



キリン食生活文化研究所

2015年3月17日
レポート vol.47

～あなたのくらしのアンケート～ 休みの日のすごし方

サマリー

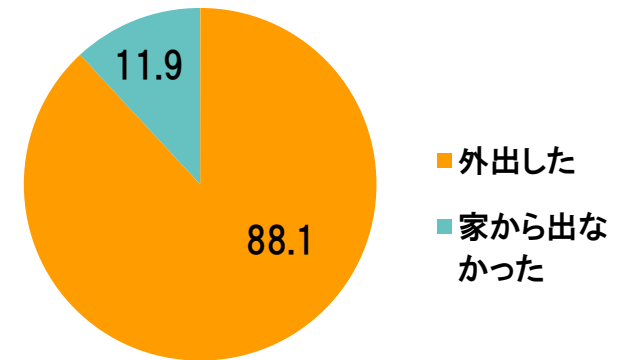
休みの日をどのように過ごしていますか？

キリン食生活文化研究所は、休みの日の過ごし方について調査を実施(2014年11月11日～17日、全国男女20～69歳、ウェブ調査)、8,722名の方の回答をまとめました。

一番最近の休みの日に「外出した」人は全体の88%でした。外出の内容として、「日常の買い物」が最も多い回答となりました。性別の違いとして、女性は「日常以外の買い物」が、男性は「近所を散歩」「ランニング、スポーツジム」といった身体を動かすことが特徴的でした。年代の特徴として、男女とも20代は「飲食」、30・40代は「家族や子供の用事」、男性60代は「近所を散歩」が見られた。また、自由に使える時間に飲みたいものは、男性では「ビール」が圧倒的で、女性はあまり差がないのですが、女性年長者に「自分で淹れたコーヒー」の回答が特徴的でした。

自由に使える時間で大事にしたいことは、男女とも「リラックス」が1位でした。その他、女性の特徴としては「自分へのご褒美」、男性は「からだを動かす」が目立ちました。また、レポートの中では、上記の質問の自由回答を分析して、より特徴的な傾向を探ってみました。そこから、休日をもっと楽しくするヒントが見つかりそうです。

Q.最近の休日は、外出しましたか？

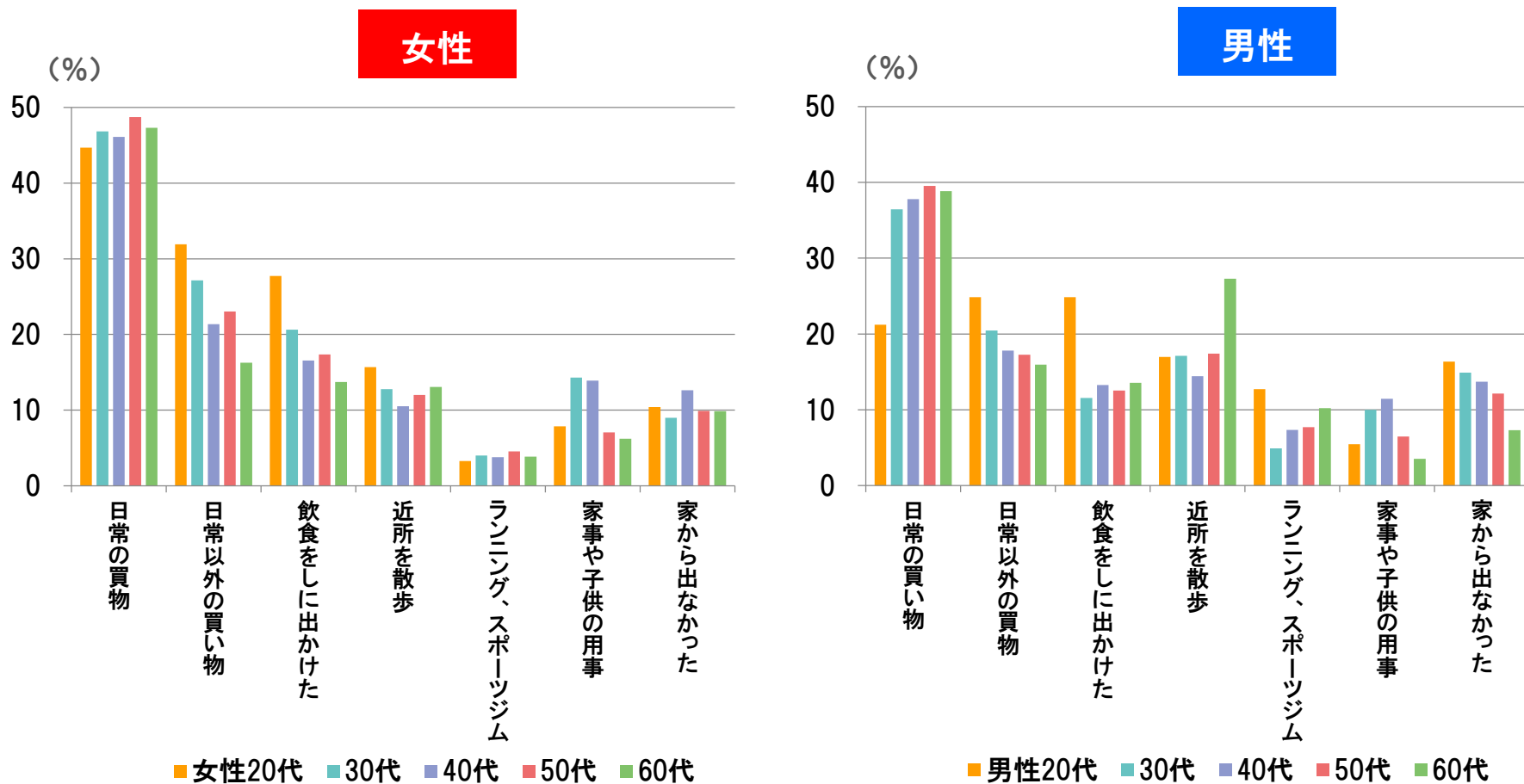


- 外出した
- 家から出なかった

Q. 一番最近の休みの日にどのような外出をしましたか。(男女・年代別)

休日に外出した人は88%。外出の内容としては「日常の買い物」が最も高かった。女性は「日常以外の買い物」が多く、男性は「近所を散歩」「ランニング、スポーツジム」が多かった。年代別には、男女とも20代は「飲食」、30・40代は「家族や子供の用事」、男性60代は「近所を散歩」が特徴的に高かった。

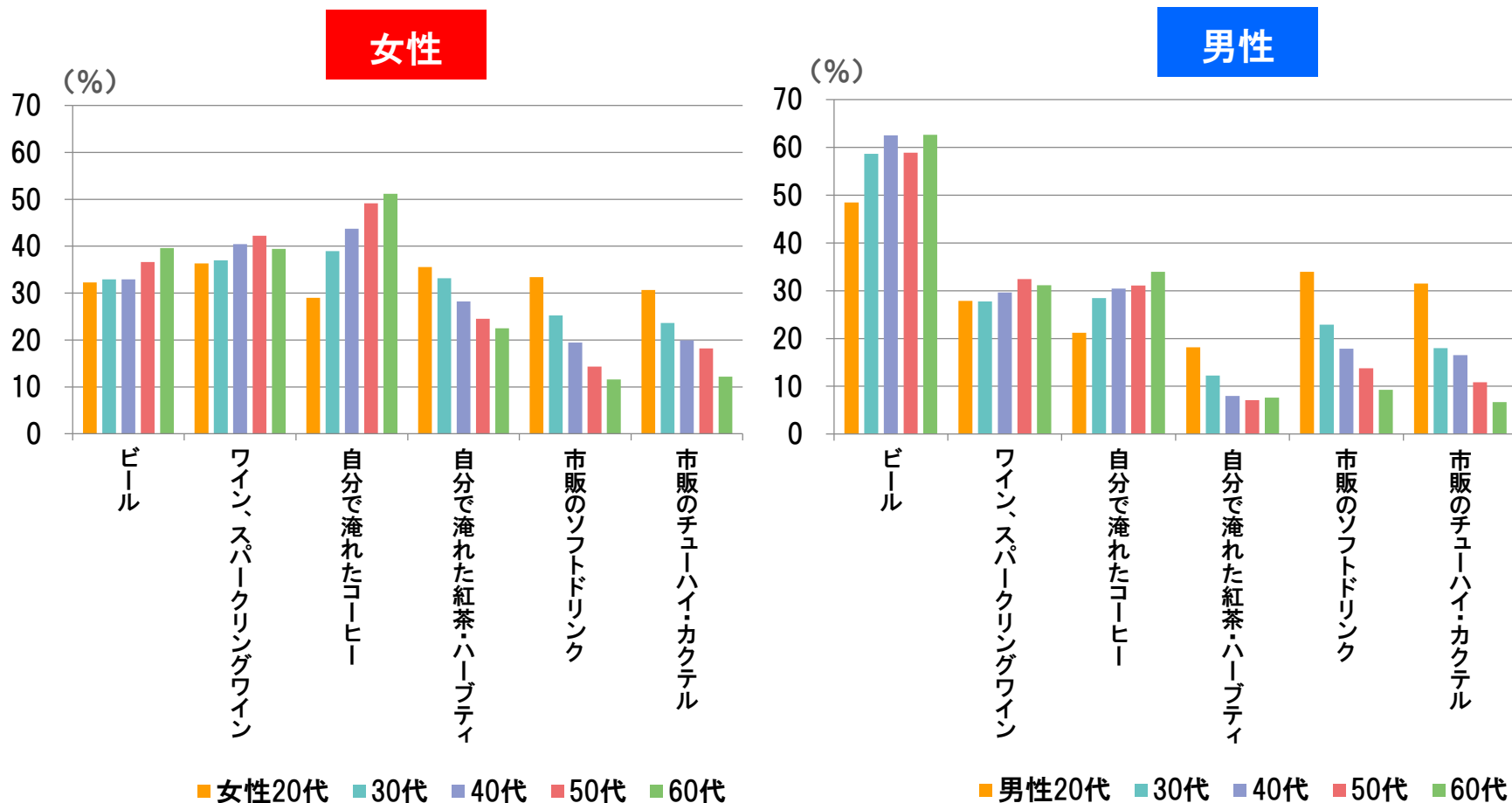
一番最近の休みの日にどのような外出をしましたか？



Q. 休みの日にもっと自由な時間があれば、何を飲みたい？（男女・年代別）

休みの日の自由な時間に飲みたいものとして、男性は「ビール」が圧倒的に多かった。女性は男性に比べ「自分で淹れたコーヒー」や「自分で淹れた紅茶・ハーブティ」が高く、「コーヒー」は年長者ほど、「紅茶・ハーブティ」は若年層ほど高い傾向だった。

休みの日にもっと自由な時間があれば、何を飲みたい？

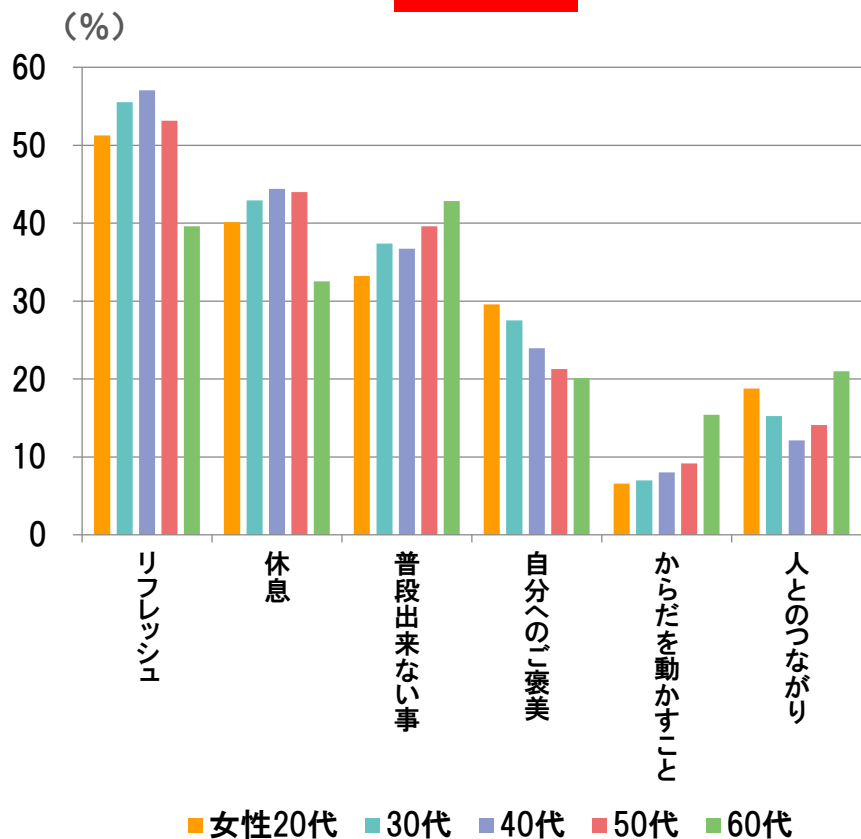


Q. 自由に使える時間で、大事にしたいことは？（男女・年代別）

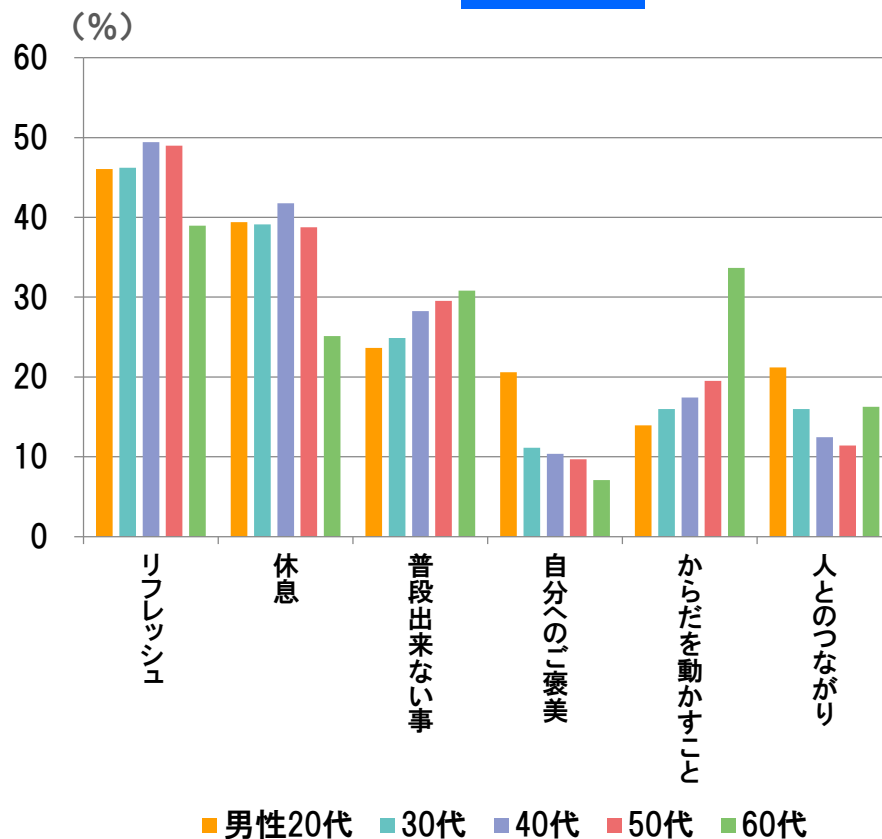
自由に使える時間で大事にしたいことは、男女とも「リフレッシュ」が1位。性年代別でみると「普段出来ない事」は年齢とともに増え、特に女性で高い。女性では「自分へのご褒美」が若年層ほど高く、男性は「からだを動かす」が特に年長者で特徴的であった。また「人とのつながり」は男女とも20代と60代で高かった。

自由に使える時間で、大事にしたいことは？

女性



男性



「機能性重視」と「関係性重視」に分けてみました

今回のアンケートでは、「仕事」や「買い物」などの考え方に関する質問をしました。各々の質問には二つの考え方を用意し、自分自身が「左側」の考え方が「右側」なのかを回答してもらいました。そのうち3問以上左側を選んだ人を「機能性重視」、右側を選んだ人を「関係性重視」としました。

その結果、「機能性重視」は4,154人、「関係性重視」は4,568人となりました。

「機能性重視」、「関係性重視」の分け方

「あなたはどちらの考え方に近いですか？左か右かでお答えください。」

仕事は収入を得るためのもの	仕事は自己実現のためのもの
買い物をする時は、世間で評価の高いものを買いたい	買い物をする時は、自分自身の判断で買いたい
食事の時は、栄養や安全性を重視する	食事の時は、団らんや楽しみを重視する
たまにしか使わないものでも、人とシェアするのに抵抗がある	たまにしか使わないものは、すすんで人とシェアしたい
コミュニティが自分に何かしてくれることを求める	自分がコミュニティに何か貢献したい

左側を3つ以上選んだ方

機能性重視

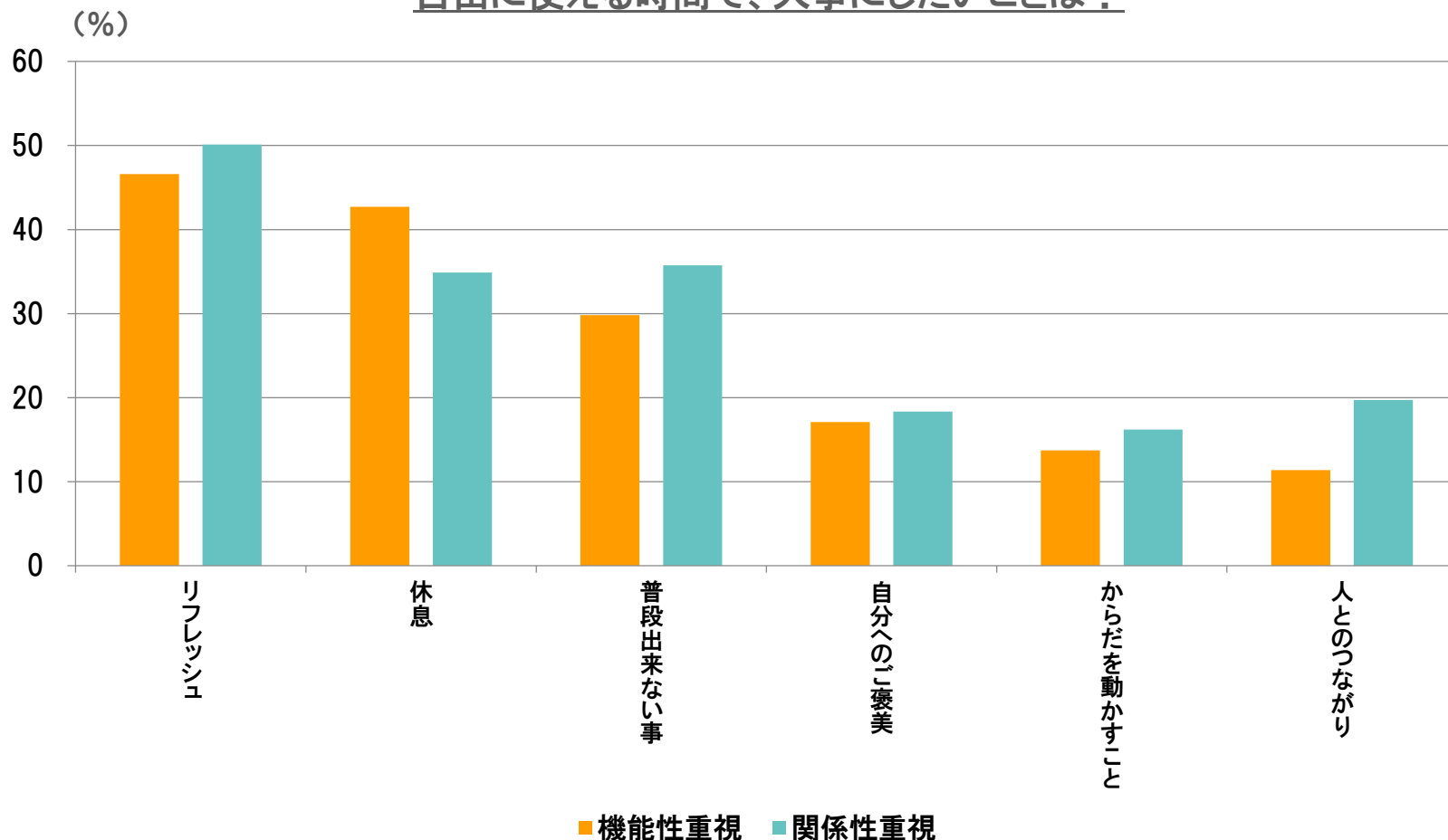
右側を3つ以上選んだ方

関係性重視

Q. 自由に使える時間で、大事にしたいことは？（機能性重視と関係性重視の比較）

自由に使える時間で大事にしたいことを「機能性重視」と「関係性重視」で比較してみた。「機能性重視」の人は「関係性重視」の人と比べて「休息」が高く、「関係性重視」の人は「人とのつながり」や「普段出来ない事」が高い傾向だった。

自由に使える時間で、大事にしたいことは？



Q. 4時間好きに使える時間があったら、どうしたいですか？（自由回答）

「機能性重視」の人では、単語そのままや短い表現、またゴージャスな希望を挙げる傾向が見られた。一方「関係性重視」の人では、状況を具体的に記述した文章が多かった。「機能性重視」の人は、モノや行動の対象が大事なのに対し、「関係性重視」の人は、その背景やプロセスまでも含めて楽しんでいるようだ。

4時間好きに使える時間があったら、どうしたいですか？

機能性重視

映画を見る
(30代男性)

ショッピング
(30代女性)

寝る
(40代男性)

マッサージ
(40代女性)

パチンコ
(50代男性)

家でのんびり
(50代女性)

予算の制約がないならやりたい事はたくさんあるが、現実問題「寝たい」。(30代女性)

お金があれば、北海道に行って、海鮮やラーメンなどおいしい食材を食べたい。(30代男性)

好きに使えるお金もあったら、エステと美容院で、頭から足の先までピカピカにしてもらいたい。(40代女性)

お金があれば、好きな人をデートに誘う。なければその辺をぶらぶらする。(50代男性)

- 短い表現が多い
- お金を使って行うことが多い

関係性重視

知らない街へ、電車など公共機関を使って行きたい。そこで一時間ほどジョギングを楽しみ、温泉につきかり、そのあと郷土料理を食べ、のんびり散歩しながら写真を撮り、満喫したいです。(20代女性)

忙しくて時間がとれないので、読書の時間にあてたいです。電車の中でもできることですが、こういう時間を使って読む本はいつも以上に集中できるし、ぜひいたくだと思います。(30代男性)

時間を気にせず、ゆっくり愛犬の散歩がしたい。季節の花を見て、風の匂いを感じて、行き交う人達と立ち止まって話をしたい。そして公園に行き、ベンチで一休み！缶コーヒーを飲みながら空を見上げてホッと一息。愛犬も足元でくつろぐはず！(50代女性)

- 〇〇して△△して□□したいと、プロセスを記述
- なりたい気持ち、ありたい姿などを記述