



報道関係者 各位

現役世代とリタイア世代のコロナ疲れに関する調査 2020

養命酒製造株式会社は、「現役世代とリタイア世代のコロナ疲れ」というテーマで、インターネット調査を2020年8月21日～8月24日の4日間で行い、全国の30歳～49歳（現役世代）と65歳～79歳（リタイア世代）の男女1,000名の有効回答を回収しました。（調査協力会社：ネットエイジア株式会社）

新型コロナウイルスの感染拡大によりもたらされた生活の変化に対して、現役世代とリタイア世代ではどのくらいの人々が疲れを感じ、また、どのくらいの人々が順応できているのでしょうか。養命酒製造株式会社では、コロナ禍における生活の変化による疲れの実感やコロナ疲れの解消方法について実態を探りました。

【コロナ禍における生活変化】

現役世代とリタイア世代が“新しい生活様式”で実践していること

TOP3「まめに手洗い・手指消毒」「買い物でレジに並ぶときは前後にスペース」「3密回避」

リタイア世代の2人に1人が「帰省・旅行は控える」を実践

コロナ禍の生活で増えた時間 1位「テレビを見る時間」2位「家族と過ごす時間」

【コロナ禍における生活とコロナ疲れの実感】

「コロナ疲れを感じる」現役世代の女性では約7割、リタイア世代の男性では4割半

新しい生活様式を生活に取り入れている人ほどコロナ疲れを実感

「新しい生活様式に順応」現役世代・リタイア世代ともに約7割

リタイア世代の4割半が「コロナ禍を契機としたデジタル化に順応」と実感

リタイア世代のオンラインサービス利用経験率 「オンラインショッピング」がダントツ

「オンライン診療」の利用経験率 現役世代3%、リタイア世代1%

利用時に苦勞したオンラインサービス 1位「バーチャル旅行」2位「オンライン診療」

リタイア世代がコロナ禍においてこころの健康を保つために実践していること

TOP3「規則正しい生活」「バランスの良い食事」「趣味を楽しむ」

コロナ禍が落ち着いたらやりたい！ 現役世代のTOP3は「旅行」「外食」「飲み会・宴会」

【コロナ疲れ解消と芸能人・アニメ】

この人の笑顔はコロナ疲れを癒してくれると思う芸能人

現役世代が選ぶ1位「新垣結衣さん」2位「明石家さんまさん」、

リタイア世代が選ぶ1位「明石家さんまさん」2位「綾瀬はるかさん」

コロナ疲れを癒すために見たい“子どものころにやっていたアニメ”

現役世代が選ぶ1位「ドラえもん」2位「美少女戦士セーラームーン」、

リタイア世代が選ぶ1位「鉄腕アトム」2位「サザエさん」

現役世代がweb会議システムを使って話をしてみたい芸能人

男性が選ぶ1位「新垣結衣さん」、女性が選ぶ1位「明石家さんまさん」

リタイア世代がweb会議システムを使って話をしてみたい芸能人

男性が選ぶ1位「タモリさん」、女性が選ぶ1位「明石家さんまさん」

【コロナ禍における生活変化】

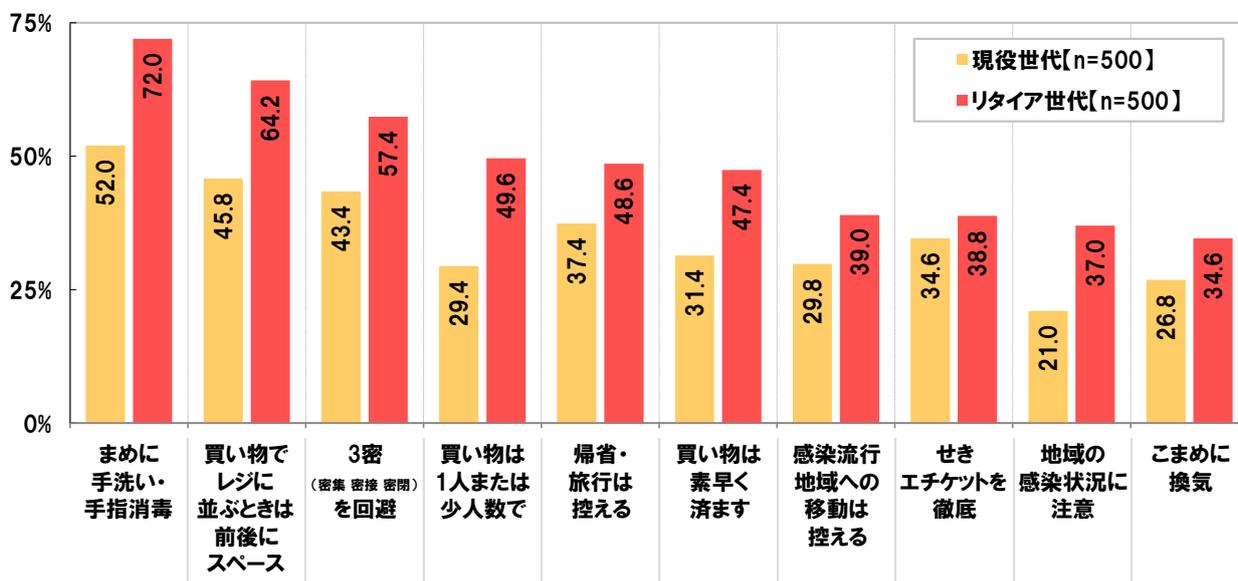
- ◆現役世代とリタイア世代が“新しい生活様式”で実践していること
TOP3「まめに手洗い・手指消毒」「買い物でレジに並ぶときは前後にスペース」「3密回避」
- ◆リタイア世代の2人に1人が「帰省・旅行は控える」を実践

全国の30歳～49歳の男女500名（以下、「現役世代」と）と65歳～79歳の男女500名（以下、「リタイア世代」）に、コロナ禍における生活変化について質問しました。

現役世代500名とリタイア世代500名に、厚生労働省から公表された“新しい生活様式”の実践例のうち、自身の生活に取り入れているものを聞いたところ、現役世代・リタイア世代ともに1位「まめに手洗い・手指消毒」（現役世代52.0%、リタイア世代72.0%）、2位「買い物でレジに並ぶときは前後にスペース」（現役世代45.8%、リタイア世代64.2%）、3位「3密（密集 密接 密閉）を回避」（現役世代43.4%、リタイア世代57.4%）となりました。世代を問わず、こまめな手洗い・消毒やソーシャルディスタンス維持、3密回避を徹底している人が多いようです。

現役世代とリタイア世代を上位4位以下において比較すると、リタイア世代では「買い物は1人または少人数で」は49.6%と、現役世代（29.4%）と比べて20ポイント以上高くなりました。また、「帰省・旅行は控える」は48.6%、「買い物は素早く済ます」は47.4%、「地域の感染状況に注意」は37.0%と、現役世代（それぞれ37.4%、31.4%、21.0%）と比べて10ポイント以上高くなりました。

◆厚生労働省から公表された“新しい生活様式”の実践例のうち、自身の生活に取り入れているもの
[複数回答形式] ※リタイア世代の上位10位までを抜粋



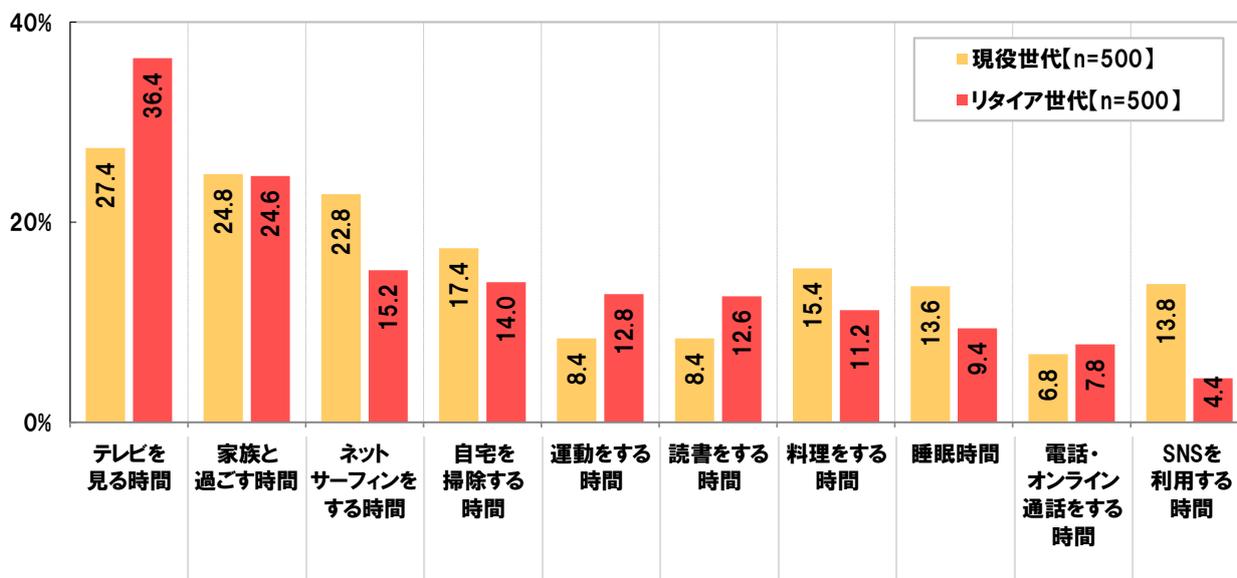
◆コロナ禍の生活で増えた時間 1位「テレビを見る時間」2位「家族と過ごす時間」

新型コロナウイルスの感染拡大により、生活にどのような変化があったのでしょうか。

現役世代 500 名とリタイア世代 500 名に、新型コロナウイルスの感染拡大によって、以前と比べて自身の生活で増えた時間を聞いたところ、現役世代・リタイア世代とも「テレビを見る時間」(現役世代 27.4%、リタイア世代 36.4%) が最も高く、次いで、「家族と過ごす時間」(現役世代 24.8%、リタイア世代 24.6%)、「ネットサーフィンをする時間」(現役世代 22.8%、リタイア世代 15.2%) となりました。家族と一緒に時間が増えたという人のほか、テレビ視聴の時間やネットサーフィンの時間が増えたという人が多いようです。

現役世代とリタイア世代を比較すると、「テレビを見る時間」(現役世代 27.4%、リタイア世代 36.4%) は現役世代と比べてリタイア世代のほうが、「ネットサーフィンをする時間」(現役世代 22.8%、リタイア世代 15.2%) と「SNSを利用する時間」(現役世代 13.8%、リタイア世代 4.4%) はリタイア世代と比べて現役世代のほうが、それぞれ 10 ポイント近く高くなりました。

◆**新型コロナウイルスの感染拡大によって、以前と比べて自身の生活で増えた時間** [複数回答形式]
※リタイア世代の上位10位までを抜粋



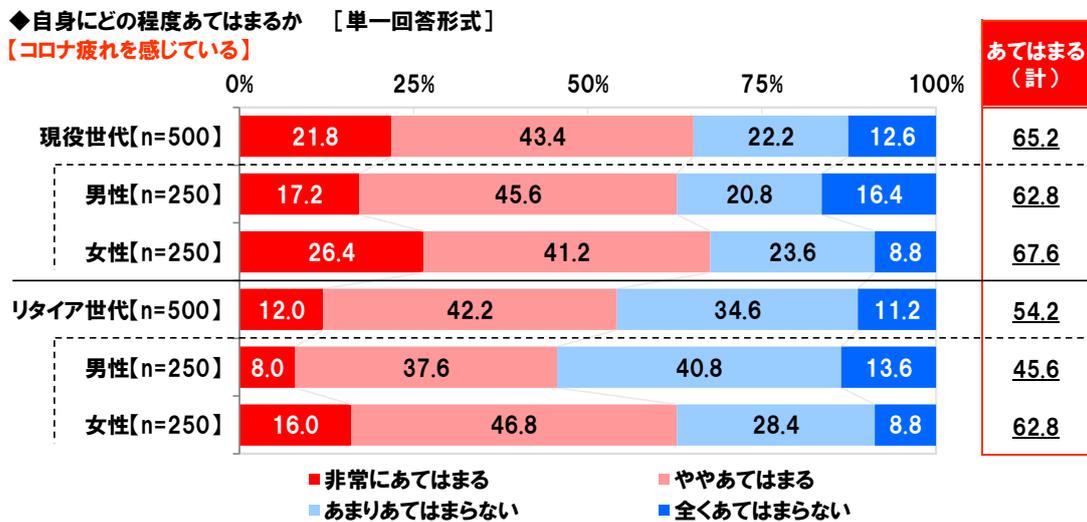
【コロナ禍における生活とコロナ疲れの実感】

- ◆「コロナ疲れを感じる」現役世代の女性では約7割、リタイア世代の男性では4割半
- ◆新しい生活様式を生活に取り入れている人ほどコロナ疲れを実感

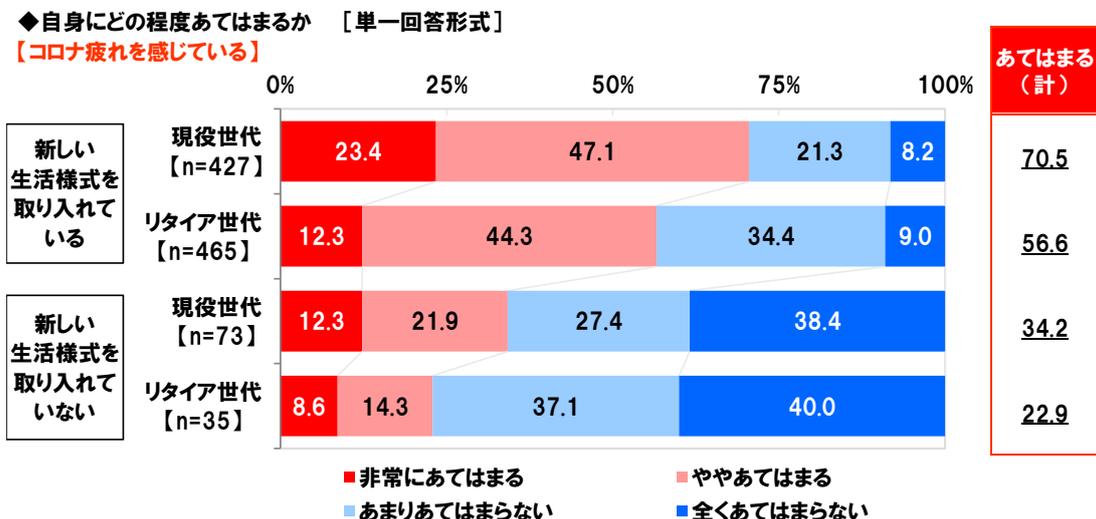
コロナ禍の生活で疲れを感じている人はどのくらいいるのでしょうか。

現役世代 500 名とリタイア世代 500 名に、【コロナ疲れを感じている】にどの程度あてはまるか聞いたところ、現役世代では「非常にあてはまる」は 21.8%、「ややあてはまる」は 43.4%で、合計した『あてはまる（計）』（以下同様）は 65.2%となりました。他方、リタイア世代では『あてはまる（計）』は 54.2%と、現役世代（65.2%）と比べて 11.0 ポイント低くなりました。新型コロナウイルス感染拡大による生活変化で疲れを感じている人は、リタイア世代より現役世代に多いようです。

男女・世代別にみると、コロナ疲れを感じている人の割合が最も高くなったのは現役世代の女性（67.6%）、最も低くなったのはリタイア世代の男性（45.6%）でした。



新しい生活様式の取り入れ状況別にみると、コロナ疲れを感じている人の割合は、現役世代で新しい生活様式を取り入れている人では 70.5%と、新しい生活様式を取り入れていない人（34.2%）と比べて 36.3 ポイント高くなりました。また、リタイア世代で新しい生活様式を取り入れている人では 56.6%と、新しい生活様式を取り入れていない人（22.9%）と比べて 33.7 ポイント高くなりました。感染症の拡大防止を意識した生活を送っている人ほど、コロナ禍における生活の変化により疲れを感じている人が多い実態が明らかとなりました。

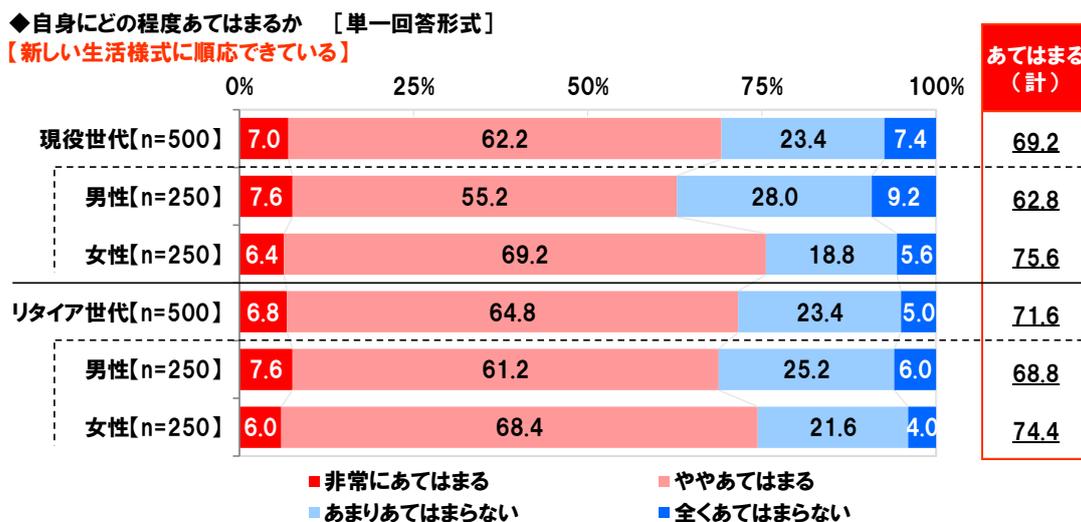


◆「新しい生活様式に順応」現役世代・リタイア世代ともに約7割
 ◆リタイア世代の4割半が「コロナ禍を契機としたデジタル化に順応」と実感

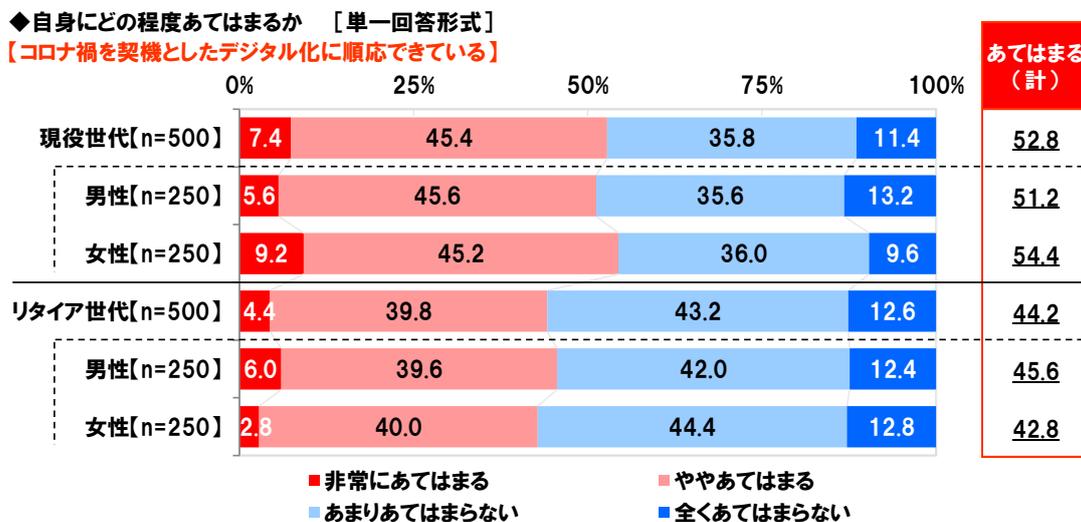
次に、新しい生活様式への順応や、コロナ禍を契機としたデジタル化への順応の実感について質問しました。

現役世代 500 名とリタイア世代 500 名に、【新しい生活様式に順応できている】にどの程度あてはまるか聞いたところ、現役世代では『あてはまる（計）』は 69.2%、リタイア世代では 71.6%となりました。

男女・世代別にみると、『あてはまる（計）』と回答した人の割合は、現役世代では男性 62.8%、女性 75.6%、リタイア世代では男性 68.8%、女性 74.4%と、いずれの世代も女性のほうが高い傾向がみられました。



また、【コロナ禍を契機としたデジタル化に順応できている】にどの程度あてはまるか聞いたところ、現役世代では『あてはまる（計）』は 52.8%、リタイア世代では 44.2%となりました。コロナ禍における生活では、オンラインショッピングやオンライン通話などのオンラインサービスを利用する機会が増えています。このようなデジタル化に対し、自身が順応できていると感じているリタイア世代は少なくないようです。

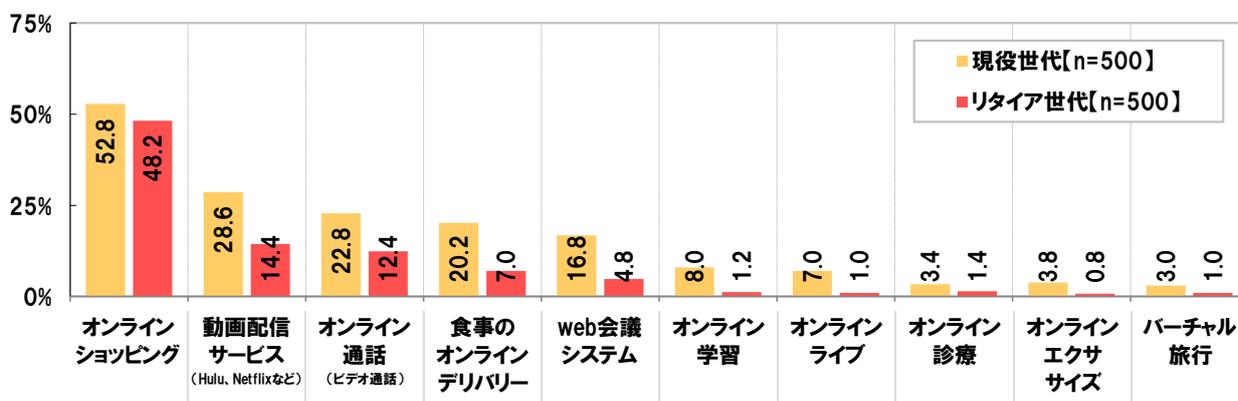


- ◆ リタイア世代のオンラインサービス利用経験率 「オンラインショッピング」がダントツ
- ◆ 「オンライン診療」の利用経験率 現役世代3%、リタイア世代1%
- ◆ 利用時に苦労したオンラインサービス 1位「バーチャル旅行」2位「オンライン診療」

続いて、オンラインサービスの利用状況について質問しました。

現役世代500名とリタイア世代500名に、これまでに利用したことがあるオンラインサービスを聞いたところ、いずれの世代も「オンラインショッピング」（現役世代52.8%、リタイア世代48.2%）が最も高く、次いで、「動画配信サービス（Hulu、Netflixなど）」（現役世代28.6%、リタイア世代14.4%）、「オンライン通話（ビデオ通話）」（現役世代22.8%、リタイア世代12.4%）となりました。また、現役世代とリタイア世代のいずれにおいても利用経験者が1割に満たないオンラインサービスは、「オンライン学習」（現役世代8.0%、リタイア世代1.2%）、「オンラインライブ」（現役世代7.0%、リタイア世代1.0%）、「オンライン診療」（現役世代3.4%、リタイア世代1.4%）、「オンラインエクササイズ」（現役世代3.8%、リタイア世代0.8%）、「バーチャル旅行」（現役世代3.0%、リタイア世代1.0%）でした。

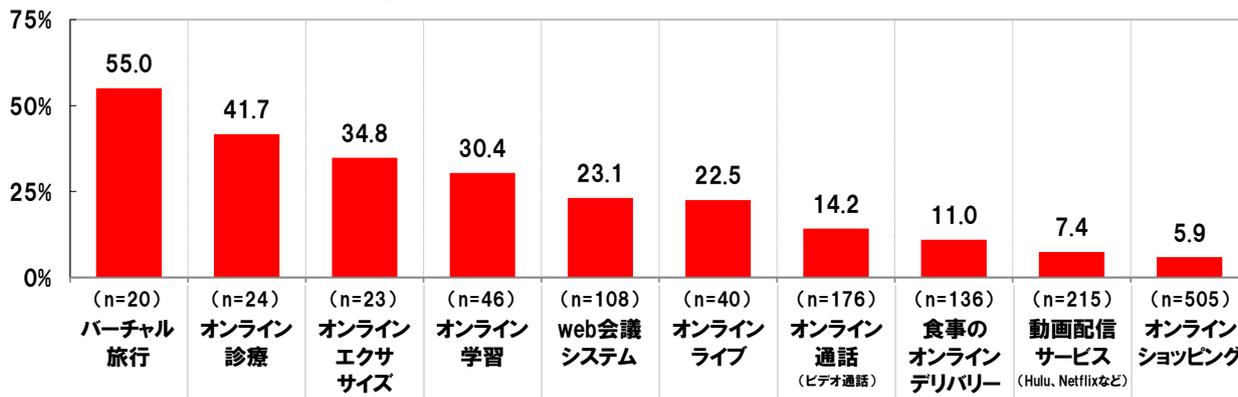
◆これまでに利用したことがあるオンラインサービス〔複数回答形式〕 ※上位10位までを抜粋



では、オンラインサービスを利用する際に苦労した経験がある人はどのくらいいるのでしょうか。それぞれのオンラインサービス利用者に、オンラインサービス利用時に苦労したものを聞きました。

オンラインサービス利用時に苦労した人の割合をみると、「バーチャル旅行」（55.0%）が最も高くなりました。コロナ禍で旅行に行く代わりにバーチャル旅行サービスを利用した人の中には、VR技術を利用した旅行の疑似体験を思うように楽しめなかったという人が少なくないようです。以降、「オンライン診療」（41.7%）、「オンラインエクササイズ」（34.8%）、「オンライン学習」（30.4%）、「web会議システム」（23.1%）が続きました。

◆オンラインサービス利用時に苦労した人の割合 ※オンラインサービスの利用経験率の上位10項目を表示
対象：それぞれのオンラインサービスを利用した現役世代・リタイア世代



◆リタイア世代がコロナ禍においてこころの健康を保つために実践していること
TOP3「規則正しい生活」「バランスの良い食事」「趣味を楽しむ」

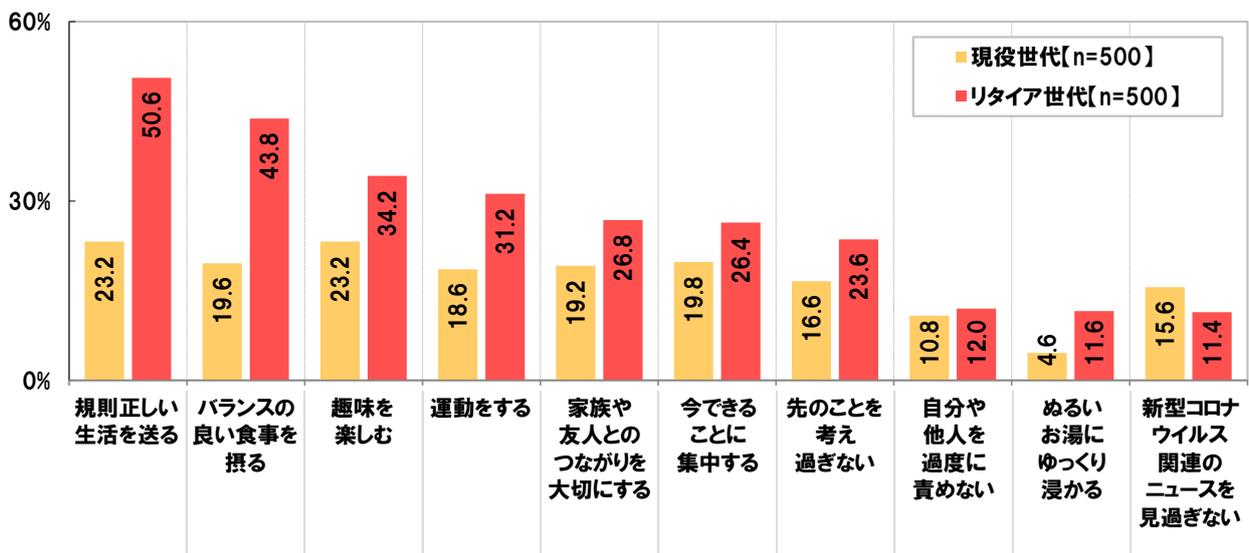
コロナ禍において、こころの健康を維持するため、どのようなことを生活に取り入れている人が多いのでしょうか。

現役世代 500 名とリタイア世代 500 名に、コロナ禍において、自身のこころの健康を保つために実践していることを聞いたところ、現役世代では 1 位「規則正しい生活を送る」「趣味を楽しむ」（いずれも 23.2%）、3 位「今できることに集中する」（19.8%）となりました。他方、リタイア世代では 1 位「規則正しい生活を送る」（50.6%）、2 位「バランスの良い食事を摂る」（43.8%）、3 位「趣味を楽しむ」（34.2%）となりました。

現役世代とリタイア世代を比較すると、リタイア世代では「規則正しい生活を送る」は 50.6%、「バランスの良い食事を摂る」は 43.8%と、現役世代（それぞれ 23.2%、19.6%）と比べて 20 ポイント以上高くなりました。リタイア世代には、生活習慣や食生活を整えることで、こころの健康を維持している人が多いようです。

◆コロナ禍において、自身のこころの健康を保つために実践していること [複数回答形式]

※リタイア世代の上位10位までを抜粋



◆コロナ禍が落ち着いたらやりたい！ 現役世代のTOP3は「旅行」「外食」「飲み会・宴会」

現役世代500名とリタイア世代500名に、新型コロナウイルスが収束したときに、どのようなことをやりたいと思うか聞いたところ、いずれの世代も1位「旅行」（現役世代46.4%、リタイア世代61.4%）、2位「外食」（現役世代36.0%、リタイア世代38.6%）となりました。コロナ禍が落ち着いたら、旅行や外食を満喫したいという人が多いようです。以降、現役世代では3位「飲み会・宴会」（24.4%）、4位「遊園地・テーマパークでのレジャー」（22.6%）、5位「映画館で映画鑑賞」「帰省・離れて暮らす家族と会う」（いずれも20.4%）、リタイア世代では3位「映画館で映画鑑賞」（20.8%）、4位「飲み会・宴会」「帰省・離れて暮らす家族と会う」（いずれも19.2%）となりました。

現役世代とリタイア世代を比較すると、「旅行」はリタイア世代では61.4%と、現役世代（46.4%）と比べて15.0ポイント高くなりました。他方、「遊園地・テーマパークでのレジャー」は現役世代では22.6%と、リタイア世代（6.0%）と比べて16.6ポイント高くなりました。

◆新型コロナウイルスが収束したときにやりたいこと [複数回答形式] ※各上位15位までを抜粋

現役世代[n=500]			リタイア世代[n=500]		
順位	やりたいこと	%	順位	やりたいこと	%
1位	旅行	46.4	1位	旅行	61.4
2位	外食	36.0	2位	外食	38.6
3位	飲み会・宴会	24.4	3位	映画館で映画鑑賞	20.8
4位	遊園地・テーマパークでのレジャー	22.6	4位	飲み会・宴会	19.2
5位	映画館で映画鑑賞	20.4	5位	帰省・離れて暮らす家族と会う	19.2
	帰省・離れて暮らす家族と会う	20.4	6位	墓参り	14.0
7位	イベント会場でのライブ・コンサート鑑賞	15.0	7位	イベント会場でのライブ・コンサート鑑賞	9.4
8位	カラオケ	13.8	8位	劇場で舞台鑑賞	9.2
9位	試合会場でのスポーツ観戦	12.6	9位	カラオケ	8.4
10位	劇場で舞台鑑賞	10.0	10位	同窓会	8.0
11位	墓参り	6.6	11位	試合会場でのスポーツ観戦	7.6
	スポーツジムで運動・エクササイズ	6.6	11位	スポーツジムで運動・エクササイズ	7.6
13位	恋活・婚活	4.0	13位	ボランティア・地域社会活動	6.2
14位	同窓会	2.8	14位	遊園地・テーマパークでのレジャー	6.0
15位	ボランティア・地域社会活動	2.2	15位	転職	0.4

【コロナ疲れ解消と芸能人・アニメ】

- ◆この人の笑顔はコロナ疲れを癒してくれると思う芸能人
現役世代が選ぶ1位「新垣結衣さん」2位「明石家さんまさん」、
リタイア世代が選ぶ1位「明石家さんまさん」2位「綾瀬はるかさん」
- ◆コロナ疲れを癒すために見たい“子どものころにやっていたアニメ”
現役世代が選ぶ1位「ドラえもん」2位「美少女戦士セーラームーン」、
リタイア世代が選ぶ1位「鉄腕アトム」2位「サザエさん」

最後に、コロナ疲れの解消をテーマに、イメージに合う芸能人・アニメについて質問しました。

現役世代500名とリタイア世代500名に、この人の笑顔はコロナ疲れを癒してくれると思う芸能人を聞いたところ、現役世代では1位「新垣結衣さん」、2位「明石家さんまさん」、3位「綾瀬はるかさん」となりました。現役世代には、新垣結衣さんの優しい笑顔に癒されたいという人が少なくないようです。他方、リタイア世代では1位「明石家さんまさん」、2位「綾瀬はるかさん」、3位「吉永小百合さん」となりました。

◆この人の笑顔はコロナ疲れを癒してくれると思う芸能人 [自由回答形式]
 ※各上位10位までを抜粋

現役世代[n=500]			リタイア世代[n=500]		
順位	名前	件数	順位	名前	件数
1位	新垣結衣	23	1位	明石家さんま	25
2位	明石家さんま	13	2位	綾瀬はるか	14
3位	綾瀬はるか	10	3位	吉永小百合	12
4位	石原さとみ	7	4位	所ジョージ	10
5位	みやぞん	5	5位	笑福亭鶴瓶	8
	広瀬すず	5	6位	フワちゃん	5
	佐藤健	5	6位	佐藤健	5
	渡辺直美	5	8位	石原さとみ	4
9位	フワちゃん / 佐藤菜里 吉沢亮 / 長澤まさみ	各4	9位	新垣結衣 / マツコ・デラックス 出川哲朗 / 西田敏行 / 沢口靖子	各3

コロナ疲れを癒すために見たいと思う“子どものころにやっていたアニメ”を聞いたところ、現役世代では1位「ドラえもん」、2位「美少女戦士セーラームーン」、3位「ドラゴンボール」、リタイア世代では1位「鉄腕アトム」、2位「サザエさん」、3位「8マン」「巨人の星」となりました。

◆コロナ疲れを癒すために見たいと思う“子どものころにやっていたアニメ” [自由回答形式]
 ※各上位10位までを抜粋

現役世代[n=500]			リタイア世代[n=500]		
順位	名前	件数	順位	名前	件数
1位	ドラえもん	31	1位	鉄腕アトム	54
2位	美少女戦士セーラームーン	16	2位	サザエさん	23
3位	ドラゴンボール	14	3位	8マン	7
4位	Dr.スランプ アラレちゃん	12	3位	巨人の星	7
5位	SLAM DUNK	11		おそ松くん	4
	アルプスの少女ハイジ	11	5位	リボンの騎士	4
5位	機動戦士ガンダム	11	赤胴鈴之助	4	
	クレヨンしんちゃん	10	トムとジェリー	3	
8位	ちびまる子ちゃん	9	8位	ひみつのアッコちゃん	3
9位	ちびまる子ちゃん	9	8位	ムーミン	3
10位	ポケットモンスター	8			

- ◆現役世代が web 会議システムを使って話をしてみたい芸能人
男性が選ぶ1位「新垣結衣さん」、女性が選ぶ1位「明石家さんまさん」
- ◆リタイア世代が web 会議システムを使って話をしてみたい芸能人
男性が選ぶ1位「タモリさん」、女性が選ぶ1位「明石家さんまさん」

また、web 会議システムを使って話をしてみたい芸能人を聞いたところ、現役世代の男性では1位「新垣結衣さん」、2位「明石家さんまさん」、3位「綾瀬はるかさん」、現役世代の女性では1位「明石家さんまさん」、2位「マツコ・デラックスさん」「佐藤健さん」となりました。

他方、リタイア世代の男性では1位「タモリさん」、2位「ビートたけしさん」、3位「吉永小百合さん」「明石家さんまさん」、リタイア世代の女性では1位「明石家さんまさん」、2位「マツコ・デラックスさん」、3位「ビートたけしさん」「所ジョージさん」「吉永小百合さん」「福山雅治さん」となりました。

◆web会議システムを使って話をしてみたい芸能人【自由回答形式】
 ※各上位3位までを抜粋

現役世代:男性[n=250]			現役世代:女性[n=250]		
順位	芸能人	件数	順位	芸能人	件数
1位	新垣結衣	9	1位	明石家さんま	11
2位	明石家さんま	7	2位	マツコ・デラックス	6
3位	綾瀬はるか	5		佐藤健	6

リタイア世代:男性[n=250]			リタイア世代:女性[n=250]		
順位	芸能人	件数	順位	芸能人	件数
1位	タモリ	10	1位	明石家さんま	6
2位	ビートたけし	8	2位	マツコ・デラックス	4
3位	吉永小百合	4	3位	ビートたけし / 所ジョージ	各3
	明石家さんま	4		吉永小百合 / 福山雅治	

◆調査概要◆

- ◆調査タイトル : 現役世代とリタイア世代のコロナ疲れに関する調査2020
- ◆調査対象 : ネットエイジアリサーチのインターネットモニター会員を母集団とする
全国の30歳～49歳と65歳～79歳の男女1,000名
- ◆調査期間 : 2020年8月21日～8月24日
- ◆調査方法 : インターネット調査
- ◆調査地域 : 全国
- ◆有効回答数 : 1,000サンプル
- ◆実施機関 : ネットエイジア株式会社

■■報道関係の皆様へ■■

本ニュースレターの内容の転載にあたりましては、
「養命酒製造株式会社調べ」と付記のうえ
ご使用くださいますよう、お願い申し上げます。

■■本調査に関するお問合せ窓口■■

養命酒製造株式会社 マーケティング部
〒150-8563 東京都渋谷区南平台町 16-25
TEL : 03-3462-8338

■■会社概要■■

代表者名 : 代表取締役社長 塩澤太朗
設立 : 大正12(1923)年6月20日
所在地 : 東京都渋谷区南平台町16-25
業務内容 : 養命酒の製造販売等

◆ 会社および製品の詳細は <https://www.yomeishu.co.jp/> をご覧ください。