理由 (ブレインパッド社プレスリリースから)

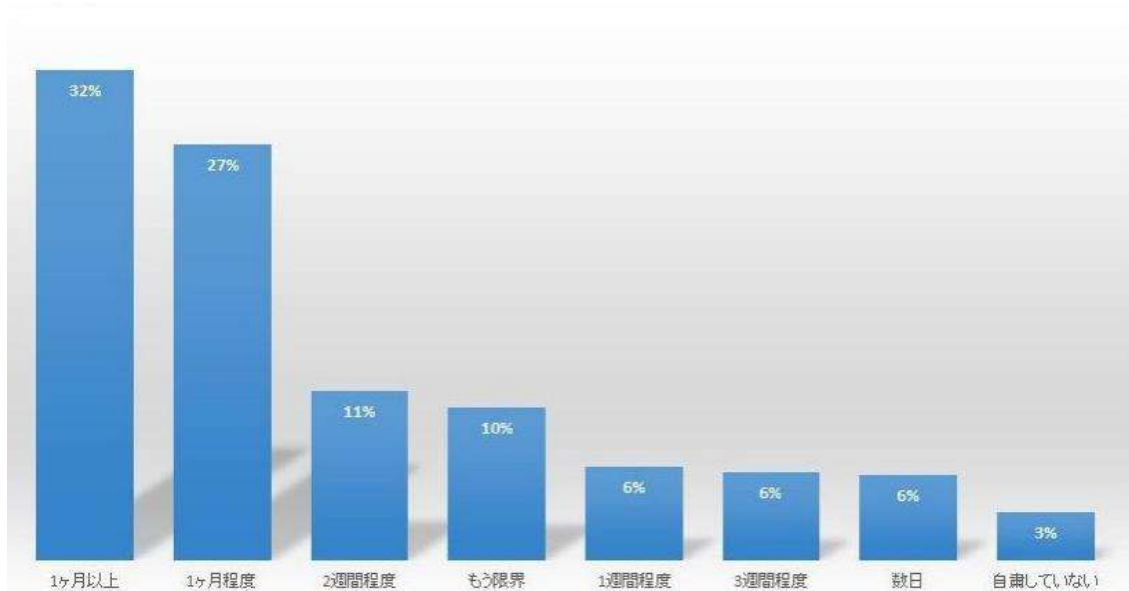
自粛理由については「自分が感染しないため」が40%、「社会に感染を広げないため」が20%、「家族が感染しないため」が17%で、「勤務先・通学先の命令・指示だから」は9%にとどまり、「政府・自治体の要請だから」はわずか3%となっている。ただし、自粛がどのくらい続いているかについては、61%が「1カ月以上」、16%が「3週間程度」、9%が「2週間程度」、5%が「1週間程度」、9%が「数日程度」と答えている。全国民が同時に自粛をスタートするのは難しいものの、非常事態宣言が出たことで在宅をスタートし、外部との接触をかなり減らした人が多い、とブレインパッド社はみている。



職業別ストレスの強さ度（ブレインパッド社プレスリリースから）

「自粛生活にストレスを感じているか」という問いに対し、「非常にストレスを感じる」は14%、「ストレスを感じる」は45%だった。他方「ストレスはない」が32%、「非常にストレスが減った」が5%、「ストレスが減った」が4%もいる。職業ごとでみることで、専業主婦（専業主夫を含む）が最も強いストレスを感じていることが分かる。

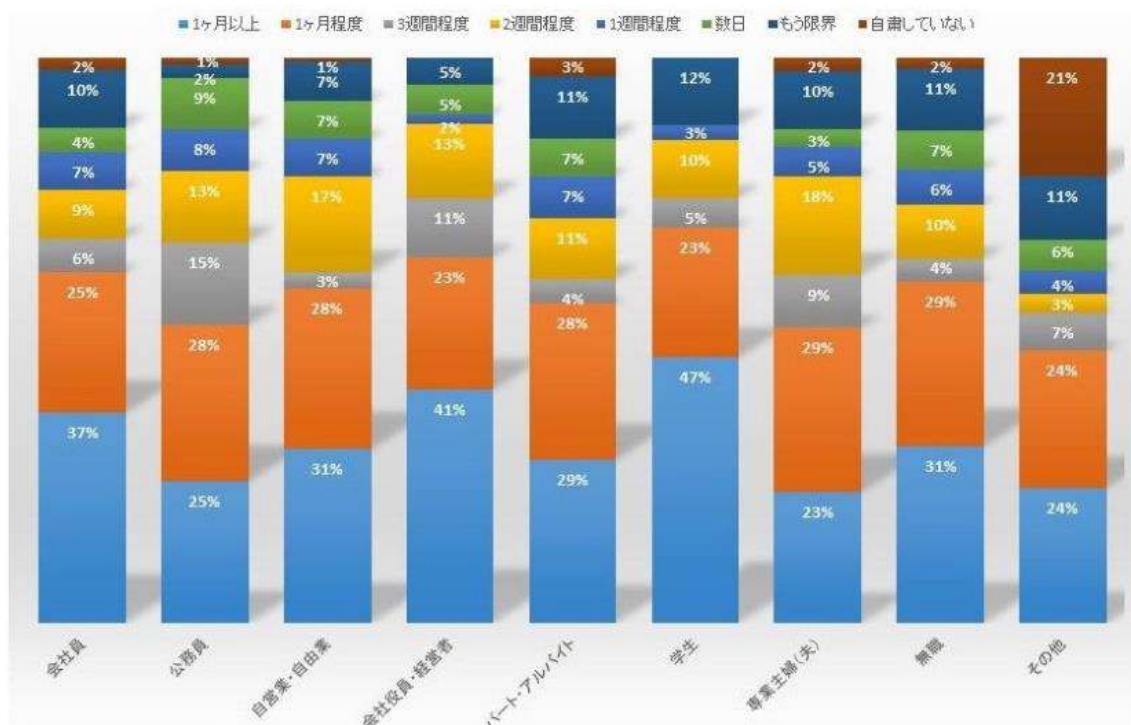
専業主婦（夫）は、「非常に強いストレスを感じる」が12%、「ストレスを感じる」が60%に上る。次いで公務員が「強いストレスを感じる」15%、「ストレスを感じる」54%と厳しい状況に置かれていることが分かる。ストレスを感じる人の割合が半分以下だったのは「会社役員・経営者だけ」。45%が「ストレスはない」と答えており、1%が「ストレスが減った」、7%が「非常にストレスが減った」と答えている。専業主婦（夫）は、自粛生活で家事が増えたり、買い物不自由になるなどネガティブな影響を受けている、とブレインパッド社はみている。



自粛生活をあとどれくらい続けられるか（ブレインパッド社プレスリリースから）

「自粛生活を後どれくらい続けられるか」という問いに対する全体の答えでは、「1 カ月以上」と「1 カ月程度」を合わせると 59%となり、自粛生活に慣れてきているとも考えられる人たちが半数以上いることが分かる。一方、「もう限界」「数日」「1 週間程度」「2 週間程度」という答えを合わせると 33%になる。限界に近づきつつあるとみられる人たちも 3人に 1人いることをうかがわせる結果だ。

自粛生活に慣れた人と限界に近づきつつあるとみられる人たちとの違いは、職業別にみるとより明らかになる。「会社役員・経営者」「会社員」「学生」などについては「1 カ月程度」「1 カ月以上」を合わせた答えの割合が 60%以上と多く、収入・生活が安定している層は自粛状況に耐えられる状況であることをうかがわせる。一方、耐えられる期間は「2 週間程度」以下と答えた人たちは「自営業・自由業」、「パート・アルバイト」や「専業主婦（夫）」に多い。「2 週間程度」「1 週間程度」「数日」「もう限界」のいずれかを挙げた人たちが、それぞれ 38%、36%、36%に上る。



自粛生活をあとどれくらい続けられるか（職業別）（ブレインパッド社プレスリリースから）

調査は、「自粛解除後楽しみにしていることは何か」も聞いている。世代ごとの差がみられ、29歳以下の若い世代は「ライブ、観劇、コンサート」と「カラオケ」が多く、40代以上の世代は「旅行・帰省」「外食」「ショッピング」が多い。70代以上の世代では「エクササイズ・トレーニング」が18%を占める。新型コロナウイルスでとりわけ大きな影響を被っているフィットネス関係や宿泊業、旅行業では「エクササイズ・トレーニング」を楽しむような活動的シニア層を重要視する必要があるのではないか、とブレインパッド社は提言している。

日文 小岩井忠道（JST 客観日本編集部）

関連サイト

ブレインパッド社プレスリリース「ブレインパッドが独自調査、新型コロナによる自粛「ストレス増加」の1位専業主婦72%、2位公務員69%、3位会社員58%」

<https://www.brainpad.co.jp/news/2020/05/12/11385>