

2022年10月17日  
パナソニック株式会社

～10/21は「あかりの日」～

光の色や明るさにこだわる「あかり上手」の98.7%が  
「QOL（生活の質）がアップする」と感じていることが判明

照明にこだわって、くらしの満足度を向上！

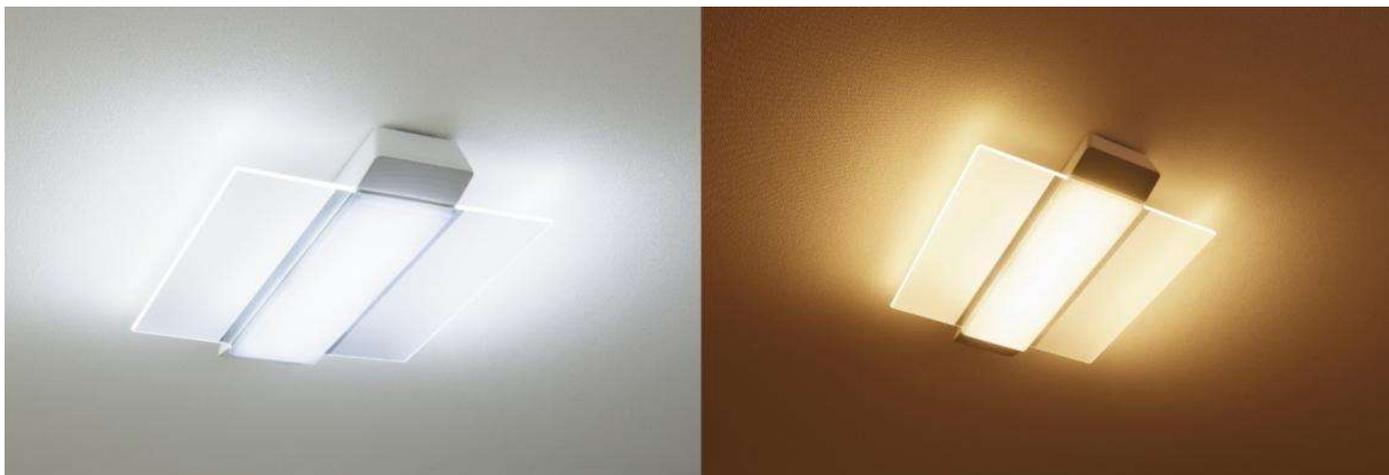
あかりでくらしを整える、パルック LEDシーリングライト「ライフコンディショニングシリーズ」

“くらしを整えるあかり”を新提案する、パルック LEDシーリングライト「ライフコンディショニングシリーズ」を展開しているパナソニック株式会社は、10月21日の「あかりの日」に合わせて、「照明の光」に関する調査をおこないました。

【調査概要】

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・調査内容：「照明の光」に関する調査</li> <li>・対象エリア：全国</li> <li>・調査対象：20～40代 子供のいる既婚女性（シーリングライト使用者）</li> <li>・サンプルサイズ：300名（有効回答数）※シーリングライトの光に「こだわっている人」150名、「こだわっていない人」150名 ※年代均等割付</li> <li>・調査期間：2022年9月7日～9日</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・調査主体：パナソニック株式会社</li> <li>・調査手法：インターネット調査</li> <li>・実査委託先：楽天インサイト株式会社</li> </ul> |
|--|---|

\* 調査結果をご紹介いただく際は、「パナソニック調べ」と注釈をご記載ください。



「あかりの日」は、1879年10月21日、トーマス・エジソンが、世界で初めて実用的な電球を開発した偉業を称えて定められた記念日です。照明関係3団体（一般社団法人照明学会並びに一般社団法人日本照明工業会・一般社団法人日本電気協会）で構成される「あかりの日」委員会によって1981年に制定されました。

今回、パナソニックでは、この「あかりの日」にちなんで、自宅でシーリングライトを使用している20～40代のママを対象にした調査を実施。シーリングライトの光にこだわりを持っている「あかり上手」な方の回答をもとに、よりくらしを豊かにする照明の活用法を探りました。また、「あかり上手」なグループと、そうでないグループの、くらしの満足度の差についても調査をおこないました。

## <調査結果まとめ>

- ◆「あかり上手」な人たちは、**光の色、明るさ、見え方、照らし方**など、さまざまな部分にこだわりを持っている。
- ◆「あかり上手」な人の**8割以上**が「時間帯・目的・シーンなどに合わせて光を変えている」。
- ◆「照明の光にこだわるメリット」は、「手軽に部屋の雰囲気を変えられる」、「おうち時間が快適になる」、「生活にメリハリがつきやすくなる」、「気持ちの持ち方が変わる」など。
- ◆「あかり上手」な人のうち、**99.3%**が照明の光にこだわることで「**くらしの満足度がアップすると思う**」、**98.7%**が「**QOL（生活の質）がアップすると思う**」と回答。
- ◆「あかり上手」なグループは、そうでないグループと比べて、**QOLのほか、人生の充実度や幸福度も高い**と思う人が多い傾向にある。

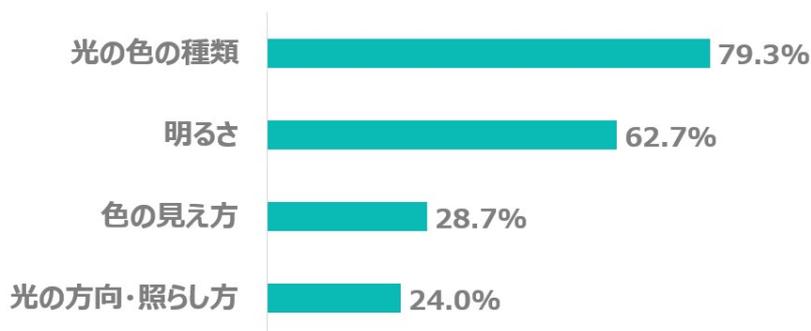


### ■「あかり上手」のこだわりポイントは、光の色・明るさ・見え方・照らし方など、さまざま！

はじめに、シーリングライトの光にこだわりを持っている「あかり上手」な方（n=150）に、具体的にどのようなところにこだわっているかを質問したところ、「**光の色の種類**（白色と電球色との使い分けなど）」（79.3%）、「**明るさ**（時間帯やシーンによって明るさを調節するなど）」（62.7%）が特に多い結果となりました。<図表1> また、「**色の見え方**（自然光と同じような色に見えるよう演色性の高いものを選ぶなど）」（28.7%）、「**光の方向・照らし方**（タスクライト<sup>(※1)</sup>とアンビエントライト<sup>(※2)</sup>の使い分けなど）」（24.0%）と回答した人も、それぞれ2割以上にのぼっています。「あかり上手」たちは、**光の色、明るさ、見え方、照らし方**など、さまざまな部分にこだわりを持っているようです。



自宅の照明の光について、具体的にどのようなところにこだわっていますか？



※n=150（シーリングライトの光や使い方にこだわりを持っている「あかり上手」な方）／複数回答 ※グラフは上位4項目

<図表1>

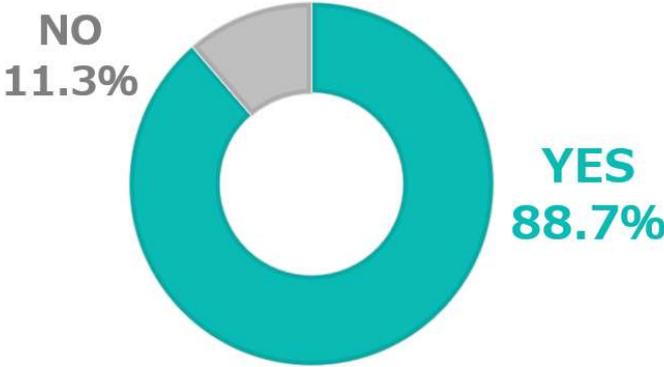
※1：作業するときに、対象物が正しく、十分に見えるように照らす部分的な照明

※2：天井・壁・床など作業者の周辺を照らし、部屋全体に基本となる明るさをつくる照明

■「あかり上手」の8割以上が、時間帯・目的・シーンなどに合わせて「光を変えている」と回答

また、「時間帯・目的・シーンなどに合わせて光（光の色の種類・明るさ・照らし方など）を変えていますか？」と聞いた質問では、実に**8割以上（88.7%）**が「変えている」と答えています。〈図表2〉 具体的には、「昼間は白色、夕食後は電球色に切り替えている」（37歳）、「在宅勤務する時は白色、食事をするときやくつろぐときは電球色にしている」（46歳）などの回答がみられました。また、「夜は寝る1時間前くらいから、明るさを落として目を冴えさせないようにしている」（45歳）など、明るさを調整しているという声も目立ちました。

Q 時間帯・目的・シーンなどに合わせて光を変えていますか？



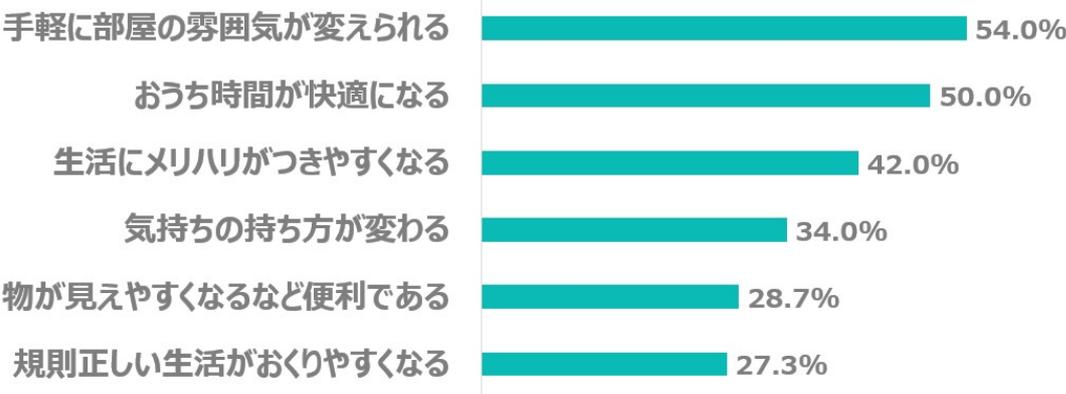
※n=150（シーリングライトの光や使い方にこだわりを持っている「あかり上手」な方）／単一回答

<図表2>

■「あかり上手」に聞く、照明の光にこだわるメリットとは？

それでは、「あかり上手」たちは、なぜこれほど照明にこだわっているのでしょうか。「あかり上手」たちに、**照明の光にこだわるメリット**を聞いたところ、「手軽に部屋の雰囲気を変えられる」（54.0%）のほか、「おうち時間が快適になる」（50.0%）、「生活にメリハリがつきやすくなる」（42.0%）、「気持ちの持ち方が変わる」（34.0%）などの回答が上位になりました。〈図表3〉 あかりにこだわることは、くらしにポジティブな影響をもたらすと感じている人が多いようです。

Q 照明の光にこだわるメリットは何だと思いますか？

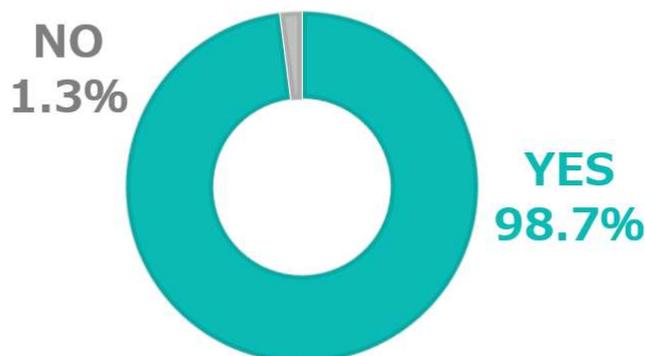


※n=150（シーリングライトの光や使い方にこだわりを持っている「あかり上手」な方）／複数回答 ※グラフは上位6項目

<図表3>

そこで、あらためて「あかり上手」たちに、「照明の光にこだわることで、くらしの満足度はアップすると思いますか？」と聞いたところ、**実に99.3%が「そう思う」と回答**。また、「照明の光にこだわることで、QOL（生活の質）はアップすると思いますか？」という質問でも、**98.7%が「そう思う」と答えました**。〈図表4〉

**Q 照明の光にこだわることで、QOL（生活の質）はアップすると思いますか？**



※n=150（シーリングライトの光や使い方にこだわりを持っている「あかり上手」な方）／単一回答

〈図表4〉

**■「あかり上手」なグループは、自身のQOLが高いと思う人が多い傾向にあることが判明！**

こうした背景をふまえ、今回は、シーリングライト使用者を、光にこだわりを持っている「あかり上手」なグループ（n=150）と、そうでないグループ（n=150）にわけ、**実際にくらしの満足度・充実度に違いがあるか**を調査。その結果、以下のような違いがみられました。「あかり上手」なグループは、そうでないグループと比べて、QOL（生活の質）のほか、**人生の充実度や幸福度も高いと思う人が多い傾向**にあるようです。

▼（他の同世代女性と比べて）QOL（生活の質）が高いと思う

「あかり上手」なグループ：67.3% > 「あかり上手」でないグループ：39.3%（差異：28.0ポイント）

▼（他の同世代女性と比べて）人生の充実度が高いと思う

「あかり上手」なグループ：70.7% > 「あかり上手」でないグループ：57.3%（差異：13.4ポイント）

▼（他の同世代女性と比べて）ストレスが少ないと思う

「あかり上手」なグループ：53.3% > 「あかり上手」でないグループ：41.3%（差異：12.0ポイント）

▼（他の家庭と比べて）家庭の幸福度が高いと思う

「あかり上手」なグループ：80.7% > 「あかり上手」でないグループ：69.3%（差異：11.4ポイント）

▼（他の同世代女性と比べて）幸福度が高いと思う

「あかり上手」なグループ：77.3% > 「あかり上手」でないグループ：66.7%（差異：10.6ポイント）

## ■ 誰でも「あかり上手」になれる、パルック LEDシーリングライト「ライフコンディショニングシリーズ」



今回の調査では、照明の光にこだわる「あかり上手」なグループは、QOL（生活の質）が高いと思う人が多い傾向にあることがわかりました。照明を工夫することで、くらしの満足度をアップさせたい方におすすめなのが、2022年9月にパナソニックから新発売した、高品質ステレオスピーカー搭載・Wi-Fi®対応<sup>(※3)</sup>のパルック LEDシーリングライト「ライフコンディショニングシリーズ」です。

本製品は、**明るさと光色を多段階に調節できる「光」と、BGMや音声プッシュ通知<sup>(※4)</sup>などの「音」の組み合わせ**によってくらしをサポート。スマホ（アプリ）や音声（スマートスピーカー）操作で、簡単・快適にあかりをコントロールすることができます。また、「生活リズムタイマー」機能によって、**日中は昼光色、夕食時は落ち着ける温白色、就寝前は電球色**など、**スケジュールに合わせてあかりを自動的に変化**させることも可能。誰でも簡単に「あかり上手」になれるアイテムです。

さらに、**テレビやスマホとつなぎ、天井から降り注ぐ光と音を組み合わせることで、気分を盛り上げてくれる「シーン演出」、リラックス空間の演出やマインドフルネス瞑想**などができる「セルフケア」の機能も搭載しています。

### <製品特長>

パルック LEDシーリングライト「ライフコンディショニングシリーズ」は、高品質ステレオスピーカーの搭載に加え、Wi-Fi®に対応<sup>(※3)</sup>し、新開発のスマートフォンアプリ<sup>(※5)</sup>「あかりモ+ (プラス)」を採用。部屋を明るくするというあかり本来の機能だけでなく、光と音でくらしを整える「ライフコンディショニング」を、あかりの新たな価値として新提案します。

### 【くらしサポート】生活リズムに合わせた光と音で、くらしをサポート

朝起きてから夜眠りにつくまで、生活リズムに合わせて、太陽のように自動で光の色や明るさを変えるあかりが、1日をサポートします。さらに、日々のイベントやくらしに役立つ情報を、スピーカーからの音や「音声プッシュ通知<sup>(※4)</sup>」でお知らせ。毎日を快適に過ごすことができます。



### 【セルフケア】忙しい毎日に、光と音でセルフケアの新習慣

仕事に、家事に、子育てに…忙しい毎日を穏やかに過ごすためには、気持ちを落ち着かせる時間が大切です。光と音楽（瞑想曲）・音声ガイドによる「マインドフルネス瞑想」や「ゆらぎのあかり」で、セルフケアの新習慣を。いつでも手軽に、自分と向き合える時間や癒しの空間がつけられます。



## 【シーン演出】光と音を組み合わせて、くらしのシーンを演出

家族と過ごす団らんの時間も、ひとりで過ごす自由な時間も。ふだんの家事や在宅ワークに気分が乗らない時だって。天井から降り注ぐ光と音を組み合わせて、くらしのシーンをさまざまに演出。テレビとつないで、スマホで好きな音楽をかけて、気分を盛り上げることができます。



※スケジュールと音声プッシュ通知<sup>(※4)</sup>はそれぞれ設定が必要です。

※スケジュールは照明器具に内蔵されているBGMや通知音を流すことができます。

### <URL>

高品質ステレオスピーカー搭載・Wi-Fi<sup>®</sup>対応<sup>(※3)</sup>

パルック LEDシーリングライト「ライフコンディショニングシリーズ」スペシャルサイト

<https://panasonic.jp/light/products/ceiling/smart.html>

パルック LEDシーリングライト「ライフコンディショニングシリーズ」製品サイト

■パネルタイプ

<https://panasonic.jp/light/products/ceiling/smart/2022-sound.html>

■スタンダードタイプ

<https://panasonic.jp/light/products/ceiling/smart/2022-sound-standard.html>

## ■ より手軽に「あかり」をアップデートさせたい方に、「パルック LED 電球 プレミア X」

また、より手軽に自宅の「あかり」をアップデートさせたい方には、LED電球もおすすめです。

「パルック LED電球 プレミアX」は、自然光に近い見え方を再現するので、空間をあざやかに演出することが可能。料理はよりおいしそうに、インテリアの質感はより美しく、メイクはよりナチュラルに見せることができます。在宅でのお仕事にもおすすめです。

お部屋での過ごし方に合わせて、電球に似た温かみのある「電球色」、落ち着いた明るさの「温白色」、いきいきとして自然な「昼白色」、すがすがしいさわやかな「昼光色」と、4つの光色から選ぶことができます。



電球色



温白色



昼白色



昼光色



### <URL>

パルック LED電球 プレミアX

[https://panasonic.jp/lamp/products/led/e26\\_all.html](https://panasonic.jp/lamp/products/led/e26_all.html)

くらしの満足度やQOLを左右する、照明の「光」。10月21日の「あかりの日」をきっかけに、ご自宅の照明器具や電球についても、見直してみたい方が多いのではないでしょうか。

- ◎リリース内のシーン画像等はイメージです。
- ◎製品の定格およびデザインは改善等のため、予告なく変更する場合があります。

※3：機器の接続にはインターネット接続環境と「2.4GHz」の周波数帯域に対応した無線ルーターが必要です。セキュリティ対策のため、必ず暗号化方式WPA™、WPA2™（AES）、WPA3™のいずれかの設定ができる無線ルーターをご使用ください。

※4：インターネットの接続と設定が必要です。本シリーズや対応家電本体のバージョンアップが必要となる場合があります。詳細については（<https://panasonic.jp/voicepush/>）を参照ください。

※5：スマートフォンアプリ「あかりモ+（プラス）」（無料）のダウンロードが必要です。iOSバージョン13.0以上、Android™バージョン8.0以上のスマートフォン・タブレットに対応しています。ただし、すべてのスマートフォン・タブレットで専用アプリの動作を保証するものではありません。「あかりモ+（プラス）」の利用には、CLUB PanasonicのログインIDが必要です。

※スマートフォンの通信環境や使用状況によっては、ご利用できない場合があります。

※常時インターネット接続が可能な環境が必要です。

※無線LANルーターのLAN設定で固定IPをご使用の場合は、設定をDHCP（IPアドレス自動割り当て）に変更してください。

※暗号化方式は、WPA2™（AES）、WPA3™をおすすめします。

（商標について）

- ・“Wi-Fi®”は“Wi-Fi Alliance®”の登録商標です。
- ・“WPA™”、“WPA2™”、および“WPA3™”は、“Wi-Fi Alliance®”の商標です。
- ・iOSは、Apple Inc.のOSの名称です。IOSは、Ciscoの米国およびその他の国における商標または登録商標であり、ライセンスに基づき使用されています。
- ・Android™は、Google LLCの登録商標です。
- ・その他、本文で記載されている各種名称、会社名、商品名などは各社の商標または登録商標です。なお、本文中ではTM、®マークは一部明記していません。