

報道関係者各位

『ベルメゾン生活スタイル研究所 スタイルモニターレポート Vol.20』

20-50代女性 1099人に「普段のストレス」について聞きました。

ここ2-3年でストレス度合いが上がった	69.3%
今後もストレスが増えそう	56.5%

～4人に3人の女性が普段からストレスを感じながら生活～

株式会社千趣会（本社 大阪市、代表取締役社長 行待 裕弘）が運営するベルメゾン生活スタイル研究所では、女性の生活スタイルや意識についての調査を随時行っております。

さて、このところストレスによる心身の不調から心の病につながるケースが増えているようです。また女性を取り巻く環境の変化によって、ストレスに悩む女性も年々増えていると聞きます。そこで今回は、普段のストレスの実態についてスタイルモニター1099人に聞いてみました。

普段からストレスを感じている人は、4人に3人

まず、あなたは普段ストレスを感じることはありませんか、と質問したところ「とても感じることもある」と答えた人は27.7%、「わりと感じることがある」人は48.6%で、76.3%の女性が普段からストレスを感じて生活していることがわかりました。

ストレスを感じるのは、1位「家族や親戚に関すること」2位「仕事のこと」3位「お金に関すること」4位「家事や家の中のこと」5位「人間関係」

ストレスを感じている人に、現在どんなことにストレスを感じているかを聞いたところ、「家族や親戚のこと」37.9%、次いで「仕事のこと」34.7%、「お金のこと」30.4%と続きました。また年代別のトップを見ると、20代では、「仕事のこと」が47.7%、30代では「育児のこと」が39.0%、40代では「家族や親戚のこと」が41.3%という結果になり、年代によってストレス要因は異なることがわかりました。

ここ2-3年でストレス度合いが上がった人は、約7割

ここ2-3年でストレス度合いが「上がった」と答えた人は28.4%、「どちらかといえば上がった」人は40.9%で、合すると69.3%の女性はストレスが増えていると感じているようです。また今後ストレスが「増えそう」と思っている人は19.6%、「どちらかという増えそう」も36.9%という結果になり、ますますストレス社会が進んでいくことを予想している女性が5割以上いました。

ストレス解消法で多いのは、「食べる・飲む」「よく寝る」「買い物や衝動買いをする」「友達に愚痴る」「お風呂にゆっくり入る」

ストレス解消法が多かったのは、「食べる・飲む」がトップで50.5%、次いで「よく寝る」42.8%、「買い物や衝動買いをする」41.2%、「友達に愚痴る」40.1%、「お風呂にゆっくり入る」32.7%という結果になりました。「買い物や衝動買いをする」モノで一番多かったのは「洋服」、次いで「お菓子・ケーキ」「ブランドもの（バッグなど）」と続きました。中には、500万円太陽光発電（42歳 専業主婦）や100万円の楽器（32歳 会社員）を購入したという人もいました。

なお、今回の調査結果について詳しくはベルメゾン生活スタイル研究所ホームページ「くらしのたまご」ライブレポートをご覧ください。http://www.kuratama.jp/report_live/044/live044.htm

調査の方法：ベルメゾン生活スタイル研究所のスタイルモニターバンクに登録している 20～59歳の全国の女性で有効回答数は1099人。インターネットを使って2007年1月15日～1月17日に実施した。

本件に関する問い合わせ先

(株)千趣会 ベルメゾン生活スタイル研究所 米倉 (<mailto:c-yonekura@senshukai.co.jp>)
〒530-0035 大阪市北区同心1-6-23 TEL：06-6881-3043 FAX：06-6352-9286