

女性はリフレッシュ上手!?

男性は「とにかく寝る」 女性は「食事や買い物」で気分転換を。

— 「エンチャレンジ!はた☆らく」ユーザーアンケート集計結果 —

人材採用・入社後活躍のエン・ジャパン株式会社（本社:東京都新宿区、代表取締役社長:鈴木孝二）が運営する、アルバイト・派遣・正社員の求人情報をまとめて探せる求人サイト「エンチャレンジ!はた☆らく」（<http://hb.en-japan.com/>）上で、サイト利用者1,226名を対象に「リフレッシュ方法」についてアンケートを行いました。以下、概要をご報告します。

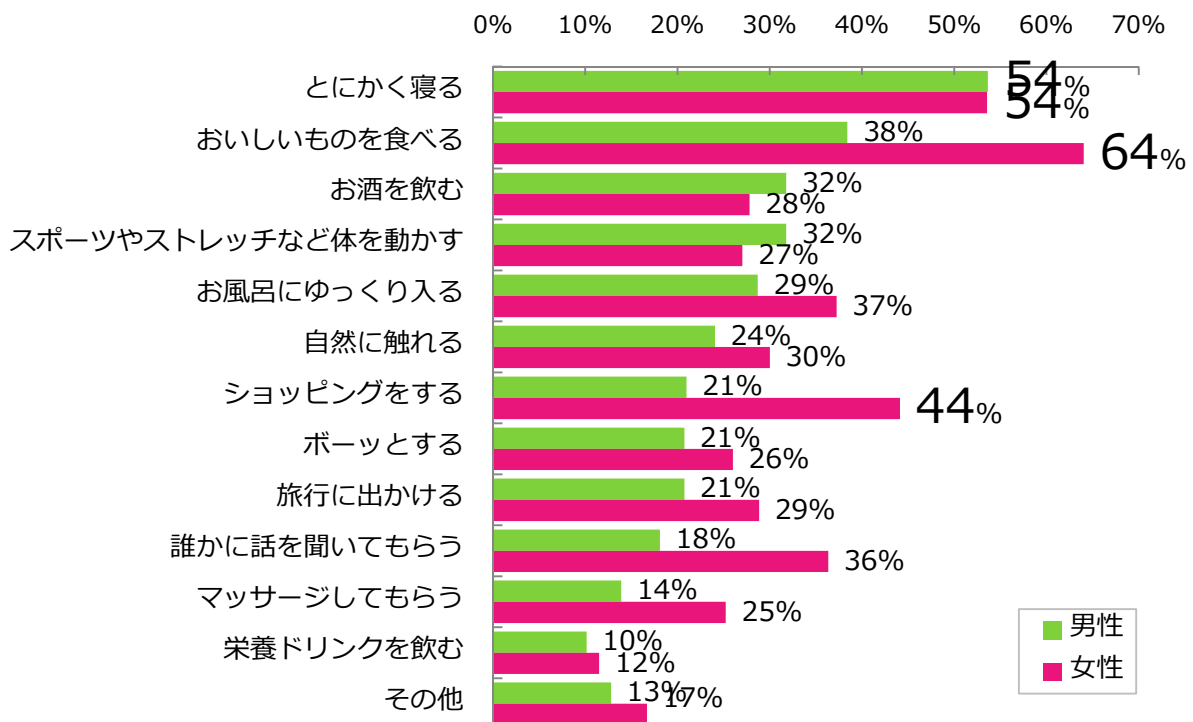
■ 調査結果概要

厚生労働省が企業に対して、社員の有給休暇の消化を義務付けることを検討すると話題に。今回のアンケートでは、そんな余暇におこなうリフレッシュ方法を伺いました。男性は「とにかく寝る」、女性は「おいしいものを食べる」が第1位となりました。男性の回答で4割以上の支持を集めた意見は「寝る」という回答のみでしたが、女性は「食べる」「寝る」「買い物をする」の3項目が4割を超えました。女性のほうが、リフレッシュ方法の選択肢が多いようです。リフレッシュをしたいと思うタイミングは、男女ともに「仕事で嫌なことや失敗があったとき」でした。

■ 調査結果詳細

1: リフレッシュ方法は、男性「とにかく寝る」女性「おいしいものを食べる」(図1)

【図1】 どんな方法でリフレッシュすることが多いですか？（複数回答可）

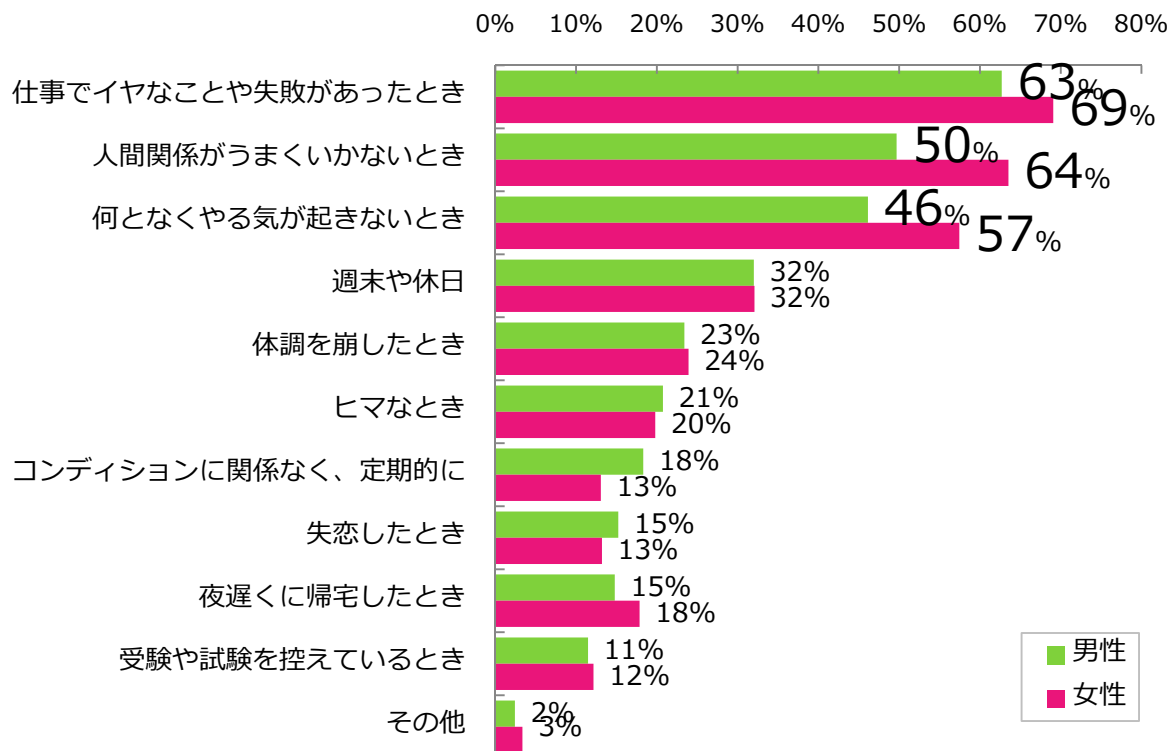


「どんな方法でリフレッシュすることが多いですか？」と伺ったところ、男性は「とにかく寝る」(54%)がトップに。一方で女性は、「おいしいものを食べる」(第1位:64%、男性:第2位)「ショッピングをする」(第3位:44%、同第7位)「誰かに話を聞いてもらう」(第5位:36%、同第10位)という回答が、それぞれ男性の倍ほど集まり、性別によるリフレッシュ方法の違いが浮き彫りになりました。また本アンケートは「複数回答可」として伺いましたが、1人あたりの選択項目数が「男性3.3項目」「女性4.3項目」と女性のほうがリフレッシュ方法の選択肢が多いことが分かりました。

2: 「リフレッシュしたい」と感じるのは、男女共に「仕事でイヤなことや失敗があったとき」がトップに。(図2)

「リフレッシュしたい」と感じるタイミングについては、男女共に「仕事でイヤなことや失敗があったとき」(男性:63%、女性:69%)がトップに。男女で差が見られたのは、「人間関係がうまくいかないとき」(男性:50%、女性:64%)「なんとなくやる気が起きないとき」(男性:46%、女性:57%)の項目で、女性の方が10ポイント以上多く得票されました。また本アンケートも、「複数回答可」として伺いましたが、1人あたりの選択項目数は「男性3項目」「女性3.3項目」でした。リフレッシュ方法では男女の差が開きましたが、リフレッシュしたいと感じるタイミングは、男女関係なく訪れるようです。

【図2】 「リフレッシュしたい」と感じるのは、どんなときですか？(複数回答可)





3 : お金と時間が許すなら、「気ままな贅沢旅行」でリフレッシュ！

お金と時間が許すなら試してみたいリフレッシュ方法を聞いたところ、「極上の全身マッサージを受けながら、心ゆくまで眠りたい！できれば南国リゾートで時間を忘れて…」(26歳、女性) 「いろんなところに旅行に行き、食べたことがないぐらいおいしい料理をお腹いっぱい食べてみたい。」(21歳、男性) 「とにかく海外にいてみたい！ニューカレドニアとかボラボラ島とか、写真とかでみるめっちゃ綺麗などこにいて綺麗な海と空でリフレッシュしたい。あと、道具を一式揃えて富士山の頂上までいてみたい。」(22歳、男性) といった「気ままな贅沢旅行」にまつわる回答が多く見られました。他の回答は、「大人買い」「大好きな人・モノに元気をもらう」などの意見が寄せられました。

【調査概要】

- 調査方法：インターネットによるアンケート
- 調査対象：「エン チャレンジ! はた☆らく」の利用者 1,226名
- 調査期間：2014年7月24日～ 2014年8月27日

本ニュースリリースに関する問合せ先

広報担当：森本

<http://corp.en-japan.com/>

エン・ジャパン株式会社

〒163-1335 新宿区西新宿6-5-1 新宿アイランドタワー

TEL : 03-3342-4506 FAX : 03-3342-4507 MAIL : en-press@en-japan.com