



媒体接触、生活意識・行動、商品保有状況など
民間では最大・最長の生活者実態調査データベースです。

ストレスに感じる事TOP10！コロナの影響やライフスタイルによる違いはある？

秋の心地よい風を感じられる時期となりました。

いよいよ行楽シーズンですが、外出には制限があるなどストレスを感じることも多いのではないのでしょうか？さて、人々のストレスにはどのようなものがあるのでしょうか？コロナの影響はあるのでしょうか？今回は「ストレスの原因」の調査結果をご紹介します。

Q13SQ では、次にあげる事の中で、あなたにとってストレスの原因となっているものがあればすべてお知らせください。(%)

※ 全体 n=6,238 : 設問「ストレスの有無」で、「よく感じる・ときどき感じる・あまり感じない」と回答

■・・・全体より5ポイント以上上回るもの

男性：有職 n=2,388		全体	男性：主婦、無職・その他 n=253		全体	男性：学生 n=323		全体			
1	自分の商売・事業・仕事	45.9	28.4	1	自分の健康・病気	51.8	28.6	1	自分の学業・受験	61.9	8.0
2	職場の人づきあい	31.8	23.9	2	年をとること・老化	45.1	27.6	2	将来へのばくぜんとした不安	33.7	25.3
3	経済的なこと（借金、失業、貯蓄、ローンなど）	28.5	24.9	3	将来へのばくぜんとした不安	31.2	25.3	3	友人のこと	18.9	6.3
4	自分の健康・病気	28.2	28.6	4	経済的なこと（借金、失業、貯蓄、ローンなど）	26.1	24.9	4	通勤・通学	18.0	5.3
5	年をとること・老化	24.9	27.6	5	地震・異常気象などの自然災害	20.9	14.8	5	親（義父母を含む）のこと	17.6	23.6
6	将来へのばくぜんとした不安	21.1	25.3	6	親（義父母を含む）のこと	17.8	23.6	6	自分の健康・病気	10.2	28.6
7	親（義父母を含む）のこと	18.7	23.6	7	子どものこと	13.8	23.4	7	兄弟姉妹のこと	8.4	6.4
8	子どものこと	17.8	23.4	8	夫婦のこと	11.5	17.2	8	職場の人づきあい	8.0	23.9
9	夫婦のこと	13.9	17.2	9	近所づきあい	9.1	5.7	9	経済的なこと（借金、失業、貯蓄、ローンなど）	7.1	24.9
10	地震・異常気象などの自然災害	12.0	14.8	10	自分の商売・事業・仕事	7.9	28.4	10	地震・異常気象などの自然災害	6.8	14.8
MT(反応値総量)		291.3	323.1	MT(反応値総量)		297.2	323.1	MT(反応値総量)		235.3	323.1

女性：有職 n=1,217		全体	女性：主婦、無職・その他 n=1,681		全体	女性：学生 n=376		全体			
1	職場の人づきあい	38.1	23.9	1	子どものこと	42.7	23.4	1	自分の学業・受験	66.0	8.0
2	自分の商売・事業・仕事	36.3	28.4	2	年をとること・老化	36.9	27.6	2	友人のこと	37.0	6.3
3	年をとること・老化	29.6	27.6	3	自分の健康・病気	33.8	28.6	3	将来へのばくぜんとした不安	28.5	25.3
4	将来へのばくぜんとした不安	28.8	25.3	4	夫婦のこと	33.5	17.2	4	親（義父母を含む）のこと	21.3	23.6
5	自分の健康・病気	26.0	28.6	5	親（義父母を含む）のこと	31.3	23.6	5	通勤・通学	21.0	5.3
6	経済的なこと（借金、失業、貯蓄、ローンなど）	25.9	24.9	6	家事をすること	29.0	13.4	6	自分の健康・病気	16.8	28.6
7	親（義父母を含む）のこと	25.9	23.6	7	経済的なこと（借金、失業、貯蓄、ローンなど）	25.8	24.9	7	自分の希望する職業につけないこと	10.4	5.9
8	子どものこと	22.8	23.4	8	将来へのばくぜんとした不安	25.5	25.3	8	自分の妊娠・出産・月経に関する事（女性の方に）	10.4	4.2
9	家事をすること	15.7	13.4	9	地震・異常気象などの自然災害	19.9	14.8	9	地震・異常気象などの自然災害	9.6	14.8
10	地震・異常気象などの自然災害	15.6	14.8	10	職場の人づきあい	12.4	23.9	10	兄弟姉妹のこと	9.3	6.4
MT(反応値総量)		349.5	323.1	MT(反応値総量)		376.8	323.1	MT(反応値総量)		291.8	323.1

MT(反応値総量)：全28項目の%を合計したものです。

男女別に「仕事をしている」「仕事をしていない」「学生」の3つに分けてストレスの内容をみています。「仕事をしている」男女は仕事や職場に関するもの、「学生」の男女は学業に関するものが上位かつ全体より高い結果となりました。「仕事をしていない」では、男性は身体に関する事、加えて女性は子どもなど家族に関する事が多いという結果となりました。上記10位以外も含め全ての項目を合計した「MT(反応値総量)」は男性よりも女性の方が値が高く、「仕事をしていない」女性が376.8%で最も高い結果となりました。女性の方がストレスを感じやすいのでしょうか。また、コロナの影響もあるのでしょうか？気になるところです。