

働く女性の意識・行動調査

【Vol.1】



調査手法	Web調査																				
調査エリア	全国																				
対象者条件	<ul style="list-style-type: none">20～59歳の女性除外業種：なし有職者（パート含む）現在忙しさを感じている方																				
サンプル数・割付構成	<p>【新型コロナウイルス感染拡大前 調査（2020年2月実施）】</p> <ul style="list-style-type: none">スクリーニングサンプル回収数：3,261サンプル（平成27年国勢調査データより女性有職者の年代別構成比にあわせてウェイトバック集計）本調査サンプル数：2,000サンプル（SCデータより忙しい女性の年代別構成比に合わせてウェイトバック集計）本調査割付構成：年代別均等割付 <table><thead><tr><th></th><th>20-29歳</th><th>30-39歳</th><th>40-49歳</th><th>50-59歳</th></tr></thead><tbody><tr><td>女性</td><td>500</td><td>500</td><td>500</td><td>500</td></tr></tbody></table> <p>【新型コロナウイルス感染拡大後 調査（2020年4月実施）】</p> <ul style="list-style-type: none">スクリーニングサンプル回収数：3,442サンプル（平成27年国勢調査データより女性有職者の年代別構成比にあわせてウェイトバック集計）本調査サンプル数：2,000サンプル（前回調査SCデータより忙しい女性の年代別構成比に合わせてウェイトバック集計）本調査割付構成：年代別均等割付 <table><thead><tr><th></th><th>20-29歳</th><th>30-39歳</th><th>40-49歳</th><th>50-59歳</th></tr></thead><tbody><tr><td>女性</td><td>500</td><td>500</td><td>500</td><td>500</td></tr></tbody></table>		20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	女性	500	500	500	500		20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	女性	500	500	500	500
	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳																	
女性	500	500	500	500																	
	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳																	
女性	500	500	500	500																	
調査期間	前回調査：2020年2月17日（月）～2月19日（水） 今回調査：2020年4月17日（金）～4月20日（月）																				

調査サマリー

新型コロナウイルス感染拡大前

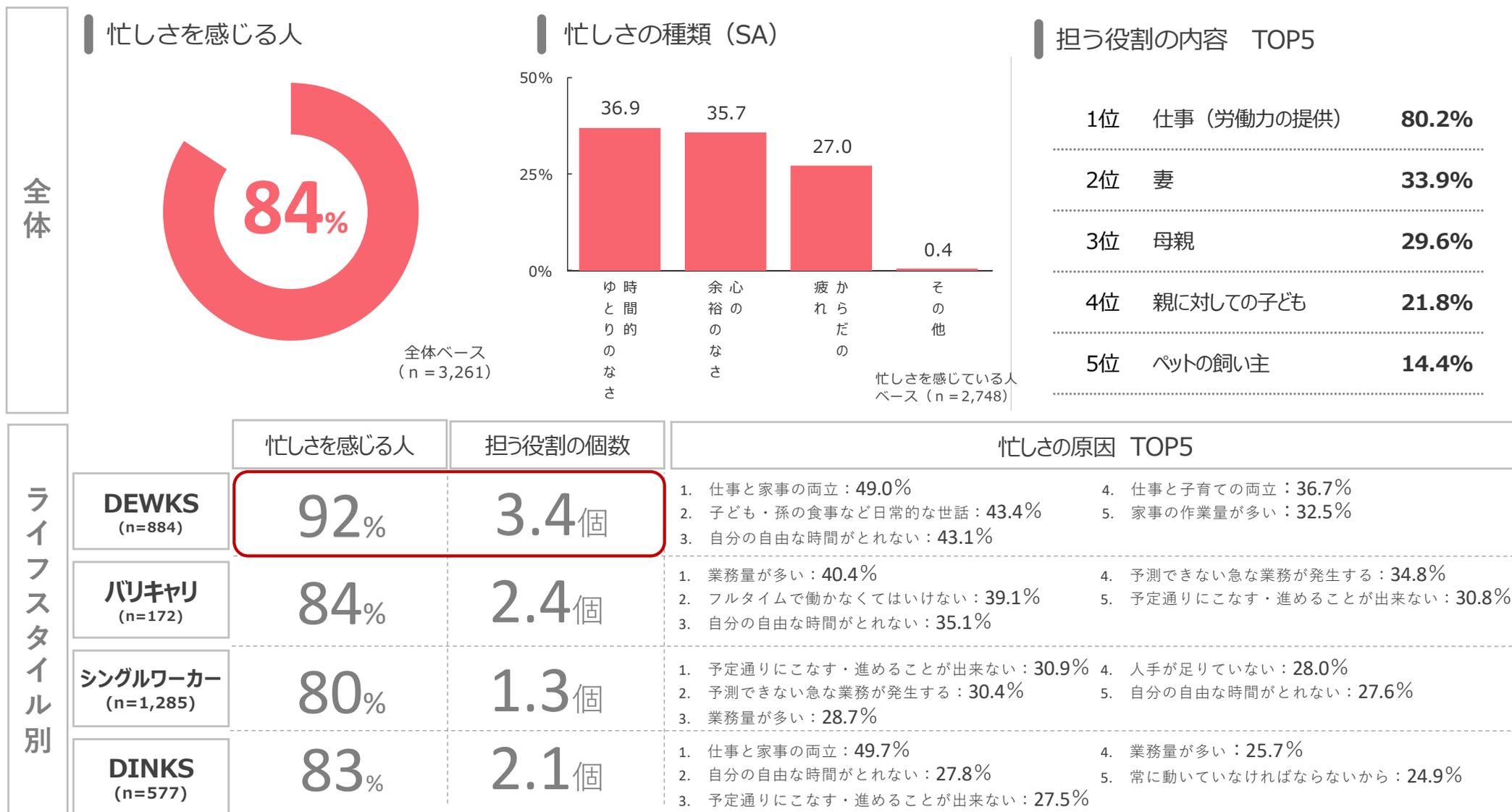
- 1) 【2月調査】 忙しさの定義・実態
- 2) 【2月調査】 忙しい女性のからだ悩み

新型コロナウイルス感染拡大後

- 3) 【4月調査】 新型コロナウイルス感染拡大における「忙しさの変化」
- 4) 【4月調査】 新型コロナウイルス感染拡大における「働く女性の疲れの増加」
- 5) 【4月調査】 新型コロナウイルス感染拡大における「働く女性の疲れの原因」
- 6) 【4月調査】 新型コロナウイルス感染拡大における「より感じるが増えた症状」

1) 【2月調査】忙しさの定義・実態

- ✓ 働く20~59歳の女性の8割以上が「忙しさを感じる」と回答、忙しさの種類は人によって「時間的ゆとりのなさ」「心の余裕のなさ」「からだの疲れ」と分かれる
- ✓ ライフスタイル別では、DEWKSの9割以上が忙しさを感じ、担う役割が平均3.4個と他セグメントと差をつけて多い
多くのライフスタイルに共通する忙しさの原因は、「自分の自由な時間がとれない」「予定通りにこなす・進めることが出来ない」こと
役割がうまくこなせないのは、“環境など外的な要因ではなく、自分に問題がある”と捉える人が多い
主に自分要因で、自分の自由な時間もとれていないと認識しているように考えられる



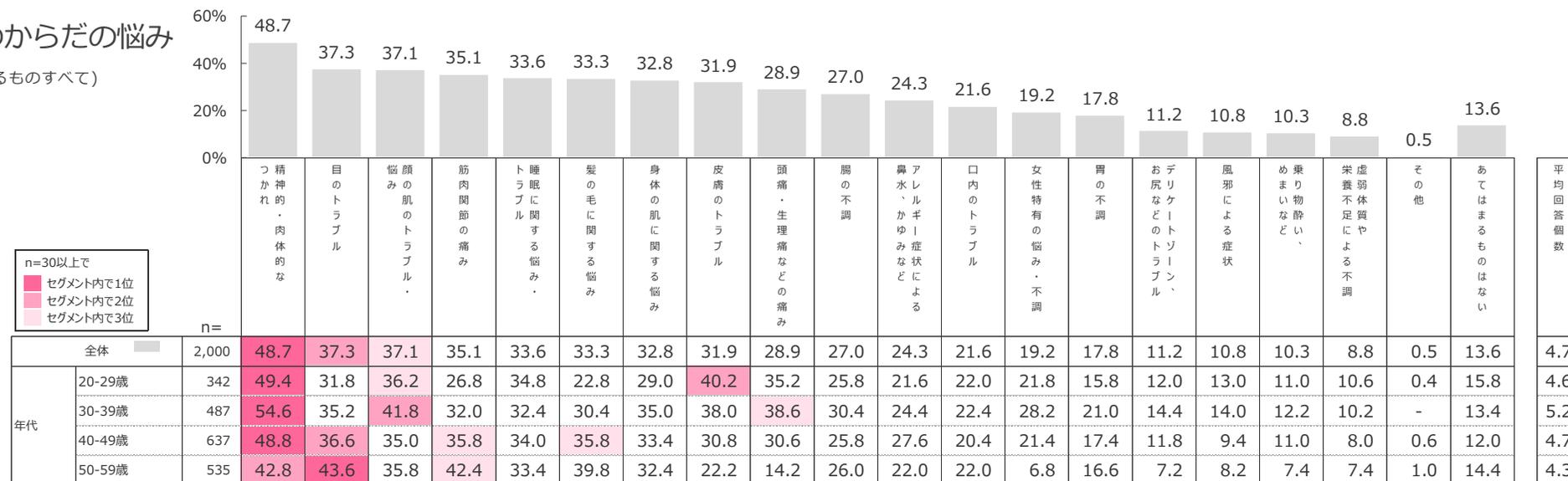
2) 【2月調査】忙しい女性のからだ悩み

- ✓ 忙しい女性の現在のからだの悩みでは、「精神的・肉体的なつかれ」「目のトラブル」「顔の肌のトラブル」が上位にあがる年代別でみると、いずれの年代でも半数前後が「精神的・肉体的なつかれ」を感じている。加えて20~30代では「顔の肌のトラブル」「皮膚のトラブル」「頭痛・生理痛」40~50代に年齢が上がるにつれ「目のトラブル」「筋肉関節の痛み」「髪の毛の悩み」がメインの悩みとなっていく様子
- ✓ 特に気になる悩み上位5項目には「精神的・肉体的なつかれ」「筋肉関節の痛み」「顔の肌のトラブル」「睡眠のトラブル」「皮膚のトラブル」があたり忙しさによって起こる悩みでは上記5項目に加え、「目のトラブル」が上位にあがる

⇒忙しい女性のからだ悩みのうち、特に忙しさと関係が深そうなのは “精神的な疲れ” “肉体的な疲れ・痛み” “睡眠のトラブル” “目のトラブル” “顔をはじめとする肌トラブル”

現在のからだの悩み

(あてはまるものすべて)



※全体の値を基準に降順並び替え

特に気になる悩み TOP10 (特に気になる3つを選択)

1位	精神的・肉体的なつかれ	29.6%	6位	目のトラブル	14.5%
2位	筋肉関節の痛み	21.6%	7位	髪の毛に関する悩み	14.4%
3位	顔の肌のトラブル・悩み	17.9%	8位	腸の不調	13.3%
4位	睡眠に関する悩み・トラブル	16.2%	9位	身体に関する悩み	12.7%
5位	皮膚のトラブル	16.0%	10位	頭痛・生理痛などの痛み	12.1%

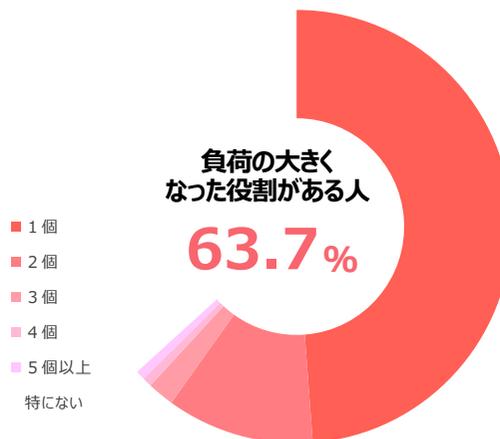
忙しさによって起こる悩み TOP10 (あてはまるものすべて)

1位	精神的・肉体的なつかれ	37.6%	6位	顔の肌のトラブル・悩み	11.9%
2位	筋肉関節の痛み	18.8%	7位	腸の不調	10.3%
3位	睡眠に関する悩み・トラブル	17.8%	8位	頭痛・生理痛などの痛み	9.9%
4位	目のトラブル	12.6%	9位	身体に関する悩み	9.0%
4位	皮膚のトラブル	12.6%	10位	胃の不調	7.4%

3) 【4月調査】新型コロナウイルス感染拡大における「忙しさの変化」

- ✓ 新型コロナウイルス感染拡大により、働く女性の63.7%が「負荷が大きくなった役割がある」と回答している
- ✓ 負荷が大きくなった役割の内容は、いずれのライフスタイルにおいても「仕事（労働力の提供）」が上位にあがるものの、DEWKSでは「母親」が5割でトップ
バリキャリでは「仕事（職場での管理者としての役割）」が3割以上で2位となった
- 新型コロナウイルス感染拡大により、仕事内容や働き方・家庭の環境変化により忙しいと感じる女性の負荷が高くなっている
バリキャリは労働力・管理者としての仕事面での負担が増加、忙しさもアップ。DEWKSは忙しさは変わらないものの、仕事に加え、子供の学校休校などによる母親の負荷が増加

新型コロナウイルスの影響で負荷が大きくなった役割の数



全体

ライフスタイル別

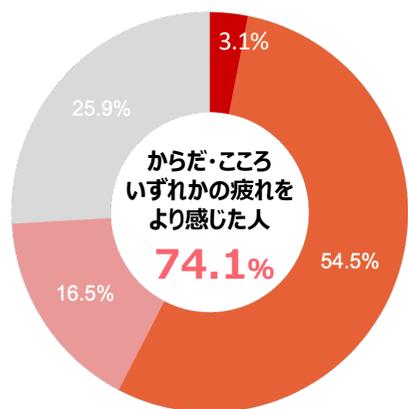
	忙しさを感じる人 前回調査 全体ベース (n=3,261) 今回調査 全体ベース (n=3,442)	負荷が大きくなった 役割あり・計スコア (n = 1,870)	負荷が大きくなった役割 TOP5 (普段担う役割ありベース n = 1,870)
DEWKS	92% ▶ 89%	69%	1. 母親：49.7% 2. 仕事（労働力の提供）：28.4% 3. 妻：12.4% 4. 親に対しての子ども：4.4% 5. 仕事（職場での管理者としての役割）：3.6%
バリキャリ	84% ▶ 89%	64%	1. 仕事（労働力の提供）：34.8% 2. 仕事（職場での管理者としての役割）：30.7% 3. 母親：11.6% 4. 妻：8.3% 5. 親に対しての子ども：7.8%
シングルワーカー	80% ▶ 71%	42%	1. 仕事（労働力の提供）：41.3% 2. 親に対しての子ども：5.7% 3. 仕事（職場での管理者としての役割）：4.5% 4. 介護者としての役割：2.9% 5. ペットの飼い主としての役割：1.5%
DINKS	83% ▶ 79%	49%	1. 仕事（労働力の提供）：32.6% 2. 妻：16.4% 3. 親に対しての子ども：3.2% 4. 仕事（職場での管理者としての役割）：2.3% 5. ペットの飼い主としての役割：2.2%

4) 【4月調査】新型コロナウイルス感染拡大における「働く女性の疲れの増加」

- ✓ コロナ禍でより感じるようになった疲れでは、からだまたはこころ、いずれかの疲れをより感じた人は74.1%にのぼり、4人のうち3人に相当する。からだところ、いずれもより疲れを感じた人も54.5%にのぼり、2人に1人以上となった。からだの疲れとこころの疲れを比較すると、こころの疲れが71%と割合も多く、また、「より強く感じるようになった。」という割合も31.8%と高くなっている
- ✓ ライフスタイル別では、いずれのセグメントでもこころの疲れがからだの疲れのスコアを上回っており、精神的な疲れを感じている人が多い。なかでもDEWKSは76%と他セグメントより高い
- ✓ 疲れの要因としては、からだの疲れでは、仕事、運動不足などに続いて、食事の用意が増えた事など家事負担の増加も要因としてあがり、こころの疲れでは、経済面、健康面、将来などに対する先行きが見えないことからの不安感が上位を占めた

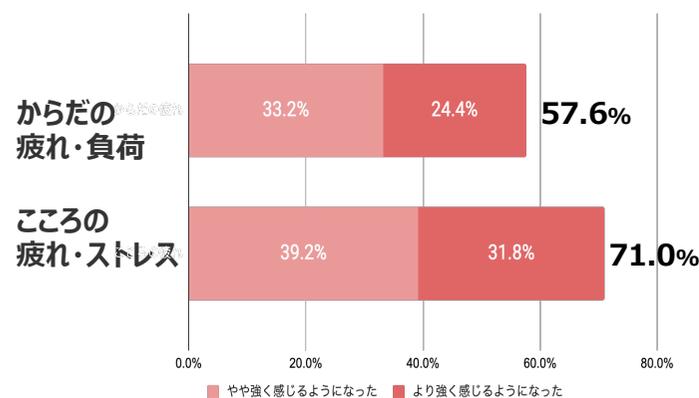
→コロナ禍で、4人に3人の女性が肉体・精神的な疲れを以前より感じており、特に精神的な疲れが高まっており、経済面、健康面、将来への不安から来ていると考えられる
DEWKSは肉体・精神ともに他ライフスタイルのスコアを上回り、「仕事と家事の両立」で、より疲れを感じやすい状態であることが窺える

コロナ禍でより感じるようになった疲れ

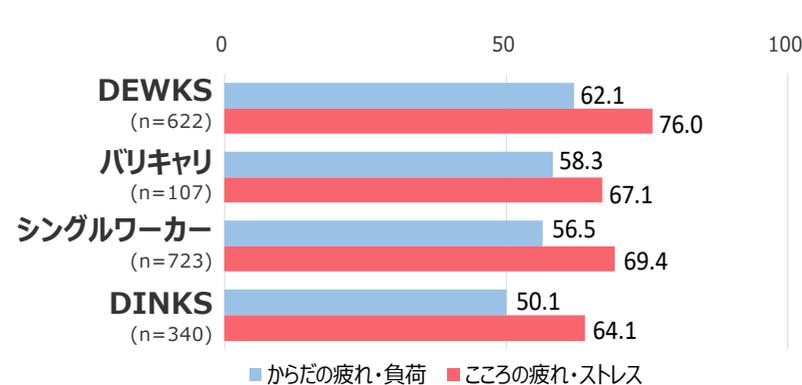


● からだのみ疲れ増加 ● からだもこころも疲れ増加 ● こころのみ疲れ増加 ● 変化なし/減少

コロナ禍でより感じるようになった疲れの種類と強さ



より感じるようになった疲れ_ライフスタイル別



からだの疲れをより感じる要因 TOP 5

1位	仕事・業務量が増えたこと	38.8%
2位	運動不足	31.2%
3位	家での食事を用意する回数が増えたこと	26.4%
4位	家事負担が増えたこと	23.7%
5位	自分の時間が確保できないこと	23.0%

こころの疲れをより感じる要因 TOP 5

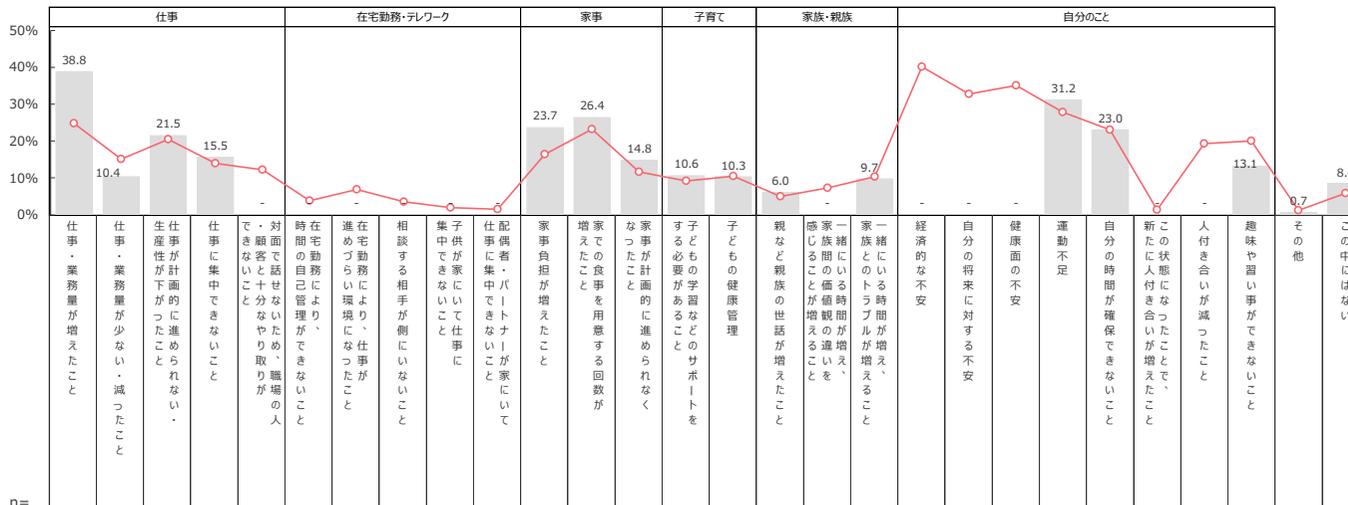
1位	経済的な不安	40.1%
2位	健康面の不安	35.1%
3位	自分の将来に対する不安	32.8%
4位	運動不足	27.8%
5位	仕事・業務量が増えたこと	24.8%

5) 【4月調査】新型コロナウイルス感染拡大における「働く女性の疲れの原因」

- ✓ より感じるようになった疲れの原因は、からだの疲れは「仕事・計」が全体の6割強で他カテゴリーと差をつけてトップ。項目別では「仕事・業務量が増えたこと」「運動不足」が上位。こころの疲れは「自分のこと・計」が全体の7割以上、次いで「仕事・計」が6割で上位に挙がる。項目別では、「経済的」「健康面」「自分の将来に対する」不安のスコアが高い
- ・ ライフスタイル別でみると、バリキャリ・シングルワーカー・DINKSでは、からだこころの疲れともに「仕事・計」が6~7割で、業務量・生産性の低下など仕事関連が疲れの主な要因。DEWKSは「家事」「子育て」のカテゴリーのすべての項目で全体のスコアを上回り、家庭での疲れ要因が多い

→いずれのライフスタイルにおいても、ウイルス感染拡大による“仕事の変化・働く環境の変化”と“経済的・健康面・将来的な不安”が主な疲れの要因となっている様子。DEWKSは、仕事だけでなく家庭での負荷も高まり、ダブルで疲れを感じている。対してシングルワーカー・バリキャリは仕事がメインの疲れの原因となり、プライベートでは外出機会の減少やテレワークにより家事などに費やす時間が確保でき、家庭での負担は少ないと推測できる

より感じるようになった疲れの原因



n=30以上で
 ■ 各疲れタイプ 全体+10pt以上
 ■ 各疲れタイプ 全体+5pt以上
 ■ 各疲れタイプ 全体-5pt以下
 ■ 各疲れタイプ 全体-10pt以下

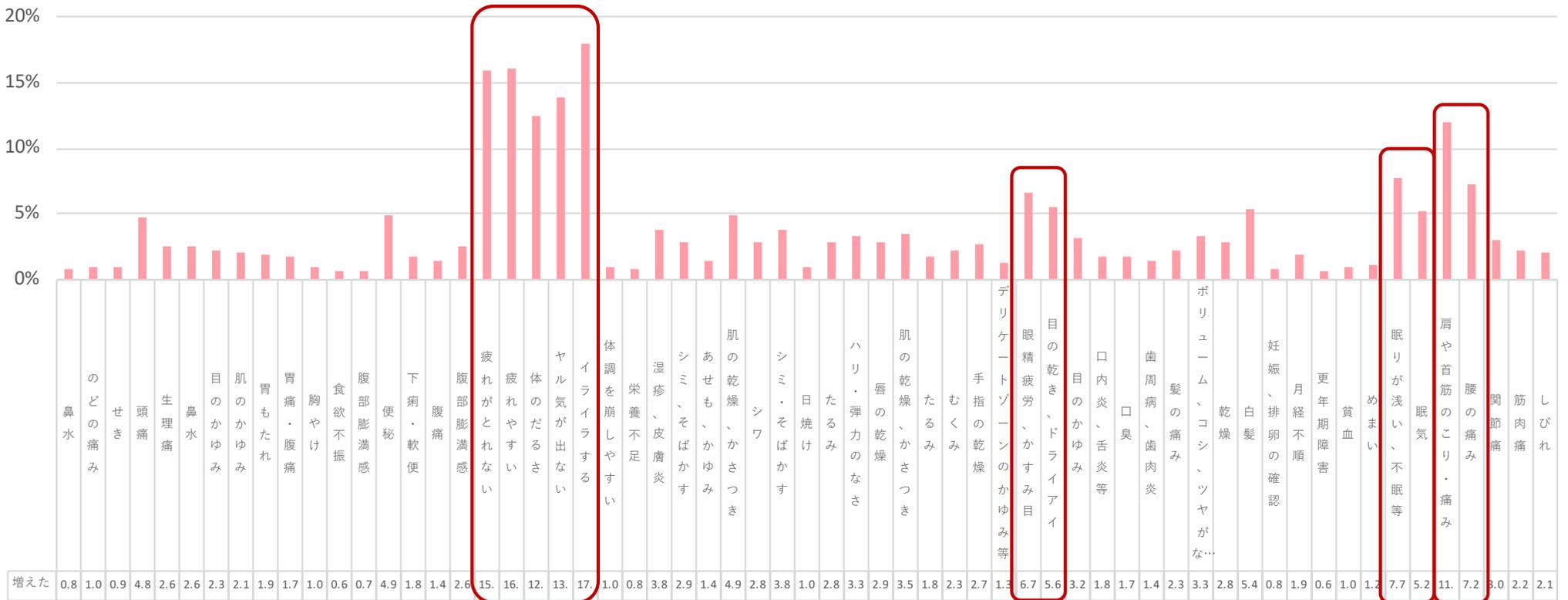
ライフスタイル別	n	疲れの原因										不安					平均反応数																								
		仕事・業務量が増えたこと	仕事・業務量が少ない・減ったこと	生産性が下がったこと	仕事に集中できないこと	対面で話せないため、職場の人と十分なやり取りができないこと	在宅勤務により、時間の自己管理ができないこと	進めづらい環境になったこと	在宅勤務により、仕事が集中できないこと	相談する相手が側にいないこと	子供が集中できないこと	配偶者・パートナーが家にいて仕事に集中できないこと	家事負担が増えたこと	増えたこと	家事が計画的に進められなくなったこと	家事が必要があること		子どもの学習などのサポートをする必要があること	子どもの健康管理	親など親族の世話がなくなったこと	家族間の価値観の違いを感ずることが増えたこと	一緒にいる時間が減ること	一緒にいる時間が減ること	家族とのトラブルが増えること	経済的な不安	自分の将来に対する不安	健康面の不安	運動不足	自分の時間が確保できないこと	新たに人付き合いが増えたこと	人付き合いが減ったこと	趣味や習い事ができないこと	その他	この中にはない							
からだの疲れ 全体	1,151	38.8	10.4	21.5	15.5	-	-	-	-	-	-	23.7	26.4	14.8	10.6	10.3	6.0	-	9.7	-	-	-	-	-	-	-	-	31.2	23.0	-	-	13.1	0.7	8.4	63.0	-	38.5	14.9	13.6	45.8	2.6
こころの疲れ 全体	1,420	24.8	15.1	20.5	13.9	12.2	3.9	6.9	3.6	1.9	1.5	16.4	23.2	11.7	9.2	10.5	5.0	7.3	10.4	40.1	32.8	35.1	27.8	23.0	1.4	19.3	20.1	1.3	5.8	59.7	10.5	33.7	14.4	15.4	71.2	4.0					
DEWKS (からだの疲れ)	387	32.8	10.1	13.2	12.3	-	-	-	-	-	-	41.3	48.4	26.3	29.0	26.5	5.0	-	14.6	-	-	-	30.9	33.0	-	-	10.9	0.3	6.0	54.0	-	62.2	39.6	18.0	46.7	3.3					
DEWKS (こころの疲れ)	473	17.3	16.4	13.7	11.1	9.1	2.4	3.8	2.2	5.0	2.2	29.1	40.6	18.2	24.6	27.9	3.2	8.9	14.1	39.1	26.6	33.5	28.4	34.2	1.7	16.4	13.7	0.5	6.3	50.6	7.9	53.0	38.3	18.7	71.6	4.4					
バリキャリ (からだの疲れ)	62	47.1	4.7	23.8	18.9	-	-	-	-	-	-	18.9	23.2	13.0	5.6	5.2	4.5	-	4.9	-	-	-	31.4	20.8	-	-	13.9	-	9.9	65.0	-	33.3	7.2	9.4	46.9	2.4					
バリキャリ (こころの疲れ)	72	27.1	8.2	25.7	15.9	16.3	10.5	15.1	5.9	3.1	1.4	12.8	16.6	10.1	3.5	4.6	3.9	5.2	5.5	22.6	19.6	24.9	21.9	23.1	2.3	26.1	16.0	3.0	8.2	59.8	21.5	26.6	6.4	10.9	58.0	3.5					
シングルワーカー (からだの疲れ)	408	42.6	11.9	29.0	18.1	-	-	-	-	-	-	9.7	9.9	6.7	-	-	7.0	-	7.5	-	-	-	33.2	19.4	-	-	15.7	0.6	8.7	72.1	-	19.5	-	11.2	47.7	2.1					
シングルワーカー (こころの疲れ)	501	31.5	17.0	27.7	15.3	15.7	5.3	9.1	5.6	-	0.3	7.1	9.5	7.6	-	-	7.4	7.7	9.1	44.9	41.8	36.4	29.3	18.5	0.9	23.6	26.2	1.1	5.4	69.5	12.1	18.5	-	14.6	73.1	4.0					
DINKS (からだの疲れ)	170	39.4	9.4	21.6	17.2	-	-	-	-	-	-	23.1	24.3	15.6	-	-	6.5	-	5.3	-	-	-	32.6	10.7	-	-	11.6	0.6	9.1	61.8	-	43.5	-	11.8	41.0	2.2					
DINKS (こころの疲れ)	218	24.3	11.5	17.1	15.7	11.7	3.1	7.3	3.0	-	4.1	17.9	25.7	11.1	-	-	4.1	5.0	8.5	37.1	30.2	37.0	30.1	13.4	1.3	15.2	21.6	2.0	3.3	58.1	11.6	37.9	-	14.1	73.5	3.6					

各該当種類の疲れを感じている人ベース

6) 【4月調査】新型コロナウイルス感染拡大における「より感じる事が増えた症状」

- ✓ 新型コロナウイルス感染拡大後、生活環境の変化に伴って感じる事が増えた症状については、「イライラする」「ヤル気が出ない」などこころの面、「疲れやすい」「疲れが取れない」「だるさ」「肩や首筋のこり・痛み」をはじめ、「眠りが浅い、不眠等」や「目のトラブル」など具体的なからだの症状も増えてる

より感じる事が増えた症状



より感じる事が増えた症状 TOP10

1位	イライラする	17.8%	6位	肩や首筋のこり・痛み	11.9%
2位	疲れやすい	16.1%	7位	眠りが浅い・不眠のトラブル	7.2%
3位	疲れが取れない	15.9%	8位	腰の痛み	7.2%
4位	ヤル気が出ない	13.8%	9位	眼精疲労	6.7%
5位	体のだるさ	12.4%	10位	目の乾き、ドライアイ	5.6%