

「暮らし」と「暖房」に関する意識調査

家にいるとき最もリラックスできるのは「睡眠時」

半数以上の人々が「暖房器具による部屋の乾燥」に不満を感じ、
約8割の人が睡眠の時間や質を大切にしていることが判明

株式会社コロナ(本社:新潟県三条市、社長:小林一芳)は、理想の暮らしと暖房について、全国の20代～60代の男女1,000人を対象に実態調査を実施いたしました。

【主な調査結果】

- 現在の生活に点数をつけてもらったところ、平均点は65.5点。「旅行に出かける」や「身体を動かす」といったアクティブな行動により生活が良くなると考える人が多い結果に。
- 理想の生活の1位は「家族を大切にできる生活」、2位は「好みの住まいや快適な居住空間で暮らしを楽しむ生活」。
- 家にいる時に最も安心・リラックスできるのは「睡眠時」という結果に。
- 自宅における冬の生活の不満で最も多いのは「暖房器具による部屋の乾燥」で、半数以上の人々が「困ることがある」と回答。
- 冬に気を付けていることで最も多いのは「室内が快適な温度になるようにする」こと。また、8割以上の人々が「体調を整えるために、睡眠の時間や質を大切にすると回答」。

【調査概要】

- ・調査時期 2019年6月21日～24日
- ・調査対象 20代～60代の男女1,000名
- ・調査方法 インターネット調査

【本件に関するお問合せ先】 株式会社コロナ <https://www.corona.co.jp/>

〒955-8510 新潟県三条市東新保7番7号 TEL:0256(32)2111 E-mail:info@hode01.corona.co.jp

- 報道機関からのお問合せ先 株式会社コロナ 広報室
- お客様からのお問合せ先 株式会社コロナ 営業本部

【調査結果】

現在の生活の点数は、平均 65.5 点(100 点満点中)
100 点になるためには、「旅行」や「身体を動かす」などアクティブな行動が必要という結果。
「住んでいる家や場所の変化」「睡眠時間を増やす」など暮らしにまつわる項目も上位に。

現在の生活に点数をつけるとしたら何点か尋ねたところ、平均点は 65.5 点でした。

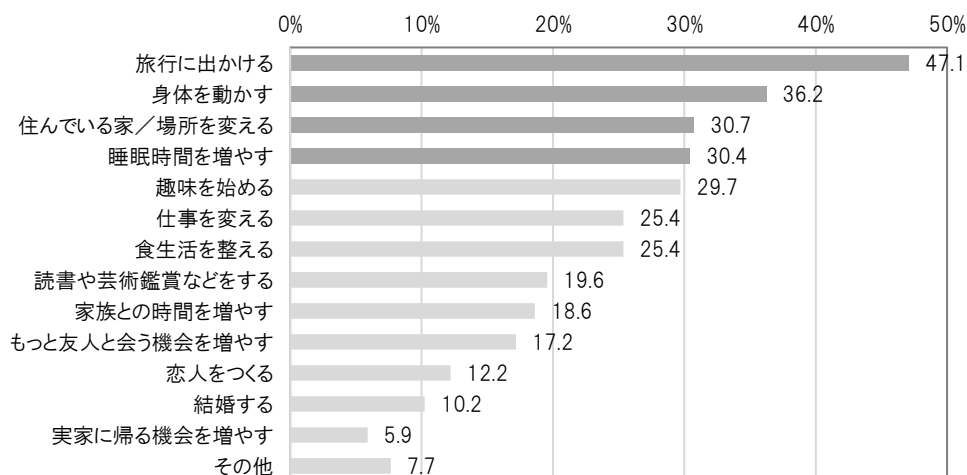
Q.現在の生活に点数をつけるとしたら 100 点満点中何点になりますか？ (n=1,000、0～100 点)

平均点 **65.5** 点

次に、100 点になるために何が必要か尋ねたところ、「旅行に出かける」「身体を動かす」といったアクティブな行動により生活が良くなると考える人が多い結果となりました。また、「住んでいる家／場所を変える」「睡眠時間を増やす」といった暮らしにまつわる項目も上位となっています。

Q.あなたの生活が 100 点になるためには、どういったことが変わったり、必要だったりしますか。

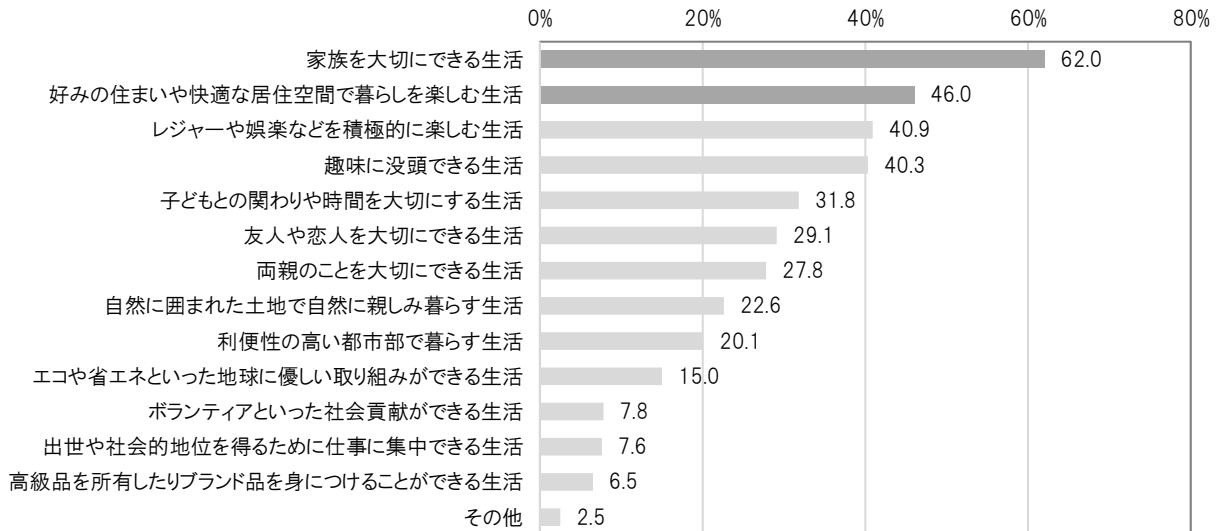
(n=1,000、複数回答)



理想の生活は「家族を大切にできる生活」が 62%とトップ。
次いで「好みの住まいや快適な居住空間で暮らしを楽しむ生活」となり、
多くの人が家族との関わりや家での暮らしを重視している結果に。

理想の生活の 1 位は「家族を大切にできる生活」で 62%、2 位は「好みの住まいや快適な居住空間で暮らしを楽しむ生活」で 46%という結果になり、多くの人が、家族との関わりや日々の家での暮らしを重視していることがわかりました。また、3 位は「レジャーや娯楽などを積極的に楽しむ生活」、4 位は「趣味に没頭できる生活」となりました。

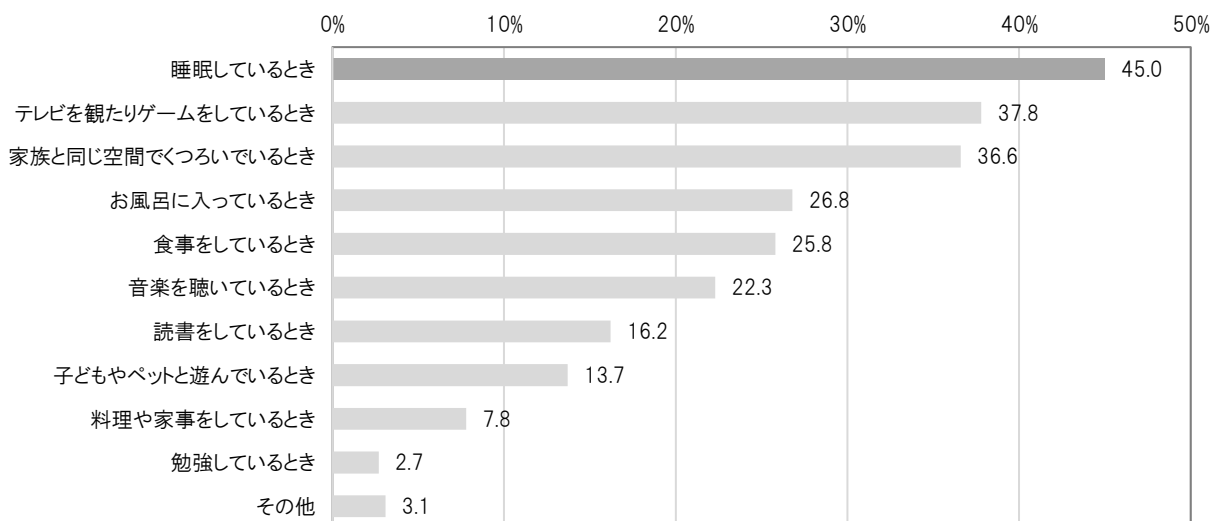
Q.あなたにとって、理想の生活とは、どのような生活ですか。(n=1,000、複数回答)



家にいるときに最も安心・リラックスできるシチュエーションは「睡眠時」。
多くの人が睡眠をリラックスタイムと考えていることが判明。

「家にいるとき、どのようなシチュエーションが一番安心・リラックスできますか?」と尋ねたところ、45%の人が「睡眠時」と回答し、多くの人が睡眠をリラックスタイムと考えていることがわかりました。2位は「テレビを観たりゲームをしているとき」で37.8%、3位は「家族と同じ空間でくつろいでいるとき」で36.6%という結果になりました。

Q.あなたは家にいるとき、どのようなシチュエーションが一番安心・リラックスできますか。
(n=1,000、複数回答)



自宅における冬の生活の不満 1 位は「暖房器具による部屋の乾燥」。
半数以上の人不満を感じている結果に。

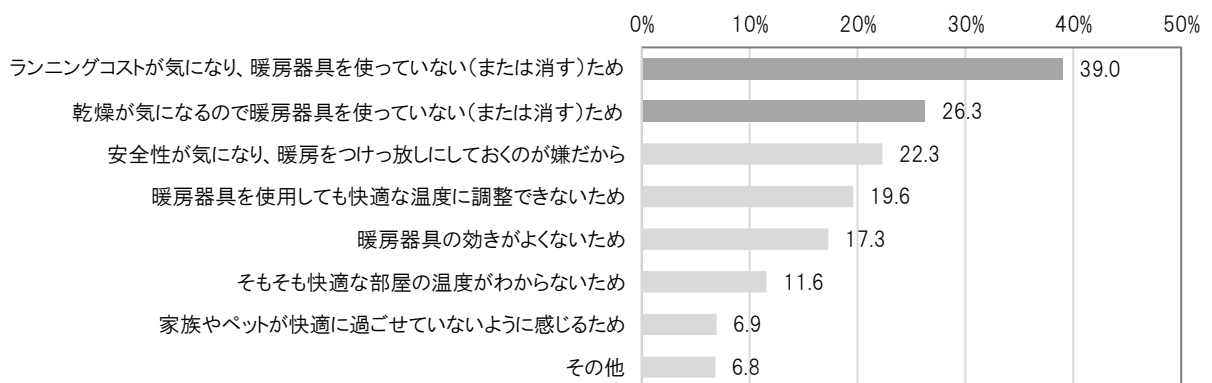
自宅における冬の生活の不満を尋ねたところ、1 位は「暖房器具のせいで部屋が乾燥して困ることがある」で、半数以上の人不満を感じているという結果になりました。2 位は「家の中の寒暖差」、3 位は「起床時、寒さでなかなか起きられない」となり、家の中の寒さを不満に感じていることがわかりました。また、「暖房している時、空気の質が悪くないか気になることがある」と答えた人も 46.9%と、乾燥や空気の質が気になっていることがわかりました。

Q.自宅における冬の生活の不満についてお伺いします。以下の項目に対して、もっとも適当な気持ちをお答えください。(n=1,000、単一回答)

	よくある	ある	まあある	あまりない	ない	全くない
暖房器具のせいで部屋が乾燥して、困ることがある	8.8	13.5	29.9	28.3	13.5	6.0
家の中で、温かい部屋と寒い所の差があり不満に思う	7.3	13.7	29.9	30.8	12.7	5.6
起床時、部屋が寒くてなかなか起きられないことがある	7.5	15.3	25.0	29.1	16.1	7.0
快適な室温に調整できないことで、ストレスを感じることもある	5.2	10.8	31.7	32.1	13.5	6.7
暖房している時、空気の質が悪くないか気になることがある	5.1	14.0	27.8	31.8	14.0	7.3
部屋が寒いと寝付けなさと感じることもある	5.8	14.6	24.7	32.2	14.0	8.7
自然と(暖房器具から出る)温風に当たる場所を避けていることがある	5.3	11.0	23.5	35.4	17.1	7.7
部屋の寒さで夜中に目が覚めてしまうことがある	3.8	9.6	19.6	37.7	19.0	10.3
暖房器具の音が気になって、リラックスできないことがある	2.8	6.7	17.4	38.7	22.6	11.8

また、「部屋が寒くて起きられない」「快適な室温に調整できない」「空気の質が気になる」「部屋が寒いと寝付けなさと」「寒さで目が覚める」と答えた人にその原因・理由を尋ねたところ、ランニングコストを気にして暖房器具を使っていない人が 39%いるほか、乾燥を気にして暖房器具を使っていない人も 26.3%いることがわかりました。

Q.その原因・理由として考えられることを教えてください。(n=1,000、複数回答)



冬の生活では、8割以上の方が「室内の温度」「冷え対策」「睡眠の時間や質」に気を配っており、「湿度」「ホコリやハウスダスト」など空気の質にも関心を寄せていることが判明。

冬に気をつけていることを尋ねたところ、1位は「室内が快適な温度になるようにする」で85.2%。次いで、「冷え対策」「睡眠の時間や質」が上位となり、8割以上の方がこれらに気を配っていることがわかりました。また、「乾燥しないように湿度にも気を配る」「ホコリやハウスダストなど空気にも気を配る」など空気の質にも関心を寄せていることがわかりました。

Q.自宅における冬に気をつけている事についてお伺いします。以下の設問に対して、もっとも適当な気持ちをお答えください。（n=1,000、単一回答）

