

男女別「リフレッシュ方法」を発表！

男性より女性が行っていることは「おいしいものを食べる」「ショッピング」「話を聞いてもらう」。

－『エンバイト』ユーザーアンケート集計結果発表－

人材採用・入社後活躍のエン・ジャパン株式会社（本社:東京都新宿区、代表取締役社長:鈴木 孝二）が運営するちょっといいアルバイトが見つかる求人サイト『エンバイト（<https://hb.en-japan.com/>）』上で、サイト利用者を対象に「リフレッシュ方法」に関するアンケートを実施。3,315名から回答を得ました。以下、結果をご報告いたします。

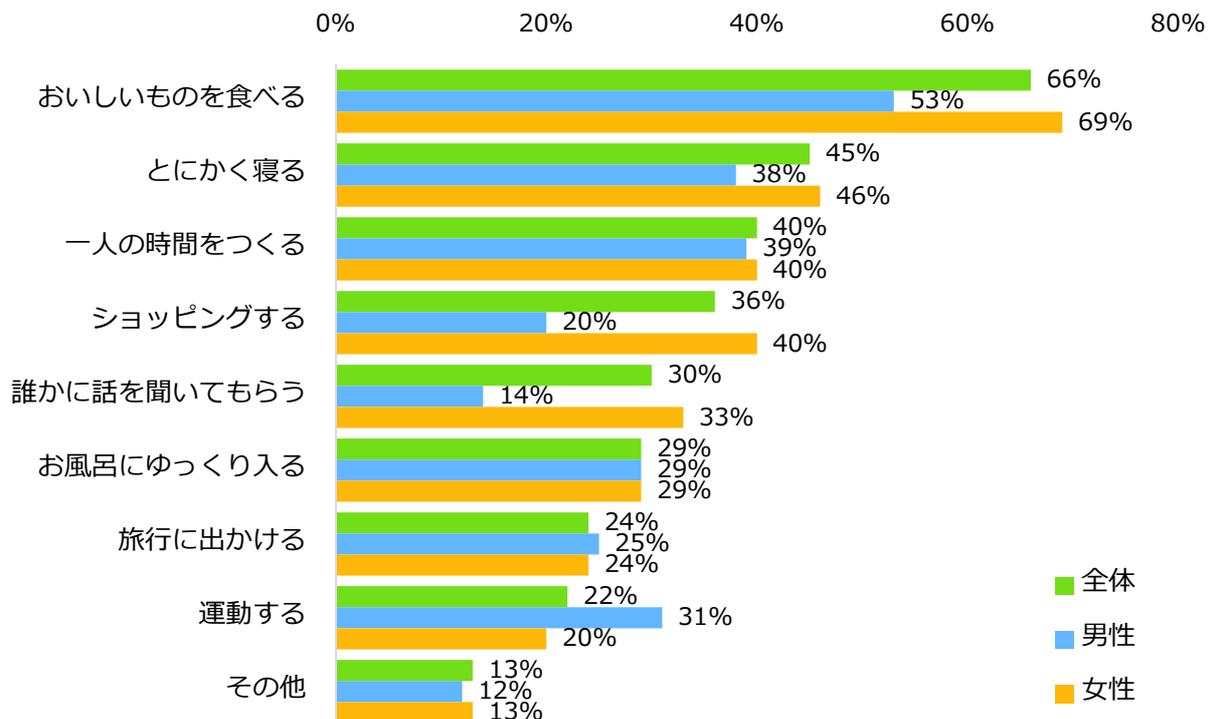
調査結果 概要

- ★ 人気のリフレッシュ方法、男女ともに過半数が「おいしいものを食べる」と回答。男性よりも女性が行っているのは、「ショッピング」「話を聞いてもらう」。
- ★ 「リフレッシュしたい」と感じる瞬間、男女ともに「何となくやる気が起きないとき」「人間関係がうまくいかないとき」。

■ 調査結果詳細

1：人気のリフレッシュ方法、男女ともに過半数が「おいしいものを食べる」と回答。男性よりも女性が行っているのは、「ショッピング」「話を聞いてもらう」。（図1）

【図1】どんな方法でリフレッシュすることが多いですか？（複数回答可／男女別）

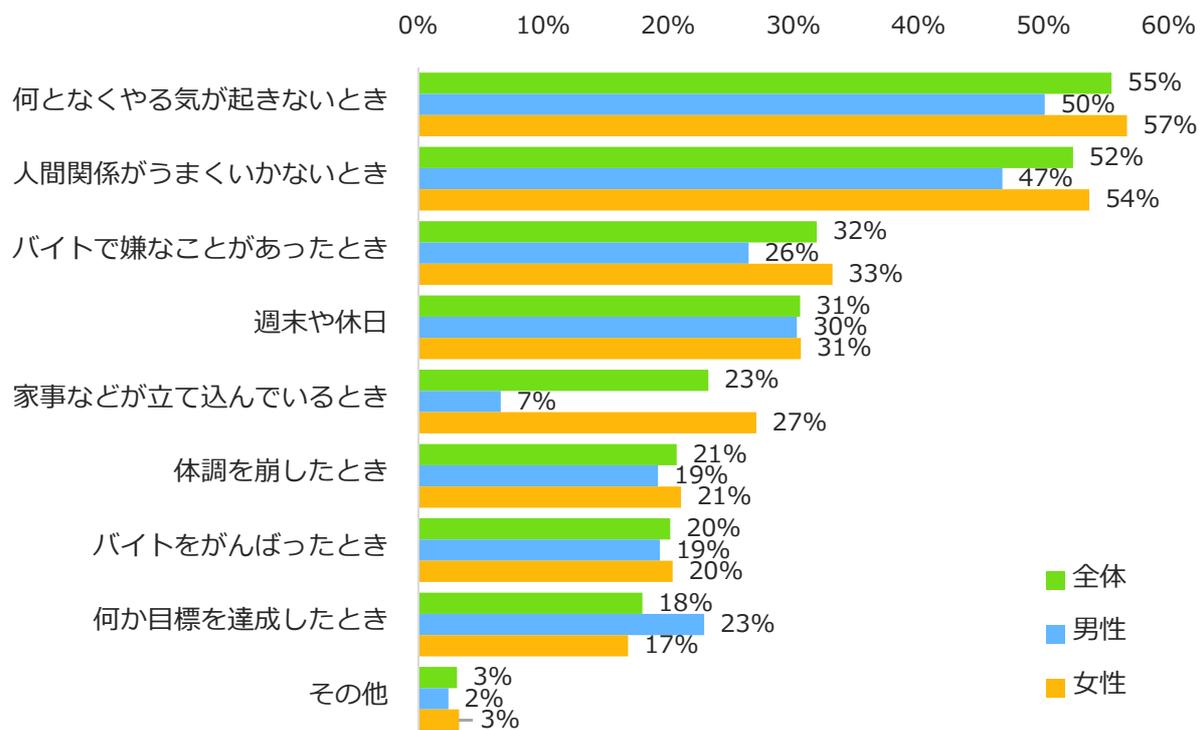


「どんな方法でリフレッシュすることが多いですか？」と伺うと「おいしいものを食べる」(66%)が過半数を占めました。「とにかく寝る」(45%)「一人の時間をつくる」(40%)が続きます。男性と女性で15ポイント以上の乖離があった項目は、「おいしいものを食べる」(男性：53%、女性69%)「ショッピングする」(同：20%、40%)「誰かに話を聞いてもらう」(同：14%、33%)でした。男女で行なっているリフレッシュ方法に違いがあることが見受けられます。

2：「リフレッシュしたい」と感じる瞬間、男女ともに「何となくやる気が出ないとき」「人間関係がうまくいかないとき」。(図2)

「“リフレッシュしたい”と感じるのは、どんなときですか？」という質問で、多かった回答は「何となくやる気が起きないとき」(55%)、「人間関係がうまくいかないとき」(52%)でした。男女別で差が出た項目は、男性が「何か目標を達成したとき」(23%)、女性が「バイトで嫌なことがあったとき」(33%)、「家事などが立て込んでいるとき」(27%)といった項目で突出して高いポイントとなりました。

【図2】「リフレッシュしたい」と感じるのは、どんなときですか？(複数回答可/男女別)



【調査概要】

- 調査方法：インターネットによるアンケート
- 調査対象：『エンバイト (<https://hb.en-japan.com/>) 』を利用しているユーザー
- 有効回答数：3,315名
- 調査期間：5月25日～6月21日

本ニュースリリースに関する問合せ先

広報担当：森本、松田

<http://corp.en-japan.com/>

エン・ジャパン株式会社

〒163-1335 新宿区西新宿6-5-1 新宿アイランドタワー
 TEL：03-3342-6590 FAX：03-3342-4507 MAIL：en-press@en-japan.com