

## 2021年10月 新型コロナウイルスに関する生活者調査

2021/10/20

### 「緊急事態宣言」解除直後の10月の「生活自由度」は57.2点に大幅増加し、今年2番目の高さに。

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10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10月1~4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)。

【調査前の状況】9月は新規感染者数が大幅な減少傾向をみせ、13日には2か月ぶりの3千人台に。中旬にワクチン2回接種者が国民の5割に到達。その後も新規感染者数は減少し、月末30日には1,541人に。全国の重症者数も28日に千人を切りました。東京都の新規感染者数も10月2日には196人と前週の同じ曜日を41日連続で下回りました。9月末まで延長されていた緊急事態宣言(19都道府県)とまん延防止等重点措置(8県)は予定通り30日で全面解除。解除後、人流も増え始めた中での調査です。

### 新型コロナウイルス影響下での「生活自由度」

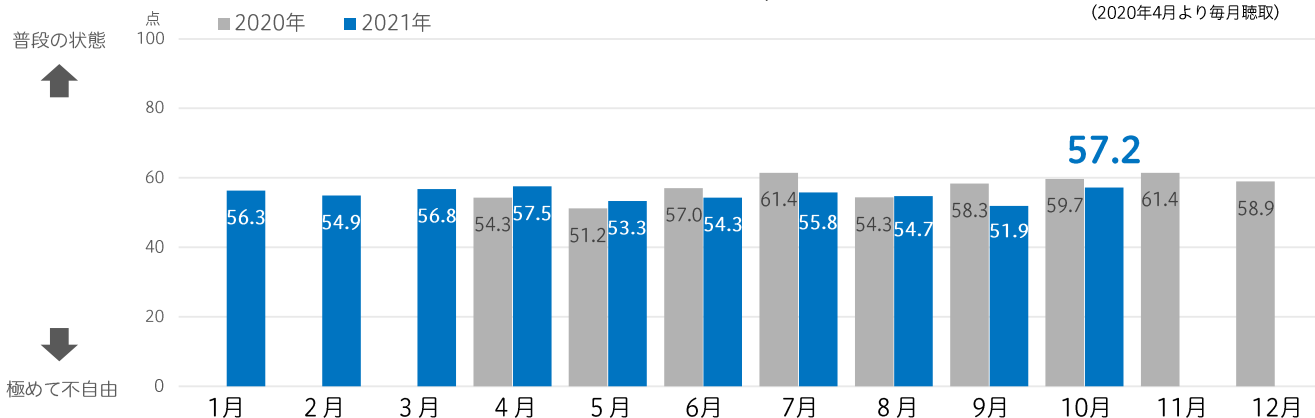
## 2021年10月は、57.2点

前月差  
+5.3pt

前年同月差  
-2.5pt

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10月は57.2点となりました。今年最低の数値だった前月から5.3ptの大幅な増加となり、一転して今年2番目に高い数値となりました。前年同月との比較では2.5pt低くなっています。

(2020年4月より毎月聴取)



※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。「海外の情勢」(57.5%、9.4pt減)、「行政の対応」(70.2%、8.8pt減)が目立ちます。  
 【行動の抑制度】も全項目で減少。「人とのボディタッチ」(77.8%、6.6pt減)、「体験型エンタメ」(76.2%、5.8pt減)など。  
 【行動の実施度】では「感染対策を徹底している店や施設の利用」(55.9%、7.3pt減)、「混む時間を避けたり来店頻度を減らした買い物」(60.6%、7.2pt減)、「自家用車での移動」(47.2%、6.5pt減)などが減少。生活者の行動が、先月までの抑制基調から変化していることがうかがえます。

		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	海外の情勢	57.5%	- 9.4pt	- 10.9pt
	行政の対応	70.2%	- 8.8pt	+ 1.0pt
	情報の不足や不確かさ	57.7%	- 8.7pt	- 3.8pt
【行動の抑制度】 控えている行動	人とのボディタッチ(握手やハグなど)	77.8%	- 6.6pt	- 0.1pt
	体験型エンタメ(ライブ・観劇・映画鑑賞など)	76.2%	- 5.8pt	+ 0.1pt
	不要不急の買い物	71.8%	- 5.2pt	+ 4.8pt
【行動の実施度】 行っている行動	感染対策を徹底している店や施設の利用	55.9%	- 7.3pt	(聴取なし)
	混む時間を避けたり来店頻度を減らした買い物	60.6%	- 7.2pt	(聴取なし)
	自家用車での移動	47.2%	- 6.5pt	- 0.7pt

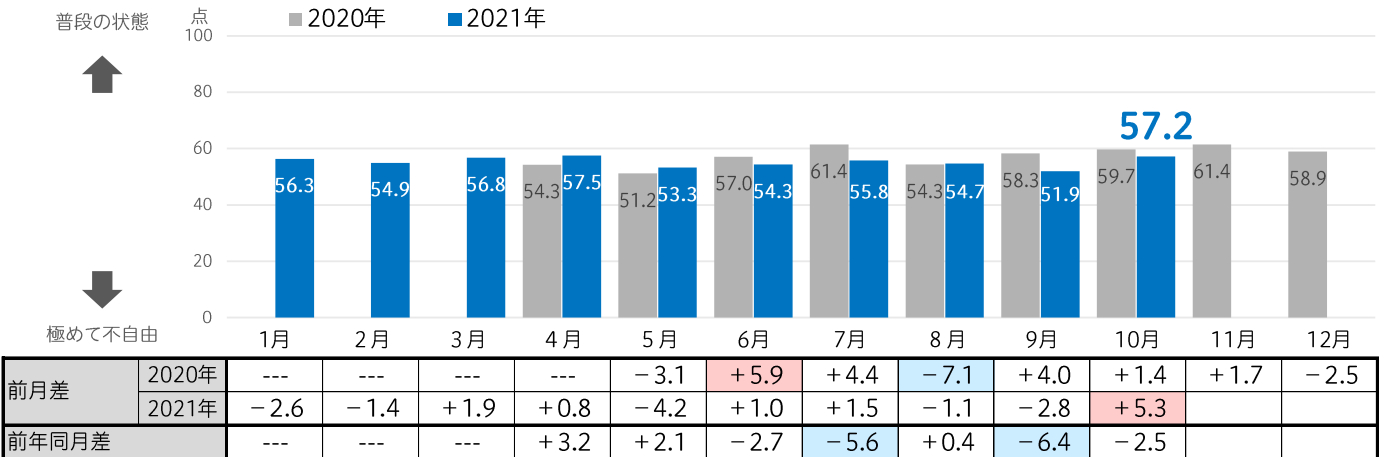
# 新型コロナウイルス影響下での「生活自由度」

緊急事態宣言解除の直後に聴いた10月の「生活自由度」は57.2点に大幅増。今年4月(57.5点)に次ぐ、2番目の高さに9月は新規感染者、重症者ともに大きく減少し、中旬にはワクチンの2回接種者が国民の半数に達したのちも減少を続けました。9月末まで延長された緊急事態宣言(19都道府県)、まん延防止等重点措置(8県)とも予定通り月末に解除され、その中で生活自由度は大きく増加に転じました。

回答理由には、緊急事態宣言の解除やワクチン接種の進展に加え、感染防止をふまえた生活行動の定着と自信が背景に生活自由度の高い層からは、緊急事態宣言の解除やワクチン接種の進展で、行動制限の緩和や今後の期待を挙げる声があります。また感染防止の行動や「上手く息抜きをする」などの工夫が日常に定着してきたから、との声もみられます。収入の回復など経済的に好転した方の声もありました。生活自由度が中程度の層からも同様に、宣言解除やワクチン接種進展で日常に戻る動きを感じる声と、「安全な過ごし方がわかってきた」「健康管理ができるようになった」など不安回避行動の習慣化の声があります。とはいえ「自粛ムード減少でも人混みには行きたくない」との声もみられます。生活自由度の低い層からは、逆に「宣言解除はむしろ感染拡大の恐れ」と案じる声があります。基礎疾患を持つ方や、子どもを抱える方は、引き続き行動、感染に懸念を持っています。「密になる仕事を辞め収入がない」「就活が不調だった」など、経済的影響が残る方の声もみられます。

## 生活自由度

(単位：点 / 差分：pt)



※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)

高 (61点以上)	緊急事態宣言が解除されて、明るい光が見えてきたから。	85点	26歳男性・千葉県
	三密を避け、マスク、手洗いの消毒を習慣化する。免疫力を上げるための食生活や、身体を冷やさないようにすることで、毎日を不安なく過ごしております。	80点	69歳女性・大阪府
	自営の収入もやっとましになりつつあり、副業とも両立ができていますので、この点数です。	80点	34歳男性・愛知県
	概ねワクチン接種者が増え、感染者が減少傾向にあり、少しずつ制限が解除されつつあるから。	70点	62歳女性・神奈川県
中 (41~60点)	最初の緊急事態宣言の頃は不安もストレスも強かったのですが、長引く間に、感染対策は続けつつもところどころ上手く息抜きをして生活できるようになってきた気がします。以前より本当に必要な外出や出費を見極めるようになったことは、奇しくもプラスかもしれません。ただ、大好きだった温泉とホットヨガを我慢しているので、その分がマイナス30点です。	70点	55歳女性・大阪府
	緊急事態宣言が解除され、外出や飲食などが少しずつ元に戻ってきていることに希望を感じます。また、ワクチン接種が進んできていることも好印象です。ワクチンもなく、ひたすら自粛していた頃に比べたら、少しは余裕ができてきたのではないかと思います。	60点	60歳女性・兵庫県
	影響の大きさがわからなかったときに比べて、少しずつ安全な過ごし方がわかってきた。やれることは少しずつ増えてきていると感じるから。	60点	43歳男性・愛知県
	初めは外出ができない不自由を感じていたが、馴れもあり一人の時間を大切にできるようになった。外食を控えて健康管理もできるようになったので、その点では良かったと思う。	50点	50歳男性・大阪府
	自粛ムードがなくなりつつあるけれど、やっぱり人混みには行きたくはない。	50点	39歳男性・東京都
低 (40点以下)	少し感染者数が減ってきたので買い物の頻度は増えたが、感染対策をしっかりしている分、我慢している部分もあるため。	50点	45歳女性・埼玉県
	マスクをし続けるのが嫌になってきている。人と会いにくくなっていることで、半年間準備してきた就活も上手くいかず、諦めなくてはいけなかったから。コロナがなければもう少し状況は変わっていたと思う。	40点	23歳男性・神奈川県
	昨今の今頃に出産をしたので、まず子供を連れての外出が難しいです。それに加えてコロナ感染拡大で外出がしにくくなっています。また、最近の変異株は子供にも感染しやすくて本当に怖いと思い、余計に外出しにくくなっていると思います。	30点	45歳女性・東京都
	密になる仕事を辞めたので収入がない。感染対策をしていない人も多いから、デパートにも行きたいが怖い。以前のような行動ができず不自由を感じる。	5点	62歳女性・大阪府
	緊急事態宣言解除で、さらに感染が拡大する恐れがある。いまだに気を抜かず、買い物の頻度は少なくし、除菌も徹底しているため。帰省もまだ考えられない。	0点	27歳女性・兵庫県
基礎疾患持ちには外出はとてもリスクが高い。	0点	29歳男性・岐阜県	

# 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】** はすべての項目で前月より減少。前年同月との比較でもほぼ減少

前月からは、「海外の情勢」(57.5%、9.4pt減)、「行政の対応」(70.2%、8.8pt減)、「情報の不足や不確かさ」(57.7%、8.7pt減)の減少が目立ちます。前年同月比較では、「海外の情勢」(57.5%、10.9pt減)で減少幅が大きく、「経済の停滞」(72.5%、4.7pt減)などが続いています。

**【行動の抑制度】** もすべての項目で前月より減少。一方、ほとんどの項目は前年同月より数値が高く、抑制度が高い状態

前月からは、「人とのボディタッチ」(77.8%、6.6pt減)、「体験型エンタメ」(76.2%、5.8pt減)などをはじめ、全項目で減少しています。

前年同月比較ではほとんどの項目で高く、特に「外食」(78.4%、9.1pt増)、「旅行・レジャー」(83.6%、4.9pt増)などは昨年より抑制度が高い状態です。

**【行動の実施度】** ではほとんどの項目で減少。さまざまな行動の緩和がみられる

減少幅の大きな順に「感染対策を徹底している店や施設の利用」(55.9%、7.3pt減)、「混む時間を選けたり来店頻度を減らした買い物」(60.6%、7.2pt減)、「自家用車での移動」(47.2%、6.5pt減)、「十分な運動・栄養・睡眠」(72.8%、5.4pt減)となりました。

収束後に取り組むと思う行動[予想]…[実態]より[予想]が高いのは、「投資や資産運用」(+10.7pt)、「人が密集しない屋外でのレジャー」(+10.3pt)など。一方[実態]より[予想]が低いのは、「家の中でできる娯楽」(-12.3pt)、「感染対策の徹底」(-6.9pt)などです。

## ■ 生活意識・行動

### 【不安度】

	[実態] 感じている不安				
	21年8月	21年9月	21年10月	前月差	前年同月差
経済の停滞	74.6	76.5	72.5	-4.0	-4.7
行政の対応	77.1	79.0	70.2	-8.8	+1.0
自分や家族の健康	68.7	70.8	68.0	-2.8	+0.9
情報の不足や不確かさ	65.7	66.4	57.7	-8.7	-3.8
海外の情勢	63.0	66.9	57.5	-9.4	-10.9
自分や家族の仕事・収入	60.9	57.3	57.1	-0.2	-3.4
人づきあいの変化	44.3	48.9	44.2	-4.7	-1.1

(単位：% / 差分：pt)

### 【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8月	21年9月	21年10月	前月差	前年同月差	21年8月	21年9月	21年10月	前月差	前年同月差	
旅行・レジャー	82.3	85.7	83.6	-2.1	+4.9	51.9	50.3	54.1	+3.8	+1.8	-29.5
不要不急の外出	78.9	83.5	79.9	-3.6	+3.0	59.3	58.1	59.7	+1.6	+1.5	-20.2
交友・交際	80.7	81.9	78.5	-3.4	+3.6	54.4	52.9	55.6	+2.7	+4.5	-22.9
外食	75.1	78.7	78.4	-0.3	+9.1	52.2	50.8	54.1	+3.3	+3.2	-24.3
人とのボディタッチ (握手やハグなど)	79.9	84.4	77.8	-6.6	-0.1	63.3	65.4	64.9	-0.5	-1.4	-12.9
体験型エンタメ (ライブ・観劇・映画鑑賞など)	77.9	82.0	76.2	-5.8	+0.1	51.9	53.5	54.0	+0.5	-0.9	-22.2
不要不急の買い物	71.6	77.0	71.8	-5.2	+4.8	55.9	56.1	56.5	+0.4	+1.4	-15.3

### 【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8月	21年9月	21年10月	前月差	前年同月差	21年8月	21年9月	21年10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)	91.4	93.4	91.9	-1.5	+0.4	83.1	82.4	85.0	+2.6	+1.8	-6.9
十分な運動・栄養・睡眠	73.9	78.2	72.8	-5.4	-2.3	80.1	83.1	80.7	-2.4	-2.3	+7.9
家の中でできる娯楽	70.6	74.4	69.8	-4.6	+5.5	57.5	60.0	57.5	-2.5	+1.0	-12.3
感染対策商品や日用品の備蓄	68.5	71.2	68.5	-2.7	+1.8	67.8	70.7	67.9	-2.8	-2.0	-0.6
キャッシュレスでの支払い	64.0	65.3	62.6	-2.7	+2.6	69.1	68.5	65.4	-3.1	+1.1	+2.8
混む時間を選けたり、来店頻度を減らした買い物	61.9	67.8	60.6	-7.2	---	56.6	58.4	54.7	-3.7	---	-5.9
自分で料理する	56.5	61.1	57.2	-3.9	+2.1	63.9	64.7	61.9	-2.8	-0.1	+4.7
感染対策を徹底している店や施設の利用	55.9	63.2	55.9	-7.3	---	57.2	58.5	57.0	-1.5	---	+1.1
スマホやパソコンなどのゲーム	50.0	52.7	49.5	-3.2	+2.5	49.3	49.4	47.3	-2.1	+1.3	-2.2
ストリーミングサービスの利用 (動画や音楽など)	48.1	49.9	49.1	-0.8	+5.9	50.8	51.5	47.9	-3.6	+1.2	-1.2
自家用車での移動	49.1	53.7	47.2	-6.5	-0.7	48.8	49.6	45.7	-3.9	-1.0	-1.5
インターネット通販や出前の利用	47.5	51.1	46.5	-4.6	+9.0	45.6	47.2	44.3	-2.9	+1.9	-2.2
家の中でできる運動	44.6	46.5	45.1	-1.4	+2.7	50.7	51.3	50.3	-1.0	-0.4	+5.2
人が密集しない屋外でのレジャー	39.9	42.5	41.9	-0.6	-1.3	51.5	54.1	52.2	-1.9	+0.5	+10.3
人が密集しない屋外での運動	36.3	41.6	40.5	-1.1	+0.6	45.4	47.8	46.8	-1.0	-0.5	+6.3
SNSの閲覧・投稿	39.2	41.7	39.1	-2.6	+1.6	46.7	47.5	46.2	-1.3	+0.2	+7.1
時差通勤・時差通学	37.7	38.5	36.1	-2.4	-0.6	40.1	39.5	37.4	-2.1	-0.3	+1.3
テレワーク ※有職者ベース	31.3	32.0	33.3	+1.3	+6.8	32.4	31.4	32.7	+1.3	+5.0	-0.6
家の環境充実 (通信環境整備や家電購入など)	31.5	31.3	29.9	-1.4	+2.8	35.7	38.1	35.8	-2.3	±0.0	+5.9
副業 (検討含む)	30.9	29.5	29.5	±0.0	+1.0	33.5	31.3	33.1	+1.8	+2.6	+3.6
普段より少し良いものを買う	25.2	30.0	29.1	-0.9	+5.0	32.1	32.9	30.3	-2.6	-0.3	+1.2
モノを手作りする (手芸、リフォーム、DIYなど)	26.7	26.8	27.0	+0.2	+2.7	34.4	34.9	32.6	-2.3	+1.3	+5.6
投資や資産運用	28.5	28.3	25.4	-2.9	+3.8	37.5	37.0	36.1	-0.9	+6.0	+10.7
就職・転職・起業 (検討含む)	23.1	22.0	23.9	+1.9	+2.4	27.1	26.5	26.9	+0.4	+1.6	+3.0
フリマアプリ・ネットオークションでの出品・販売	23.3	25.1	23.5	-1.6	+2.4	28.0	28.2	27.4	-0.8	+1.7	+3.9
フリマアプリ・ネットオークションでの購入	23.3	25.6	22.8	-2.8	+1.5	29.3	29.3	25.7	-3.6	-0.8	+2.9
オンライン学習	18.7	20.7	19.1	-1.6	+3.5	24.2	25.5	23.3	-2.2	+1.0	+4.2
オンラインでの飲み会・食事会	17.8	19.9	17.7	-2.2	+2.2	18.8	19.5	18.3	-1.2	+0.7	+0.6
お店・団体の支援	19.1	19.7	16.8	-2.9	-0.5	23.8	23.8	21.4	-2.4	-1.4	+4.6
転居やリフォーム、複数拠点での生活 (検討含む)	16.9	17.1	16.0	-1.1	---	22.6	22.7	20.3	-2.4	---	+4.3

■ +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10月 :1,092人  
2021年 9月 :1,072人  
2021年 8月 :1,073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、あなたは次に挙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~>		
	20代	30代	40代	50代	60代	合計
男性	122	145	190	161	137	755
女性	119	141	185	158	142	745
合計	241	286	375	319	279	1,500
	20代	30代	40代	50代	60代	合計
男性	122	143	187	169	136	757
女性	118	139	183	164	139	743
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10月1日(金)~4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 ※感染者数の出典：厚生労働省ホームページ(10/18時点、重症者数も同様)、東京都ホームページ(10/18時点)

### <2020年>

- 4月 7都道府県で「緊急事態宣言」が発出(5/6まで)  
緊急事態宣言を全国に拡大
- 5月 緊急事態宣言が解除(39県、後に大阪・兵庫・京都)  
1都3県含む47都道府県すべてで解除
- 6月 東京で警戒情報「東京アラート」が発動
- 9月 東京でGoToトラベルの予約開始
- 10月 GoToイートの予約開始
- 11月 GoToトラベルの一時停止を首相表明  
東京や大阪を含め10都道府県でGoToイート中断
- 12月 GoToトラベルが一時中止(東京、後に全国)

### <2021年>

- 1月 緊急事態宣言が再発出(1都3県、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
- 3月 大阪・兵庫・京都で同宣言解除、3/21に1都3県解除
- 4月 まん延防止等重点措置の適用が順次拡大  
緊急事態宣言、東京・大阪・兵庫・京都に、3度目の発出
- 5月 緊急事態宣言の継続、拡大、延長(愛知・福岡追加)  
高齢者へのワクチン接種進む  
大規模接種センター開設(東京・大阪)
- 6月 緊急事態宣言、沖縄を除き解除  
7都道府県はまん延防止等重点措置へ移行。3県は継続。

### <2021年>

- 7月12日 緊急事態宣言、東京に4度目の発出、沖縄は延長(8/22まで)
- 7月23日 東京五輪、開幕
- 7月29日 緊急事態宣言の延長と埼玉・千葉・神奈川・大阪へ拡大決定  
まん延防止等重点措置も北海道・石川・京都・兵庫・福岡に適用(~8/31)
- 8月5日 まん延防止等重点措置拡大決定(8県追加で13道府県に、8日から適用)
- 8月13日 新規感染者が東京5,773人で過去最多、全国では初めて2万人を突破
- 8月19日 新規感染者が全国で25,140人、初めて2万5千人を突破
- 8月24日 東京パラリンピック開幕 原則無観客で実施
- 8月25日 緊急事態宣言、まん延防止措置の拡大決定(8月27日~9月12日)
- 9月3日 重症者は2,223人で過去最多を更新

### <今回の調査時点までの詳細>

- 9月8日 緊急事態宣言(19都道府県)、まん延防止等重点措置(8県)、9月末まで延長
- 9月12日 国内新規感染者数6,319人、前週5日より51%減
- 9月13日 ワクチンの2回接種者 全人口の5割を超える  
国内新規感染者数3,039人、2か月ぶりの3千人台 東京は611人
- 9月19日 国内新規感染者数3,200人 東京は565人
- 9月24日 国内新規感染者数1,640人 東京は235人
- 9月28日 重症者998人 千人を下回る
- 9月29日 自民党総裁選 岸田文雄氏が選出される
- 9月30日 緊急事態宣言(19都道府県)、まん延防止等重点措置(8県)が全面解除  
国内新規感染者数1,541人 東京は218人、都は感染警戒レベル1段下げ
- 10月2日 国内新規感染者数1,306人 東京は196人、前週同曜日を41日連続下回る

### <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