

2021年6月25日
株式会社くらしにくふう

コロナ禍2度目の夏休み、現時点で「予定なし」が約6割、
長引く外出自粛生活の中で約7割がストレスを実感

～ヨムーノメイトを対象に「2021年 夏の過ごし方」に関するアンケートを実施～

くふうカンパニーグループにおいて、くらし情報メディア「ヨムーノ」(<https://www.o-uccino.jp/article>)を運営する株式会社くらしにくふうは、くらしに関する様々なジャンルのマニアである「ヨムーノメイト」60名を対象に、「2021年 夏の過ごし方」に関するアンケートを2021年5月27日～6月1日の期間で実施しました。

■「2021年 夏の過ごし方」に関するアンケート調査結果

<調査サマリ>

- 1) 2021年の夏休み、現時点で「予定なし」が約6割
- 2) 全体の約7割がストレスを実感、主な原因は「外出ができない」「旅行に行けない」こと
- 3) ストレス解消方法の上位は「飲食」と「運動」

《調査概要》

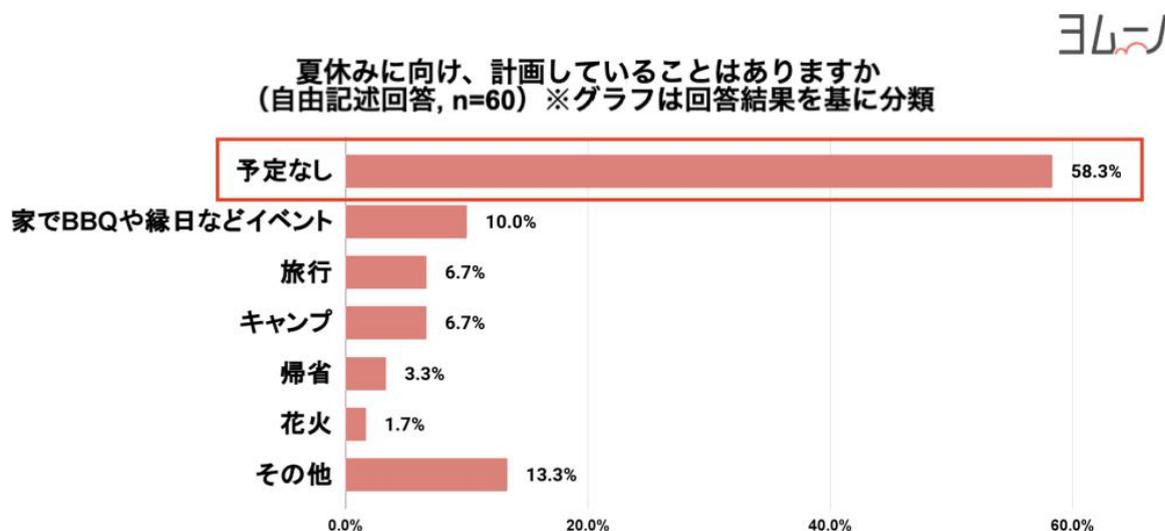
調査テーマ: 2021年 夏の過ごし方に関するアンケート調査

調査方法: インターネットによる調査

調査時期: 2021年5月27日～2021年6月1日

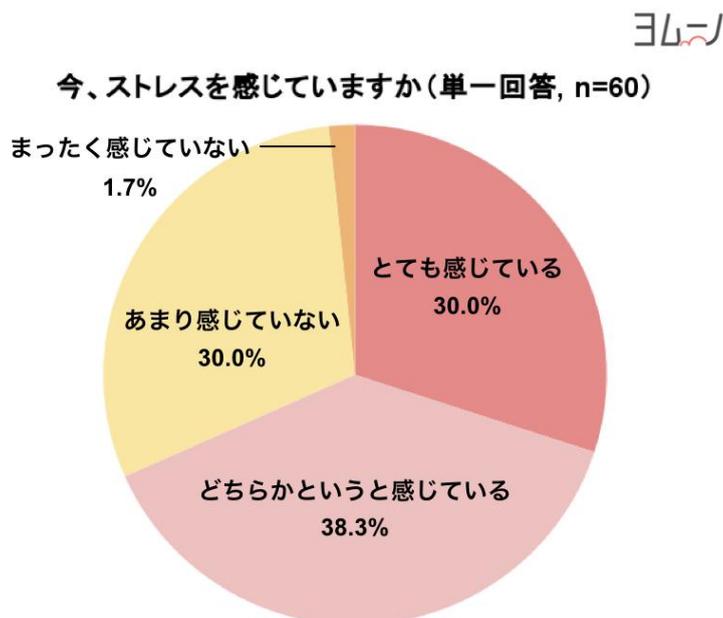
調査対象: ヨムーノメイト 60名

1) 2021年の夏休み、現時点で「予定なし」が約6割

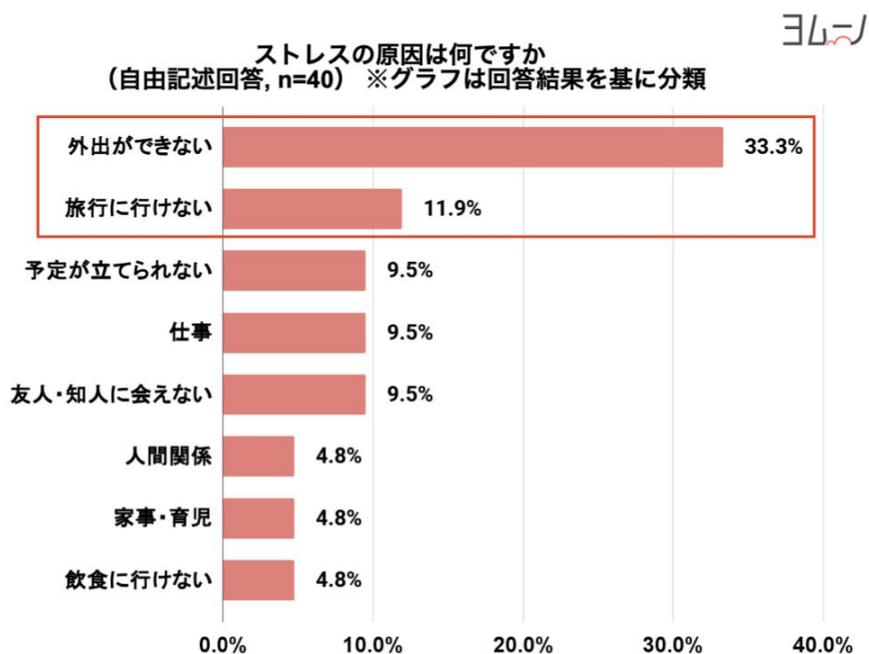


「今年の夏休みに向け、計画していることはありますか」との質問に対して、「予定なし」との回答が約6割で圧倒的に多い結果となりました。「家でBBQや縁日などイベント」との回答は1割を占め、コロナ禍2度目の夏も、引き続き自宅で楽しむ計画を立てている様子がうかがえました。一方、「旅行」「キャンプ」といった回答においては、具体的には「車で行ける範囲」「人の少ないところへ家族だけで旅行」「貸別荘」など、混雑を回避した方法での外出を計画しているといった内容が目立ちました。

2) 全体の約7割がストレスを実感、主な原因は「外出ができない」「旅行に行けない」こと



「今、ストレスを感じていますか」という質問には、「とても感じている」30.0%、「どちらかというと感じている」38.3%という結果となり、ストレスを感じている人が約7割を占めました。

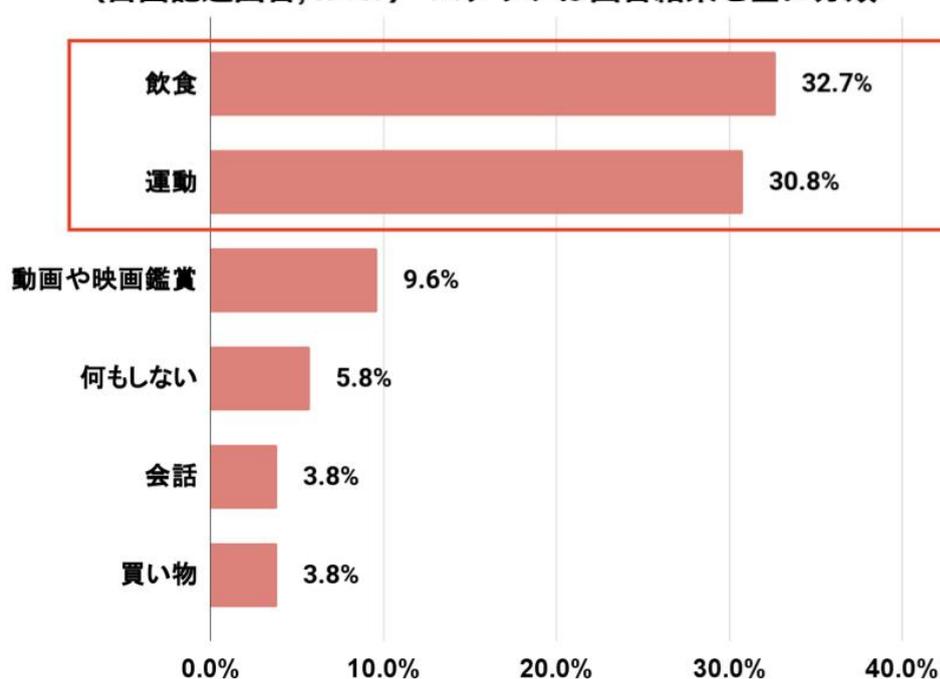


また、「ストレスの原因」について聞いたところ、「外出ができない」との回答が3割超で最も多く、次いで「旅行に行けない」が1割超となりました。コロナ禍で自由な外出ができない状況が、多くの人にとってストレスの原因となっていることがうかがえます。また、外出を控える中、友人にも会えていないことにストレスを感じているとの回答も目立ちました。一方、在宅時間の増加により家事の負担が増えていることも、ストレスの要因として挙げられました。制約のある生活が長く続いていることで、多くの人が様々なストレスを感じている模様です。

3) ストレスの解消方法の上位は「飲食」と「運動」



ストレス解消のためにやっていることはありますか
(自由記述回答, n=47) ※グラフは回答結果を基に分類



「ストレス解消のためにやっていること」についてきいたところ、「飲食」「運動」がそれぞれ3割超で上位に並びました。「家でのご飯は美味しいものを食べるようにしている。お肉のランクを上げたり、品数を増やしたり。食べることで解消している」「コンビニスイーツを買う」といった声から、自宅での食事に変化をもたらすためにくふうしている様子がうかがえます。

また、運動に関しては、「早朝の散歩」「感染予防をしっかりとってボルダリング」など、人混みを避けながら体を動かすことで、気分転換を図っているといった内容が目立ちました。

■ヨムーノについて



くらし情報メディア「ヨムーノ (<https://www.o-uccino.jp/article>)」は、忙しくても「くらしをもっと楽しく賢く！」をコンセプトに、人気のショッピング情報やグルメ、ファッション、ビューティ、インテリア・収納、節約・マネーなど、くらし全方位的の「すぐ実践できるトレンド情報」を発信しています。20～40代の既婚女性を中心に、月間1,800万人以上にご利用いただいています(2021年1月時点)。

■ヨムーノメイトについて

くらしを楽しむくふうやアイデアを日々実践しているインスタグラマーや、生活関連の「資格や強み」を持つライターが、「くらしに関する様々なジャンルのマニア=ヨムーノメイト」としてヨムーノを編集部と共に盛り上げてくれています。地元の情報を発信する「ご当地ヨムーノメイト」も全都道府県に広がり、2021年1月末時点のヨムーノメイトの数は1,100名超にのぼります。

■ お問い合わせ先

このリリースに関するお問い合わせや取材、資料をご希望の方は下記までご連絡ください。

株式会社 くらしにくふう <https://kurashi-kufu.com/>

(広報)E-MAIL: pr@kurashi-kufu.com