

<ダイキン『第27回 現代人の空気感調査』>

東京の男女400人に聞いた「インドア(室内)とアウトドア(屋外)の空気感調査」

11月9日は“いい空気”の換気の日 在宅時間の増加で気づく、室内空気の「息苦しさ」や「よどみ」 室内空気への不満が影響？ 秋の行楽シーズン、アウトドアのごちそうは“キャンプ飯”より「キレイな空気」!

ダイキン工業株式会社は“いい(11)空気(9)”の語呂合わせである11月9日の「換気の日」を前に、「第27回 現代人の空気感調査」として、コロナ禍(2020年1月～2021年10月)でテレワーク、アウトドア活動を経験した東京在住・在勤の男女400人を対象に、インドア(室内)とアウトドア(屋外)の空気に対する意識を調査しました。

現代人の空気感調査は、“空気”に関する現代人の意識や課題を浮き彫りにし、日頃意識されにくい“空気”について多くの方々に興味と関心を持っていただくことを目的として、2002年から実施しています。

コロナ禍の2020年以降、テレワークやステイホームが続き、インドア(室内)で過ごす時間が増えたという人が多かったと思います。一方で、「3密」(密閉・密集・密接)を回避できるレジャーとして、近年ブームにあるアウトドア活動が一層注目を集めるようになりました。この背景には「アウトドア(屋外)でキレイな空気を吸いたい」という、私たちの生理的な欲求もあったのではないのでしょうか。

そこで、27回目となる今回の空気感調査では、在宅時間が増えたことでインドア(室内)とアウトドア(屋外)の空気に対する意識・行動がどのように変化しているのか、その実態について調査を行いました。その結果、在宅時間の増加は、これまであまり意識してこなかった「自宅の空気環境」に対する気づきを生み、テレワーク時のイスや机、PCや通信環境などを整備するのと同じように、自らのパフォーマンス維持・向上のために空気を「整える」という新たな行動につながっている人も多いことがわかりました。また、アウトドア活動に求めるものとして、これまでブームを牽引してきた、いわゆる“映える景色”や“キャンプ飯”より「キレイな空気」を挙げる人が多くいるなど、新しい日常の中で、インドア(室内)とアウトドア(屋外)の空気感・空気への意識は変わりつつあるようです。

本調査の主な結果は以下の通りです。

テレワーク・アウトドア経験のある東京の男女400人に聞いた「インドア(室内)とアウトドア(屋外)の空気感調査」

テレワーク、ステイホームで高まるインドア(室内)の空気環境に対する意識

- コロナ禍で増える在宅時間、テレワーカーの約5割(52.6%)が週30時間以上増加P.2
- 在宅時間の増加で約7割(68.0%)が気づく、室内空気の「息苦しさ」「よどみ」P.2
- 室内空気の「息苦しさ」「よどみ」対策は、女性のほうが積極的P.3
- テレワーク時に6割超が感じる空気課題は、「よどみ」「温度・しつ度の維持・調整」P.4
- 室内の空気環境がテレワーク時のパフォーマンスに「影響する」(92.5%)P.5
- テレワーク時の空気環境 お金をかけて「整える」人は約8割(79.1%)P.5

アウトドアブームの背景にある、アウトドア(屋外)の「キレイな空気」を求める意識

- コロナ禍でデビューした新規アウトドアユーザーは約2割(21.8%)P.6
- アウトドアの目的は“映える景色”、“キャンプ飯”より「キレイな空気」!P.6
- コロナ自粛の影響!? アウトドア活動したい気持ちが「強くなった」が8割超(82.5%)P.7
- アウトドア活動したい季節1位は「秋」(74.3%)P.7
- 参考:ベテランアウトドアユーザーは「空気の達人」!?P.8

コロナ禍で増える在宅時間、テレワーカーの約5割(52.6%)が週30時間以上増加

コロナ禍のテレワーク、ステイホームに伴い、自宅で過ごす時間はどのくらい増えているのでしょうか。テレワークを経験した男女に、「2020年1月以降、あなたの在宅時間はどのくらい増えましたか」と聞いたところ、約5割(52.6%)の人が1週間当たり30時間以上も増加していることが分かりました(図1)。

Q: 2020年1月以降(コロナ禍以降)、テレワーク、ステイホームに伴い、あなたの在宅時間はどのくらい増えましたか。(SA)
 ※コロナ禍以前(2019年)と比べて1週間当たりどのくらい増えたのか平均的な状況について回答してください。

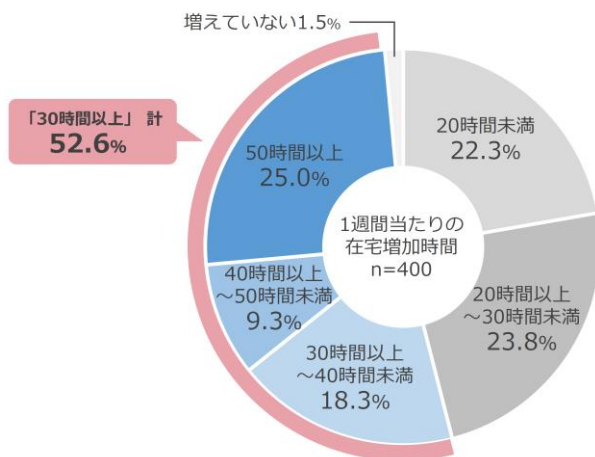


図1 テレワーク、ステイホームに伴う在宅時間の増加

在宅時間の増加で約7割(68.0%)が気づく、室内空気の「息苦しさ」「よどみ」

在宅時間が増える中、自宅の空気環境をどう感じているのでしょうか。「自宅の空気に息苦しさ(閉塞感・密閉感)やよどみ(こもっている、滞留している感じ)のようなものを感じることはありませんか」と聞いたところ、約7割(68.0%)の人が「感じる」「よく感じる」「たまに感じる」と回答しました(図2・左)。年代的には20～30代の若い世代、性別で見ると、女性よりも男性で多くなっています。(図2・右)。若い世代は単身者も多く、ワンルームなどの限られた居住スペースの中で一人の時間を過ごすことが多くなり、精神的な閉塞感も相まって室内空気の課題を感じやすくなっているのかもしれませんが、「息苦しさ」「よどみ」を解消する行動の理由として、「ずっと家の中にいると心まで閉ざされてしまいそうになり、外気を取り入れたい」(30代・女性)という声もありました。

Q: 在宅時間が増えたことに伴い、自宅の空気に息苦しさ(閉塞感・密閉感)や、よどみ(こもっている、滞留している感じ)のようなものを感じることはありませんか。(SA) ※対象:在宅時間が増えた人

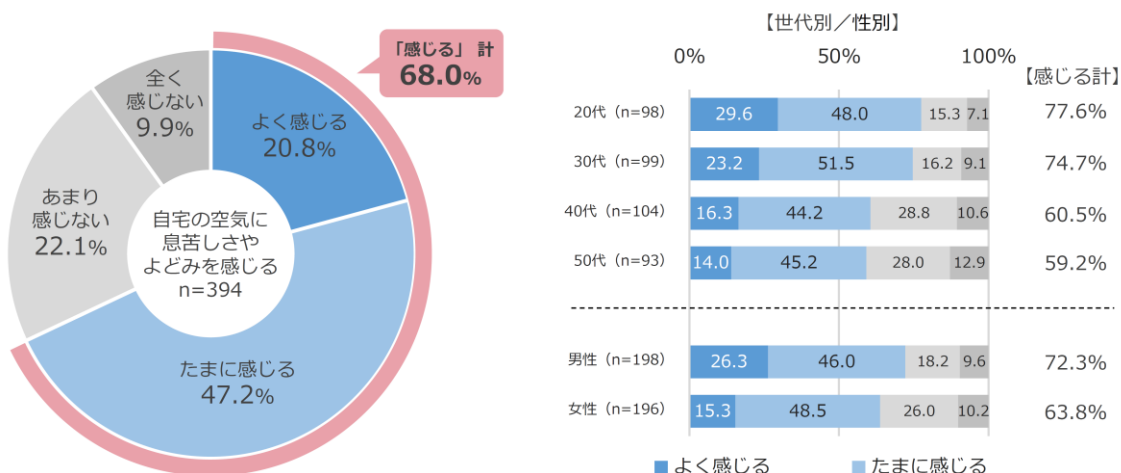


図2 自宅の空気に息苦しさ(閉塞感・密閉感)やよどみ(こもっている、滞留している感じ)を感じる

室内空気の「息苦しさ」「よどみ」対策は、女性のほうが積極的

室内空気の「息苦しさ」や「よどみ」を感じているのは、女性よりも男性のほうがやや多い結果となりましたが、それらを解消するための取り組みはどうなっているのでしょうか。「自宅の空気に感じる、息苦しさ(閉塞感・密閉感)やよどみ(こもっている、滞留している感じ)を解消(または予防)するためにしていることはありますか」と聞いたところ、全体では「窓を開ける／換気する」(73.9%)を挙げる人が最も多く、「近所を散歩する」(64.6%)が続きます。(図3)。これら上位の項目を見ると、いずれも男性より女性のほうが高くなっています。女性のほうが、普段から自宅を起点とした身の回りの快適な暮らし方を意識・模索していることが影響しているのかもしれませんが。

Q: 自宅の空気に感じる、息苦しさ(閉塞感・密閉感)やよどみ(こもっている、滞留している感じ)を解消(または予防)するためにしていることはありますか。(MA) ※対象: 自宅の空気に「息苦しさ」や「よどみ」を感じている人

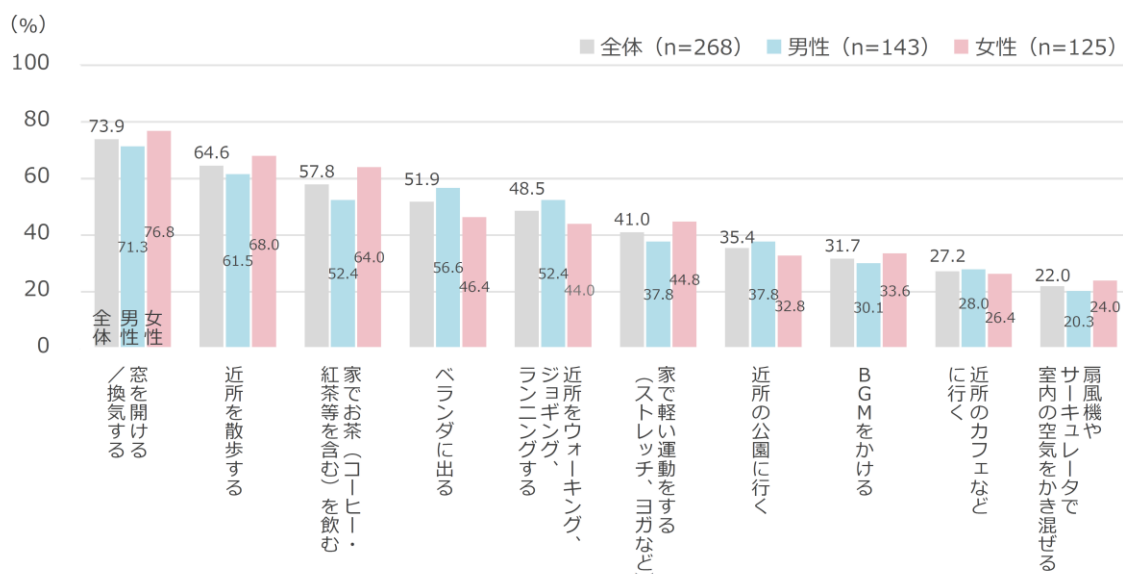


図3 空気の「息苦しさ」や「よどみ」を解消するためにしていること

最も回答が多かった「窓を開ける／換気する」について、在宅の増加時間との関係を見ると、在宅時間が増えた人ほど窓開け、換気を実施する傾向にあることが分かります(図4)。「換気」というコロナ禍の新しい生活習慣を定着させている一つの要因には、感染症対策としての意識だけでなく、在宅時間の増加に伴う空気課題に対する認識の高まりが大きく関係しているといえそうです。

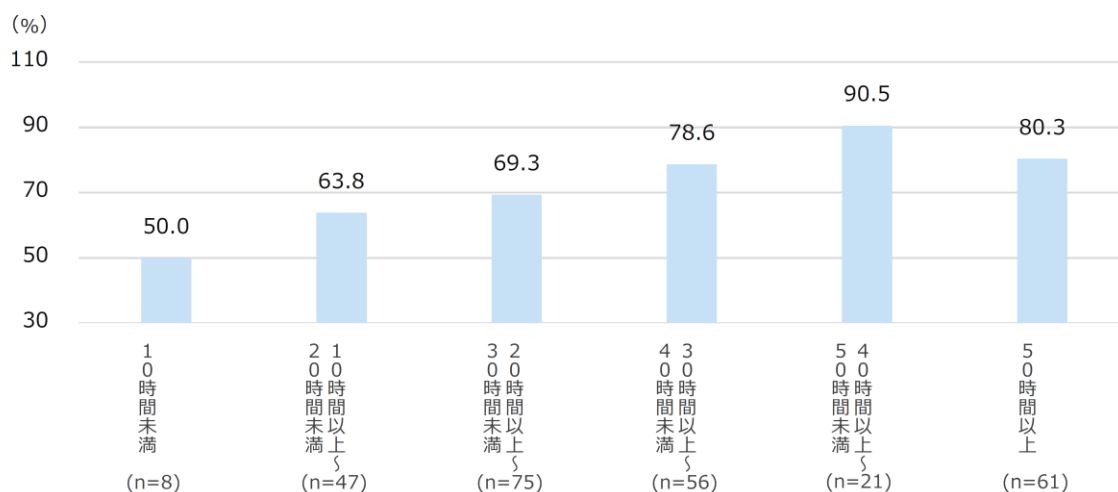


図4 在宅時間の増加幅別、空気の「息苦しさ」「よどみ」を解消するために「窓を開ける／換気する」の実施率

テレワーク時に6割超が感じる空気課題は、「よどみ」「温度・しつ度の維持・調整」

テレワーク中の空気についてはどのような課題を感じているのでしょうか。「あなたはご自宅でのテレワーク時に、(以下の)空気の課題について、どのくらい感じていますか」と聞いたところ、全体の6割を超える人が「空気のよどみ」(62.6%)に課題を「感じる」(「よく感じる」「たまに感じる」)ことが分かりました(図5)。コロナ禍で「換気」をするようになったことで、改めて空気の状態に関心が向き、「よどみ」といった課題も意識されるようになったと捉えることもできそうです。また、「快適な温度の維持・調整」(68.6%)、「快適なしつ度の維持・調整」(62.5%)というように、暑い、寒いといった快適性に直接かかわる課題をより感じる結果となった一方、身の回りで気になりそうな「空気の汚れ」「人やペットのニオイ」「その他の生活臭」を「感じる」人は少ない結果となりました。

Q: あなたはご自宅でのテレワーク時に、(以下の)空気の課題について、どのくらい感じていますか。(SA) n=400

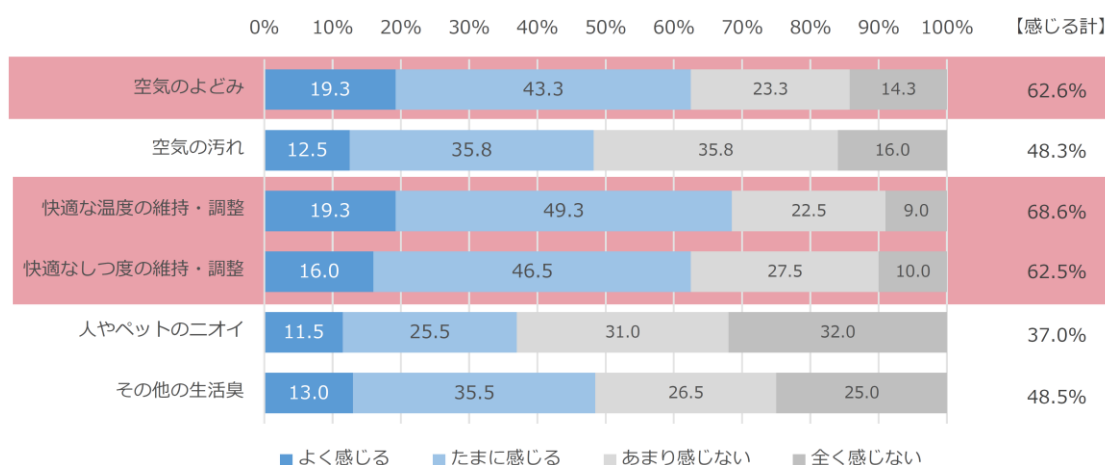


図5 自宅でのテレワーク時に感じる空気の課題

テレワーク時の空気の課題上位3項目を男女別で見ると、「空気のよどみ」は女性より男性がやや多く、反対に「快適な温度の維持・調整」、「快適なしつ度の維持・調整」は男性よりも女性が上回っています(図6)。一般的に、女性は男性と比べ寒さや乾燥に敏感なため、テレワーク中の温度、しつ度に課題を感じる人が多くなっている可能性が考えられます。

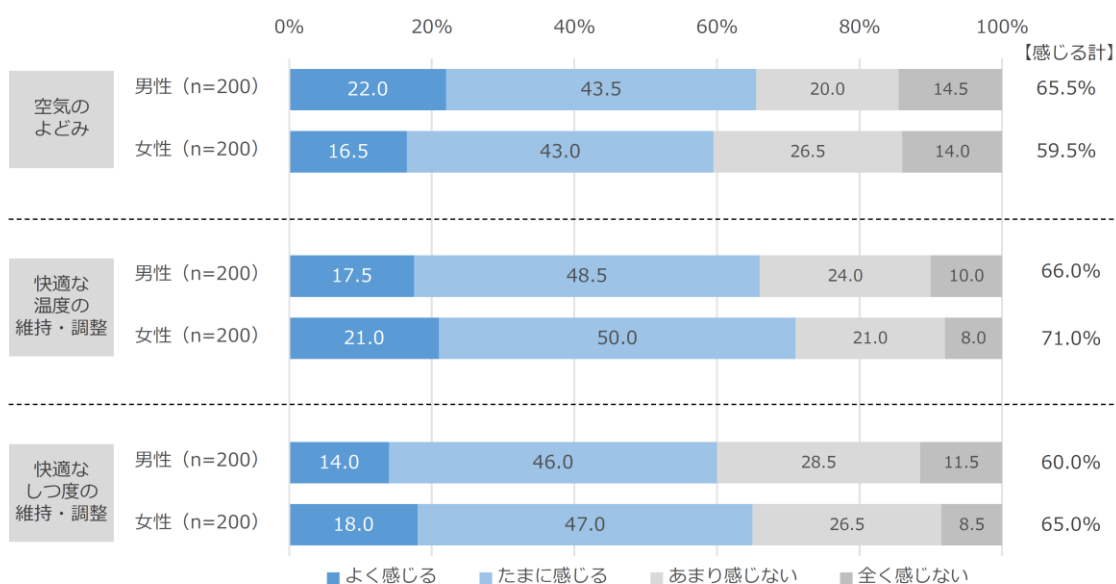


図6 自宅でのテレワーク時に感じる空気の課題(上位3項目男女別)

室内の空気環境がテレワーク時のパフォーマンスに「影響する」(92.5%)

空気の「よどみ」や「快適性の維持・調整」などの空気課題はテレワーク時のパフォーマンスに影響を与えているのでしょうか。「あなたは室内の空気環境がテレワーク時のパフォーマンスに影響すると思いますか」と聞いたところ、**9割超(92.5%)が「影響する」**(「影響すると思う」「どちらかといえば影響すると思う」と回答しました(図7)。

Q: あなたは室内の空気環境がテレワーク時のパフォーマンスに影響すると思いますか。(SA)

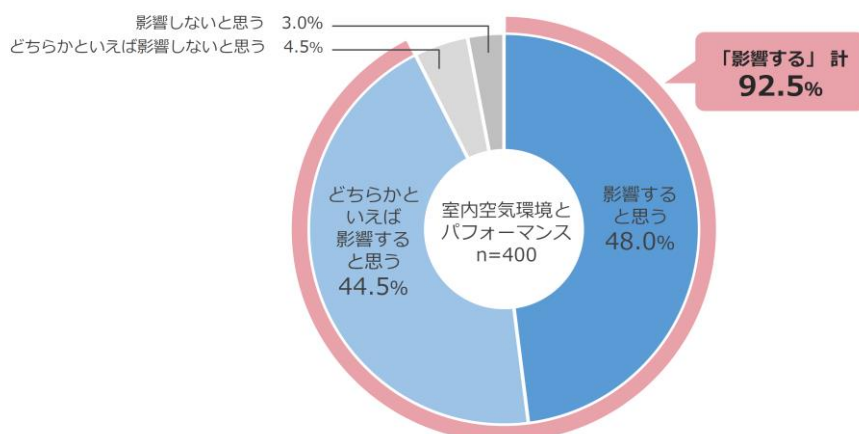


図7 室内の空気環境がテレワーク時のパフォーマンスに影響する

つぎに、具体的な影響について自由回答で聞いたところ、「**温度、しつ度、清浄度は集中力に直結する**」(30代・男性)、「**暑くても、寒くても、ニオイが気になっても業務に集中できない**」(30代・女性)、「**しつ度が不快だと作業に集中できず時間がかかってしまう**」(40代・女性)など「**集中力**」に関する声が多く寄せられました。また、暑さ、寒さに加えて「**二酸化炭素が増えて作業効率が低下する**」(50代・男性)や「**二酸化炭素が多いと集中できない**」(20代・男性)といったように、空気に含まれる成分である二酸化炭素に対する声もあり、テレワーク時の空気環境に対する意識が高まっていることを窺い知ることができます。

テレワーク時の空気環境 お金をかけて「整える」人は約8割(79.1%)

多くのテレワーク勤務者が空気環境によるパフォーマンスへの影響を実感しているようですが、空気環境を「整える」ためにどのくらい投資がされているのでしょうか。「**コロナ禍のテレワークで、室内の空気環境改善に使ったお金はどのくらいですか**」と聞いたところ、**約8割(79.1%)が空気環境改善のためにお金を使い、約半数(47.3%)は1万円以上と、決して少なくはない額を投資している**ことが分かりました(図8)。テレワークにおいて「空気」は、今や机やイス、PC、照明などと同様に、整える対象の一つとして認識されているのかもしれません。

Q: コロナ禍のテレワークで、室内の空気環境改善に使ったお金はどのくらいですか。(SA) n=400

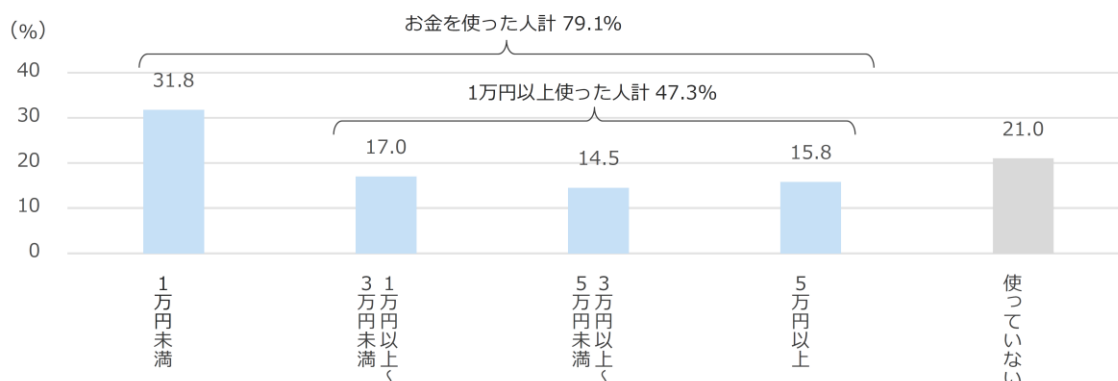


図8 テレワーク時の空気環境整備に対する投資額

アウトドアブームの背景にあるアウトドア(屋外)の「キレイな空気」を求める意識

コロナ禍でデビューした新規アウトドアユーザーは約2割(21.8%)

コロナ禍でアウトドア活動した人の中には、コロナ禍でデビューした新規アウトドアユーザーも含まれています。今回の調査対象(2020年以降のコロナ禍の中でアウトドア活動をした人)に、「あなたはアウトドアをいつ頃から始めましたか」と聞いたところ、約2割(21.8%)が「1年くらい前(2020年以降、コロナ禍の中で始めた)」と回答しています(図9)。コロナ禍でも一定数の新規アウトドアユーザーが誕生しているようです。

Q: あなたはアウトドアをいつ頃から始めましたか。(SA)

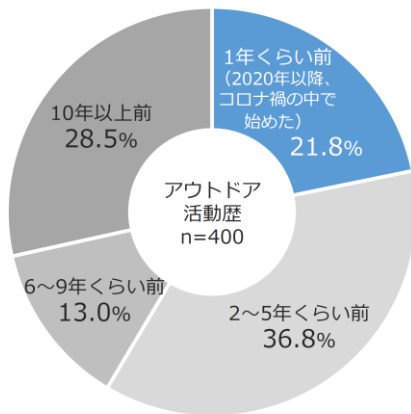


図9 アウトドア活動歴

アウトドアの目的は「映える景色」、**「キャンプ飯」**より「キレイな空気」!

長引くコロナ禍の中で、多くの人がアウトドアに駆り立てられた理由は何だったのでしょうか。「コロナ禍の中、あなたがアウトドア活動を行う目的は何ですか」と聞いたところ、これまでブームを牽引してきた、いわゆる“映える景色”(「キレイな景色」65.0%)や“キャンプ飯”(「アウトドアご飯」49.3%)を抑えて、**最も多かったのは「キレイな空気を感じる／吸うこと」(74.0%)**でした(図10)。この傾向はコロナ禍デビューの新規アウトドアユーザー(ほぼ強くみられます。コロナ禍でアウトドア活動を始めた理由としてまず想像されるのは「3密を回避してレジャーを楽しむ」だと思われましたが、その3倍以上の回答となったのが「キレイな空気を感じること」でした。

Q: コロナ禍の中、あなたがアウトドア活動を行う目的は何ですか。(MA)

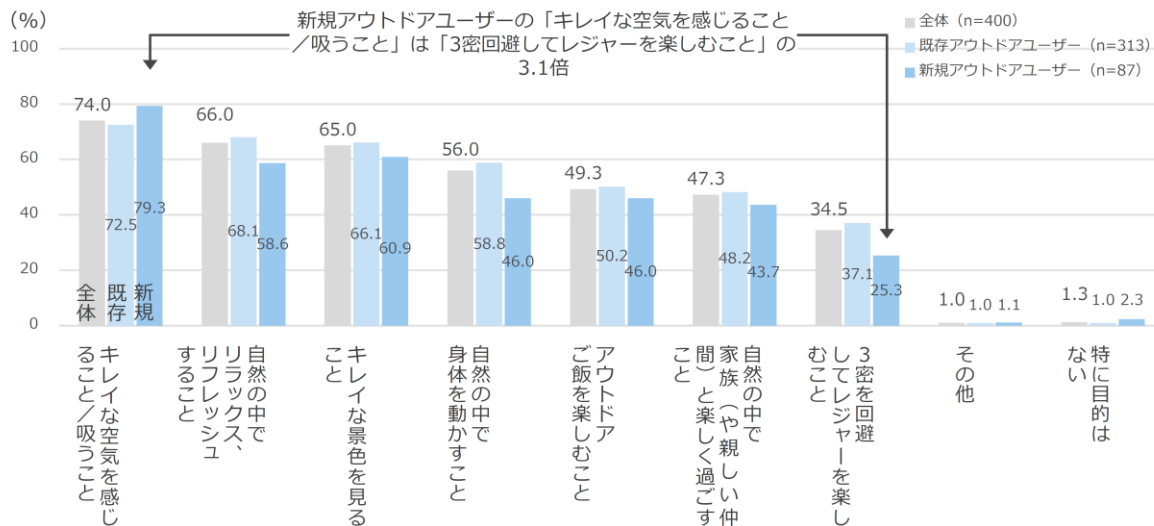


図10 アウトドア活動を行う目的

コロナ自粛の影響!? アウトドア活動したい気持ち「強くなった」が8割超(82.5%)

アウトドアユーザーの皆さんは、秋の行楽シーズンを前にどんな思いを持っているのでしょうか。「コロナ禍でテレワーク、ステイホームが続く中、アウトドア活動に対するあなたの気持ちに変化はありましたか」と聞いたところ、コロナ自粛の影響もあってか、**8割超(82.5%)**がアウトドア活動したい気持ちが「強くなった」(「とても強くなった」「やや強くなった」と回答しています(図11)。

Q: コロナ禍でテレワーク、ステイホームが続く中、アウトドア活動に対するあなたの気持ちに変化はありましたか。(SA)

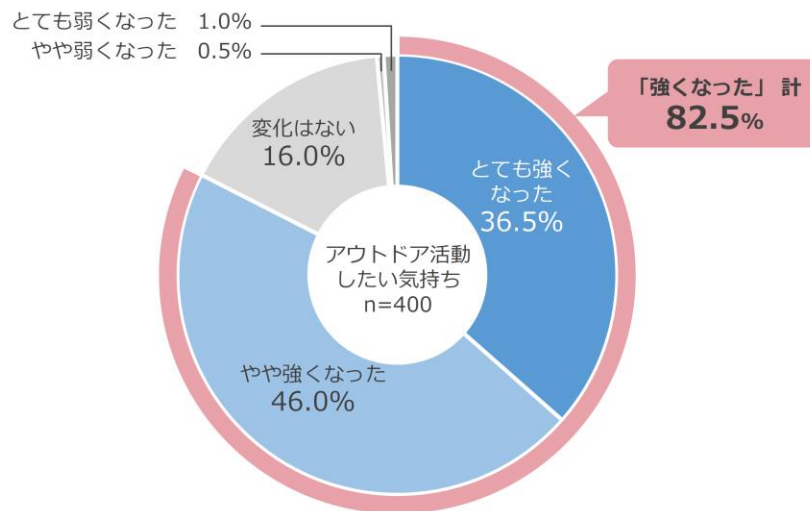


図11 テレワーク、ステイホームによるアウトドア志向の高まり

また、上記の質問に関連して「(コロナ禍でテレワーク、ステイホームが続く中)アウトドア活動したい気持ちが強くなったのはなぜですか」と聞いたところ、「空気がキレイだから」(30代・男性)、「キレイな空気を吸いたい気持ちになったから」(40代・男性)、「何も気にせず、思いっきり美味しい空気を吸いたいという気持ちが高まった」(40代・女性)などの声が寄せられました。

前述の「コロナ禍の中、あなたがアウトドア活動を行う目的は何ですか」の質問で、特に新規アウトドアユーザーの間で「キレイな空気を感じる／吸うこと」が最も多い結果となったことと合わせて考えても、コロナ禍でのアウトドア活動の背景には、自らの内にある、「アウトドアのキレイな空気を吸いたい」という生理的・精神的な思いがあったといえそうです。

アウトドア活動したい季節1位は「秋」(74.3%)

アウトドア活動に対する気持ちの高まりを踏まえ、「あなたがアウトドア活動をしたいと思う季節はいつですか」と聞いたところ、全体で最も多かったのは「秋」(74.3%)で、僅差で「春」(73.0%)、「初夏」(71.5%)が続きます(図12)。また、アウトドア歴10年以上のベテランアウトドアユーザーにとっても「秋」は特別な季節のようで、「秋」を選んだ人は約9割(86.0%)と、全体の数値を10ポイント以上も上回っています。アウトドア歴の長いベテランも心動かされる秋の季節、キャンプや登山に出掛けられる方は、改めて自然のキレイな空気を意識して味わってみるのもいいかもしれません。

Q: あなたがアウトドア活動をしたいと思う季節はいつですか。(MA)

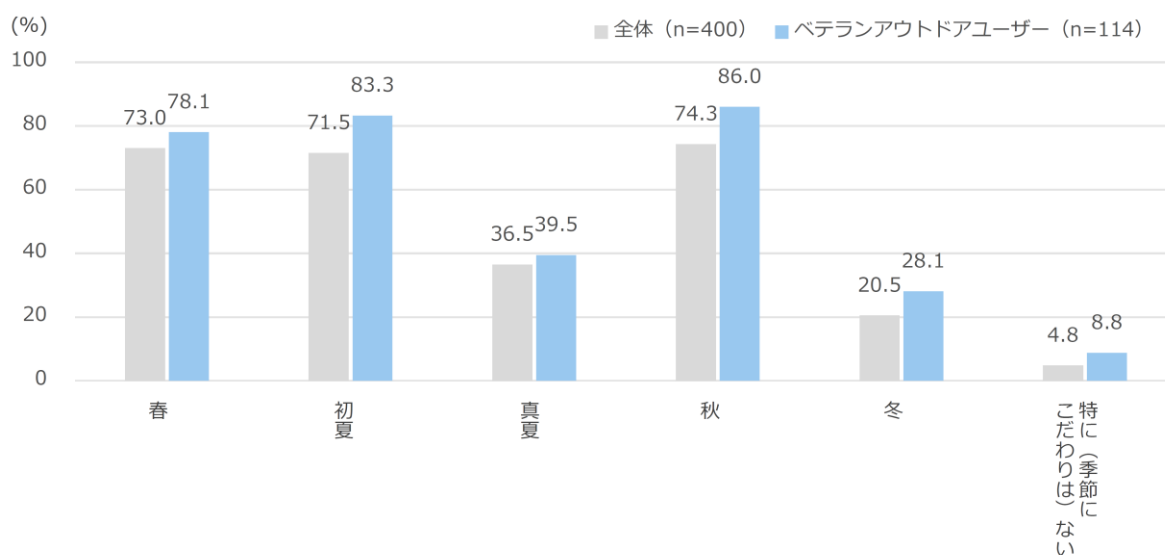


図12 アウトドア活動したい季節

参考:ベテランアウトドアユーザーは「空気の達人」!?

コロナ禍で外出が制限される中、アウトドアユーザーには相当なストレスが溜まっているように思われますが、実はベテランアウトドアユーザーはこの状況に上手に対応して、室内空気の課題をそれほど感じずに過ごすことができているようです。

「自宅の空気に息苦しさや、よどみのようなものを感じるがありますか」という問いに対して、ベテランアウトドアユーザーは「感じる」「よく感じる」「たまに感じる」が47.3%(表1)で、全体の68.0%(P2・図2)と比べると20.7ポイントも下回っていました。

表1 ベテランアウトドアユーザーは空気の課題を感じていない!?

自宅の空気に息苦しさや、よどみのようなものを感じますか	全体 (n=394)	ベテランアウトドアユーザー (n=110) ※ (在宅時間が増えた) アウトドア歴10年以上の人
「感じる」計 (「よく感じる」「たまに感じる」)	68.0%	47.3%

この理由として考えられるのは、ベテランアウトドアユーザーが空気課題に対して行っている様々な対処法にあります(図13)。ベテランアウトドアユーザーは「窓を開ける/換気する」(78.8%)はもちろん、「近所を散歩する」(76.9%)や「近所をウォーキング、ジョギング、ランニングする」(73.1%)、「近所の公園に行く」(46.2%)人が多く、「外」の空気とつながる手段を意識的・無意識的に、いくつも講じることで、心身ともにリフレッシュ出来ているのではないのでしょうか。ベテランアウトドアユーザーは、コロナ禍における「空気の達人」と言ってもいいのかもしれない。

Q: 自宅の空気に感じる、息苦しさ(閉塞感・密閉感)やよどみ(こもっている、滞留している感じ)を解消(または予防)するためにしていることはありますか。(MA)※対象:自宅の空気に「息苦しさ」や「よどみ」を感じている人

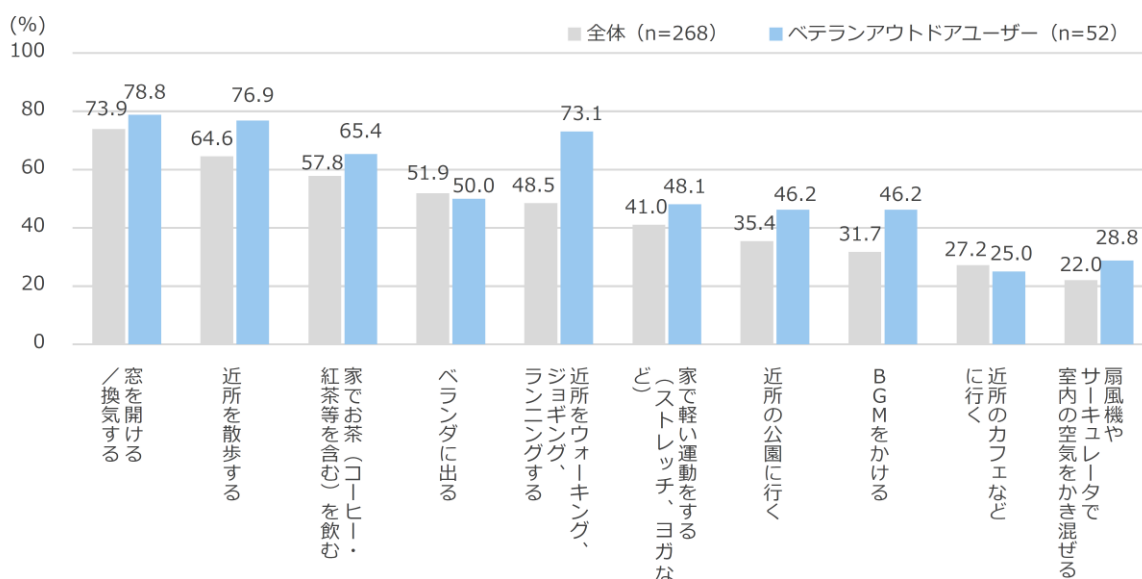


図13 空気の「息苦しさ」や「よどみ」を解消するためにしていること(P3・図3 一部再掲)

【調査概要】

- 表題 : インドア(室内)とアウトドア(屋外)の空気感調査
- 調査主体 : ダイキン工業株式会社
- 調査委託先 : 株式会社マクロミル
- 調査方法 : アンケート調査(インターネット調査による)
- 調査期間 : 2021年10月20日(水)～10月22日(金)
- 調査対象 : 20～50代の東京在住・在勤の会社員400名
コロナ禍(2020年1月以降～)でテレワーク、アウトドア活動を経験した人
※現在も週に2回以上自宅でテレワークをしている

年代	男性	女性
20代	50名	50名
30代	50名	50名
40代	50名	55名
50代	50名	45名
計	200名	200名

- 備考 : 図表の構成比は四捨五入しているため、構成比の和が100%にならない場合があります。

■報道機関からのお問い合わせ先

ダイキン工業株式会社コーポレートコミュニケーション室

【本社】 〒530-8323 大阪市北区中崎西二丁目4 番12 号 (梅田センタービル)

TEL (06) 6373-4348 (ダイヤルイン)

【東京支社】 〒108-0075 東京都港区港南二丁目18 番1 号 (JR 品川イーストビル)

TEL (03) 6716-0112 (ダイヤルイン)

現代人の空気感調査 <https://www.daikin.co.jp/air/life/survey/>