

新型コロナウイルス感染拡大による影響についての

緊急アンケート調査報告書（中間報告）

1 調査の概要

(1) 調査目的：新型コロナウイルス感染拡大による大田区民の不安や困りごとを収集、分析し、今後私たちができる支援や対応を検討するため

(2) 調査対象者：大田区在住・在勤の方

(3) 調査時期：2020年5月7日（木）～13日（水）18:00まで（7日間）

(4) 回収方法：Google フォーム

(5) 回答者数：432人

(6) 主催団体：一般社団法人ともしび at だんだん
NPO法人読み聞かせネットワークヒッポ
おおた生涯学習世話人会、サードエイジサロン
NPO法人男女共同参画おおた

(7) 問い合わせ先：NPO法人男女共同参画おおた
〒143-0016 大田区大森北2-3-15 第15下川ビル4階
TEL：03-6423-1840 E-mail:info@passion-tokyo.com

(8) 調査の中間まとめ

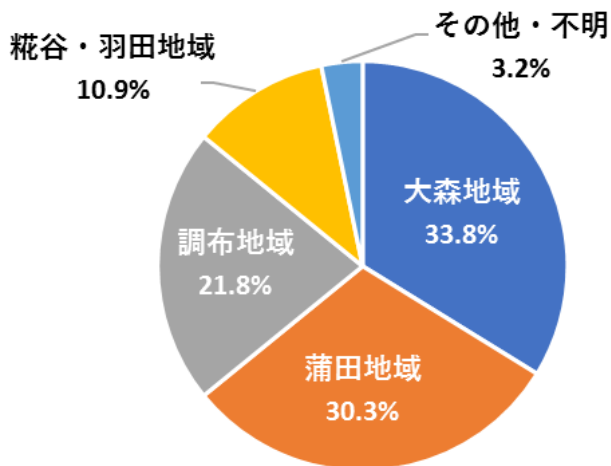
- ・回答者は大田区全地域から寄せられ、性別は女性が7割、家族構成は子どものいる世帯が5割、年代は30～50代が7割、仕事は正社員が3割でした。
- ・仕事への影響はテレワークや時短勤務、自宅待機になったと答えた方は392件、また自分もしくは家族が失業、休業になった方は32件でした。
- ・生活の変化では「外出できない」「運動不足」以外では「子どもの生活の変化」「家事・育児が増えた」の順に多く、合計108件の回答がありました。
- ・困りごとは健康面がもっとも多く254件、次いで精神面の困りごとが244件でした。精神面、家族関係、健康面の困りごとではストレス・イライラを抱えている、子どもの心配、パートナーとの関係の悪化が共通してあがっていました。
- ・困りごとを解決するため誰に相談したかという設問では「誰にも相談しなかった」と答えた方が多く、どの困りごとでも回答の上位になっています。
- ・公的機関に相談しなかった理由で多かったのは「公的機関の相談先がわからなかった」「電話相談のみで、家族がいると電話しづらい」が上位でした。
- ・知りたい情報、必要な情報では「感染に関する情報」が最も多く78件で、そのうち8割は大田区の感染者数、感染場所、感染経路に関する詳細な情報が知りたいという回答でした。

回答をまとめていくと、かなりの女性が家事・育児の負担感でストレスをためている様子やひとりになる時間がなく家庭内のイライラが募っている様子がうかがえました。今回は中間報告として単純集計の結果をお出ししましたが、今後は性別、年代、家族構成別でクロス集計しながら、432人の声を分析し、私たちにできることを考えていきます。

2 調査結果

【回答者属性】

1. 在住・在勤地域

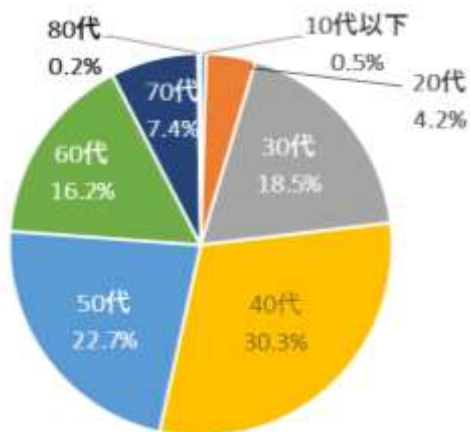


2. 性別

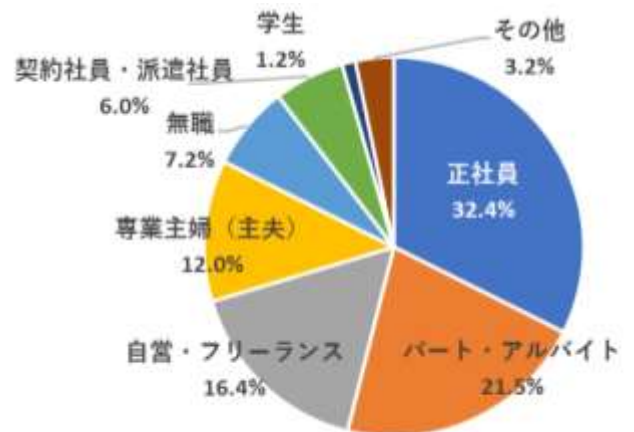


* 自由記述欄に「池上」「中央」「鶉の木」と書かれた方は町名によって地域が異なるため「その他・不明」にしました。「大田区在勤」のみ書かれた方も「その他・不明」に入れています。

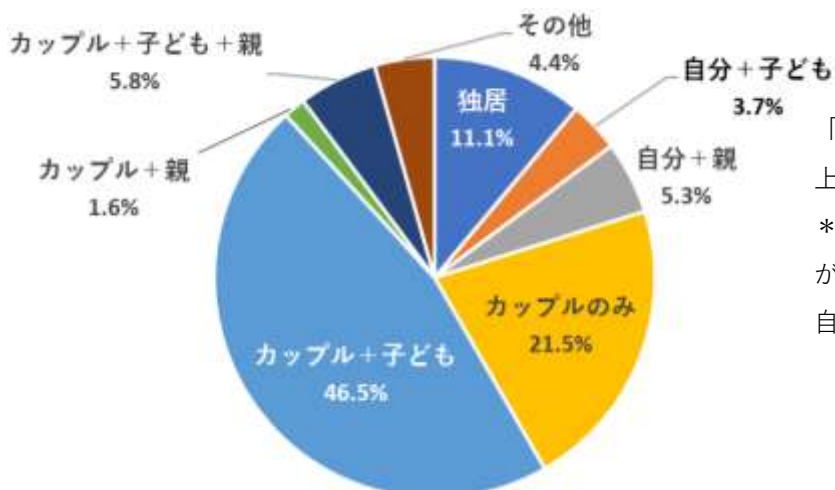
3. 年代



4. 職業



5. 同居家族

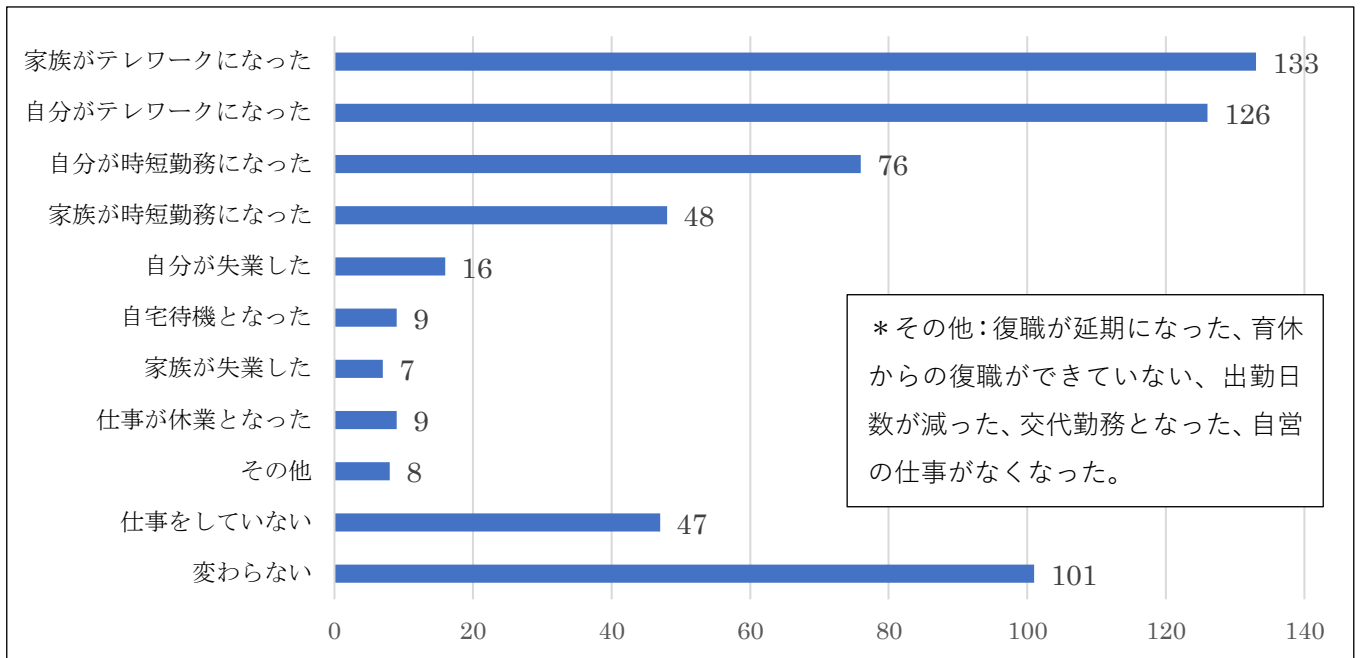


「パートナーもしくは配偶者」を選択した方は集計上「カップル」という表現にしています。

* その他はシングル自分+子ども+親の3世代が7人、その他、自分+パートナー+子ども+孫、自分+兄弟姉妹等

【仕事や生活について】

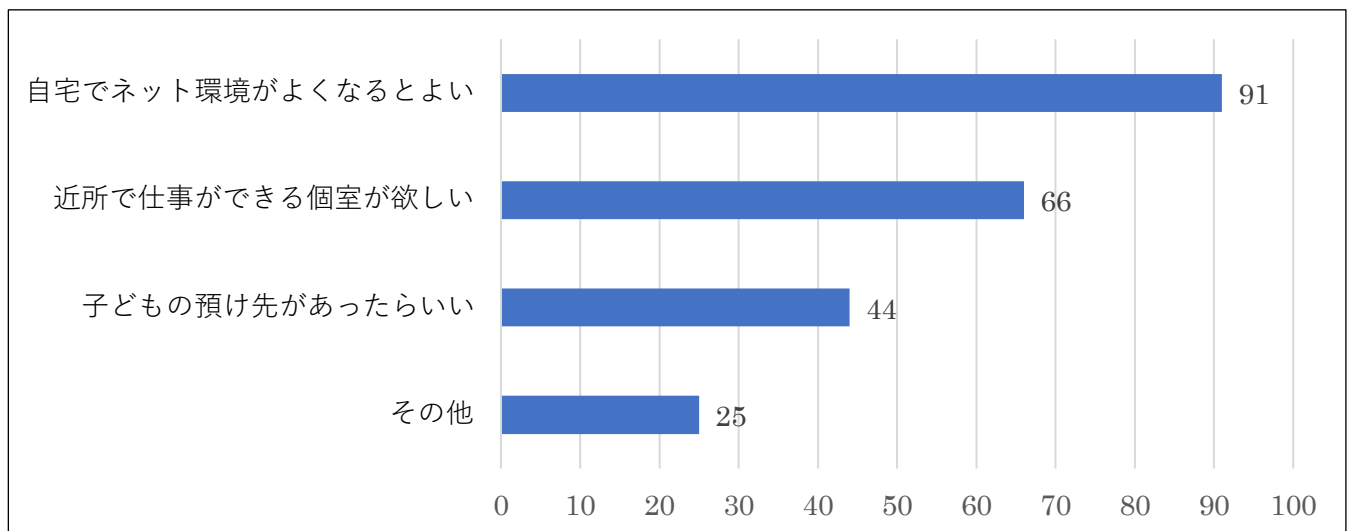
6. 新型コロナウイルスの影響で家族やあなたの仕事の仕方は変わりましたか（複数回答あり）



7. 生活の仕方が変わったことはどのようなことでしょうか？（自由記述）詳細は9ページ～参照

- 【外出、外食ができない・控えている】 138件
- 【運動不足になった】 130件
- 【子どもの生活の変化】 58件
- 【家事・育児が増えた】 50件
- 【買物が減った、買物の方法が変わった、デリバリーが増えた】 45件
- 【仕事および収入が変わった】 39件
- 【心身の不調・ストレス】 32件
- 【人的交流がなくなった】 23件
- 【家族について】 14件
- 【衛生意識について】 10件
- 【生活が良いほうに変化した点】 11件
- 【オンライン、インターネットを使うようになった】 7件
- 【地域社会とのつながりや趣味ができなくなった】 6件
- 【その他】 13件

8. テレワークの方にお聞きします。こんなサービスがあったらいいと思うものは何ですか（複数回答可）

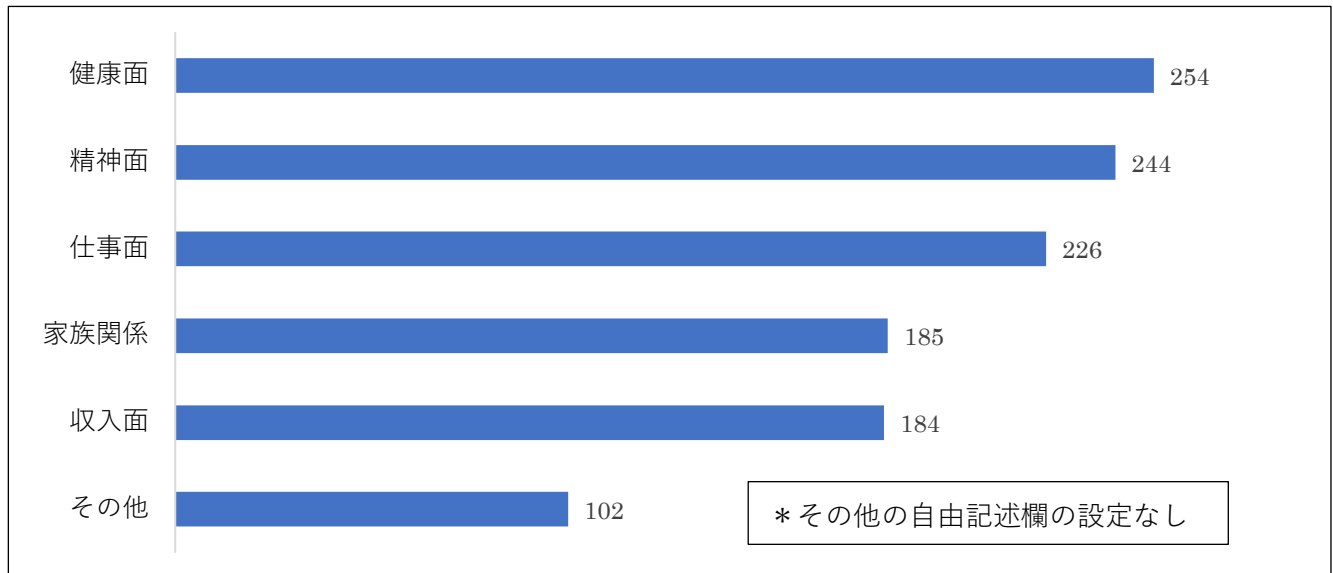


* 「その他」の自由記述

- ・シッターさんや家庭教師のような方が来てくれたらいい
- ・図書館の資料が検索できるシステム。
- ・昼食・夕食の弁当配達
- ・夜間のオンライン会議などの削減
- ・要介護者を預けたい
- ・仕事道具が欲しい
- ・いきなり Zoom 使用になり、調べても操作方法がわからず困ることがある。マンツーマンで教えてもらえるサービスがあったらいい。
- ・たまに会える溜まり場が欲しい
- ・パソコンがほしい。iPad でのテレワークは限界がある
- ・デスクトップパソコンの支給
- ・家庭も仕事も全て同じ空間のため、役割や気持ちの切り替えができると良い。
- ・総テレワークに適した勤怠管理システム、社員間のコミュニケーションツール
- ・ベビーシッター、コピー、印刷サービス、オフィス用品レンタル
- ・仕事しながら気軽に会話ができる同僚や友人の存在
- ・近所の人たちがお近づきになれる何か
- ・近隣スーパーから生鮮品の購入をインターネットでしたい。
- ・広くて換気がよい会議室がほしい。やはりリアル会議がしたい。
- ・座椅子なので、家に椅子とテーブルがほしい。

【新型コロナウイルスで抱えている困りごとや不便について】

9. 外出自粛で自宅にいる時間が多い中、どのような困りごとや不便を抱えていますか？



9-1 精神面の困りごと「あり」と答えた方は、それぞれの困りごとを具体的に教えてください。

(自由記述) 詳細は11ページ～参照

- | | | | | | |
|-------------|-----|----------|-----|----------|-----|
| 【ストレス・イライラ】 | 82件 | 【家族との関係】 | 33件 | 【子ども・育児】 | 28件 |
| 【感染の不安】 | 18件 | 【孤独感】 | 15件 | 【仕事】 | 11件 |
| 【将来への不安】 | 10件 | 【情報・報道】 | 8件 | 【経済的なこと】 | 7件 |
| 【健康】 | 7件 | 【その他】 | 3件 | | |

9-2 家族関係の困りごと「あり」と答えた方は、それぞれの困りごとを具体的に教えてください。

(自由記述) 詳細は12ページ～参照

【子どもへの心配】49件 【夫・妻・パートナーとの関係の悪化】36件
【家庭内のストレス、イライラ】32件 【家族と会えない】22件
【一人の(自分の)時間がない】15件 【仕事、お金】7件
【家事の負担が増えた】6件 【感染の不安】6件
【その他】10件

9-3 健康面の困りごと「あり」と答えた方は、それぞれの困りごとを具体的に教えてください。

(自由記述) 詳細は16ページ～参照

【運動不足】158件 【ストレス・体調不良】41件 【肥満】36件
【体力低下】18件 【子どものこと】16件 【病院にいけない】11件
【肩こり・腰痛】10件 【コロナ感染】9件 【環境が整わない】7件
【マスク】4件 【人と会えない】3件 【お酒への依存】3件
【仕事】1件

9-4 収入面の困りごと「あり」と答えた方は、それぞれの困りごとを具体的に教えてください。

(自由記述) 詳細は17ページ～参照

【収入減】69件 【収入なし】20件 【仕事なし】19件
【仕事が減った】20件 【不安】19件 【食費、光熱水費、教育費増】11件
【収入減事業主】6件 【家賃負担が重荷】3件 【失業・解雇】3件
【その他】17件

9-5 仕事面の困りごと「あり」と答えた方は、それぞれの困りごとを具体的に教えてください。

(自由記述) 詳細は18ページ参照

【今後への不安】41件 【テレワークの課題】31件
【仕事が減った/なくなった】31件 【効率が落ちた】18件
【働けない】16件 【通勤せざるを得ない】9件
【収入が減った/なくなった】7件 【社内コミュニケーション】7件
【モチベーション低下】3件 【その他】43件

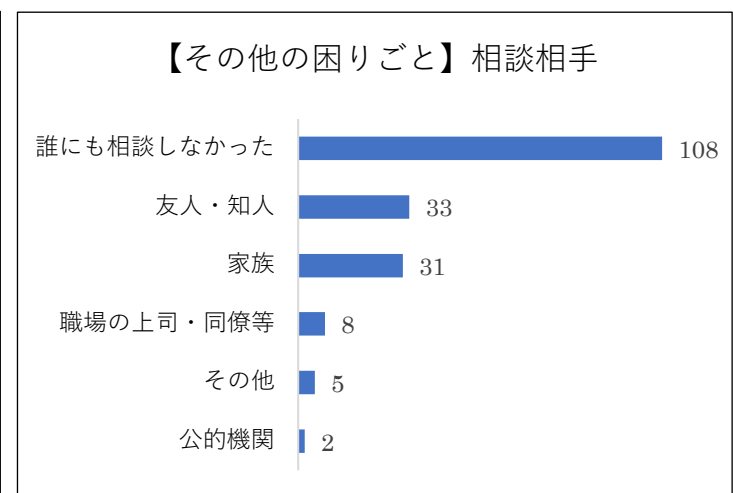
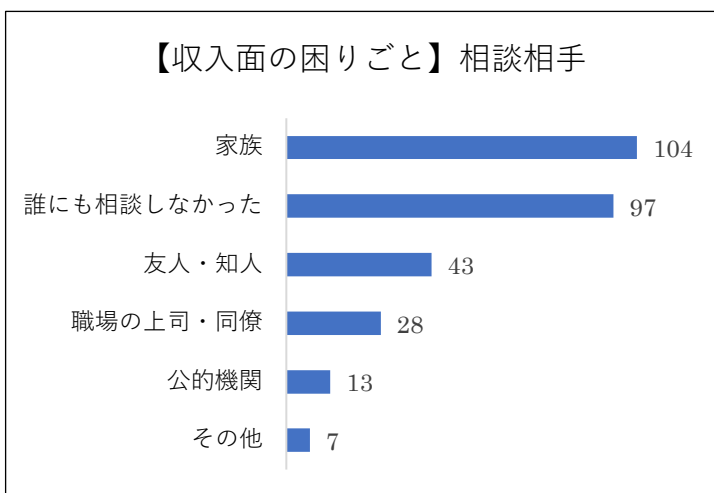
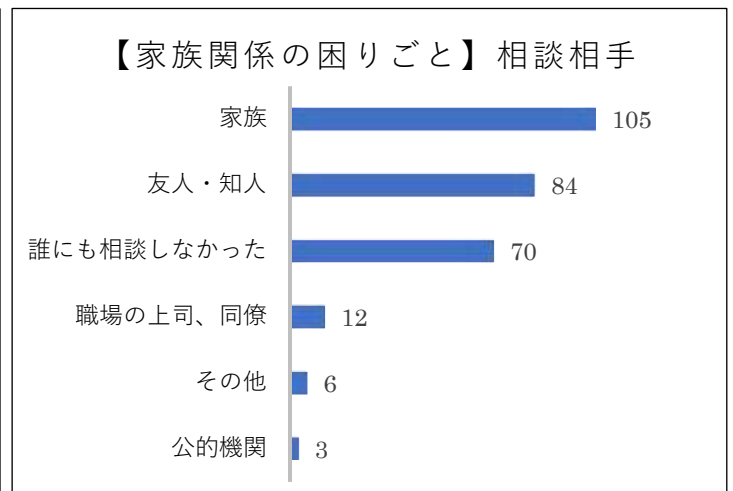
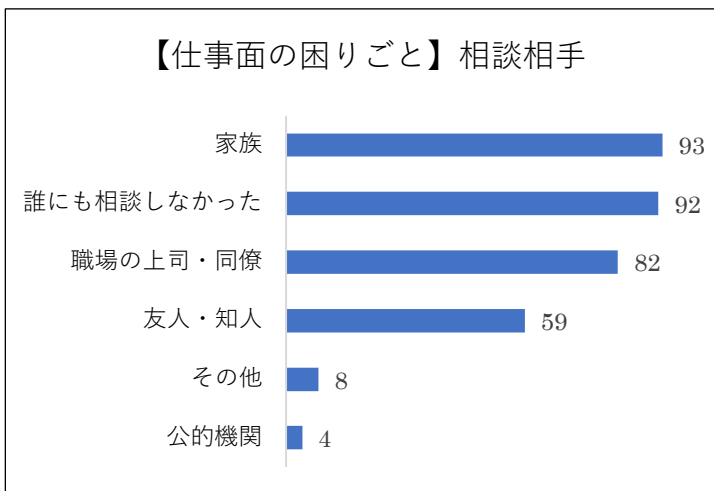
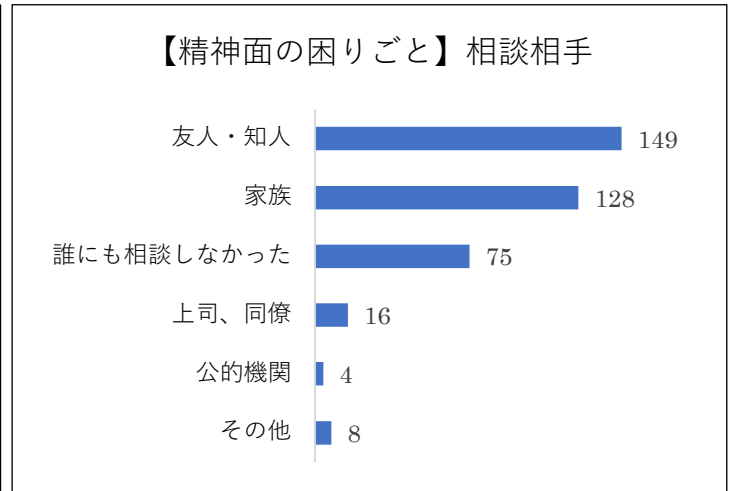
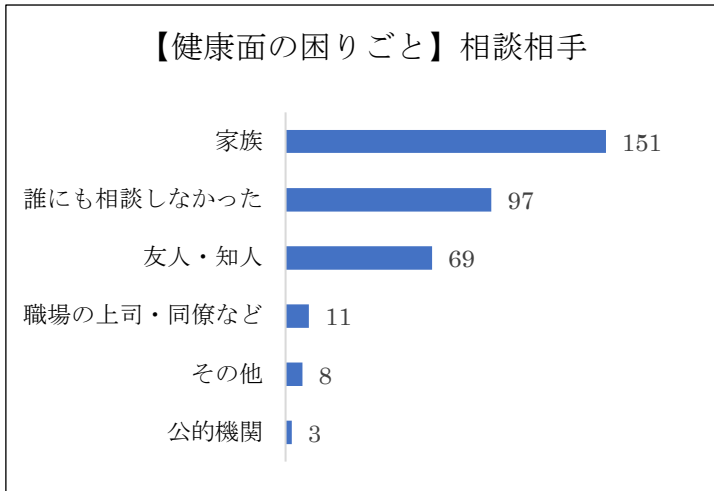
9-6 その他の困りごと「あり」と答えた方は、それぞれの困りごとを具体的に教えてください。

(自由記述) 詳細は18ページ～参照

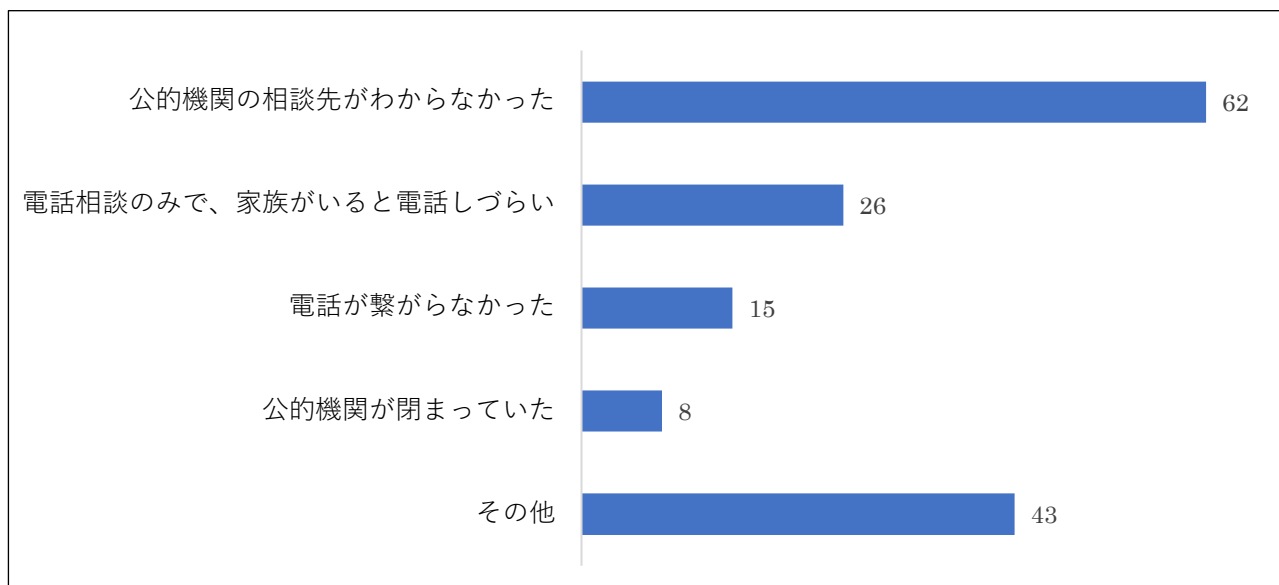
【コロナウイルス感染予防対策の問題】19件 【子どもの学習面全般の問題】16件
【友人・仲間とのコミュニケーションの問題、旅行ができない】8件
【介護の問題】7件 【大田区に関する課題】6件
【各種趣味・ボランティア活動の復活の問題】6件 【アフター・コロナの課題】5件
【学校休校・外出自粛での騒音問題】2件 【その他の問題】21件

【相談先について】

10. 困りごとを解決するために誰に相談しましたか？（選択式）



11. 公的機関に相談しなかった方に聞きます。相談しなかった理由は何ですか？（複数回答可）

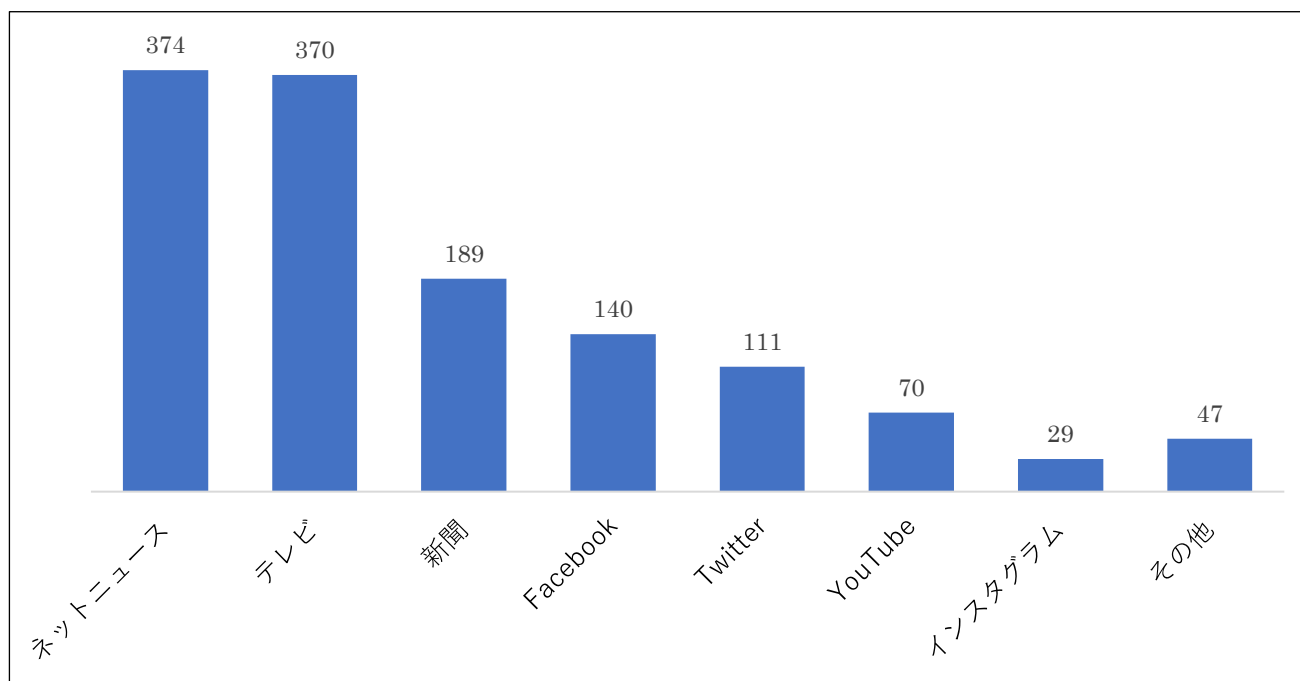


* 「その他」の自由記述 詳細は 21 ページ～参照

【無駄】 11 件、【遠慮】 7 件、【難しい】 7 件、【相談するまでではない】 6 件、【その他】 11 件

【情報の収集等について】

12. 新型コロナウイルスに関してどのような媒体で情報を得ていますか（複数回答可）



* 「その他」の自由記述 詳細は 22 ページ参照

【メディア】 19 件、【人】 24 件、【その他】 4 件

13. このような状況下で知りたい情報、必要な情報があれば教えてください。(自由記述)

詳細は22ページ～参照

- | | |
|----------------|--------------------|
| 【感染に関する情報】 78件 | 【助成・給付金に関する情報】 34件 |
| 【医療に関する情報】 32件 | 【子ども・教育に関する情報】 21件 |
| 【生活に関する情報】 20件 | 【終息に関する情報】 9件 |
| 【大田区の情報】 6件 | 【娯楽・趣味に関する情報】 5件 |
| 【政府の情報】 5件 | 【労働・雇用に関する情報】 4件 |
| 【ボランティア情報】 3件 | |

14. 困りごとや不便なことを改善しようと工夫したことを教えてください。(自由記述)

詳細は23ページ～参照

この回答は男性と女性でわけています。

●女性の回答	●男性の回答
【運動不足解消方法】 32件	【ネット会議、家族・親族との情報交換】 13件
【生活の見直し】 20件	【生活の見直し】 10件
【ネット会議、家族・親族との情報交換】 18件	【気持ちの切り替え・ストレス解消方法】 10件
【子どもとの関わり+家庭学習】 16件	【運動不足解消方法】 10件
【気持ちの切り替え・ストレス解消方法】 15件	【家の片付け・整理・レイアウト変更】 4件
【健康管理】 14件	【テレワーク】 3件
【友人との情報交換(励まし合い)】 13件	【家族間の話し合い】 3件
【情報の入手方法】 9件	【マスク】 3件
【官公庁への要望等】 8件	【趣味づくり】 2件
【マスク・消毒液】 8件	【官公庁情報と改善策】 2件
【家での遊び方・上手な過ごし方】 8件	【その他】 3件
【家族間の話し合い】 5件	
【生協・宅配の利用】 5件	
【テレワーク】 3件	
【助成金、給付金等のチェック】 3件	
【家の片付け・整理・レイアウト変更等】 3件	

7. 生活の仕方が変わったことはどのようなことでしょうか？（自由記述）

【外出、外食ができない・控えている】138件

- ・外出できない（外出が減った、自由に外に出られなくなった、家族そろって外出できない、自宅にいる時間が増えた、一歩も外に出ていない日が増えた）114件
- ・公共交通機関を使わなくなった 11件
- ・外食しなくなった、外食ができなくなった。11件
- ・外出できないため、通院を控えている 2件

【運動不足になった】130件

- ・運動不足になった（理由：スポーツジムが休業、在宅勤務のため、外出しないため、自家用車が認められたため、サークル活動が休止のため、施設が借りられないため）128件
- ・運動不足のため太った、体力が落ちた 2件

【子どもの生活の変化】58件

- ・子どもが外で遊べなくなった、遊び場が減った 9件
- ・子どもの学習・教育に不安がある。 8件
- ・子どもが保育園、学校、学童、児童館にいけなくなった 7件
- ・子どもが運動不足になった。 6件
- ・子どもの生活が乱れる（ゲーム、テレビの時間増、夜更かし）。4件
- ・子どものストレスが溜まっている。5件
- ・子どもと過ごせる時間が長くなった 4件
- ・子どもの塾や学校の授業、習い事がオンラインになった 3件
- ・兄弟喧嘩が増えた 2件
- ・子どもが一人で過ごす時間が増えた。
- ・子ども4人の世話に追われ、買い物にも行けない、家事すらできない、子どもを生かしておくのが精一杯になった
- ・子どもの習い事がなくなった。
- ・食費が増え、収入が減ったことから習い事をやめた

- ・気分が沈む、運動不足と自粛に伴うストレス太り、休校による負担
- ・子どもが祖父母に会えない。
- ・図書館の閉館で子どもの活字を読む媒体が減少した。
- ・保育園を休ませているため毎日公園などに遊びに行くようになった
- ・施設に入居している子どもとの面会ができなくなった
- ・外出できないから自宅で子どもの声や足音をこれまで以上に気をつけさせる（集合住宅居住）

【家事・育児が増えた】50件

- ・子どもと夫の3食分の炊事、洗濯、食事の家事負担が増えた 25件
- ・子どもの勉強を見る時間が増えた 7件
- ・家で料理や食事をすることが増えた 5件
- ・孫の世話が増えた3件
- ・子どものめんどうをみて自身の1人の時間が無くなった 2件
- ・ワンオペ育児に拍車がかかった
- ・子どもの勉強の時間、運動の時間つきっきり。
- ・家族との時間が増え良い面悪い面 両方がある
- ・子どもが自宅にいるため、パートナーと分担して子どもの面倒を見るようになった。
- ・私は出勤で夫はテレワークのため日中の子どものめんどうは夫がみるようになった
- ・主夫力がアップした

【買物が減った、買物の方法が変わった、デリバリーが増えた】45件

- ・買い物が減った、行きづらい、行けない。32件
- ・買い物に行けないため、ネットスーパーやデリバリーが増えた4件
- ・子連れでも買い物が怖い、子どもと買い物に行けない2件
- ・最低限の買い物は自家用車で行う。
- ・夫が代表で買い物に行く

- ・買い物に子どもを置いて行かなければならなくなった。
- ・スーパーが混んでいて不安。
- ・スーパーに行くとき混雑する時間をさけるようになった。
- ・スーパーが空いている時間を選ぶのが常にストレスである。
- ・子どもがうちにいて食材が減るのが早いため買い物に出かけなければならない。

【仕事および収入が変わった】 39 件

- ・仕事がなくなった。 6 件
- ・収入が減った。 6 件
- ・仕事が減った。 5 件
- ・在宅勤務（テレワーク）になった 4 件
- ・家族の炊事や子どもの勉強のサポートで忙しくて仕事ができない 3 件
- ・通勤方法が変わった（自転車、バイク） 3 件
- ・労働時間が長くなった 2 件
- ・仕事時間も短くなってしまい生産性が落ちている。
- ・しばらく仕事が休みになった。
- ・仕事が休業になりお金の心配が出てきている
- ・生活費の節約のため病院に行くのを控えている。薬が無いので痛みに耐えている。
- ・保育園へのお迎えがないため仕事がエンドレスになった
- ・テレワークの影響で仕事とプライベートの境が曖昧になった。仕事に集中できない。
- ・仕事に行けない
- ・仕事もテレワークだが拘束されテレワークノルマにて給料も変わる。
- ・働く予定だったが子どもの預け先がなくなり働けなくなった。
- ・早く家に帰れるようになった

【心身の不調・ストレス】 32 件

- ・外出自粛、人との接触自粛によるストレス。 8 件
- ・精神的に不安定 5 件
- ・生活リズムが不規則になった（寝るのが遅くなった、朝起きるのが遅くなった等）。 5 件

- ・テレワークによる眼精疲労、目の障がい、全身の凝り 3 件
- ・運動不足による体調不良 3 件
- ・体調に敏感になった。
- ・夫婦ともに鬱傾向
- ・家族が鬱になった。
- ・喧嘩が多くなった。
- ・自分の気持ちの余裕がなくなり、子どもに優しく接することが難しい時が増えて笑えない
- ・友達とおしゃべりしてストレス発散できなくなった
- ・子どもが小学校、保育園にいけず、毎日子ども 3 人と過ごす状況。しかも公園にも行きづらい、買い物にも・連れて行きづらい状況で、親と子どもにストレスが溜まる。
- ・1人になる時間が全くない
- ・ストレス発散しづらい
- ・上の子の幼稚園入園が延期になり、子ども 2 人を一人で見ることが必要があり、リフレッシュできる時間がなくなった。

【人的交流がなくなった】 23 件

- ・友人、親戚、親に会えず、外での付き合いがなくなった。 21 件
- ・ネットがあたりまえの今、改めて人との生の交流の大切さを実感している。
- ・井戸端会議ができない。

【家族について】 14 件

- ・家族との時間が増えた 5 件
- ・在宅が増えパートナーとの摩擦が増えた 3 件
- ・1人で過ごすことができない
- ・家での食事の機会が増えた。
- ・料理の内容が変わった
- ・甥の娘 2 歳の保育園通園がなくなって、一緒の時間が増えた。
- ・ひとり暮らしの高齢の義母がコロナを怖がって散歩に出なくなり心配
- ・夫が料理をするようになった

【衛生意識について】 10 件

- ・マスク、手洗い、消毒を徹底するようになった。 9 件

- ・外出時にマスクをする習慣がないので苦痛
- 【生活が良いほうに変化した点】 11件
- ・睡眠時間は増えた 2件
- ・散歩に行くようになった、よく歩くようになった。2件
- ・家族の時間が増えて幸せを感じている 2件
- ・家の片付けができた、冷蔵庫内の食材を工夫することによって無駄買いがなくなった。
- ・休みが多くなり、ゆっくりできるようになった。
- ・より、時間規則正しい毎日を心掛けるようになった
- ・家族がより団結した
- ・夫婦とも在宅で生活が健康的になった
- 【オンライン、インターネットを使うようになった】7件
- ・オンラインでの交流や仕事が増えた。3件
- ・SNSで疎遠だった友人との交信が増えた、
- ・インターネットを使うようになった、
- ・姉妹のグループを作成しメールで会話するようになった
- 【地域社会とのつながりや趣味ができなくなった】6件
- ・ボランティア活動、地域活動がなくなった 9件
- ・散歩、図書館、映画館、習い事（ジム、水泳、体操等）に行けない 11件
- 【その他】13件
- ・丁寧に暮らしている、楽しめている
- ・絶えず家で何かをしているようになった。
- ・読書などできなくなった
- ・漠然と不安
- ・行きつけの店が閉店になった所もある
- ・ビタミンD不足
- ・外に出られない為、家飲みが多くなり飲む時間が早まった
- ・家での時間が増え、食料品と日用品にかかる金額が倍近くになった。
- ・折り紙にはまった
- ・家が土手沿いのため人が集まって困る

- ・社会生活が絶たれたようでニュースから目が離せない
- ・政治に関心が向くようになった
- ・自分より弱い立場になった方たちへの支援をするようになった。

9-1 精神面に「困りごとあり」と答えた方は、それぞれの困りごとを具体的に教えてください。(自由記述)

【ストレス・イライラ】 82件

- ・ストレスがたまる・発散できない 30件
- ・不安・滅入る・憂鬱 28件
- ・人と交流できない 12件
- ・イライラする 7件
- ・外出できない 5件

【家族との関係】 33件

- ・一緒にいることの気づまり・プライバシーがないこと 19件
- ・家事の負担増 7件
- ・家族が病気になった（新型コロナウイルスではない） 6件
- ・離れて暮らす家族・親族の心配 5件
- ・家族が病気になった（新型コロナウイルス）

【子ども・育児】 28件

- ・子どものストレス、精神状態、11件
- ・家事・子育ての負担増 5件
- ・運動不足・健康 4件
- ・学校・学習への対応 4件
- ・仕事と家事・育児の両立 3件
- ・子どもの声がうるさく我慢の限界と、近所の人による殺人事件の報道や、公園にカッターの刃がばらまかれていた等の報道に触れ、子育て中なので周りにどう思われているのか不安になる

【感染の不安】 18件

- ・感染することの不安 15件
- ・持病（呼吸器疾患）があるのでマスクをして外出したりするが、咳をしたら電車・バス内でにらまれ、なおさら我慢をしたら咳がひどくなる、そのため交通機関を利用出来ない

- ・感染させないように気をつかっている
- ・現在の医療体制に不安。感染しても見てもらえないのではと心配。大田区の感染対策の方向が見えない。

【孤独感】 15件

- ・人と話す機会が減った 10件
- ・寂しい 5件

【仕事】 11件

- ・仕事再開の不安 5件
- ・失業した 2件
- ・子育ての両立 2件
- ・仕事と家事
- ・突然のテレワークのため業務遂行が困難でストレス。パートナーは業務負荷増大と職場の空気がピリピリしていることから鬱傾向に

【将来への不安】 10件

- ・先が見えない 7件
- ・今後の活動計画や新規事業など、地域活動に対するやる気が減退している
- ・行政のやり方に先への不安しかない
- ・今の社会（特に政治）の先を考えると気持ちが塞ぎ、無力感に襲われる

【情報・報道】 8件

- ・ネガティブ報道に落ち込む 4件
- ・ネット・SNS への依存や疲れ 3件
- ・外部との接触制限に伴う情報不足

【経済的なこと】 7件

- ・収入の減少 4件
- ・家賃の心配
- ・生活費の節約のため薬が無いので、痛みに耐えているので不眠症である
- ・ギャンブル依存症でネット競馬にはまり 100万円の借金をしてしまった

【健康】 7件

- ・運動不足 3件
- ・持病の悪化 2件
- ・うつ状態 2件

【その他】 3件

- ・人によって「自粛」に対する温度差が大きい。

- ・いつまで続くのか、落ち着いたらやりたい事とかも口にするとう誰かしらに『まだ無理でしょ』って言われる。妄想もできない。
- ・以前より人間関係がよくなった（みんなストレスをかかえているから）

9-2 家族関係に「困りごとあり」と答えた方は、それぞれの困りごとを具体的に教えてください。（自由記述）

【子どもへの心配】 49件

●休校による学力低下、学習面 13件

- ・子どもの学力 2件。
- ・子どもとの関係(勉強やスマホ等への依存)
- ・子どもの学校教育が親だけでは難しい
- ・こどもの学習。ゲームばかり。
- ・家族というより、受験生が二人で、どちらも学校がない事で学習のリズムが崩れている事が心配です。
- ・子どもの学校が休校なので学習面で不安。
- ・子どもの学力、体力。
- ・子どもの勉強・仕事がしにくい。
- ・子どもが休校のため、子どもの勉強を今まで以上にみてあげなければならなくなった
- ・こどもの学校生活
- ・子どもの教育（学校が休校になっている間の学力低下）
- ・子どもが1日中家に居るのに全く勉強しない。

●休校での生活リズムの変化、運動不足など 10件

- ・子どもが遊びまくっている。
- ・学校、学童、保育園が自粛で子ども達の生活が狂った。
- ・子どももやることなく、YouTubeなどに依存気味。そのことを注意して多々ぶつかる。
- ・毎日子どもが家にいる。ケンカが増えた。
- ・子ども達の運動不足が一番気になっております。運動できるトンデミ（※スペースアスレチック 幕張、平和島にある）みたいな場所を大

田区に作っていただきたいですね。平和の森アスレチック以外に。蒲田、大森間あたりに。

- ・子どもが家の中だけで遊ぶには限度がある
- ・子どもの外遊びができず一日中室内で騒がしい。
- ・子どもの体力がありあまる。
- ・子どもが外で遊べないためエネルギーが有り余ってしまっている。
- ・子ども達の生活リズムが狂う。兄弟喧嘩が絶えない

●子どもの精神面への心配 17件

- ・子どものストレスがたまり親子で憂鬱になる
- ・発達に障がいを持つ息子に関しては、他者とコミュニケーションをとれる機会が損なわれてしまうこと
- ・子どももストレス増えて喧嘩が増えた。
- ・子どもを外で遊ばせられず、元々反抗期の子どもがストレスで暴力的になった。
- ・子どものストレスがたまっている
- ・子どもがバイオレンス的になっている。
- ・子どもの運動不足、学校生活がないため精神的に幼くなっていると感じる
- ・子どもたちのイライラが日によってバラバラ。外に出られないので、ずっとスマホいじり、食べ通し。
- ・感染症を恐れ、子どもが家に閉じこもるようになった。
- ・すねたときの子どものとの関係。立ち直りの導きが難しい
- ・子どもたちの気持ちをどの方向に向ければいいのかわからず、本人たちも鬱屈した雰囲気を抱えていた。
- ・子どもが運動不足、友達と遊べず精神不安定。
- ・なぜ今の生活をしているのか理解出来ないため、制限されている生活にとてもストレスを感じているよう。イライラが親とぶつかってしまう。
- ・子どもが怒りっぽくなった

- ・子どもたちが友達に会えずにイライラしている。言葉がつまるようになってしまった。
- ・子どものストレスが溜まっている
- ・子どもが公園やスーパーに行きたがる。

●子どもに対応する自分のイライラ、イライラすることの自責 9件

- ・子どもを怒ることが多くなった
- ・子どもが保育園に行けず、仕事でもずっと話しかけてくるがきちんと向き合えないのでお互い不満を感じている。
- ・子どもにイライラしちゃう
- ・子どもの行きたい所に連れていけない
- ・子どもとずっと一緒にいるので厳しくしてしまうことが増えた。怒られて子どももストレス、怒ってしまってこちらも自己嫌悪。在宅勤務しているので家にいるがかまえるわけではないので、3歳児は赤ちゃん返りをしてお漏らしをしたり。子どもがいない人は在宅で子どもと一緒にいられていいねという発想なので余計ストレス。
- ・子どもの時間管理をしないといけず、ストレスがたまる。
- ・子どもが3人いると常に揉め事がある。自分も仕事があり、とにかく静かにしてほしいので、怒り過ぎてしまう。
- ・子どもとの密着育児
- ・子どもにイライラしてしまって大きい声を出してしまう時がある

【夫・妻・パートナーとの関係の悪化】36件

- ・旦那がちょくちょく外出しようとしていらつく
- ・パートナーとのコミュニケーション
- ・いつも顔を合わせているので関係がぎすぎすし始めた
- ・夫婦ともに余裕をなくしている
- ・ずっと夫がいるので、お昼ご飯を作るのが苦痛です
- ・夫婦間の価値観の違い。
- ・一緒に活動してくれない

- ・ ストレスを抱えているのは分かるがはげ口にされるのも嫌だし、かといってコミュニケーションが取れないのも嫌だ
- ・ 朝と夜だけ顔を合わせるだけだったのが、いつもそばにいと疲れるし、気が滅入る
- ・ 妻からのストレス。駄目出し。料理、食器や洗濯物、掃除などやり方や片付けなどが出来ないで叱られている！
- ・ あまり感染予防をしてくれないので、喧嘩になることがある
- ・ パートナーの小言にストレス
- ・ 飲みに行けないので当たられた
- ・ 八つ当たりのような態度をとる事が増えた
- ・ 家にいることで相手の、日頃は気にならないことも目についてくる。自分も冷静に判断できていないと感じる時が多い。
- ・ 夫はテレワークで個室から出てくるのは食事の時間（食べるだけ。作らない）のみ。
- ・ 夫がずっと家にいると、世話が大変で疲れる。
- ・ 元々無神経な人がおり、同じ空間にいる時間を少なくしてきたから辛うじて離婚していなかったが、家にいるだけに、その人が子どもと関わるので子どもの精神的ストレス、それを聞いている私の精神的ストレスが非常に多い。
- ・ 今まで家庭に長時間いなかったもので、お互いの欠点が気になります
- ・ 一日中家にいると、お互いにストレスが溜まる
- ・ 一緒にいる時間が長いので揉め事が増えた
- ・ 妻もイライラしている。
- ・ 手洗い、マスクなどの感染予防について2人の間で理解の度合いが違うこと。
- ・ 家にずっと一緒にいることで喧嘩が増えた
- ・ 家事が増え、夫との時間が増えたことで、喧嘩も増えた。
- ・ 夫は職種がらいつも通り仕事をしており、家の中の負担は妻である私にほぼ偏っている状況。そんな中、いつもより夫に優しくできない。
- ・ 自宅で飲んでケンカになった
- ・ 嫁の小言がうるさい

- ・ 夫が鬱々していて、面倒くさい
- ・ 家に居る時間が長いので口やかましい。
- ・ 夫にイライラする
- ・ 常時顔をあわせていると些細な事も気になって言い争いになりがち。

【家庭内のストレス、イライラ】 32件

- ・ 喧嘩の発生が多くなる。
- ・ イライラして怒ってしまう
- ・ 居住スペースの譲り合い
- ・ イライラしている
- ・ 要介護者がストレスを増してくる
- ・ 父・母が普段は温厚であるが、イライラする場面をみると、怖くなる。
- ・ 子どもも大人もリフレッシュしたり、ストレスを発散するタイミングが無く、怒りっぽくなる事がしばしばある。
- ・ 家族の中でも、お互いに気を使いながらの生活は、時にバランスを崩すこと
- ・ 家族も、ピリピリ、イライラ
- ・ 食事の用意や子どものゲームにイライラ
- ・ 些細なイザコザ
- ・ 家にいることが多くなっているのでイライラしちゃうことがある。
- ・ ストレスとストレス
- ・ 喧嘩が増えた
- ・ 長時間自宅にいて、ストレスがたまる
- ・ 共有時間が長すぎて、家族関係がぎくしゃくする
- ・ 普段、気にならない事が見える。
- ・ 気分転換に出かけられないのでイライラしても引きずること。
- ・ ストレスで口論が多い
- ・ 一日中一緒なので、息がつまる。
- ・ 家族のペースと仕事のペースを調整するのが難しいことがある。
- ・ うるさい
- ・ 家族がずっと家にいなければならないことが辛い

- ・長い時間一緒いると、意見の相違等で、家族間が不穏な空気になることが多くなった。
- ・限られたスペースでの生活音の配慮、生活時間のズレ、家庭内感染への注意喚起
- ・娘と感情的にぶつかりやすい
- ・イライラすることが増えた
- ・家族への感染対策の意識の違いに不満が出る
- ・家族間でイライラが伝染することがある。
- ・お互い外に出られないことへのストレスからのイライラ
- ・家族揃って家にいる時間が増えて、生活のリズムが狂った
- ・常時顔をあわせていると些細な事も気になって言い争いになりがち。

【家族と会えない】22件

- パートナーと会えない 3件
 - ・会えない 2件
 - ・パートナーとなかなか会えない
- 離れて暮らす親が心配 13件
 - ・母がホームに入居中ですが、様子がわからないので心配です。
 - ・一人暮らしの母も高齢なので心配
 - ・離れて暮らしている親の心身の健康面が心配でも会いに行けない。
 - ・他県の親の様子が心配
 - ・高齢の母になかなか会いに行けない
 - ・一人暮らしの母も高齢なので心配。
 - ・高齢の母が独居なので心配だがなかなか会えない。
 - ・遠方の親の介護問題
 - ・施設にいる母に会えず、精神面や運動不足が心配
 - ・今まで同じ都内の実家に月1回は帰っていたが、もう2ヶ月近く帰れていない。
 - ・収入がなくなり不安で親が寝られないと話していた。
 - ・高齢の親が居る為
 - ・認知のある実母へのマスクや手洗いなどを伝えること

- 子ども・孫・きょうだいと会えない 6件
 - ・外の子ども、孫と気軽に会えない。
 - ・子どもたちが独立して近い所にいるがお互い会うことが出来ない
 - ・一人暮らしではあるが、直接姉妹間の交流ができない。
 - ・会えないと寂しいが、コミュニケーションの方法を考え出すことのハードルが、シニアには高い。
 - ・単身赴任で自宅へ帰れなくなった事。
 - ・実家にいけなくなり、孫に会いたがる親がかわいそうだし、私も会いに行きたい
- 【一人の（自分の）時間がない】15件
 - ・家族と過ごす時間が長く、自分の時間がほとんどないためストレス
 - ・お互いの自由な時間がとりにくく、1人になる時間がない。
 - ・距離感が近すぎるので離れる時間がほしい
 - ・一人の場所・時間がない
 - ・常に一緒に疲れる
 - ・1人の時間が減った
 - ・成人した子どもたちと過ごす時間が長くなり、改めて感じることや自分の時間が取れずにフラストレーションがたまりそうになる。
 - ・一人になる時間は買い物だけで疲れます。
 - ・一日中一緒なので、息がつまる
 - ・一人でのんびり過ごす時間を持つことが難しくなった
 - ・仕事上今までずっとすれ違い夫婦だったのに毎日顔を合わせるようになると一人の時間が無くなる。時間を共有するのは難しい。
 - ・1人の時間が欲しい
 - ・一人の時間が減った為不満が溜まりやすくなった
 - ・1人の時間がない
 - ・1人になれる自由時間が全くなくなってしまったので、じわじわとストレスが溜まっている感じがする。

【仕事、お金】7件

- ・子どもが物流関係の仕事のため、テレワークが出来ない。また激務で毎日早朝から深夜まで勤務している。
- ・娘たちが休校になり自宅待機なのに両親は仕事
- ・仕事が無いのでイライラしている
- ・金がなくなると全体的にぎくしゃくする。
- ・テレワーク中の子どもの世話
- ・仕事がない
- ・収入がなくなり不安で親が眠れないと話していた。

【家事の負担が増えた】6件

- ・とりあえず主婦、母、祖母なので、してあげる存在です、当たり前認識を変えてほしいような...
- ・家族が全員家の中にいるので、家事の負担が増えたが、分担してもらえないわけではないので、ストレスがたまる。
- ・家事が増えて大変。在宅ワーク、在宅学習の邪魔にならないように暮らすのが大変。
- ・自分1人で自粛しているならよいが、連日皆が1日中家にいて3食用意するのは大変です。
- ・子どもが家にいるのを放置して仕事しにくい(するけど)。夫は昼休み丸ごと休めるのに、買い物に行ったり昼食を作って食べさせたり、と全然休めない。
- ・夫はテレワークになり、メンタル面が不安定になり心配です。こどものケアもいろいろな面で健康に過ごせるように気を配っていますが、母親の負担が多すぎです。なるべく疲れないようやっていますが、まじめなお母さんほど追い詰められているのでは。休校にする意味は本当にあったのでしょうか。文句をいわないからといって家に丸投げすれば、普段から弱い立場のシングル親の家庭やDVの家族から崩壊していくでしょう。

【感染の不安】6件

- ・仕事をしているので、感染が心配
- ・自分が感染した場合どうするか。

- ・一人で仕事をしているので私が感染したら誰も対応できない
- ・同居人が変わらず通勤勤務しているので、いつも感染の不安がある
- ・子どもが小さい為発症した時ちゃんと医療が受けられるか

【その他】10件

- ・知らず知らず何事にも抑える気持ちに支配されていること。
- ・とっとと学校も保育園も生まれ
- ・何となく
- ・高齢のため精神的に不安になり後ろ向きな言葉が多い
- ・子どもと夫が2人で楽しく過ごすために気を使う。具体的にプランをたてる必要がある
- ・子どもの幼稚園、保育ママの事が気になる。
- ・夫に日中の子どもの面倒を見てもらうので、やや罪悪感がある
- ・子どもがひとりで待ち合わせできないため、ママ友と連絡を取って子どもを遊ばせる必要があるが、ママ友との連絡窓口がパートナーに限られるため、パートナーに負担がかかっている(自身はカミングアウトしていない同性パートナーのため、連絡できない)
- ・1日の過ごし方を考えてほしい。
- ・旦那が子どもをたたく

9-3 健康面に「困りごとあり」と答えた方は、それぞれの困りごとを具体的に教えてください。(自由記述)

【運動不足】158件

- ・運動不足 130件
- ・家族の運動不足が心配 5件
- ・身体を動かす機会が減っている 3件
- ・運動不足により調子が悪い 2件
- ・その他 18件

【ストレス・体調不良】41件

- ・既往症の悪化 9件
- ・ストレス 5件

- ・不眠症 5件
- ・胃腸がやられてしまいました 4件
- ・持病呼吸器疾患で熱はなくとも咳が出るため心配 4件
- ・鬱々とした気分の原因 3件
- ・その他 15件

【肥満】 36件

- ・太った 35件
- ・肥りそう

【体力低下】 18件

- ・体力低下 15件
- ・立ち上がり困難など体力の衰えが顕著になる
- ・高齢家族の虚弱が心配
- ・歩けなくなり、困っています

【子どものこと】 16件

- ・体力低下 9件
- ・予防接種、健康、既往症がある 4件
- ・子どもの食事管理 2件
- ・子どもを留守番させられないため

【病院にいけない】 11件

- ・怖くて安易に病院へいけない 7件
- ・持病の検診に行けない 2件
- ・その他 2件

【肩こり・腰痛】 10件

- ・各部の変調 5件
- ・肩こり 4件
- ・体を動かさずPC中心の生活からか頭痛

【コロナ感染】 9件

- ・感染 7件
- ・その他 2件

【環境が整わない】 7件

- ・外で運動できる場所がない 3件
- ・自宅前の土手に人が集まりすぎて夜中に散歩やランニングをする
- ・仕事に適した机椅子照明などが自宅にないため身体がづらい
- ・その他 2件

【マスク】 4件

- ・マスクなしの人がいることが困る 2件

- ・花粉症のため、マスクが手に入らないと死活問題
- ・外出時は必ずマスク着用する

【人と会えない】 3件

【お酒への依存】 3件

【仕事】 1件

9-4 収入面に「困りごとあり」と答えた方は、それぞれの困りごとを具体的に教えてください。(自由記述)

【収入減】 69件

- ・収入が減った 23件
- ・労働時間減少による収入減 21件
- ・ボーナスが減る 7件
- ・残業代がなくなった 6件
- ・歩合給が減った 4件
- ・売上減少 4件
- ・フリーランス
- ・その他 3件

【収入なし】 20件

- ・収入がなくなった 8件
- ・休業中のため 7件
- ・フリーランス
- ・複数の仕事のうちどれか収入なし
- ・時給制の仕事のため
- ・その他 2件

【仕事なし】 19件

- ・仕事がなくなった 14件
- ・復帰について 2件
- ・仕事に行けない
- ・ボランティアになった
- ・子どもの預け先なしで仕事ができなくなった

【仕事が減った】 20件

- ・仕事減 15件
- ・会社が機能していない 4件
- ・育児休暇延長のため

【不安】 19件

- ・先行き不安・不透明 12件
- ・自営業の今後について 4件
- ・ローン返済 2件

・復職のめどがたたない

【食費、光熱水費、教育費増】 11 件

【収入減事業主】 6 件

・顧客の減少 2 件

・売上減少

・賃金等支払

・開業したばかり

・将来的に見当つかない

【家賃負担が重荷】 3 件

【失業・解雇】 3 件

【その他】 17 件

・お金 7 件

・助成金 2 件

・雇用 2 件

・学童保育業界には補償がない

・投資損失

・その他 4 件

9-5 仕事面に「困りごとあり」と答えた方は、それぞれの困りごとを具体的に教えてください。(自由記述)

【今後への不安】 41 件

・働きつづけられるか不安 16 件

・このまま経営していけるか 8 件

・職場での感染不安 4 件

・休業期間の補償への不安 3 件

・その他 10 件

【テレワークの課題】 31 件

・効率が悪い(資料の確認ができない、家でできることに限界、プライベートとの区別がつけにくい、など) 15 件

・子どもの面倒をみながらのテレワークは大変 8 件

・ワークスペースの確保が困難 2 件

・その他 6 件

【仕事が減った/なくなった】 31 件

・仕事が減った 18 件

・仕事がなくなった 13 件

【効率が落ちた】 18 件

・行動が制限され、通常業務が行えない 15 件

・取引先が休業

・その他 2 件

【働けない】 16 件

・子どもの学校が休みのため 3 件

・自宅での保育が必要なため 2 件

・休業自粛対象のため 3 件

・仕事が見つからない 3 件

・その他 5 件

【通勤せざるを得ない】 9 件

【収入が減った/なくなった】 7 件

・収入が減った 4 件

・収入がなくなった 3 件

【社内コミュニケーション】 7 件

・メンバー間のコミュニケーションがとりにくい 3 件

・上司からのパワハラ

・部下の教育

・その他 2 件

【モチベーション低下】 3 件

・モチベーションが下がる

・急に仕事に魅力がなくなった

・仕事を辞めたい

【その他】 43 件

・家族の仕事の状況が変わった 9 件

・仕事のやり方を変える必要がある 4 件

・動けない、外出ができない 3 件

・医療現場に物資が不足している 2 件

・家族がコロナを運んでくるのではと不安 2 件

・仕事をしない期間が長い、スキルの低下が心配

・昼間人口が増えたからか、店(菓子製造販売)が忙しい

・行政の対応が流動的

・その他 20 件

9-6 その他の「困りごとあり」と答えた方は、それぞれの困りごとを具体的に教えてください。(自由記述)

【コロナウイルス感染予防対策の問題】 19 件

- ・他県の親に会いに行けない。3 件
- ・マスクが買えない。
- ・嫁いだ娘は微熱が三週間続いており、会社も休んでいます。平熱が 35 度と低いため、病院も保健所も、37 度ぐらい続いてても自宅で安静！と言われて三週間です。コロナなのかさっぱりわからず、会社に行きづらくなってはないか心配です。
- ・感染への不安、子供がかかってしまったらどうしよう、両親だけ感染してしまった？などなど
- ・買い物に子どもを連れて行くのが怖い(感染予防の視点から)が、置いていかれない事もある。登園は自粛をして休ませているが、一時預かりが利用できるが良い。
- ・これから先のこと、自粛明けはどのようになるのか、感染予防がきちんとできるのか。
- ・自分、家族が何時感染した時の事
- ・都心には人がいなくなったかもしれないが、公園、住宅街の道には人がたくさん。ソーシャルディスタンス、と言う横文字は全く浸透しておらず、全く距離を置かれていないのが非常に困る
- ・国の施策がまちまちであり、対策がわからない
- ・マスクやアルコール等々がなかなか手に入らず、何度も通ったが結局買えなかった。
- ・アベノマスクが届いたが、小さくて使えない。(解体して利用するしかない)
- ・自粛を強いられて、守っている人と、居ない人の差がありすぎる。
- ・コロナに感染の恐怖及び罹患して他人にうつしてしまっはならないので外出できない。
- ・常に感染しないように気にしてしまい、ストレスを感じている。
- ・PCR 検査数がすくな過ぎるので実態が解らず不安です。
- ・自粛してるのに、公園やマンションの広場で子供が溢れてる。自粛の意味がない。
- ・マスクや消毒液などの不足。

【子どもの学習面全般の問題】 16 件

- ・子ども達の勉強が心配。4 件
- ・子どもの学習の遅れ。2 件
- ・子供の勉強ができないから不安 2 件
- ・子どもの教育機会の喪失。 2 件
- ・幼稚園に一度も行けていない不安。
- ・登園自粛しているが保育園側から一切連絡がなく、子供の生活面などの過ごし方もなど指針も何もない。
- ・子供達の学習が進まず、生活リズムが崩れがち。
- ・子どもの居場所の確保をなんとかしてほしい。
- ・孫たちが在宅ばかりで、学校に行けず、友だちと遊べなくなり、かわいそうです。
- ・子どもたちの勉強、なにをどこまでやらせるか難しいと感じる。
- ・子ども達の学力低下が心配。受験生がいるので、受験体制はどうなるのかが心配。
- ・小学校の再開 手順、回復工程が心配。

【友人・仲間とのコミュニケーションの問題、旅行ができない】 8 件

- ・旅行・友人と食事出来ない
- ・旅行ができない。
- ・いろんな意味で人と会えない。コミュニケーション不足になる。
- ・社会とのつながりが中断しています。テレワークできない方、リアルしかつながらない方とのつながりができなくなった。
- ・同居以外の家族と会って話をする時間がだいぶ減ってしまった。
- ・趣味の活動や、友人との交流が制限されるストレス。
- ・友人とのコミュニケーションが取れない。
- ・共働きのため週末は外食をしたり土日で旅行したりができてリフレッシュになっていたが今はそれができない。

【介護の問題】 7 件

- ・年老いて離れて生活している、両親の元へ行くのもためらってしまい、様子が心配。2 件
- ・地域の介護事業所は職員を感染の危険にさらし、自らのせいで接している高齢者が感染し重篤な

状態、死亡することを日々恐れて仕事を続けざるを得ない。基礎体力のない地域の事業者が持ちこたえられないと全体のサービス量も減っていく。介護保険で民間に放り投げられた介護サービスが家族介護のみに陥らないようにする砦だとすれば、国はここ数年行ってきた介護サービスの縮小や民間任せの介護人材確保を反省すべきではないかと思う。

- ・神奈川県に身体が弱っている母親が姉夫婦と一緒に暮らしているが、手伝いにも行けない。
- ・仕事は訪問ケアなので、感染するとハイリスクの当事者に対して、見えないウイルスをうつしてしまったら、など考えると気持ちが滅入ってしまう。
- ・職員の健康と雇用を守ること。
- ・夫の母は体調が良くないので月一で買い物をしたりお手伝いに行っていたがそれができなくなったので大丈夫なのか不安。

【大田区に関する課題】6件

- ・大田区内のネットワーク（市民公益団体、NPO法人等また、議員、経済団体）の再構築の強化。大田区がよく見えない。
- ・ゴールデンウィークが明けて気が緩んできたのか、東調布公園でピクニックをしている団体がある。子どもは友達と遊ぶのを我慢しているのにモヤモヤする。
- ・図書館の検索システムが使えない(予約貸出ができるようになるとうい)
- ・国や都や区の対策に日々腹が立つ、精神的に良くない
- ・図書館の有償ボランティアの仕事をしていたが、全て休止になってしまった。テレワークも可能と思われる作業なので、環境が整わないことがもどかしい。

【各種趣味・ボランティア活動の復活の問題】6件

- ・ボランティア活動ができないことが多くなった。
- ・趣味の時間が持てず、リフレッシュ出来ない。
- ・健康を兼ねた趣味が中止になり続けていること。
- ・好きなことができず辛い。
- ・歴史文化の散策や趣味など外部における学びの

参加活動が延期・中止になったこと。

- ・趣味の仲間達と集う事が出来ない

【アフター・コロナの課題】5件

- ・将来的不安
- ・この状況がいつまで続くのか先行きが見えない為にとっても不安
- ・日本経済が心配、おうち時間飽きました
- ・仕事を辞めて別の計画を立てていたが、出来なくなった。
- ・自粛規制が取れたあとの生活が安全で円滑に進むのか心配です。

【学校休校・外出自粛での騒音問題】2件

- ・集合住宅なのですが、在宅時間が長いので上の階の物音がうるさいのが悩み
- ・隣がうるさい。

【その他の問題】21件

- ・失業したのに、退職証明まであるのに、緊急小口だけしか受けられなかった。
- ・休業した商店が多く必需品の入手が困難になった。
- ・出来の悪いワイドショー（テレビ朝日、日本テレビ系）は不安を助長する。
- ・諸々の買い物。スーパーが混んでいて、時間がかかった。マスクやアルコール等々がなかなか手に入らず、何度も通ったが結局買えなかった。アベノマスクが届いたが、小さくて使えない。（解体して利用するしかない）
- ・家族、孫に会えずに寂しい。
- ・体力の低下、生活リズムが乱れる。
- ・仕事がない。
- ・マスクも申請書も届かない。いつ届くのか気になっている。
- ・病院に行きづらい。
- ・スーパーへ行っても必要なものが品薄で入手できなかったり、入店制限で行列に並ばなければならないことも。結局、何度も行くはめになる。
- ・孫たちが学校や保育園、お稽古事に行けず、お友達と遊べない、公園にも行けないので、内に来ておやつばかり食べたがる。子どもだけで公園で

- 遊んでいると、変なおじいさんに怒られたり、マスク着けると怒鳴られて怖い思いをしている。
- ・図書館閉館で子どものテレビ時間が増えた。
- ・家族全員分3食作ったり、おやつを多く購入したりと、食費が増えた。
- ・何にもして貰えない事がハッキリと分かった。精神的に不安定。
- ・常に家族が気になるのでリフレッシュできない。
- ・ひとりっきりの時間が欲しい！
- ・無料のWi-Fiスポットを増やして欲しい。
- ・妊娠中なので産む事について。
- ・ホームレスになるかも。
- ・生活費。
- ・家が狭い。貧困の差がここに出るとは。

11. 公的機関に相談しなかった方に聞きます。
相談しなかった理由は何ですか？（自由記述）

【無駄】 11 件

- ・無意味だと思うから
- ・話を聞くだけで、何の解決にならないから。
- ・相談したところで何も変わらないと思った
- ・相談しても親身になってくれず、どうせ業務的な対応だろうと思った。
- ・相談しても無駄だと感じている。
- ・電話が繋がらない、待たされる、解決出来ないというイメージから。
- ・公的機関に相談しても、具体的な解決策を提示してくれなかったことがあります。
- ・公的機関に相談をして、納得のいく答えが返ってくる見通しが持てない
- ・相談しても力になって貰えない
- ・答えがわかっている
- ・なんの対応もしてくれないと思ったから。

【遠慮】 7 件

- ・忙しいだろうなと考えると出来ないし、みんな同じだろう、今だけだから乗り越えるしかないと思っている
- ・自分で解決できると思った。

- ・世の中に自分より苦しい弱者がいるので、一人で我慢して耐えて、乗り越えていきたい！社会にご迷惑をかけたくないです。
- ・公的機関が忙しいので遠慮している
- ・いきなり公的機関に相談してもと思っている。
- ・自分よりもっと緊急性の高い人がいると思うから。
- ・もうしばらくがんばってみる

【難しい】 7 件

- ・相談しても解決にならない 6 件
 - ・解決は難しいだろうと感じたため。
- 【相談するまでではない】 6 件**
- ・不安ではあるが、貯金もあるので当面の生活には困らないから
 - ・別にそこまでに達してないから
 - ・今のところ公的機関に相談するほどではない。今後はわからないが。

- ・使うほどではないのと、他に信頼できる相談先があったため
- ・相談する程の事ではないと自分の中で思ってしまうから
- ・うちはそれほど深刻な悩みではないのですが、公的機関の相談窓口は対応が酷いことも多く、困った時に相談しようと思えないことが多いです。

【その他】 11 件

- ・相談しづらい。勇気がない。
- ・名前を出さないとならずクレーマーだと思われたら面倒だから。大田区は対応が緩いので、黙認しているなら無駄になるから。
- ・問い合わせしていない
- ・今回の感染予防をよく検証し、次に生かせるようにできるようにしたい。
- ・収入に関してはこれから相談するかも。公的機関もいまいち方針が決まってないという印象だった。
- ・相談したが、緊急小口のみしか受けられなかった
- ・相談する前に失業が決まった
- ・コロナ心の相談（厚労）に相談した。クソバイスでひどかった！

- ・そのために、電話料金を支払いたくない。少しでも節約をしなくては今後の生活がとても不安
- ・どこにどんな相談できるかわからない
- ・公共の機関で働いているので。

12. 新型コロナウイルスに関してどのような媒体で情報を得ていますか(「その他」の自由記述)

【メディア】19件

- ・官公庁 HP 5件、・LINE 3件
- ・ラジオ 3件、・CDC ホームページ 2件
- アベマ TV、CNN、BCC、海外の有料ソース、ウィキリークス、山中教授のブログ、学校からのメール

【人】24件

- ・信頼できる人とかからの情報 7件、・知人 7件、
- ・家族 4件、・職場 2件
- 信頼している議員、区民との情報交換、医師、口コミ

【その他】4件

- ・MI 2件
- ・子どもが不安がるので一切見ない、自ら情報を発信している

13. このような状況下で知りたい情報、必要な情報があれば教えてください。(自由記述)

【感染に関する情報】78件

- ・大田区の感染に関する情報(感染者数、感染場所、感染経路) 65件
- ・大田区のPCR検査数、検査の分母 10件
- ・動物へのコロナ感染情報
- ・世界の国別状況、海外の状況 2件

【助成・給付金に関する情報】34件

- ・給付金・補助金についての情報(手続き方法、給付時期) 28件
- ・子育て世代の給付、学校休業で働けなくなった親への補償金情報 2件
- ・大田区独自の給付金・助成金情報 2件
- ・妊婦に対する補助
- ・空港職員への手当て情報

【医療に関する情報】32件

- ・地元でPCR検査が受けられる場所、抗体検査実施場所等の情報 11件
- ・コロナが疑われる場合の対処方法(相談場所、隔離方法、病院の情報) 4件
- ・対策と予防、具体的な医療行為 4件
- ・軽い症状がある場合の対応方法(病院に行くべきか、まずどうすべきか) 3件
- ・医療体制に対する正しい情報 3件
- ・自分、子どもまたは親、身内が感染した場合の対処方法 2件
- ・ワクチンの詳細と補助金
- ・各医療機関の新型コロナ患者入院病床数
- ・アビガンを投与してもらえる病院情報
- ・職場での感染予防対策
- ・出産するにあたり普段と違うこと

【子ども・教育に関する情報】21件

- ・子どもが自宅で過ごす遊び方、過ごし方のアイデア 3件
- ・子ども・学校に関する情報 2件
- ・子どもの自宅学習の具体的方法 2件
- ・地域の子どもの悩み、行き場のない子どもたちのケアに関する情報 2件
- ・学校再開後の電車通学の子どもの対応 2件
- ・児童館の開館日についての情報
- ・保育園の見学再開に関する情報
- ・子どもの居場所、遊び場所の情報
- ・子どもの学びの機会と現状の問題点
- ・学校教育の方向性
- ・学校施設の開放時期
- ・疾患のある子どもたちの学校の対応
- ・高校生の今後の生活情報
- ・大田区は休校にするだけでその代わりにweb授業などもないため、子どもがオンラインで勉強や同年代の友達と繋がることのできるサービスなどが知りたい。そもそも大田区のホームページが古すぎてみる気にならない。どこにどんな情報があるのか分かりにくい。小学校についての情報がどこにあるのが全く分からなかった。

- ・幼稚園は各園により対応に差があることで、温度差がある。各園の対応をネットで公開してほしい。園の対応によっては転園の必要もあり、その場合の入園金の補助もあるといい。例えば、感染を恐れて行きたくない人が保護者会などに欠席をする勇気はかなり必要です。そういう園は結局、早く幼稚園に行きたいという人が強くなる。その後のいじめにつながりかねない。安心して通える環境が大切であり、開示してほしい。

【生活に関する情報】 20 件

- ・テイクアウト情報 6 件
- ・店舗情報（廃棄食材の安売り情報、開店時間・閉店時間の店舗情報） 3 件
- ・マスク、おむつなど日用品が購入できる店舗情報 2 件
- ・地元スーパーの混雑情報 3 件
- ・閉鎖されている公園、遊具場所の情報 2 件
- ・通販サイト情報 2 件
- ・高齢者が自宅で軽い運動をするための情報
- ・困りごとの内容によって相談先がわかる一覧情報

【終息に関する情報】 9 件

- ・どういう状況になると終息といえるのかその基準 9 件

【大田区の情報】 6 件

- ・区の政策
- ・大田区としての独自の制度
- ・大田区独自の取り組み。
- ・大田区の考え 検討中の復旧計画
- ・大田区の検査数と感染者数の推移、大田区が今後とろうとしている具体的な政策
- ・地方議会や行政が今後どのように生活戻していくよう議論しているのか知りたい
- ・大田区は休校にするだけでその代わりに web 授業などもないため、子どもがオンラインで勉強や同年代の友達と繋がることができるサービスなどが知りたい。そもそも大田区のホームページが古すぎてみる気にならない。どこになんかの情報があるのか分かりにくい。小学校について

ての情報がどこにあるのが全く分からなかった。

【娯楽・趣味に関する情報】 5 件

- ・趣味ができる情報 2 件
- ・コロナに関係のない気がめいらない内容
- ・お金がかからない遊び方
- ・おうち時間の楽しみ方

【政府の情報】 5 件

- ・すべてにおいて時間がかかりまわりくどい政府のシステムが改善できないか
- ・政府と専門家からの正しい、神速な情報と指導が欲しい
- ・政府の動向
- ・政府は何を考えているか知りたい。
- ・救済の費用を確保できるよう体制を作って知らせる情報の提供

【労働・雇用に関する情報】 4 件

- ・再就職
- ・大学生の就活
- ・雇用関係の制度
- ・生活苦（のため）、アルバイト先等

【ボランティア情報】 3 件

- ・暇な時間が多いので、困っている人を家にいながら寄付以外で何か手助けできることはないか。
- ・感染者対応に追われている医療機関の実情や、それをサポートするために自分ができること。
- ・在宅で自分でもできるボランティア的なことがあれば知りたい。

14 困りごとや不便なことを改善しようと工夫したことを教えて下さい。

≪女性の回答≫

【運動不足解消方法】 32 件

- ・家でストレッチ、YouTube を利用して筋トレ。 10 件
- ・散歩コースを人が少ない道を選んで散歩する。 9 件
- ・散歩など外出の時間をあえて作る。 3 件
- ・散歩をする、運動量が大きくなるように速足大

- 股で歩く。健康面では速足散歩を毎日実行。3件
- ・ラジオ体操を習慣化する。3件
- ・人出が少ない時間に屋外で運動。2件
- ・子どもも運動不足のため、意識して散歩や縄跳びなどに取り組むようにしている。
- ・子供と楽しいながら散歩する。
- ・運動不足やストレスを解消するために庭仕事をするようにした。

【生活の見直し】20件

- ・ルーティンを決めて一日を過ごす。
- ・映画や音楽など趣味の時間を持つ。
- ・ケーキ作りなど今までしたことのないことに挑戦する。
- ・家での生活を楽しむガーデニング。
- ・電車、タクシーは使わず自転車を使う。
- ・スーパーやコンビニに子供を連れて行かない。
- ・それぞれの時間はなるべく干渉せず、リビングに集まる時間は全員が楽しめるドラマを見たり、プチ贅沢なデザートを食べたりして、家の中でメリハリをつけるようにした。
- ・買い物は値段が高くてもいいので空いているスーパーを利用する様にしている。

【子どもとの関わり+家庭学習】16件

- ・お子さんが比較的にない時間帯を狙って公園に行き遊ぶ。3件
- ・子供に徹底的に付き合っ遊ぶ。2件
- ・家の中で子どもとできる楽しみを見つけた。2件
- ・家で子供と遊べるものや本を購入
- ・学校に書類な届ける際に、最近の様子を手紙に書いて渡した。
- ・担任やカウンセラーの先生に読んでもらうため、書くことで少しスッキリした。
- ・教育についてはとにかく調べた。やれることをやっている。
- ・幼稚園の先生が教材や工作の材料、先生の紹介お手紙を送ってくた。動画配信などをしてくれて子どもも親も不安がやわらいだ。
- ・子どものメンタルを優先。

【ネット会議、家族・親族との情報交換】18件

- ・SNSで繋がることができる人にはメッセージを

送ったり会話したり積極的にした。

- ・友人とはテレビ電話。仲の良いママたちとのLINEでいろんなことをお互いに話している。
- ・離れて住む家族とは動画電話で連絡取ります。
- ・子供を友だちと遊ばせてないので、友達とテレビ電話やオンラインゲームで話せるようにした。
- ・友人・知人などからの情報収集。
- ・オンラインでママ友、子ども達と繋がる。
- ・近所でいろいろ情報交換のためにオンライン会議をやってみたが、楽しみながら話合いができた。
- ・ネットを通じた会議で情報共有

【気持ちの切り替え・ストレス解消方法】15件

- ・テレビを必要以上につけないようにして、精神的な不安を煽らないようにしている。
- ・子供たちのおもちゃを買った。そのおもちゃが散らばり、部屋が汚くなる。それでもイライラしない、仕方ないと思えるようにした。
- ・精神面では落ち込まないように楽しいことを考え、料理や手芸など作業を繰り返して打ち込む。
- ・一日のうち、少しの間でも一人で過ごす時間をつくり、ストレスを減らすよう心掛けている。
- ・なるべく穏やかな気持ちを客観的に対応できるようにしています。
- ・別の部屋で昼間を過ごしている。
- ・家族とはなるべく間をあけて一人公園読書。
- ・子供と別の部屋で距離をとる。

【健康管理】14件

- ・運動不足は、人が少ない時間帯を選んでウォーキング等 5件
- ・体力を落とさない工夫をする 3件
- ・体調を崩して病気にかからないように努力している。2件
- ・家に籠りすぎない、気をつけて外出する。2件
- ・自宅で運動できるスペースや器具を確保した。
- ・正しい生活をして免疫力を下げないようにする。

【友人との情報交換(励まし合い)】13件

- ・友人、同僚に相談。3件
- ・親しい友人との連絡をとり近況を伝え合う。2件
- ・友人、知人、職場の職員に相談している。2件

・信頼できる方に相談

【情報の入手方法】9件

- ・インターネット上での意見を今まで以上に調べてみた。2件
- ・ネットで子どもが楽しめる遊びや子どもの感染予防策を検索。
- ・Twitterで専門家の生の声の情報を調べる。テレビを信じすぎない。

【官公庁への要望等】8件

- ・関係各署に訴えた。
- ・自粛だけを強制しても守らない奴らのために終息しない。
- ・自分の健康を守ることが他人を守ることにつながるので、しっかり政府や地域行政の指示を従う。
- ・都に意見を送った。
- ・子育てネットワークで課題をシェアした。専門機関に問い合わせた。
- ・支援機関について調べる。
- ・公的機関に相談した。良心的な職員が親切に対応してくれた。
- ・図書館で本が借りられないので、郵送などで本が借りられたら嬉しい。

【マスク・消毒液】8件

- ・マスク、手洗いの効果を SNS で発信。大切なのはウイルスを取り込まない事。
- ・マスクが入手困難で手作りした。
- ・ハンドソープ、殺菌シートが売っていないため子どもの世話に不便。

【家での遊び方・上手な過ごし方】8件

- ・家での生活を充実させる為に、庭用にテーブルや椅子を買った。
- ・他にも子供のボール、シャボン玉など遊べるものを購入。
- ・粘土や絵具工作など、家の中で長い時間楽しめる遊びを取り入れる。
- ・難しいジグソーパズルを購入し、子供たちと楽しんだり、一緒にお料理をしてお互い気を紛らわした。
- ・子供の遊び場を家の中に増やした。

【家族間の話し合い】5件

- ・悲観的でも結果は同じなので、家の中の生活を家族で楽しむように心がけている。
- ・家族で現在の状況についての家事育児の分担を話し合った。
- ・家事などしなければならないことを「手伝って」ではなく、「一緒にやろう」と働きかけ、協力してできるように声掛けをしている。

【生協・宅配の利用】5件

- ・宅配の食材キットで、新しいメニューを取り入れた。
- ・スーパーでの買い物の回数を減らすために生協に加入した。
- ・外出を避けるためにできるだけネットで買い物をまとめてするようになった。
- ・メルカリ利用が増えてた。

【テレワーク】3件

- ・仕事（SNS などを通じ改善の余地を同業種の方と模索、他）
- ・テレワークのために PC やネットワーク関連を整備

【助成金、給付金等のチェック】3件

- ・助成金、給付金の活用を調べる。

【家の片付・整理・レイアウト変更等】3件

- ・収納や IT リテラシーなど、専門家のサイトや情報を集めたり、専門スキルをもつ友人を頼り、自分なりの方法を模索中です。
- ・家を片付けて快適な空間にする。

≪男性の回答≫

【ネット会議、家族・親族との情報交換】13件

- ・オンラインでのコミュニケーション、会議、オンライン飲み会 6件
- ・インターネットで検索。2件
- ・ネットで遠くの家族で繋がる。
- ・小学校 PTA 関係者との WEB 会議の設営、WEB 読み聞かせの実施計画検討

【生活の見直し】10件

- ・まず自分が感染しないように注意するだけ。
- ・運動習慣をつけようと家族間で確認をした

- ・自宅で昼間、風呂に入る
- ・禁酒。
- ・体力を落とさない
- ・現金のやり取りを減らすため、できるだけキャッシュレスで支払いをしている。
- ・家に籠りすぎない、気をつけて外出。
- ・出費を抑える
- ・食材の無駄遣いをしない
- ・テイクアウトで食事を購入するようになった。

【気持ちの切り替え・ストレス解消方法】10件

- ・あまり先のことを考えずに、今日1日に集中する。ソーシャルディスタンスを保ちながら、できる範囲でリフレッシュできる小ネタをたくさん仕入れる
- ・なるべくストレスをため込まないように、吐き出すことを意識しています。
- ・ベランダでご飯
- ・家で楽しめることを考えた
- ・気持ちの切り替え。悩んでてもしょうがない。明けない夜はない。
- ・細かく努力するしかない
- ・必要以上に抱え込むことをやめた
- ・不安な面もありますが、社会が大きく胎動期と違ってポジティブに考えてます。

【運動不足解消方法】10件

- ・人のいない時の散歩 3件
- ・1人でのサイクリング
- ・AIの囲碁ソフトを楽しむ時間が増えて喜んでいます。
- ・いつも以上に近隣を散歩
- ・家の仕事環境を整えた。縄跳びを始めた。
- ・人出が少ない時間に屋外で運動
- ・毎日、早朝に子どもと体を動かす。
- ・なるべく身体を動かす

【家の片付け・整理・レイアウト変更等】4件

- ・家の仕事環境を整えた。
- ・家の中の仕事を探している。
- ・在宅作業設備を購入
- ・自宅を整理した

【テレワーク】4件

- ・（オンライン）機材設備を検討2件
- ・テレワークの導入、コアタイムワーク
- ・テレワーク環境づくり

【家族間の話し合い】3件

- ・家族で話し合う2件
- ・親族と協力してます

【マスク】3件

- ・マスクが入手困難で手作りした
- ・マスクを煮沸して再使用した
- ・布マスクを妻が作成し使用中。

【趣味づくり】2件

- ・家の中で楽しめる新たな趣味を始めた。
- ・出かけられなく家に居なければならないのことを考え趣味を作っておく。

【官公庁情報と改善案】2件

- ・官公庁から正式発表された情報を、加工せずに拡散すること
- ・区議会議員に対して、たくさんの改善点を提案しています。

【その他】3件

- ・区役所にマスクを2000枚寄付した
- ・会社上長に直訴
- ・関係各署に訴えた。