

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190回アンケート 冬のくらし準備

アンケート実施期間 2014年10月17日～11月20日

モニター総数 317名(男性66名 女性251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

冬の生活を意識するのは、北海道以外の地域で10月下旬、北海道内では10月初旬が一番多い。  
 暖房器具を使い始める時期で一番多いのは北海道以外では11月初旬、北海道内では10月中旬が多い。  
 意識してホットメニューを食べ始める時期で一番の多かったのは北海道外では10月下旬、北海道内では10月中旬。  
 冬の準備でする事「冬物衣料に切替(83%)」「コートマフラー防寒衣料の用意(68%)」「毛布・こたつ等の準備(59%)」  
 冬の節電「重ね着で寒さ防止(62%)」「灯り、家電の電気をこまめに切る(48%)」「エアコンや暖房の設定温度(37%)」  
 冬、節約したい費用は「光熱費(54%)」「外食費(32%)」「食費(30%)」「衣料・ファッション(23%)」  
 冬のくらしで特に気にしている事で、自由意見が多かったのは、「風邪対策」「乾燥対策・加湿器を使う」など、健康や体調管理。

アンケート項目

登録モニターの皆さんに、2014年の冬に向けてのくらしの準備についてお聞きしました。

一部のアンケートでは、北海道地域、北海道以外にお住いのモニターさんの意見を比較しています。

質問内容

冬物を購入したり模様替えをしようとする時期

特に意識して節約したいと思う費用は

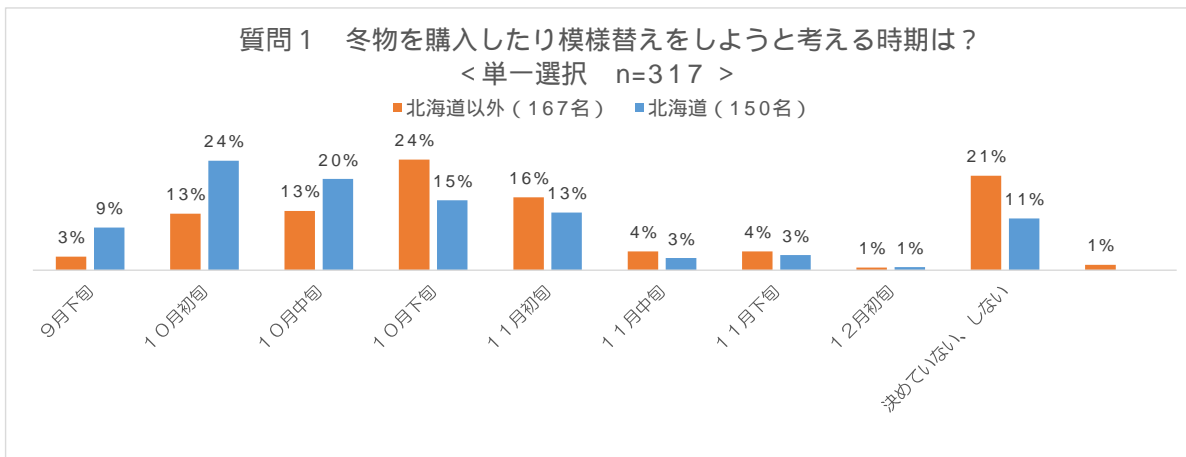
暖房器具を使い始める時期

冬の生活の中で、とくに気をつけていること(自由回答)

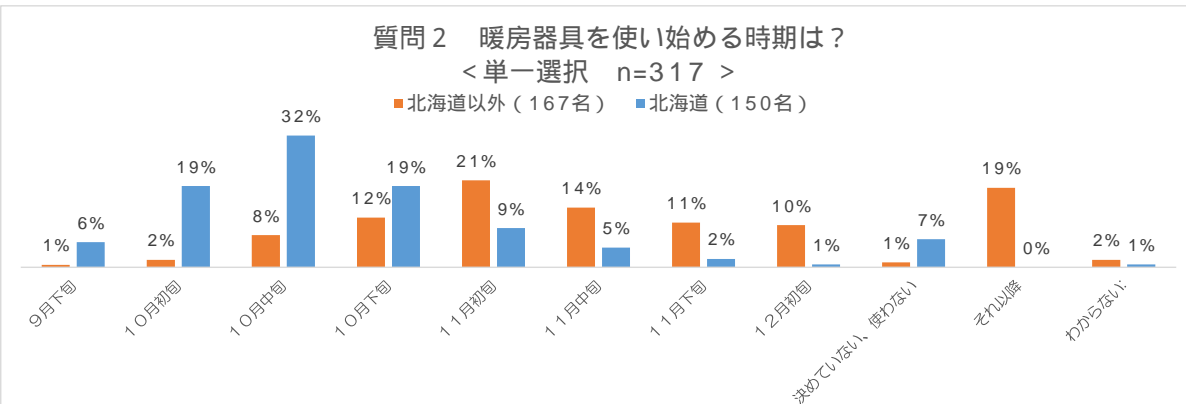
食生活で意識をしてお鍋や温かいものを食べ始める時期

冬の準備にはどのようなことをしますか?

冬のくらしの節電に関して今年してみようと思うのは?



くらしくモニターのみなさんに、冬の暮らし準備に関してアンケートをお願いしました。  
 冬物商品を購入したり、模様替えをしようとする時期を、お聞きしました。  
 北海道にお住いのモニターさんと北海道以外にお住いのモニターさんに分けて集計しました。  
 北海道以外～1位:10月下旬(24%) 2位:11月下旬(16%) 3位:10月初旬・10月中旬(13%)  
 北海道内～1位:10月初旬(24%) 2位:10月中旬(20%) 3位:10月下旬(15%) でした。  
 冬の生活を意識するのは、北海道以外の地域で10月下旬、北海道内では10月初旬が多くなりました。



暖房機器を使い始める時期についてお聞きしました。  
 北海道以外～1位:11月初旬(21%) 2位:11月中旬(14%) 3位:11月下旬(11%)  
 北海道内～1位:10月中旬(32%) 2位:10月初旬・10月下旬(19%) 3位:11月初旬(9%)  
 暖房器具を使い始める時期で一番多いのは北海道以外では11月初旬、北海道内では10月中旬が多くなりました。

## 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190回アンケート 冬のくらし準備

アンケート実施期間 2014年10月17日～11月20日

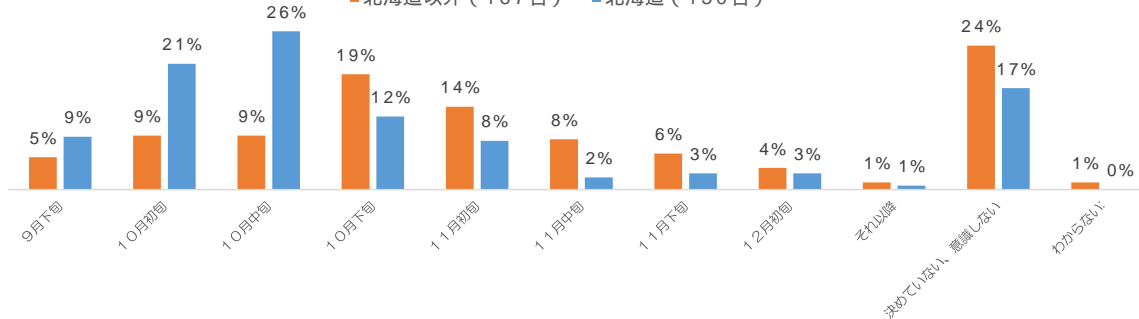
モニター総数 317名(男性66名 女性251名)

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 食生活で特に意識をして、お鍋や温かいものを食べ始める時期は？

&lt; 単一選択 n=317 &gt;

■北海道以外(167名) ■北海道(150名)



暖かい食べ物を、意識して食べ始める時期をお聞きました。

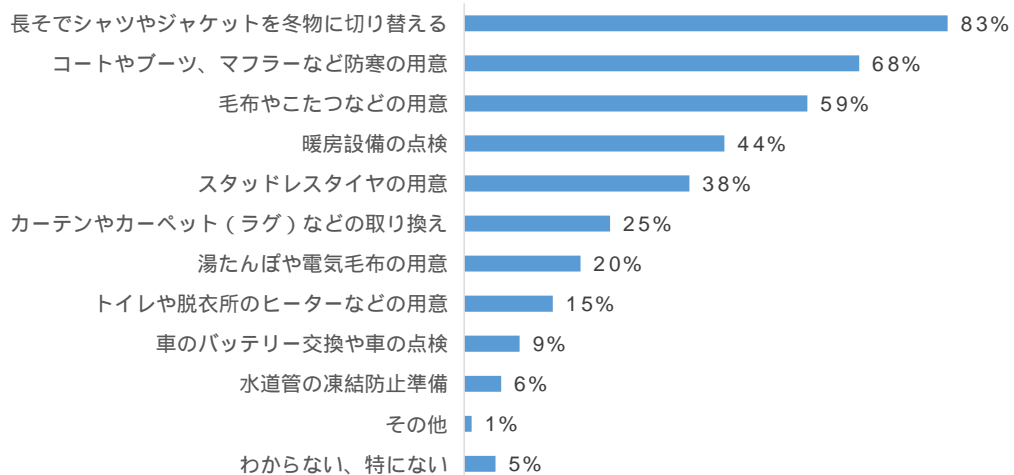
北海道以外～1位：10月下旬(19%) 2位：11月初旬(14%) 3位：10月初旬・中旬(9%)

決めていない、意識しない(24%)

北海道内～1位：10月中旬(26%) 2位：10月初旬(21%) 3位：10月下旬(12%)

意識してホットメニューを食べ始める時期で一番の多かったのは北海道外では10月下旬、北海道内では10月中旬でした。

## 質問4 冬の準備にはどのようなことをしますか？ &lt; 複数選択 n=317 &gt;



## 【その他の意見 一部抜粋】

- ・ヒートテックなどの下着の用意やタイツ靴下や、室内履きの用意(40代:女性)
- ・結露対策(20代:女性)
- ・除雪機の整備。(60代:男性)
- ・先月、主人の転勤で北陸に引っ越しました。初めての寒い冬を過ごすことに不安が有りましたがとりあえず家族分の完全防水長靴と16本傘を買って、一安心。あとは機密性の高い厚地カーテン買わなきゃです^^;(40代:女性)
- ・窓からの冷気遮断アイテムの使用開始。(40代:女性)
- ・窓のところに断熱ボードを設置、加湿器の準備(20代:女性)
- ・通販で買ったスペースダウンシートを使う。窓の下から冷たい空気が入らないようにするマットみたいなものを置く。床に銀色のシートを敷いて部屋の温度を反射させる。(40代:女性)
- ・庭木の冬囲い、窓の結露防止の手入れ、網戸を外す、家屋の換気孔を閉める、除雪道具の準備。(40代:女性)
- ・隣の空き地の雑草の駆除を市役所に依頼(火災防止の為)(60代:男性)

冬の準備ですることをお聞きました。

1位：衣類を冬物に切り替える(83%) 2位：コート・マフラーなど防寒衣料の用意(68%)

3位：毛布・こたつなどの準備(59%) 4位：暖房機器の点検(44%) 5位：スタッドレスタイヤの用意(38%) でした。その他の意見では、庭の木等の冬囲い、お部屋の結露の防止や、部冷気遮断アイテムの購入などの意見がありました。

## 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

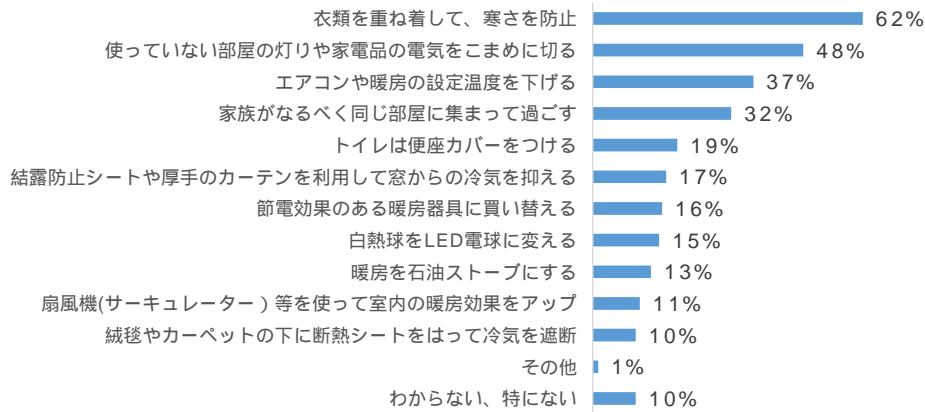
## 第190回アンケート 冬のくらし準備

アンケート実施期間 2014年10月17日～11月20日

モニター総数 317名(男性66名 女性251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4 冬のくらしの節電に関してお聞きします。今年の冬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=317>



## 【その他の意見 一部抜粋】

- ・100円ショップの便座カバー意外と快適。2重にして使用(40代:女性)
- ・お風呂のお湯はりや追い焚き後は、できるだけ家族が時間を開けずに入るようにする。(40代:女性)
- ・もう一通りしているのでできる事は多くない気がする(40代:男性)
- ・屋外の床下にある通風孔を閉じる(床下に冷気が入らないように)(40代:女性)
- ・既にフリース愛用してますが寒くて温度1度上げたい石油FF・・・「寒くないわー!!」と気合いで自分に喝入れてます^^;(40代:女性)
- ・起きていると寒くなるので、暖房を早めに切って早めに寝る(30代:女性)
- ・休日は図書館で過ごす(50代:女性)
- ・貼るカイロやミニ湯たんぼを持ち歩く(40代:女性)
- ・保温フードスタッカーの利用で、料理の温め直しの回数を減らす。(50代:女性)

冬のくらしの節電についてお聞きしました。

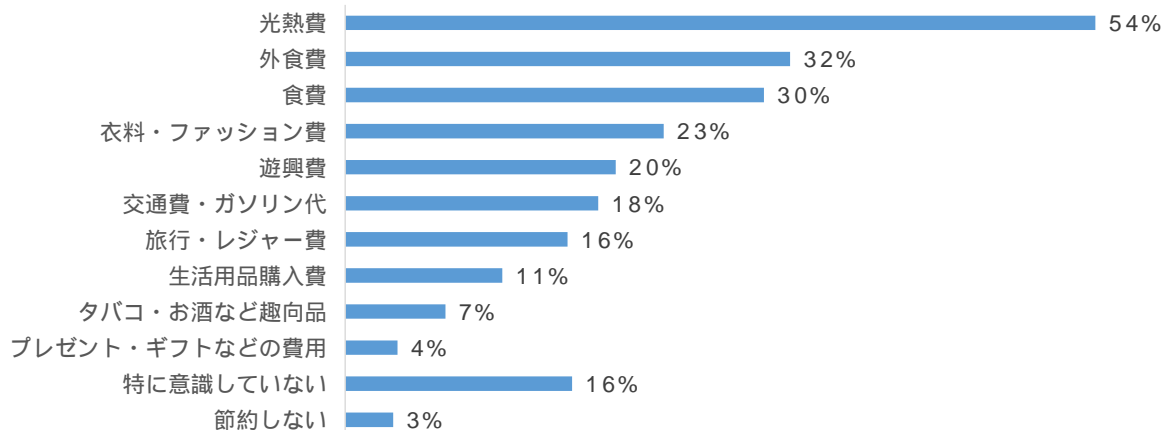
1位：重ね着して寒さ防止(62%) 2位：使っていない部屋の灯り、電化製品の電気をこまめに切る(48%)

3位：エアコンや暖房機器の設定温度を下げる(37%) 4位：家族がなるべく集まって過ごす(32%)

5位：トイレは便座カバーを付ける(19%)でした。

その他では、寒さを我慢する、カイロや湯たんぼ等の利用、保温器でなるべく電気を使わない、という意見がありました。それ以外に、もう、一通りしているので、できる事が多くない、という意見もありました。

質問6 冬の節約に関してお聞きします。特に意識して節約したいと思う費用はなんですか?<複数選択 5 n=317>



冬の節約で意識して節約したい費用は

1位：光熱費(54%) 2位：外食費(32%) 3位：食費(30%) 4位：衣料・ファッション(23%)

5位：遊興費(20%) 特に意識していない(16%)でした。

# 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190回アンケート 冬のくらし準備

アンケート実施期間 2014年10月17日～11月20日

モニター総数 317名(男性66名 女性251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7 冬の生活の中で、とくに気をつけていることはありますか。(自由回答 一部抜粋)

#### 【風邪・インフルエンザ予防】

- ・インフルエンザの予防接種は必ずしています(30代:女性)
- ・インフルエンザ対策のために手洗いは1分くらいかけて行う。(20代:男性)
- ・マスクの着用やインフルエンザワクチンを打つなどのウイルス対策をする。(40代:女性)
- ・風邪をひかないように事前に、冬が来る前に、肺炎ワクチンの注射を受けます。(70歳以上:男性)
- ・風邪対策の手洗い・うがい(50代:女性)
- ・風邪予防 喉がちょっとでも痛くなったら、イソジンでうがいます(30代:女性)
- ・風邪予防。加湿器を使って、風邪やインフルエンザなどにかからないよう、加湿、食事、空気の入替え等気を付けて過ごしたいです。(20代:女性)

#### 【体調管理】

- ・うがい手洗いと身体を動かすこと(20代:女性)
- ・のど風邪をよくひくので、冷やさないよう気をつけています。何かしら、首に物を巻いています。マスクも必需品(50代:女性)
- ・ふだんから基礎体力をつけておく(60代:男性)
- ・運動不足にならないようなるべく外に出て歩くようにする。(40代:女性)
- ・寒くてつい屈んでしまう背中をシャキン!とさせる事。外歩いているときは特に姿勢には気を遣います。冬の若返り作戦と勝手に命名してます^^ (40代:女性)
- ・健康が一番ですので、やはり風邪等の予防になりますね。適度な運動も必要だと考えます。体が強くなれば風邪もひきにくくなりますので。テレビでニュースなどを見ると、札幌に住んでいた頃が懐かしくなります。(60代:男性)

#### 【冬の食生活】

- ・冬の北海道は地元の野菜が手に入りづらく値段も高くなるから夏場より野菜不足になりそうだが、食費をけちって病院代かかるなら節約も意味がなくなるのでこういう時期こそ多少高くても食費はケチらず、きちんと食べたい。あとなるべく体をあたためる陽のもの(根菜類、豆類など)を食べたい(30代:女性)
- ・ショウガで体をあたためるようにしている(30代:女性)
- ・スープや鍋など食べ物で温まる(40代:女性)
- ・あったかいものを食べるなどして、体を温める(40代:女性)
- ・体を温める食べ物を積極的にとるようにしています(50代:女性)
- ・冷え性対策 生姜をつかった料理をよく作ります(19歳以下女性)

#### 【冬の外出】

- ・特に外出時はマスクを着用する。特にスーパーの出入りに置かれている消毒液を使うようにする(理由は、買い物かごやカートを使うことがあるため)(40代:女性)
- ・冬道は危険なので運転に気をつける スピードの出しすぎ、寝不足しないなど(50代:男性)

#### 【お家の暖房・あたたかい暮らし】

- ・お風呂に入る間隔をあけないようにする(50代:女性)
- ・トイレと洗面所が寒いので、毎年ヒートショックにならないか心配。暖房を置きたいけれど丁度良いものがない。(30代:女性)
- ・子供が居る時間帯の暖房をケチらない(一人の時は厚着でなるべく我慢) 就寝時の暖房はエアコンから電気毛布にシフト(30代:女性)
- ・寒いときに湯たんぽで大丈夫なときは、電気を使わずに、湯たんぽにします。(50代:女性)
- ・寒がりなので服装の工夫。着ぶくれにならないように、発熱効果のあるTシャツを着て、薄いダウンをコートの下に着たり、足首が寒いのでレッグウォーマーをします。首も、ネックウォーマーが暖かいです、必要に応じて、腹巻きもします。(50代:女性)
- ・私は寝る時に湯たんぽを2つ使っています。大きいものは足元に、小さいものは手で持ってお腹をあたためるようにしています。あたたかくすると安眠できるし、はやく眠りにつけるので、今後もそうしていきたいです。(20代:女性)
- ・湿度調節をこまめに、部屋が乾燥をしないようにしています。洗濯機の脱水時間を長めに設定して、生乾きの嫌な臭いが出ず、早く乾くように工夫しています。(30代:女性)
- ・部屋全体を温めないで、人がいる部屋だけを暖める。だから自然と家族が同じ部屋で過ごすので、電気代も節約になる。(30代:女性)
- ・冷気の遮断グッズを購入して、少しでも部屋を暖かく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190回アンケート 冬のくらし準備

アンケート実施期間 2014年10月17日～11月20日

モニター総数 317名(男性66名 女性251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7つづき 冬の生活の中で、とくに気をつけていることはありますか。(自由回答 一部抜粋)

##### 【節電・節約】

- ・ガス代と灯油代が高額にならないようにすること。(40代:女性)
- ・なるべく厚着をして、暖房の設定温度を下げ、節約(30代:女性)
- ・なるべく早く寝るようにして暖房費の節約。平日、休日ともに家にあまりいないようにして、これまた暖房費の節約。(20代:男性)
- ・ホットカーペットを使うときも、家族で同じ場所になるべく集まって、片面だけつけたりしてます。100均の小さな湯たんぽを子供用に用意して、使ってもらったりして、お湯の温かさを利用するのが最近ハマってます(30代:女性)
- ・北海道の電気料金が値上げになったので今年の冬はとって厳しい冬になると思う。これ以上何を節約すればいいかわからないのだけれど…(40代:男性)

##### 【乾燥対策・加湿器】

- ・ここ数年、加湿器にアロマオイル(ユーカリとレモン)を入れて使っているのですが、家族全員風邪もインフルエンザもかからず、元気に冬を過ごせています。(40代:女性)
- ・加湿器をつけて湿度をたもつ(30代:女性)
- ・加湿器をつけて風邪予防をしています。(40代:女性)
- ・加湿器を使う、換気をよくして空気を入れ替えをする。(50代:女性)
- ・乾燥しないようにお風呂場の換気扇は回さず、開けっ放しにしています。(30代:女性)
- ・乾燥しないようにお風呂場をあげっぱなしにする。寝室に洗濯物を干す。加湿器をつける。(20代:女性)
- ・子供がよく風邪を引くようになったので、空気清浄のついた加湿器の購入を検討しています。「風邪予防」です。(30代:女性)
- ・洗濯物を夜に干して部屋の加湿をする。(30代:女性)
- ・冷え性対策 生姜をつかった料理をよく作ります(19歳以下女性)とにかく室内で部屋干し(30代:女性)

##### 【その他】

- ・義理をかかないように最低限のお歳暮をおくります。(50代:男性)

たくさんのご意見ありがとうございました。

前半のアンケートは、北海道と、北海道以外のモニターのみなさんの冬の暮らし準備についての意識の比較を行いました。北海道以外=随分と乱暴な分け方で申し訳ありません。北海道以外のモニターさん全国に分散していて、地域ごとでは少数になりすぎるため、モニター数が近い北海道地域と、北海道以外の地域との比較とさせていただきます。

北海道の冬のくらしに関しては、意識の上では、10月の中旬が中旬には冬の暮らし準備がはじまり、11月初旬には準備が終わっている(冬の暮らしが始まっている)ということが考えられます。

質問7の、冬のくらしで特に気にしている事で、自由意見が多かったのは、「風邪対策」「乾燥対策・加湿器を使う」など、健康や体調管理についての意見でした。北海道電力電気料金値上げの発表があった後のアンケートだったのですが、節約や節電に対しての積極的な意見は、思っていた程多くはなかったように思えます。節約や節電はもう一通りやっていて、「改めて意識してするということはない」という印象を受けました。

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