

2025年2月6日

報道関係各位

株式会社 OKB総研

猛暑による女性の生活行動への影響 調査報告

OKBグループのシンクタンク株式会社 OKB総研(大垣市郭町 2-25 社長 青木義実)は、標題のアンケートの結果を取りまとめましたのでご紹介します。

<<要約>>

- 4割以上が猛暑により自宅で過ごす時間が増加。一方、屋外活動の頻度は減少
- 4割以上が猛暑により冷たい食べ物やアイスクリーム、暑さ対策グッズ、飲料の購入が増加
- 猛暑により睡眠の質が落ちたり、ストレスを感じた人は4割以上
- 猛暑により光熱費が増加したと感じる人は7割以上
- 80.8%が暑さ対策として「日傘」を使用
- 冷房の設定温度は「26度」が31.4%
- 冷房を使う際に電気代が気になった人は80.2%
- 猛暑により仕事にマイナス影響があった人は46.0%
- 猛暑により家事にマイナス影響があった人は61.4%

【調査概要】

1. 調査期間：2024年11月11日～11月15日
2. 調査方法：OKB大垣共立銀行本支店（東京・大阪を除く）に来訪した女性812名にアンケート用紙を配布・回収（無記名方式）
3. 有効回答者数：804名（有効回答率 99.0%）
4. 回答者属性：

年代	20歳代以下	9.8%	就業 形態	専業主婦	8.9%
	30歳代	22.9%		正社員・公務員・自営業	52.5%
	40歳代	20.5%		パートタイマー	35.6%
	50歳代	27.8%		その他	3.0%
	60歳代以上	19.0%		現在の 結婚状況	結婚している
住所	岐阜県	52.5%	結婚していない	16.8%	
	愛知県	42.8%			
	三重県	2.1%			
	滋賀県	2.4%			
	その他	0.3%			

5. 集計結果表記：数値は四捨五入の関係で合計が100%にならない場合がある。

※調査結果詳細については次頁以降をご参照下さい。

資料配布場所：名古屋証券取引所・金融記者クラブ、大垣市政経済記者クラブ
【本件に関する問合せ先：OKB総研 調査部 梅木 TEL 0584-74-2615 FAX 0584-74-2688】

1. 猛暑による変化

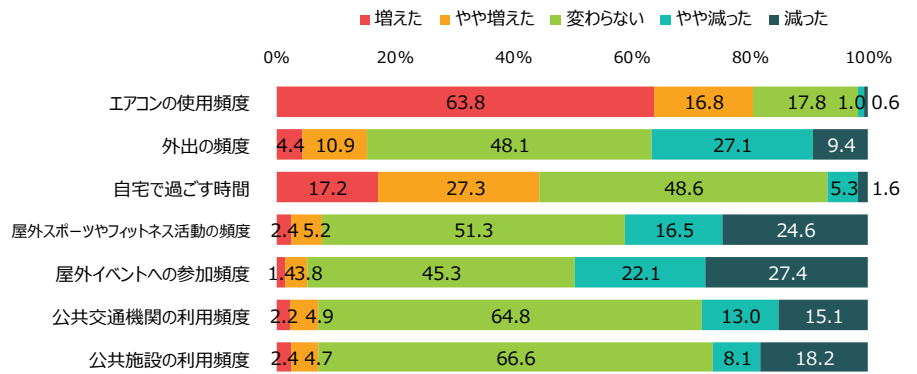
(1) 生活行動

2024 年の猛暑を受け、生活行動は前年（2023 年）と比べてどうだったか尋ねたところ、「エアコンの使用頻度」が「増えた」との回答は 63.8%に上った。また、「自宅で過ごす時間」の「増えた」と「やや増えた」を合わせた割合（以下、“増えた”）は 44.5%となった。一方、「やや減った」と「減った」を合わせた割合

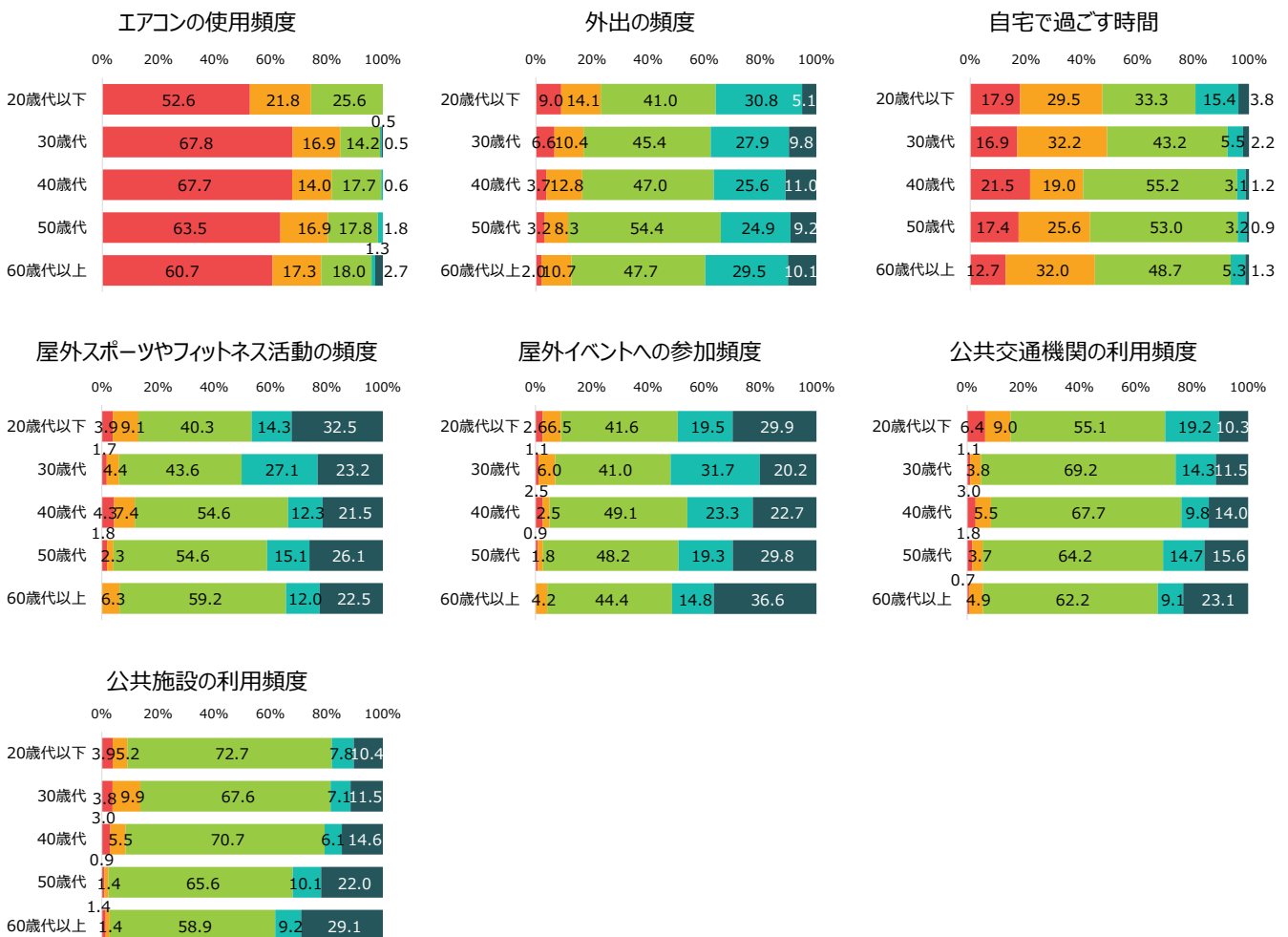
（以下、“減った”）は、「屋外イベントへの参加頻度」では 49.5%、「屋外スポーツやフィットネス活動の頻度」では 41.1%、「外出の頻度」では 36.5%となっている（図表 1）。

年代別に見ると、「公共施設（図書館や児童館など）の利用頻度」は年代が上がるにつれて“減った”の割合が高く、60 歳代以上では 38.3%となっている（図表 2）。

図表 1 猛暑による生活行動の変化



図表 2 猛暑による生活行動の変化（年代別）

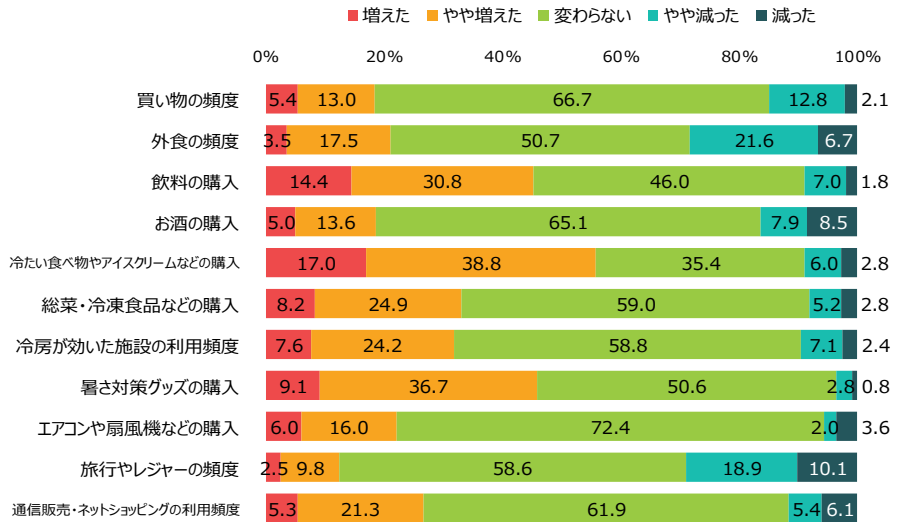


(2) 消費行動

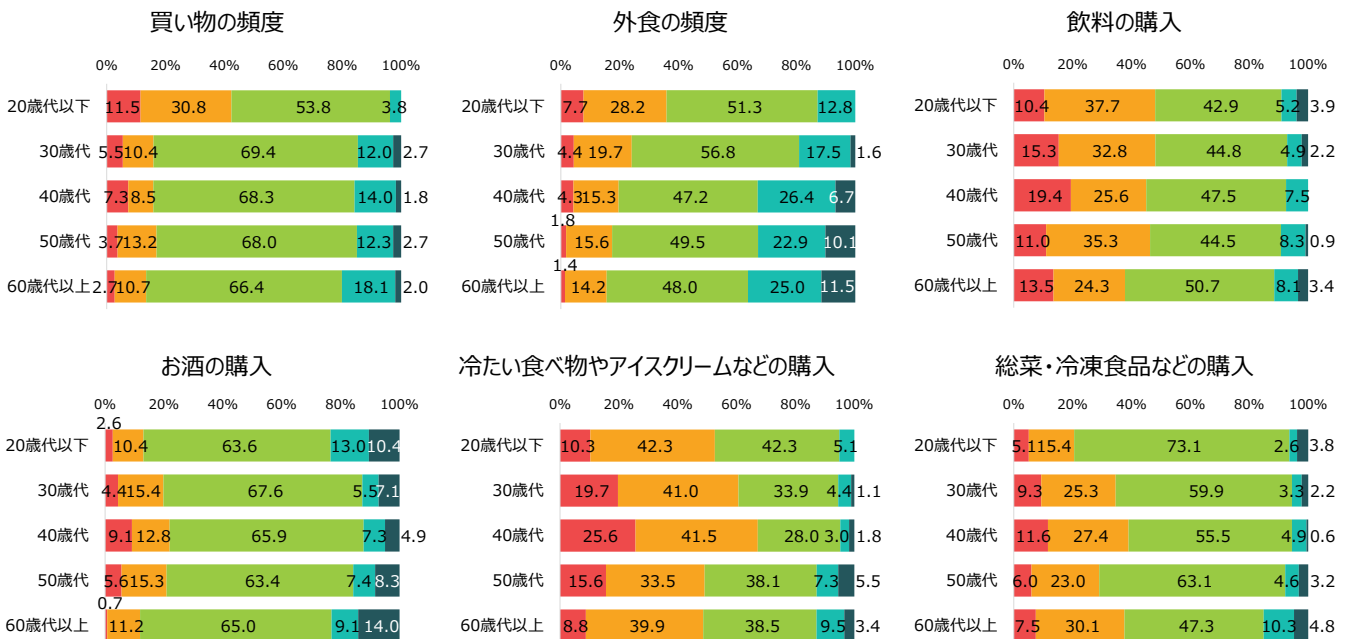
2024年の猛暑を受け、消費行動は前年と比べてどうだったか尋ねたところ、“増えた”は、「冷たい食べ物やアイスクリームなどの購入」(55.8%)、「暑さ対策グッズの購入」(45.8%)、「飲料の購入」(45.2%)において4割を超えている(図表3)。

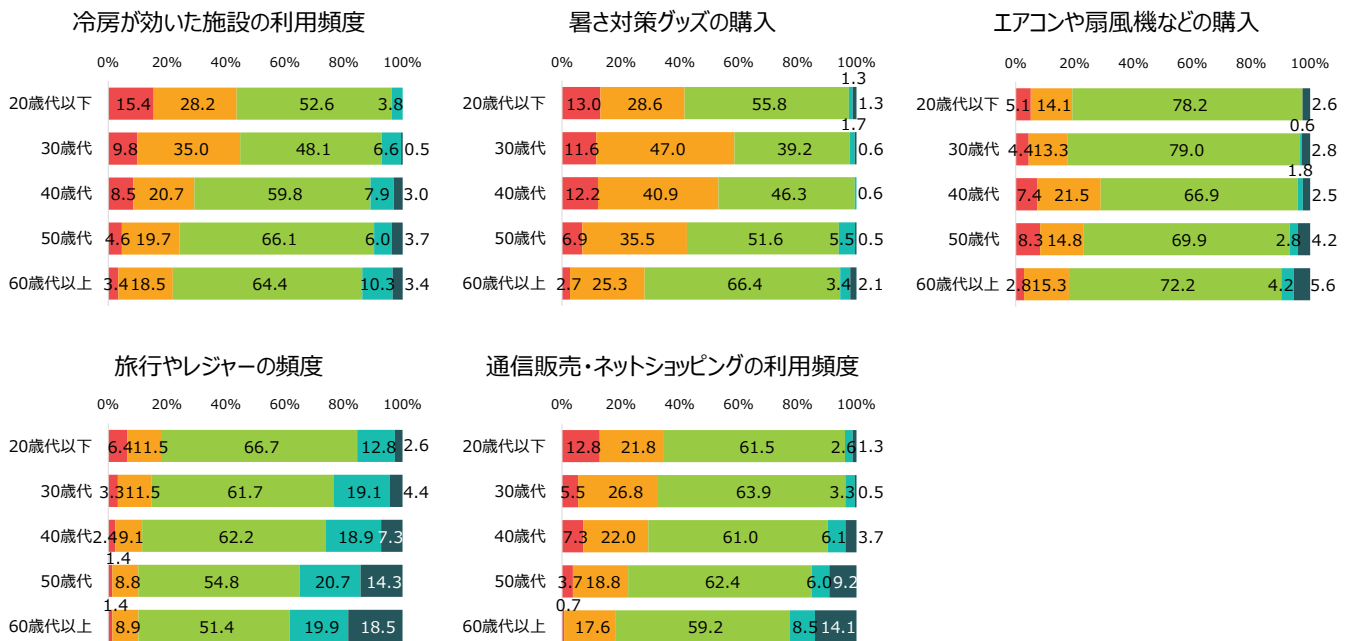
年代別に見ると、「買い物の頻度」について20歳代以下では“増えた”が42.3%と他の年代に比べて高くなっている。また、「外食の頻度」、「冷房が効いた施設(ショッピングモールやカフェなど)の利用頻度」、「通信販売・ネットショッピングの利用頻度」は年代が下がるほど“増えた”の割合が高くなっている。一方、「外食の頻度」、「旅行やレジャーの頻度」は年代が上がるほど“減った”の割合が高くなっている。「冷たい食べ物やアイスクリームなどの購入」や「暑さ対策グッズの購入」は、30歳代や40歳代で“増えた”の割合が高くなっている(図表4)。

図表3 猛暑による消費行動の変化



図表4 猛暑による消費行動の変化(年代別)



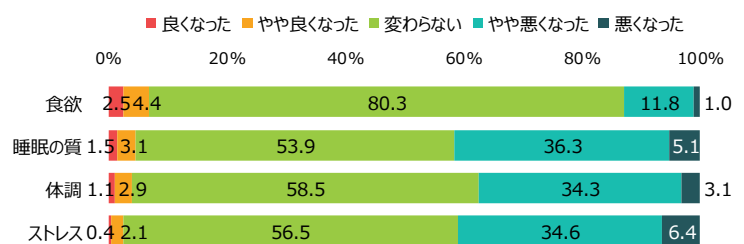


(3) 健康・ストレス

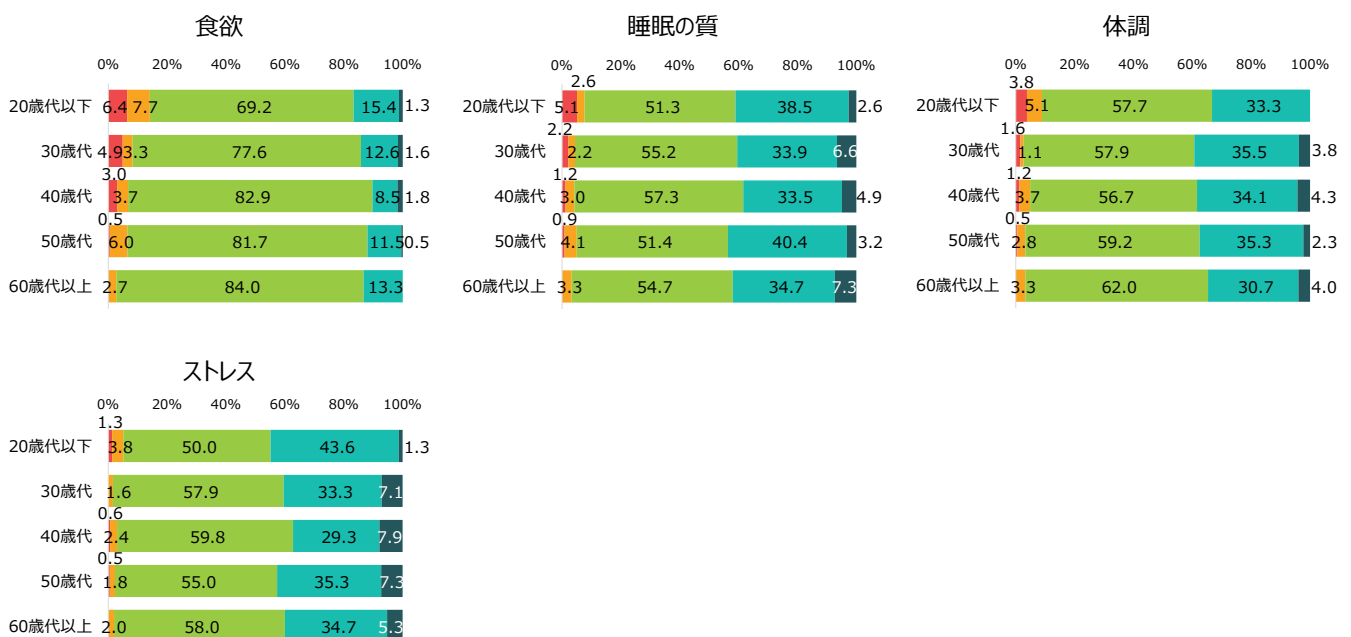
2024年の猛暑を受け、健康・ストレスは前年と比べてどうだったか尋ねたところ、「やや悪くなった」と「悪くなった」を合わせた割合（以下、「悪くなった」）は、「睡眠の質」（41.4%）、「ストレス」（41.0%）で4割を超えている（図表5）。

年代別に見ると、「睡眠の質」、「ストレス」、「体調」はいずれの年代も「悪くなった」が3割を超えている（図表6）。

図表5 猛暑による健康・ストレスの変化



図表6 猛暑による健康・ストレスの変化（年代別）

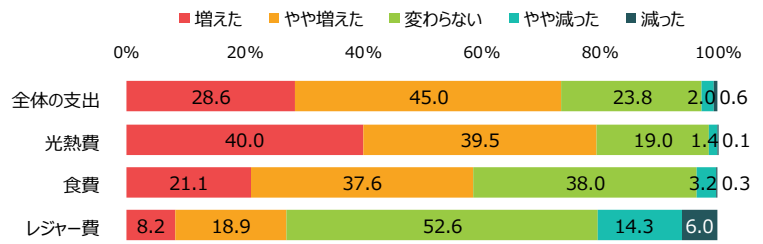


(4) 支出

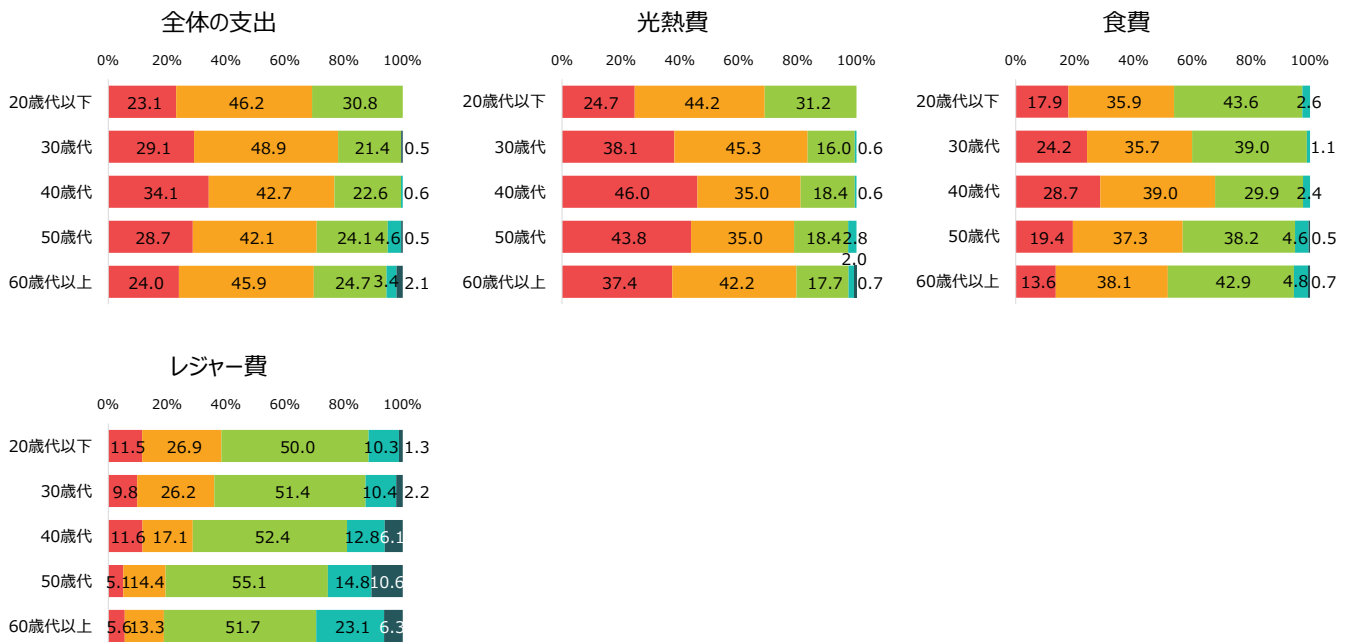
2024年の猛暑を受け、支出は前年と比べてどうだったか尋ねたところ、「全体の支出」は73.6%が“増えた”と回答している。費目別では「光熱費」（79.5%）、「食費」（58.7%）で“増えた”の割合が高く、半数を超えている（図表7）。

年代別に見ると、「レジャー費」は年代が上がるほど“減った”の割合が高くなっている（図表8）。

図表7 猛暑による支出の変化



図表8 猛暑による支出の変化（年代別）



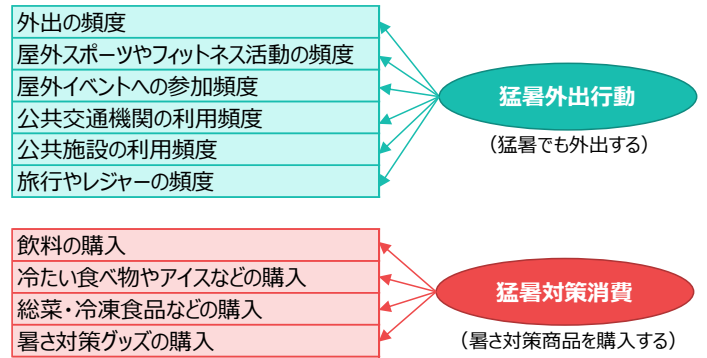
(5) 猛暑による外出行動と購買行動の変化

猛暑による生活行動と消費行動の変化に関する10項目から2つの因子を抽出し、「猛暑外出行動」、「猛暑対策消費」とした(図表9)。年代別に各因子のスコアを見ると、猛暑外出行動は40歳代以下ではプラスである一方、50歳代以上ではマイナスとなっている。猛暑対策消費は30歳代と40歳代でプラスとなっている一方、20歳代以下および50歳代以上ではマイナスとなっている。両因子は特に40歳代でプラスの値が大きく、60歳代以上でマイナスの値が大きくなっている(図表10)。

また、各因子のスコアが近い回答者を「暑さ回避型」、「お家で快適型」、「暑さ我慢型」、「暑さ適応型」の4つのタイプに分けた。構成比としては、暑さ我慢型が35.7%で最も多く、次いで暑さ適応型が30.2%、お家で快適型が19.5%、暑さ回避型が14.6%となった(図表11)。

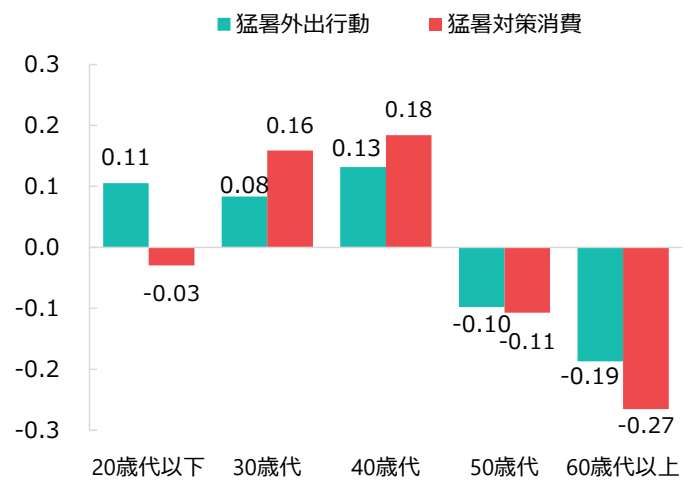
年代別に見ると、20歳代以下、50歳代、60歳代以上は暑さ我慢型、30歳代と40歳代は暑さ適応型が最も高くなっている。暑さ回避型は年代が上がるほど高く、暑さ適応型は30歳代をピークに低くなる傾向がみられる(図表12)。

図表9 猛暑による行動の変化に関する2つの因子



(注)生活行動と消費行動の変化に関する10項目について因子分析(バリマックス回転)を行い、2つの因子を抽出。

図表10 猛暑外出行動と猛暑対策消費の年代別スコア

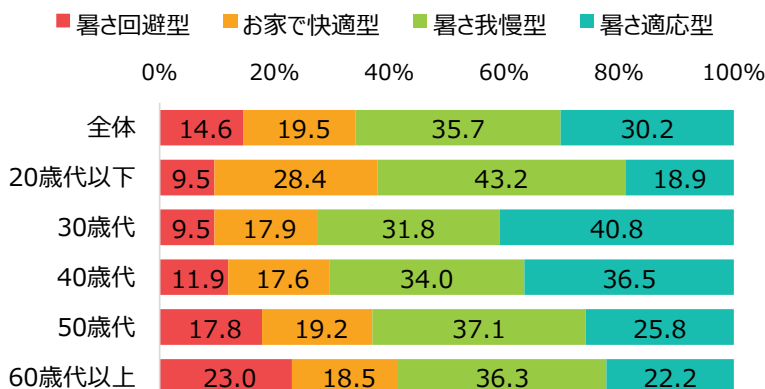


図表11 猛暑による行動の変化に関する4つのタイプ

タイプ	構成比	猛暑外出行動	猛暑対策消費	特徴
暑さ回避型	14.6%	-1.16	-1.14	猛暑時には外出せず、対策商品も購入しない。
お家で快適型	19.5%	-1.15	0.83	外出は避けつつ、暑さ対策の商品で快適さを求める。
暑さ我慢型	35.7%	0.67	-0.64	猛暑でも外出するが、暑さ対策商品にはあまり頼らない。
暑さ適応型	30.2%	0.52	0.77	猛暑でも外出し、暑さ対策商品の購入も積極的。

(注)クラスター分析(k-means法)により分類。

図表12 猛暑による行動の変化に関する4つのタイプ(年代別構成比)

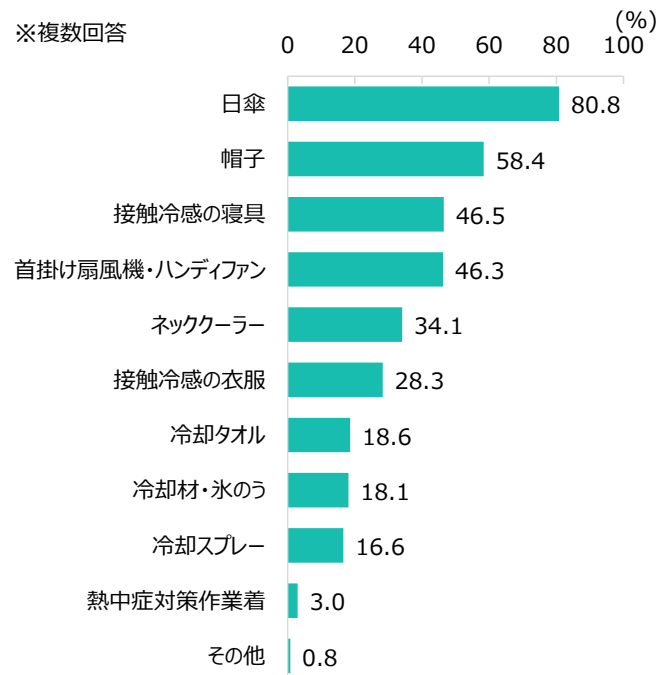


2. 使用した暑さ対策グッズ

「暑さ対策グッズとして、2024年の夏に使用したものはありますか」と尋ねたところ、「日傘」が最も高く、80.8%に上った。次いで「帽子」が58.4%、「接触冷感の寝具」が46.5%だった（図表13）。

年代別に見ると、いずれの年代も「日傘」が7割超で最も高くなった。また、「首掛け扇風機・ハンディファン」は40歳代以下で5割を超えている一方、60歳代以上は26.9%と他の年代に比べて低くなっている。「ネッククーラー」は20歳代以下が19.5%と他の年代に比べて低くなっている（図表14）。

図表 13 使用した暑さ対策グッズ



図表 14 使用した暑さ対策グッズ（年代別）

※複数回答(%)

	日傘	帽子	接触冷感の寝具	首掛け扇風機・ハンディファン	ネッククーラー	接触冷感の衣服	冷却タオル	冷却材・氷のう	冷却スプレー	熱中症対策作業着	その他
全体	80.8	58.4	46.5	46.3	34.1	28.3	18.6	18.1	16.6	3.0	0.8
20歳代以下	85.7	51.9	51.9	55.8	19.5	16.9	19.5	9.1	26.0	0.0	1.3
30歳代	84.0	71.8	48.1	58.0	39.2	24.3	18.8	15.5	13.8	1.1	0.6
40歳代	77.2	60.1	46.8	53.2	43.0	32.3	29.7	31.0	19.6	7.0	1.3
50歳代	81.1	47.6	47.6	40.6	28.3	31.6	11.8	14.6	14.6	2.4	0.5
60歳代以上	77.9	59.3	40.7	26.9	32.4	31.0	14.5	15.9	13.1	3.4	0.7

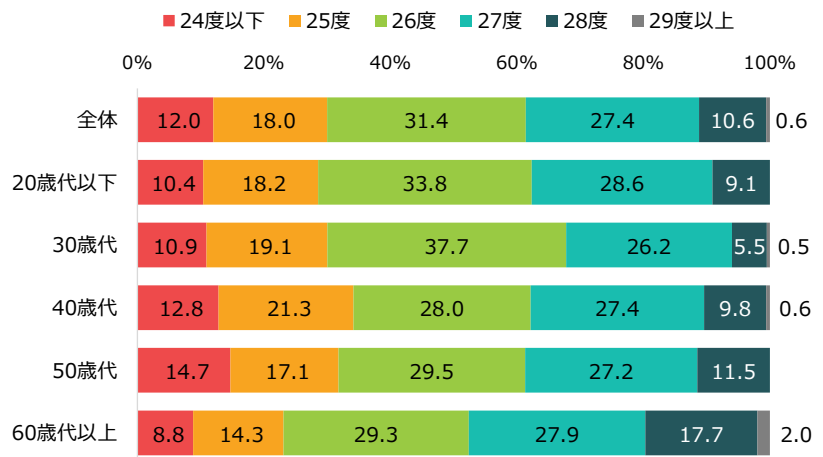
3. 冷房について

(1) 冷房の設定温度

「2024年の夏は、冷房の設定温度を何度くらいにしていましたか」と尋ねたところ、「26度」が31.4%で最も高く、次いで「27度」が27.4%、「25度」が18.0%となった（図表15）。

年代別に見ると、いずれの年代も「26度」が最も高く、次いで「27度」となっている。

図表15 冷房の設定温度



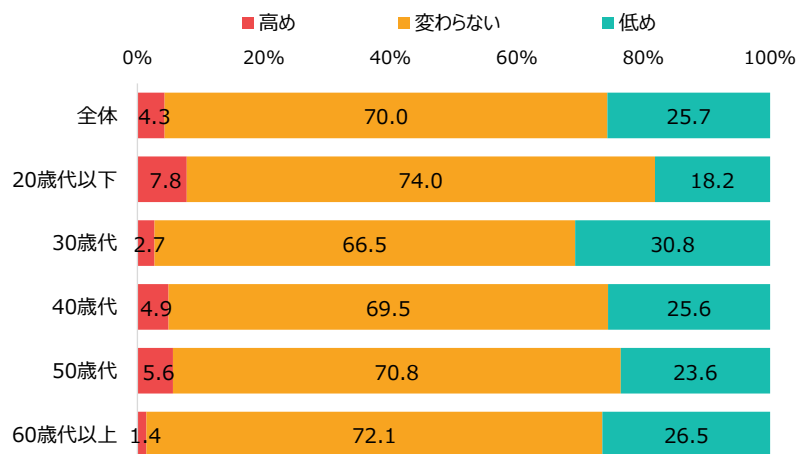
(2) 前年と比べた冷房の設定温度

「冷房の設定温度は前年（2023年）と比べてどうですか」と尋ねたところ、「変わらない」が70.0%で最も高く、次いで「低め」が25.7%となった（図表16）。

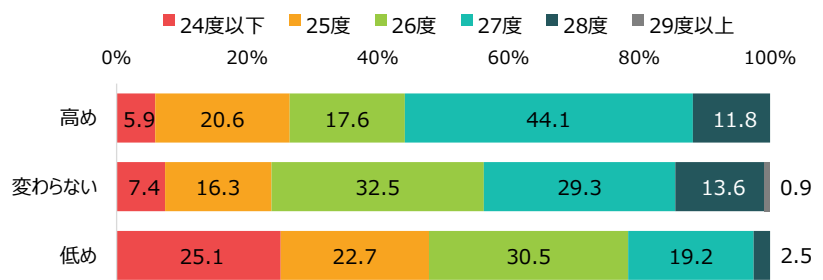
年代別に見ると、いずれの年代も「変わらない」が7割前後で最も高くなった。

前年と比べた冷房の設定温度別に、冷房の設定温度を見ると、「低め」および「変わらない」と答えた人は「26度」が最も割合が高く、「高め」と答えた人は「27度」が最も割合が高くなった。また、「低め」と答えた人は「24度以下」の割合が高く、「27度」、「28度」の割合が低くなっている（図表17）。

図表16 前年と比べた冷房の設定温度



図表17 冷房の設定温度（前年との比較別）



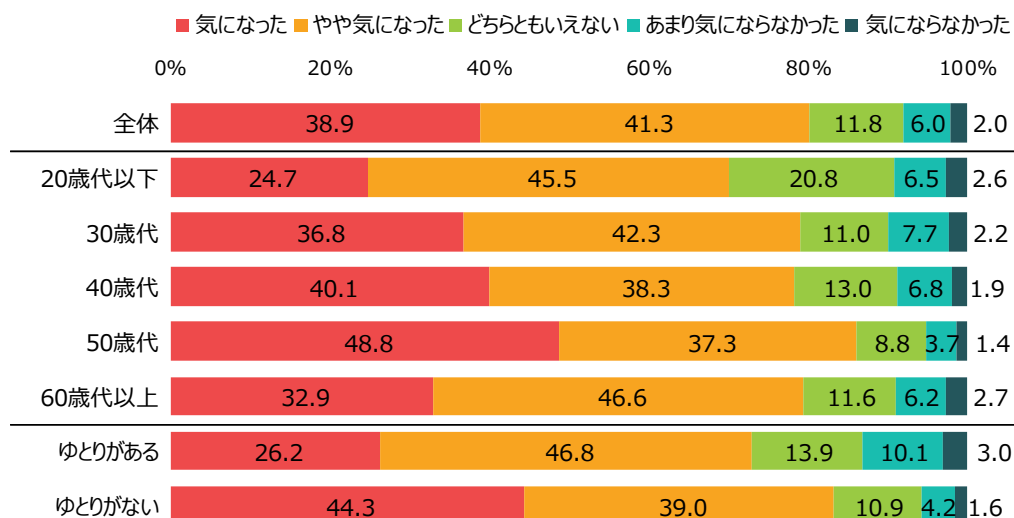
(3) 冷房を使用する際に電気代が気になったか

「冷房を使用する際に電気代が気になりましたか」と尋ねたところ、「やや気になった」が 41.3%で最も高く、次いで「気になった」が 38.9%、「どちらともいえない」が 11.8%となった。「気になった」と「やや気になった」を合わせた“気になった”は 80.2%となった（図表 18）。

年代別に見ると、いずれの年代も“気になった”が 7 割を超えている。また、「気になった」は 50 歳代にかけて高くなっている。

また、生活のゆとり別に見ると、「ゆとりがない」と答えた人は「気になった」の割合が高くなっている。

図表 18 冷房を使用する際に電気代が気になったか



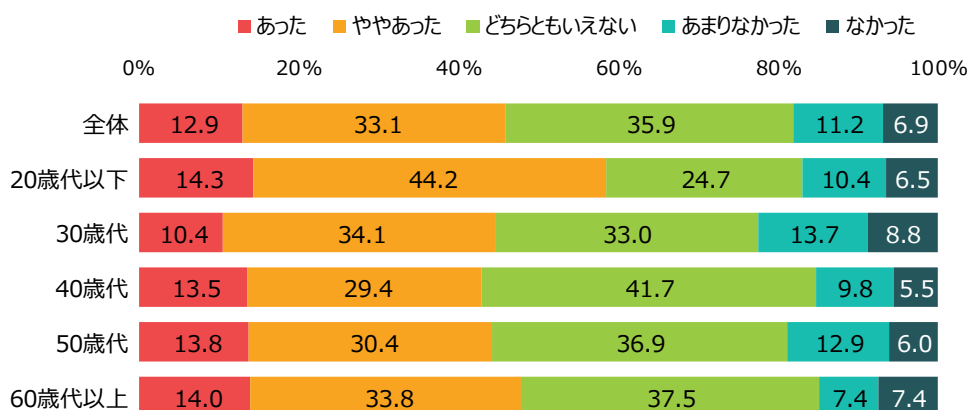
4. 猛暑によるマイナス影響

(1) 仕事へのマイナス影響

「2024年の猛暑によって仕事にマイナスの影響はありましたか」と尋ねたところ、「どちらともいえない」が35.9%で最も高く、次いで「ややあった」が33.1%、「あった」が12.9%となった。「あった」と「ややあった」を合わせた“あった”は46.0%となった（図表19）。

年代別に見ると、いずれの年代も4割以上が“あった”と回答した。また、“あった”の割合が最も高いのは20歳代以下で58.5%だった。

図表19 仕事へのマイナス影響

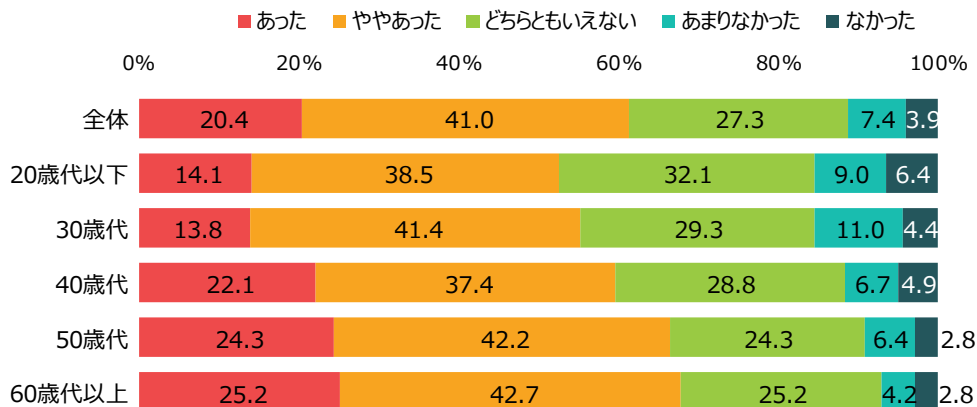


(2) 家事へのマイナス影響

「2024年の猛暑によって家事にマイナスの影響はありましたか」と尋ねたところ、「ややあった」が41.0%で最も高く、次いで「どちらともいえない」が27.3%、「あった」が20.4%となった。「あった」と「ややあった」を合わせた“あった”は61.4%と、仕事へのマイナス影響を15.4ポイント上回った（図表20）。

年代別に見ると、いずれの年代も5割以上が“あった”と回答した。また、“あった”の割合は年代が上がるにつれて高く、60歳代以上が67.9%で最も高くなっている。

図表20 家事へのマイナス影響



5. 猛暑についての意見（一部抜粋）

(1) 猛暑の影響

- 暑すぎて出かける気になれず、自宅ですごすことが多くなった。そのため外食費、レジャー費は減ったが、食費と家事負担は増加しました。(30 歳代)
- 生命の危険を感じる暑さで、離れて暮らす実家の両親が心配だった。また、クーラーをつけて外出したものの、家にいるペットも気がかりだった。(30 歳代)
- 最近の夏は暑すぎて、子どもを外のおさんぽに連れていけず、ずっと部屋で過ごすか、お買い物に行くぐらいしかできなかった。身体を動かして遊ぶことがなかなかできない。(30 歳代)
- 新鮮な食材を買いづらくなった。(30 歳代)
- 夏の外出が減った反動で、秋の外出が増えた。(40 歳代)
- 普段は料理が好きで、多種のものを作っていたが、暑いので気力が落ちて、やる気が起きなかった。(60 歳代以上)

(2) 体調について

- 熱中症にかかり、家事、仕事に影響した。対策していても、夜に疲れがでるのでしょね…。助けが欲しいです。(40 歳代)
- 暑い期間が長すぎて、体がずっとだるく感じました。外出が億劫になりました。(50 歳代)

(3) 経済的負担

- 赤ちゃんがいる中での猛暑は自宅から出ることもできず、連日エアコンをつけっぱなしにしている節約をしたくてもできない状況だった。子育てするにはとても厳しい夏だった。今年は 10 月半ばまでエアコンを使っていたのでさらにキツかった。(30 歳代)
- 猛暑の為、エアコン使用は仕方ないとは思いますが、家族が多いほど使用する台数が増え電気代もかなり上がった。もう少し家計に優しくしてほしい。(40 歳代)
- 体調を考えると光熱費が増えても冷房はがまんせず使用した方がよい。熱中症になれば、それ以上に出費が増える。(60 歳代以上)

(4) 将来への不安

- 地球温暖化を実感した。今後更に温暖化が進んでいくと思うので、一人一人の意識と工夫が必要だと思う。(40 歳代)
- 地球温暖化の影響で猛暑になってきています。ひとりひとりが気をつけて生活をしないで…。ゴミ問題、ペットボトル使用など。(60 歳代以上)
- 毎年猛暑期間が長くなってきている。これからの夏はどうなるか不安もあり、台風など防災の必要性も感じている。(60 歳代以上)

(5) 暑さ対策

- お金がかかっても暑さ対策をしようと心がけた。(20 歳代以下)
- 夏を快適に過ごすグッズなどたくさん購入しました。(40 歳代)
- 仕方がない事なので、お金をかけずに出来る工夫などを知っていきたいと思います。(40 歳代)
- 安眠を守るために、朝までエアコンをつけて睡眠時間を確保した。電気代が上がるのは気になるが…。(50 歳代)

(6) その他

- 今年は秋が感じられず淋しい。(50 歳代)
- 暑さについて、国や自治体からの対策を施行して欲しい。来年に対しての課題は沢山あると思う。(30 歳代)
- 暑い。職場のエアコン設定温度が 28℃厳守で死ぬかと思った。日本の職場が堅苦しい。暑いから、もっとフランクでいい。気軽に飲み物も摂れない。休憩時間増やすとかしてほしい。(40 歳代)

以上