

VDR 消費者情報

特集：「在宅勤務時の行動変化①」

< 調査の概要 >

- 調査方法：インターネット調査
- 調査期間：2020年4月14日～15日
- 調査対象：一都三県、男女20～49歳
職業は会社員のみ
- 調査数：633s

	計	20代	30代	40代
男性	383	117	139	127
女性	250	83	92	75
計	633	200	231	202 ^(s)

令和2年4月30日発行（第42号）
 発行者：坂上真介 編集：西野達也
 東京都品川区西五反田8-3-16
 西五反田8丁目ビル4F
 株式会社市場開発研究所
 連絡先：Tel：03-5436-6222
 Fax：03-5436-6232

● 調査の背景と目的

新型コロナウイルスの流行に伴い、「在宅勤務」を実施する企業が増えてきています。弊社でも4月から「在宅勤務」を実施しております。「在宅勤務」を実施して感じたことは、通勤時間がなくなったことで普段の生活よりも時間を使えるようになったことです。筆者自身、時間にゆとりがあることで、テレビの視聴やスマートフォンゲームをする時間が増えています。一方で、ヘアスタイリング等身だしなみを整える時間が減っています。そこで、現在「在宅勤務」を実施している方たちは、どんな行動が増え、減ったのかが気になり、本調査を実施しようと思いました。

それらを踏まえ、本調査では調査対象を緊急事態宣言が発令された一都三県在住の男女20～49歳に絞り、「在宅勤務」時における行動の変化を明らかにしていきたいと思っております。皆様もご自身と照らし合わせながらご高覧ください。

● 在宅勤務とは

調査結果を見る前に、「在宅勤務」について説明します。一般社団法人日本テレワーク協会のHPでは、「在宅勤務」とは「テレワーク」の1つの形態であり、自宅にいて会社とはパソコンとインターネット、電話、ファクスで連絡をとる働き方のことと記載されています。つまり、「在宅勤務」とは、自宅で仕事をすることであり、自宅外（喫茶店やサテライトオフィスなど）での仕事は「在宅勤務」に該当しないことを意味します。また、「在宅勤務」のメリット、デメリットを簡単に表にまとめましたのでご参照ください。皆さまも思い当たることがあるのではないのでしょうか？

メリット
優秀な人材の確保につながる
業務効率や生産性が高まる
満員電車通勤からの解放
移動時間の削減
ストレス軽減



デメリット
仕事のON/OFFが切り替えづらい
長時間労働になりやすい
正当な評価を受けられない場合がある
業務上のコミュニケーション不足が生じる
勤怠管理が複雑化する

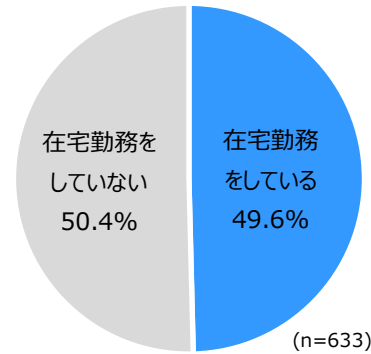
上記以外にも数多くのメリット・デメリットがあると思われます。

在宅勤務実施者、非実施者ともに5割となる

■ あなたは、現在新型コロナウイルス流行の影響で在宅勤務をされていますか。(ひとつだけ)

- 今回行った調査の結果として、まず在宅勤務実施率を見ていきましょう。
- 結果は、「在宅勤務をしている」(49.6%)となり、5割が在宅勤務を実施している結果となりました。また、「緊急事態宣言前から在宅勤務実施」が26.7%、「緊急事態宣言後から在宅勤務実施」が22.9%となりました。
- 性別×職業で比較すると、男女ともに営業系にお勤めの方の在宅勤務実施率が他の職業を上回っています。WEB会議などの普及により、直接お客様と接することなく打ち合わせ等ができることが、在宅勤務実施率に大きく影響しているのではないかと思います。

■ 在宅勤務実施率<全体>



※在宅勤務をしている=「緊急事態宣言前から在宅勤務実施」
+「緊急事態宣言後から在宅勤務実施」

■ 在宅勤務実施率<性別×職業別>

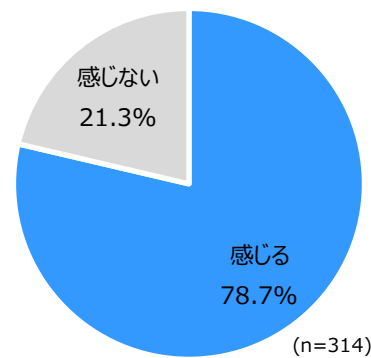
性別×職業別	n	しか緊急在宅勤務を前	しか緊急在宅勤務を後	在宅勤務は
		割合	割合	割合
全体	633	26.7%	22.9%	50.4%
男性/会社員	会社員(営業系)	33.8%	25.0%	41.3%
	会社員(事務系)	27.0%	22.0%	51.0%
	会社員(技術系)	22.8%	25.9%	51.2%
	会社員(その他)	2.4%	4.9%	92.7%
女性/会社員	会社員(営業系)	32.4%	35.1%	32.4%
	会社員(事務系)	32.9%	22.4%	44.7%
	会社員(技術系)	31.3%	28.1%	40.6%
	会社員(その他)	10.0%	5.0%	85.0%

約8割が在宅勤務を始めたことで、生活全般にストレスを“感じている”

■ 在宅勤務になったことによって、生活全般にどの程度ストレスをお感じですか。(ひとつだけ)

- 次に、在宅勤務を始めた方が、生活全般にどの程度ストレスを感じているか確認していきましょう。
- 実に約8割が生活全般に対してストレスを感じていることがわかりました。在宅勤務により、自宅の滞在時間が増えたことで、家事等の負担が増えたことが要因なのでしょうか。
- 性別×同居家族で比較すると、女性子どもあり世帯は「非常に感じる」が4割となり、男性子どもあり世帯よりストレスを感じている結果となりました。一方で、男性は同居家族あり世帯のストレス度が一人暮らし世帯より高い結果となりました。

■ ストレス度<全体> ※在宅勤務実施者ベース



※感じる=「非常に感じる」+「感じる」+「やや感じる」

■ ストレス度<性別×同居家族別> ※在宅勤務実施者ベース

性別×同居家族別	n	感じる計				感じる計
		非常に感じる	感じる	やや感じる	感じない	
全体	314	25.8%	30.3%	22.6%	21.3%	78.7%
男性/配偶者(パートナー含む)	子ども	18.8%	39.1%	25.0%	17.2%	82.8%
	親	25.0%	28.6%	28.6%	17.9%	82.1%
	一人暮らし	23.0%	26.2%	21.3%	29.5%	70.5%
	女性/配偶者(パートナー含む)	47	25.5%	27.7%	27.7%	19.1%
女性/配偶者(パートナー含む)	子ども	40.0%	28.0%	16.0%	16.0%	84.0%
	親	26.2%	23.8%	21.4%	28.6%	71.4%
	一人暮らし	35.4%	29.2%	18.8%	16.7%	83.3%

在宅勤務により増加した行動は、「同居家族との会話」が6割強でトップ。 減少した行動は、「メイクにかかる時間」が7割半ばと突出しトップ。

■ あなたの在宅勤務中の行動についてお知らせください。（それぞれひとつずつ）

- それでは、本調査のメインである在宅勤務時の行動変化について見ていきます。
- 各カテゴリーごとに増加した行動をみると、『情報接触』では、テレビ、動画、SNSの視聴がいずれも増加しています。『家事全般』では、「育児の時間」が最も増加しています。学校や保育園などの休校により子どもの面倒を見る時間が増えていることが増加要因ではないかと思えます。また、「料理を作る回数」の増加に伴い、「食器洗いの量」も増加しています。『食事』では、時間にゆとりができたこともあってか、「家で食事にかかる時間」が最も増加しています。また、周りを気にせず仕事ができることもあり「菓子類の喫食」の増加も見られます。『その他行動』では、「同居家族との会話」が最も増加しています。「育児にかかる時間」や「家で食事にかかる時間」が増加していることもあり、家族と過ごす時間が増えたことで必然と会話が増えているのだと推察されます。
- 次に減少した行動について見ます。多くの行動が増加している中、『身だしなみ』の減少が際立っています。特に、「メイクにかかる時間」の減少率が75.6%と際立っています。女性の皆様にとって普段のメイクが非常に負担になっていることが今回の結果から見受けられます。また、個人的に「部屋着（パジャマ含む）からの着替え」が上位にランクインしたことが面白いと感じました。まさか、約3人に1人が部屋着（パジャマ含む）のまま在宅勤務をしているとは想定しておりませんでしたので新たな発見となりました。今後、在宅勤務が主流になれば、在宅勤務用の服装の需要も高まっていくのではないかと筆者は考えています。

■ 在宅勤務中の行動変化<全体> ※在宅勤務実施者かつ各行動を普段から行っている方ベース

※各カテゴリーごとに降順ソート
※上位3項目のみ抜粋

	情報接触	増加率
1位	テレビの視聴時間	54.3%
2位	動画サービスの視聴時間	49.5%
3位	SNSの閲覧時間	45.1%

	情報接触	減少率
1位	新聞の閲読時間	11.0%
2位	雑誌の閲読時間	10.3%
3位	ラジオの視聴時間	8.5%

	家事全般	増加率
1位	育児の時間*1	50.6%
2位	料理を作る回数	50.0%
3位	食器洗いの量	43.9%

	家事全般	減少率
1位	洗濯をする量	13.1%
2位	育児の時間*1	8.2%
3位	掃除（トイレ）の頻度	6.1%

	身だしなみ	増加率
1位	入浴・シャワーの時間	12.4%
2位	スキンケアにかかる時間	9.9%
3位	入浴・シャワーの回数	8.9%

	身だしなみ	減少率
1位	メイクにかかる時間*2	75.6%
2位	ヘアスタイリングにかかる時間	54.1%
3位	部屋着（パジャマ含む）からの着替え	35.7%

	食事	増加率
1位	家で食事にかかる時間	43.6%
2位	菓子類の喫食	41.5%
3位	飲酒の量	21.3%

	食事	減少率
1位	飲酒の量	17.0%
2位	菓子類の喫食	10.0%
3位	朝食を摂る回数	8.5%

	その他行動	増加率
1位	同居家族との会話*3	61.5%
2位	睡眠時間	50.0%
3位	喫煙の本数	39.5%

	その他行動	減少率
1位	同居していない家族や友人知人との会話	20.0%
2位	音楽を聴く時間	13.1%
3位	喫煙の本数	11.6%

*1:子どもと同居している方のみ聴取 *2:女性のみ聴取
*3:同居家族がいる方に聴取

まとめ

本情報誌では、在宅勤務実施率、在宅勤務実施によるストレス度、在宅勤務時の行動変化の3点について見てきました。特に、行動変化のところでは、「テレビの視聴」や「家で食事にかかる時間」など、自宅で過ごす時間が増えたことが直接影響する項目の増加が見られました。一方で、人と接することが少なくなったこともあり、『身だしなみ』に時間をかける方が際立って減少しています。次回以降は、属性や家族構成等による行動変化の違いを分析し、より詳細な分析結果を皆様にお届けしたいと思います。

次回の分析をお楽しみに

（営業企画部／西野 nishino@mdr-j.co.jp）