

北海道のくらしアンケート くらしく アンケートレポート

第228回アンケート 2016年夏の暮らしアンケート

アンケート実施期間 2016年6月27日～7月20日

モニター総数 282名（男性64名 女性218名）

調査方法 全国のくらしく登録モニターハイターネットアンケート

■アンケートまとめ

- 夏物衣料購入、模様替えをしようと思うのは、北海道（5月下旬・6月初旬）、北海道以外（5月初旬・6月初旬）
- 冬物を片付ける時期、北海道、北海道以外共に（5月初旬・5月中旬）が多い
- 夏の暮らし準備は、コードやブーツ等冬物衣料の片づけ（64%）冬物衣料のクリーニング（54%）暖房器具を片付ける（53%）
- 冷菓が食べたくなる時期、北海道（6月中旬）、北海道以外（5月初旬・中旬）、全体的にあまり季節を意識して食べていない。
- 冷やし中華、そうめんなど涼味を食べたくなる時期、北海道（6月中旬・7月以降）、北海道以外（6月初旬）
- 夏の節電に関して、節電を意識して生活する（50%）、意識するがあまり実践できていない（37%）
- 普段の生活で節約している費用は、食費（46%）、外食費（45%）、衣料・ファッション（39%）、光熱費（34%）

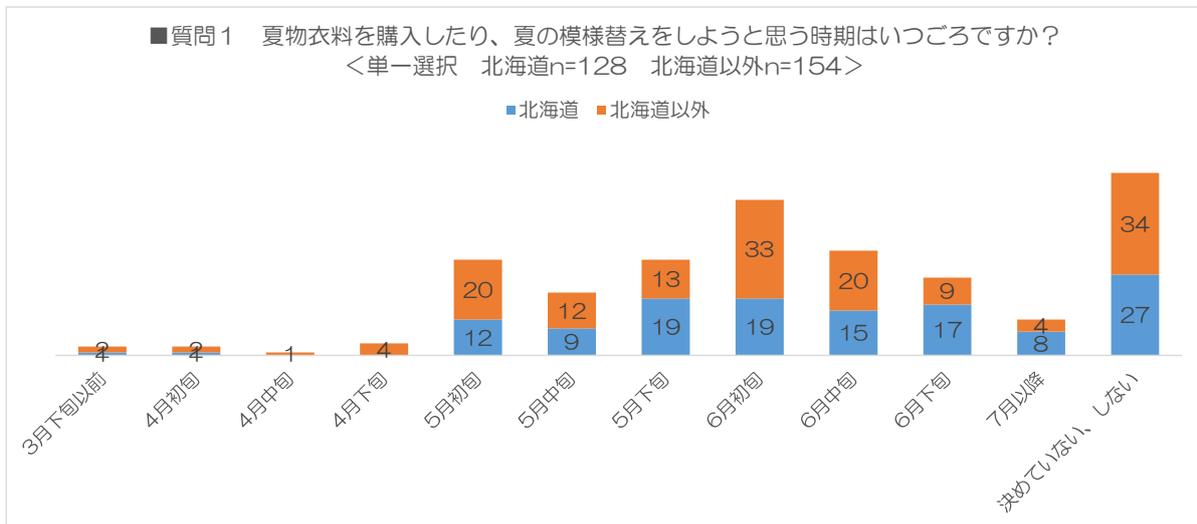
■アンケート項目

登録モニターの皆さんに、2016年夏の暮らし方についてお聞きしました。

一部の集計はパーセントではなく、北海道（128）、北海道以外（152）の人数表記になっています。

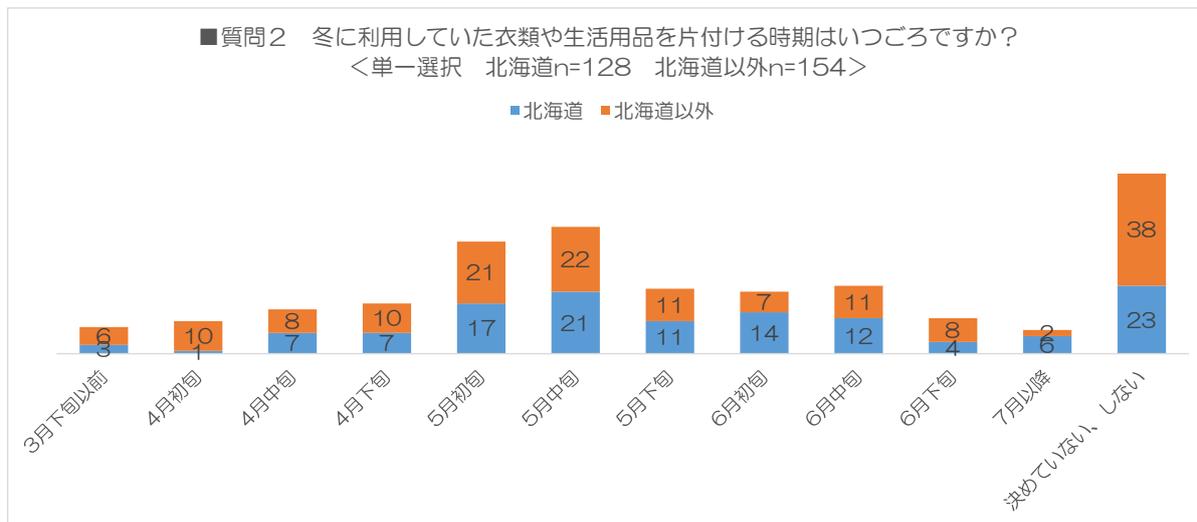
■質問内容

- ①夏物衣料を購入したり夏の模様替えをしようと思う時期
- ②冬に利用していた衣類や生活用品を片付ける時期
- ③夏のくらし準備にすること
- ④冷菓を食べたくなる時期
- ⑤涼味を食べたくなる時期（素麺、冷やし中華など）
- ⑥今年の夏の節電に対する意識
- ⑦節電・節電等に関して、具体的にを行う事
- ⑧夏のくらし準備の際に特に気にしていること



夏物商品を購入したり、生活を夏仕様にしたいと思う時期をお聞きしました。

グラフの色は地域別になっています。地域名にある数字は総数です。北海道では、5月下旬・6月初旬が多く、北海道以外では5月初旬・6月初旬が多くなっています。



冬物を片付ける時期をお聞きしました。グラフの色は地域別になっています。地域名にある数字は総数です。北海道、北海道以外共に5月初旬・中旬が中心になっています。

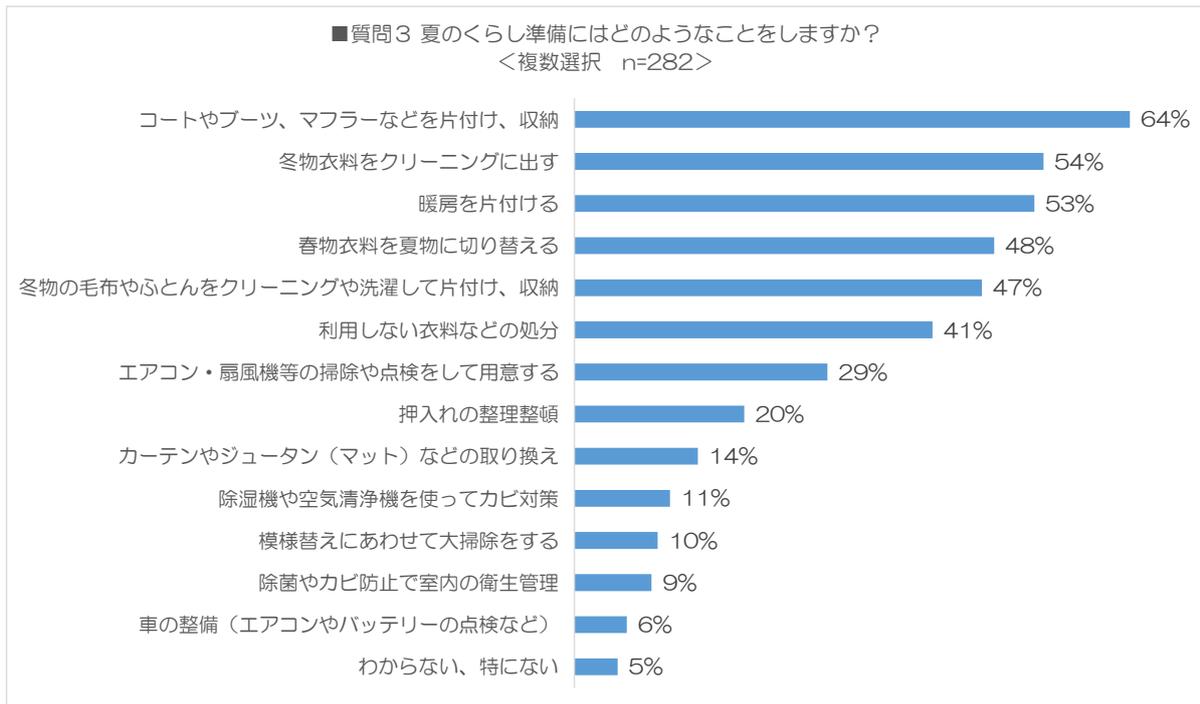
北海道の暮らしアンケート 暮らしく アンケートレポート

第228回アンケート 2016年夏の暮らしアンケート

アンケート実施期間 2016年6月27日～7月20日

モニター総数 282名 (男性64名 女性218名)

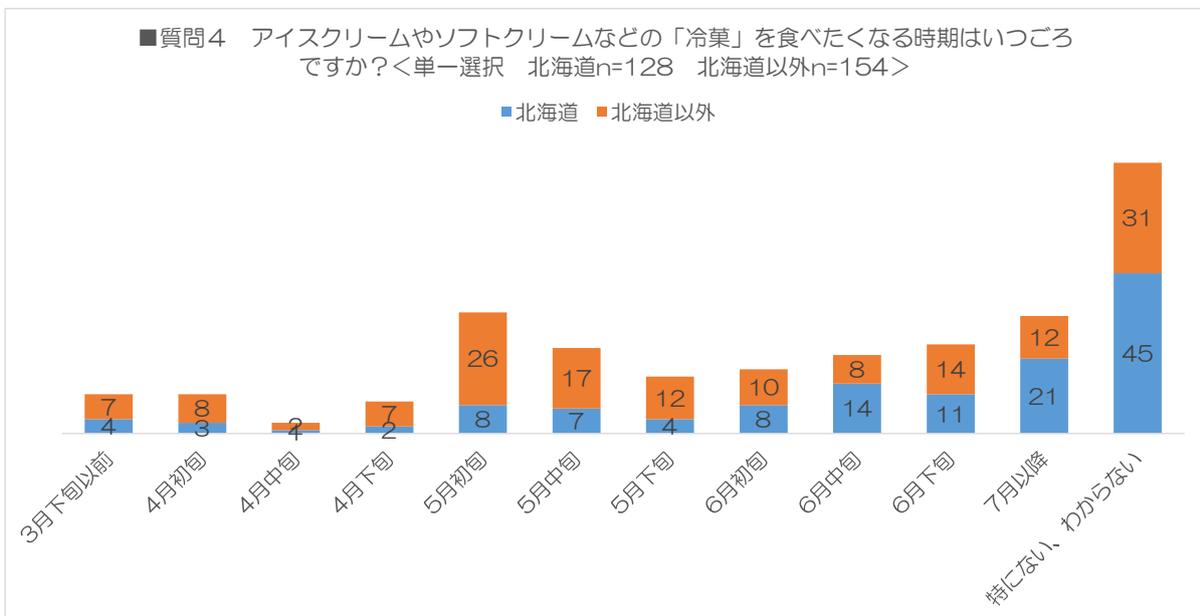
調査方法 全国の暮らし登録モニターインターネットアンケート



夏の暮らし準備にはどのような事をするのかお聞きしました。

1位：コートやブーツ等冬物衣料の片づけ（64%） 2位：冬物衣料のクリーニング（54%）

3位：暖房器具を片付ける（53%） 4位：春物から夏物衣料への切り替え（48%） 5位：冬物の毛布や布団の片付け（47%） となりました。冬物用品の収納と片付けが中心の意見になっています。



アイスcreamやソフトクリームなどの冷菓を食べたくなる時期を聞きしました。

北海道では、6月中旬以降が多く、北海道以外は5月初旬・中旬が多くなっています。

この質問に関しては「特になし、わからない」が75名と多く、1/4の方は、冷菓に関して食べたくなる時期は、あまり意識していないようです。

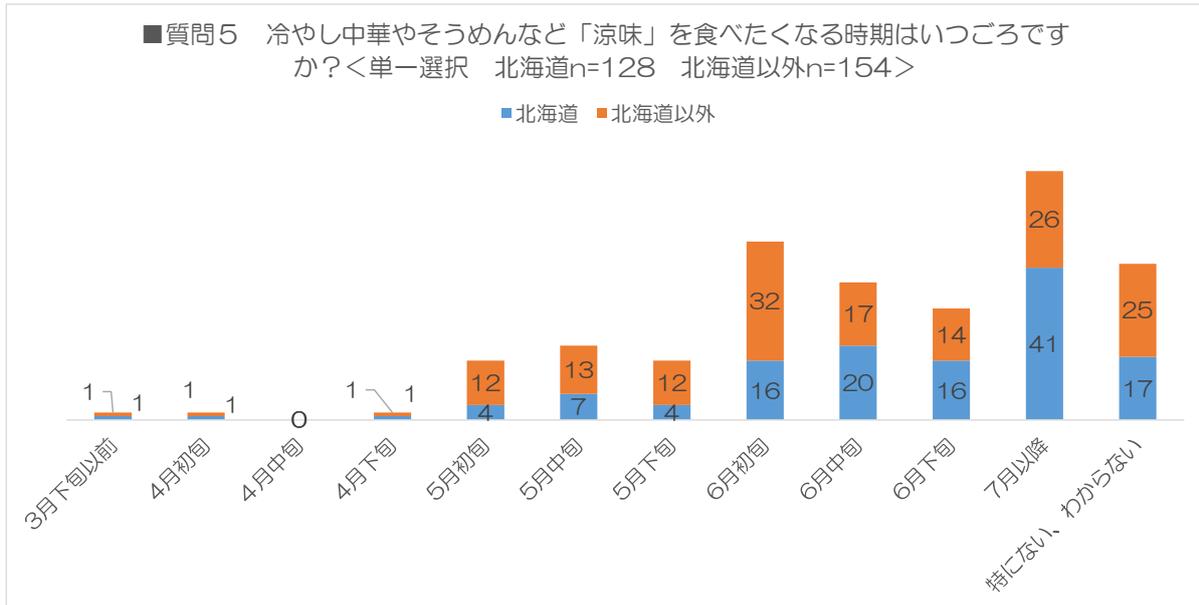
北海道のくらしアンケート くらしく アンケートレポート

第228回アンケート 2016年夏の暮らしアンケート

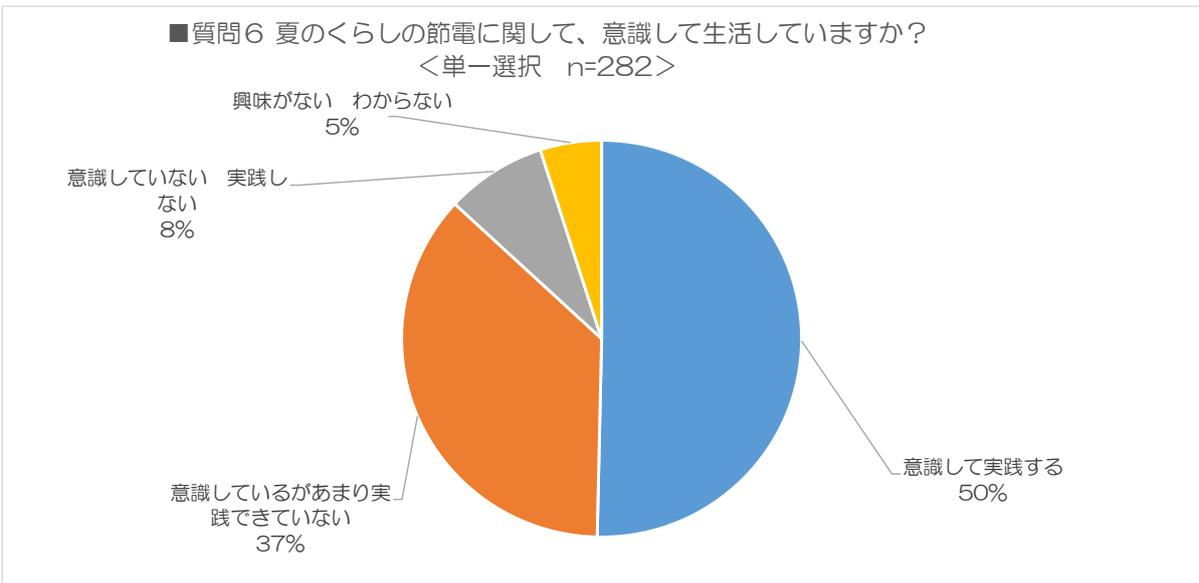
アンケート実施期間 2016年6月27日～7月20日

モニター総数 282名 (男性64名 女性218名)

調査方法 全国のくらしく登録モニターハイターネットアンケート



素麺や冷やし中華などの涼味を食べたくなる時期をお聞きました。グラフの色は地域別になっています。地域名にある数字は総数です。北海道では、6月中旬と7月以降が多く、北海道以外は6月初旬に多くなっています。



夏のくらしの節電の意識についてお聞きました。
 ○意識して実践する (50%) ○意識するがあまり実践できていない。(37%)
 ○意識していない実践しない (8%) ○興味がない (5%)
 5割以上の方が節電に関して、意識して実践していると答えています。

北海道のくらしアンケート くらしく アンケートレポート

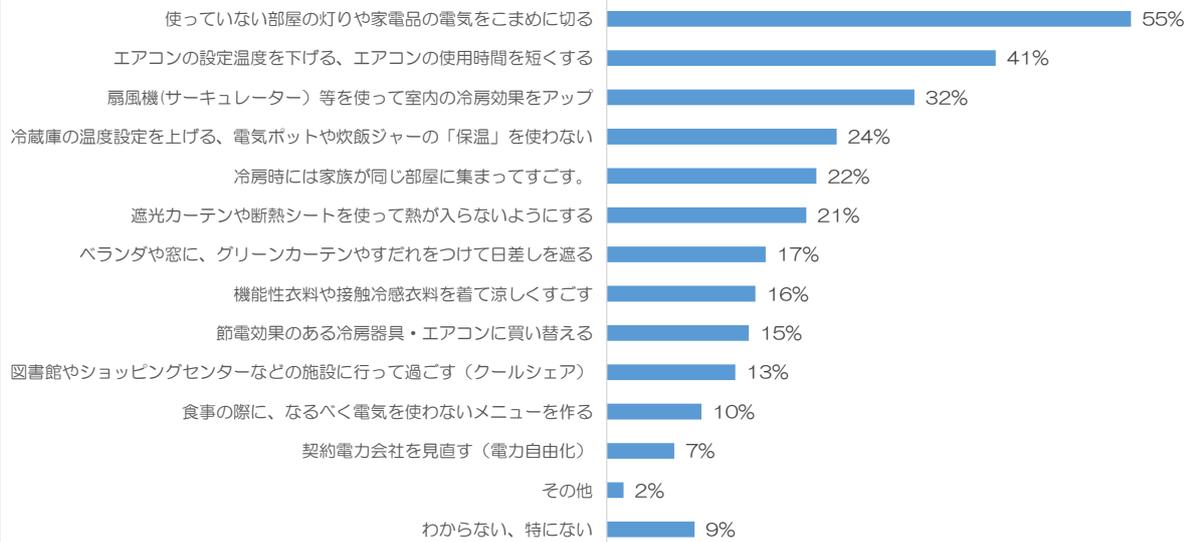
第228回アンケート 2016年夏の暮らしアンケート

アンケート実施期間 2016年6月27日～7月20日

モニター総数 282名 (男性64名 女性218名)

調査方法 全国のくらしく登録モニターハイターネットアンケート

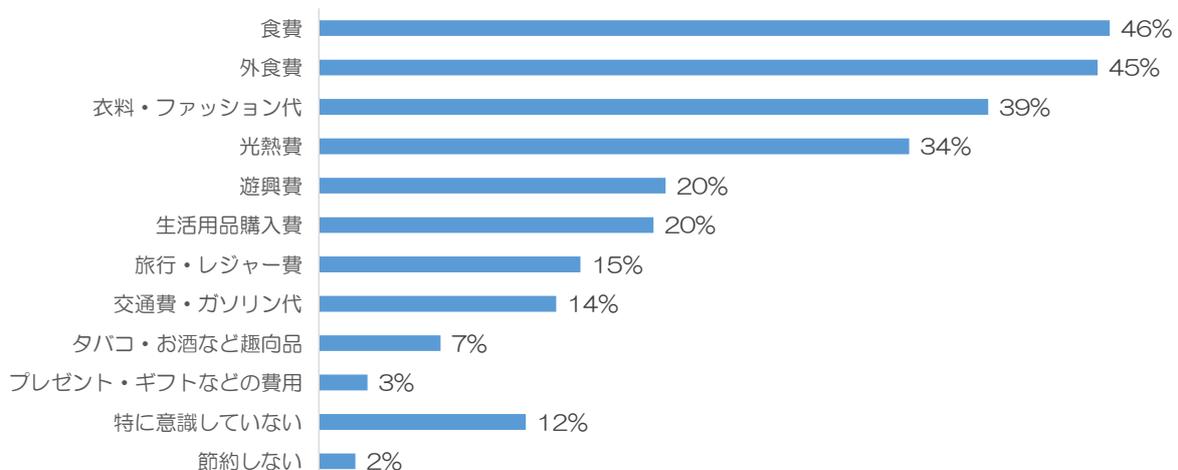
■質問7 夏のくらしの節電で心掛けている事、今夏にしてみようと思う事があればお答えください。〈複数選択 n=282〉



- ・エアコンはつけたり消したるすると電気代がかかると聞いたので、一定の温度でつけておく(40代:女性)
- ・入浴剤をクールミントの清涼感を感じるものにしてます。今年は、寝具をヒンヤリ感じる機能性のものに変えました。(40代:女性)
- ・早寝早起き。朝が早く日が長いので有効活用。(30代:女性)
- ・朝早くに涼しい空気を部屋に入れて午後には西日が入る部屋のシャッターは閉める。他は網戸全開(50代:女性)
- ・庭に、もみじ、花ミズキなど広葉樹林を植え、日陰を作ってる最中です。(50代:女性)
- ・電気のアンペアを15アンペアに契約変更した(50代:女性)
- ・道路に水まきをする(19歳以下男性)

節電に関しては、使っていない灯りや電気をこまめに切る(55%)、エアコンの設定温度、使用時間(41%)、冷房効率のアップ(32%)、冷蔵庫の温度設定、ポットの保温機能などを使わない(24%)、冷房の時は家族が集まって過ごす(22%)などの意見が多くありました。

■質問8 普段の生活で、意識してどんな費用を「節約」していますか? 〈複数選択 n=282〉



普段の生活で節約している費用を効きました。
 1位:食品(46%) 2位:外食費用(45%) 3位:衣料・ファッション(39%) 4位:光熱費(34%)
 5位:遊興費・生活用品購入費(20%) となりました。

北海道のくらしアンケート くらしく アンケートレポート

第228回アンケート 2016年夏の暮らしアンケート

アンケート実施期間 2016年6月27日～7月20日

モニター総数 282名 (男性64名 女性218名)

調査方法 全国のくらしく登録モニターへインターネットアンケート

■質問9 夏の生活で、特に気をつけている事、実行している事はありますか？

(例：夏バテ、食品の衛生管理、外出時の紫外線対策、クールビズ等) (自由回答抜粋)

【食事】

- ・あまり作り置きなどはしないようにしています。夏場は冷たい料理をよく作るようになります。味噌汁も冷やしたり、意外と美味しいです。(30代:女性)
- ・いつもより野菜をたくさん摂取するよう心がけてます(50代:女性)
- ・なるべく食事ではアッサリ系でお野菜とお魚とお肉をローテーションで蒸し系で載し様にしています。魚は旬の物を取り入れて居ます。(40代:女性)
- ・ピクルスなどの酢の物や冷凍フルーツをアイス代わりにしている。(40代:女性)
- ・胃腸に負担をかけないように、油ものを控える(50代:女性)
- ・夏でも飲み物は常温か温かいもの飲んでます。身体冷やしすぎないように。生姜は一年中摂取してます(50代:女性)

【夏バテ対策】

- ・夏バテをしないように、なるべく冷たいものを食べない。(40代:女性)
- ・夏バテ対策でヨーグルト等を食べ続ける。(40代:女性)
- ・夏バテ対策として、お酢の炭酸割りを毎日飲みますクエン酸が疲労回復に効果があると聞いたので毎週末、漂白する習慣をつけてます 食器、お弁当箱、包丁、まな板、水筒等 食中毒が怖いので(40代:女性)
- ・夏場はあまり作り置きしない。買い物をごまめに行くようにする。家族みんな暑くても煮物や味噌汁など 熱いメニューを良く食べるので、バテずに過ごせます!(30代:女性)

【衛生管理】

- ・夏は特に食品の管理は徹底しています。食べ終わったらラップして直ぐに冷蔵庫に入れる等しています。でないと、夜中に茶褐色の害虫で「ゴ」のつく恐ろしい奴がいますし。(40代:男性:)
- ・近くに住む両親へオカズを運んでいるので 食品の腐敗が心配です。冷めたらすぐに冷蔵庫へ入れて保冷剤と一緒に持って行ってます。(50代:女性)
- ・次亜塩酸水を使い菌の繁殖を防ぐ。(19歳以下男性)
- ・食中毒対策、防カビ、室内干しの臭い対策、スタミナをつける(30代:女性)
- ・食中毒予防(特にお弁当つくりで)、熱中症と脱水予防のために水分摂取、家の周りの防虫(蜂、蚊、アリなど)。(40代:女性)
- ・食品が傷みやすいため。出しっぱなしにしないように気をつける(40代:女性)
- ・夫のお弁当箱のふたにはチューブのわさびを付けます。市販の腐敗防止わさびシートと同じ効果があると聞いたので。あと、保冷剤も載せてお弁当を持たせます(30代:女性)

【湿気対策】

- ・毎年カビ対策に追われます。特に北向きの寝室がひどいので、かび防止スプレーをかけ、除湿剤を置き、風通しを良くし、生えたカビには強力な浴室用のカビキラーで除去とごまめな掃除を。(60代:女性)
- ・カビ(30代:女性)
- ・衛生管理 湿気対策(40代:女性)

【水分補給】

- ・水分、塩分の補給 無理をしない 豚肉を食べる(40代:女性)
- ・水分補給、ダブルボトル携帯し体内には水を飲んで肌表面にはミストとしてスプレーする。(50代:女性)
- ・脱水にならないように、スポーツドリンクを常備したり、塩分の多いお菓子(おせんべいなど)を食べたりするようにしています。(20代:女性)
- ・熱中症対策で水分をごまめに摂ること、暑いときには無理に外で活動しない、(40代:女性)

【紫外線・日差し対策】

- ・お日様に当たると腕に日光湿疹ができるので紫外線対策のために日傘と手袋を付ける。(60代:女性)
- ・外出時の紫外線対策、虫よけ対策、食品の衛生管理(40代:女性)
- ・紫外線対策。UVケアと帽子と日傘は欠かせない(40代:女性)
- ・紫外線対策で今までやっていなかったのですが、目の保護を目的に、サングラスをつけることにしました(40代:女性)
- ・春から夏にかけて紫外線が急激に高まる。そこで紫外線に対する抵抗力があるといわれるヨーグルトの摂取に心がけたい。(50代:男性:)
- ・熱中症、紫外線対策のための日傘、帽子、手袋、日焼け止め、エアコンの温度(50代:女性)

【日焼け対策】

- ・日焼けしないようにきをつけています。が、時間がなくて日焼け止めを塗れずに外出したり...(30代:女性)
- ・日焼け対策。虫が入ってこないように網戸はきちんと閉める。さほど暑くなくても水分補給をしっかりとする。野菜やお肉がいたみやすいので、買い込みすぎないようにする。(30代:女性)

北海道の暮らしアンケート ぐらしく アンケートレポート

第228回アンケート 2016年夏の暮らしアンケート

アンケート実施期間 2016年6月27日～7月20日

モニター総数 282名 (男性64名 女性218名)

調査方法 全国のぐらしく登録モニターハイターネットアンケート

■質問9続き 夏の生活で、特に気をつけている事、実行している事はありますか？(自由回答)

【睡眠・生活サイクル】

- ・栄養と睡眠にはこの時期神経を遣ってる。又、熱中症は怖いので水分をまめにとる。(60代:女性)
- ・夏バテ防止、早朝の活動開始(60代:男性:)
- ・睡眠時間を多くとる。冷たいものは、あまり食べない(50代:女性)
- ・良く寝る 風呂はつかる(40代:女性)

【冷房対策】

- ・冷房をできるだけつけない(20代:女性)
- ・冷房が寒すぎるところがあるので、常に上着を持っています。(20代:女性)

【暑さ対策】

- ・夏の作業時には首に保冷剤をまくなどしている。(30代:女性)
- ・夏は、暑いですから、いかに涼しく生活をしていくかが大切です。身体を動かして、食生活を改善して、なるべく、消化の良いものを食べることに、心がけています。(70歳以上:男性:)
- ・夏バテ、熱中症対策(50代:女性)
- ・現場系で年がら年中汗をかく職場ですが、夏は特に暑いのでアディダスのクライマチルシャツを去年から着ています。背中に付いているアルミチップのおかげで涼しいです。(40代:女性)
- ・週末に家族で出かける際等、公園、ショッピングセンターなどの近場でもクーラーバックに保冷材を入れて車に常備、飲み物を持ち歩いています。(30代:女性)

【ペット】

- ・夏風邪引かないように、ペットの夏バテ予防。(20代:男性:)

【節電】

- ・便座暖房を切る(40代:女性)

たくさんのご意見ありがとうございました。

夏の暮らしについて、特に気をつけている事、実行している事で多かったのは、体調管理に関しては、夏バテ、健康管理、睡眠や栄養のある食事なども含めて多くありました。食に関しては、食事の作り過ぎ、まとめ買いをしない、食器の等の除菌をするなど、衛生管理に関しての意見も多くありました。

それ以外に、紫外線対策、熱中症対策、冷房に対する対策などの意見がありました。

調査集計:株式会社オミセネット url:<http://omisenet.com> mail : info@omisenet.com