

**ミセスに聞いた
「東日本大震災後1カ月、私が、世の中が変わったこと」
アンケート調査 集計結果**

2011年4月

株式会社リビング暮らしHOW研究所

調査目的

東日本大震災の地震後、約1ヵ月の時点での主婦の体調や意識を、今後の防災や生活維持の参考情報として活用する。

調査期間

2011年4月14日(木)～4月17日(日)

調査方法

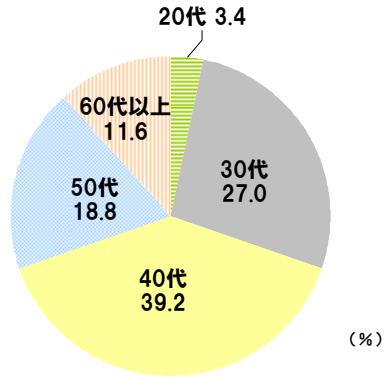
リビング新聞のウェブサイト「えるこみ」ユーザーへの Webアンケート調査

調査対象者

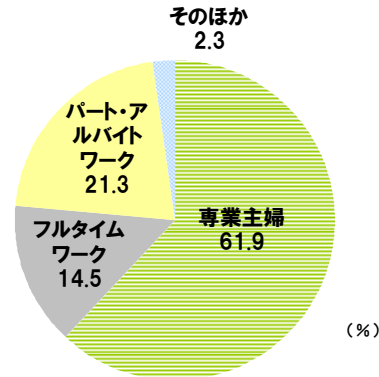
全国の既婚女性
集計数:441人

※ 当レポートの数値は、小数点以下2位を四捨五入のため、合計が100%にならない場合があります。

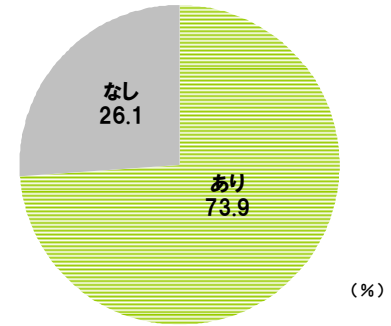
1 年代 (n=441) *平均年齢 45.3歳



2 職業 (n=441)



3 子供の有無 (n=441)



4 居住エリア (n=441)

	n	%
北海道	10	2.3
岩手県	1	0.2
宮城県	2	0.5
福島県	3	0.7
茨城県	3	0.7
栃木県	2	0.5
埼玉県	28	6.3
千葉県	39	8.8
東京都	81	18.4
神奈川県	65	14.7

	n	%
石川県	3	0.7
福井県	1	0.2
岐阜県	2	0.5
静岡県	7	1.6
愛知県	10	2.3
滋賀県	3	0.7
京都府	8	1.8
大阪府	70	15.9
兵庫県	71	16.1
和歌山県	1	0.2

	n	%
鳥取県	1	0.2
岡山県	5	1.1
広島県	7	1.6
香川県	2	0.5
愛媛県	5	1.1
福岡県	8	1.8
長崎県	2	0.5
熊本県	1	0.2
	441	100.0

1. 大震災から1ヵ月後の状況 ①-1 心身の疲労感について

震災の影響で心身の疲れを「感じている」人は63.9%。

■ 全国の既婚女性に、東日本大震災から1ヵ月が経過した状況について聞いた。

■ 震災の影響で心身の疲れがたまっていると感じるかを聞いたところ、「とても感じている」15.6%、「やや感じている」48.3%、あわせて63.9%が疲れを感じている。

■ 年代別で比較すると、「とても感じている」人は50代2割以上と高く、「とても感じている」「やや感じている」をあわせた割合は年代が高いほど高くなった。

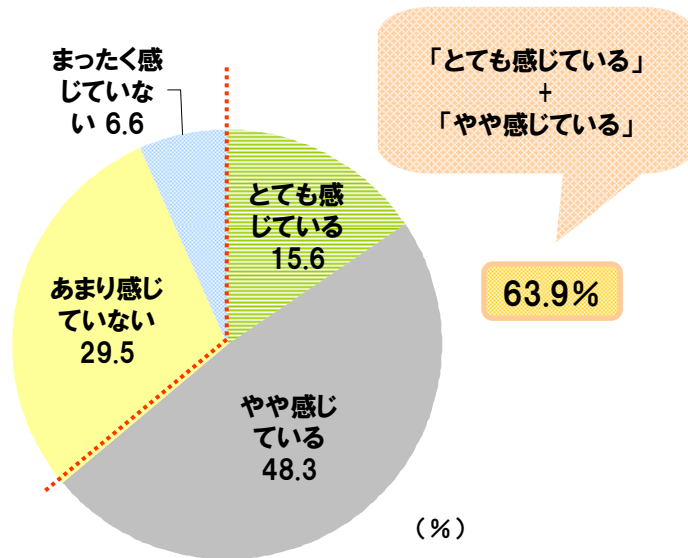
全体

Q. 東日本大震災から1ヵ月が経過した今の状況について。

あなた自身は、震災の影響で心身の疲れがたまっていると感じますか？

(SA)

(n=441)

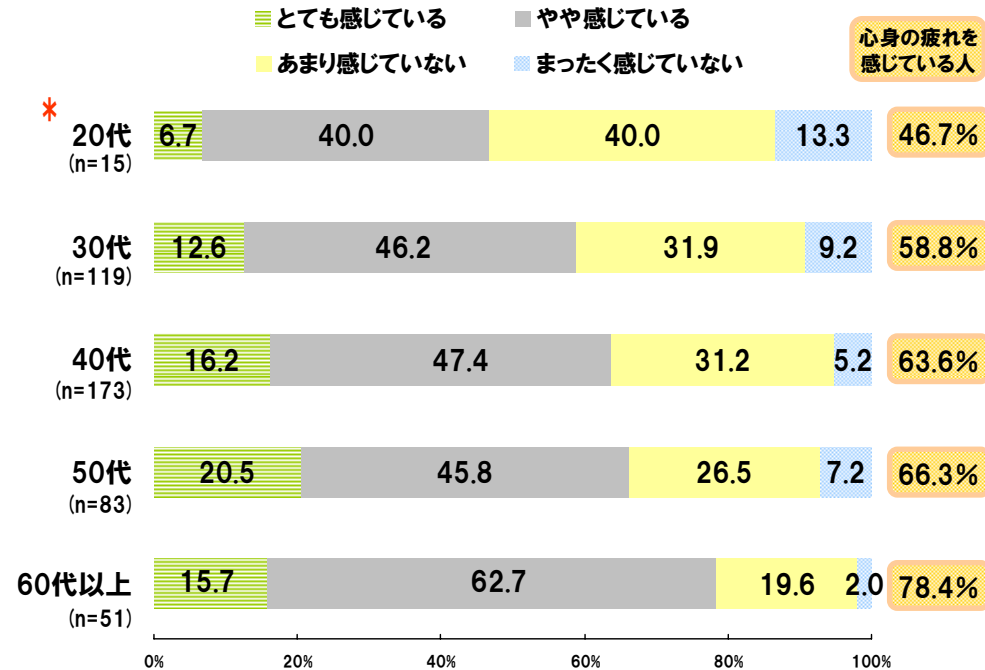


年代別

Q. 東日本大震災から1ヵ月が経過した今の状況について。

あなた自身は、震災の影響で心身の疲れがたまっていると感じますか？

(SA)



心身の疲れを感じている人

*参考値

1. 大震災から1ヵ月後の状況 ①-2 心身の疲労感について（首都圏・年代別）

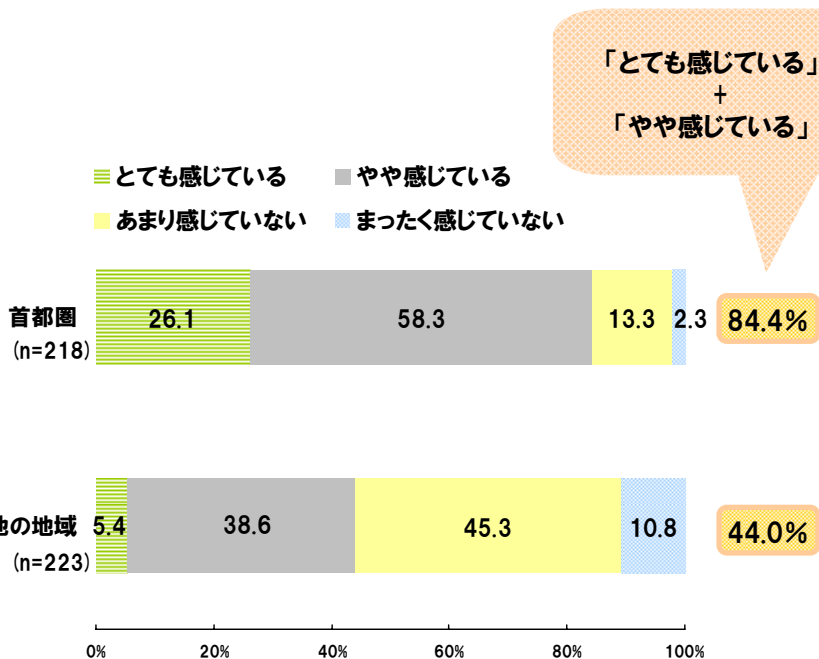
首都圏で震災の影響で心身の疲れを「感じている」人は84.4%。50代・60代以上で9割以上。

■首都圏の既婚女性に震災の影響で心身の疲れがたまっていると感じるかを聞いたところ、「とても感じている」26.1%、「やや感じている」58.3%、あわせて84.4%と大多数が疲労を感じている。

■首都圏の年代別で比較すると、「とても感じている」人は50代・60代以上で3割と高く、「とても感じている」「やや感じている」をあわせた割合は20代～40代で8割代、50代・60代以上で9割台に達した。

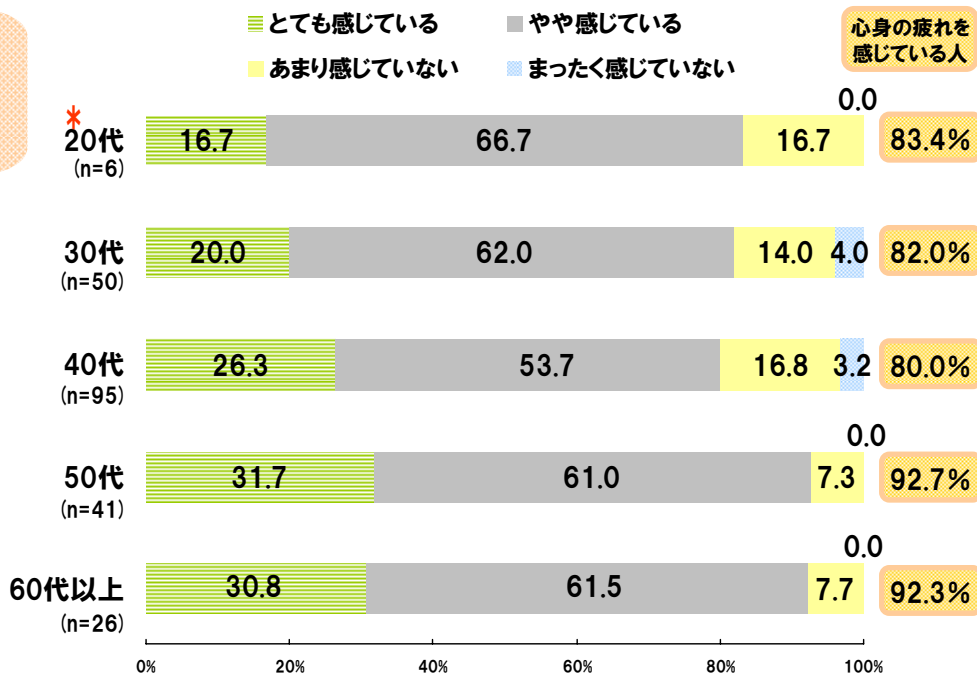
首都圏

Q. 東日本大震災から1ヵ月が経過した今の状況について。
あなた自身は、震災の影響で心身の疲れがたまっていると感じますか？
(SA)



首都圏年代別

Q. 東日本大震災から1ヵ月が経過した今の状況について。
あなた自身は、震災の影響で心身の疲れがたまっていると感じますか？
(SA)



*参考値

1. 大震災から1ヵ月後の状況 ②-1 心身の疲労感について

疲労を感じる症状は「地震酔い」53.9%、「気持ちが暗い・元気がでない」42.6%。

■どのような症状から疲労を感じているかを聞くと、「地震酔い(揺れている感じ)」が53.9%で最も多く、次いで「気持ちが暗い・元気がでない」42.6%、「眠れない・眠りが浅い」30.9%。

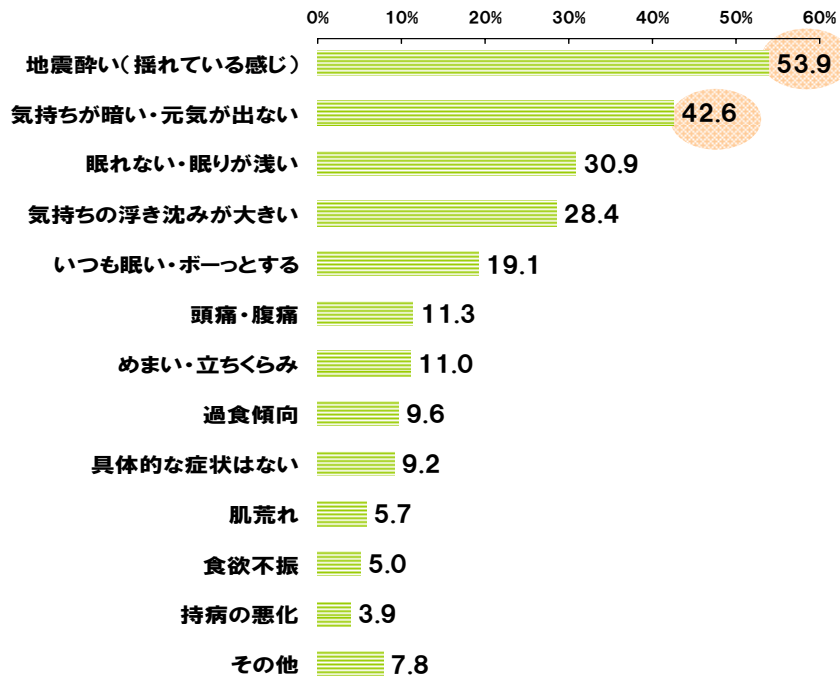
■年代別でみると、「地震酔い」では、20代・40代・50代で6割前後と多い。「気持ちが暗い・元気がでない」は年代が高いほど多くなっており、50代以上では54.5%と他の年代よりも高くなった。「眠れない・眠りが浅い」では30代で42.9%と高い。

全体

Q. <心身の疲労を「とても感じている」「やや感じている」人のみ>

どのような症状から疲労を感じますか？ (いくつかでも) (MA)

(n=282)

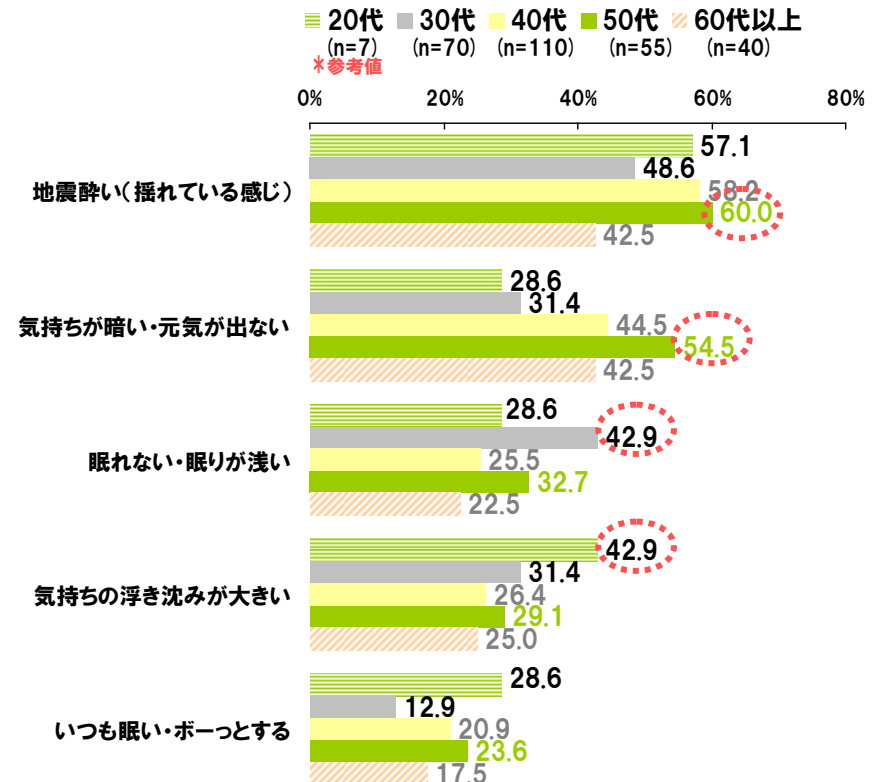


年代別

Q. <心身の疲労を「とても感じている」「やや感じている」人のみ>

どのような症状から疲労を感じますか？ (いくつかでも) (MA)

※上位5位までをグラフ化



1. 大震災から1ヵ月後の状況 ②-2 心身の疲労感について（首都圏・年代別）

首都圏で疲労を感じる症状は「地震酔い」73.4%、「気持ちが暗い・元気が出ない」42.9%。

■どのような症状から疲労を感じているかを聞くと、首都圏では「地震酔い(揺れている感じ)」が73.4%で最も多く、次いで「気持ちが暗い・元気が出ない」42.9%、「眠れない・眠りが浅い」34.2%。一方で、他の地域では「地震酔い」は17.3%と少なく、「具体的な症状はない」が18.4%。

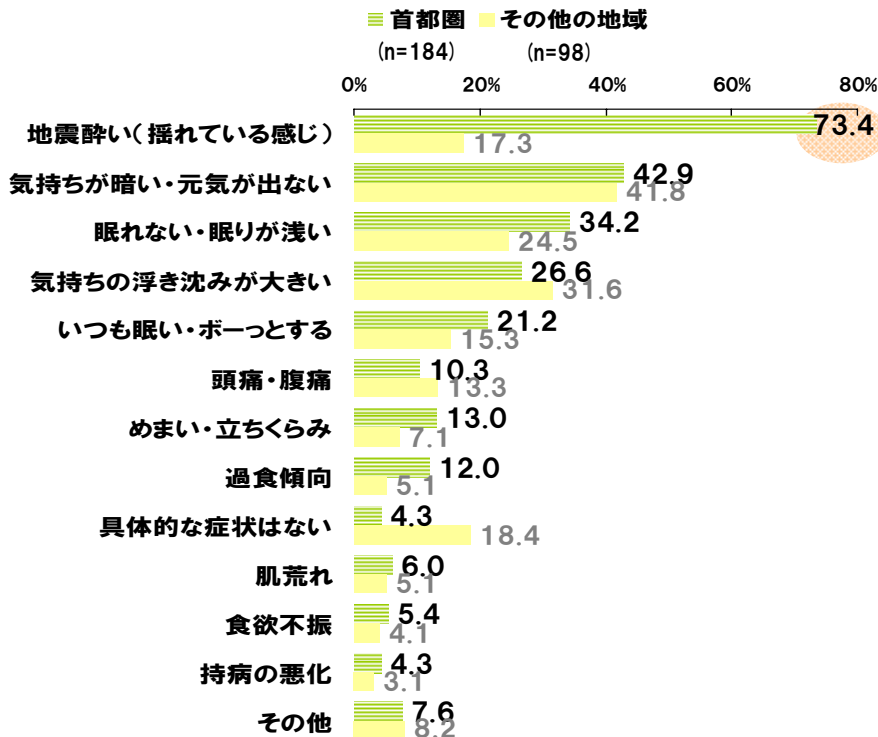
■首都圏の年代別でみると、「地震酔い」では、30代～50代で7割以上と多い。「気持ちが暗い・元気が出ない」は50代で55.3%。「眠れない・眠りが浅い」では30代で48.8%と高い。

首都圏

Q. <心身の疲労を「とても感じている」「やや感じている」人のみ>

どのような症状から疲労を感じますか？（いくつでも）(MA)

(n=282)

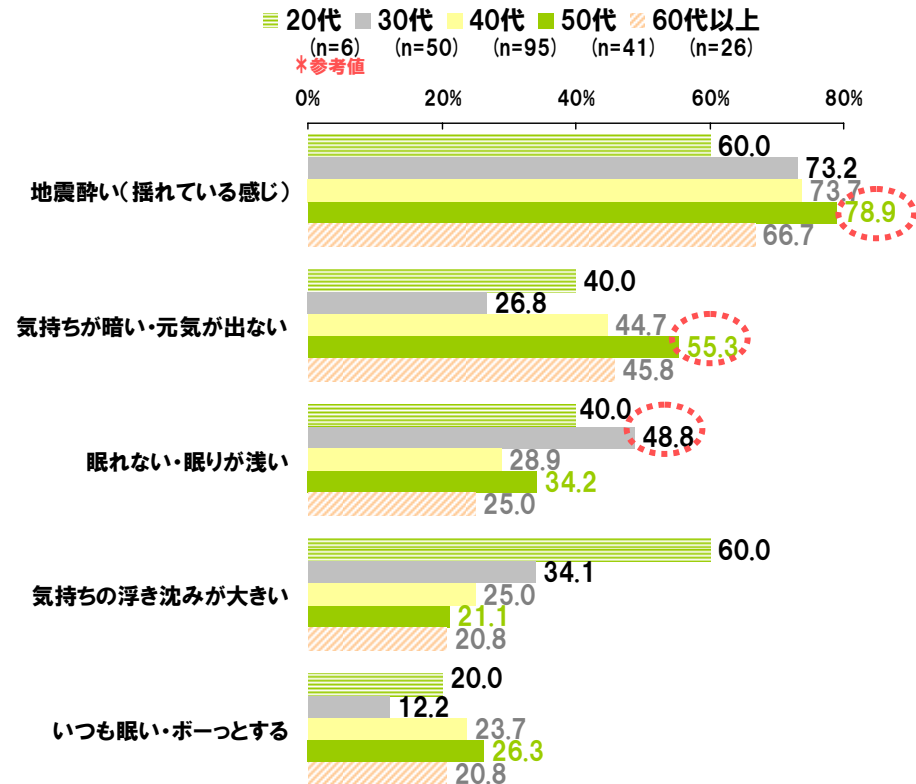


首都圏年代別

Q. <心身の疲労を「とても感じている」「やや感じている」人のみ>

どのような症状から疲労を感じますか？（いくつでも）(MA)

※上位5位までをグラフ化



1. 大震災から1ヵ月後の状況 ③-1 震災の疲労感への対策

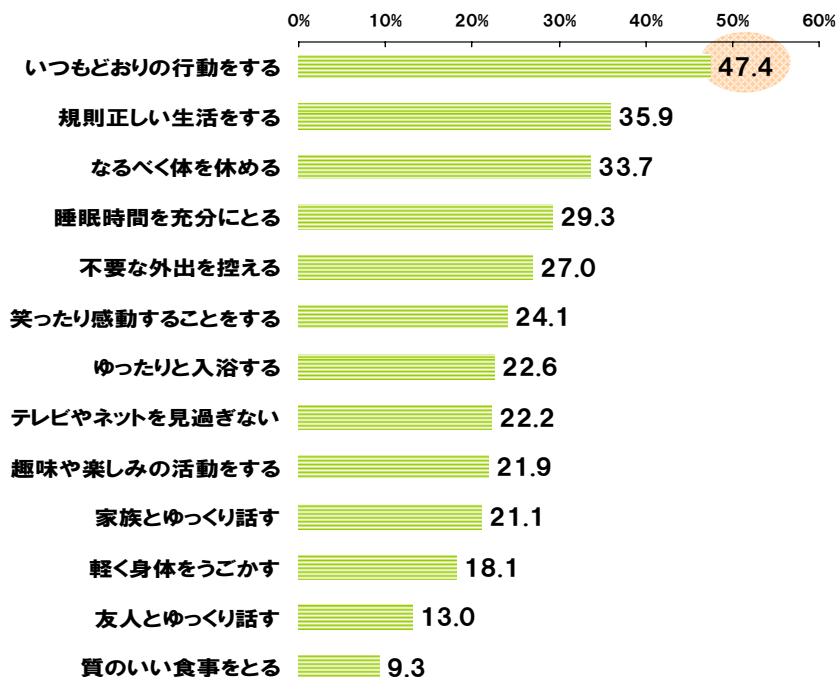
震災による疲労への対策は「いつもどおりの行動をする」47.4%。

■震災の疲労を「感じている」と回答した人に、対策として心がけていることを聞くと、「いつもどおりの行動をする」が47.4%で最も多く、次いで「規則正しい生活をする」35.9%、「なるべく体を休める」33.7%など、基本的な生活習慣を取り戻すことについての項目で高くなった。

■年代別でみると、「いつもどおりの行動をする」「規則正しい生活をする」では、30代～60代以上で高い。一方で、20代では「なるべく体を休める」が42.9%と他の年代よりも高くなった。

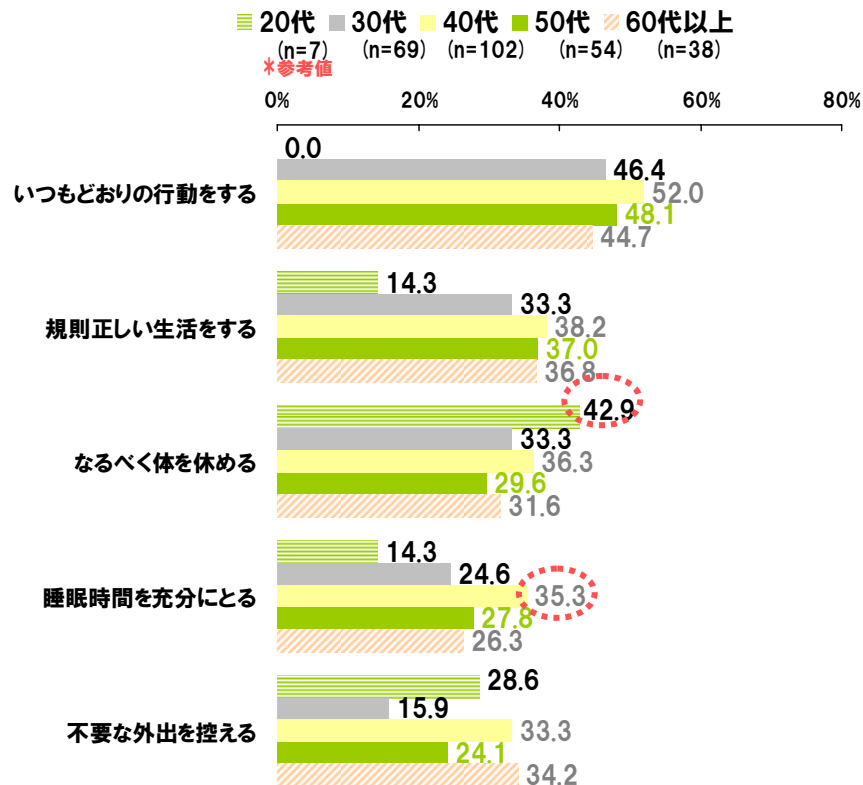
全体 Q. <心身の疲労を「とても感じている」「やや感じている」人のみ>
震災による疲労への対策として心がけていることがあれば、選んでください。(いくつでも) (MA)

(n=270)



年代別 Q. <心身の疲労を「とても感じている」「やや感じている」人のみ>
震災による疲労への対策として心がけていることがあれば、選んでください。(いくつでも) (MA)

※上位5位までをグラフ化



1. 大震災から1ヵ月後の状況 ③-2 震災の疲労感への対策（首都圏・年代別）

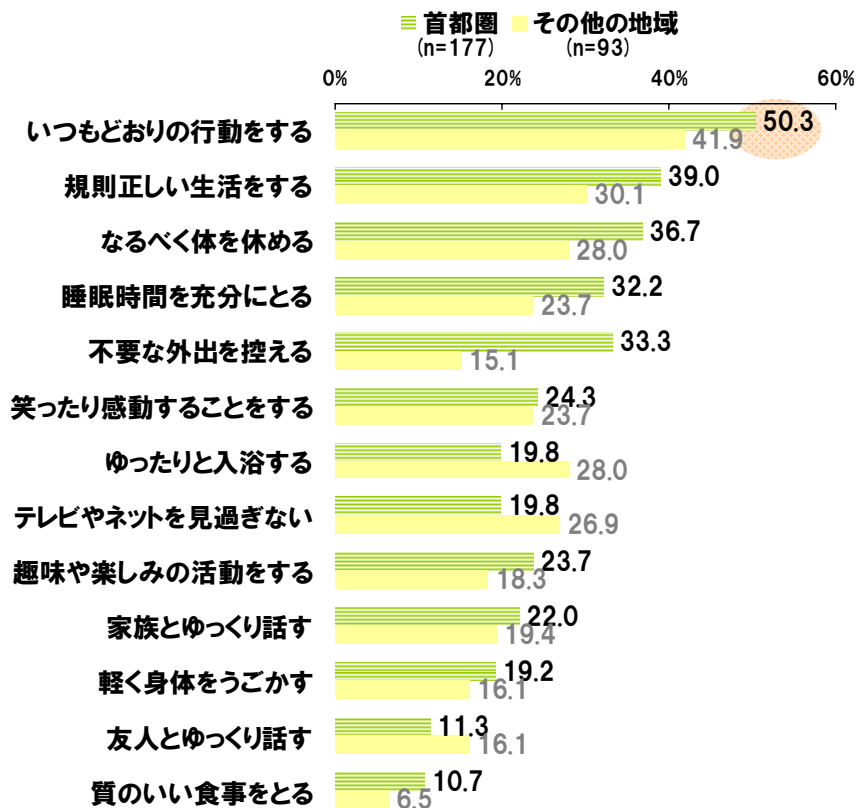
首都圏での震災による疲労への対策は「いつもどおりの行動をする」50.3%。

■震災の疲労を「感じている」と回答した人に、対策として心がけていることを聞くと、首都圏では「いつもどおりの行動をする」が50.3%で最も多く、次いで「規則正しい生活をする」39.0%、「なるべく体を休める」36.7%など、基本的な生活習慣を取り戻すことについての項目で高くなっており、その他の地域よりもやや高めの数値となった。

■首都圏の年代別でみると、「規則正しい生活をする」「必要な外出を控える」では、60代以上で5割以上と特に高い。「睡眠時間を充分にとる」では40代で39.4%と他の年代よりも高くなった。

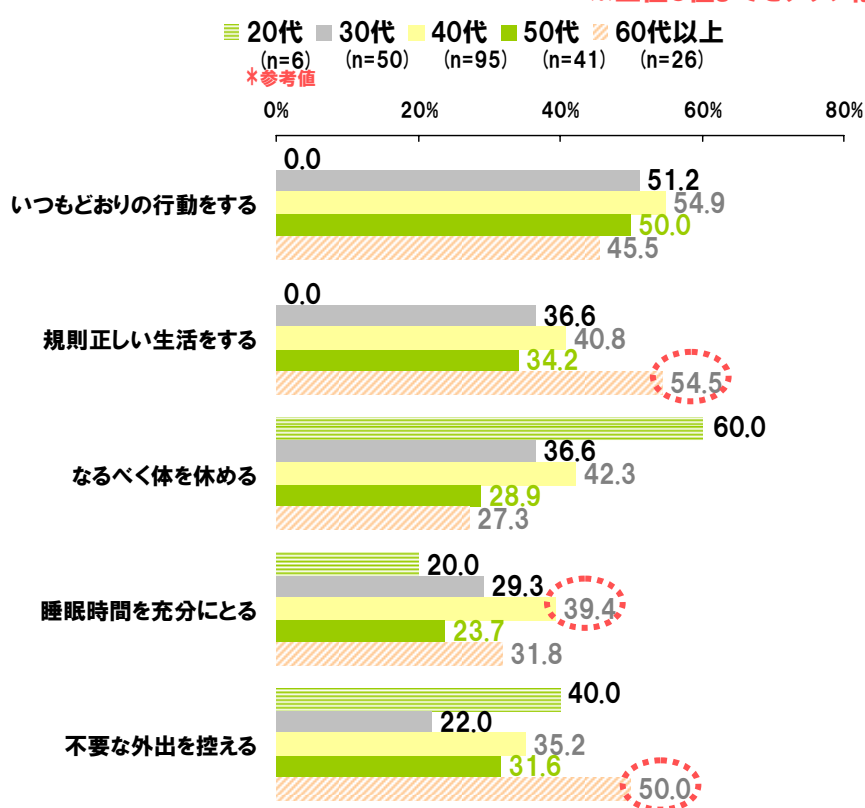
首都圏

Q. <心身の疲労を「とても感じている」「やや感じている」人のみ>
震災による疲労への対策として心がけていることがあれば、選んでください。（いくつでも）（MA）



首都圏年代別

Q. <心身の疲労を「とても感じている」「やや感じている」人のみ>
震災による疲労への対策として心がけていることがあれば、選んでください。（いくつでも）（MA）



今、心身の疲れをためない、解消するため、あなたが行っていて効果があると思うことは？（フリーアンサーから抜粋）

【いつも通りの生活を意識】

- あまり気にしないでいつも通りの規則正しい生活をする。（54歳/専業主婦・埼玉県）
- 連ドラや、いつもかかさず観ているテレビ番組で、日常を実感する。（46歳/パートアルバイト・兵庫県）
- 毎日決まったことをする。水筒にお茶を準備しておくなど。明るいうちに家事やお風呂を済ませておく。暗い時に揺れると不安なので、子どものお風呂は早めに入るようになりました。（34歳/専業主婦・千葉県）
- あまり予定をいれないようにして、ゆっくり自分のペースで生活するようにしている。（35歳/専業主婦・大阪府）
- 体を休めて気持ちを落ち着かせること。（49歳/フルタイム・兵庫県）

【人とふれあう・話す】

- お友達とおしゃべり。好きなテレビや、舞台を見る。（60歳/専業主婦・埼玉県）
- できるだけ友達と話をしたり、普段と同じような生活を送るようにしている。また、地震の備えを多少しておくことにした。（30歳/専業主婦・東京都）
- あえて出かける！ショッピングしたり外食するとリフレッシュできる。（36歳/パートアルバイト・埼玉県）
- 外に出て人とふれあうこと。主婦は家にいる時間が長いので小さな地震でも敏感に反応してしまうし、こもりがちになってしまうから。外に出ると意外とみんな普通の生活をしていると安心できるから。（50歳/専業主婦・大阪府）
- 友人と花の咲いた公園などに行き、色々な話をして安らいだ気持ちになるようにする。アロマオイルを焚いて気持ちを変える。（53歳/専業主婦・東京都）
- 人と話すこと つながりって本当に大切なと痛感しています。（40歳/パートアルバイト・兵庫県）
- 家族との時間を大切にしようと考えようになりました。それが元気にもつながってます。（43歳/フルタイム・静岡県）
- 子供とのコミュニケーションを密にとることで、子供も私も癒される気がする。家族での外食など、少し費用がかかっても楽しいことを企画する。（31歳/パートアルバイト・千葉県）

【テレビを控える】

- TVやネットを見るのを控えて、読書時間を増やした。（42歳/専業主婦・千葉県）
- テレビを見すぎない 情報が多すぎて混乱するため控える 緑や花の多いところを散歩する。（39歳/パートアルバイト・大阪府）

【ゆっくりお風呂、睡眠をとる、体をほぐす】

- やはり睡眠が一番だと思います。（52歳/パートアルバイト・埼玉県）
- すぐに眠れなくても早くベッドにはいること。（42歳/フルタイム・神奈川県）
- ゆっくりお風呂に入り、十分な睡眠時間をとることです。（55歳/専業主婦・北海道）
- ゆっくりお風呂に入る クラシックを聴く 家族と会話をする。（50歳/専業主婦・岡山県）
- 夫が休みの日に子供を遊びに連れて行ってもらい、その間に昼寝。（41歳/専業主婦・東京都）
- 疲れを取るため 整体や鍼灸に行き体をほぐしている。（60歳/専業主婦・神奈川県）

今、心身の疲れをためない、解消するため、あなたが行っていて効果があると思うことは？（フリーアンサーから抜粋）

【

【体を動かす】

- 以前から通っていたスポーツクラブでの運動。(39歳/専業主婦・東京都)
- ウォーキング。今は桜が綺麗なので、桜を見ながら歩きます。(47歳/専業主婦・東京都)
- 自然の中を歩く。公園や川沿いなど自然に恵まれた場所を散歩する。(53歳/パートアルバイト・神奈川県)
- ストレッチ。時間があればヨガ。ひとつひとつ仕事を解消していく。(いっべんに全部やろうとしない)。(45歳/フルタイム・兵庫県)

【好きなことをする】

- 嫌なことを考えず、好きなこと(ガーデニング)をする。(41歳/パートアルバイト・栃木県)
- 音楽をきく。好きな香を焚く。人と話す。外に出て季節を味わう。(51歳/専業主婦・東京都)
- 食べることが好きなので、食べてしあわせな気分になる。(31歳/専業主婦・兵庫県)
- 友人と他愛もない話をしているのが一番効果があります。地震直後は電話も長くなりがちでした。今もずっと一人でいると、疲れるので積極的に人と会うようにしています。(46歳/専業主婦・千葉県)
- 料理をする。一つの料理を作るのに、集中できるので、頭がスッキリする。(37歳/専業主婦・北海道)
- 地震で気持ちも乗らず、寒かったりで放置していたが、家庭菜園、園芸を再開している。季節を忘れずに芽吹き、花を咲かせている植物たちにいっぱい元気をもらった気がする。(60歳/専業主婦・神奈川県)
- 甘いものを食べる。(42歳/専業主婦・千葉県)
- 好きなアーティストの音楽を聴くと、とても元気がでる。(28歳/パートアルバイト・東京都)

【その他】

- 人の話に影響されないように、自分で調べて理解するようにしている。(35歳/フルタイム・神奈川県)

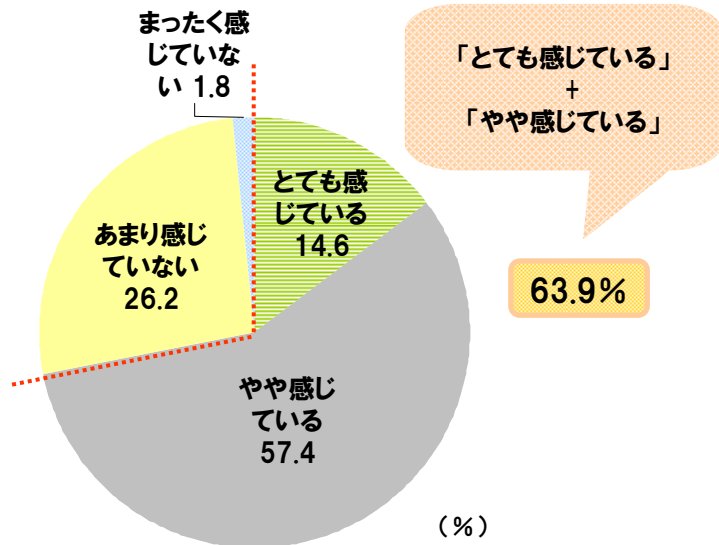
1. 大震災から1ヵ月後の状況 ⑤-1 震災後の自身の変化

震災後の自分自身の考え方や人生観の変化を「感じている」人は63.9%。

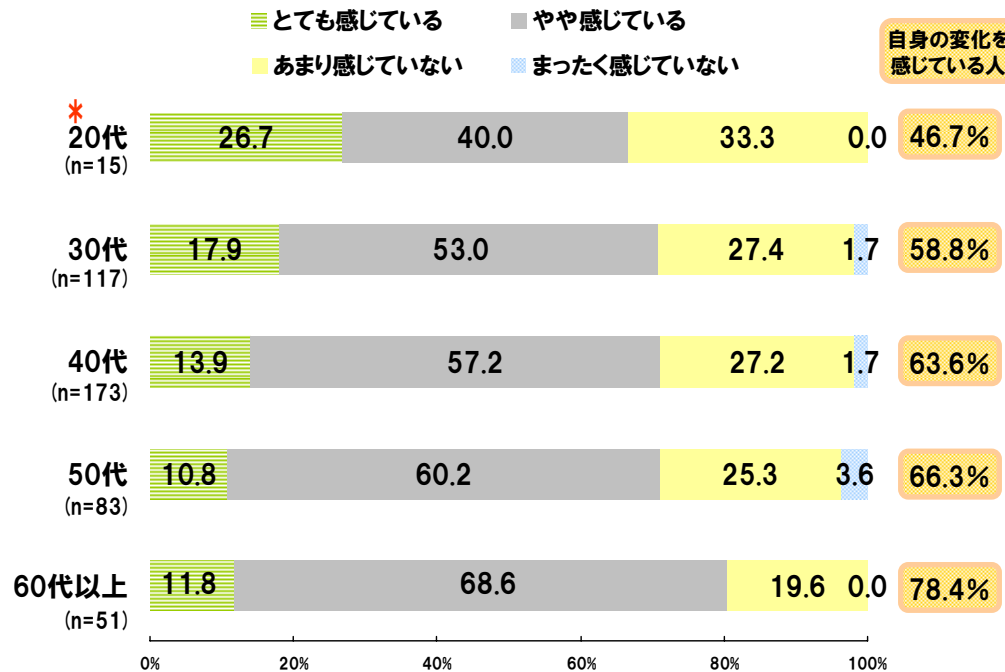
■東日本大震災の後、自分の考え方や人生観が変わったと感じているかを聞いたところ、「とても感じている」14.6%、「やや感じている」57.4%とあわせて63.9%が自身の人生観の変化を「感じている」となった。

■年代別で比較すると、「とても感じている」という人は20代で26.7%と高く、「やや感じている」は年代が高いほど多く、60代以上では68.6%。「変化を感じている」という人は、年代が高いほど多くなった。

全体 Q. 大震災の後、あなたは自分の考え方や人生観が変わったと感じていますか？ (SA)
(n=439)



年代別 Q. 大震災の後、あなたは自分の考え方や人生観が変わったと感じていますか？ (SA)



*参考値

1. 大震災から1ヵ月後の状況 ⑤-2 震災後の自身の変化（首都圏・年代別）

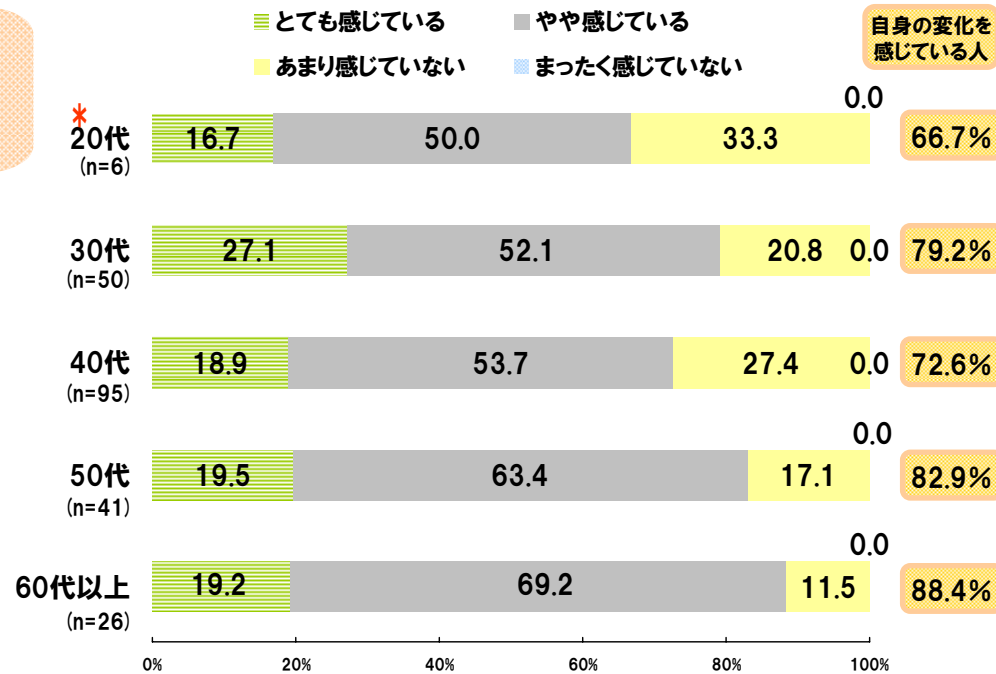
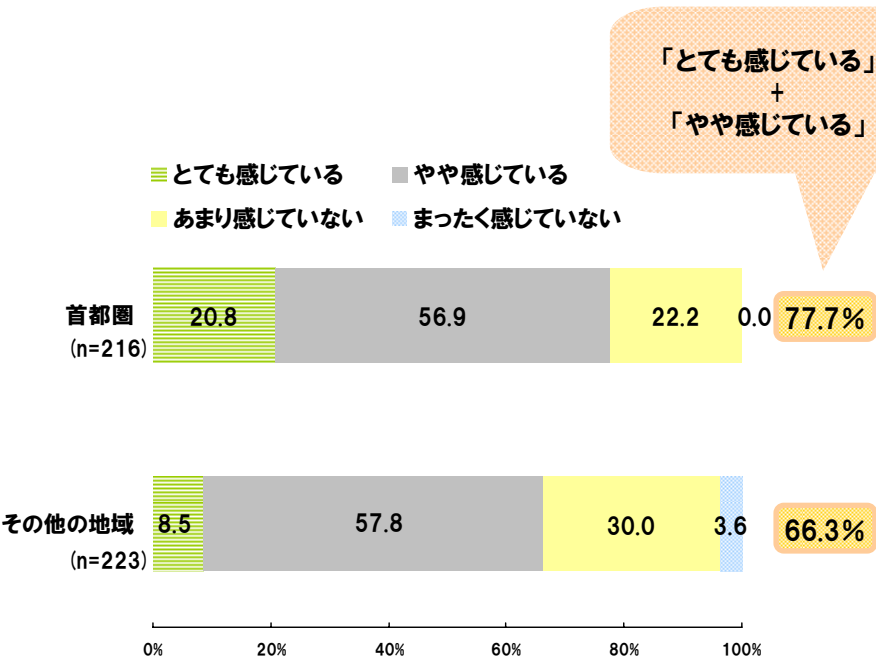
首都圏で震災後の自分自身の考え方や人生観の変化を「感じている」人は77.7%。

■東日本大震災の後、自分の考え方や人生観が変わったと感じているかを聞いたところ、首都圏では「とても感じている」20.8%、「やや感じている」56.9%とあわせて77.7%が自身の人生観の変化を「感じている」となった。全体よりも13.8ポイント高い。

■首都圏の年代別で比較すると、「とても感じている」という人は30代で27.1%と高い。「やや感じている」は年代が高いほど多く、60代以上では69.2%。「変化を感じている」という人は、50代・60代以上で8割以上となった。

首都圏 Q. 大震災の後、あなたは自分の考え方や人生観が変わったと感じていますか？（SA）

首都圏年代別 Q. 大震災の後、あなたは自分の考え方や人生観が変わったと感じていますか？（SA）



*参考値

<震災後、自分の考え方や、人生観が変わったと「とても感じている」「やや感じている」人> 震災後、どのような点が変わりましたか？（フリーアンサーから抜粋）

【普通に暮らせること・家族の大切さ】

- 普通に暮らせることに、感謝する気持ちになった。(48歳/パートアルバイト・神奈川県)
- 些細な事でも幸せと賛沢を感じられるようになった。(54歳/フルタイム・東京都)
- 何一つ賛沢は出来ないけれど日々の何気ない生活をありがたいと思えるし、変わらずそばに居てくれる家族を愛おしく思える。(44歳/パートアルバイト・大阪府)
- 家族とまめに連絡をとるようになった。今生きていることがとても幸せなことなんだ、と以前より感じて、毎日大切に生きているきがする。(30歳/専業主婦・東京都)
- 家族の居てくれる大切さ。今まで悲しいと思っていたことの小ささなど今回の被災で言葉にならない生活をされている方に比べたらいしたくないんだということ。自分のできることをしようという意識。(38歳/パートアルバイト・埼玉県)
- 夫を会社に送り出す時、例えちょっと朝からお互い嫌な雰囲気があったとしても笑顔でいってらっしゃいと言う。もしもの事があって会えなくなったりした時に後悔するから。(30歳/専業主婦・神奈川県)
- 生活が苦しく節約ばかりしていたが、お金に対する考え方や、家族とのかかわり方が変わってきた。(31歳/パートアルバイト・兵庫県)
- 多少の不便さはむしろあっていいものだと思えるようになったし、子供達にも事あるごとに感謝の心を持って生きることの大切さを言い聞かせている。(35歳/専業主婦・大阪府)
- 実家が遠く離れているので、改めて家族の大切さを痛感した。いつ何が起こるかかわからない世の中、大切な人を大切にしたい。(28歳/パートアルバイト・東京都)
- 人の優しさや繋がりを感じるようになりました。以前は一人のほう気楽だなどと軽い感じで構えていましたが、日本のみならず、ボーダレスの地球を感じ、感動しました。(56歳/専業主婦・京都府)
- 人は人の支えが欠かせない動物であることがはっきりした。支えあうことの重要性を感じた。(70歳/専業主婦・兵庫県)
- 日々、平凡な生活が出来ることはとても有難いことだと思えるようになった。(51歳/専業主婦・東京都)

【やりたいことをやっておく・後悔しない生き方】

- いつ何があっても後悔しない生き方がしたいと思えるようになった。(39歳/パートアルバイト・神奈川県)
- 幸福感の変化。経済的豊かさよりも心の豊かさを大事にしたい。やりたいことは後延ばしにしないでやりたいことは直ぐやろう。(53歳/パートアルバイト・神奈川県)
- 何時、どんな風に死ぬのか？誰もわからないので 不必要な我慢や辛抱も考えもの。やりたいことをしておこう。(61歳/専業主婦・大阪府)
- 家計だけでなく日々の生活プランお立てしておく事が必要。(50歳/専業主婦・静岡県)
- 冷静な判断の必要性と人生楽しめる時に楽しまいと・・・今を大事に生活しないと・・・と思います。(53歳/専業主婦・東京都)

【物は買わない・身のまわりを片付ける】

- いつ亡くなってもよい様に身のまわりの片づけをしよう。(62歳/フルタイム・兵庫県)
- 今までも物質に執着心は無い方ですが、さらにそれに拍車がかかって食品以外は何も買いたくない気分です。(43歳/専業主婦・愛媛県)
- 物があふれている生活を見なおそうと思った。(53歳/専業主婦・北海道)
- 物欲は虚しい。東北の人に脱帽。健気に謙虚に生きることが一番の幸せ。(71歳/専業主婦・千葉県)
- 無駄なものは買わない。人とのつながりを大事に。(34歳/専業主婦・埼玉県)
- 無駄な買い物はしなくなるとし、節約・節電に今まで以上に取り組んでいる。親と頻繁にコミュニケーションをとるようになった。(42歳/専業主婦・千葉県)

<震災後、自分の考え方や、人生観が変わったと「とても感じている」「やや感じている」人> 震災後、どのような点が変わりましたか？（フリーアンサーから抜粋）

【これからの災害への備え】

- 子供にももっと災害について、おしえておこうと思った。14歳の時に、阪神大震災を経験したことから、今回のような津波の怖さなど家族で話をする機会が増えました。（30歳/専業主婦・兵庫県）
- 衣食住のうち、食の水と米は絶対必要。衣と住は金さえあればよい。貯蓄を大事と思う気持ちが強くなった。（47歳/専業主婦・東京都）
- 自然災害に対してきちんと考え備えるようになった。（54歳/専業主婦・埼玉県）
- 身近に起こる事を想定して行動することを考えるようになった。（47歳/パートアルバイト・埼玉県）
- 自分にできることは何かないか、考えるようになった。（35歳/パートアルバイト・兵庫県）
- 自分にもいつおきてもおかしくないこと。人事ではない。（34歳/フルタイム・兵庫県）
- 自分の実家が被災地となり、両親や親族が被災しているので他人事ではないというか、日本は安全だと言われていてもいつどうなるのかわからないのだな、、、と思うようになりました。（31歳/専業主婦・東京都）
- 今までは遠距離や出張の仕事も好んでやっていたが、職場が自宅から遠い事に問題を感じた。いざというとき、子供をすぐに迎えにいけるということの重要性、自分が守らなければならない責任の重さを感じた。（31歳/パートアルバイト・千葉県）
- 津波の想定高さなどで色々な議論がありますが、古い文献などもしっかり参考にした方が良いと改めて感じました。追:阪神淡路の時も、あの地区は数百年に一度の割合で大きな地震に見舞われていることは周知の事実でした。（55歳/専業主婦・北海道）
- 冷静に行動し、自分のことだけではなく、相手の立場に立って行動する。（44歳/パートアルバイト・神奈川県）

【日本の良さ・悪さ、協力すること】

- 日本(人)の良さ:被災地の方々の忍耐強さ、等、と悪さ:政治屋や大企業幹部の無責任・無能ぶり・無知性、があらためて身にしみてきた。（38歳/専業主婦・大阪府）
- 日本というひとつの船に乗って居るという事実。自分の事だけを考えて生きるのではなく、周りと協調して連携することの大切さを学んだと思う。（45歳/フルタイム・兵庫県）

【災害に対して】

- 突然人生がかわるようなことが起こるんだということを思い知らされた。（40歳/フルタイム・愛媛県）
- 備えあれば憂いなし、と思っていたけど、そうでもない。一日一日を大事に、より良く生きた方が良いと思うようになった。（41歳/専業主婦・東京都）
- 被災したわけでもなく、被災地に親戚縁者がいるわけでもないのに喪失感を感じています。何も無い平和な時間に感謝もしています。（46歳/専業主婦・神奈川県）
- 困っている人を助けたいという気持ちが強くなった。（49歳/パートアルバイト・広島県）

【環境に対して】

- 水や電気のありがたさを知った。（59歳/専業主婦・千葉県）
- 環境のことや被災地の人のことを考えるようになりました。（36歳/専業主婦・兵庫県）
- 原子力は安全だと思っていたけど、違っていたこと。今こそ見直すべきなんだと感じて、選挙などちゃんと参加をしたいと感じた。（34歳/フルタイム・神奈川県）
- 原発の事故というものの影響がこれほど大きいものだという、原発のリスクを深く感じています。電気に頼る生活の怖さを感じます。（47歳/パートアルバイト・兵庫県）

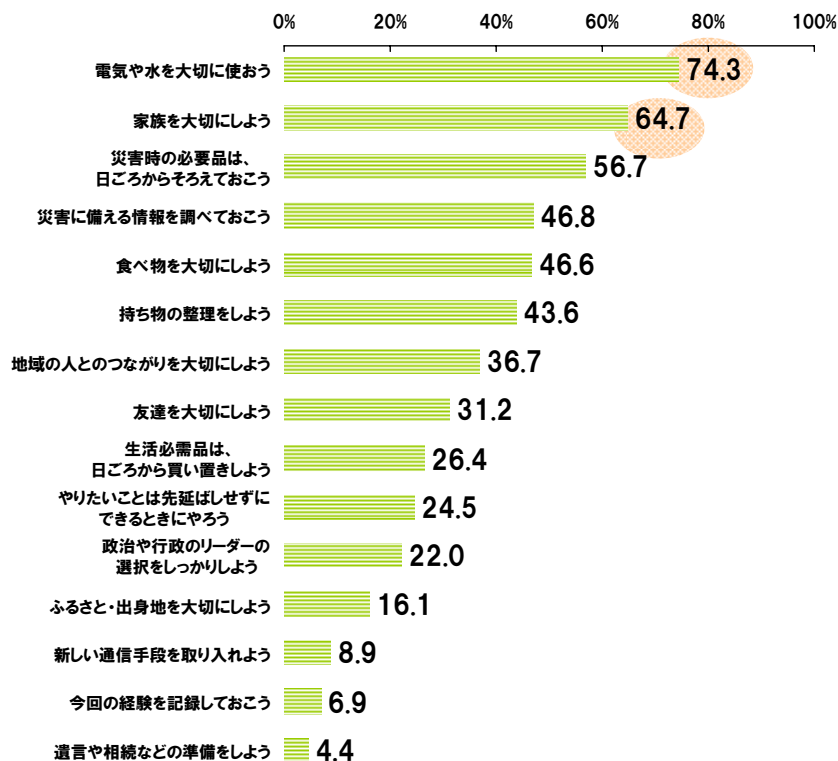
1. 大震災から1ヵ月後の状況 ⑦-1 震災後、感じたこと

震災後、感じたことは「電気や水を大切にしよう」74.3%。

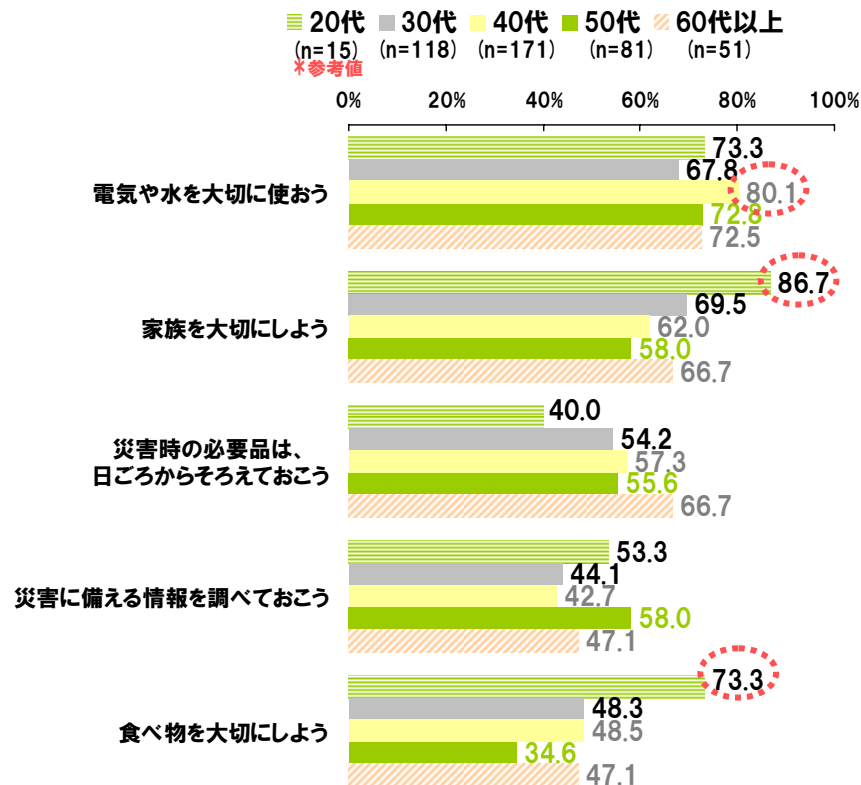
■震災後に思ったことは、「電気や水を大切にしよう」が74.3%で最も多く、次いで「家族を大切にしよう」が64.7%、「災害時の必需品は、日頃からそろえておこう」56.7%。

■年代別でみると、「電気や水を大切にしよう」では、40代で80.1%と他の年代よりも高くなった。また、20代では「家族を大切にしよう」が86.7%、「食べ物を大切にしよう」が73.3%と高い。

全体
Q. 今回の震災の後、あなたが思ったことに近いものがあれば選んでください。(いくつでも) (MA)
(n=436)



年代別
Q. 今回の震災の後、あなたが思ったことに近いものがあれば選んでください。(いくつでも) (MA) ※上位5位までをグラフ化



1. 大震災から1ヵ月後の状況 ⑦-2 震災後、感じたこと（首都圏・年代別）

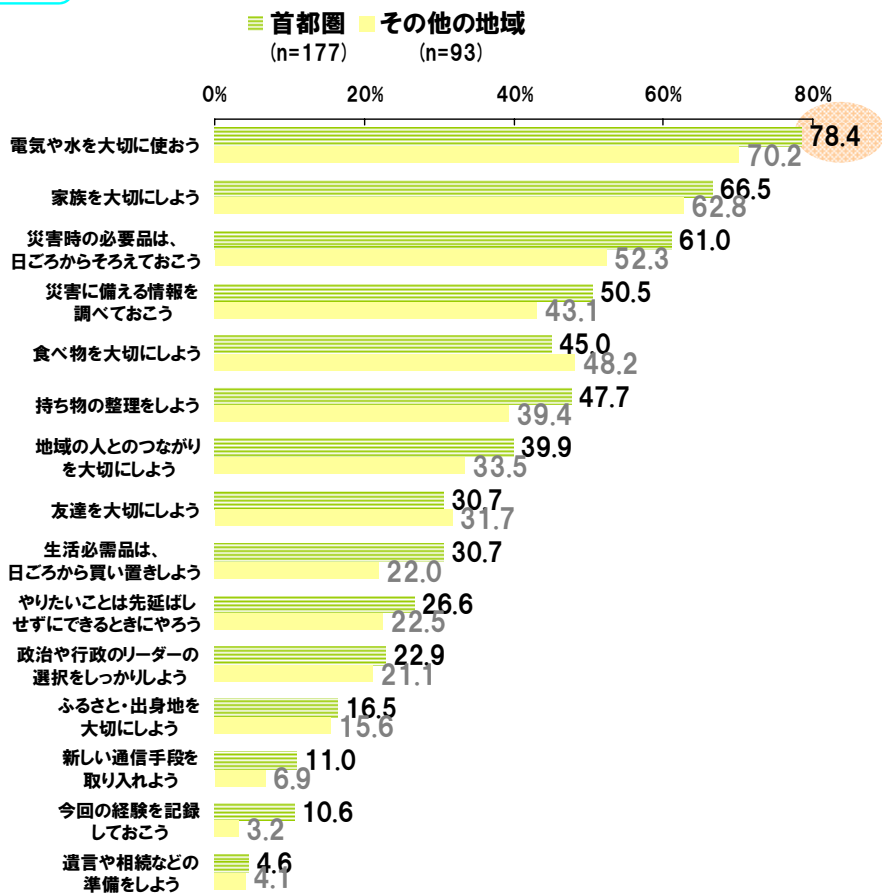
首都圏で、震災後、感じたことは「電気や水を大切にしよう」78.4%。

■震災後に思ったことは、「電気や水を大切にしよう」が78.4%で最も多く、次いで「家族を大切にしよう」が66.5%、「災害時の必需品は、日頃からそろえておこう」61.0%。他の地域では「食べ物を大切にしよう」48.2%、「友達を大切にしよう」31.7%で、首都圏をやや上回った。

■首都圏の年代別でみると、「電気や水を大切にしよう」では、50代で85.4%と他の年代よりも高くなった。

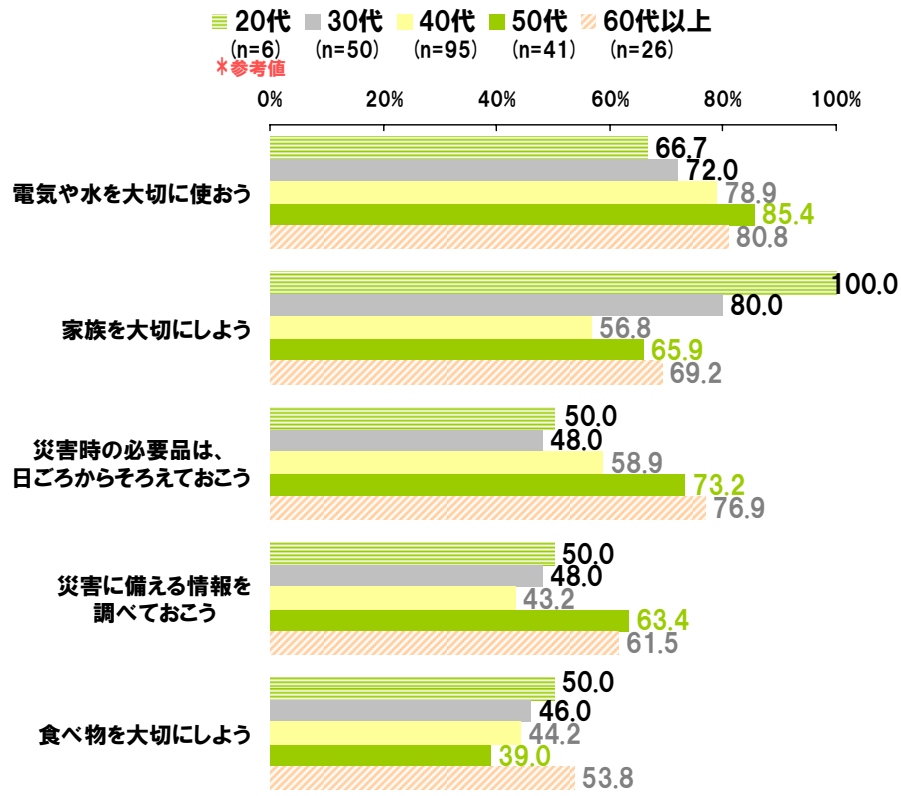
首都圏

Q. 今回の震災の後、あなたが思ったことに近いものがあれば選んでください。（いくつでも）(MA)



首都圏年代別

Q. 今回の震災の後、あなたが思ったことに近いものがあれば選んでください。（いくつでも）(MA) ※上位5位までをグラフ化



プロスポーツのナイター開催は「問題ない」7.3%、「条件つきでやってよい」43.9%。

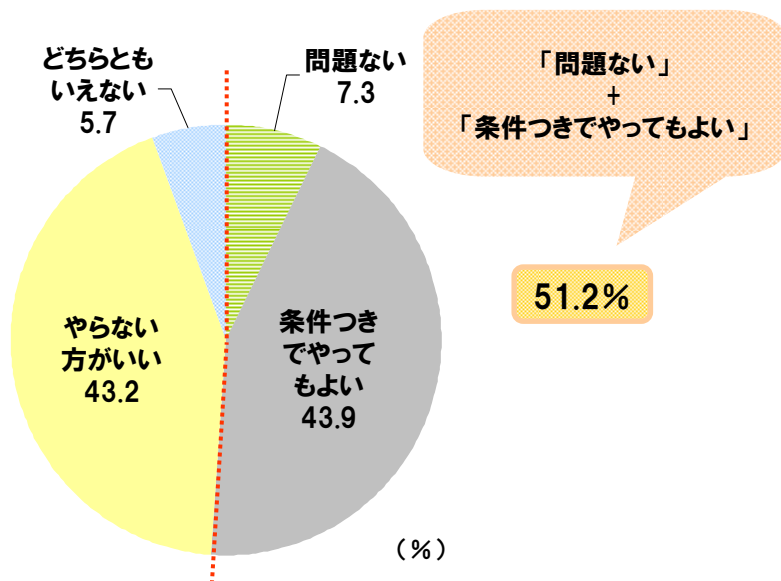
■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、プロスポーツのナイター開催については、「問題ない」が7.3%、「条件つきでやってよい」43.9%、あわせて51.2%となった。

■年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、30代・50代で5割台と高い。

全体

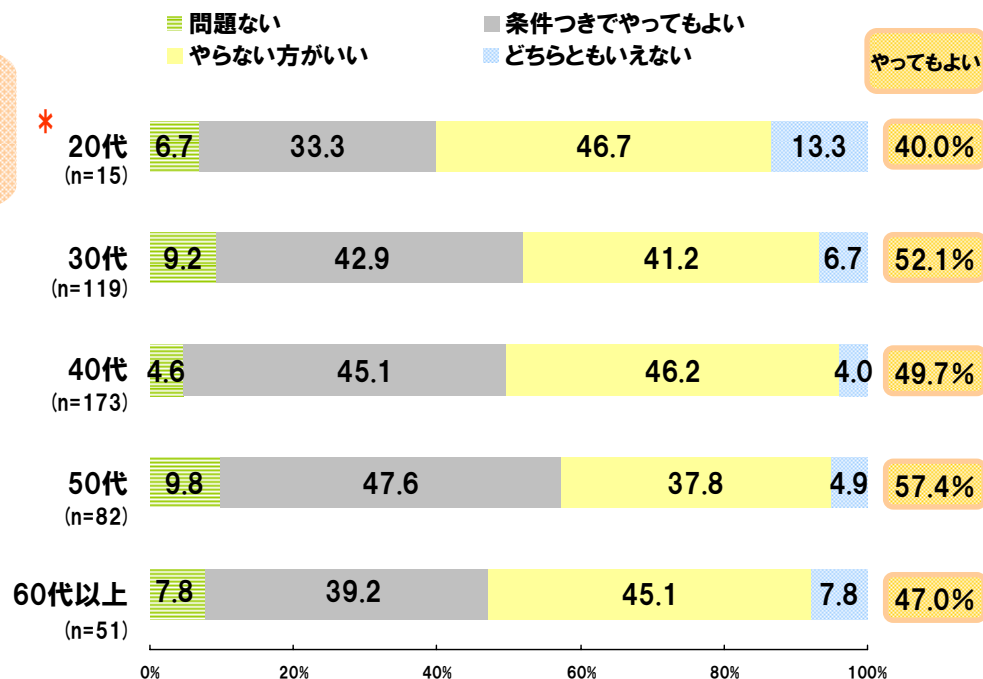
Q. 震災後に、被災地への配慮や節電対策などで、さまざまな「自粛」がありました。現時点(2011年4月)で、あなたは
どう判断しますか？ (1) プロスポーツのナイター開催について (SA)

(n=440)



年代別

Q. 震災後に、被災地への配慮や節電対策などで、さまざまな「自粛」がありました。現時点(2011年4月)で、あなたは
どう判断しますか？ (1) プロスポーツのナイター開催について (SA)



*参考値

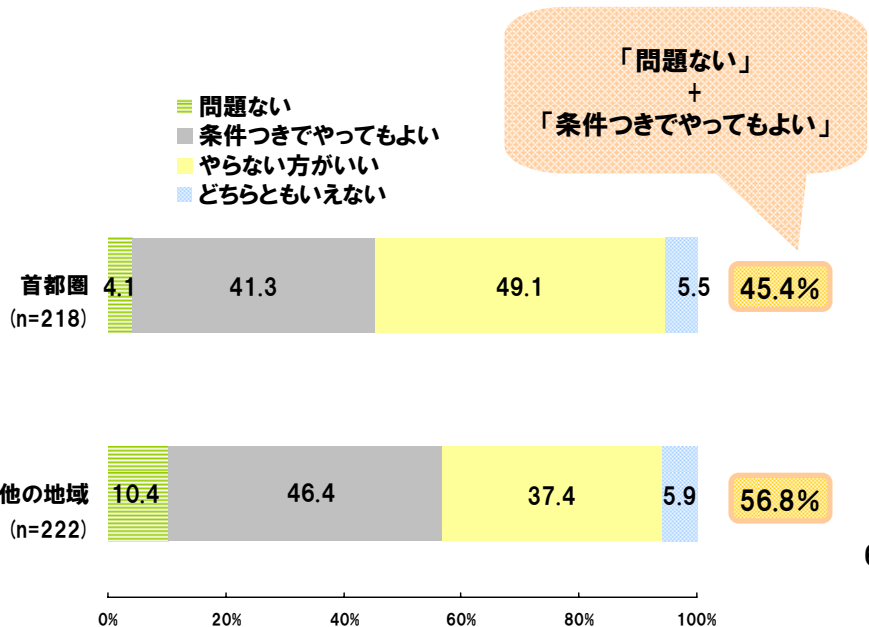
首都圏では、プロスポーツのナイター開催は「問題ない」4.1%、「条件つきでやってよい」41.3%と、やや少なめ。

■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、プロスポーツのナイター開催については、首都圏では「問題ない」が4.1%、「条件つきでやってもよい」41.3%、あわせて45.4%と過半数を下回った。その他の地域では56.8%と10ポイント以上高くなった。

■首都圏の年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、30代～50代で4割台～5割と高い。

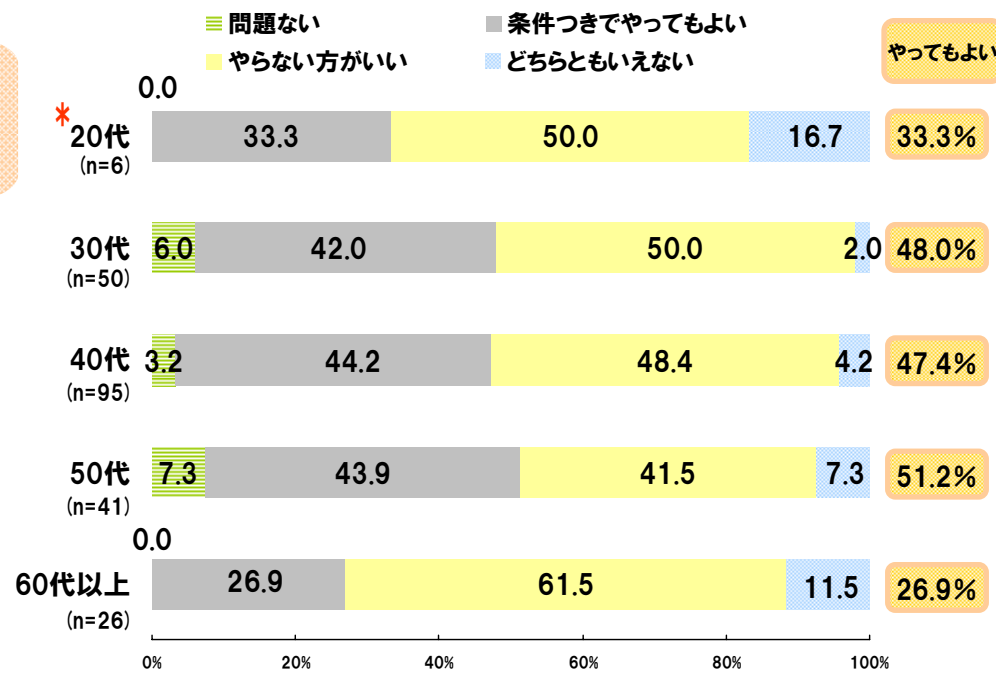
首都圏

Q. 震災後に、被災地への配慮や節電対策などで、さまざまな「自粛」がありました。現時点(2011年4月)で、あなたは
どう判断しますか？ (1) プロスポーツのナイター開催について (SA)



首都圏年代別

Q. 震災後に、被災地への配慮や節電対策などで、さまざまな「自粛」がありました。現時点(2011年4月)で、あなたは
どう判断しますか？ (1) プロスポーツのナイター開催について (SA)



*参考値

デパートやショッピングセンターの夜間営業は「問題ない」11.4%、「条件つきでやってよい」51.9%。

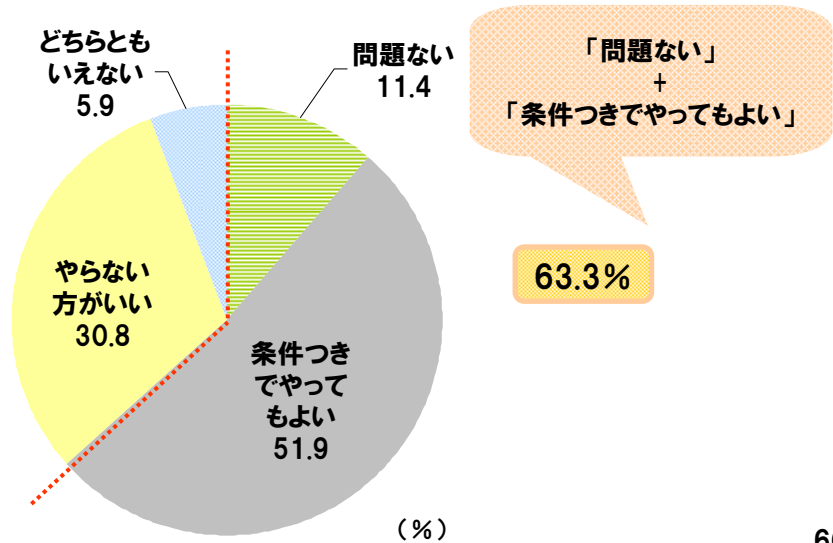
■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、デパートやショッピングセンターの夜間営業については、「問題ない」が11.4%、「条件つきでやってよい」51.9%、あわせて63.3%となった。

■年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、40代では57.8%とやや少ないものの、他の年代では6割台と高い。

全体

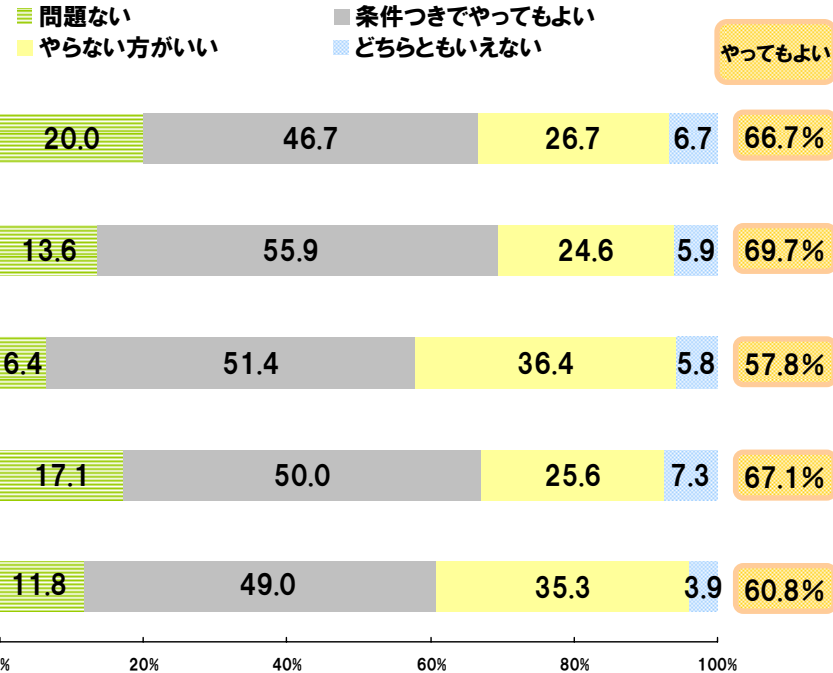
Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどのように判断しますか？
(2) デパートやショッピングセンターの夜間営業 (SA)

(n=439)



年代別

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどのように判断しますか？
(2) デパートやショッピングセンターの夜間営業 (SA)



*参考値

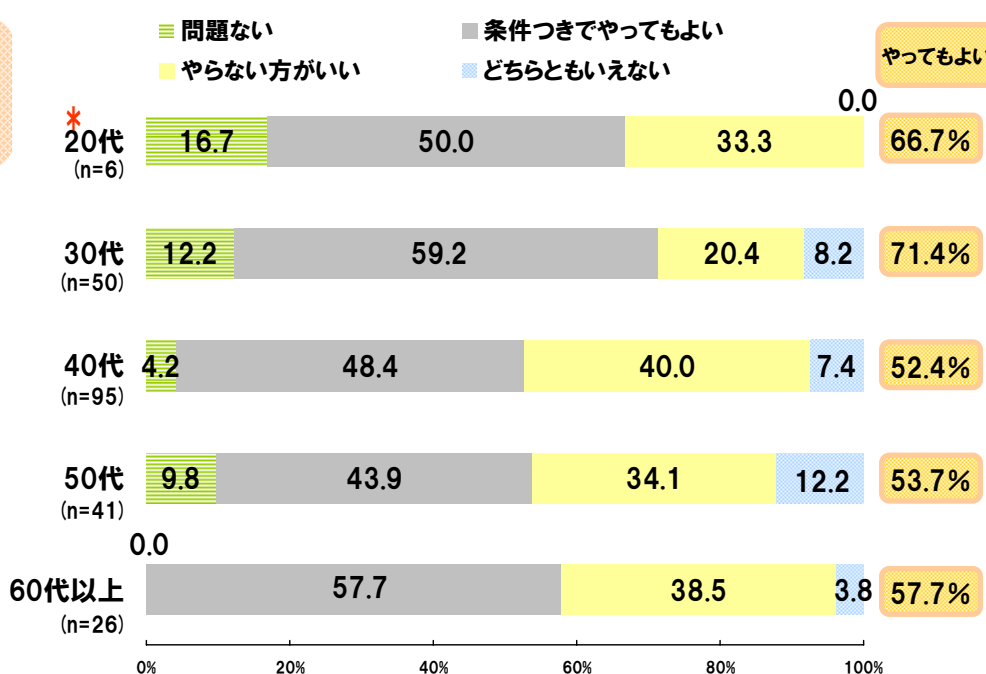
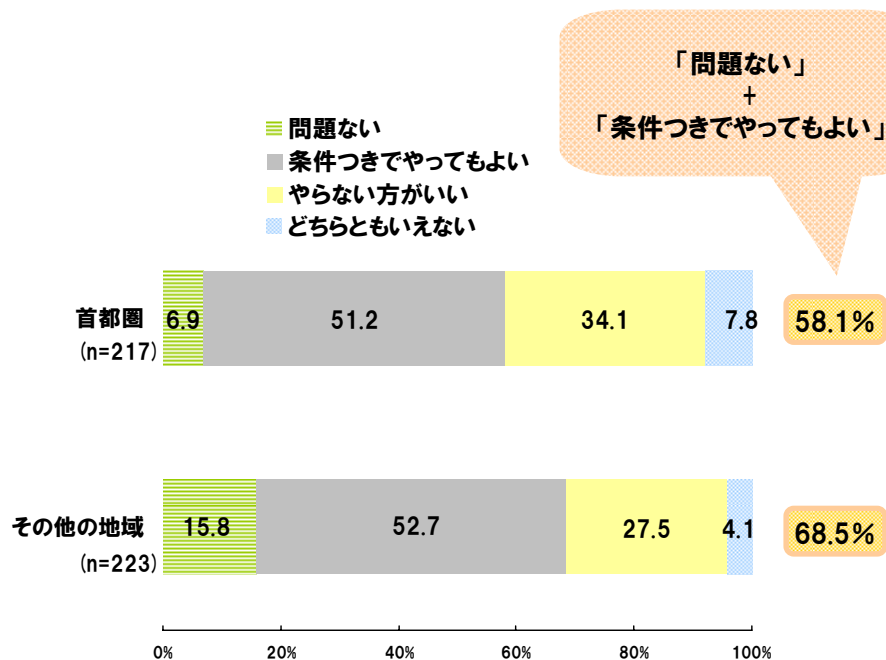
首都圏では、デパートやショッピングセンターの夜間営業は「問題ない」6.9%、「条件つきでやってよい」51.2%。

■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、デパートやショッピングセンターの夜間営業については、首都圏では、「問題ない」が6.9%、「条件つきでやってよい」51.2%、あわせて58.1%となった。その他の地域では68.5%と10ポイント以上高い。

■首都圏の年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、30代では71.4%と高い。

首都圏 Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(2) デパートやショッピングセンターの夜間営業 (SA)

首都圏年代別 Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(2) デパートやショッピングセンターの夜間営業 (SA)



*参考値

2. “自肅”の判断について ③-1 あなたはどう考えるか？ (3) 神社やお寺のお祭り

神社やお寺のあつまりは「問題ない」55.5%、「条件つきでやってよい」33.8%。

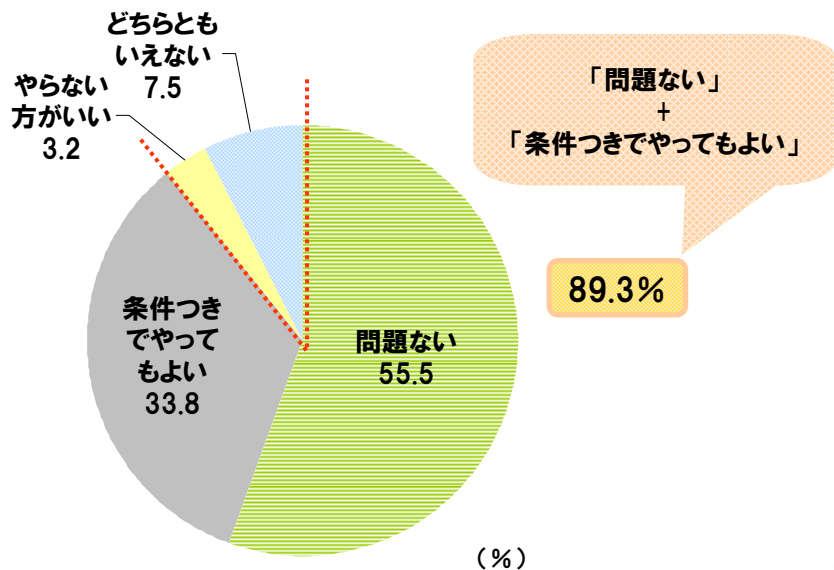
■震災後の“自肅”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、神社やお寺のお祭りについては、「問題ない」が55.5%、「条件つきでやってよい」33.8%、あわせて89.3%となった。

■年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、8割台～9割台と高い。

全体

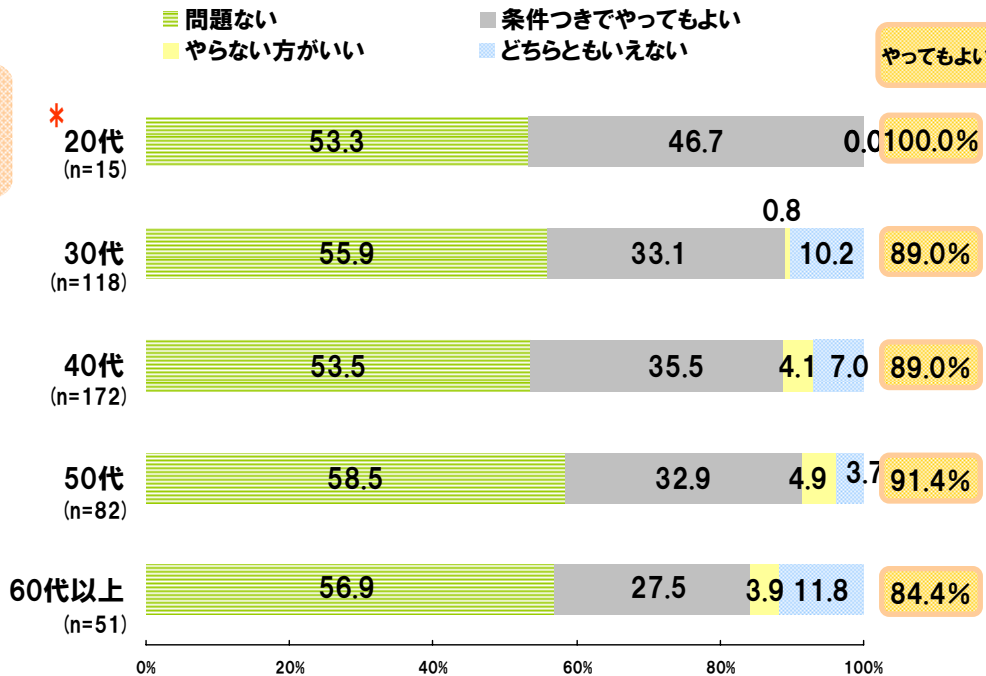
Q. 震災後のさまざまな「自肅」に関して、現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？ (3) 神社やお寺のお祭り (SA)

(n=438)



年代別

Q. 震災後のさまざまな「自肅」に関して、現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？ (3) 神社やお寺のお祭り (SA)



*参考値

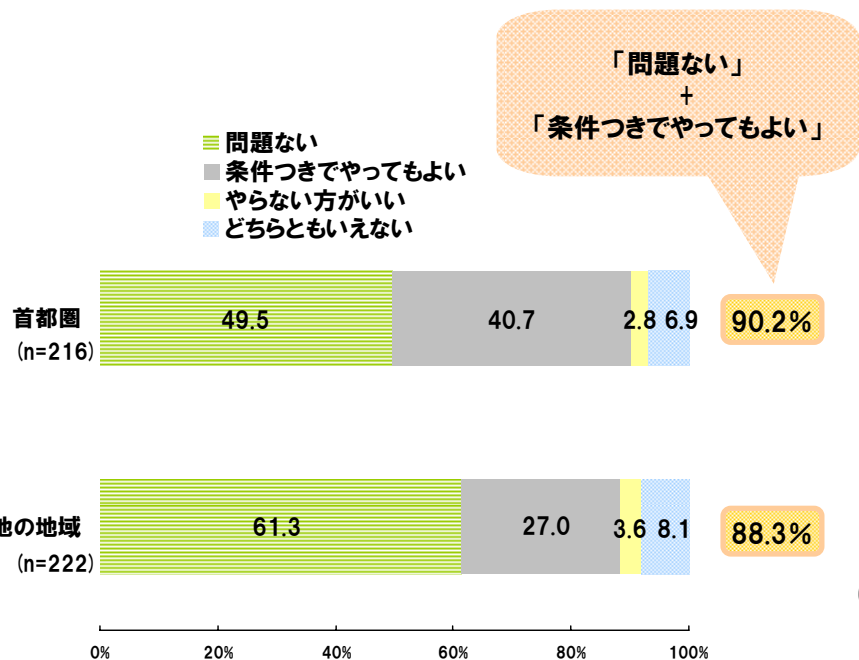
首都圏では、神社やお寺のあつまりは「問題ない」49.5%、「条件つきでやってよい」40.7%。

■震災後の“自肅”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、神社やお寺のお祭りについては、首都圏では「問題ない」が49.5%、「条件つきでやってよい」40.7%、あわせて90.2%となった。

■年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、60代以上を除いて9割以上と高い。

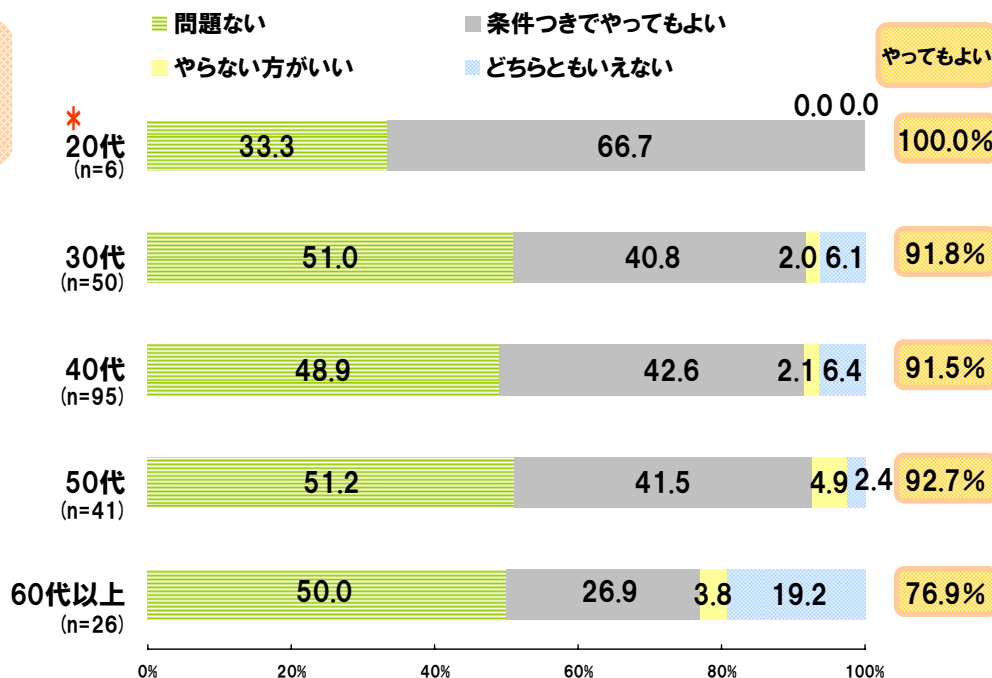
首都圏

Q. 震災後のさまざまな「自肅」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどうか判断しますか？
(3) 神社やお寺のお祭り (SA)



首都圏
年代別

Q. 震災後のさまざまな「自肅」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどうか判断しますか？
(3) 神社やお寺のお祭り (SA)



*参考値

商店街や地域のお祭りは「問題ない」49.8%、「条件つきでやってよい」41.8%。

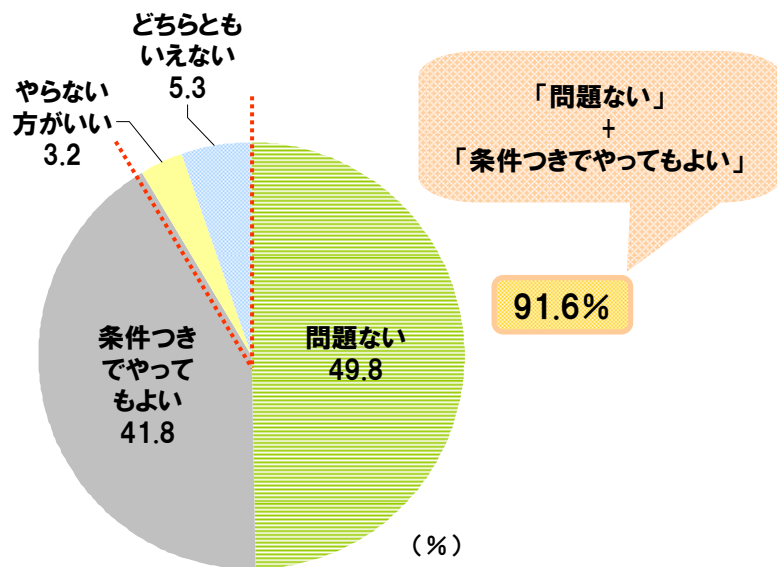
■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、商店街や地域のお祭りについては、「問題ない」が49.8%、「条件つきでやってもよい」41.8%、あわせて91.6%となった。

■年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、あわせて9割前後と高い。

全体

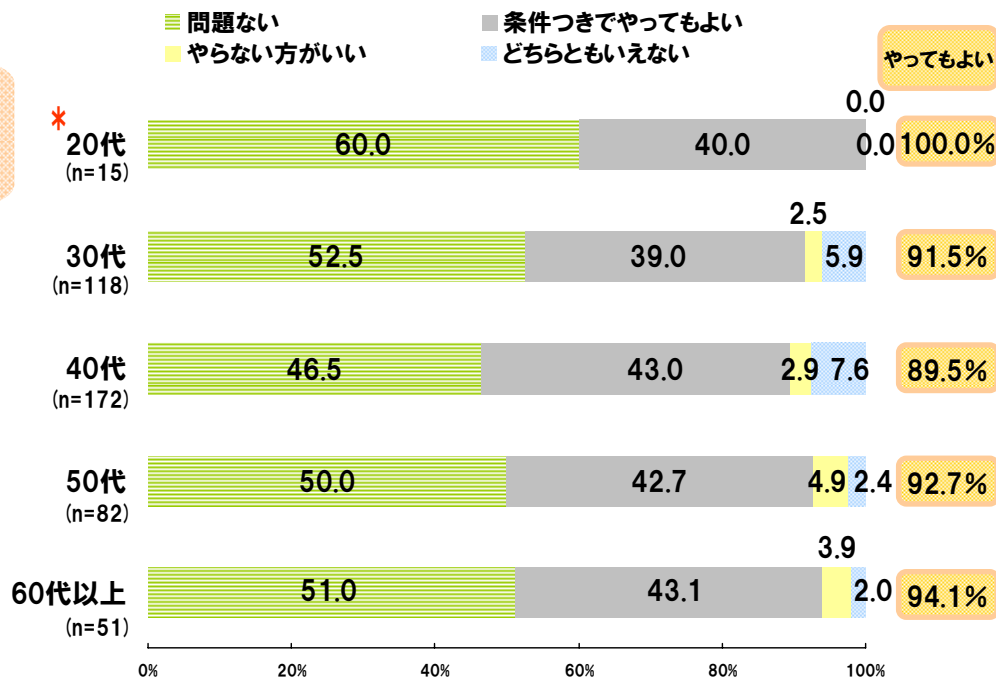
Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して、
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(4) 商店街や地域のお祭り (SA)

(n=438)



年代別

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して、
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(4) 商店街や地域のお祭り (SA)



*参考値

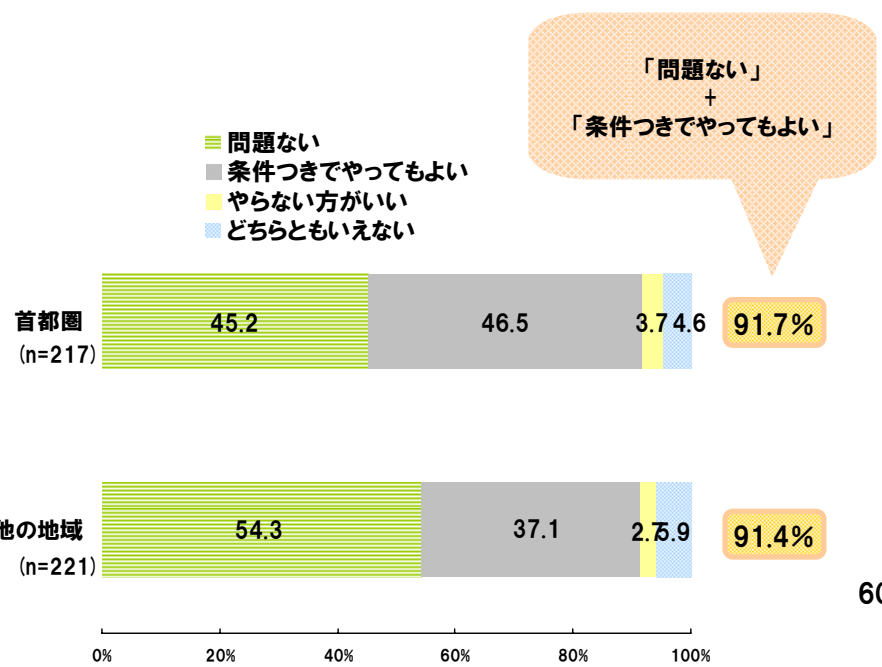
首都圏では、商店街や地域のお祭りは「問題ない」45.2%、「条件つきでやってよい」46.5%。

■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、商店街や地域のお祭りについては、首都圏では「問題ない」が45.2%、「条件つきでやってよい」46.5%、あわせて91.7%となった。

■首都圏の年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、あわせて9割前後と高い。

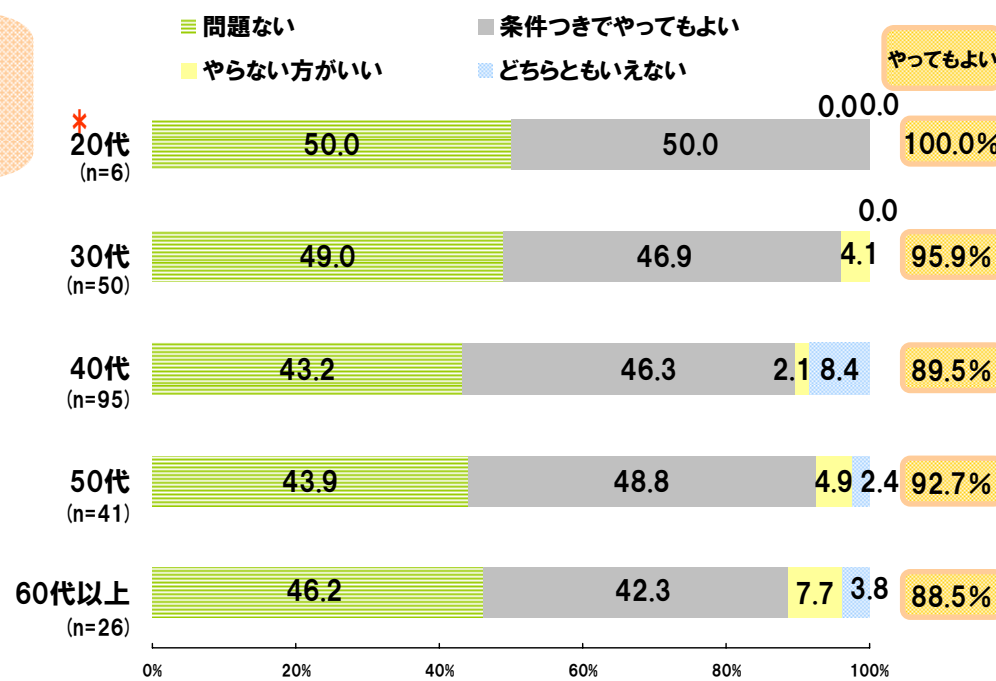
首都圏

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどう判断しますか？
(4) 商店街や地域のお祭り (SA)



首都圏年代別

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどう判断しますか？
(4) 商店街や地域のお祭り (SA)



*参考値

花火大会は「問題ない」37.3%、「条件つきでやってよい」39.6%。

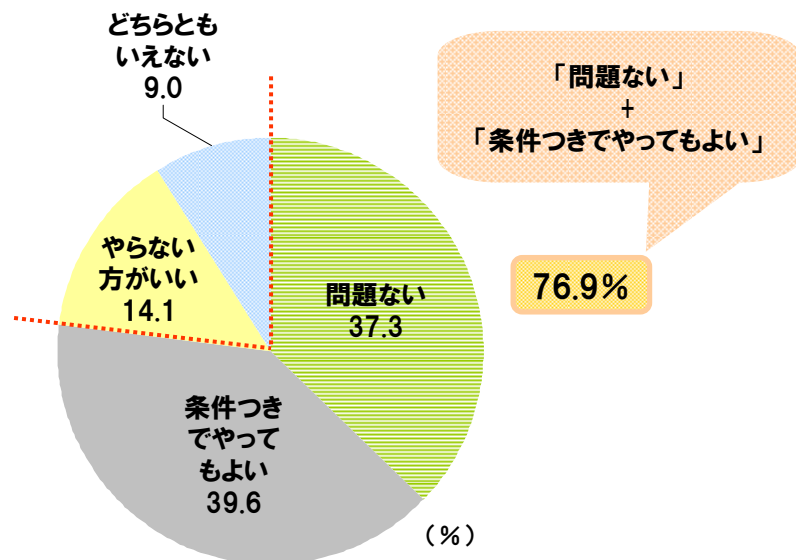
■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、花火大会については、「問題ない」が37.3%、「条件つきでやってよい」39.6%、あわせて76.9%となった。

■年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、あわせて7割台～8割台と高い。

全体

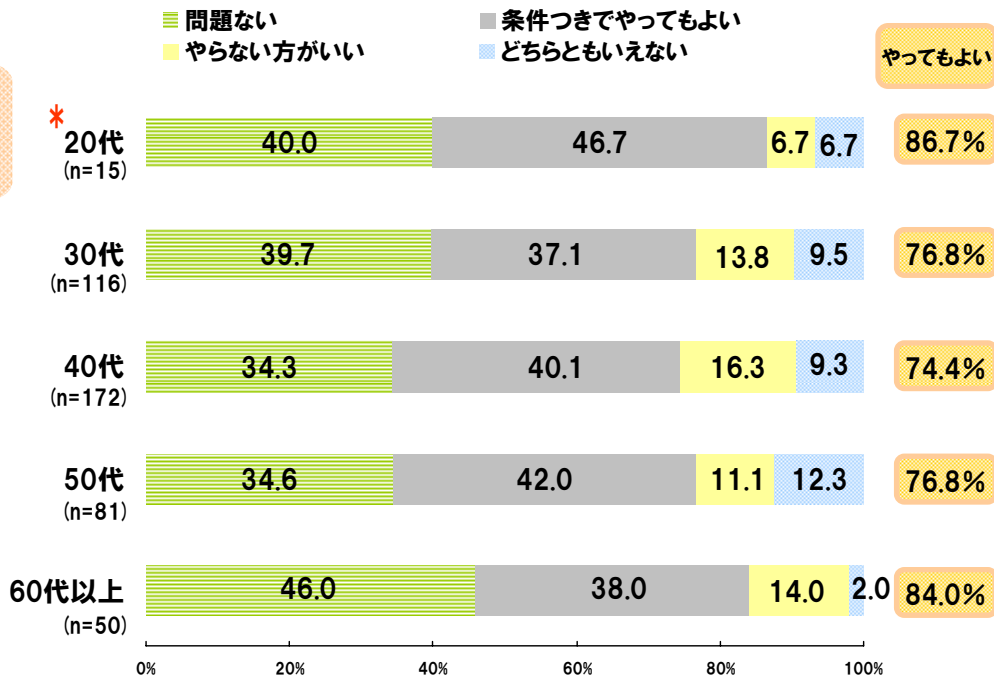
Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(5) 花火大会 (SA)

(n=434)



年代別

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(5) 花火大会 (SA)



*参考値

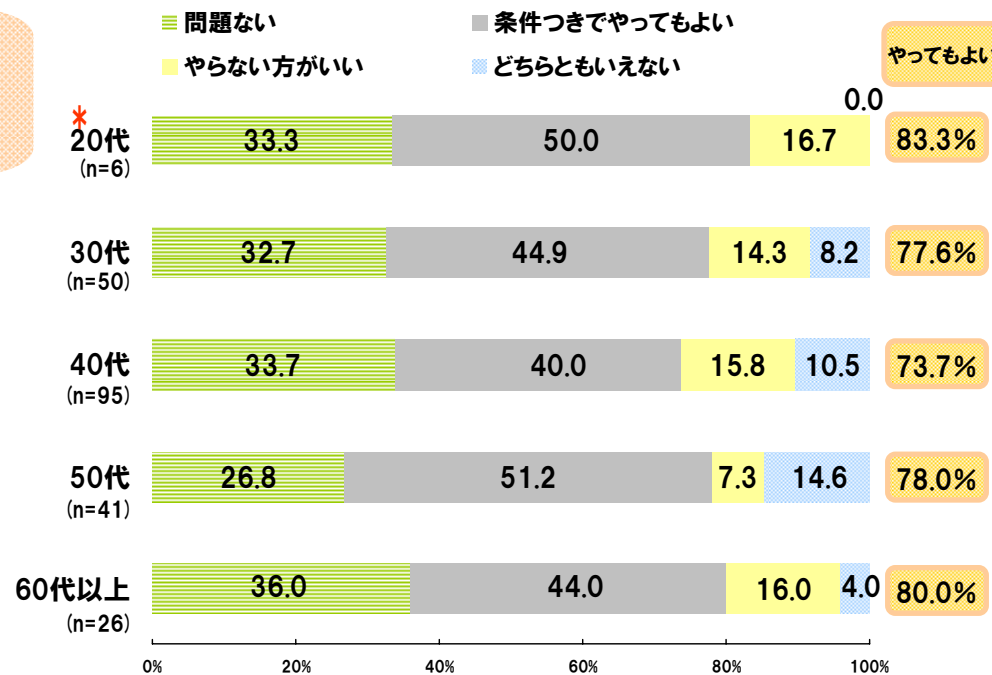
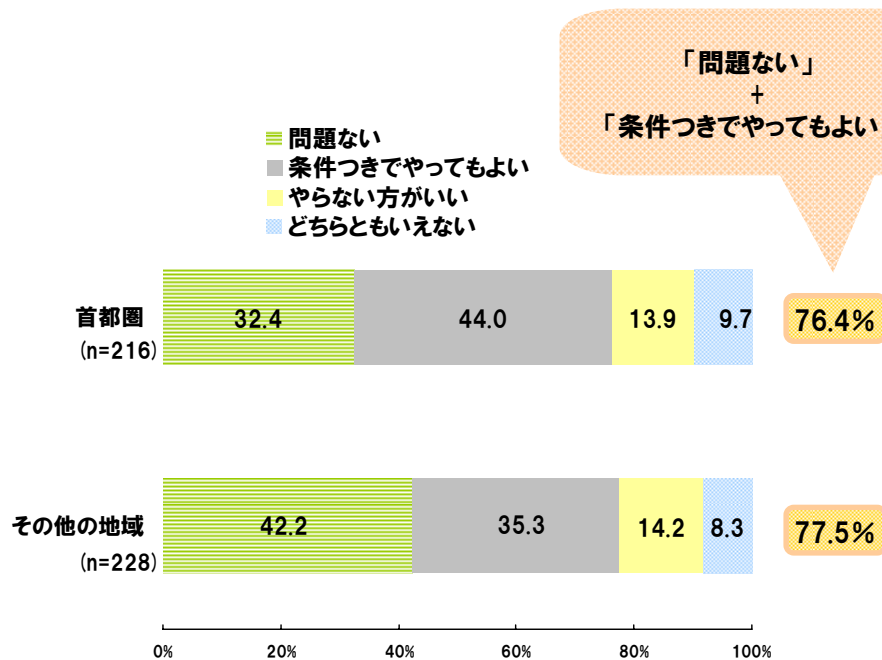
首都圏では、花火大会は「問題ない」32.4%、「条件つきでやってよい」44.0%。

■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、花火大会については、首都圏では「問題ない」が32.4%、「条件つきでやってよい」44.0%、あわせて76.4%となった。

■首都圏の年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、あわせて7割台～8割台と高い。

首都圏 Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(5) 花火大会 (SA)

首都圏年代別 Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(5) 花火大会 (SA)



*参考値

お稽古事の発表会は「問題ない」65.6%、「条件つきでやってよい」21.3%。

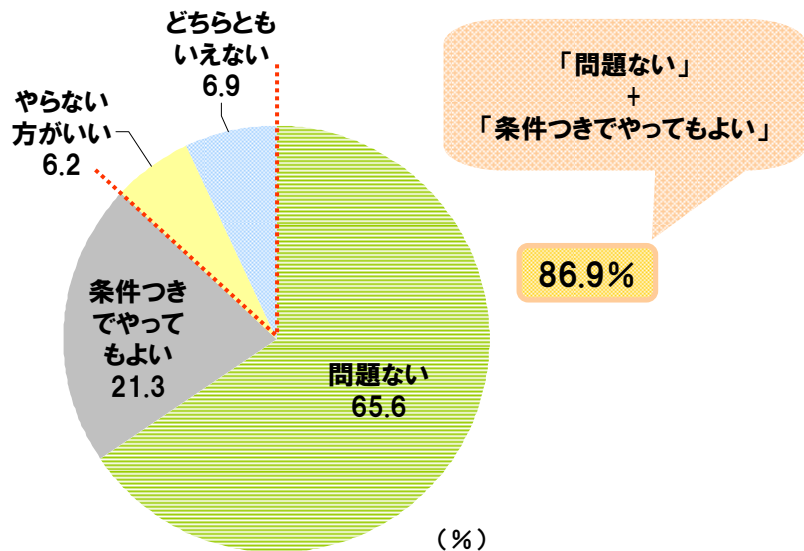
■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、お稽古事の発表会については、「問題ない」が65.6%、「条件つきでやってよい」21.3%、あわせて86.9%となった。

■年代別でみると、「問題ない」の割合は、どの年代においても5割以上と高いが、特に30代では76.3%と高くなった。

全体

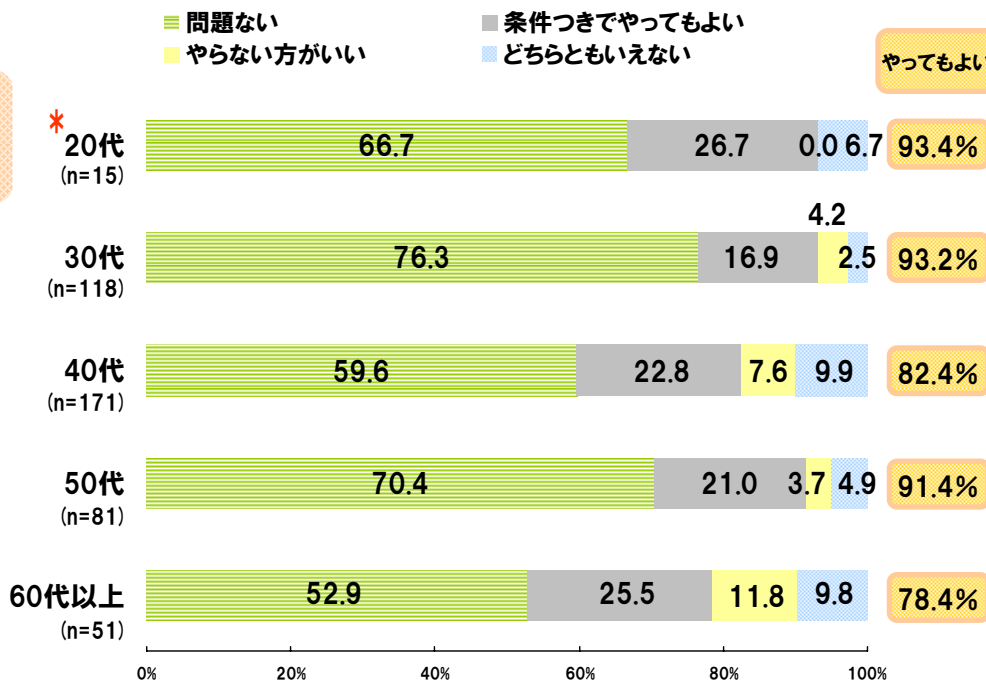
Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどう判断しますか？
(6) お稽古事の発表会 (SA)

(n=436)



年代別

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどう判断しますか？
(6) お稽古事の発表会 (SA)



*参考値

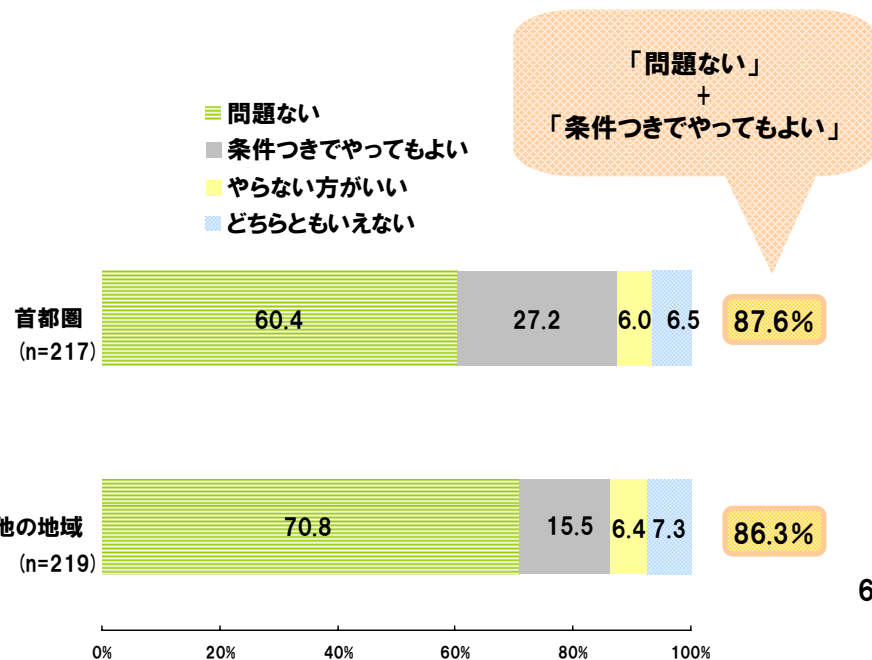
首都圏では、お稽古事の発表会は「問題ない」60.4%、「条件つきでやってよい」27.2%。

■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、お稽古事の発表会については、首都圏では「問題ない」が60.4%、「条件つきでやってよい」27.2%、あわせて87.6%となった。

■年代別でみると、「問題ない」の割合は、50代以下で5割以上と高い。

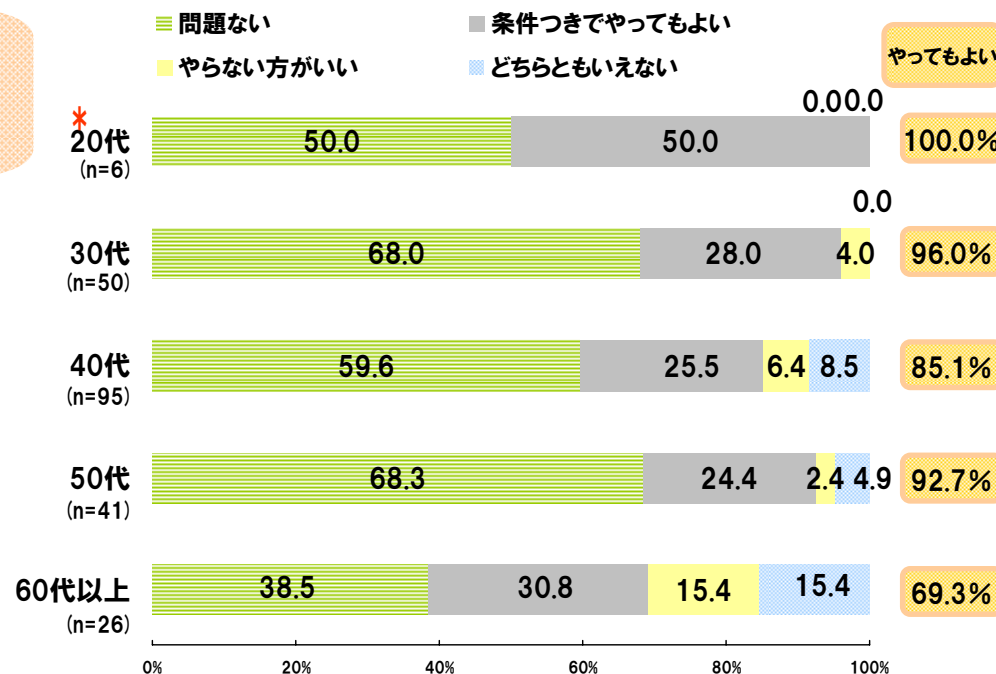
首都圏

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(6) お稽古事の発表会 (SA)



首都圏年代別

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(6) お稽古事の発表会 (SA)



*参考値

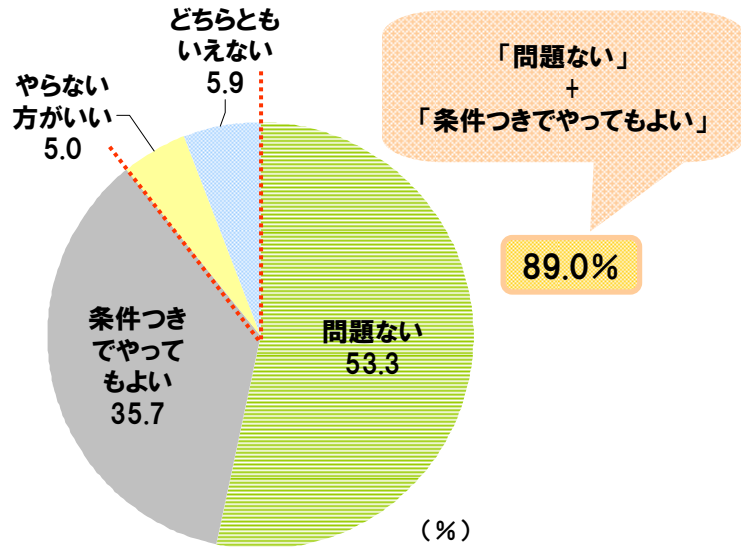
新商品・サービス・施設などのキャンペーンや広告は「問題ない」53.3%、「条件つきでやってよい」35.7%。

■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、新商品・サービス・施設などのキャンペーンや広告については、「問題ない」が53.3%、「条件つきでやってよい」35.7%、あわせて89.0%となった。

■年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、8割台～9割台と高い。

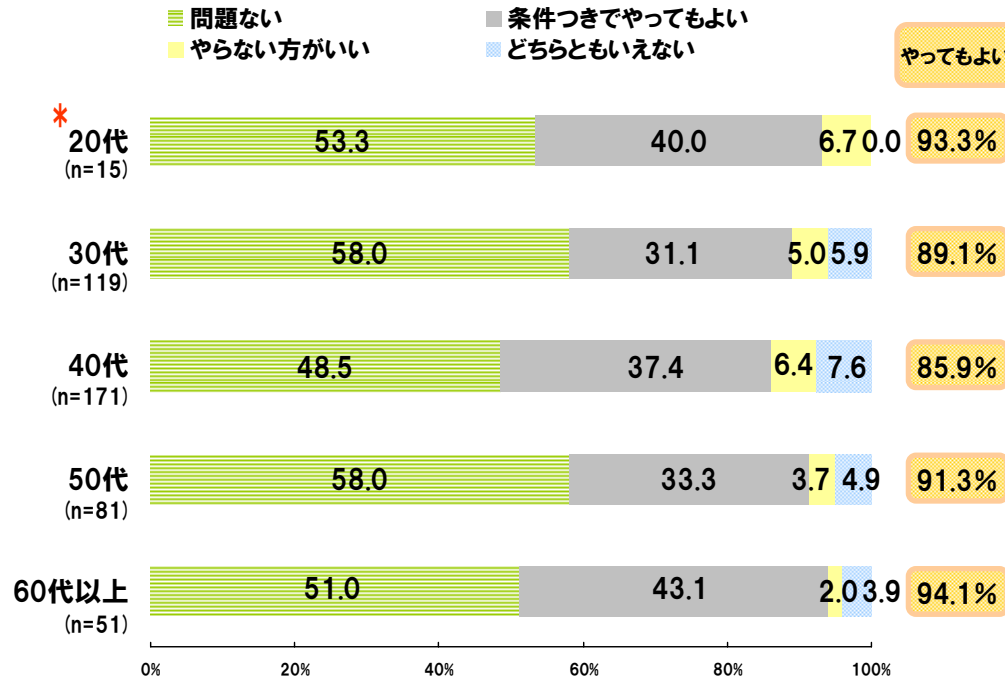
全体

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(7) 新商品・サービス・施設などのキャンペーンや広告 (SA)
(n=437)



年代別

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(7) 新商品・サービス・施設などのキャンペーンや広告 (SA)



*参考値

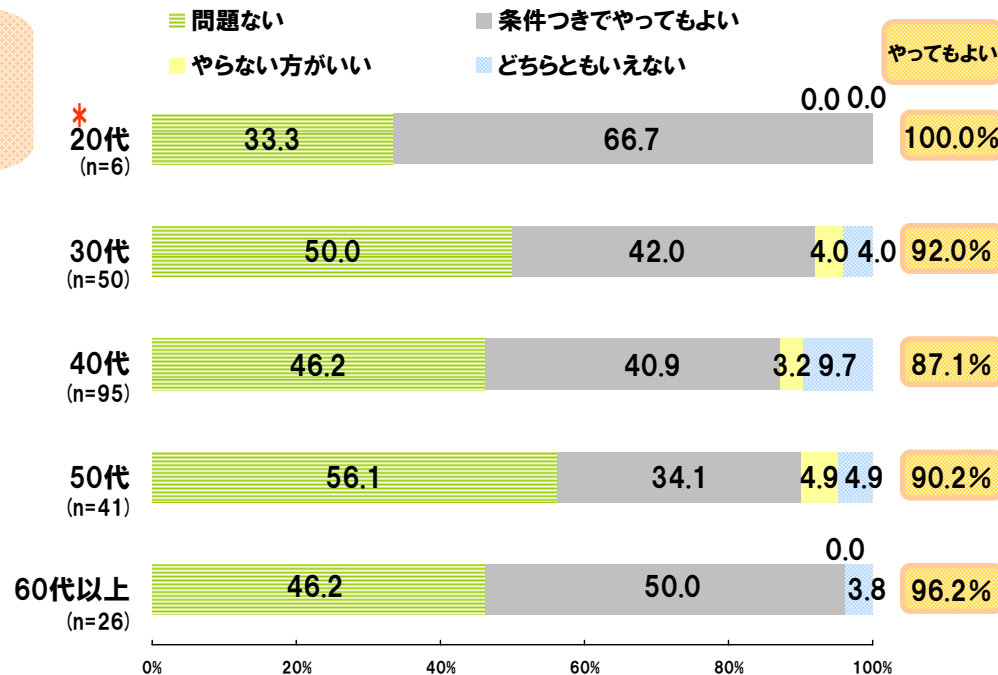
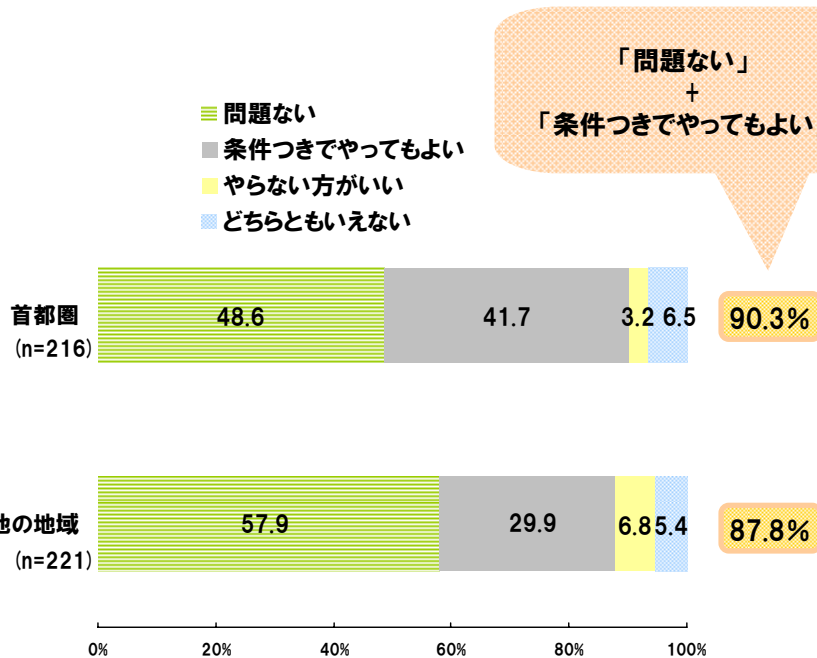
首都圏では、新商品・サービス・施設などのキャンペーンや広告は「問題ない」48.6%、「条件つきでやってよい」41.7%。

■震災後の“自肅”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、新商品・サービス・施設などのキャンペーンや広告については、首都圏では「問題ない」が48.6%、「条件つきでやってよい」41.7%、あわせて90.3%となった。

■首都圏の年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、8割台～9割台と高い。

首都圏 Q. 震災後のさまざまな「自肅」に関して。
 現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
 (7) 新商品・サービス・施設などのキャンペーンや広告 (SA)

首都圏年代別 Q. 震災後のさまざまな「自肅」に関して。
 現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
 (7) 新商品・サービス・施設などのキャンペーンや広告 (SA)



*参考値

2. “自肅”の判断について ⑧-1 あなたはどう考えるか？ (8) 個人や団体のお祝い事のパーティー

個人や団体のお祝い事のパーティーは「問題ない」49.9%、「条件つきでやってよい」35.3%。

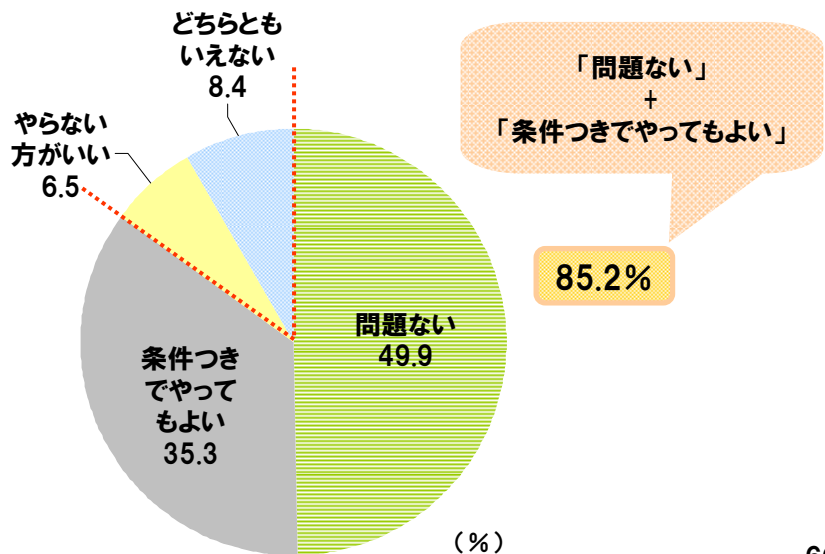
■震災後の“自肅”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、個人や団体のお祝い事のパーティーについては、「問題ない」が49.9%、「条件つきでやってよい」35.3%、あわせて85.2%となった。

■年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、8割台～9割台と高い。

全体

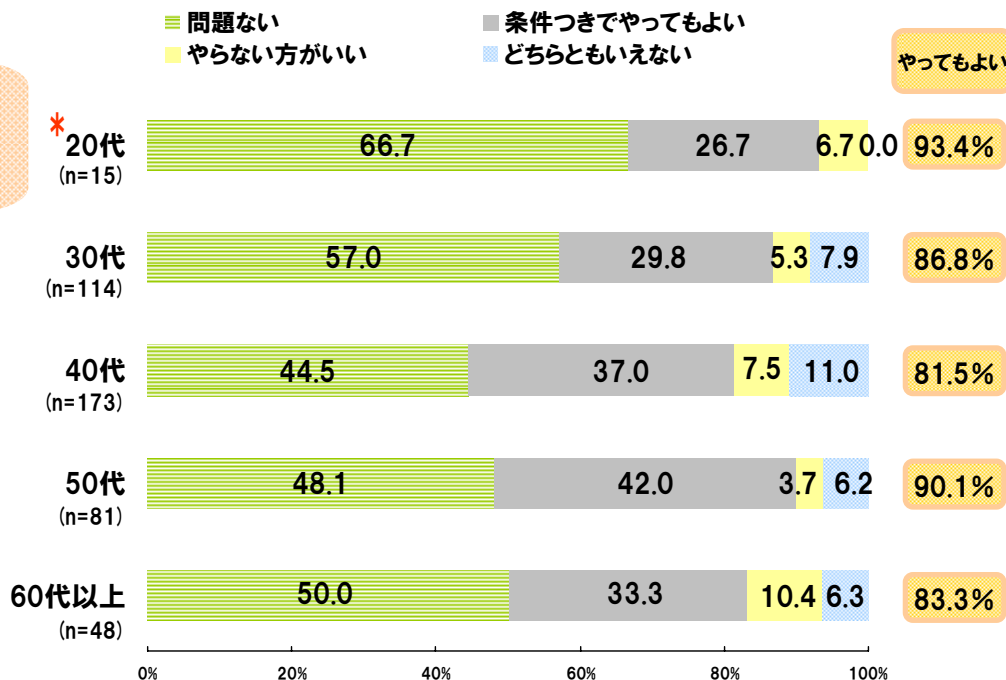
Q. 震災後のさまざまな「自肅」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(8) 個人や団体のお祝い事のパーティー (SA)

(n=431)



年代別

Q. 震災後のさまざまな「自肅」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(8) 個人や団体のお祝い事のパーティー (SA)



*参考値

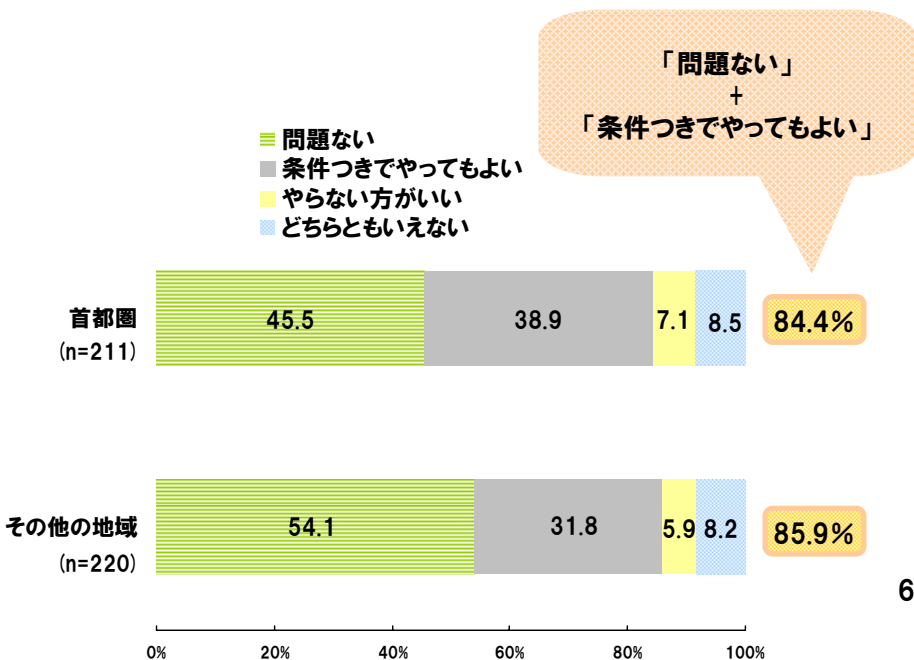
首都圏では、個人や団体のお祝い事のパーティーは「問題ない」45.5%、「条件つきでやってよい」38.9%。

■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、個人や団体のお祝い事のパーティーについては、首都圏では「問題ない」が45.5%、「条件つきでやってよい」38.9%、あわせて84.4%となった。

■首都圏の年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、8割台～9割台と高い。

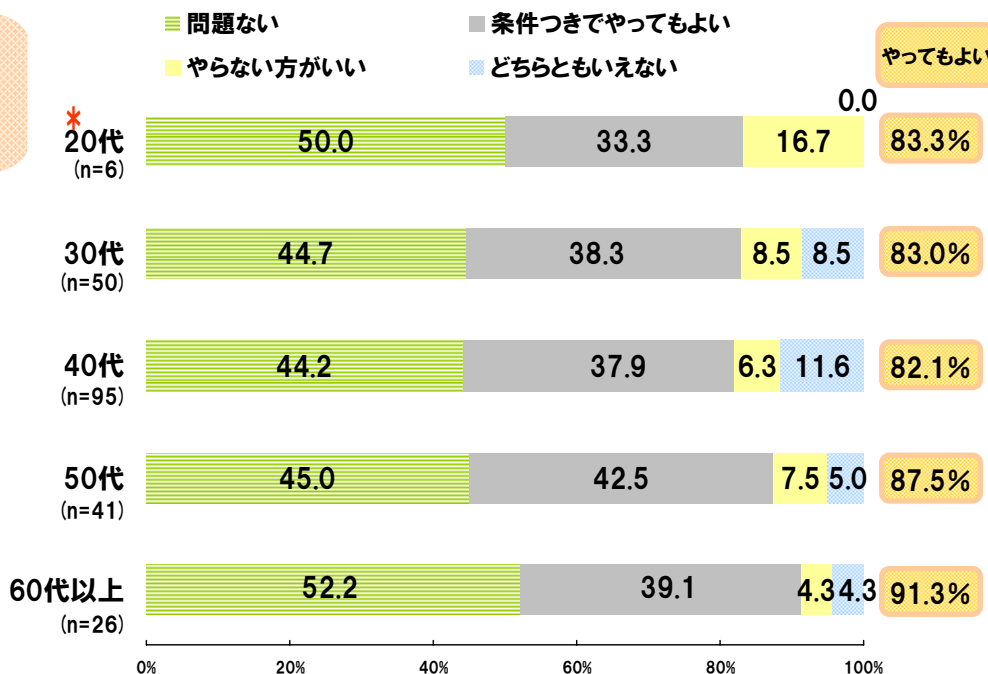
首都圏

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して、
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(8) 個人や団体のお祝い事のパーティー (SA)



首都圏
年代別

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して、
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(8) 個人や団体のお祝い事のパーティー (SA)



*参考値

2. “自粛”の判断について ⑨-1 あなたはどう考えるか？ (9) 個人の国内旅行やレジャー

個人の国内旅行やレジャーは「問題ない」80.0%、「条件つきでやってよい」12.9%。

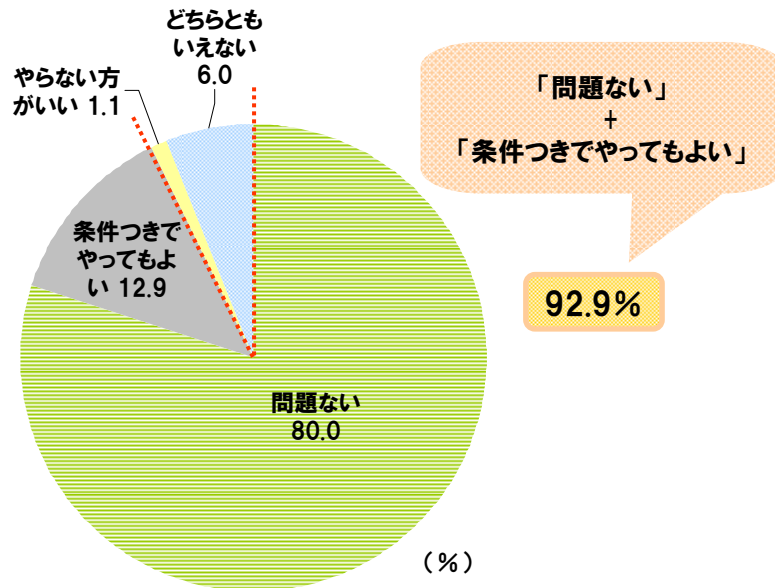
■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、個人の国内旅行やレジャーについては、「問題ない」が80.0%、「条件つきでやってもよい」12.9%、あわせて92.9%となった。

■年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、9割以上と高い。

全体

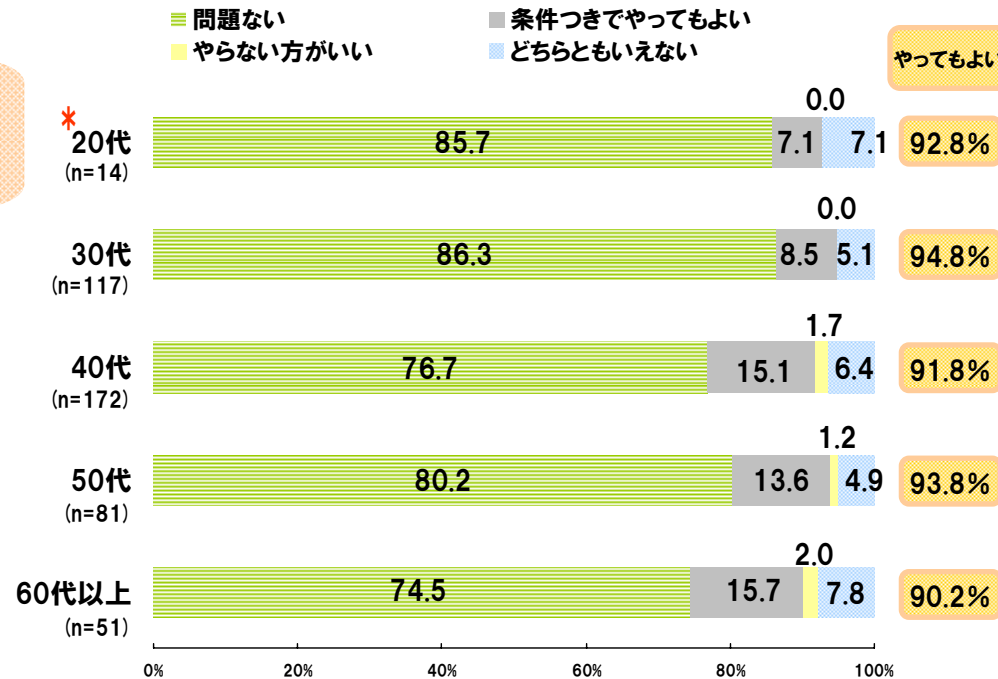
Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(9) 個人の国内旅行やレジャー (SA)

(n=435)



年代別

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(9) 個人の国内旅行やレジャー (SA)



*参考値

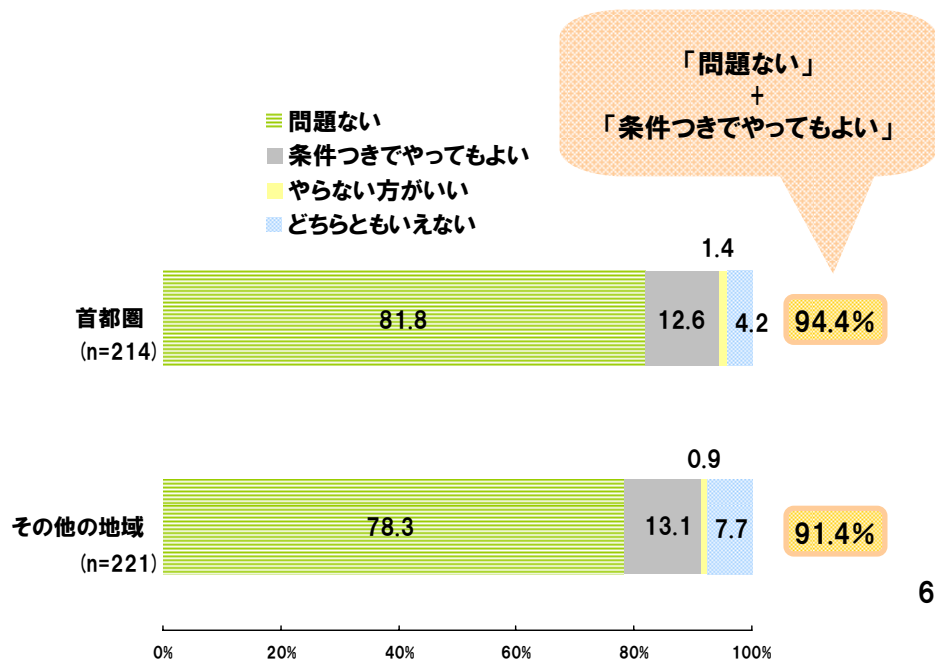
首都圏では、個人の国内旅行やレジャーは「問題ない」81.8%、「条件つきでやってよい」12.6%。

■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、個人の国内旅行やレジャーについては、首都圏では「問題ない」が81.8%、「条件つきでやってよい」12.6%、あわせて94.4%となった。

■首都圏の年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、8割台～9割以上と高い。

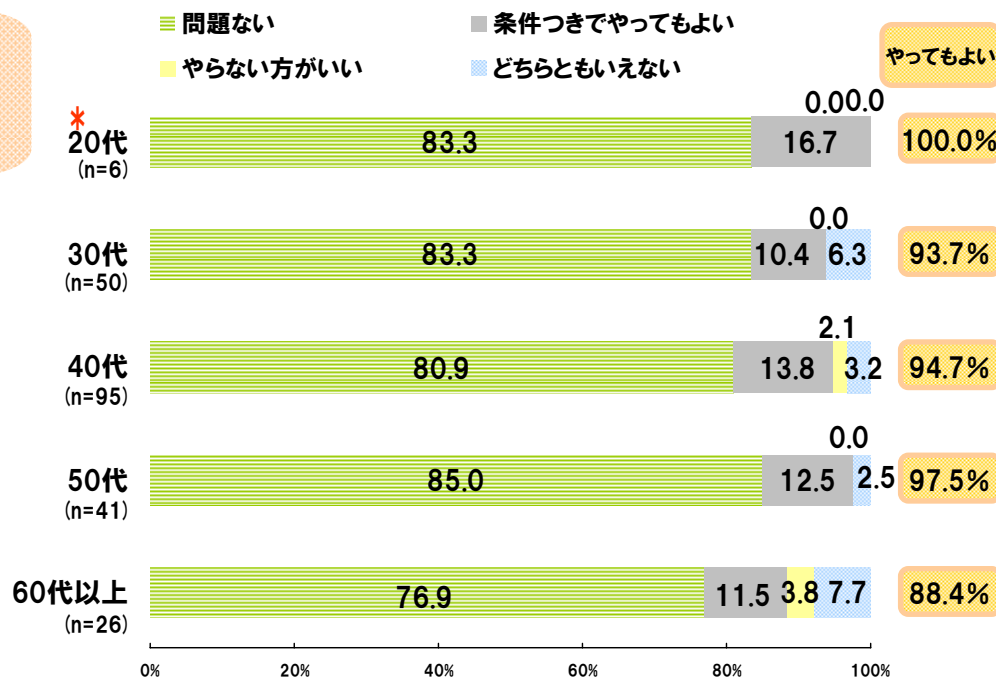
首都圏

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して、
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(9) 個人の国内旅行やレジャー (SA)



首都圏年代別

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して、
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(9) 個人の国内旅行やレジャー (SA)



*参考値

2. “自粛”の判断について ⑩-1 あなたはどう考えるか？ (10) 個人の海外旅行

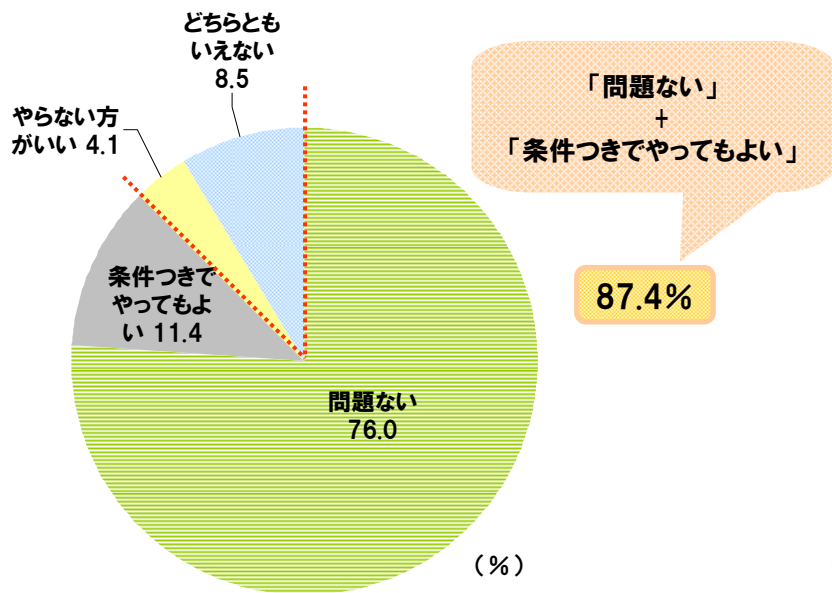
個人の海外旅行は「問題ない」76.0%、「条件つきでやってよい」11.4%。

■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、個人の海外旅行については、「問題ない」が76.0%、「条件つきでやってよい」11.4%、あわせて87.4%となった。

■年代別でみると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、30代・50代で9割以上と高い。また、年代が若いほど「問題ない」という人の割合が多い。

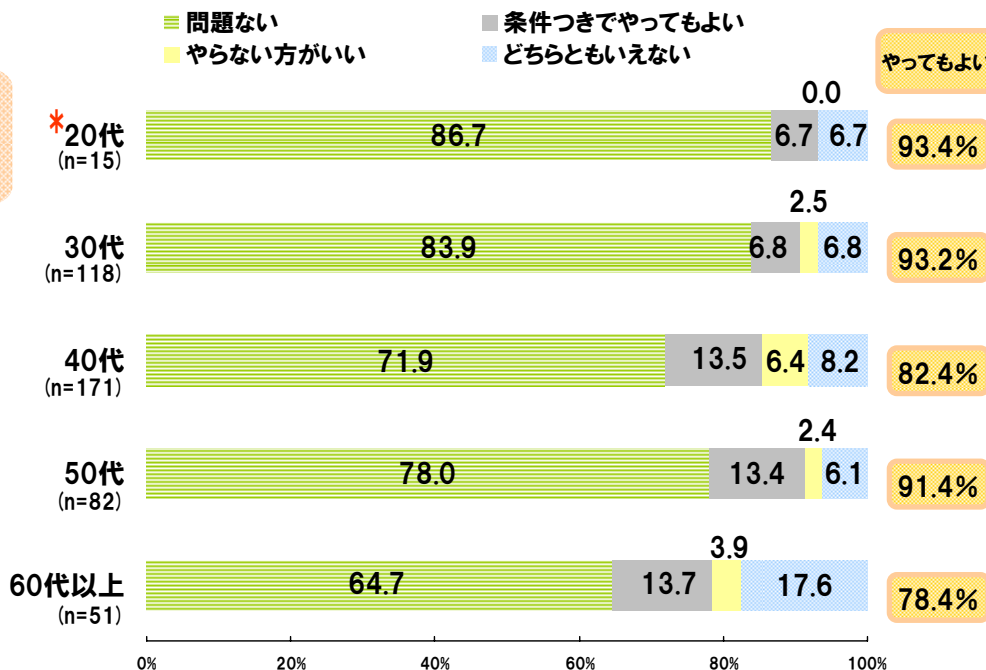
全体

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどのように判断しますか？
(10) 個人の海外旅行 (SA)
(n=437)



年代別

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどのように判断しますか？
(10) 個人の海外旅行 (SA)



*参考値

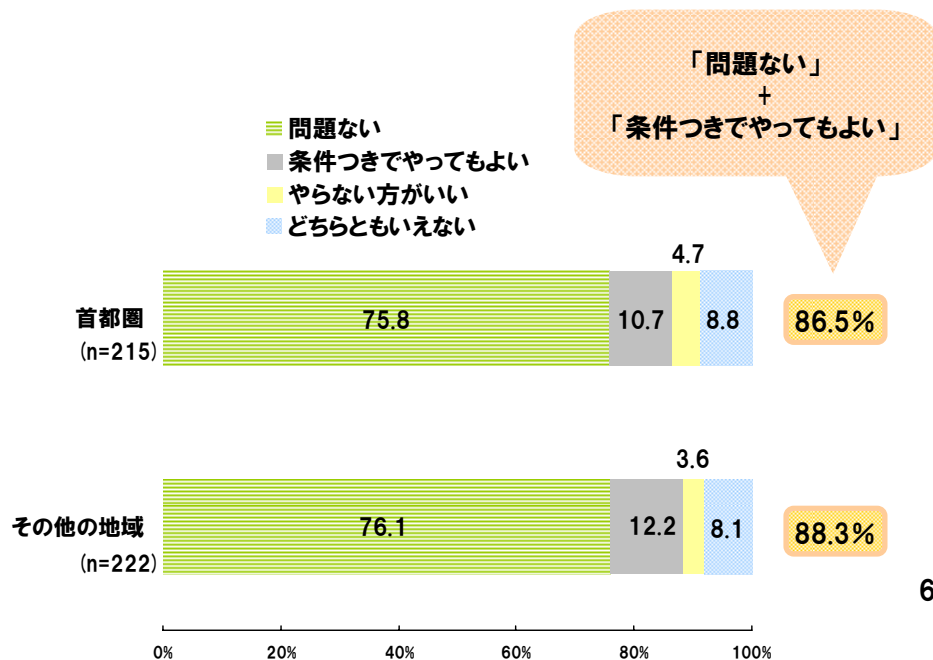
首都圏では、個人の海外旅行は「問題ない」75.8%、「条件つきでやってよい」10.7%。

■震災後の“自粛”に関して、2011年4月時点で、どう判断するかを聞いたところ、個人の海外旅行については、首都圏では「問題ない」が75.8%、「条件つきでやってよい」10.7%、あわせて86.5%となった。

■首都圏の年代別で見ると、「問題ない」「条件つきでやってよい」という人は、50代で9割以上と高い。また、年代が若いほど「問題ない」という人の割合が多い。

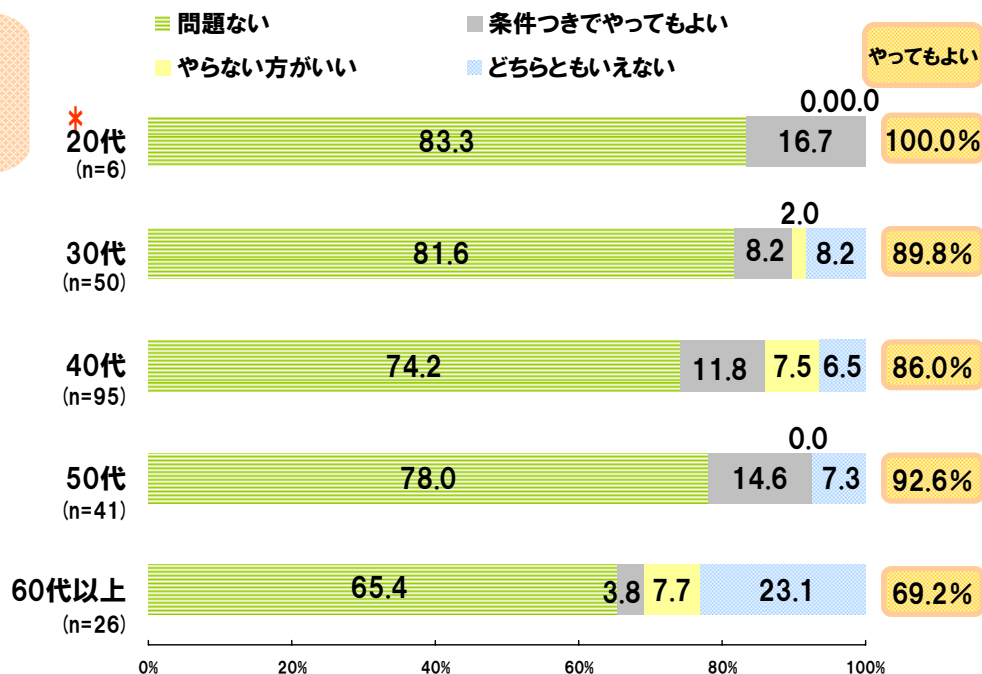
首都圏

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(10) 個人の海外旅行 (SA)



首都圏年代別

Q. 震災後のさまざまな「自粛」に関して。
現時点(2011年4月)で、あなたはどの判断しますか？
(10) 個人の海外旅行 (SA)



*参考値

2. “自粛”の判断について ⑪-1 自身の判断の基準（フリーアンサーから抜粋）

いろいろな活動に対して、「今はやらない方がいい」と思うことと、
「自粛の必要はない」と思うことのあなたなりの判断基準は？（フリーアンサーから抜粋）

【良識の範囲で】

- 一般的良識の範囲であれば必要以上に自粛する必要はないと思う。(56歳/専業主婦・神奈川県)
- 常識の範囲という、あいまいな尺度を基に。(62歳/専業主婦・東京都)
- 人が集中しすぎるのは良くないと思う。個人的な楽しみは良いと思う。(43歳/専業主婦・福井県)
- 被災者が縁故にいる方達が見て、不快と思われるような行事や祭りことは自粛方向が望ましいと思う。(45歳/パートアルバイト・神奈川県)

【寄付や売上の一部を義援金に】

- イベントをほとんど中止にしているが、そこまでする必要があるのかと思う。お祭りでの経済効果もあるので、売り上げの一部を義援金にしたらどうかと思う。(32歳/専業主婦・神奈川県)
- それぞれ個人が考えて、延期する事、延期できない事を決めるしかないと思う。少しでも心苦しいと思うなら寄付すれば良いと思う。ドナー登録のように、個人の意思を尊重するものだと思うから。(47歳/そのほか・東京都)
- 被災者に対して 義捐金など 自分に出来る事をやったら 後は他人の気持ちを逆なでするような事をしなければ 普段通りの生活をすればよいのではないのでしょうか。(63歳/フルタイム・神奈川県)

【気分を、経済を盛り上げる】

- ただのお祭り騒ぎはどうかと思いますが、伝統行事だったり地域に根差した行事は停滞した気分を上げるためにも実施しても良いと思います。(44歳/専業主婦・福島県)
- 気持ちの問題だと思うので、やりたいという気持ちがある人は、何でもやった方がいいと思います。(45歳/フルタイム・東京都)
- 華美にならない程度であれば、すべて自粛をすると経済が回らなくなるし、気持ちも重くなってしまう。(42歳/専業主婦・千葉県)
- 自粛ばかりでは、地域が盛り上がりず暗いムードが続いてしまう。周りが元気になり、勇気付けてくれる活動であればお金をかけず、みんなで協力して出来ればよい。(58歳/専業主婦・宮城県)
- 自粛することによる効果は何でしょうか。良く分かりませんが、多分、精神的なものでしょう。それより、普通の生活をして消費拡大を心掛けた方がいいのでは…。(65歳/フルタイム・神奈川県)
- 自分のおかれた状況をキチンと認識した上で、やるべきことやらねばいけないことは肅々としなければいけない。人にはそれぞれ違った人生、生き方がある。楽しみに待っていたことなどはこんな時でもしたほうがよいと思う。出来る時にしておかないといけないことがあると思う。周りの人のことも柔軟に判断すべきだと思う。(60歳/専業主婦・神奈川県)
- 人の気持ちを逆なでするよなことはやらないほうがよい。経済を活性化させることは自粛しないほうがよい。(67歳/専業主婦・埼玉県)
- 被災者を喜ばし、元気を取り戻し、明日の希望に繋げる事ができれば大いに活動したい。(71歳/専業主婦・千葉県)
- 震災後すぐは、私自身もそんな気分になれずただただ被災者の方が心配でした。しかし、みんなが自粛をすることで国全体の経済に影響して、本当に被災者のかたのためになるだろうか考えると、もう自粛ばかりせず動ける地域がどんどん経済を回していくべきではないかと思う。その中で被災地をおいてきぼりにならないよう、バックアップしていく方がよいと思う。(30歳/専業主婦・兵庫県)
- 景気の落ち込みによる失業者の増加が心配ですので本当に華美なものをのぞいて特に自粛する必要はありません。(65歳/専業主婦・兵庫県)
- 個人レベルのことは規制する必要はないと思う。経済の縮小になる。公のことは配慮して行えばいいと思う。(28歳/フルタイム・大阪府)
- 個人レベルのことを自粛する必要はない。大掛かりになる団体・企業・社会的なものはそれだけ費用や電力など関係してくるので条件付での開催を検討する必要があると思うけど、それによる経済悪化や気持ちの変化を考えたら中止にするのは違うとおもう。もちろん中止にせざるを得ない地域は別で被害のない場所での話し。(33歳/フルタイム・北海道)

いろいろな活動に対して、「今はやらない方がいい」と思うことと、 「自粛の必要はない」と思うことのアナタなりの判断基準は？（フリーアンサーから抜粋）

【配慮しながら、行う】

- お祭りなど、来年もできることは、警備などに問題がある場合は慎重にしたい。入学式や卒業式は、当の本人にとっては一生に一度のことなので、自粛しない方がいいし、欠席せざるを得なかった人の分は一ヶ月後、二ヶ月後に改めてやってあげるくらいでいいと思った。（47歳/パートアルバイト・東京都）
- 多くの電力を必要とするものやすぐに実施する緊急性のないものは後からでもいいのでは？被災地以外の地域行事や個々の予定まで制限していても意味はないと思う。（35歳/専業主婦・大阪府）
- やらない方がいいことは、被災地の方に迷惑のかかること、電気を大量に使うこと。個人的な楽しみとかは、何かしら被災地の方への配慮があれば色々やってよいと思う。（31歳/パートアルバイト・千葉県）
- まだ震災があって1ヶ月なので、被災地の方達の復興がすすんで、亡くなった方達の供養などが終わり、被災者の方達が気持ちに余裕が出て来れば色々な事を初めても良いのかと思います。（53歳/専業主婦・東京都）
- 個人の判断で個人の行動についてはなにも自粛することはないと思う。ただ複数の人を巻き込む場合はみんなの了承を取るべきだし、今やっていいことが考えてからするべきだと思う。（35歳/専業主婦・埼玉県）
- 個人の人生を考えた時に過度の自粛は必要ないと思う。但し日本の現況を考えた上での最大限の協力は当たり前との前提においての行動は伴うべきだと思います。（41歳/専業主婦・兵庫県）
- ナイターの野球はやらなくてもいいのでは？特に東京では、新しいものは今まで通り購入しないと、販売している会社で働いている人たちの給料に影響すると思います。（44歳/パートアルバイト・千葉県）

【節電しながら、行う】

- 安全面に不安が残るもの、電力が不足するときにわざわざ電気を使うことをすることは控えるべきだと思うが、電力を使わない夜間にする、屋外で行うお祭りなどは積極的にやり、今こそ個々の連携を深めて日本全体がスクラムを組むべきだと思う。（28歳/専業主婦・福岡県）
- 気持ちの高揚は大切だと思うが矢張り先立つ電力ということがあるので、そこに影響がなければどんどんやるべき。（64歳/専業主婦・東京都）
- ひとつは電力の消費、各家庭が押さえている中必要以上に使うのは問題だと思う。あとは地震、人が集まれば危険も増える。（36歳/パートアルバイト・千葉県）
- 資源に対しては節約したほうがいいと思いますが、お金を使うことは自粛しなくてもいいのでは・・・。（53歳/専業主婦・東京都）
- 西日本は影響がないので、自粛は不要で、しっかり活気づけて、個人がしっかり働いて、経済をまわして東北を支えないといけないと思う。節電しないといけない地域で電気を使うレジャーやイベントは控えたほうがいいと思う。（38歳/フルタイム・兵庫県）
- 電力不足時の電力使用はなるべく控えた方がいいと思うが、それ以外は基本的に自粛する必要はないと思う。できる限り普段通りの社会生活を送ることが日本経済のためになると思う。被災地以外の方が元気でないと被災地の人を元気にすることはできないと思う。（36歳/パートアルバイト・埼玉県）
- 消費は拡大するよう心がけ、電力やガソリン等のエネルギーを無駄に使うことは避けるようにすればよいのではないかと思います。（41歳/パートアルバイト・栃木県）
- 人とのつながりを大切にすることは、OK。電力を大量に使うなど、贅沢に感じるものは、今はやらないほうがいい。（48歳/パートアルバイト・東京都）
- 節電しながらやれるんだったら自粛の必要はない。（65歳/専業主婦・千葉県）
- 節電に配慮して通常の行事は行ったらよい。（58歳/フルタイム・東京都）
- 卒業式、入学＆入社式等はするべき。コンサート、お祭りも地域の活性化、気分転換と経済活性化のためにしても良いと思う。酒盛りとかの馬鹿騒ぎはでも控えないといけないとおもう。（52歳/フルタイム・大阪府）
- 夜間に過剰なイルミネーション（電力）を伴うようなものは自粛した方がいいが、昼間はほぼ開催の方がよいと思う。これを機会に、24時間（つまり特に夜間）人間が移動・活動等をしていて当たり前の中を変えよう。（35歳/専業主婦・東京都）

ゴールデンウィークは「主に自宅近辺で過ごす予定」64.8%。

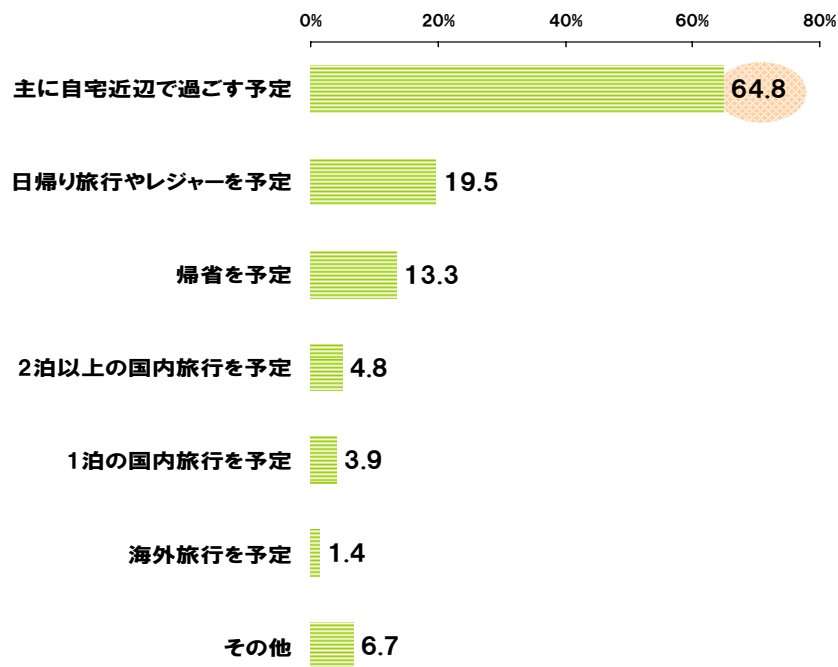
■2011年のゴールデンウィークをどのように過ごす予定かは、「主に自宅近辺で過ごす予定」が64.8%で最も多く、次いで「日帰り旅行やレジャーを予定」19.5%、「帰省を予定」13.3%。

■年代別でみると、「主に自宅近辺で過ごす」では、どの年代においても5割以上と多く、年代が高いほど多くなった。「日帰り旅行やレジャー」は20代～40代多く2割台。「帰省を予定」しているの20代・30代で約1/4ずつを占めた。

全体

Q. 今年のゴールデンウィークは、どのように過ごす予定ですか？
(いくつでも) (MA)

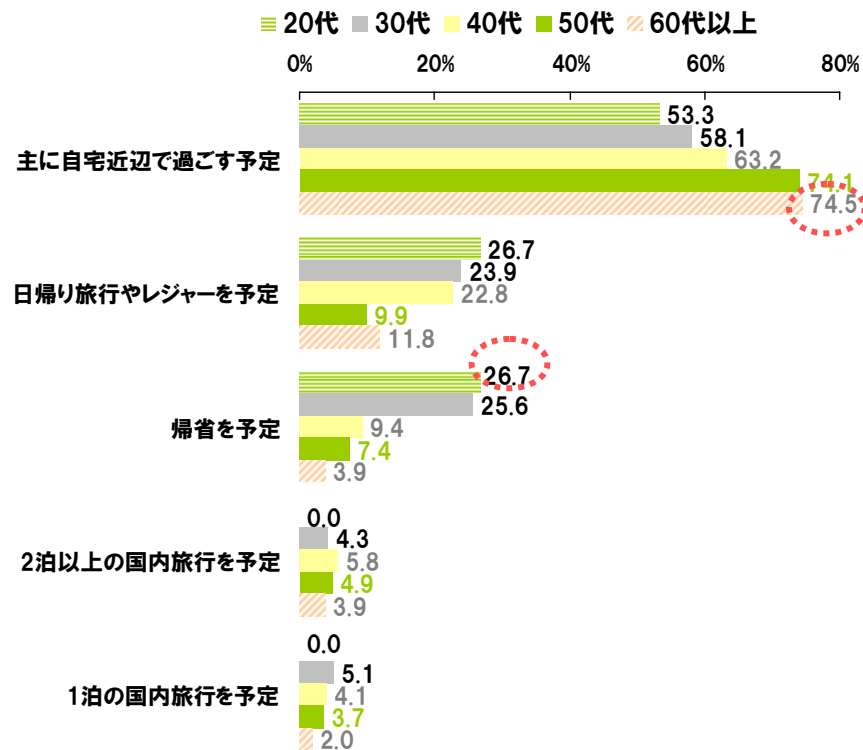
(n=435)



年代別

Q. 今年のゴールデンウィークは、どのように過ごす予定ですか？
(いくつでも) (MA)

※上位5位までをグラフ化



3. 今年のゴールデンウィーク ①-2 ゴールデンウィークの過ごし方（首都圏・年代別）

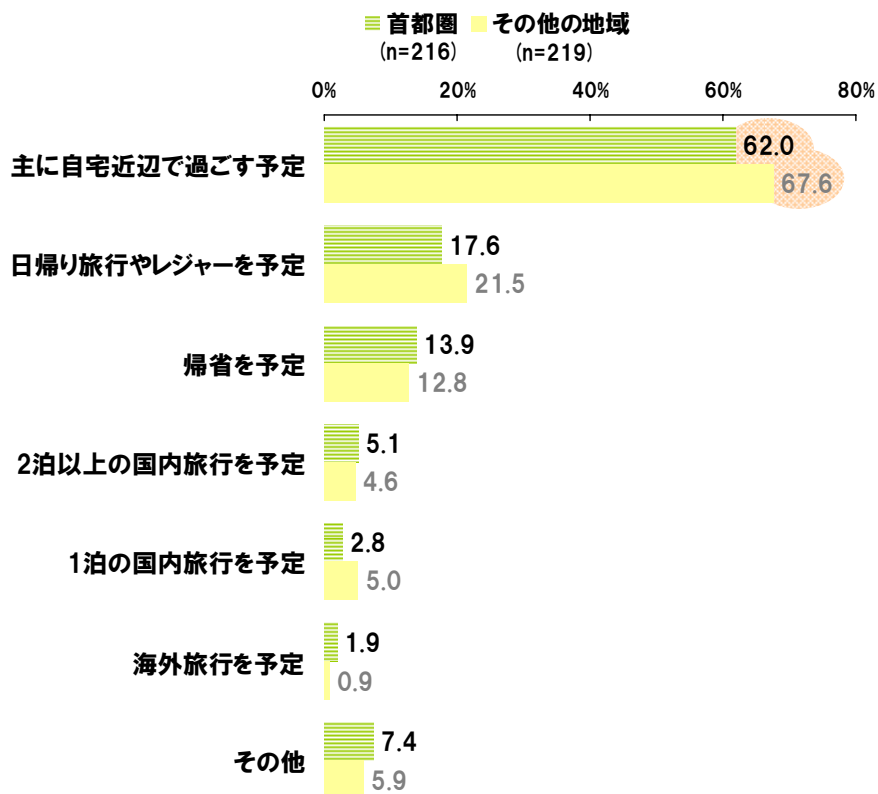
首都圏では、ゴールデンウィークは「主に自宅近辺で過ごす予定」62.8%。

■2011年のゴールデンウィークをどのように過ごす予定かは、首都圏では「主に自宅近辺で過ごす予定」が62.0%で最も多く、次いで「日帰り旅行やレジャーを予定」17.6%、「帰省を予定」13.9%。

■首都圏の年代別で見ると、「主に自宅近辺で過ごす」では、どの年代においても5割以上と多く、年代が高いほど多くなった。「日帰り旅行やレジャー」は30代・40代で2割台。「帰省を予定」しているの20代・30代が多い。

首都圏

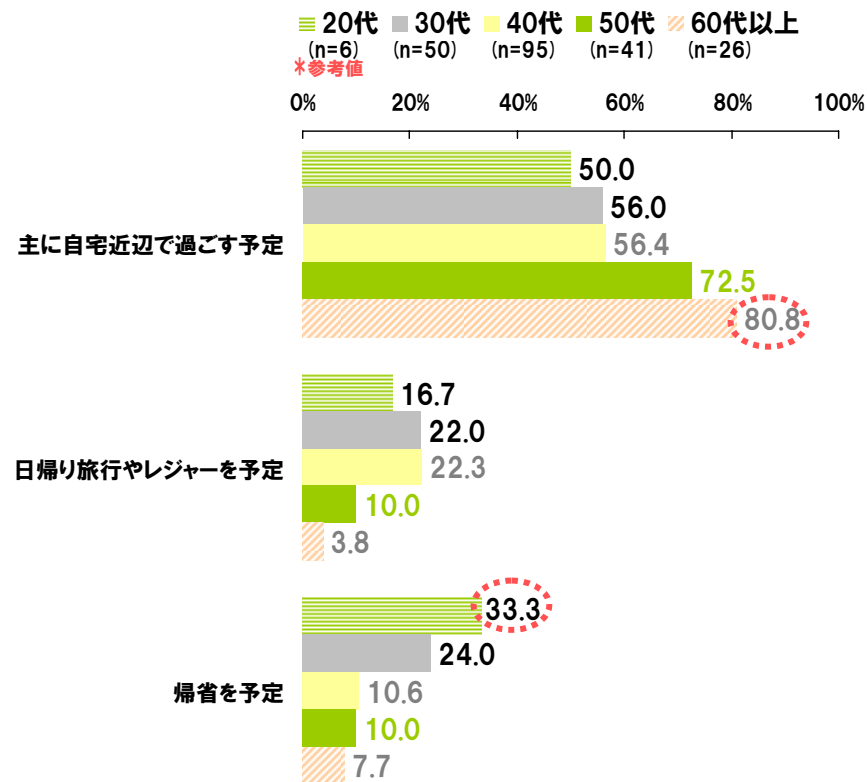
Q. 今年のゴールデンウィークは、どのように過ごす予定ですか？
(いくつでも) (MA)



首都圏年代別

Q. 今年のゴールデンウィークは、どのように過ごす予定ですか？
(いくつでも) (MA)

※上位3位までをグラフ化



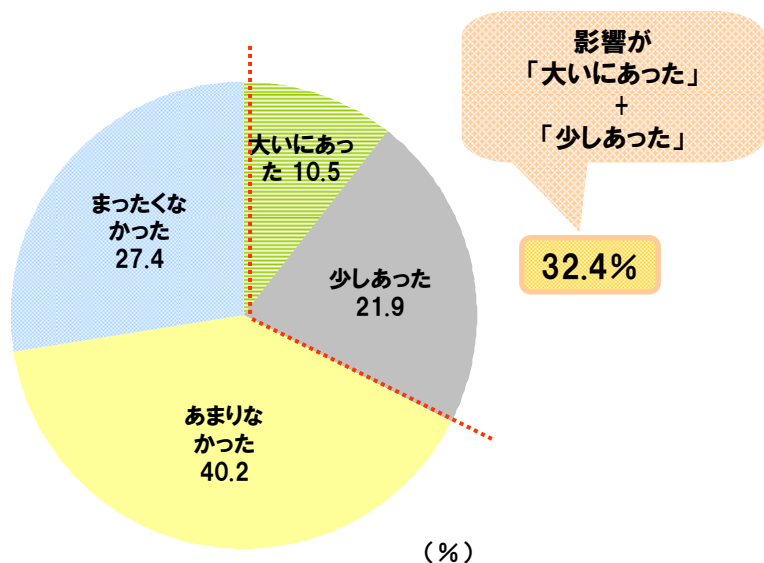
ゴールデンウィークの過ごし方に、震災の影響が「あった」人は32.4%、「なかった」人は67.6%。

■2011年のゴールデンウィークの過ごし方を考えるときに震災とその後の状況の影響があったかどうかを聞くと、「大いにあった」人が10.5%、「少しあった」人が21.9%となった。影響があったという人はあわせて32.4%。

■年代別でみると、「影響があった」人は、40代で最も多く39.3%。

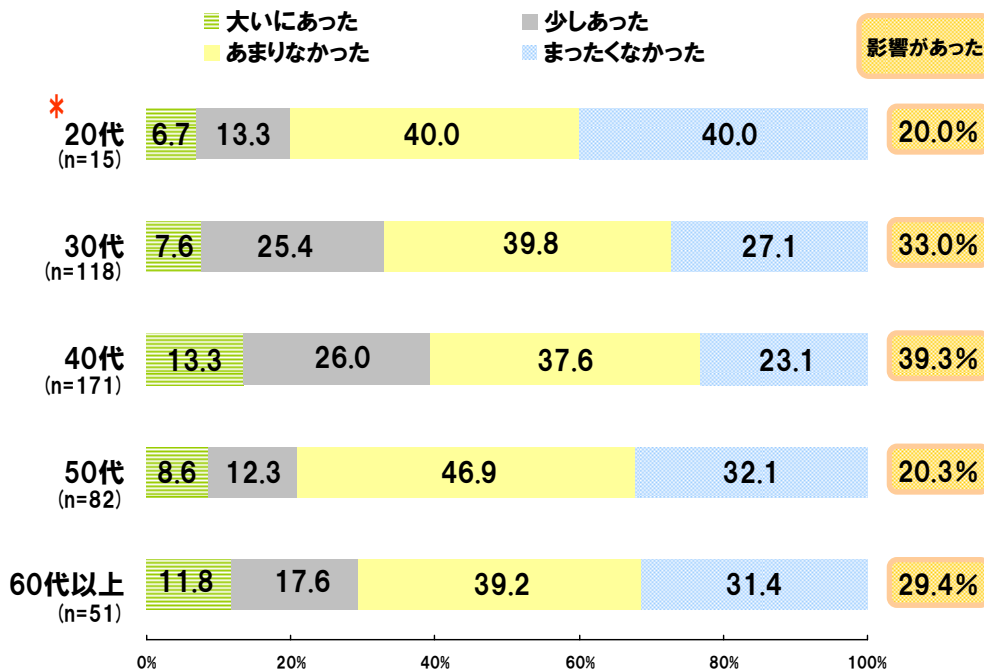
全体

Q. 今年のゴールデンウィークの過ごし方を考えるときに、震災とその後の状況の影響はありましたか？ (SA)
(n=437)



年代別

Q. 今年のゴールデンウィークの過ごし方を考えるときに、震災とその後の状況の影響はありましたか？ (SA)



*参考値

首都圏でゴールデンウィークの過ごし方に、震災の影響が「あった」人は41.3%、「なかった」人は58.7%。

■2011年のゴールデンウィークの過ごし方を考えるときに震災とその後の状況の影響があったかどうかを聞くと、首都圏では「大いにあった」人が13.8%、「少しあった」人が27.5%となった。影響があったという人はあわせて41.3%。その他の地域の約1.7倍となった。

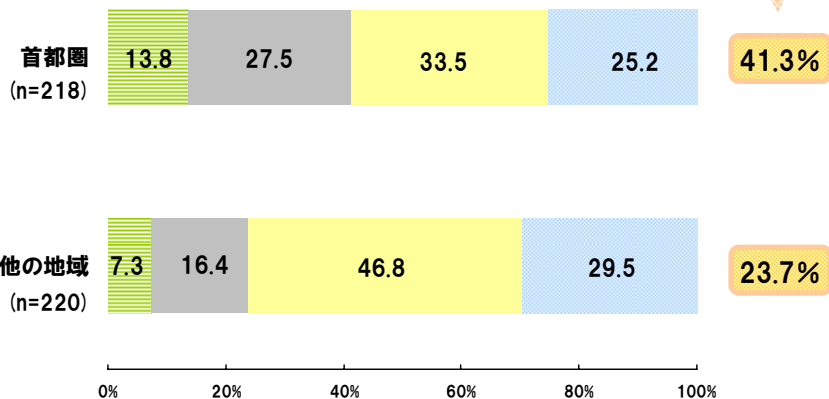
■首都圏の年代別でみると、「影響があった」人は、40代以下で多くなった。

首都圏

Q. 今年のゴールデンウィークの過ごし方を考えるときに、震災とその後の状況の影響はありましたか？（SA）

- 大いにあった
- 少しあった
- あまりなかった
- まったくなかった

影響が「大いにあった」
+
「少しあった」

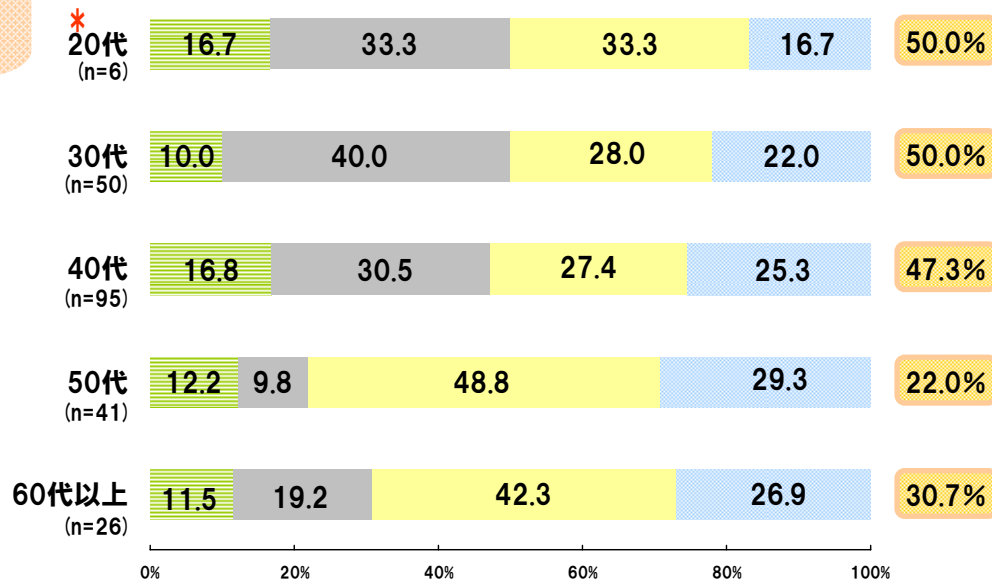


首都圏年代別

Q. 今年のゴールデンウィークの過ごし方を考えるときに、震災とその後の状況の影響はありましたか？（SA）

- 大いにあった
- 少しあった
- あまりなかった
- まったくなかった

影響があった



*参考値

3. 今年のゴールデンウィーク ②-3 どんな影響があったか（フリーアンサーから抜粋）

<ゴールデンウィークの過ごし方を考えるときに、震災とその後の状況の影響が「大いにあった」「少しあった」人>
 どのような影響がありましたか？（フリーアンサーから抜粋）

【旅行・帰省を取りやめた】

- アメリカへの航空席を予約していたが、震災直後、運航が確定しないかもしれない、という理由で航空会社からキャンセルされた。(36歳/フルタイム・石川県)
- できれば海辺のホテルで家族ゆっくり過ごしたいと思いましたが、地震が恐いのでやめることになりました。(46歳/専業主婦・千葉県)
- 家族旅行を当分の間取り止めた。(54歳/専業主婦・神奈川県)
- 関東への旅行は中止。(63歳/専業主婦・岡山県)
- 毎年潮干狩りに行っていました。津波で打撃をうけた様なので、今年は自粛します。(51歳/専業主婦・宮城県)
- 旅行を予定していたが、家を片づけようと思う。(53歳/そのほか・北海道)
- 実家近くが被災しているので帰省は出来ない。(44歳/パートアルバイト・千葉県)

【目的地を変更】

- ガソリンの使用量を控えるため、ドライブは当初の予定より近場に。(47歳/専業主婦・千葉県)
- 今、東の方に旅行するのは、余震も多いので少し怖い。旅行先を東ではなく、西の方に限定して検討した。(52歳/専業主婦・大阪府)

【休みがなくなった】

- 福島はまだまだ災害が継続中なので、とても遊びに行く気分にならないし、家族も変則勤務が続いていてそもそも休みにならない。(44歳/専業主婦・福島県)
- 主人の会社が、電力不足等の理由で休業せざるを得ない状況なので、私自身が仕事を休むわけにはいかなかった。今後の生活がどうなるか分からないから、働ける時に働かないと思う。経済のことを考えると、旅行したいが、余震も続くし家計も気になるといったところ。(35歳/フルタイム・神奈川県)
- 震災の影響で、子供の大学の授業開始が遅れ、ゴールデンウィーク中は授業があるため、家族で外出できなくなりました。(52歳/パートアルバイト・埼玉県)
- 会社が忙しくなったので、休めなくなってしまった。(44歳/専業主婦・東京都)
- 旅行に行きたかったが、主人の会社が計画停電の影響でGWの休みがなくなった。そのため、旅行断念。(54歳/専業主婦・神奈川県)

【外に出るのは控えたい】

- 放射能が怖いのであまり外に出る事は控えたいです。(44歳/専業主婦・千葉県)
- 自宅から離れたくないと思った。(もし離れたところで、震災にあっってしまったら、帰れなくなるかもと思った)。(41歳/専業主婦・千葉県)
- 余震も続いているので、人ごみに行くのは怖い。(40歳/専業主婦・東京都)
- あまり、遠くへは行きたくない。家の事が心配なので。今までは、旅行などに行っても、家本体そのものの心配などをした事がなかったのに。(44歳/パートアルバイト・神奈川県)

【検討中、その他】

- 旅行へいくとしても、関東以北への旅行は考えていません。もし行くとしたらボランティアで行きたい。(38歳/フルタイム・兵庫県)
- 目的地で、再度大きな余震が発生するようないことがあるだろうかということ、観光施設(遊園地など)がどのような形で営業されるのかを確認してから決定した。(44歳/専業主婦・神奈川県)
- 夫の実家が福島(中通り)なので、帰省するかどうか検討中。(34歳/専業主婦・千葉県)
- お祭りやイベントが中止になってしまったので、小さな子供と楽しめる場所が少ない。(31歳/パートアルバイト・千葉県)
- (震災で工場が被災したため)タバコセブンスターがなくなったので買いためが必要で余分な出費があった。(52歳/フルタイム・大阪府)
- 計画停電、余震などでの鉄道の不安があったのでどうしようか考えたが、たぶん大丈夫そうなので行くことに決めた。(39歳/専業主婦・東京都)

「日本全体が元気になる」ために、あなた自身に出来ることは、どんなことだと思いますか？（フリーアンサーから抜粋）

【いつも通りに生活すること・経済を活性化】

- いつも通り生活すること。積極的に被災地域のもを購入すること。日本の自慢できるところを“たくさん”探すこと。（46歳/専業主婦・神奈川県）
- 無駄をなくすこと、通常の生活を送ること（42歳/専業主婦・東京都）
- なるべく普通に過ごすこと。自粛や節約をしすぎないようにして、お金が世の中にうまく回るように。（44歳/パートアルバイト・千葉県）
- ふつうに買い物をして、ふつうに外食をする。不安をおおるようなうわさ話やデマをうっかり拡散しないよう、きちんと情報収集する。（47歳/専業主婦・千葉県）
- 我が家の経済事情が許す範囲で、購買・消費する。（40歳/専業主婦・神奈川県）
- 影響のない地域の人は個々がモチベーションをあげてしっかり働く、しっかり稼ぐ。（38歳/フルタイム・兵庫県）
- 被災していない人が元気で経済を上昇させいろいろなカタチで支援や復興に協力すること。（39歳/専業主婦・東京都）
- 普通の生活をおくる事。報道、ニュースに敏感になりすぎて変に落ち込んではいけないと思う。只、今までの電気に頼りすぎた生活を振り返ることは必要。（61歳/専業主婦・大阪府）
- 被災者に支援をすると同時に身近な人を大事にしながら、これまでと同じように仕事をして経済を動かし、家庭を守る。ボランティアでやっている防災教育を今後も続ける。46歳/パートアルバイト・東京都）
- 被災した人たちの支援を続けながら、毎日を普通に過ごすこと。だと思います。そして何よりも災害に対して正しい情報と知識を持っていれば大丈夫だと信じて冷静に行動することだと思います。（35歳/専業主婦・埼玉県）
- 省エネ家電を購入するなどして、節電対策をしつつ経済を活性化させる。（67歳/専業主婦・埼玉県）

【笑顔・元気でいる、まず自分から】

- こんな時だからこそ笑顔でいること。（24歳/専業主婦・大阪府）
- へんに自粛せず、自分がまず元気になる。元気じゃないと被災地の事を冷静に考えられないし、行動もおこせないから。（50歳/専業主婦・東京都）
- まず自分自身が元気で人の世話にならない事。（61歳/専業主婦・大阪府）
- エコを心がけながら元気に過ごす。（31歳/専業主婦・大阪府）
- 仕事から人に接することも多いので、まず私が明るく元気にふるまう。（53歳/そのほか・北海道）
- 自分の生活を守るのが精一杯。正直、自分達の生活をきちんと成り立たせないと、他のことは考えられない。（48歳/パートアルバイト・神奈川県）
- 皆があたたかい気持ちをもつことが大切であると思う。（48歳/パートアルバイト・神奈川県）

「日本全体が元気になる」ために、あなた自身に出来ることは、どんなことだと思いますか？（フリーアンサーから抜粋）

【募金や被災地の物を購入・旅行して支援】

- お財布の様態が寂しいので余り協力できないかも知れないが、イベントや祭りに参加したり、旅行をしたり、物を購入したりして、被災者を応援したい。（54歳/フルタイム・東京都）
- ちょっとずつお金を使う。経済を回す。募金をする。そして何年かしたら、東北を旅行してお金を使う。（41歳/専業主婦・東京都）
- 今だけではなく、長期にわたり被災地への応援をしていくこと。（44歳/パートアルバイト・千葉県）
- 節電。風評に惑わされず、原発の影響を受けている地域の食料を購入し、その土地に少しでも利益をもたらす。（30歳/専業主婦・神奈川県）

【政治に関心を持つ】

- 何が必要で何に努力が求められているのかが、政府や関係機関から明確に表示された時には、できることは答えていく生活を送ること。（51歳/専業主婦・東京都）
- 自肅に傾きすぎず復興のための事業中心に政府は予算を使ってほしいので政治に今までより関心を持ちたい。（56歳/専業主婦・神奈川県）
- 募金。増税もやむ得ない。今の日本が置かれている状況を把握し、自分で調べ、理解し、間違っただ情報をうのみにしないように、まわりに流されないようにすること。（35歳/フルタイム・神奈川県）
- 前向きに生きること。正しい情報を見極めること、本物の政治家を選ぶこと、地域の方々とながりをもちこと。（34歳/専業主婦・兵庫県）

【子供たちに】

- 気持ちを明るくし、子供たちの心を軽くしてあげられるようにしたいと思います。震災地ではありませんが、表に出さなくても子供たちはかなり気持ちが落ち着かない状態になって疲れていると思います。子供が明るければ、大人も元気になれると思うからです。（42歳/専業主婦・千葉県）
- 震災を経験していない子供達に今の危機をきちんと伝えて、子供達が将来、日本を立て直す原動力になりうる力だと意識させる事。（49歳/パートアルバイト・神奈川県）
- 節電・節約・募金などできることはやります。そして子ども達に地震や津波の怖さを説明し避難の仕方や家族の大切さをわかりやすく説明しています。これからも小さなことですが無駄をなくして生活します。（38歳/パートアルバイト・埼玉県）