

コロナ下に生きる20代～50代の男女400名に聞きました 新生活シーズンに関する意識調査

新型コロナウイルスは新生活への気持ちにどう影響した？

家事クリエイターが新生活をスッキリ迎える洗濯&掃除のポイントも紹介

株式会社グラフィコ（代表取締役社長CEO：長谷川 純代）は、2021年3月16日（火）と3月17日（水）、全国の20歳～59歳の男女443人を対象に、コロナ下で始まる新年度の生活について、インターネットリサーチを実施いたしました。

■調査背景

コロナ下で2回目の新生活シーズンを迎えることになりました。“新生活様式”での生活にも順応してきた中で迎える今回。入学式、入社式、お花見など、新生活シーズンならではのイベントも引き続き縮小傾向となっています。生活の節目を感じられるイベントが少ない状況で、人々の心境や、新生活シーズンの過ごし方について調査しました。

※本資料では、「コロナ下」はコロナウイルス感染拡大の状況下のこと、「コロナ禍」はコロナウイルス感染拡大の事象として表記しています。

TOPIC

①先行き不透明な状況への不安の表れ？

新生活シーズンが「楽しみ」…30.4%

楽しみな理由「子どもの入園」「新しい出会い」「同棲を始める」など！

②新生活シーズンに「やってみたいこと」TOP3

「食生活を健康的にする」「部屋の掃除」「運動・スポーツ」

③7割近くが新生活に向けてスッキリしたいことがある

スッキリしたいことTOP3

「着ない服」「インテリア」「身体の脂肪」

④新生活シーズンだからこそキレイにしたいのは？

洗濯物の1位「秋冬の服」、掃除場所の1位「玄関」

⑤感染予防対策の効果？家計の出費【増減】アンケート

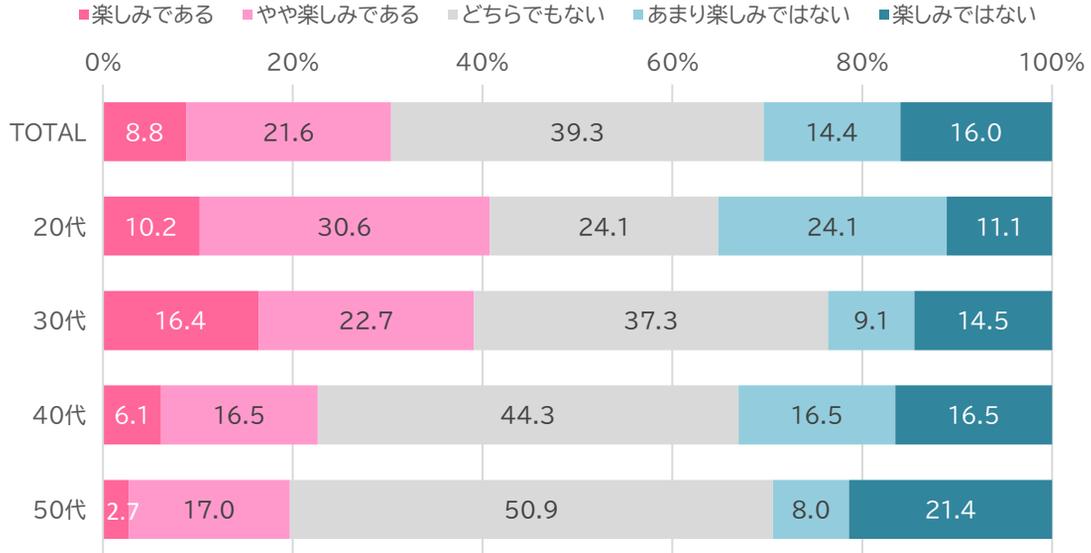
増えた1位「アルコール・除菌スプレー」減った1位「風邪薬」

⑥【みんなの回答を大公開】

「新生活が楽しみ、楽しみではない理由」「新生活シーズン・新年度どんな1年にしたい？」「コロナが終息したらやってみたいこと」「コロナが原因で起こった困りごと、トラブル」

■ 2021年、新生活シーズンへの期待

Q1. 2021年4月からの新生活シーズンはあなたにとって楽しみですか。（単一回答）【N=443】



■ 新生活をポジティブな気持ちで迎える人は3人に1人以下という結果に。

■ 「楽しみである」30.4%、「楽しみではない」30.4%で引き分け！

新生活シーズンが楽しみと回答した方は30.4%、どちらでもないが最多で39.3%、楽しみではないが30.4%となりました。年代別では、**年齢が高くなるにつれ、新生活シーズンを楽しみにしている方は減少傾向。楽しみと回答した50代（19.7%）は、20代（40.8%）の約半数。**

楽しみ、と回答した方の理由には、新型コロナワクチン接種開始へに期待する声も見られました。一方、どちらでもない、楽しみではない、と回答した方の理由には、何も変化がない、楽しみがないという声が見られました。新生活関連のイベントの縮小などで、節目を感じる瞬間が減ったことも影響しているのかもしれませんが。

Q2.その理由は？

■ 楽しみ派

- ・ 社会人になるから（20代・男性）
- ・ 新居に引越すから（20代・男性）
- ・ 緊急事態も解除され自由に動き回れるから（30代・男性）
- ・ 新人がはいつてきて、また心機一転頑張れる気がするから（30代・男性）
- ・ 野球が始まる（50代・男性）
- ・ 子どもが幼稚園に入園するから（20代・女性）
- ・ 春だし暖かくなり、気分もよいかから（40代・女性）
- ・ 息子が結婚予定で。
コロナもワクチンが始まり、世の中が良い方向に、元に戻りつつあると思うと期待している（50代・女性）

■ 楽しみではない派

- ・ 大学にどれくらい行けるのか分からないから（20代・男性）
- ・ 収入源が見つからない（30代・男性）
- ・ 何も生活に変化はなく同じことの繰り返しだから（40代・女性）
- ・ 子供が上京して離れてしまうから（40代・女性）
- ・ 基本的に特に変化はないが、主人のテレワークは続くだろうし、緊急事態宣言が解除になれば若干仕事が忙しくなると思うので。（50代・女性）
- ・ コロナ禍で特にイベントも何もないので（50代男性）

■ どちらでもない派

- ・ 既に社会人で、そこまで変化しないため（20代・男性）
- ・ コロナの影響で楽しめそうな気がしない（40代・女性）

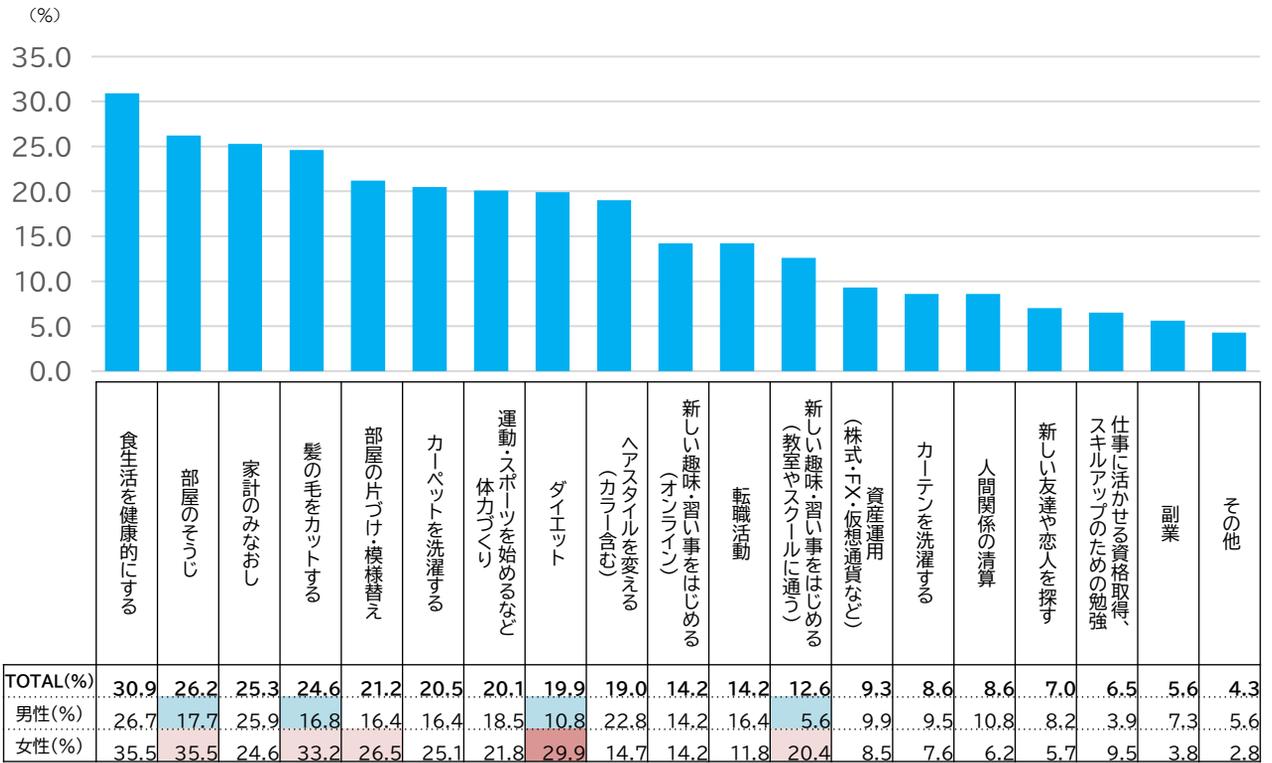
■ 2021年、新生活・新年度の抱負

Q3. 2021年4月からの新生活シーズン・新年度を迎えるにあたって、あなたはこれからの1年をどんな年にしたいと思いますか。（自由回答）【N=443】

- ・新しい生活様式を取り入れて、感染に注意しながら、時に家族と出かけたりして楽しい生活を送りたい（20代・女性）
- ・悔いのない様に、気になることは挑戦して行きたい（30代・女性）
- ・友人と関わるのが億劫になってしまっていたので、リアルやLINE、SNSでもちゃんと交流をしよう思う。（30代・女性）
- ・家事を適当に終わらせず楽しむこと（40代・女性）
- ・コロナ生活に向けて、生活の基礎固めをして、シンプルに暮らせるようにする（40代・女性）
- ・昨年と同様に外食は自粛するが、散歩を充実させたい（40代・女性）
- ・睡眠をきちんととる（50代・女性）
- ・食生活を見直し、心も身体も健康にしたい（50代・女性）
- ・節約の1年（20代・男性）
- ・キャリアアップ、貯金、副業。とにかく生活を充実させたいので、まずは稼ぐ（20代・男性）
- ・親孝行が出来る様に、ちゃんとした仕事について、仕事を頑張りたい（20代・男性）
- ・新しい様式で自分が一番進んだ生活を切り拓きたい（30代・男性）
- ・なんとか別の副業で活路を見出すしかないので色々と体験する一年になると思う（30代男性）
- ・新しい生活様式で成果を上げていきたい（40代・男性）
- ・普通に過ごす（40代・男性）
- ・退職予定なので、しばらくゆっくりしたい（50代・男性）
- ・まだまだ我慢になると思うので、希望を失わないようにしたい（50代・男性）

■新生活でチャレンジしたいこと「健康の見直し」と「掃除」

Q4. 新生活シーズンにあなたが「やってみたいこと」を教えてください。（複数回答）【N=443】



男女別TOP10

	男性	女性
1位	食生活を健康的にする	食生活を健康的にする
2位	運動・スポーツを始めるなど体力づくり	部屋のそうじ
3位	新しい趣味・習い事をはじめ(オンライン)	家計のみなおし
4位	ダイエット	髪の毛をカットする
5位	部屋のそうじ	部屋の片づけ・模様替え
6位	家計のみなおし	カーペットを洗濯する
7位	部屋の片づけ・模様替え	運動・スポーツを始めるなど体力づくり
8位	カーペットを洗濯する	ダイエット
9位	新しい趣味・習い事をはじめ(教室やスクールに通う)	ヘアスタイルを変える(カラー含む)
10位	転職活動	新しい趣味・習い事をはじめ(オンライン)

■長らくコロナ禍で健康意識が一層高まった結果か？

新生活でやってみたいことTOP3は、「食生活を健康的にする」(30.9%)
「部屋の掃除」(26.2%)「運動・スポーツを始めるなど体力づくり」(25.3%)

男女とも1位は「食生活を健康的にする」(30.9%)となりました。新生活を迎えるにあたり、生活習慣の見直しをしたいと思う人も多いはず。コロナ下の生活で、感染症に対する予防意識や、おうち時間、在宅ワークなどによる活動量の低下も影響しているのかもしれませんが、**女性は家・部屋のことなど普段の生活に直結したもの、男性は運動・スポーツ、趣味、ダイエットなど身体や趣味に関するものが上位になったのも特徴です。**

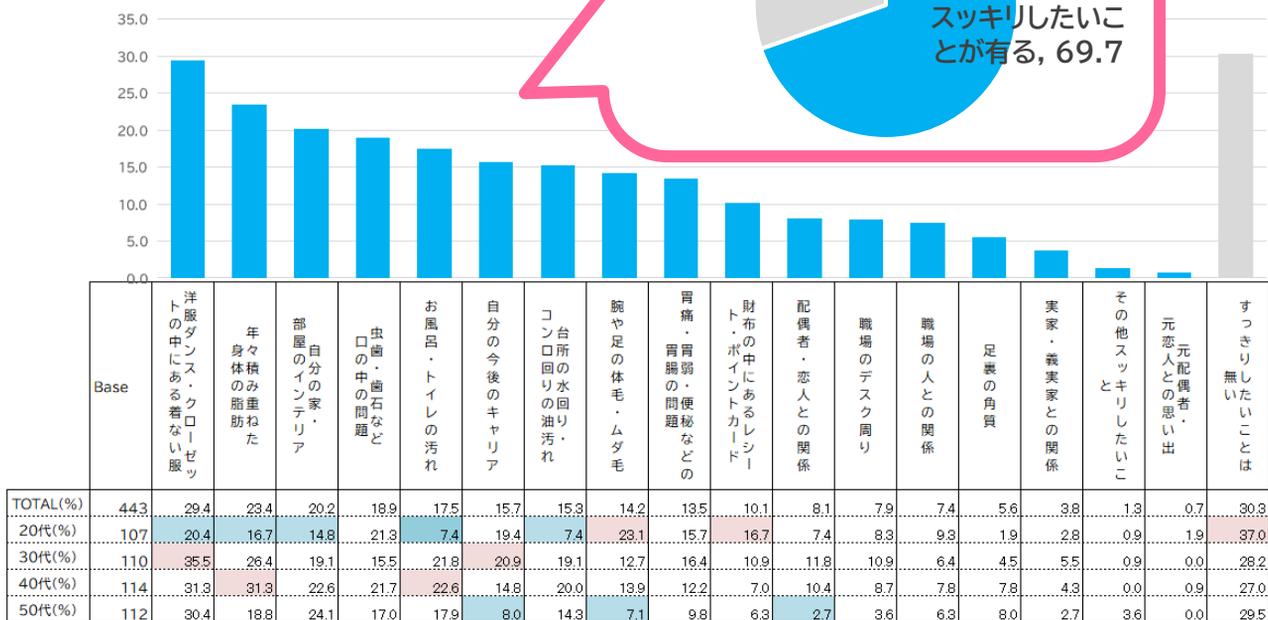
■新生活シーズンに向けてスッキリしたいこと

Q5. あなたが新生活シーズンを迎えるにあたり「スッキリしたいこと」として、当てはまるものを教えてください。（複数回答）【N=443】

スッキリしたいことがある人は
約70%

スッキリしたい
ことは無い,
30.3

スッキリしたいこ
とがある, 69.7



年代別TOP5

	20代	30代	40代	50代
1位	腕や足の体毛・ムダ毛	洋服ダンス・クローゼットの中にある着ない服	洋服ダンス・クローゼットの中にある着ない服	洋服ダンス・クローゼットの中にある着ない服
2位	虫歯・歯石など口の中の問題	年々積み重ねた身体の脂肪	年々積み重ねた身体の脂肪	自分の家・部屋のインテリア
3位	洋服ダンス・クローゼットの中にある着ない服	お風呂・トイレの汚れ	お風呂・トイレの汚れ	年々積み重ねた身体の脂肪
4位	自分の今後のキャリア	自分の今後のキャリア	自分の家・部屋のインテリア	お風呂・トイレの汚れ
5位	年々積み重ねた身体の脂肪	自分の家・部屋のインテリア	虫歯・歯石など口の中の問題	虫歯・歯石など口の中の問題

■新生活に向けて、約70%がスッキリしたいことがあると回答

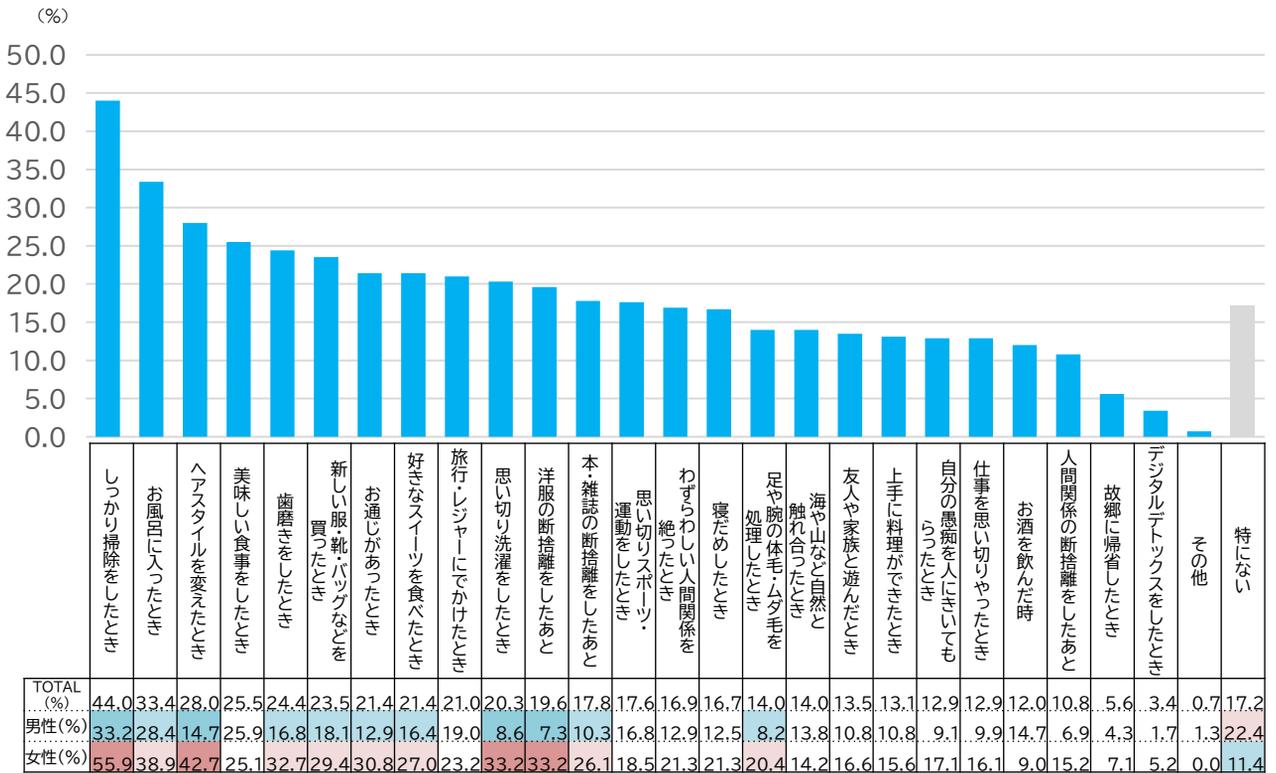
スッキリしたいことTOP3は、1位着ない服、2位 体の脂肪、3位 家のインテリア

スッキリしたいことの1位は「洋服ダンス・クローゼットの中にある着ない服」、2位は「年々積み重ねた身体の脂肪」、3位は「自分の家・部屋のインテリア」となりました。

年代別にみると、30代以上の回答は似た傾向になりました。新生活シーズンを迎える回数を重ねるにつれ、パターンがわかってきたのでしょうか。一方、20代は身だしなみ関連が上位（1位「腕や足の体毛・ムダ毛」2位「虫歯・歯石など口の中の問題」）おしゃれやエチケットに気をつけたい気持ちが伺えました。

■スッキリする時

Q6. 普段の生活の中で、あなたが「スッキリする時」を教えてください。（複数回答）【N=443】



男女別TOP10

	男性	女性
1位	しっかり掃除をしたとき	しっかり掃除をしたとき
2位	お風呂に入ったとき	ヘアスタイルを変えたとき
3位	美味しい食事をしたとき	お風呂に入ったとき
4位	旅行・レジャーにでかけたとき	思い切り洗濯をしたとき
5位	新しい服・靴・バッグなどを買ったとき	洋服の断捨離をしたあと
6位	歯磨きをしたとき	歯磨きをしたとき
7位	思い切りスポーツ・運動をしたとき	お通じがあったとき
8位	好きなスイーツを食べたとき	新しい服・靴・バッグなどを買ったとき
9位	ヘアスタイルを変えたとき	好きなスイーツを食べたとき
10位	お酒を飲んだ時	本・雑誌の断捨離をしたあと

■普段の生活でスッキリする時は「しっかり掃除をしたとき」44%

コロナ下で、快く新生活を迎えるには「掃除」がポイントに？

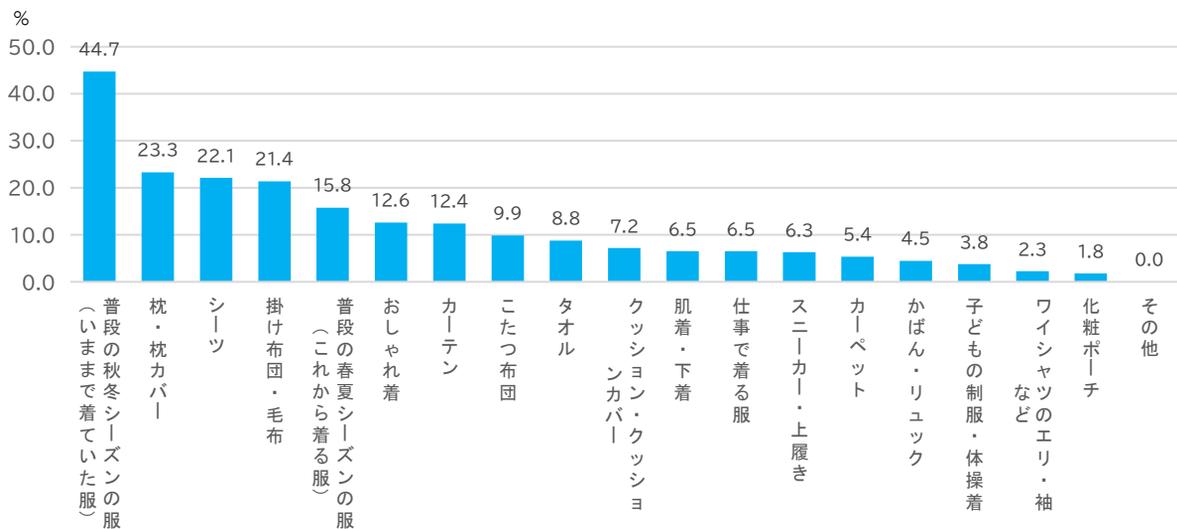
普段の生活についても聞いてみました。1位「しっかり掃除をしたとき」44%、2位「お風呂に入ったとき」33.4%と、**きれいにする・清潔にすることが上位**の結果に。男女別にみても、女性で3位の「ヘアスタイルを変えたとき」、4位の「思い切り洗濯をしたとき」は男性ではランク外に。女性は「日常」の中でスッキリできることを見出すことが得意のようです。

コロナ禍による“おうち時間”の増加で、「日常」生活に目を向けることが多くなった今、掃除や洗濯で気持ちをスッキリとすることは、手軽にできるリフレッシュとなりそうです。また、男女の違いを理解することで、ご家族やパートナー同時に**気持ちのいい新生活シーズンを迎える**ことができるかもしれません。

■新生活シーズンに洗濯&掃除したくなるのは？

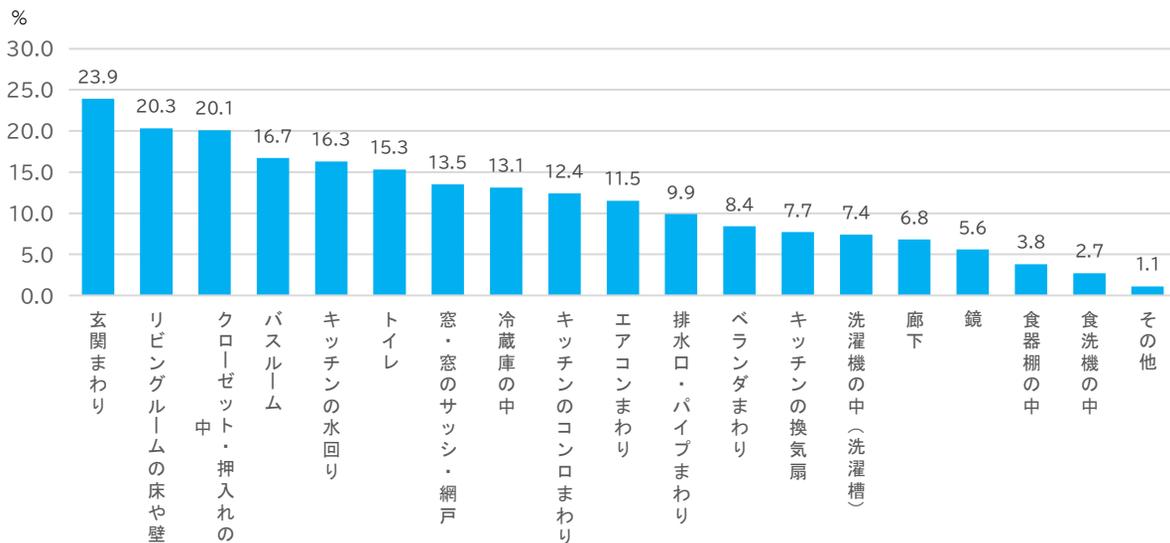
Q7. あなたが「新生活シーズンだから洗濯したくなるもの」を教えてください。

(複数回答) 【N=443】



Q8. あなたが「新生活シーズンだから掃除したくなる場所」を教えてください。

(複数回答) 【N=443】



■ 始まりを意識？洗濯したくなるもの1位は、「普通品の秋冬シーズンの服」約45%。寝具関連も上位に。新生活シーズンだから掃除したくなる1位は「玄関まわり」。

新生活シーズンだから洗濯したくなるものでは、2位に「枕・枕カバー」(23.3%)、3位「シーツ」(22.1%)、4位「掛け布団、毛布」(21.4%)と寝具が上位に。清潔な寝具で新生活の快眠を手に入れたい気持ちが見て取れます。新生活シーズンだから掃除したくなる場所T1位は「玄関まわり」なのは、家の顔とも言える玄関をきれいにして、気持ちよく新しいスタートを迎えたいという思いを表しているのかもしれない。

新生活シーズンをスッキリ・楽しく迎えよう 家事クリエイターがこの時期にやる【洗濯・掃除】のアイデア



2級家事クリエイター 田邊謙司

株式会社グラフィコ販売促進部長、兼、洗剤ブランド「オキシクリーン」のInstagramアカウントの“中の人”。DMで問い合わせを受けることも少なくなく、ひとりカスタマーセンターと言われることも。ほったらかしても、ちゃんと家事になるアイテムで家事をラクに！という「ほったらか家事®」を提唱している。

春の衣替え

“しまい洗い”で、秋冬衣料をスッキリ片付け！

お気に入りの秋冬の洋服、しまう前に！

長かった寒い時期もようやく終わりを迎えようとしています。暖かな日差しが嬉しい季節となりましたね。そろそろ衣替えのタイミングを検討される方も多いのではないのでしょうか。秋冬の洋服を衣替えでしまう際には、「しまい洗い」をおすすめいたします。

「しまい洗い」って？

衣替えの際、取り出した洋服の襟元や脇の黄ばみを発見してガッカリ…というご経験をお持ちの方もいらっしゃるかと思います。それは、汚れをきちんと落とさなかった状態のままにしまっていることが一因です。落ち切っていない汗や皮脂汚れが、しまっているうちに酸化して黄ばみとなってしまいます。そこで、衣替えで服をしまう前に、一度しっかりと洗いましょう。

まずは洗濯表示を確認しましょう

コートやセーター、マフラーなどの秋冬衣料は、家で洗うことができないものが多いので、洗濯表示を確認した上で、クリーニング店に依頼しましょう。水洗い可、漂白剤可（酸素系漂白剤のみ可含む）の洋服でしたら、ご自宅で「しまい洗い」。オキシクリーンを使用した「オキシ漬け」で皮脂汚れ、汗を落としましょう。

プラスα お洗濯術

●オキシ漬け

秋冬で溜まった衣類の「皮脂汚れ」や「汗」を落とすには、「オキシ漬け」がおすすめです。



① 漬けおきする洗い桶などに、40~60℃のお湯を用意する

※衣類の洗濯表示にある上限温度をご確認ください。

② オキシクリーンを入れる。

③ 溶かした液に汚れた物を漬ける。漬けおき時間は20分程度（最大6時間まで）を目安に。

④ その後、通常のお洗濯をする。

玄関まわりの掃除 手順をシンプルに整理、習慣化してしまおう！

手順は2つ

玄関は人の出入りが多い「家の顔」。常にきれいにしておきたい場所のひとつですね。とはいえ、リビングやキッチン、バスルームに比べ、滞留時間が短いことから、つい後回しになりがちです。そこで、シンプルで効率的に掃除ができるように手順を整理してみます。

玄関そうじの手順は2つ ①ドアまわりの掃除 →②たたきの掃除 です。
過ごしやすい気候が続く新生活シーズンにぜひやってみてください。

手順1. ドアまわりの掃除

まず、ドアまわりのホコリを落としていきます。ドアの内側（家の中）は乾拭き、外側（家の外）は水拭きが基本です。ドアの内側は軽い砂ホコリのことが多いので、乾拭きでホコリを落としていきます。上から下にコの字を描きながら拭くと、均一に力が入って拭き残しが防げます。ドアノブは手アカが付いてますので、水拭きしたあと、水分が残っているうちに乾き拭きをするとピカピカになります。外側のドアは雨風などによってホコリが吸着していることが多いので、乾いた布やブラシなどで軽く払ってから水拭きします。そうすることで汚れが広がるのを防ぐことができます。

手順2. たたきの掃除

次に、たたきです。手順①で落としたドアまわりのホコリも一緒に掃き掃除できれいにしましょう。掃き掃除が終わったら水拭きです。耐久性のあるカウンタークロスを使うのがおすすめです。ドアの内側から上がり框に向け、うしろに下がりながら水拭きしていきます。この時もコの字を描いて拭きましょう。水拭きで落ちにくい汚れは、こすり洗いをします。たたき全体に水をかけ、5分程度放置したのち、浮いてきた汚れをブラシでこすって落としましょう。汚れを水で洗い流したら、あとひといき。余分な水分をクロスで拭き取って終了です。

プラスα お掃除術

●たたきのオキシこすり

頑固な汚れとくすみには、オキシクリーンを使った「オキシこすり」も効果的です。オキシクリーンを50°C前後のお湯に溶かし、たたきにかけてみます。5分程度そのまま放置してから、ブラシでこすり洗いをしましょう。



●玄関マットのオキシ漬け

玄関マットの汚れ落とし&除菌（※）には、「オキシ漬け」もおすすめです。掃除機で細かい砂ほこりやゴミを吸い取ったら、20分程度オキシ漬け。流水ですすぎ、軽く絞ったら通常通りお洗濯して終了です。



※布製品を1時間以上漬けおきた場合（すべての菌を除菌するわけではありません）。

新生活シーズンの洗濯・掃除にも、オキシクリーン！

オキシクリーンは、酸素の泡で衣類のシミ・汚れを漂白・消臭（※1）、除菌（※2）する酸素系漂白剤です。衣類の汚れだけではなく、キッチン・お風呂場・トイレ・洗面所・リビングなど、様々なお掃除で使用できます。

■商品概要

商品名：オキシクリーン 500g
内容量：500g
メーカー希望小売価格：638円（税込）
販売チャンネル：全国のドラッグストア、
ホームセンター、スーパーなど
★香料・界面活性剤不使用タイプ

商品名：オキシクリーンEX 500g
内容量：500g
メーカー希望小売価格：748円（税込）
販売チャンネル：全国のドラッグストア、
ホームセンター、スーパーなど
★洗浄成分（界面活性剤）をプラスしたタイプ



EX500g

2021年
2月22日
新発売

■商品特長

- ①酸素の力で、漂白・消臭（※1）・除菌（※2）
- ②色柄物にも使える（※3）
- ③ツンとしたニオイがない
- ④衣類はもちろん、キッチンやお風呂、ベランダや玄関、お部屋の床など家中使える

※1…すべての汚れ・ニオイが落ちるわけではありません

※2…布製品を1時間以上漬けおきた場合（すべての菌を除菌するわけではありません）

※3…必ず洗濯表示をご確認のうえ、ご使用ください。

■使い方



1. オキシ漬け

- ①漬けおきする洗い桶などに、40～60℃のお湯を用意する

※衣類の洗濯表示にある上限温度をご確認ください。

- ②オキシクリーンを入れる。
- ③溶かした液に汚れた物を漬ける。
漬けおき時間は20分程度（最大6時間まで）を目安に。
- ④その後、通常のお洗濯をする。



2. オキシ足し

- ①洗濯槽に直接オキシクリーンを入れる。
- ②洗濯洗剤を分量分入れる。（柔軟剤も一緒にお使いいただけます）
- ③洗濯機に衣類を入れ、通常のお洗濯をする。
※1 汚れの程度、種類によって効果は異なります。

■公式ブランドサイト www.oxicleanjapan.jp

■引用・転載時のクレジット表記のお願い

本内容の転載にあたりましては、「オキシクリーンブランド調べ」などクレジットを付記のうえご使用いただきますよう、お願い申し上げます。
《例》酸素系漂白剤「オキシクリーン」の調査によると…

■調査概要

1. 調査方法：インターネット調査
2. 調査の対象：日本国内在住、男女、20～59才
3. 有効回答数：443人
4. 調査実施日：2021年3月16日（火）・3月17日（水）
5. 設問：

- Q1. 2021年4月からの新生活シーズンはあなたにとって楽しみですか。
Q2. 前問でそのように回答された理由をお答えください。
Q3. 2021年4月からの新生活シーズン・新年度を迎えるにあたって、あなたはこれからの1年をどんな年にしたいと思いますか。
Q4. 新生活シーズンにあなたが「やってみたいこと」を教えてください。
Q5. あなたが新生活シーズンを迎えるにあたり「スッキリしたいこと」として、当てはまるものを教えてください。
Q6. 普段の生活の中で、あなたが「スッキリする時」を教えてください。
Q7. あなたが「新生活シーズンだから洗濯したくなるもの」を教えてください。
Q8. あなたが「新生活シーズンだから掃除したくなる場所」を教えてください。

(以下appendix)

- Q9. コロナ下の生活で購入する費用が増えたもの、減ったものを教えてください。
Q10. もしコロナ禍が終息したらやってみたいと思うことを教えてください。
Q11. コロナ禍以降、あなたが取り入れた「新しい生活様式」についてお答えください。
Q12. コロナ禍以降、あなたが取り入れた「新しい生活様式」について、終息後も続けていきたいと思うものをお答えください。
Q13. 新型コロナウイルスの流行や緊急事態宣言など、コロナ禍が原因で起こった困りごと・トラブルがあれば教えてください。
Q14. あなたがおうち時間を快適にするために準備したもの、整えたものを教えてください。

appendix

Q9. コロナ下の生活で購入する費用が増えたもの、減ったもの

Q10. コロナ下終息後にやってみたいこと

Q11. コロナ禍以降、取り入れた「新しい生活様式」

Q12. コロナ禍以降、取り入れた「新しい生活様式」について、終息後も続けていきたいもの

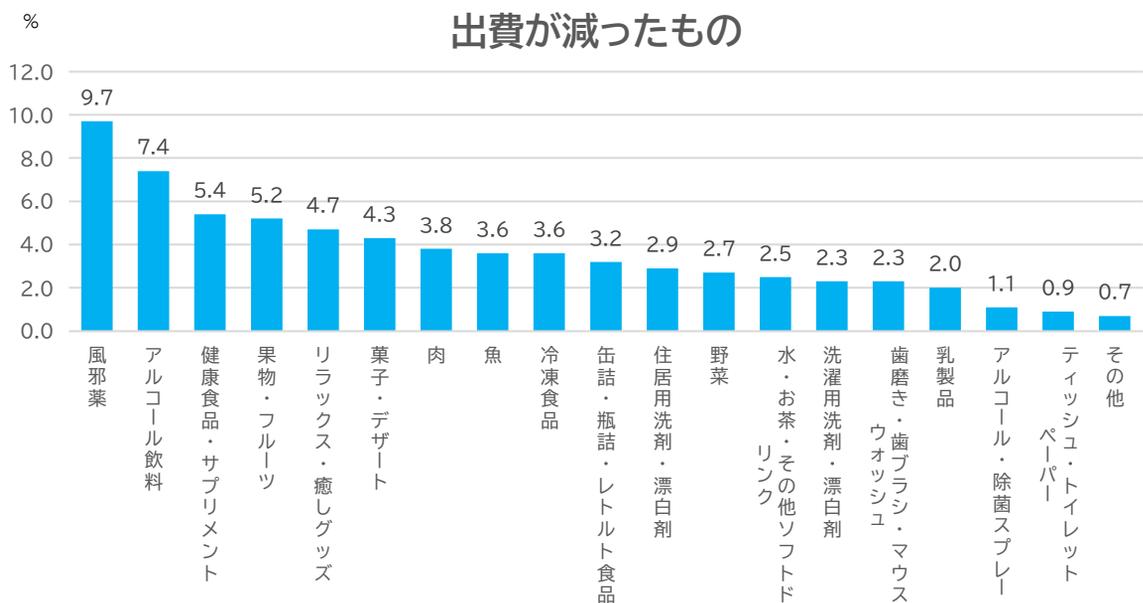
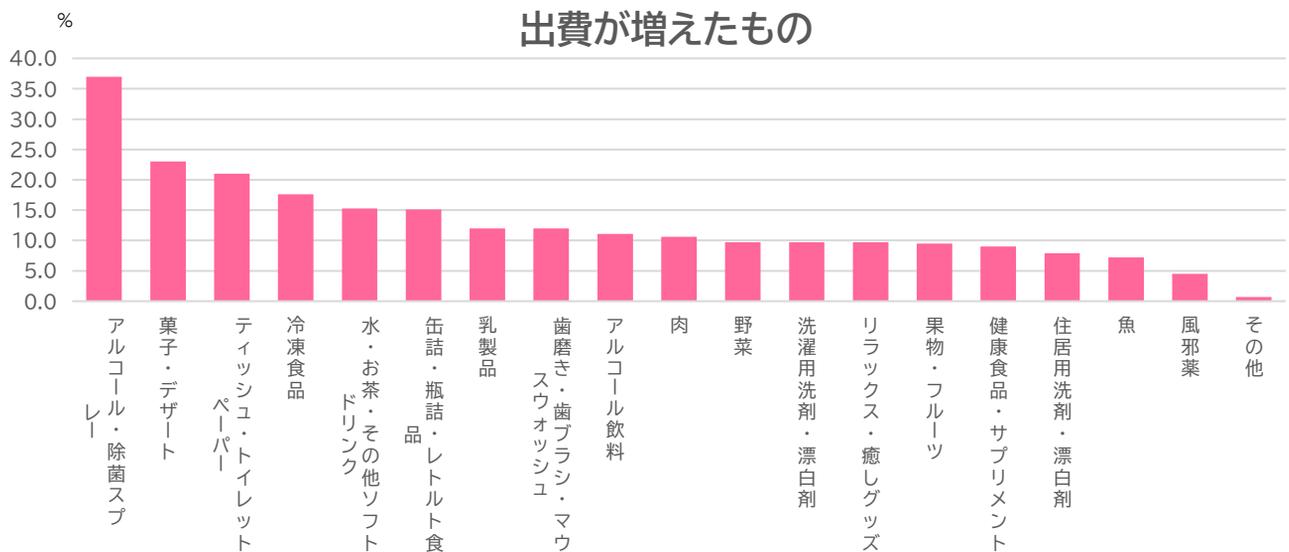
Q13. コロナ禍が原因で起こった困りごと・トラブル

Q14. おうち時間を快適にするために準備したもの、整えたもの

■ 出費の増減を聞いてみました

Q9. コロナ下の生活で購入する費用が増えたもの、減ったものを教えてください。

(複数回答) 【N=443】



感染予防対策をしっかりしたら、風邪をひきにくくなった？！

増えた…1位「アルコール・除菌スプレー」

減った…1位「風邪薬」

■ コロナ禍終息後にやってみたいこと

Q10. もしコロナ禍が終息したらやってみたいと思うことを教えてください。

(自由回答より抜粋)

推しのグリーティング、ディナーショーに参加。
祭りの参戦、花火の観賞。大人数の飲み会。(20代・女性)

お花見、飲み屋巡り、夜の映画館に行く。(20代・女性)

音楽が大好きなので、好きなアーティストさんのライブに行きたいです。
今は配信ライブに参加させていただいています。(30代・女性)

ハグ(30代・女性)

友人とマスク無しで出掛けたい！写真を気にせず撮りたい。(30代・女性)

母の還暦祝いで姉家族と共に旅行に行く。(30代・女性)

ライブやフェスに年間20回ほど行っていたので早く行きたい。
特に洋楽が好きなので、外国人アーティストの来日が解禁されて欲しい。(30代・女性)

大江戸線の全部の駅を乗り降りする(40代・女性)

実家に帰って両親のお世話をしたいです。(50代・女性)

病院でのボランティア活動。(50代・女性)

マスクを気にせず、堂々と歩く(50代・女性)

他県に引っ越した友達のところへ遊びに行きたい。(20代・男性)

オンラインではなく外で行う趣味(20代・男性)

歯医者に行く。友達と飲みに行く(30代・男性)

親とフェリーの旅(30代・男性)

一番の趣味は旅行することなので、
いつもより長めの有休を取得して、長期旅行に行きたい。(30代・男性)

実店舗での自由気ままな買い物(40代・男性)

競馬場、競輪場で大声を出す。(40代・男性)

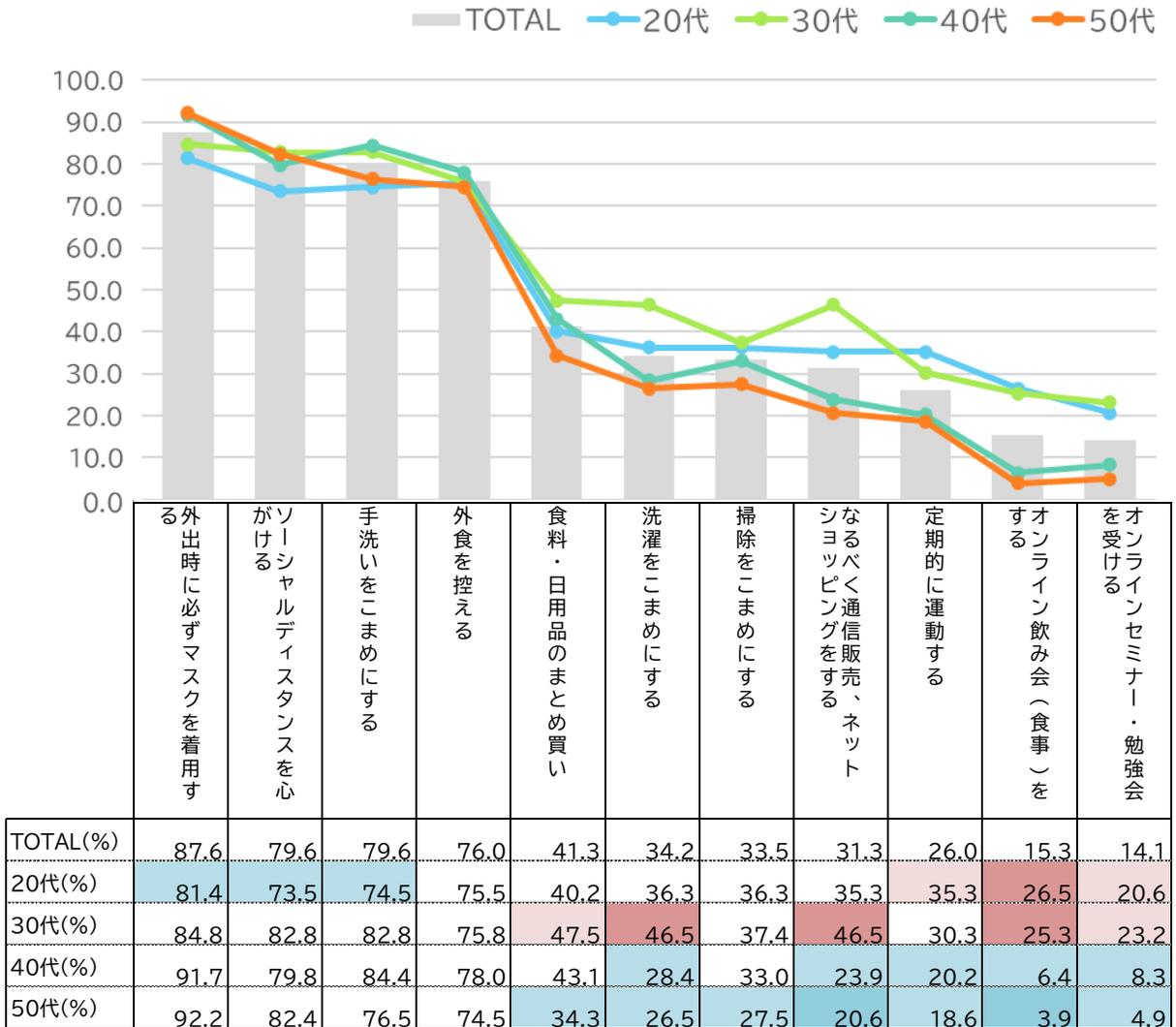
入院中の母への面会(50代・男性)

オンラインではなく人に逢える出張(50代・男性)

■取り入れた「新しい生活様式」って？

Q11.コロナ禍以降、あなたが取り入れた「新しい生活様式」についてお答えください。

(複数回答) 【N=443】



	20代	30代	40代	50代
1位	外出時に必ずマスクを着用する	外出時に必ずマスクを着用する	外出時に必ずマスクを着用する	外出時に必ずマスクを着用する
2位	外食を控える	手洗いをこまめにする	手洗いをこまめにする	ソーシャルディスタンスを心がける
3位	手洗いをこまめにする	ソーシャルディスタンスを心がける	ソーシャルディスタンスを心がける	手洗いをこまめにする
4位	ソーシャルディスタンスを心がける	外食を控える	外食を控える	外食を控える
5位	食料・日用品のまとめ買い	食料・日用品のまとめ買い	食料・日用品のまとめ買い	食料・日用品のまとめ買い

マスク着用・手洗いはニューノーマル生活のあたりまえ！

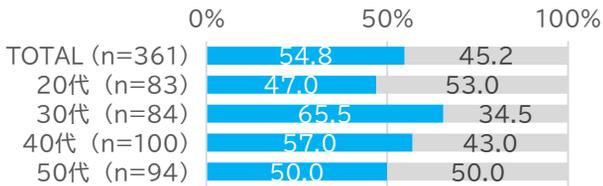
20代…外食が減って、オンライン飲み会が増えた

30代…通販人口の増加、洗濯掃除をこまめに！

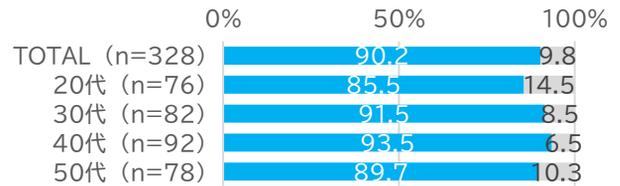
■ 継続したい「新しい生活様式」って？

Q12. コロナ禍以降、あなたが取り入れた「新しい生活様式」について、終息後も続けていきたいと思うものをお答えください。（単一回答）

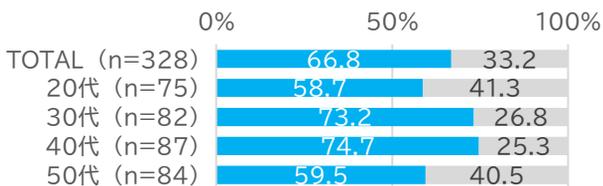
外出時に必ずマスクを着用する



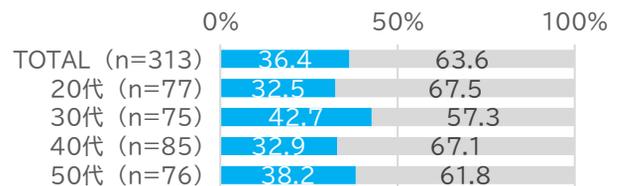
手洗いをこまめにする



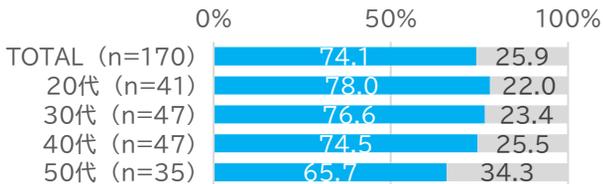
ソーシャルディスタンスを心がける



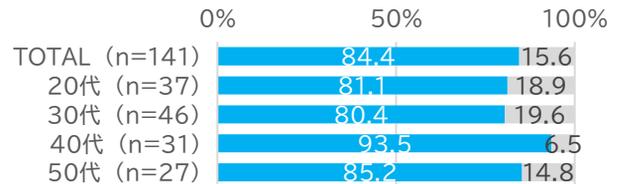
外食を控える



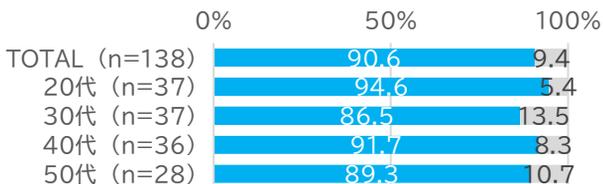
食料・日用品のまとめ買い



洗濯をこまめにする



掃除をこまめにする



■ 終息しても続けていきたい ■ 終息したらやめたい

**TOTALの回答母数がn=100を
超える設問を中心にピックアップ**

8割以上が「マスク着用」を取り入れたものの、半数近くはやめたい！

30代は、密回避を心がけて、外食も敬遠傾向に？

こまめな洗濯と掃除は、取り入れたら継続しやすい習慣か。

■ コロナ禍が原因で起こった困りごと・トラブル

Q13.新型コロナウイルスの流行や緊急事態宣言など、コロナ禍が原因で起こった困りごと・トラブルがあれば教えてください。（自由回答より抜粋）

子どもと狭いアパートにいたことが辛かった。
公園に行けなかったから体力も余って騒ぐし、周りの住民の方に気を使った（20代・女性）

コロナの認識の違いで友人関係に溝が出来た。
認識が低い人とは今後付き合いを考えた（30代・女性）

子供の37.5℃で登園・登校ができなくなり、
頻繁に仕事を休まなくてははいけなかった（30代・女性）

転職しようと思退職を申し出た直後にコロナ渦になり、
転職活動が思うようにいかなかった（30代・女性）

運動不足で健康診断の結果が良くなかった（30代・女性）

免疫力が上がるらしい納豆が頻繁に売り切れて困る。特に安価な商品。（30代・女性）

子供の部活の試合や行事が例年通りにできなかったこと（40代・女性）

ちょっとした風邪もひけなくなった（40代・女性）

咳をただけで冷たい目で見られる（50代・女性）

咳喘息や花粉症があるが外出時にマスクをしていてもくしゃみや咳をする時に
周囲の視線が気になり公共機関を使っての外出はなるべく控える（50代・女性）

大学に行けなくなった 友達と遊んでも8時で店が閉まるからつまらなくなった（20代・男性）

自分自身がコロナにかかっていないかという漠然とした不安（30代・男性）

店内で怒鳴っている人間をよく見かけるようになった（30代・男性）

家族とコロナに対する意識が合わない（30代・男性）

緊急事態宣言中なのに人が多い（40代・男性）

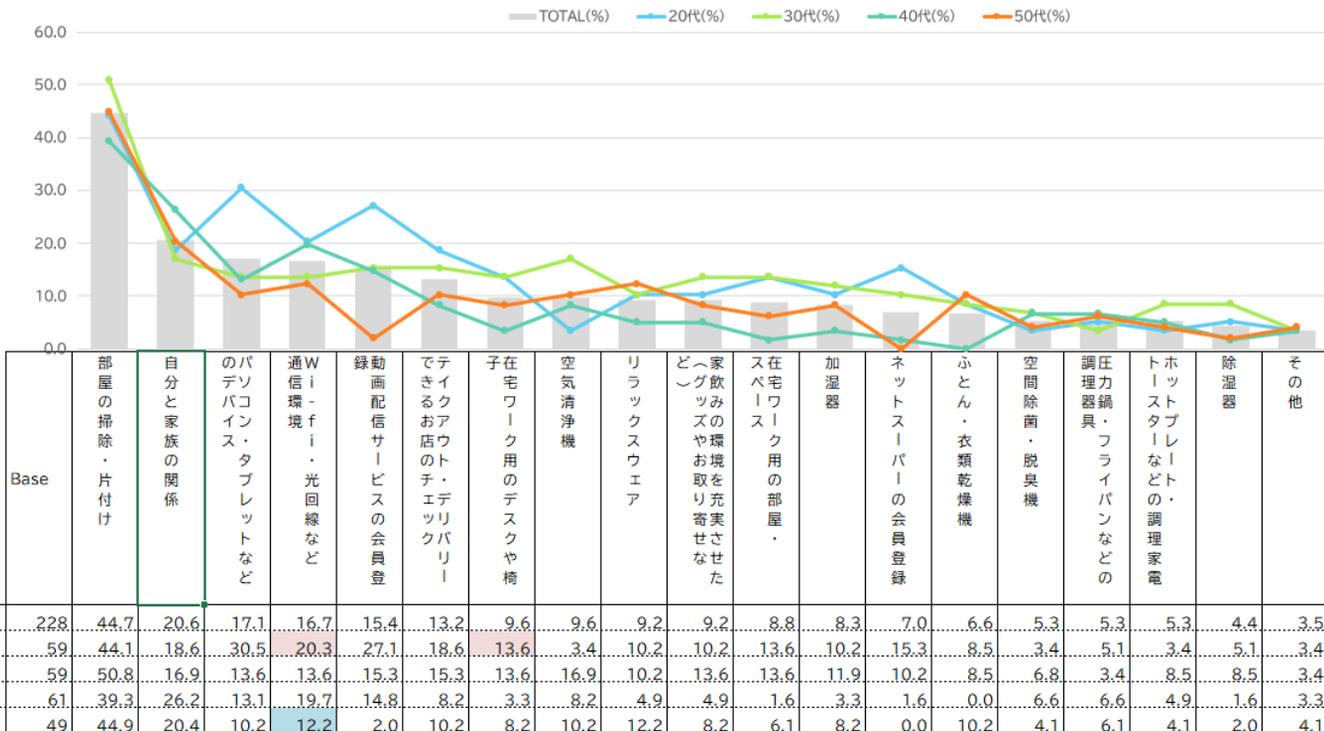
自粛警察など集団心理がとても気持ち悪かった（50代・男性）

入院中の母親に会えなくなった（50代・男性）

■ おうち時間を快適にするには何が大切？

Q14.おうち時間を快適にするために準備したもの、整えたものを教えてください。

(複数回答) 【N = 228】



部屋がキレイで、家族との関係が良好であることを重要視

20代…「デジタル（通信・サービス）」が大切！

50代…「リラックス」「睡眠」の家ナカ関係を重視！