

**シニア女性に聞いた「新型コロナウイルスに関する意識調査」  
新型コロナウイルスに不安を感じているシニアは8割**

**68.8%のシニアがフェイクニュースなど「情報におどらされないこと」を心がけている  
一方、金銭的不安を感じている人は1割しかおらず将来に向けて希望の声も**

販売部数 24.8 万部を誇るシニア女性誌部数 No.1 (※1) の「ハルメク」を発行する株式会社ハルメク（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：宮澤孝夫）が運営する生きかた上手研究所は、株式会社ハルメクエイジマーケティング（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：木船信義）と合同で、50～85歳のシニア女性 520 名を対象に「新型コロナウイルスに関する意識調査」を web アンケートにて実施いたしました。

(※1) 日本 ABC 協会発行社レポート 24.8 万部(2019 年 1 月～6 月)

**【 調査サマリ 】**

**■8割のシニア女性が新型コロナウイルスに不安を感じている**

「不確実な未来に対する不安」が主な原因

⇒「不安である」「まあ不安である」と回答したのは約8割

「いつ流行が落ち着くのかわからない(90.4%)」といった、不確実な未来に対する項目が多かった

**■金銭的な不安を感じているシニアはたったの1割。節約志向はみられない**

⇒「金銭的な不安」は10.6%にとどまった

⇒「支出は減りそうだと思う」と回答したのは15.2%で、新型コロナウイルスがきっかけによる節約志向は今の所みられない

**■気をつけているのは「情報におどらされないようにすること」と「免疫力をあげること」**

⇒新型コロナウイルスによる現状の中、心がけていることの第一位は「情報に踊らされないようにする(68.8%)」、第二位は「免疫力をあげる(64.8%)」だった

**■モノよりコト消費への影響が大きい**

⇒半数以上のシニアが、予定していたイベントなどがキャンセルになったことがわかった

**■コロナショックへの悲観は大きいですが、前向きに考える希望の声も**

⇒「幸せだけど不安(現実的なしっかりさん)」が68.7%と最も多く、

「幸せで不安はない(なんとかなる前向きさん)」が18.8%と、前向きに考えるシニアもいる

**【調査背景】**

女性誌部数 No.1 の「ハルメク」は、長年シニア女性のインサイトについて調査・分析を行ってまいりました。新型コロナウイルスの感染拡大が続く中、「高齢者の重症化リスク」「衛生用品の供給不足に便乗した消費者トラブル」「景気後退と各国の経済対策」など、様々なニュースが聞こえてきます。3月中旬、生きかた上手研究所は「新型コロナウイルスがシニア女性に与えた意識や行動の変化・影響を探る調査」を実施しました。

※調査主体の「(株)ハルメクホールディングス 生きかた上手研究所」所長への取材、コメント提供も可能です。

**【調査概要】**

調査の方法：web アンケート方式

調査の対象：50～85歳の女性

有効回答数：520名

調査実施日：2020年3月17日～20日（オリンピック開催延期発表前、緊急事態宣言発令前）

調査主体：(株)ハルメクホールディングス 生きかた上手研究所

※本リリース内容を掲載いただく際は、出典「ハルメク 生きかた上手研究所調べ」と明記をお願いいたします。

**【お問い合わせ】** ハルメク PR 事務局（株式会社オンヨミ）

MAIL： halmek-pr@onyomi.jp TEL：050-5328-3998（櫻田）/ 050-5435-5726（熊谷）

ハルメク会社サイト (<https://halmek.co.jp/corp>) ハルメク雑誌サイト (<https://magazine.halmek.co.jp/>)

## 8割のシニア女性が新型コロナウイルスに不安を感じている

### 「不確実な未来に対する不安」が主な原因

- ・ 新型コロナウイルスが「不安である」「まあ不安である」と回答したのは全体の79.8%
- ・ 不安を感じていることの上位は「いつ流行が落ち着くのかわからない(90.4%)」、「ワクチンや特効薬がまだない(73.0%)」といった不確実な未来に対する項目だった

### ■「新型コロナウイルス」への不安

50～85歳の女性 520名（単一回答）

79.8%(415人)

あまり不安ではない

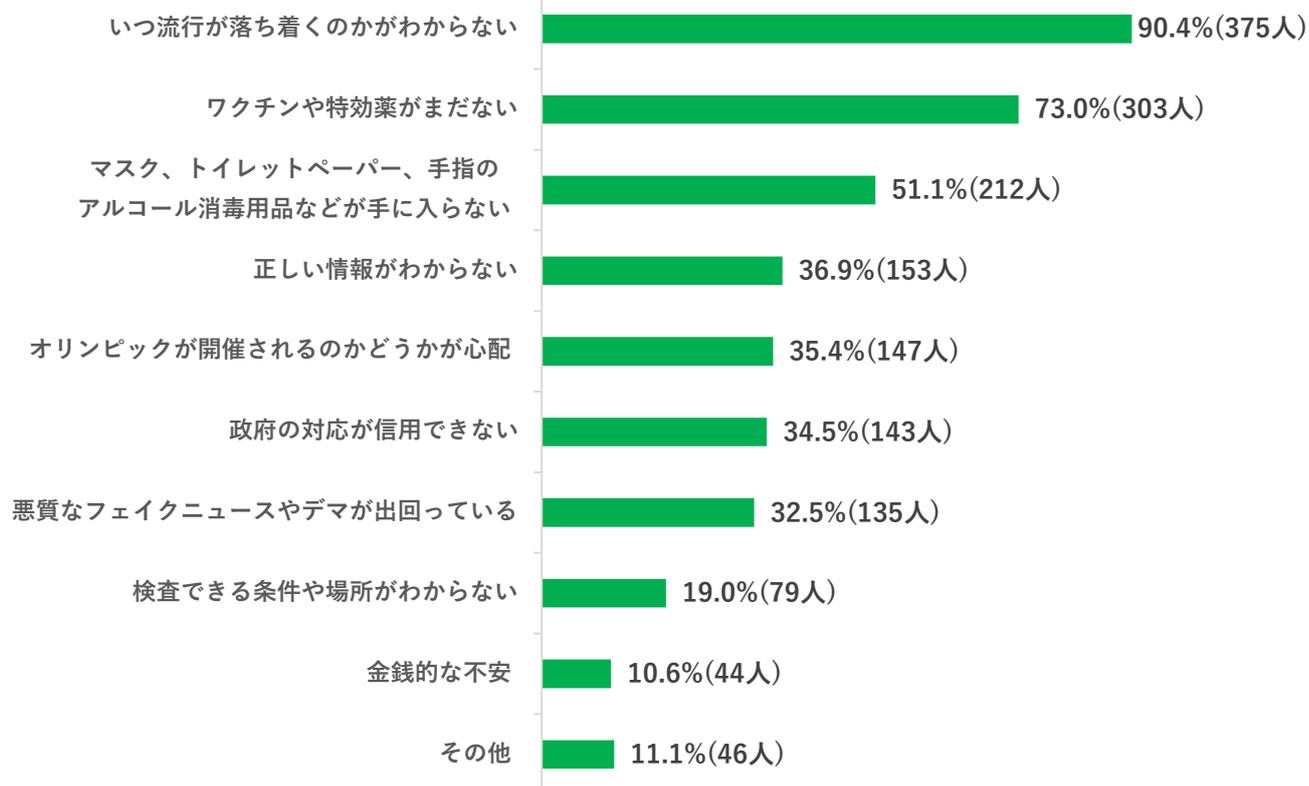
7.9%(41人)



### ■「新型コロナウイルス」について感じている不安

新型コロナウイルスが「不安である」「まあ不安である」と

答えた50～85歳女性 415名（複数回答）



### 現在、金銭的な不安を感じているシニアはたったの1割

#### 新型コロナウイルスによる節約志向はみられない

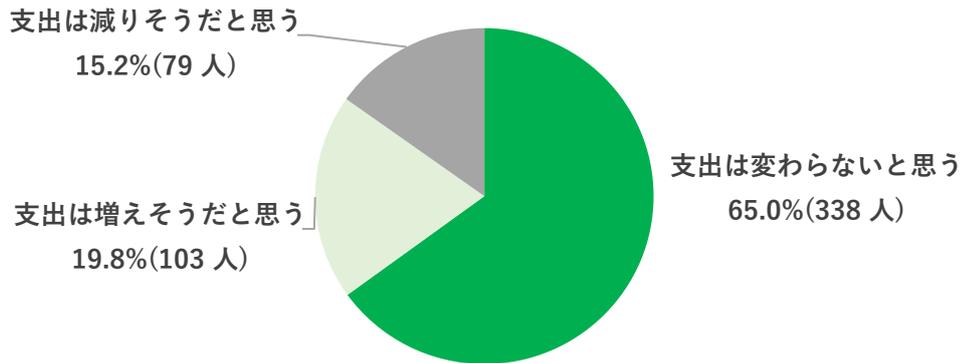
- ・ 新型コロナウイルスによる不安で最も回答が少なかったのは「金銭的な不安」でわずか10.6%にとどまった（前述グラフより）
- ・ 今後1ヵ月の支出を聞くと「支出は減りそうだと思う」と回答したのはわずか15.2%で新型コロナウイルスがきっかけによる節約志向は今の所みられない

【お問い合わせ】 ハルメク PR 事務局（株式会社オンヨミ）

MAIL: halmek-pr@onyomi.jp TEL: 050-5328-3998（櫻田） / 050-5435-5726（熊谷）

ハルメク会社サイト (<https://halmek.co.jp/corp>) ハルメク雑誌サイト (<https://magazine.halmek.co.jp/>)

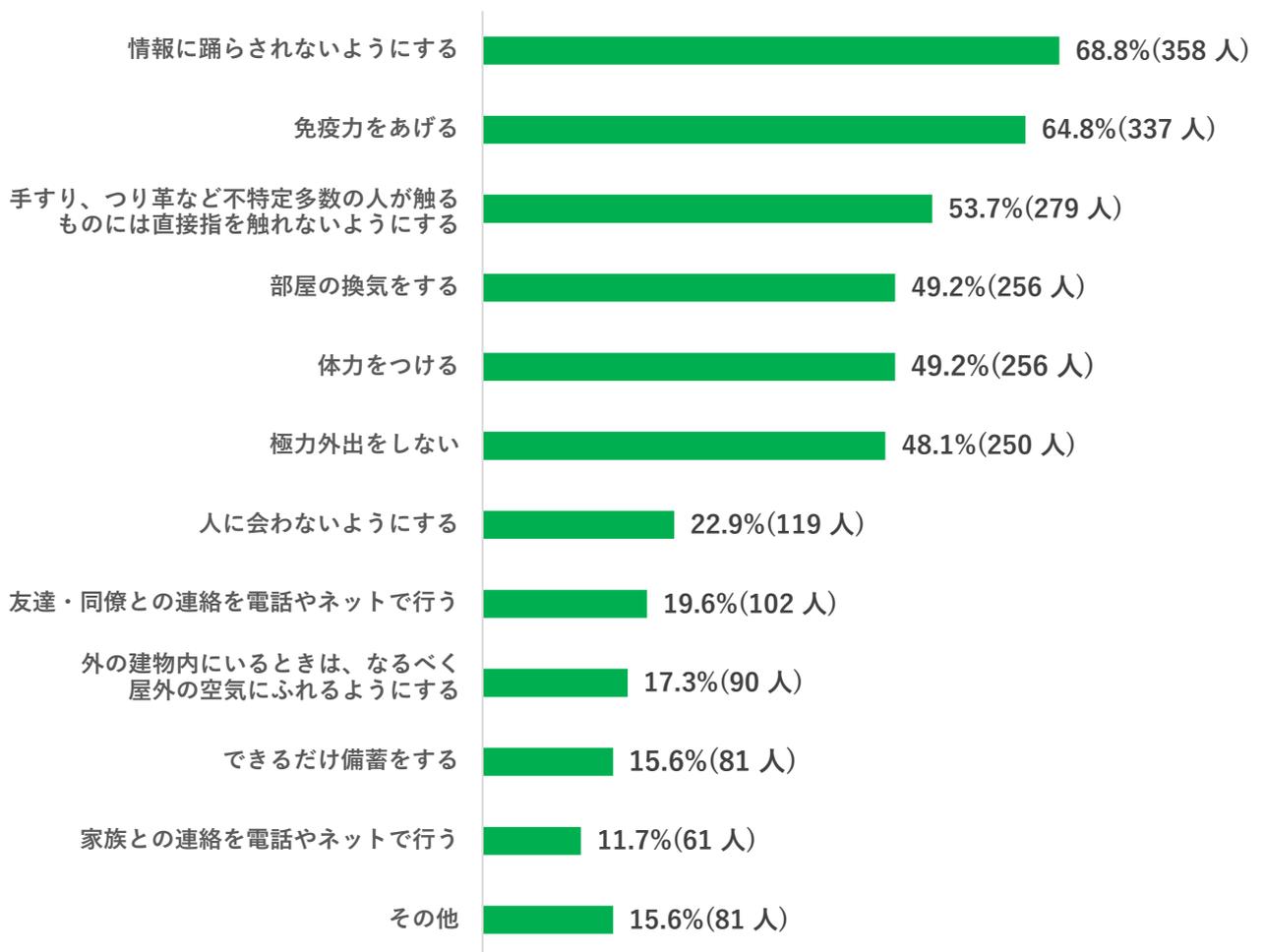
■これから1ヵ月の支出予想  
50～85歳の女性520名（単一回答）



■気をつけているのは「情報におどらされないこと」と「免疫力をあげること」  
情報取得元は新聞よりネットが多い結果に

- ・ 新型コロナウイルスによる現状の中、心がけていることの上位は以下。第一位が「情報に踊らされないようにする(68.8%)」、第二位「免疫力をあげる(64.8%)」、第三位「不特定多数の人が触るものには直接指を触れないようにする(53.7%)」。様々な情報が出てくる中、なんでも鵜呑みにしない傾向がみられた
- ・ 情報の取得に関しては「新聞(69.0%)」よりも「インターネット(71.5%)」を利用しているシニアが多いことがわかった

■新型コロナウイルス状況下で気をつけていること  
50～85歳の女性520名（複数回答）

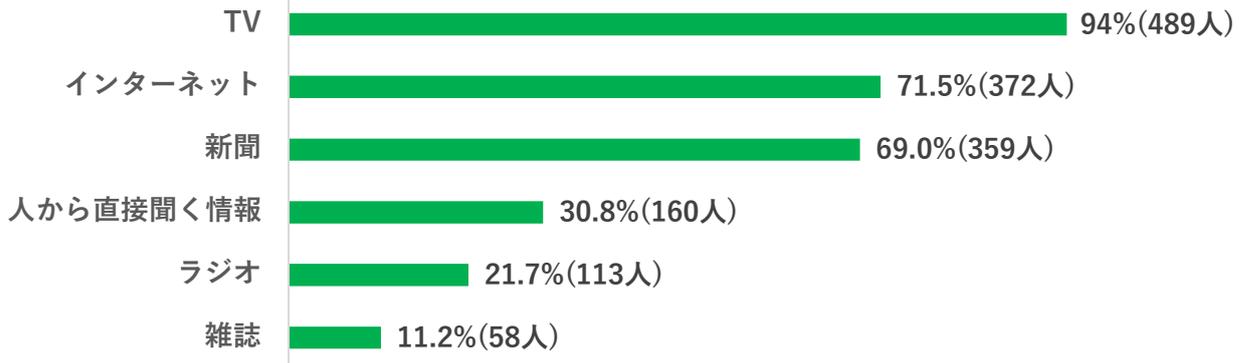


【お問い合わせ】 ハルメク PR 事務局（株式会社オンヨミ）

MAIL : [halmek-pr@onyomi.jp](mailto:halmek-pr@onyomi.jp) TEL : 050-5328-3998（櫻田） / 050-5435-5726（熊谷）  
ハルメク会社サイト (<https://halmek.co.jp/corp>) ハルメク雑誌サイト (<https://magazine.halmek.co.jp/>)

## ■新型コロナウイルスに関する情報を取得しているメディア

50～85歳の女性 520名（複数回答）



## モノよりコト消費への影響が大きい

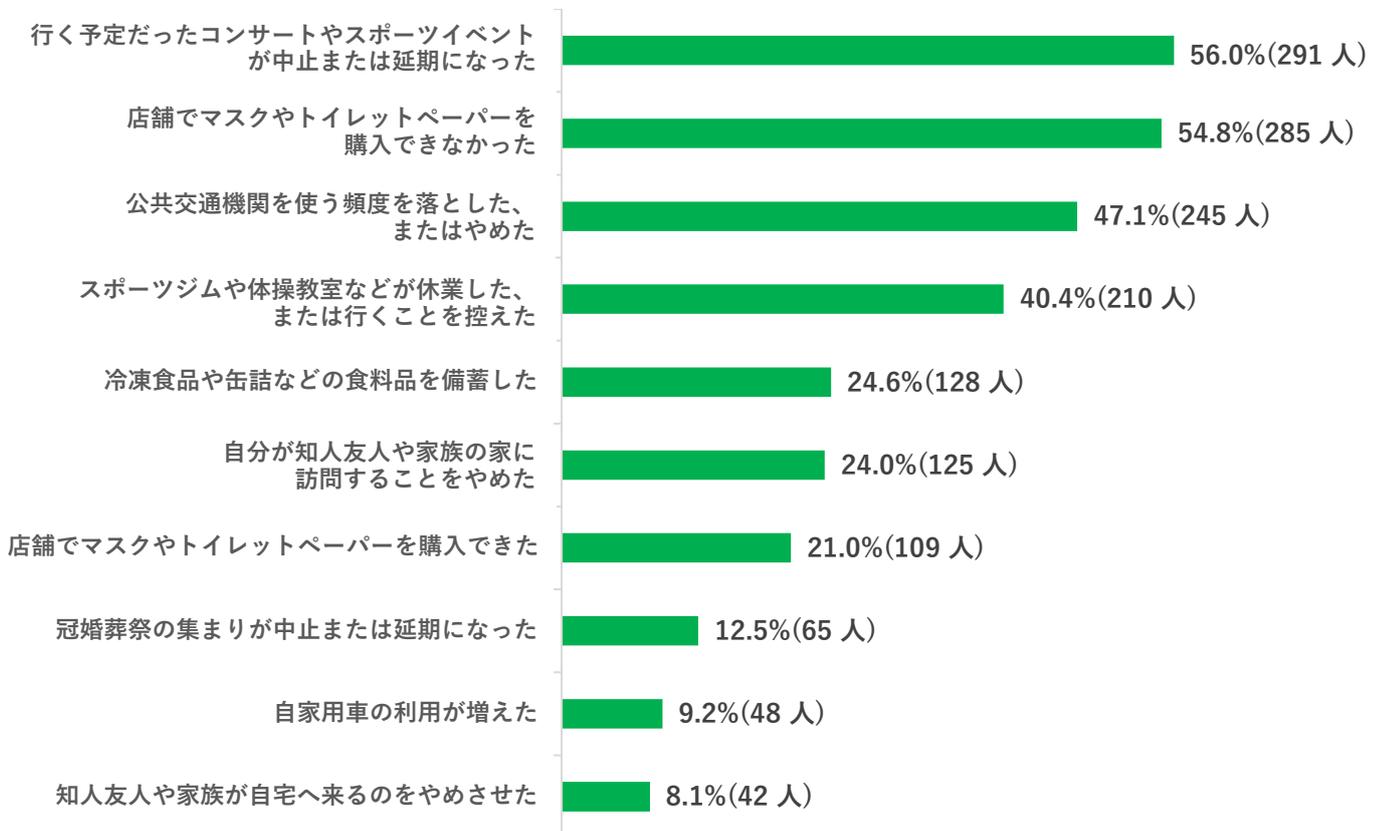
### 半数以上のシニアが、予定していたイベントなどがキャンセルに

### 4人に3人は備蓄傾向がなく、トイレットペーパーを購入できなかったシニアの方が多数

- ・ 新型コロナウイルスによる現状下で実際に経験したことを聞いたところ「行く予定だったコンサートやスポーツイベントが中止または延期になった（56.0%）」、「公共交通機関を使う頻度を落とした、またはやめた（47.1%）」、「スポーツジムや体操教室などが休業した、または行くことを控えた（40.4%）」など、モノよりコト消費の制約を強いられた意見が目立った
- ・ 「冷凍食品や缶詰などの食料品を備蓄した（24.6%）」は4人に1人とどまる
- ・ 「店頭でマスクやトイレットペーパーを購入できた（21.0%）」人より「購入できなかった（54.8%）」人の方が多いことがわかった

## ■新型コロナウイルスの状況下で実際に経験したこと

50～85歳の女性 520名（複数回答） ※上位10項目を選定



【お問い合わせ】 ハルメク PR 事務局（株式会社オンヨミ）

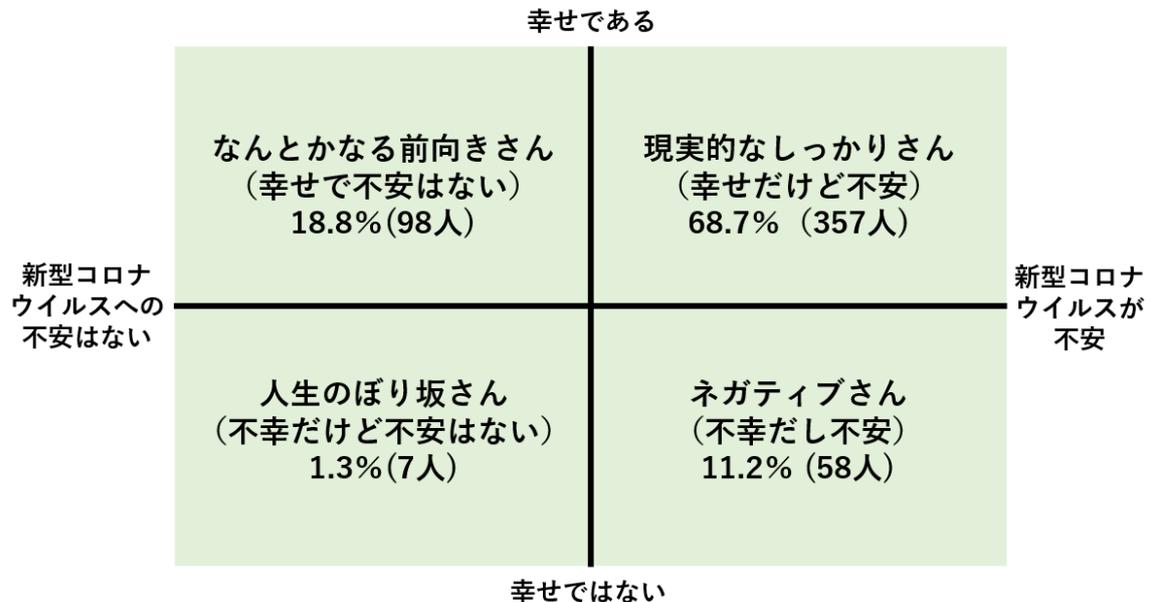
MAIL : halmek-pr@onyomi.jp TEL : 050-5328-3998（櫻田） / 050-5435-5726（熊谷）  
ハルメク会社サイト (<https://halmek.co.jp/corp>) ハルメク雑誌サイト (<https://magazine.halmek.co.jp/>)

## 新型コロナウイルスショックへの悲観は大きい、前向きに考える希望の声も

- ・ 「自分の幸福度」と「新型コロナウイルスへの不安度」の相関を見たところ「幸せだけど不安（現実的なしっかりさん）」が68.7%（357人）、「幸せで不安はない（なんとかなる前向きさん）」が18.8%（98人）、「不幸だし不安（ネガティブさん）」が11.2%（58人）、「不幸だけど不安はない（人生のぼり坂さん）」が1.3%（7人）の順で多いことがわかった
- ・ 「現実的なしっかりさん」は今までできていたことができなくなったことへのストレスが大きく、今後の経済回復にも時間がかかると悲観的
- ・ 「なんとかなる前向きさん」はオリンピックや若いリーダーへの期待が大きく、「なんとかなる」「日本が変わるチャンス」と力強いコメントが見受けられ、現在のストレスや悩み事は「特にない」という回答が目立った

### ■ 「自分の幸福度」と「コロナウイルスへの不安度」の相関

50～85歳の女性520名（単一回答）



※ 「自分の幸福度」と「新型コロナウイルスへの不安度」に関して5段階評価で質問をし、「幸せだと思う」「まあ幸せだと思う」と答えた人を**幸せである**、「どちらともいえない」「あまり幸せでない」「幸せでない」と答えた人を**幸せではない**、「不安である」「まあ不安である」「どちらともいえない」と答えた人を**新型コロナウイルスが不安**、「あまり不安ではない」「不安ではない」と答えた人を**新型コロナウイルスへの不安はない**と定義した。

### ■ この状況下で感じるストレス・困りごと

#### <幸せで不安はない> 何とかなる前向きさん

- ・ 孫が遊びに来るのを控えていて、会えないのが寂しい（64歳 埼玉県）
- ・ 特になし（62歳 大阪府）
- ・ 特にない（56歳 長崎県）
- ・ 今回の感染には関係ない内容で悩みがある（67歳 神奈川県）

#### <幸せだけど不安> 現実的なしっかりさん

- ・ ジムに行っていないので、体力が落ちないか心配（58歳 神奈川県）
- ・ スポーツジム、映画、旅行など好きな事ができない（70歳 埼玉県）
- ・ 図書館やスポーツジムが閉鎖になり、いつもの活動ができない（64歳 神奈川県）
- ・ 面会禁止になったので、施設で暮らす親が元気であるのか気になる。耳が不自由のため電話では長くは話せません（63歳 千葉県）

【お問い合わせ】 ハルメク PR 事務局（株式会社オンヨミ）

MAIL: halmek-pr@onyomi.jp TEL: 050-5328-3998（櫻田）/ 050-5435-5726（熊谷）  
ハルメク会社サイト (<https://halmek.co.jp/corp>) ハルメク雑誌サイト (<https://magazine.halmek.co.jp/>)

## ■日本の3年後について

### <幸せで不安はない> 何とかなる前向きさん

- ・オリンピック開催できれば景気は何とかなる (54歳 大阪府)
- ・日本人は我慢強く忍耐強い国民。難局を乗り切れる。経済は緩やかに回復すると期待 (66歳 福岡県)
- ・苦境に陥っても生きるため色々な知恵はでるもの。皆同じ思いで必死に考えるので、好循環となり、やがては景気回復へと繋がる (58歳 東京都)
- ・若い知事が決断と実行を示した北海道。若いリーダーが出てきてくれる事を願っています (71歳 北海道)

### <幸せだけど不安> 現実的なしっかりさん

- ・経済がまわらなくなり、大不況となり、氷河期となる (68歳 大分県)
- ・年金の受給額が減っている。便利な暮らしが窮屈な暮らしに変わっていると思う (64歳 徳島県)
- ・感染症や地震…不安ばかり。子供、孫たちの将来を思うと胸が締め付けられる (62歳 愛知県)
- ・オリンピックの損失を抱え今より厳しくなって、年金医療費等に風当たりが強くなりそう (71歳 千葉県)

※フリーコメントから抜粋

### 【専門家の見解】

ハルメク 生きかた上手研究所 所長 梅津 順江 (うめづ ゆきえ)

2016年3月から現職。主に年間約1,000人の50歳以上のシニア女性を対象にインタビューや取材、ワークショップを実施



### 自粛しながらも前を向いていこう

「新型コロナウイルスに対する不安が8割」。この数字を多いとみますか？それとも、全員がコロナを不安がっているわけではないとみますか？

私は不安が蔓延する中、あえて2割を「未来への希望」と読みたいと思います。もちろん、今回の結果にも出ているように「不確実な未来に対する不安」はあります。

また、「自粛疲れ」「コロナ慣れ」「自分は大丈夫」とこの状況を甘くみて無防備になることには反対です。しかし、必要以上に怯えたり憂いたりすることはないと、今回の調査から気づかされました。フリーコメントには、良い兆候に眼差しを向け、強く明く人類や日本の未来が力強く語られていました。

これまで多くの経験をされてきた50歳以上の女性は、しなやかでたくましい。先輩方のコメントを読んでいるうちに、気持ちが前向きになり、成長&進化した未来が想像できました。心が元気になったコメントを一部、紹介します。

「国民一人一人の行動が世界に影響を与えることを痛切に体感し、そこから学び、転んでもただでは起きない国民性が向上する。中長期的には落ち込むが、次の時代にはV字回復。」(57歳、熊本県)

「私たち日本人は、真面目である。どんなに大変でもじっと我慢し、乗り越えることができる。今回のことで大変な部分もあるが、いろいろそれなりに工夫して生活している。今はマイナスと感ずることが多いが、きっとこの経験を生かしてプラスになる、と信じています。」(70歳、静岡県)

### ■女性誌部数 No.1! 50代からの生きかた暮らしかた応援雑誌「ハルメク」

1996年に50代からの生きかた暮らしかた応援雑誌「いきいき」として創刊。20周年を迎えた2016年5月号から、誌名を「ハルメク」にリニューアルしました。

50代からの女性が前向きに明るく生きるための価値ある情報をお届けしています。健康、料理、おしゃれ、お金、著名人のインタビューなど、幅広い情報が満載です。

2018年には公式WEBサイト「ハルメクWEB」もオープン。健康で美しく、アクティブなセカンドライフを応援するコンテンツを毎日発信しています。

### 誌面情報

ハルメク5月号(4月10日発売)では、人気連載

「きくち体操」のテーマが「免疫」です。

家にいながらできる体の動かし方を紹介しています。



【お問い合わせ】ハルメク PR 事務局 (株式会社オンヨミ)

MAIL: [halmek-pr@onyomi.jp](mailto:halmek-pr@onyomi.jp) TEL: 050-5328-3998 (櫻田) / 050-5435-5726 (熊谷)

ハルメク会社サイト (<https://halmek.co.jp/corp>) ハルメク雑誌サイト (<https://magazine.halmek.co.jp/>)