

出勤頻度が増えて良かった？悪かった？コロナ禍入社の人々に調査！

**今年度出勤が増えた人は21.7%。
良い影響を感じる一方で、体調不良やストレスを感じている人も。
生活リズムの変化による身体の不調にご注意を。**

ピップ株式会社（本社：大阪市中央区、代表取締役社長：松浦由治）は、新型コロナウイルスの5類移行や、感染対策のマスクの着用が個人の判断に委ねられるなど、“脱コロナ”の動きが加速する中で、コロナ禍入社の人々がどのような変化を感じているか、2020年～2022年に会社員になった20代～30代の男女を対象に調査を実施しました。

<本調査のトピックス>

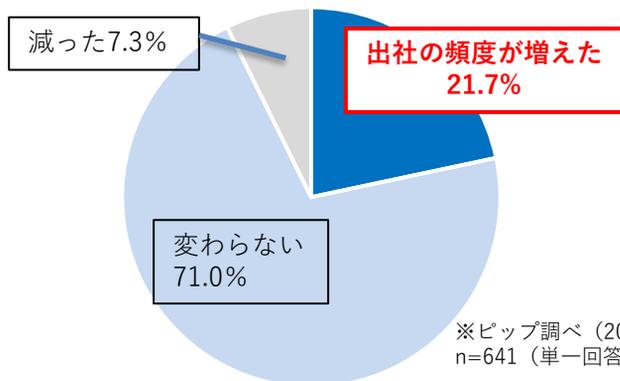
- ✓ **コロナ禍入社の人々641人のうち、2割強が「例年より出勤頻度が増えた」と回答。**
- ✓ **出勤頻度が増えたことによる良い変化、第1位は「コミュニケーションが取りやすい」**
- ✓ **出勤頻度が増えたことによる悪い変化、第1位は「通勤時間の発生」。「身体の不調」を感じている方も3割に上る。**

脱コロナの動きが進み、テレワークからオフィス回帰へ？

2020年の新型コロナウイルス感染拡大を機に、オフィスでの3密回避や、通勤ラッシュの回避を目的に、多くの企業がテレワークや時差出勤など、新しい働き方を実践してきました。そんな中、今年5月8日(月)から、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付けが「5類感染症」に移行され、感染対策も個人の判断に委ねられるなど、脱コロナの動きが加速しています。

そこで、コロナ禍に会社員になった若手社員たちが、この変化をどのように捉えているのか、1都3県在住で2020年～2022年に会社員になった20代～30代の男女を対象に「出勤頻度の変化による影響」を調査しました。

<図1> 昨年までと比較して出勤の頻度は増えましたか

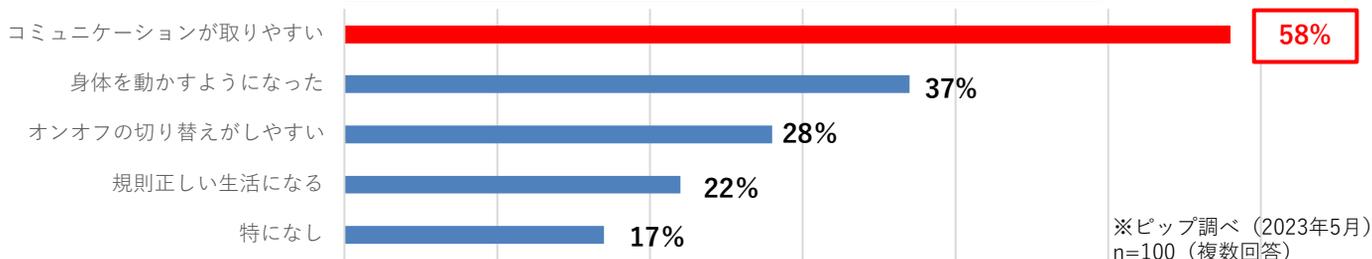


昨年までと比較し、今年度は出勤の頻度が変化したかという質問に対し、「変わらない」と回答した方が71.0%と最も多かった一方で、全体の21.7%の方が「出勤の頻度が増えた」と回答しました。<図1>

新型コロナウイルス感染症の5類移行に伴い、オフィス回帰の動きも一定数あることが伺えます。

出勤の頻度が増えたことによる良い変化、悪い変化

<図2> 出勤の頻度が増えたことによる良い変化上位5つ



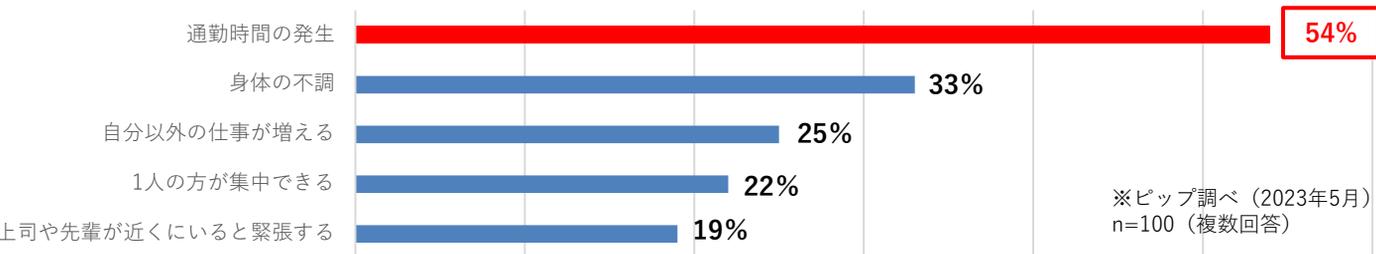
出勤の頻度が増えたと回答した100名を対象に「出勤の頻度が増えたことによる良い変化」を聞いたところ、「コミュニケーションが取りやすい」と回答した人が58%と最も多く、次いで「身体を動かすようになった」(37%)、「オンオフの切り替えがしやすい」(28%)という結果になりました。<図2>

業務上の良い変化だけでなく、プライベートにも影響する変化があると感じている方が多いようです。

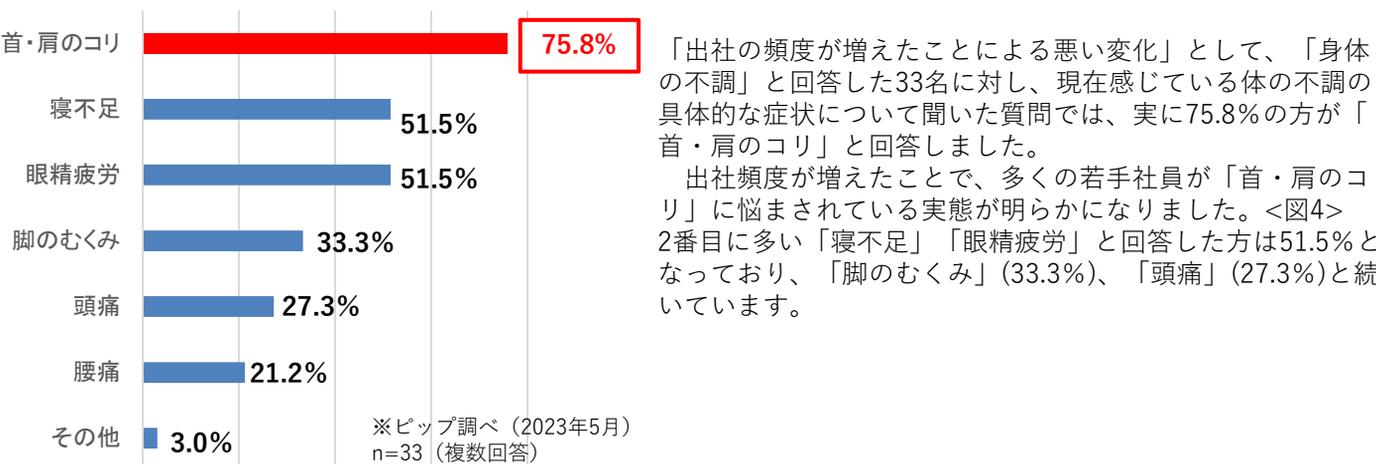
続いて「出社の頻度が増えたことによる悪い変化」について聞くと、「通勤時間の発生」と回答した人が54%と最も多い結果となり、次に「身体の不調」(33%)、「自分以外の仕事が増える」(25%)という結果に。<図3>「出社の頻度が増えたことによる良い変化」に関する回答で、「身体を動かすようになった」という健康面での良い影響を感じている方が37%だったのに対し、悪い変化として「身体の不調」を感じている方も約3割いることがわかりました。

これまで必要無かった、満員電車での通勤やそれに伴う睡眠時間の減少による生活リズムの変化に加え、他の人の仕事を振られる機会が増える、上司や先輩の目が気になるなどの精神的なストレスも影響していると考えられます。

<図3>出社の頻度が増えたことによる悪い変化上位5つ



<図4>現在感じている身体の不調の具体的な症状



「出社の頻度が増えたことによる悪い変化」として、「身体の不調」と回答した33名に対し、現在感じている体の不調の具体的な症状について聞いた質問では、実に75.8%の方が「首・肩のコリ」と回答しました。

出社頻度が増えたことで、多くの若手社員が「首・肩のコリ」に悩まされている実態が明らかになりました。<図4>2番目に多い「寝不足」「眼精疲労」と回答した方は51.5%となっており、「脚のむくみ」(33.3%)、「頭痛」(27.3%)と続いています。

【調査概要】

- 調査名：出社頻度の増加による影響
- 調査対象：1都3県在住で、2020年～2022年に社会人になった20代～30代の男女641名
- 調査期間：2023年5月12日～18日 調査方法：インターネット調査
- 調査主体：ピップ株式会社 調査実施機関：アイブリッジ株式会社

お仕事中や通勤時間をコリケア時間に！「首・肩のコリ」を簡単ケアするアイテムをご紹介します！

「首・肩のコリ」の解消には、ストレッチなどの軽い運動をしたり、入浴で体を温めリラックスすることが効果的です。また、お仕事中や通勤時間で効率よくケアをしたいという方や、忙しくてなかなか時間が取れない方には磁気治療器でのケアがオススメです。

<ピップマグネーループ>

首にかけるだけで、手軽に首・肩のコリを解消する「ピップマグネーループ」。ワンタッチで簡単に着脱でき、軽くてフィットするので、外出時や就寝中にも快適に使用できます。

シリーズ最強200ミリテスラの強力磁力がガンコなコリにしっかり効く「ピップマグネーループMAX」、ベーシックレベルの磁気治療器を使用したい方におすすめの「ピップマグネーループEX」、超軽量&超スリムで”着けごちゼロ”感覚の「ピップマグネーループ Airyfree」の3種類からお選びいただけます。



【製品概要】 管理医療機器

効果	装着部位のこり及び血行の改善
販売チャネル	全国のドラッグストア・量販店・ネット通販 など ※ピップマグネーループMAX 45cmはピップ ウエルネス通販限定
希望小売価格	オープン価格

製品名	ピップマグネーループAiryFree	 <p>販売名 ピップマグネーループS</p>
医療機器認証番号	303AGBZX00037000	
磁束密度	55ミリテスラ	
カラー/サイズ	ブラック 45cm / 50cm	
本体部分素材	ポリオレフィン樹脂	
製品特長	55ミリテスラの磁性紛が配合されたネックレスタイプ	
発売日	2022年9月8日（木）	

製品名	ピップマグネーループEX	
医療機器認証番号	226AGBZX00017000	
磁束密度	最大150ミリテスラ	
カラー/サイズ	ブラック 45cm/50cm/60cm ネイビーブルー 50cm/60cm ローズピンク 45cm/50cm	
本体部分素材	シリコーン樹脂	
製品特長	強力磁石が頑固なコりに効く。 ループに20粒の磁石を内蔵したネックレスタイプ。	

製品名	ピップマグネーループMAX	
医療機器認証番号	302AGBZX00107000	
磁束密度	最大200ミリテスラ	
カラー/サイズ	ブラック 45cm / 50cm / 60cm	
本体部分素材	シリコーン樹脂	
製品特長	55ミリテスラの磁性紛配合磁気ループに200ミリテスラの磁石を6粒内蔵したネックレスタイプ	

※ピップマグネーループはピップ(株)の登録商標です。

【一般のお客様からのお問い合わせ先】

ピップ株式会社お客様相談室 TEL：06-6945-4427

ピップ製品情報ホームページ<https://www.pipjapan.co.jp/products/>

ピップマグネーループブランドサイト<https://magneloop.pipjapan.co.jp/>

Twitter公式アカウントhttps://twitter.com/pip_cp

ピップ ウエルネス通販 <https://shop.pipjapan.co.jp/shop/default.aspx>