

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204回アンケート 2015年エコと節約

アンケート実施期間 2015年6月13日～7月10日

モニター総数 299名（男性60名 女性239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

●アンケートまとめ

- 「エコ」「節約」両方に関心がある（78%）、「節約」のみ関心がある（12%）
- 「エコ」意識して実践している（68%）、意識しているが実践していない（19%）
- エコについて実践している事、エコバック（85%）、リサイクルショップへ持って行く（40%）、ゴミを出さない買物（40%）
- エコに関してしたい事、省エネ家電購入（65%）、ハイブリッド車・低燃費車に乗換（23%）、田舎暮らし（18%）
- 【節電】意識して実践している（80%）、意識しているが実践していない（13%）
- 「節約」について実践している事、安いものを購入（73%）、消灯・コンセントを抜く（55%）、まとめ買い・底値買い（50%）
- 「エコ=お金や設備がかかるもの」「エコしているか？=ピンと来ない」。エコは節約と比べ具体的なイメージに繋がりにくい。

●アンケート項目

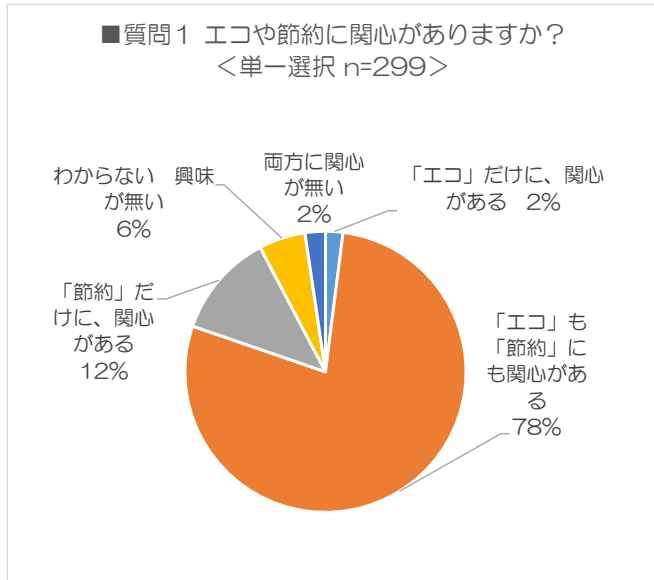
登録モニターの皆さんに、エコと節約に関するアンケートをお願いしました。

【ご注意】今回のアンケートをお願いする上で、「エコ」と「節電」の考えかたをご説明します。

■エコとは～自然環境の保全や、それらへの関心や意識や、行動のこと。 ■節約とは～無駄遣いを極力なくするように努めること。
上記を踏まえて、アンケートにお答えください。

■質問内容

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ①エコや節約に関心がありますか？ ②エコを意識して生活していますか？ ③エコに関して普段実践していることがありますか？ ④エコに関して興味がある、したいと思うことはありますか？ ⑤エコに関して具体的にしていること。 | <ul style="list-style-type: none"> ⑥節約を意識して生活していますか？ ⑦節約に関して実践していることがありますか？ ⑧どんな費用を「節約」していますか？ ⑨エコに関して具体的にしていること。 ⑩エコ・節約に関してご意見。 |
|---|---|



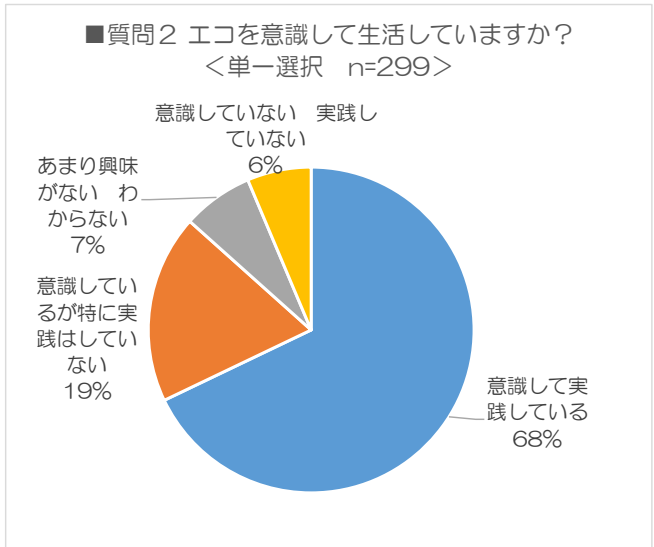
エコと節約に対する関心についてお聞きしました。このアンケートでは、

- エコとは～自然環境の保全や、それらへの関心や意識や、行動のこと。
- 節約とは～無駄遣いを極力なくするように努めること。

と定めてアンケートをお願いしています。

- ・「エコ」のみに関心がある：2%
- ・「エコ」「節約」両方に関心がある：78%
- ・「節約」のみ関心がある：12%
- ・両方に関心がない：2%

となりました。8割近い方が、「エコ」「節約」両方に関心があると答えています。



「エコ」についてお聞きしました。生活の中で「エコ」を意識して実践しているかをお聞きしました。

- ・意識して実践している：68%
- ・意識しているが実践していない：19%
- ・意識も実践もしていない：6%

となりました。

生活の中で「エコ」を意識して、実践していると答えた方は全体の7割近くいらっしゃいました。

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

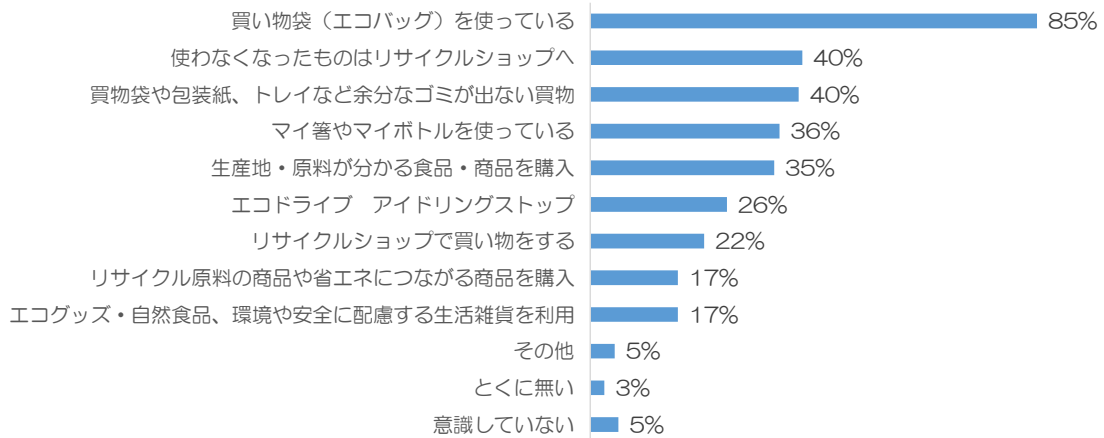
第204回アンケート 2015年エコと節約

アンケート実施期間 2015年6月13日～7月10日

モニター総数 299名（男性60名 女性239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3 エコに関して普段実践していることがありますか？ <複数選択 n=299>

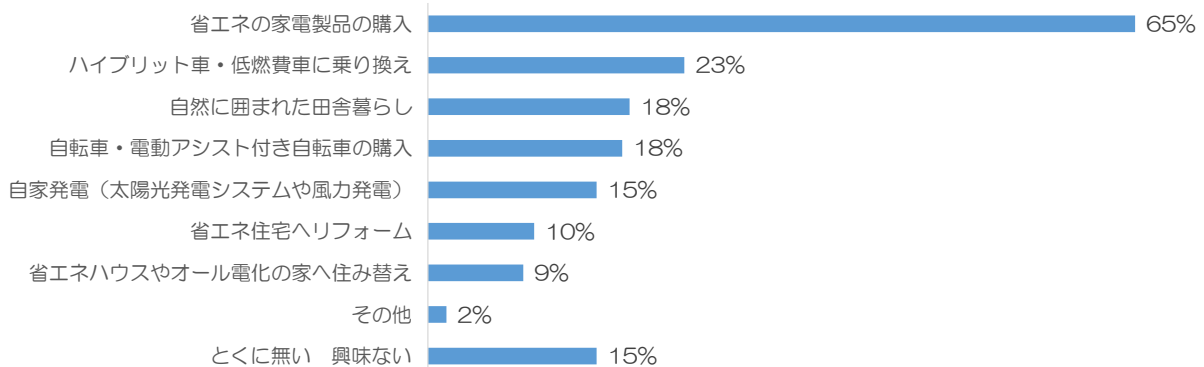


「エコ」について、普段実践している事をお答えいただきました。

1位：エコバッグの利用（85%） 2位：使わなくなったものをリサイクルショップへ（40%）
同2位：買物袋、トレイ等余分なゴミが出ない買物（40%） 4位：マイ箸やマイボトル（36%）
5位：生産地、原材料がわかる食品・商品の購入（35%） でした。

1位のエコバッグは8割以上の方が利用されています。リサイクルショップの利用に関して、回答者の4割が実際に利用している（購入は22%）とのお答えがありました。

■質問4 エコに関して 興味がある、したいと思うことはありますか？ <複数選択 n=299>



「エコ」に関して、興味あること、したいと思うことをお聞きました。

1位：省エネ家電の購入（65%） 2位：ハイブリット車、低燃費車への乗り換え（23%）
3位：自然に囲まれた田舎暮らし（18%） 同3位：自転車・電動アシスト自転車の購入（18%）
5位：自家発電（太陽光発電や風力発電など）（15%）となりました。

■質問5 エコに関して具体的にしていることがあればお書きください。（自由回答抜粋）

【エコバック・マイバッグ】

- ・エコバックの実践、リサイクルボックスの利用など（30代:女性）
- ・マイバッグ お弁当作り くらいかな（40代:男性）
- ・マイバッグ・マイはしは持ち歩いています。（30代:女性）
- ・出来るだけスーパーの袋はもらわないようにし、自分のバッグを持っていく。（19歳以下女性）
- ・常にエコバックと保冷剤を鞆にいれている。（40代:男性）

【ゴミを出さない】

- ・洗剤、シャンプー等詰め替え品を購入する。発泡トレイ、牛乳パック、瓶、缶、乾電池はスーパーの資源ステーションに洗って持ち寄る。使用済み切手は切り取り郵便局に持っていく。（50代:女性）

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204回アンケート 2015年エコと節約

アンケート実施期間 2015年6月13日～7月10日

モニター総数 299名(男性60名 女性239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5 エコに関して具体的にしていることがあればお書きください。(自由回答抜粋)

【室内の温度調節】

- ・エアコンの温度を下げすぎない(30代:女性)
- ・エアコンは使わずゴーヤなどの緑のカーテンの多用。家電品については待機電流を意識しマメにコンセントを抜く(50代:男性)
- ・四季折々の気温の変化を楽しんでいると考えれば、多少の暑さ・寒さも我慢が出来ます。暑くて汗をかいてこそ夏(40代:女性)

【節水・節電】

- ・お風呂でシャワーはなるべく使わない。湯船のお湯で。お風呂の残り湯は洗濯に使う。(30代:女性)
- ・電気、ガス、水道の使用量を毎日確認し、記録。電源のONとOFFをこまめに実施。封筒などの再利用。お風呂の残り湯で、洗濯、散水。(50代:女性)

【ゴミが出ない買物】

- ・がさばるゴミが出る買い物をしない、カップ麺や、発泡スチロールが出る商品は買わない。飲料は紙パックを買う。(40代:男性)
- ・キヨスクで朝食(おにぎりやパンなど)を買う時は、先に「袋はいらないです」と申し出ています。(20代:女性)

【無駄を出さない】

- ・日常の買い物で使い切りのパックを購入して無駄を出さない(60代:女性)
- ・買い物をする際に、本当に必要か?よく考えてから、購入を決める。結局ゴミになるのでは?と自問自答する。(40代:女性)

【ゴミの分別・回収】

- ・ゴミの分別とリサイクル。エコバッグの持ち歩き。詰め替え品の購入。(50代:女性)
- ・ゴミの分別を徹底し、可能なものは資源ゴミとして出しています。買い物袋は買わずに自分のバックで持ち帰る。(20代:女性)
- ・回収ごみの分別を厳密に行っています。(60代:男性)
- ・資源回収にペットボトル、新聞、アルミ缶、瓶、必ず出すようにしています。(50代:女性)
- ・身近なものとしては、ゴミの分別と回収。廃油なども回収してもらっています。(30代:女性)

【移動や普段の生活】

- ・車はなるべく使わず自転車です。(50代:女性)
- ・電化製品の主電源やコンセントをこまめに切る、そのような専用ソケットを購入して使用しています。着なくなった服(主にインナー的な衣類)を切って、雑巾代わりに床拭きで利用。(40代:女性)
- ・普段車を利用するが、歩いて行動する日を増やすようにしている。(50代:女性)
- ・某低燃費車にのって、エコ運転指数を上げるドライブを意識している。点数が低いとへこむ(40代:女性)

【商品の買い替え】

- ・ハイブリット車を購入しました。ガソリンの消費が少なくなりました。(60代:男性)
- ・我が家で一番のエコは家の照明をLEDに変えて、こまめに電気を消す、水道を出しっ放しにしない。(50代:女性)
- ・環境にやさしい洗剤の値段が安くなることを願っています。(50代:女性)
- ・出来るだけ長持ちする製品を購入するようにしている。(30代:男性)

【リサイクル商品の利用】

- ・リサイクルされたティッシュペーパーとトイレットペーパーを使っています。価格は高いですが、紙をリサイクルに出して、リサイクル製品を買わないのはリサイクルとは言えないと思うからです。(50代:女性)
- ・リサイクルプラザを積極的に活用し、リユース品を多く用いています。また、フードマイレージを意識し、また地域活性化のためにも、八百屋さんなどで地元の食材を多く買うようにしています。(20代:女性)

【使い続ける】

- ・エコではなく、ずーっと節約です。エコのために、新品を買えというのが理解不可能(50代:女性)

【量販店のリサイクルサービスの利用】

- ・ホームマックでリサイクル資源を出すと、ポイントがもらえるので、リサイクル資源はそこに出している。(30代:女性)
- ・牛乳パックをスーパーでリサイクルに出している(20代:女性)

【家庭菜園などで利用】

- ・コンポスターを使って生ごみを堆肥にしている。(60代:女性)
- ・家庭菜園で野菜を栽培しているため、コーヒーカスやぬかなどは土に混ぜ肥料にする。(60代:女性)
- ・生ゴミにバクテリアを混ぜて堆肥にしている(50代:女性)

【その他】

- ・経済的に節約していると、それが自然とエコになっている感がある。(50代:女性)
- ・田んぼに囲まれた田舎に住んでいるので、必然的に毎日エコぐらしです(笑)窓を開ければ涼しい風が入ってくるので、あまり冷房も必要ありません。(50代:女性)

普段の生活で実践できる、エコバック、お弁当、分別などの意見が多くありました。その他にエコに関して、いろいろな視点から実践されている意見をいただきました。ご覧いただき、参考にしてください。

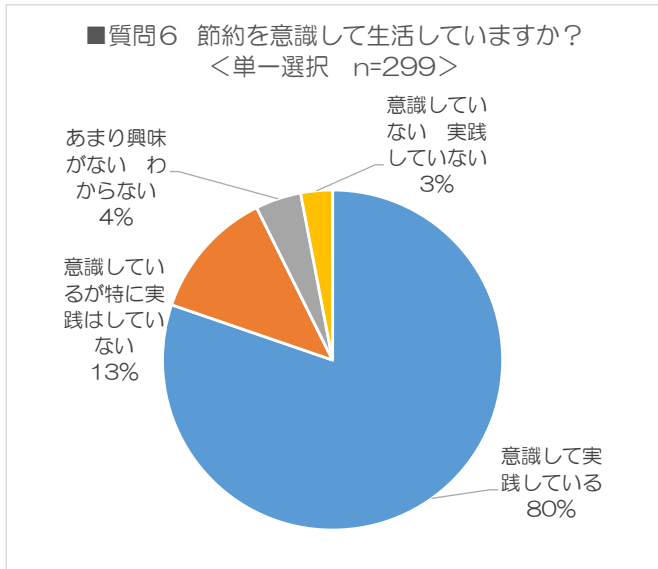
北海道のくらしアンケート くらしく アンケートレポート

第204回アンケート 2015年エコと節約

アンケート実施期間 2015年6月13日～7月10日

モニター総数 299名（男性60名 女性239名）

調査方法 全国のくらしく登録モニターインターネットアンケート

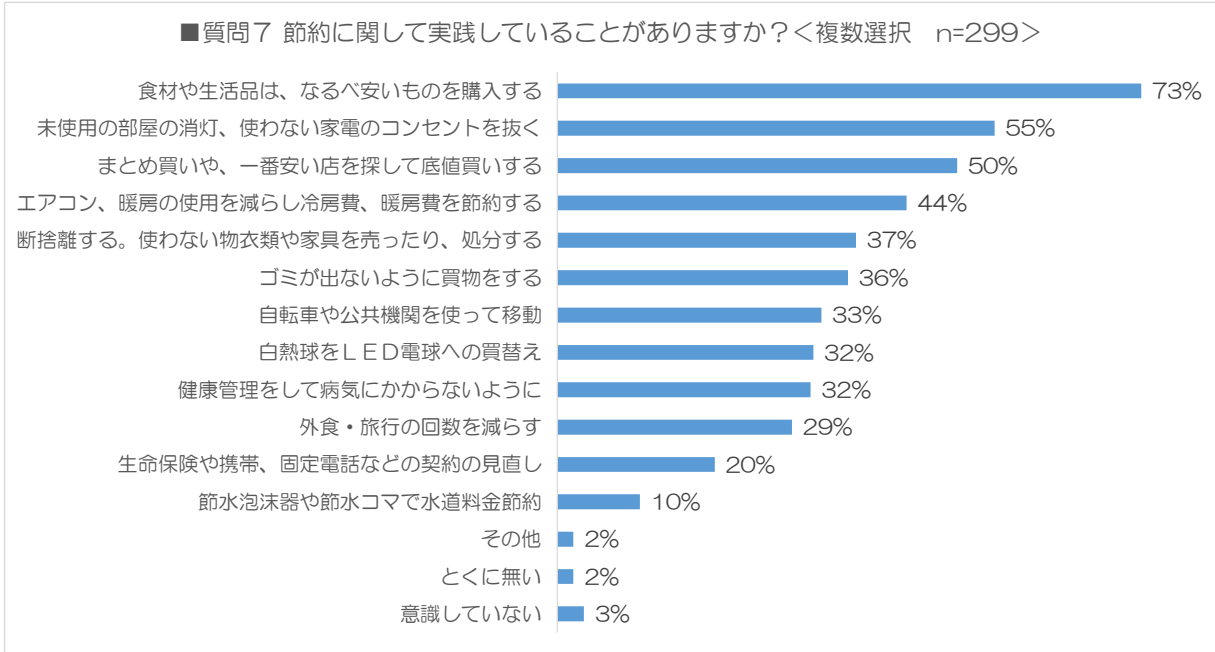


「節約」についてお聞きしました。生活の中で「節約」を意識して実践しているかをお聞きしました。

- ・意識して実践している：80%
- ・意識しているが実践していない：13%
- ・意識も実践もしていない：3%

となりました。

生活の中で「節約」を意識して、実践していると答えただかたは全体の8割いらっしゃいました。



「節約」について、普段実践している事をお答えいただきました。

1位：安価なもの購入（73%） 2位：使っていない灯りを消す、使用していない電化製品のコンセントを抜く（55%）
 3位：まとめ買い・底値買い（50%） 4位：エアコン・暖房の使用を減らす（44%） 5位：断捨離（37%）
 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

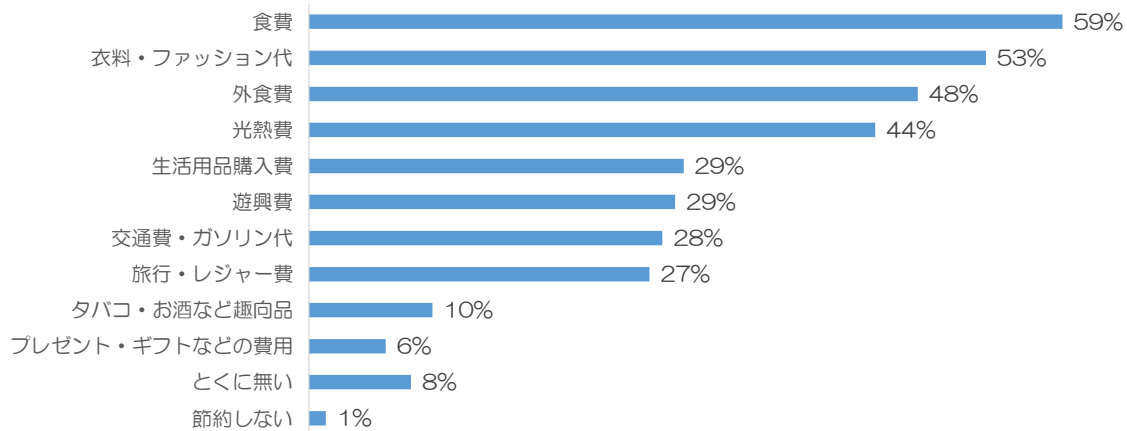
第204回アンケート 2015年エコと節約

アンケート実施期間 2015年6月13日～7月10日

モニター総数 299名（男性60名 女性239名）

調査方法 全国のくらしく登録モニターインターネットアンケート

■質問8 どんな費用を「節約」していますか？＜複数選択 n=299＞



節約している費用についてお聞きました。

1位：食費（59%） 2位：衣料・ファッション（53%） 3位：外食費（48%） 4位：光熱費（44%）

5位：生活用品購入（29%） 同5位：遊興費（29%）となりました。

「食費」「衣料」が5割以上の方が節約していると答えています。

■質問9 節約に関して具体的にしていることがあればお書きください。（自由回答）

【水道光熱費】

- 使っていない家電はスイッチだけでなくプラグをコンセントから抜く。・お風呂は続けてはいる。(50代:女性)
- エアコンの温度を下げすぎない(30代:女性)
- お風呂のシャワーを湯量調整できるものに取り替えて使用しています。(60代:男性)
- お風呂の残り湯で洗濯する(30代:女性)
- できるだけ深夜電力の時間帯にあわせて洗濯をしてテレビも昼間は見ない(50代:女性)
- 家の電灯をほとんどLEDに変えました。10年以上持つので節電と節約両方を満たしていると思います。(50代:女性)
- 使っていないコンセントは抜く。また夏場はクーラーをなるべく使わずに、窓を開けたり扇風機を利用する。(19歳以下女性)
- 電気、ガス、水道の使用量を毎日確認し、記録。電源のONとOFFをこまめに実施。(50代:女性)

【外出・外食を控える・交通費】

- ガソリンをなるべく使わないように、ウィンドーショッピングをやめる。(40代:女性)
- 外食は本当に減った。でも、外食が苦手になったので苦ではない。外食を我慢しているわけでもないの、食べに行きたいときは、ランチ時間などを狙って行く。(30代:女性)
- 外食費を切りつめるため弁当を持参している(60代:男性)

【ポイントサービスなどを利用】

- スーパーでは、5倍ポイントの日に買い物する。10ばいポイントの品物を購入する。(70歳以上:女性)
- とにかく食費を切り詰める。買い物は1週間に一回にして余分な買い物をしないようにする(40代:女性)
- 割引の日などを利用して買う、現金よりポイントの付く、電子マネーやクレジットカードなどの支払いにしている(40代:女性)
- 懸賞に応募できるものを買うこともあり、懸賞は我が家の節約ポイントの一つになっています。(50代:女性)

【衣料・ファッション】

- 自分の服は、必要以上に持たないようにしている。もし購入する時は吟味して、一枚買ったなら一枚処分するつもりで。(50代:女性)
- カラーリングをやめて美容院代節約。洋服は、長く着れるシンプルで飽きのこないデザインを選ぶ。(30代:女性)

【食費】

- とにかく食費を切り詰める。買い物は1週間に一回にして余分な買い物をしないようにする(40代:女性)
- 低価格の一方で、無農薬野菜や有機食品も購入して、我慢だけでなくバランスを取りながらやりくりしている。(30代:女性)
- 見切り品の時間にスーパーに行き購入(40代:女性)
- 使い切りの献立を週の初めに立てます。子供の給食メニューとかぶらない様に作るのに一苦労です^^@ (40代:女性)
- 賞味期限切れで捨てないように気をつけて買い物をしています。献立を立ててから買い物をするとやすいものが買えないことがあるので毎日悩んでいます。(30代:女性)
- 食材は食べれる量を購入し、食べ切れる量にして余らないようにしている。旬の野菜を使うようにしている。(30代:女性)
- 調理した物が残った場合でもリメイクして使い切るようにしている。(50代:女性)
- 特に食費に関して、出来る限り自炊をして加工食品を買わないようにすることで、節約を心がけています。(20代:女性)
- 買い物時、サービス品や値引き品を狙ってかうようにしたり、サービスデーを活用するようにしています。(30代:女性)

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204回アンケート 2015年エコと節約

アンケート実施期間 2015年6月13日～7月10日

モニター総数 299名 (男性60名 女性239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続き 節約に関して具体的にしていることがあればお書きください。(自由回答)

【断捨離】

・無駄や、かぶる買い物をしないように、徹底的に断捨離。車はあまり荷物が詰めないように小さなものを選んだ(40代:女性)

【通信費】

・携帯電話の料金プランを話し放題にして、通話料金がかさまないように節約をしています。(40代:女性)

【買物を控える】

・ネットショッピングも実際の買物も、欲しいと思っても即買わないように心がける。(40代:女性)

【安く購入する】

・安いお店のチラシの品を購入。腐らないものは安い時に購入してストックする(40代:女性)

・安いスーパーやドラッグストアで買物をする。オークションを利用して、安く服を買う。(20代:女性)

・衣料品や雑貨などは、ほとんどリサイクルでまかなってます。安くても、いいものを選べば、それなりに着れるものです。(40代:女性)

・可能な限り中古から探す(30代:女性)

・旅行は高級ホテルなどよりも、キャンプやビジネスホテル系など格安のところを選ぶ。(40代:女性)

【長く使えるものを買う】

・安い物を買うのではなく、長く使えるもので、かつ値段が高くて、丈夫なものを長期間使います。(70歳以上:男性)

【その他】

・健康であることが、最も節約につながると思いますので、食生活や生活習慣に気を付けながら、出費を減らす。(40代:男性)

・自家菜園を少し。。。 (40代:女性)

・習い事の見直しで、更新期限までに今必要な習い事なのか考え直しています。(40代:女性)

単なる節約ではなく、ポイントをうまく活用したり、水道光熱費の費用を記録して計画的に節電する、食費が安くなる献立など、計画的に節約を実践されている意見が多くありました。ただ我慢するだけではなく、我慢しながらその中でいい物を見つけたり、賢く利用することに、楽しみを見つけ出すことが大事なことだと感じました。

質問10 エコ・節約に関してご意見があればお書きください。(自由回答抜粋)

【エコ・節約に関して】

・エコ・節約は、自分のためにも地球のためにも良いことなのでもっと多くの人が実践するべきだと思う。

「〇〇をすれば×××節約(エコ)になる！」と普段から呼びかけることで意識して取り組むと思う。(19歳以下女性)

・エコも節約もお財布にいいことなので、これからも実践したいです(40代:女性)

・もうこれ以上得エコも節約もしても生活が楽にならない(20代:女性)

・意識せずにエコする事が節約につながり、節約、節約していると自然とエコに繋がっている気がします。

資源には限りがあることを忘れないようにしたい。(50代:女性)

・スーパーやコンビニなどで、廃棄食品が多いと聞きますが、家庭での廃棄量より、ずっと多いと思います。家庭での小さいエコだけでなく、企業として、製造メーカーと小売業者が協力して、賞味期限に近いものを、上手に無駄無く利用する方法を考えて、日本全体として無駄がないシステムが出来るといいと思います。(50代:女性)

【無理をしない】

・エコ・節約は心掛けていますが、「ケチ」にならないよう、メリハリをつけてやっています。何もかもケチってしまったら、楽しくないので。(40代:女性)

・エコでも節約でも、無理すると続かないので、どちらも自分のできる範囲ですることが大事だと思います。(50代:女性)

・エコとケチは似たようで違う物とは思いますが、楽しみつつエコケチが実践できる様に頑張っています^^ (40代:女性)

・エコや節約を意識しすぎると疲れてしまう。本末転倒になってしまうよりは気にしない方が良いかもしれない。(40代:男性)

・エコや節約を意識した生活は、不便で時間や手間がかかるものだと痛感。そして、便利でおおかつ地球に優しい生活をしようと思うとお金がかかる・・・とこれまた実感。(50代:女性)

・エコや節約で冷房などをつけずに熱中症などで死亡する人もいるので、適切な使用を心がけています。(20代:女性)

・エコや節約はよいことだと思いますが、それにより自分の生活の快適さがなくなるのは嫌だと感じています。(40代:女性)

・できる範囲でやれるとことが大事だと思う。(19歳以下女性)

・無理のない節約でないとい体調を崩してしまう恐れがあるので、無理は禁物(50代:女性)

・無理や無茶は続かないしストレスになるので、リバウンドしない程度に楽しんで日常に取り込んでいます。

太陽光のオール電化も検討しましたが、災害やトラブルになったときを考えるとエネルギーの分散化が有効と考え、昔ながらの暮らしを意識しています。(40代:女性)

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204回アンケート 2015年エコと節約

アンケート実施期間 2015年6月13日～7月10日

モニター総数 299名 (男性60名 女性239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10続き エコ・節約に関してご意見があればお書きください。(自由回答抜粋)

【エコに関して】

- ・エコなことをするにはソーラーパネル、エコキュートなどなど 初期投資が多くなかなか手を出せませんが 節約は 思い立った時に自分の力でできるので気楽な感じがします。(30代:女性)
- ・エコに関してはあまり意識をしていません。(30代:女性)
- ・「エコバッグ」にしても「マイ箸」にしても、そういう名前の商品が量産されて店で売られているのを見てると「結局それってエコなん？ 資源使って箸やバッグ作ってるから結局エコになっていないのでは」なんて思います。(40代:女性)
- ・エコは嫌い。マスコミとメーカーの作ったブーム。本当にエコでは経済が発展しない。(40代:男性)
- ・エコを意識すれば、自然と節約にもつながる気がします。(40代:女性)
- ・エコを心がけると節約にも繋がる人が多いと思う。またものがありふれてる生活より少なくすることで必要なものがわかり エコにも節約にもつながると思う。(30代:女性)
- ・広告、宣伝に踊らされたり、誘導されたりしないで、消費者としても地球の問題を考えられるように意識を持てるようになりたい。また、その輪を広げたい。(50代:女性)

【エコと節約の違いについて】

- ・エコに興味はあるが、エコと節約の違いがよくわからない。エコしてますか？と聞かれても、いまいちピンとこない。節約できる所は節約し、旅行にお金を使おうと思っている。(30代:女性)
- ・エコと節約が、生活の中で一緒になってきている。本当は違う意味なのだけど、以前よりCO2のことも、地球温暖化の事も 聞かなくなったような気がする。そんなこと言っている景気でもないだろうからか。(40代:男性)

【節約に関して】

- ・エコはそんなに意識していない、節約をすればエコにつながると思うから(40代:男性)
- ・エコはハードや土台が無いと個人では出来ないが、節約は生活に直結するだけあって即日に取り組める(40代:女性)
- ・エコよりは節約メインになっている。ポイントカードをなるべく利用している。(20代:女性)
- ・ちょっとした意識を持つことで無駄をはぶけ、毎月の公共料金の料金表のチェックをすると良いです(60代:女性)
- ・私は節約を重視して生活しています。エコな生活も心がけたいですが、節約につながるエコだけに限定されてしまっているのが実情です。出来る範囲でエコと節約を頑張ろうと思います。(20代:女性)

【他人へ押し付けけない】

- ・エコも節約も自分自身のことだけで、他人には押し付けけないことが大事と考えている。(40代:女性)

【リサイクルに関して】

- ・リサイクルゴミを回収したあと、何に再利用されたのか、実際本当にリサイクルされてるのか、各自治体で表示や報告しているところが少ない。分別しているのに、結局、燃えるゴミとして処理されていたとしたら意味がないので、結果がわかるようにしてほしいと思った事が多々ある。(30代:女性)
- ・リサイクルショップでは、買う時は、わざわざお金を出してリサイクル小物を買うなら、100均で新品を買った方が 良いかな、と思い、売る時には売ってもほとんどお金にならないし、それなら捨てようかと思ってしまいます。その点、リサイクルプラザなど公共施設では持ち込みも持ち帰りも無料なので、気楽に利用することが出来、嬉しいです。(20代:女性)

【みんなの力が必要】

- ・家族みんなの協力が必要。(40代:女性)
- ・各々の心がけてエコも節約も実践出来ると思う。(40代:女性)
- ・地域全体が取り組みむ体制づくりが必要です。(60代:男性)
- ・普段からリサイクルゴミを分けていますが、自治体で全く違うので、国でも県でも、もっと大きい単位で規制していくと より良いかなと思います。(40代:女性)

【その他】

- ・旧型の電化製品を省エネ家電に買い方ほうがいいと思います。家電量販店のデモ？(テレビとか扇風機)の数を少なくする、もしくはお客さんが自分で電源を入れるようにしたほうがいいと思う。(20代:女性)

たくさんのご意見ありがとうございました。

エコと節約に関して、意識して、実践しているかたが多くおり、普段の生活にエコも節約も浸透していると感じました。実践されている方法に関して、がむしゃらや思い込みではなく、計画的、具体的に決めて行うことで、ストレスがたまらないように行っている様子がうかがえました。質問10の意見から、「エコ」「節約」の違いについて、わかるづらくなっているように感じます。エコに関しては、「エコ=お金や設備がかかるもの」「エコしているかといわれてもピンと来ない」など、エコは節約とくらべて具体的なイメージに繋がりにくい部分があるようです。

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