

# 誰が“外出自粛”をしているのか

— 新型コロナウイルス意識調査より —

上席主任研究員 水野 映子

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、不要不急の外出を控えることが、政府や自治体などから要請されている。本稿では、当研究所が実施した「新型コロナウイルスによる生活と意識の変化に関する調査」\*<sup>1</sup>をもとに、どのような人が外出を控えているのかを分析する。

なお、“密集場所”“密閉空間”“密接場面”という、いわゆる“3つの密（3密）”の回避行動に関する分析結果は、別稿で報告している\*<sup>2</sup>。

## <最も“外出自粛”をしているのは女性20代>

まず、「必要な時以外、家から出ないようにしている」かどうかをたずねた結果を図表1に示す。

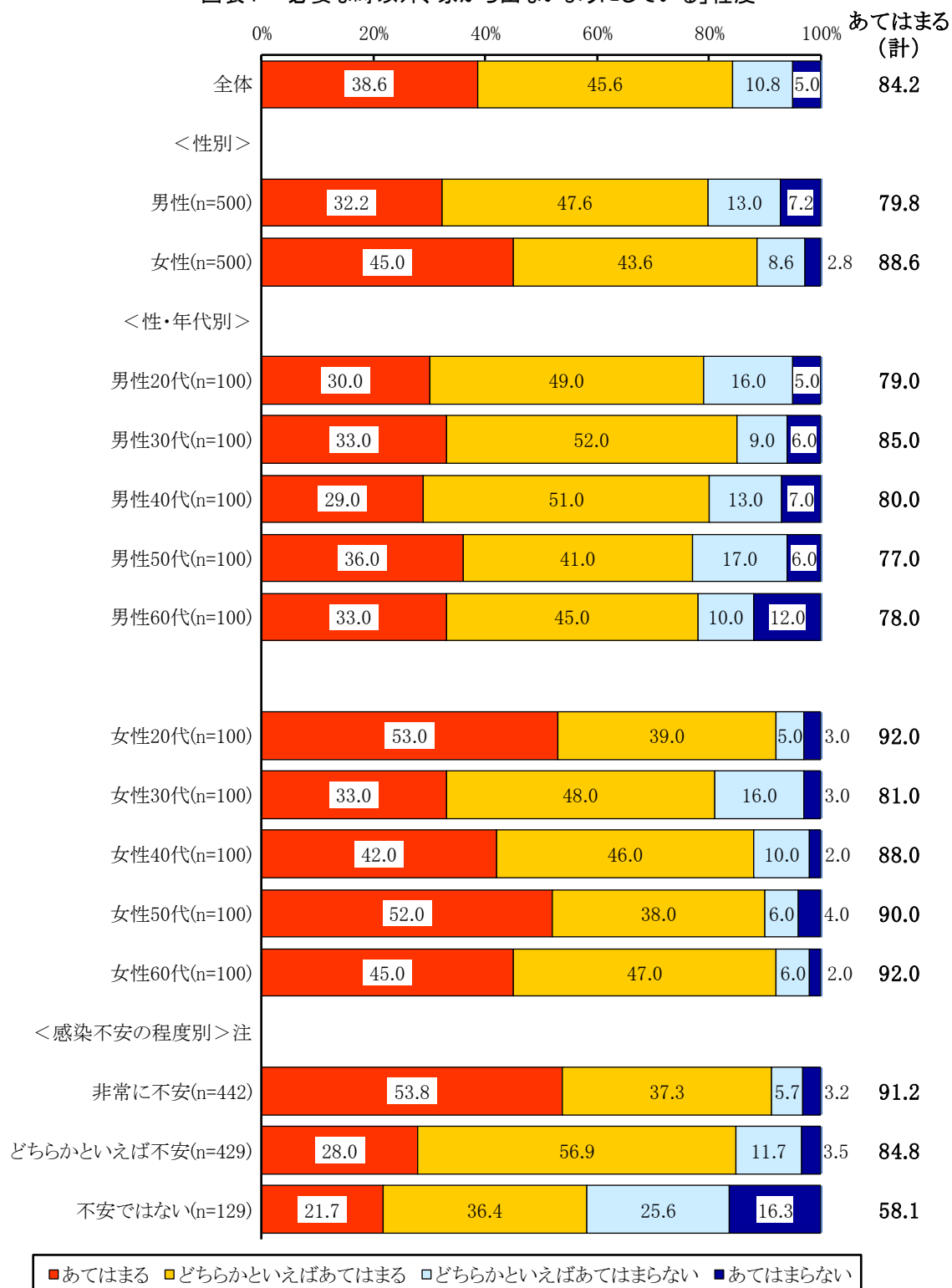
全体では、『あてはまる』（「あてはまる」＋「どちらかといえばあてはまる」）と答えた割合は84.2%であった。多くの人が、いわゆる不要不急の外出を控えている。

性別にみると、『あてはまる』と答えた割合は、男性（79.8%）より女性（88.6%）のほうが高い。さらに性・年代別にみると、その割合が最も高いのは女性の20代と60代（それぞれ92.0%）である。ただし、狭義の「あてはまる」の割合に限ってみれば、女性20代（53.0%）で最も高い。女性20代が最も外出を控えているといえる。

なお男性30代では、他の性・年代の人に比べると“3密”を避けている割合が低いことがこの調査で示されている\*<sup>3</sup>。だが、男性30代が「必要な時以外、家から出ないようにしている」に『あてはまる』と答えた割合は男性の中では最も高い。男性30代は、外出の自粛はしていても、外出する際に人が密集していない場所に行く、人との距離をとるなど“3密”を回避することが、他の性・年代の人に比べると若干少ないということも考えられる。

感染不安（「自分が感染すること」に対する不安）の程度別にみると、不安を感じている人ほど『あてはまる』と答えた割合は高い。また、データの掲載は省略するが、自分が感染したら「重症化するかもしれない」「誰かにうつすかもしれない」と思っている人ほど、また“3密”を避けている人ほど、「必要な時以外、家から出ないようにしている」と答えた割合は高かった。自分が感染する不安や、感染した場合の重症化リスク・感染させるリスクを感じている人、“3密”回避に気を配っている人は、より外出を控えているといえる。

図表1 「必要な時以外、家から出ないようにしている」程度



注：「自分が感染すること」の不安に関する質問への回答。「不安ではない」は「全く不安ではない」「どちらかといえば不安ではない」と答えた人の合計。

### <在宅時間は若い世代ほど増加>

では、新型コロナウイルスの感染拡大によって、「自宅で過ごす時間」は変化したのだろうか。図表2に示す通り、全体では半数以上（56.4%）の人が増えた（「増えた」24.9%+「やや増えた」31.5%）と答えている。図表には掲載していないが、「変化なし」は41.6%であり、「減った」（0.8%）、「やや減った」（1.2%）と答えた人はほとんどいない。

「自宅で過ごす時間」が増えた人を性別にみると、男性（48.4%）より女性（64.4%）のほうが16ポイント高い。さらに性・年代別にみると、増えた割合が最も高いのは女性20代（73.0%）、次に女性30代（70.0%）であり、女性40代以上とは10ポイント以上の差がある。また、男性の中で最も高いのは、女性と同様に20代（56.0%）、次いで30代（52.0%）である。

「自分が感染すること」の不安の程度別にみると、「非常に不安」を感じる人では65.8%、「どちらかといえば不安」と感じる人では53.8%が増えたと答えた一方、「不安ではない」人では32.6%しか増えたと答えていない。感染することに対する不安を感じている人ほど在宅時間が増えている。

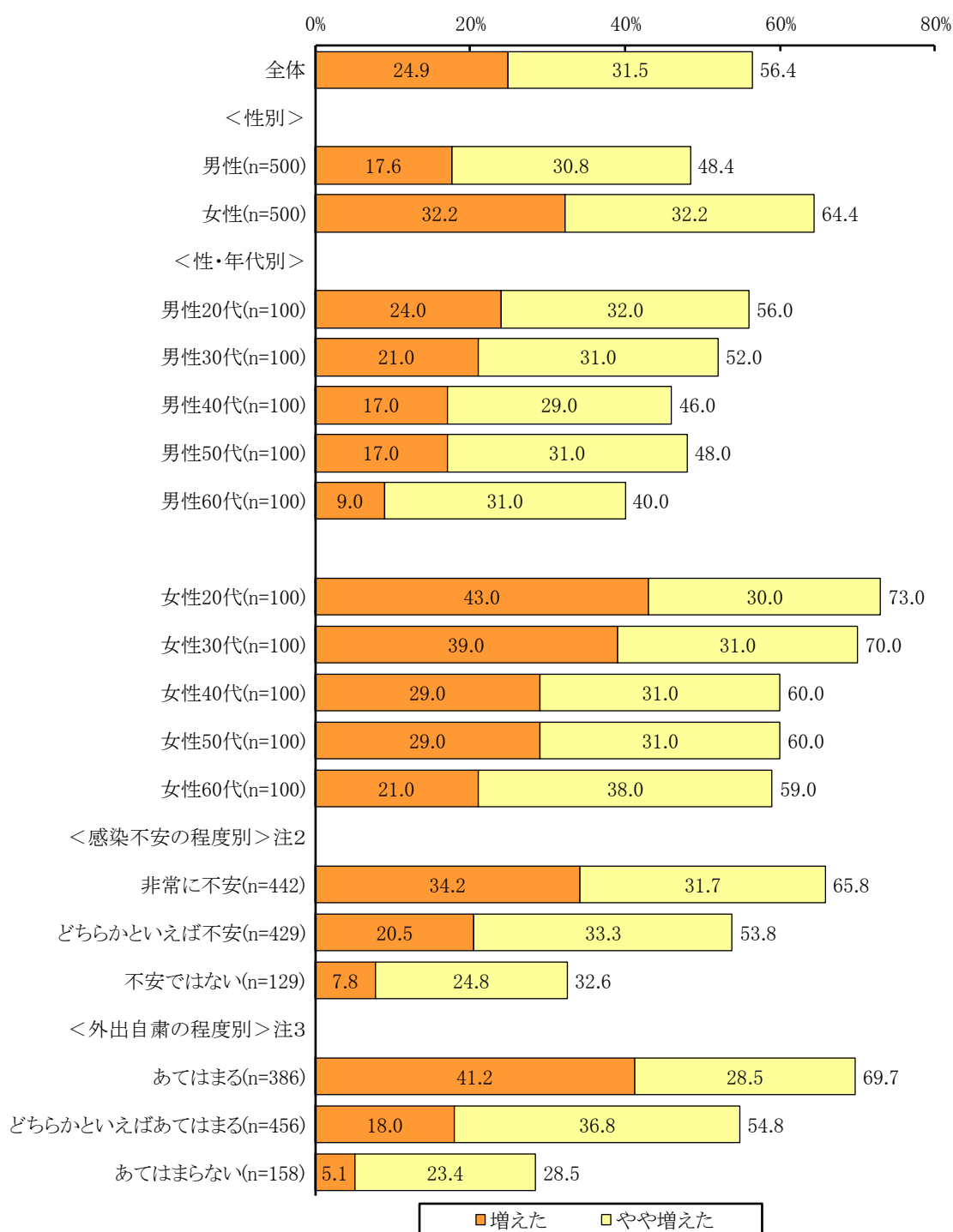
前述の外出自粛の程度別にみると、「必要な時以外、家から出ないようにしている」に「あてはまる」人では69.7%、「どちらかといえばあてはまる」人では54.8%が増えたと答えたが、「あてはまらない」人で増えたと答えたのは28.5%のみである。外出自粛を心がけるか否かにかかわらず、在宅勤務などのためにやむを得ず自宅にいる人もいと考えられるが、強く心がけている人のほうがやはり在宅時間はより増えているといえる。

### <“外出自粛”をしていないのは若者ではない>

以上の結果からは、男性より女性のほうが外出を控えており、自宅にいる時間が増えたことが明らかになった。別稿で述べたように、女性は男性より自分が感染する不安や他者に感染させるかもしれないという意識を持っており\*<sup>4</sup>、いわゆる“3密”を避けている\*<sup>5</sup>こともこの調査では示されている。新型コロナウイルス感染に対する意識や感染拡大を防ぐための行動の性差が、さまざまな面にあらわれている。

また年代別の分析からは、若い人ほど在宅時間が増えたと感じていることもわかった。外出を控えず街などに出向いている若者が取りざたされたこともあるが、少なくとも今回の調査からは、若者が外出を自粛していないという傾向はうかがえなかった。

緊急事態宣言が全国に拡大したことを受け、不要不急の外出を控えることが以前にも増して要請されている。どのような層が外出を“自粛”するのか、あるいはしないのか、引き続き注目したい。

図表2 「自宅で過ごす時間」が増えた割合<sup>注1</sup>

注1：選択肢はこれ以外に「変化なし」「やや減った」「減った」がある。

注2：「自分が感染すること」への不安に関する質問への回答。グラフ上の「不安ではない」は、「全く不安ではない」または「どちらかといえば不安ではない」と答えた人。

注3：前述の「必要な時以外、家から出ないようにしている」程度に関する質問への回答。グラフ上の「あてはまらない」は、「あてはまらない」「どちらかといえばあてはまらない」と答えた人。

(ライフデザイン研究部 みずの えいこ)

**【注釈】**

- \*1 調査の方法や結果の概要は、当研究所発行の以下のニュースリリースを参照されたい。
  - 「新型コロナウイルスによる生活と意識の変化に関する調査（前編）」  
[http://group.dai-ichi-life.co.jp/dlri/pdf/ldi/2020/news2004\\_01.pdf](http://group.dai-ichi-life.co.jp/dlri/pdf/ldi/2020/news2004_01.pdf)
  - 「新型コロナウイルスによる生活と意識の変化に関する調査（後編）」  
[http://group.dai-ichi-life.co.jp/dlri/pdf/ldi/2020/news2004\\_02.pdf](http://group.dai-ichi-life.co.jp/dlri/pdf/ldi/2020/news2004_02.pdf)
- \*2 水野映子「誰が“3密”を避けているのか」2020年4月28日  
<http://group.dai-ichi-life.co.jp/dlri/pdf/ldi/2020/wt2004j.pdf>
- \*3 \*2と同じ。
- \*4 水野映子「誰が感染不安・重症化リスクを感じているのか」2020年4月27日  
<http://group.dai-ichi-life.co.jp/dlri/pdf/ldi/2020/wt2004f.pdf>
- \*5 \*2と同じ。