

# コロナがもたらした気づき～外出に制約のある暮らしとライフデザインの重要性

— 新型コロナウイルス調査より —

主任研究員 北村 安樹子

## <“コロナ禍”が問いかけたこと>

新型コロナウイルスの感染拡大を受けて4月7日に発令された緊急事態宣言が、東京などの8都道府県を除く39県で解除された。この間、政府は国内での感染拡大を防ぐため、いわゆる「三密（密集、密閉、密接）」の回避とともに、不要不急の外出を自粛し、社会における人と人との接触の8割減を目指すことを国民に呼びかけてきた。感染拡大が問題化して以降、人々の移動の制限や自粛等によって、国内外の社会経済には深刻な負の影響が生じている。一方で、今回の出来事によって、移動や外出に制約がある生活の不便さや不自由さについてあらためて考える機会をもった人も多かったのではないだろうか。制約下の生活を通じて、外出の頻度や時間帯、その方法や動線等などについて、ふだん以上に効率化や感染予防という観点からの安全性を考えた人もいただろう。

本稿では4月はじめに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>から、今回の新型コロナウイルスの感染拡大によって、「自由に外出できることのありがたさを感じるようになった」と答えた人の割合とともに、「自由な外出に制約を抱える他者の大変さに共感するようになった」と答えた人の割合に関する調査結果を紹介する。

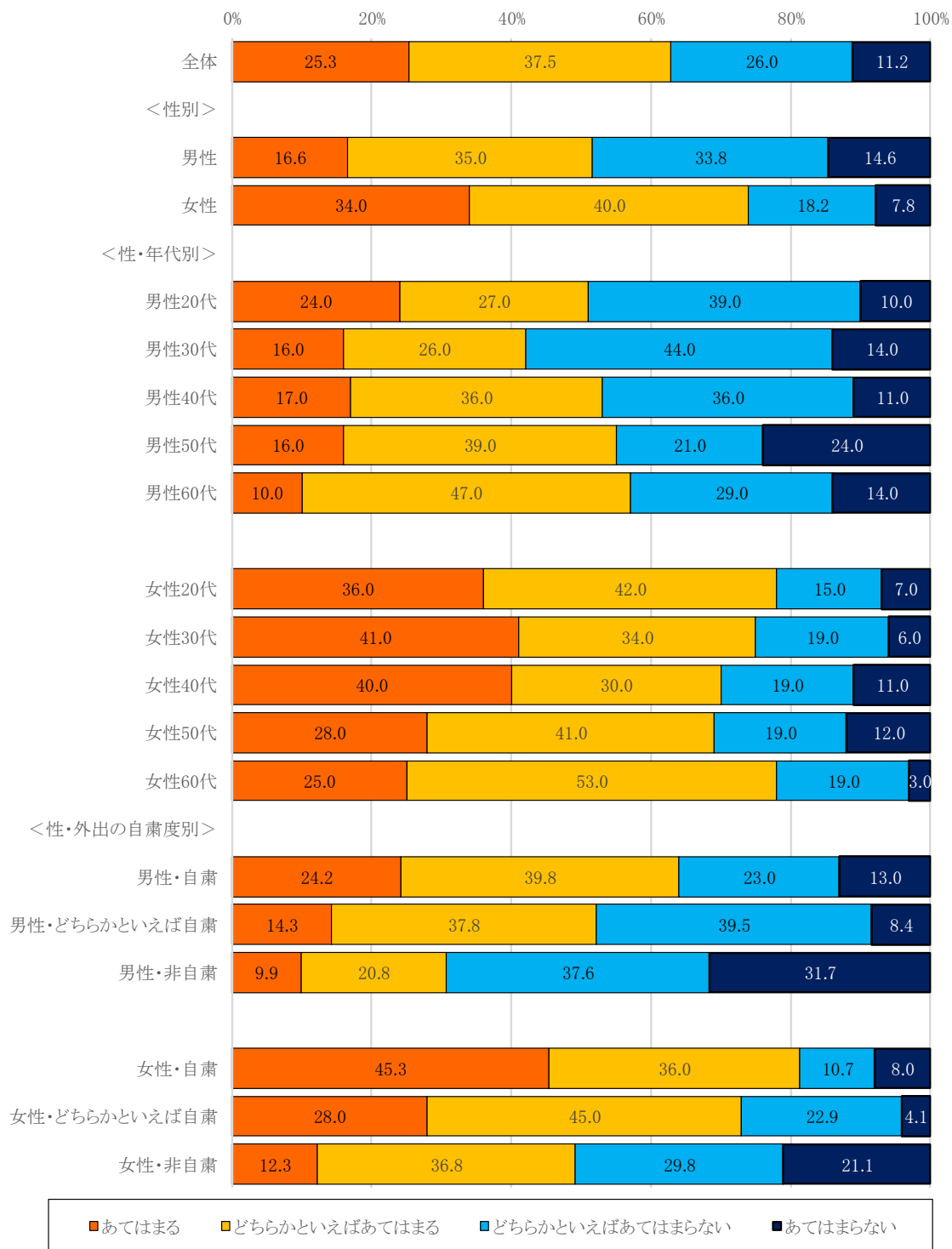
## <男性の約半数、女性の7割以上が自由に外出できることのありがたさを実感>

図表1は、今回の新型コロナウイルスの感染拡大によって「自由に外出できることのありがたみを感じるようになった」と答えた人の割合を性・年代別、および性・外出の自粛状況別に示したものである。

回答者のうち、この設問にあてはまると答えた人（「あてはまる」「どちらかといえばあてはまる」の合計、以下同じ）は6割を上回った。男女を比較した場合、女性ではあてはまると答えた人が8割近くに達し、約半数にとどまった男性の回答割合を20ポイント以上も上回っている。

性・年代別にみた場合、あてはまると答えた人の割合は、年代にかかわらず、女性が男性を上回り、20～40代の女性では狭義の「あてはまる」と答えた人の割合が4割

図表1 「自由に外出できることのありがたみを実感するようになった」  
(性別、性・年代別、外出の自粛状況別)



資料：第一生命経済研究所「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」。調査対象者は全国の20～60代の男女1,000名。調査方法はインターネット調査（2020年4月実施）。

前後を占めて他のグループを大きく上回っている。外出の自粛状況別にみた場合、外出を自粛していると答えた男性では6割、外出を自粛していると答えた女性では8割以上が、「自由に外出できることのありがたみを実感するようになった」と答えている。これらの結果は、男女とも外出の自粛を忠実にやっている人において、自由に外出できることのありがたみをより強く実感している人が多いことを示唆している。

#### <男性の4割、女性の半数強が、外出に制約のある人の大変さを考えるように>

この調査では、今回の新型コロナウイルスの感染拡大によって「体の弱い人や外出に制約のある人の大変さについて考えるようになった」かについてもたずねている。この結果をみると、先の設問と同じように、男性に比べ女性の方があてはまると答えた人の割合は高く、男性では約4割、女性では半数強を占めることを確認できる（図表2）。

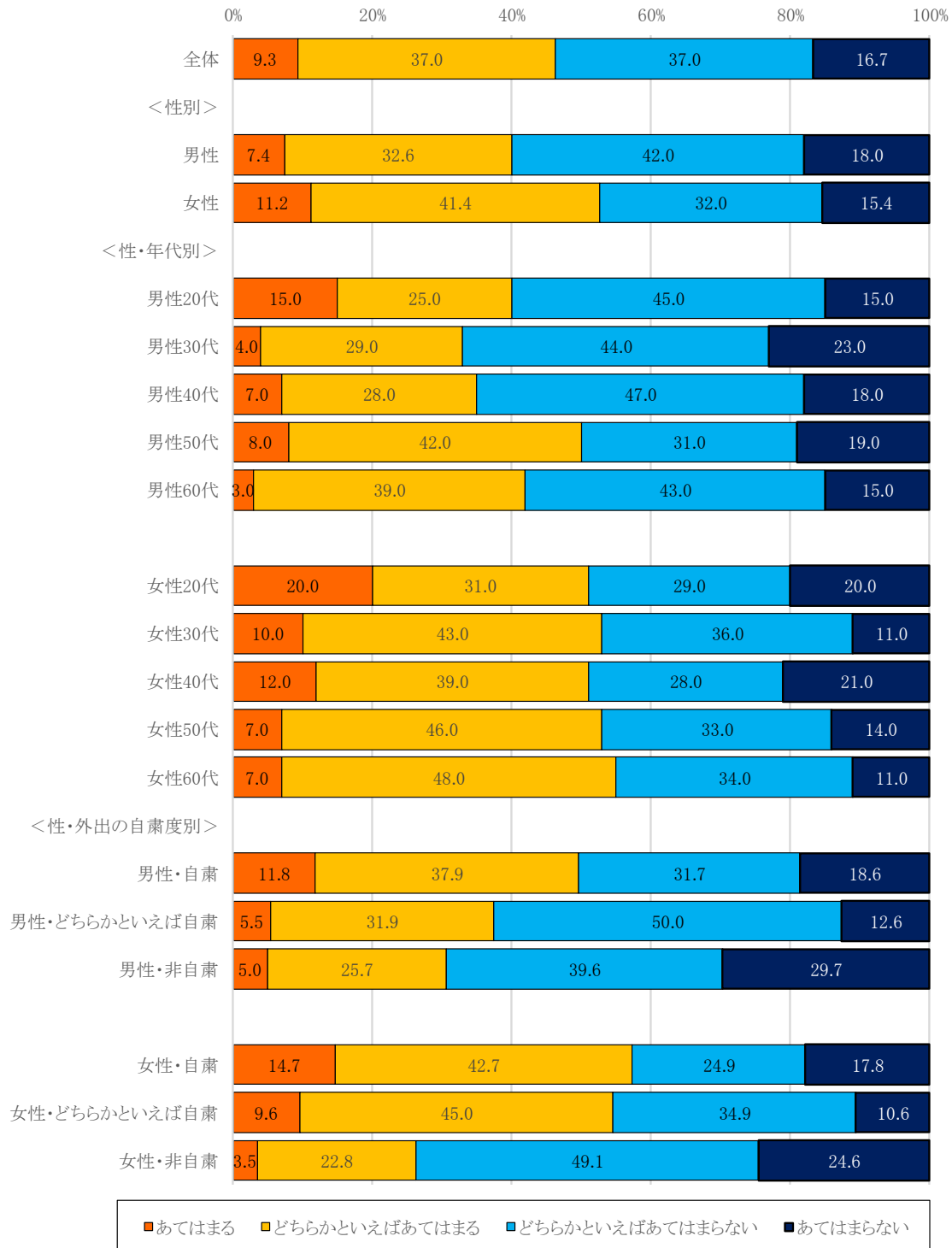
性・年代別にこれらの回答を比較した場合、男女とも年代にかかわらず、あてはまると答えた人の割合は女性が男性を上回るが、50代男性ではあてはまる人が約半数を占めて他の年代に比べ高い。また、男女とも20代では狭義の「あてはまる」を選択した人の割合が他の年代に比べ高く、2割弱を占める。50代男性には、今回の出来事を通じて外出に制約のある人の大変さに共感した人が他のグループに比べ多いこと、若い世代には体の弱い人や外出に制約のある人の生活の大変さについて考えるようになったと、より強く感じている人が年配者に比べ多いことがうかがえる。

なお、この設問への回答状況を先の設問と比較した場合、男女とも外出を自粛していない人に比べ自粛していると答えた人において、あてはまると答えた人の割合はやはり高い傾向にある。この設問に関しても、外出の自粛を忠実にやっている人において、自由な外出に制約のある他者への共感をより強く感じている人が多いことがわかる。

#### <外出に制約のある暮らしの「自分ごと化」に比べると弱い「他者への共感」>

図表1でみた「自由に外出できることのありがたみを感じるようになった」への回答状況と、図表2でみた「体の弱い人や外出に制約のある人の大変さについて考えるようになった」への回答状況を比較した場合、前者に比べ後者の方があてはまると答えた人の割合は低い。図表1の結果は、新型コロナウイルスの感染拡大が、外出に制約のある暮らしの「自分ごと化」という面では比較的多くの人に影響を与えたことを示している。しかしながら、図表2は、仮に今回のような出来事がなかった場合にも、そうした制約のもとで暮らす他者が、ふだんの暮らしのなかで、どのような不自由を感じているのかについての共感に結びついた人は、それに比べて必ずしも多くないことを示唆している。

図表2 「体の弱い人や外出に制約のある人の大変さについて考えるようになった」  
(性別、性・年代別、外出の自粛状況別)



資料：図表1に同じ

### <コロナがもたらした気づき>

新型コロナウイルスの感染拡大という今回の出来事は、われわれの多くが標準だと考えてきた日常が、いかに恵まれていたものであり、自身を含む多くの人々が自由に外出することが難しい状況になった場合の、個人の人生設計や社会のあり方について考えることの重要性を教えた面がある。社会的に要請された今回の外出自粛生活を通じて、これまでより多くの人々が自分の将来の生活について考える機会をもち、さまざまな理由で自由に外出することが難しい人々の暮らしの大変さへの共感につながったとすれば、それらはコロナという禍が、大きな痛みをともないながらも人々に教えた、新たな気づきと考えてよいのではないだろうか。

(ライフデザイン研究部 きたむら あきこ)

### 【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)