

2014年5月7日
株式会社ニッセン

報道関係各位

働く女性の約9割がストレスを感じている。

ストレス発散には3,000円以内が半数。

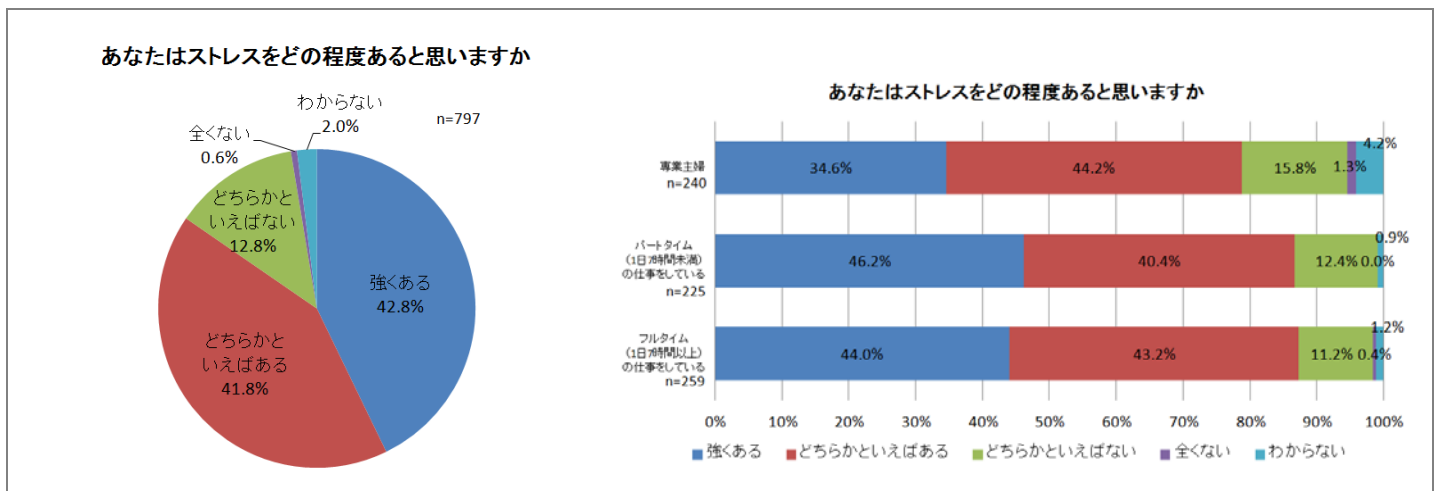
＜30代・40代女性のストレスに関する意識調査＞

これから試したいストレス発散方法は**ドライブや運動などアクティブな傾向に。**

通販カタログの株式会社ニッセン(本社:京都市南区、代表取締役 佐村信哉、以下「ニッセン」)が運営するプレゼント・懸賞サイト「nissen もらえるネット」は、このたび30代・40代以上の女性約800名に対して、【ストレスに関する意識調査】を実施いたしましたので、調査結果をお知らせいたします。

■ストレスを感じている方は全体の8割以上。職場で働く方は約9割

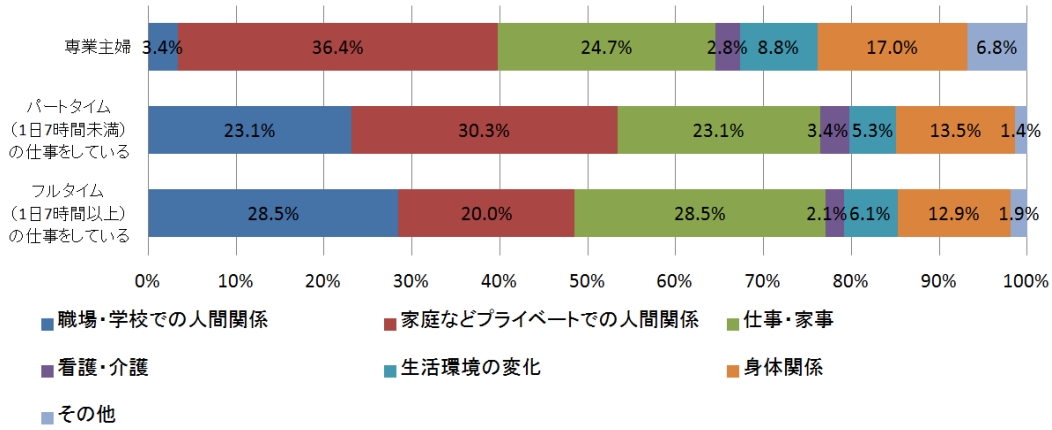
「あなたはストレスがありますか」の質問に対し、8割の方が「少なからずストレスはある」と答えました。中でも、フルタイムやパートタイムで働く方の約9割が「ストレスがある」と答えています。一方で、「ストレスが全くない」と答えた方は全体の0.6%しかおらず、新しい生活や環境など変化が多いこの時期特に、ストレスが溜まりやすい方が多いようです。



■ストレスの原因、約半数は人間関係。主婦には「ママ友との関係」でのストレスも

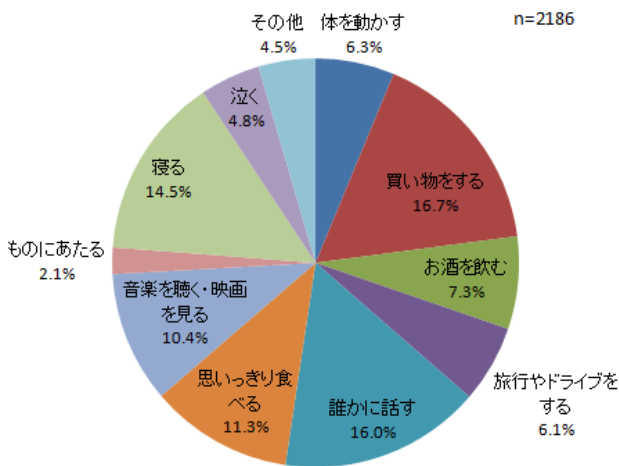
ストレスの原因について、およそ半数が職場や家庭などでの人間関係によるものという結果になりました。さらに、フルタイムで働く方に比べ、パートタイムで働く方や専業主婦の方が「プライベートでの人間関係」でストレスを感じているという結果が出ました。「人間関係でストレスを感じる」と答えた専業主婦の中には、「ママ友」や「ご近所」との付き合いにストレスを感じるという回答もありました。

ストレスを感じる原因は何ですか

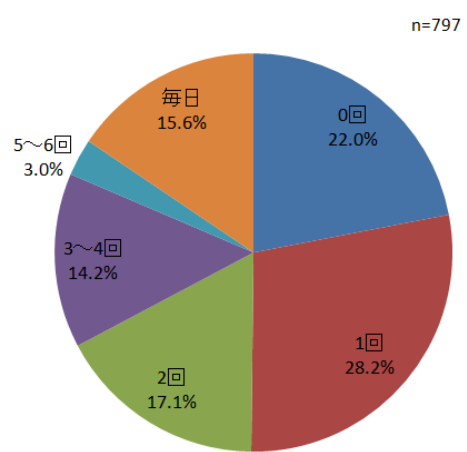


ストレスの発散方法に関しては、「買い物をする」という方が 16.7%と最も多く、次いで「誰かに話す(16.0%)」や「寝る(14.5%)」という結果になりました。ストレス発散の頻度に関しては、一週間に一回以上の方がおよそ8割と大半を占めましたが、「あなたはストレス発散に月平均にいくらかけていますか」という質問に対しては、かけない人が3割、5,000円未満が4割強と、お金をなるべくかけないよう、ストレス発散する方が多いようです。

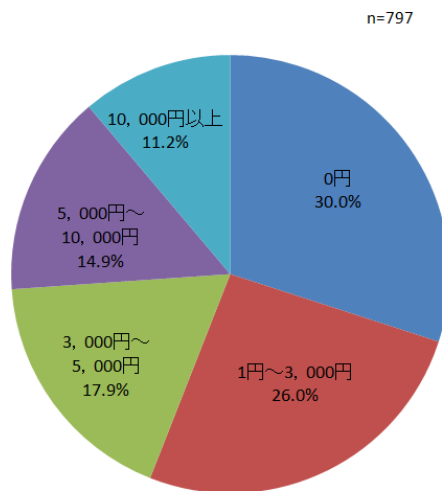
あなたのストレス発散方法は何ですか



週に何回ストレス発散をしますか

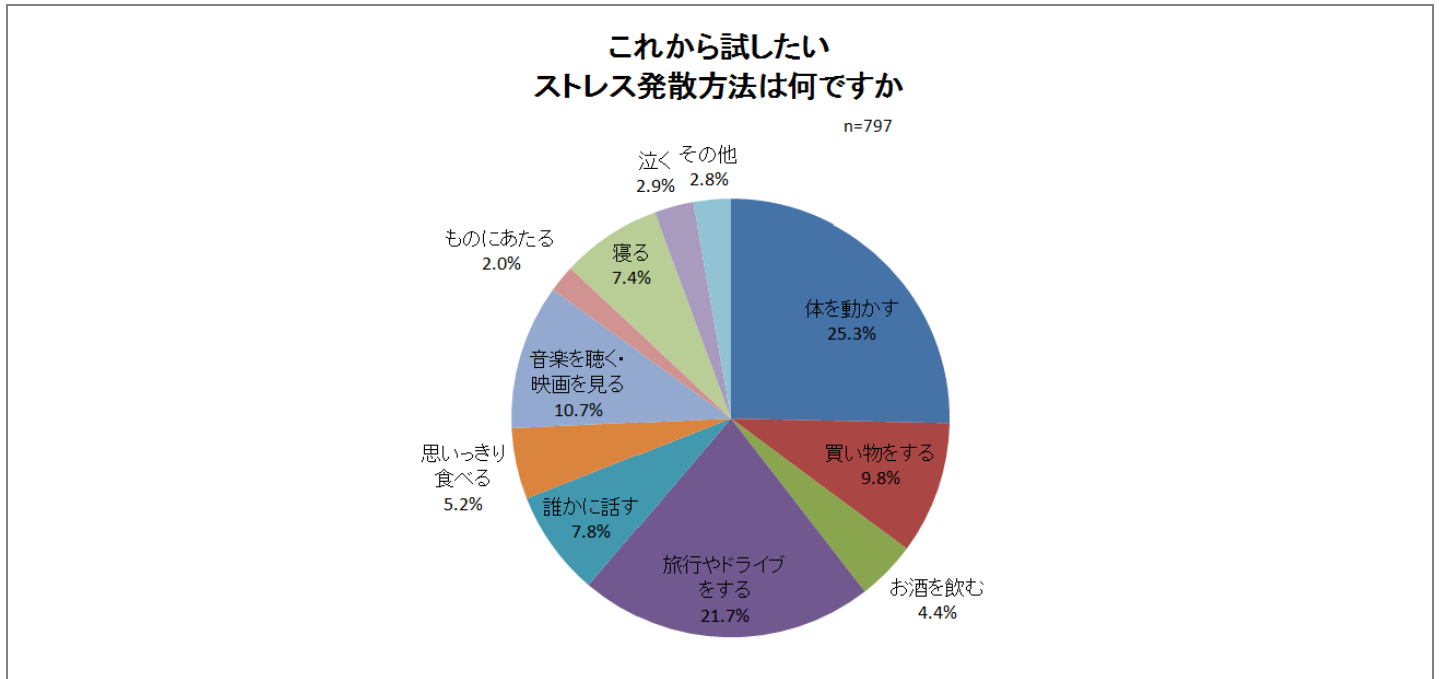


あなたはストレス発散に月平均にいくらかけていますか



■これから試したいストレス発散方法はアクティブな傾向

一方、「これから試したいストレス発散方法は何ですか」の問いに対しては、「体を動かす(25.3%)」「旅行やドライブをする(21.7%)」といった回答が多く、アクティブな体験をすることでストレス発散をすることを望んでいる結果となりました。



■調査期間:2014年4月14日(月)~4月21日(月)

■調査テーマ:ストレスに関する意識調査

■対象者:30代・40代以上の女性

■サンプル数:約800人

■調査項目

- ・あなたはストレスをどの程度あると思いますか。・ストレスを感じる原因は何ですか。
- ・あなたのストレス発散方法は何ですか。・これから試したいストレス発散方法は何ですか。・週に何回ストレス発散をしますか。など。

■リリースの詳細はこちらでもご覧いただけます。

<http://present.nissen.co.jp/release.html>

■ nissen もらえるネットとは？

『ニッセンオンライン』でお買い物を楽しむお客様に、

お得な『プレゼント情報』や『モニター・お試し情報』をお届けしているサイトです。

様々な企業様から提供された有益な情報をお客様にお届けすることで、お客様の流動を活性化。

企業様とお客様を双方向で強く結びつける「かけ橋」となります。

<http://present.nissen.co.jp/>

本件に関する詳細は下記までお問い合わせください。

株式会社ニッセン BtoB 本部 メディアサービス部 企画開発チーム 関東企画開発 小宮 孝文
Tel.(03) 3493-3431 Fax.(03)3493-3658 E-mail. member@present.nissen.co.jp URL. www.nissen.jp
〒141-0031 東京都品川区西五反田8-9-5 ポーラ第3五反田ビル5階

株式会社ニッセンの広報に関しては下記までお問い合わせください。

株式会社ニッセン 広報企画室 浪花 勝史
Tel.(075) 682-2010 Fax.(075)662-5042 E-mail. nissen-koho@nissen.co.jp URL. www.nissen.jp
〒601-8412 京都市南区西九条院町26番地