

図2-67. 「仕事のパフォーマンス」の変化（性×年代別の比較）

・全体では、「変わらなかった」が38.5%で最も高い。
 ・属性別には、「向上した」は「男性 20代」「女性 20代」で、「変わらなかった」は「男性 50代」「男性 60代」で、「低下した」は「女性 60代」で全体と比較して高い。

		(n)	向上した	変わらなかった	低下した	(%)
全体		(4500)	24.2	38.5	37.2	
性年代	男性 20代	(450)	32.0	34.9	33.1	
	男性 30代	(450)	27.8	35.8	36.4	
	男性 40代	(450)	22.7	42.0	35.3	
	男性 50代	(450)	19.3	44.0	36.7	
	男性 60代	(450)	16.0	48.0	36.0	
	女性 20代	(505)	30.9	32.7	36.4	
	女性 30代	(505)	27.3	35.4	37.2	
	女性 40代	(500)	24.2	36.6	39.2	
	女性 50代	(510)	20.0	40.2	39.8	
	女性 60代	(230)	19.1	34.8	46.1	

* 2.0%未満は値表示なし

図2-68.「仕事のパフォーマンス」の変化（各種基本属性別の比較）

・全体では、「変わらなかった」が38.5%で最も高い。
 ・属性別には、「向上した」は「1時間30分～2時間未満」「2時間以上」「開催されており、現在も継続している」で、「変わらなかった」は「30人以上～50人未満」「15分未満」「2020年1月～」で、「低下した」は「導入当初から現在まで、自分自身でテレワークを行うかどうかを選択することができない」で全体と比較して高い。

		(n)	向上した	変わらなかった	低下した	(%)
全体		(4500)	24.2	38.5	37.2	
勤務先の会社や団体の総従業員数	30人未満	(578)	26.0	41.2	32.9	
	30人以上～50人未満	(225)	28.4	44.9	26.7	
	50人以上～100人未満	(307)	25.7	36.2	38.1	
	100人以上～300人未満	(602)	24.9	36.4	38.7	
	300人以上～1,000人未満	(746)	24.5	35.8	39.7	
	1,000人以上	(2042)	22.8	39.0	38.2	
勤務先の事業場（本社や営業所など）の従業員数	30人未満	(1044)	24.6	39.2	36.2	
	30人以上～50人未満	(454)	25.6	41.4	33.0	
	50人以上～100人未満	(558)	26.3	33.7	40.0	
	100人以上～300人未満	(805)	24.5	36.4	39.1	
	300人以上～1,000人未満	(643)	21.6	37.0	41.4	
	1,000人以上	(996)	23.6	41.9	34.5	
テレワークでない時の主な通勤形態	公共交通機関（バス・電車等）	(3342)	24.7	37.3	38.0	
	公共交通機関以外（徒歩、自転車、自家用車・バイク等）	(1158)	22.8	42.1	35.1	
テレワークでない時の片道の通勤時間	15分未満	(320)	21.9	45.6	32.5	
	15分～30分未満	(762)	23.9	39.0	37.1	
	30分～45分未満	(944)	22.7	37.0	40.4	
	45分～1時間未満	(1202)	24.4	38.4	37.2	
	1時間～1時間30分未満	(945)	24.8	38.1	37.1	
	1時間30分～2時間未満	(269)	29.7	36.4	33.8	
	2時間以上	(58)	31.0	36.2	32.8	
家族との同居状況	独り暮らし	(1214)	23.8	36.8	39.4	
	家族と同居	(3286)	24.4	39.1	36.5	
	家族と同居（中学生以下の子どもあり）	(1049)	26.2	38.7	35.1	
	家族と同居（中学生以下の子どもなし）	(2237)	23.6	39.3	37.1	
勤務先の会社や団体のテレワークが導入された時期	2020年1月～	(352)	24.4	49.1	26.4	
	2020年2月～（2月3日 ダイヤモンド・プリンセス号 横浜港帰港）	(298)	23.8	41.6	34.6	
	2020年3月～	(1167)	24.6	38.1	37.3	
	2020年4月～（4月7日 緊急事態宣言発令）	(2141)	23.8	36.7	39.5	
	2020年5月～（5月14日 緊急事態宣言解除開始～25日解除）	(297)	25.3	38.4	36.4	
	2020年6月～（6月2日～11日 東京アラート）	(120)	25.0	38.3	36.7	
	2020年7月～	(48)	22.9	37.5	39.6	
	2020年8月～	(23)	30.4	39.1	30.4	
	2020年9月～	(54)	25.9	35.2	38.9	
	勤務先の会社や団体におけるテレワーク導入にあたっての総務管理や残業、業績評価等に関する事前の説明の有無	あり	(3046)	24.5	38.5	37.1
なし		(1454)	23.8	38.6	37.6	
勤務先の会社や団体におけるテレワーク導入にあたっての光熱費などの金銭的な補助の有無	あり	(1004)	28.0	40.5	31.5	
	なし	(3496)	23.2	37.9	38.9	
勤務先の会社や団体におけるテレワーク導入にあたってのテレワーク勤務の選択権の有無	導入当初から、自分自身でテレワークを行うかどうかを選択することができた	(2130)	25.8	42.8	31.4	
	導入当初は自分自身でテレワークを行うかどうかを選択することができなかったが、途中から選択することができるようになった	(1117)	26.1	33.0	40.9	
	導入当初から現在まで、自分自身でテレワークを行うかどうかを選択することができない	(1253)	20.0	36.1	44.0	
勤務先の会社や団体におけるオンラインイベントの開催・参加状況	開催されており、現在も継続している	(1054)	31.3	38.4	30.3	
	参加している	(607)	32.1	38.4	29.5	
	参加していない	(447)	30.2	38.5	31.3	
	過去に開催されていたが、現在は開催されていない	(637)	23.5	35.6	40.8	
	開催されていない	(2809)	21.8	39.2	39.1	

* 下線はベースがn=29以下のため参考値

* 2.0%未満は値表示なし

図2-69. 「身体面の全般的な健康状態」の変化（性×年代別の比較）

・全体では、「変わらなかった」が54.0%で最も高い。
 ・属性別には、「良くなった」は「男性 20代」「女性 20代」「女性 30代」で、「変わらなかった」は「男性 40代」「男性 50代」「男性 60代」「女性 60代」で全体と比較して高い。

		(n)	良くなった	変わらなかった	悪くなった	(%)
全体		(4500)	29.9	54.0	16.0	
性年代	男性 20代	(450)	35.3	54.0	10.7	
	男性 30代	(450)	33.3	53.8	12.9	
	男性 40代	(450)	23.6	60.7	15.8	
	男性 50代	(450)	20.4	64.9	14.7	
	男性 60代	(450)	19.3	60.7	20.0	
	女性 20代	(505)	43.0	42.4	14.7	
	女性 30代	(505)	41.0	44.2	14.9	
	女性 40代	(500)	32.0	48.8	19.2	
	女性 50代	(510)	25.3	55.3	19.4	
	女性 60代	(230)	17.4	63.5	19.1	

* 2.0%未満は値表示なし

図2-70.「身体面の全般的な健康状態」の変化（各種基本属性別の比較）

・全体では、「変わらなかった」が54.0%で最も高い。
 ・属性別には、「良くなった」は「1時間30分～2時間未満」「2020年7月～」「開催されており、現在も継続している」、「変わらなかった」は「30人未満」「30人以上～50人未満」「30人未満」「公共交通機関以外（徒歩、自転車、自家用車・バイク等）」「15分未満」「2020年5月～（参考：5月14日 緊急事態宣言解除開始～25日完全解除）」「2020年6月～（参考：6月2日～11日 東京アラート）」で、「悪くなった」は「2時間以上」で全体と比較して高い。

		(n)	良くなった	変わらなかった	悪くなった	(%)
全体		(4500)	29.9	54.0	16.0	
勤務先の会社や団体の総従業員数	30人未満	(578)	26.1	59.7	14.2	
	30人以上～50人未満	(225)	31.6	59.1	9.3	
	50人以上～100人未満	(307)	33.2	51.5	15.3	
	100人以上～300人未満	(602)	30.9	51.8	17.3	
	300人以上～1,000人未満	(746)	30.7	52.8	16.5	
	1,000人以上	(2042)	29.8	53.4	16.8	
勤務先の事業場（本社や営業所など）の従業員数	30人未満	(1044)	26.5	59.2	14.3	
	30人以上～50人未満	(454)	32.6	53.7	13.7	
	50人以上～100人未満	(558)	30.1	51.3	18.6	
	100人以上～300人未満	(805)	31.2	51.8	17.0	
	300人以上～1,000人未満	(643)	29.9	53.3	16.8	
	1,000人以上	(996)	31.2	52.6	16.2	
テレワークでない時の主な通勤形態	公共交通機関（バス・電車等）	(3342)	31.9	51.7	16.4	
	公共交通機関以外（徒歩、自転車、自家用車・バイク等）	(1158)	24.4	60.8	14.9	
テレワークでない時の片道の通勤時間	15分未満	(320)	21.6	65.3	13.1	
	15分～30分未満	(762)	27.4	55.1	17.5	
	30分～45分未満	(944)	28.4	55.3	16.3	
	45分～1時間未満	(1202)	30.8	53.2	16.0	
	1時間～1時間30分未満	(945)	34.0	50.3	15.8	
	1時間30分～2時間未満	(269)	36.4	50.9	12.6	
	2時間以上	(58)	20.7	50.0	29.3	
家族との同居状況	独り暮らし	(1214)	27.8	53.5	18.6	
	家族と同居	(3286)	30.7	54.2	15.1	
	家族と同居（中学生以下の子どもあり）	(1049)	32.6	54.2	13.2	
	家族と同居（中学生以下の子どもなし）	(2237)	29.8	54.2	16.0	
勤務先の会社や団体のテレワークが導入された時期	2020年1月～	(352)	29.8	55.7	14.5	
	2020年2月～（2月3日 ダイヤモンド・プリンセス号 横浜港帰港）	(298)	32.9	47.3	19.8	
	2020年3月～	(1167)	31.3	51.6	17.1	
	2020年4月～（4月7日 緊急事態宣言発令）	(2141)	29.2	54.9	15.8	
	2020年5月～（5月14日 緊急事態宣言解除開始～25日解除）	(297)	25.9	60.3	13.8	
	2020年6月～（6月2日～11日 東京アラート）	(120)	27.5	61.7	10.8	
	2020年7月～	(48)	41.7	43.8	14.6	
	2020年8月～	(23)	39.1	52.2	8.7	
	2020年9月～	(54)	25.9	57.4	16.7	
勤務先の会社や団体におけるテレワーク導入にあたっての勤怠管理や残業、業績評価等に関する事前の説明の有無	あり	(3046)	31.4	53.3	15.3	
	なし	(1454)	26.8	55.7	17.5	
勤務先の会社や団体におけるテレワーク導入にあたっての光熱費などの金銭的な補助の有無	あり	(1004)	33.7	52.0	14.3	
	なし	(3496)	28.9	54.6	16.5	
勤務先の会社や団体におけるテレワーク導入にあたってのテレワーク勤務の選択権の有無	導入当初から、自分自身でテレワークを行うかどうかを選択することができた	(2130)	29.9	57.5	12.6	
	導入当初は自分自身でテレワークを行うかどうかを選択することができなかったが、途中から選択することができるようになった	(1117)	30.4	50.9	18.6	
	導入当初から現在まで、自分自身でテレワークを行うかどうかを選択することができない	(1253)	29.5	51.0	19.5	
勤務先の会社や団体におけるオンラインイベントの開催・参加状況	開催されており、現在も継続している	(1054)	35.1	50.3	14.6	
	参加している	(607)	38.9	46.6	14.5	
	参加していない	(447)	30.0	55.3	14.8	
	過去に開催されていたが、現在は開催されていない	(637)	28.4	54.8	16.8	
	開催されていない	(2809)	28.3	55.3	16.4	

* 下線はベースがn=29以下のため参考値

* 2.0%未満は値表示なし

図2-71. 「精神面の全般的な健康状態」の変化（性×年代別の比較）

・全体では、「変わらなかった」が50.7%で最も高い。
 ・属性別には、「良くなった」は「女性 20代」「女性 30代」「女性 40代」で、「変わらなかった」は「男性 50代」「男性 60代」「女性 60代」で、「悪くなった」は「女性 40代」で全体と比較して高い。

		(n)	良くなった	変わらなかった	悪くなった	(%)
全体		(4500)	32.0	50.7	17.4	
性年代	男性 20代	(450)	34.9	49.8	15.3	
	男性 30代	(450)	36.4	49.3	14.2	
	男性 40代	(450)	25.8	54.7	19.6	
	男性 50代	(450)	23.1	61.6	15.3	
	男性 60代	(450)	19.3	65.3	15.3	
	女性 20代	(505)	42.0	41.2	16.8	
	女性 30代	(505)	42.2	41.8	16.0	
	女性 40代	(500)	37.0	40.6	22.4	
	女性 50代	(510)	28.8	51.8	19.4	
	女性 60代	(230)	23.0	57.4	19.6	

* 2.0%未満は値表示なし

図2-72. 「精神面の全般的な健康状態」の変化（各種基本属性別の比較）

・全体では、「変わらなかった」が50.7%で最も高い。
 ・属性別には、「良くなった」は「30人以上～50人未満」「2020年7月～」で、「変わらなかった」は「15分未満」「2020年9月～」で、「悪くなった」は「2時間以上」「独り暮らし」「導入当初から現在まで、自分自身でテレワークを行うかどうかを選択することができない」で全体と比較して高い。

		(n)	良くなった	変わらなかった	悪くなった	(%)
全体		(4500)	32.0	50.7	17.4	
勤務先の会社や団体の総従業員数	30人未満	(578)	29.9	52.9	17.1	
	30人以上～50人未満	(225)	37.8	52.0	10.2	
	50人以上～100人未満	(307)	32.2	50.8	16.9	
	100人以上～300人未満	(602)	32.9	48.2	18.9	
	300人以上～1,000人未満	(746)	33.0	49.9	17.2	
	1,000人以上	(2042)	31.2	50.9	17.9	
勤務先の事業場（本社や営業所など）の従業員数	30人未満	(1044)	30.5	52.5	17.0	
	30人以上～50人未満	(454)	36.1	50.7	13.2	
	50人以上～100人未満	(558)	27.6	52.3	20.1	
	100人以上～300人未満	(805)	32.9	50.1	17.0	
	300人以上～1,000人未満	(643)	34.4	46.5	19.1	
	1,000人以上	(996)	31.7	51.1	17.2	
テレワークでない時の主な通勤形態	公共交通機関（バス・電車等）	(3342)	33.0	49.7	17.3	
	公共交通機関以外（徒歩、自転車、自家用車・バイク等）	(1158)	29.0	53.5	17.5	
テレワークでない時の片道の通勤時間	15分未満	(320)	27.5	57.2	15.3	
	15分～30分未満	(762)	29.3	51.3	19.4	
	30分～45分未満	(944)	31.5	51.5	17.1	
	45分～1時間未満	(1202)	33.3	49.8	16.9	
	1時間～1時間30分未満	(945)	33.5	48.6	17.9	
	1時間30分～2時間未満	(269)	36.8	50.2	13.0	
	2時間以上	(58)	24.1	48.3	27.6	
家族との同居状況	独り暮らし	(1214)	28.2	48.2	23.6	
	家族と同居	(3286)	33.4	51.6	15.0	
	家族と同居（中学生以下の子どもあり）	(1049)	34.4	50.9	14.7	
	家族と同居（中学生以下の子どもなし）	(2237)	32.9	51.9	15.2	
勤務先の会社や団体がテレワークを導入された時期	2020年1月～	(352)	29.3	54.0	16.8	
	2020年2月～（2月3日 ダイヤモンド・プリンセス号 横浜港帰港）	(298)	30.9	49.3	19.8	
	2020年3月～	(1167)	33.8	49.1	17.1	
	2020年4月～（4月7日 緊急事態宣言発令）	(2141)	32.1	50.4	17.4	
	2020年5月～（5月14日 緊急事態宣言解除開始～25日解除）	(297)	27.6	55.2	17.2	
	2020年6月～（6月2日～11日 東京アラート）	(120)	30.8	52.5	16.7	
	2020年7月～	(48)	45.8	39.6	14.6	
	2020年8月～	(23)	26.1	60.9	13.0	
	2020年9月～	(54)	25.9	57.4	16.7	
勤務先の会社や団体におけるテレワーク導入にあたっての勤怠管理や残業、業績評価等に関する事前の説明の有無	あり	(3046)	33.8	49.8	16.4	
	なし	(1454)	28.1	52.6	19.3	
勤務先の会社や団体におけるテレワーク導入にあたっての光熱費などの金銭的な補助の有無	あり	(1004)	34.0	51.1	14.9	
	なし	(3496)	31.4	50.6	18.0	
勤務先の会社や団体におけるテレワーク導入にあたってのテレワーク勤務の選択権の有無	導入当初から、自分自身でテレワークを行うかどうかを選択することができた	(2130)	33.9	52.4	13.7	
	導入当初は自分自身でテレワークを行うかどうかを選択することができなかったが、途中から選択することができるようになった	(1117)	31.8	49.5	18.7	
	導入当初から現在まで、自分自身でテレワークを行うかどうかを選択することができない	(1253)	28.7	48.8	22.4	
勤務先の会社や団体におけるオンラインイベントの開催・参加状況	開催されており、現在も継続している	(1054)	35.1	48.5	16.4	
	参加している	(607)	38.9	45.6	15.5	
	参加していない	(447)	30.0	52.3	17.7	
	過去に開催されていたが、現在は開催されていない	(637)	28.9	51.2	19.9	
	開催されていない	(2809)	31.5	51.4	17.1	

* 下線はベースがn=29以下のため参考値

* 2.0%未満は値表示なし