

ビジネスパーソン 1,000 名に聞く、夏のオフィスのエアコンに関する意識と実態調査



**上げては下げられ、下げては上げられる“エアコンバトル”
7割の女性は、“黙ってこっそり”温度を変えていた！
温度が元に戻されても、8割弱は再チャレンジ！**

「ビルを、まるごと、心地よくする。」三菱電機ビルテクノサービス株式会社では、夏のオフィスにおける空調機器（エアコンなど）に関する意識や実態を探るべく、オフィスで働く20代～60代以上のビジネスパーソン（男女）1,000名を対象に、アンケート調査を実施しました。

調査の主な結果、オフィスの72.4%は設定温度が決まっており、その内、設定温度の最多は28℃でした。全体の約過半数（48.1%）が寒いと感じており、その内、82.5%が体調不良に結びついたと回答しました。

また、“黙ってこっそり”温度変更する人は全体の過半数（62.1%）に上り、女性は“温度を上げる（61.8%）”一方で、男性は、“温度を下げる（54.7%）”傾向が見受けられました。さらに、こっそり変更したにも関わらず、元に戻される（全体73.7%）など、“上げては下げられ、下げては上げられる”といったエアコンの設定温度の変更合戦が、オフィス内で繰り広げられているようです。

■ 6割(60.5%)のオフィスが空調機の温度設定が変更可能！

オフィスの空調機の設定温度が“変更できる”と回答したのは、60.5%。その一方で27.8%は“変更できない”と回答し、“わからない”と回答したのは11.7%でした。

■ オフィスの設定温度は28℃以上が最多(3割弱)！

72.4%以上のオフィスが冷房の設定温度が決まっており、その中でも設定温度の最多は28℃（28.2%）、ついで26℃（18.4%）、27℃（16.6%）の順になりました。

■ 6割(60.0%)の女性は、オフィスが“寒い”と感じている！

オフィスの冷房設定を“寒い”と感じる女性は、60.0%。男性は、“暑い”と感じる（34.8%）よりも、“寒い”と感じる（36.2%）方が若干上回る。全体では、48.1%が“寒い”と感じていると回答。

■ 8割以上(82.5%)がオフィスの冷房で“体調不良”になった！

夏のオフィスの冷房で“体調不良に結びついた事がある”と回答した女性は、85.3%を記録。男性の場合は、77.9%が体調不良に結びついており、男女を合わせた全体で、82.5%の結果となりました。

■ 7割(70.3%)の女性が、黙ってこっそり設定温度を変更していた！

黙ってこっそり温度を変更したことがある女性は70.3%、男性は54.6%、全体では過半数（62.1%）が“こっそり温度を変えている”結果になりました。また、変更の際、女性は、“温度を上げる事が多い”（61.8%）が多く占め、男性は“下げる事が多い”（54.7%）と男女間の温度差を表す結果になりました。

■ 変更した温度が元に戻される7割(73.7%)、8割弱(78.0%)が再び希望温度に変更！

黙ってこっそり変更したにも関わらず、元の設定温度に“戻された経験がある”と回答した女性は74.5%、男性は72.7%、全体では73.7%を記録。さらに、“再度、希望の温度に変更したことがある”と回答した女性は78.9%で、男性は76.8%でほぼ同数になり、全体では78.0%の結果になりました。

調査実施概要

- ◆調査手法：インターネット調査 ◆調査機関：ジャストシステム ◆実施日時：2016年6月13日～20日
- ◆調査対象：オフィスに勤める20代から60代以上の男女各100サンプル（計1,000サンプル）

【本件に関するお問い合わせ先】

6割(60.5%)のオフィスが空調機の温度設定が変更可能！

■ Q1-1. あなたのオフィスの冷房温度の設定は、変更可能ですか？



	全体
各空調機の温度設定を変更できる	60.5% (605)
各空調機の温度設定は変更できない	27.8% (278)
わからない	11.7% (117)
合計	100% (1,000)

■ Q1-2. 冷房温度の設定は、誰によって決められることが多いですか？

長時間オフィスで勤務する社員	31.7% (192)	若手の女性社員	8.3% (50)
経営陣や部門長などの管理職	22.8% (138)	若手の男性社員	5.8% (35)
ベテランの女性社員	17.4% (105)	その他	7.4% (45)
ベテランの男性社員	14.7% (89)	わからない	16.2% (98)
外勤(外回り)の多い社員	8.8% (53)		

※Q1-1で「各空調機の温度設定を変更できる」を選んだ605人が回答(複数回答)

- 空調機の温度設定が変更できるオフィス60.5%。変更できないオフィス27.8%
- 権限者は、「長時間オフィスで勤務する社員」31.7%、「経営陣や部門長などの管理職」22.8%
- ベテラン、若手ともに男性より女性の方が冷房の設定温度の決定権がある

オフィスの設定温度は28℃以上が最多(3割弱)！

■ Q2-1. オフィスの冷房温度は決まっていますか？

■ Q2-2. オフィスの冷房温度の設定はいくつですか？

- ・オフィスの冷房温度が「明確に決まっている」26.1%、「おおまかに決まっている」46.3%。
- ・72.4%のオフィスで冷房温度が決まっており、その設定温度は26℃以上が63.1%に達する。
- ・環境省が推奨する28℃に温度設定しているオフィスが、28.2%で最多。

	全体
明確に決まっている	26.1% (261)
おおまかに決まっている	46.3% (463)
決まっている/計	72.4% (724)
決まっていない	19.5% (195)
わからない	8.1% (81)
合計	100% (1,000)

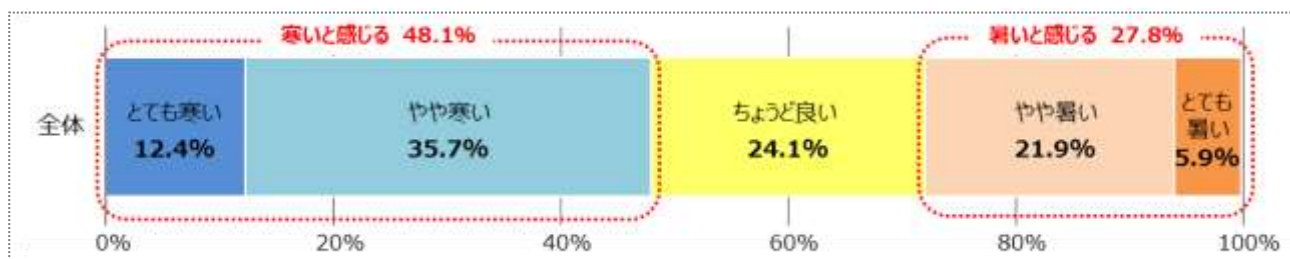
	全体
28℃	28.2% (204)
27℃	16.6% (120)
26℃	18.4% (133)
25℃	14.0% (101)
24℃	8.6% (62)
23℃以下	6.5% (47)
その他	0.4% (3)
わからない	7.5% (54)
合計	100% (724)

右グラフ/Q2-1で「明確に決まっている」「おおまかに決まっている」を選んだ724人が回答

6割(60.0%)の女性は、オフィスが“寒い”と感じている！

■ Q3. オフィスの冷房設定は、どのように感じる事が最も多いですか？

	男性	女性	全体
とても寒い(冷える)と感じる	9.0% (45)	15.8% (79)	12.4% (124)
やや寒い(冷える)と感じる	27.2% (136)	44.2% (221)	35.7% (357)
寒いと感じる・計	36.2% (181)	60.0% (300)	48.1% (481)
ちょうど良いと感じる	29.0% (145)	19.2% (96)	24.1% (241)
やや暑いと感じる	27.2% (136)	16.6% (83)	21.9% (219)
とても暑いと感じる	7.6% (38)	4.2% (21)	5.9% (59)
暑いと感じる・計	34.8% (174)	20.8% (104)	27.8% (278)
合計	100% (500)	100% (500)	100% (1,000)



- 女性は、“とても寒いと感じる”15.8%、“やや寒いと感じる”44.2%となり、合算すると60.0%！
- 男性は、“暑いと感じる”(34.8%)よりも、“寒いと感じる”(36.2%)方が、上回る！
- “ちょうどよい”との回答は、男性29.0%に対して、女性は9.8ポイント減って19.2%に止まる。

8割以上(82.5%)がオフィスの冷房で“体調不良”になった！

■ Q4. オフィスの冷房が体調不良に結びつくことがありますか？

	男性	女性	全体
よくある	25.4% (46)	29.0% (87)	27.7% (133)
たまにある	52.5% (95)	56.3% (169)	54.9% (264)
体調不良に結びつくことがある/計	77.9% (141)	85.3% (256)	82.5% (397)
あまりない	19.9% (36)	12.7% (38)	15.4% (74)
まったくない	2.2% (4)	2.0% (6)	2.1% (10)
体調不良に結びついたことはない/計	22.1% (40)	14.7% (44)	17.5% (84)
合計	100% (181)	100% (300)	100% (481)

※Q3でオフィスの冷房設定について「とても寒い」「やや寒い」を選んだ481人が回答

- 全体の82.5%が、オフィスの冷房が体調不良に結びつくことがある(Q3:寒いと回答した人)
- 男性は77.9%、女性は85.3%、男女とも高い比率。

7 割(70.3%)の女性が、黙ってこっそり設定温度を変更していた！

■ Q5-1. 夏場、黙ってこっそり設定温度を変更したことはありますか？

	男性	女性	全体
変更したことがある	54.6% (172)	70.3% (204)	62.1% (376)
変更したことがない	45.4% (143)	29.7% (86)	37.9% (229)
合計	100% (315)	100% (290)	100% (605)

※Q1-1で「各空調機の温度設定を変更できる」を選んだ605人が回答

■ Q5-2. 空調の設定温度は“上げる・下げる”どちらの場合が多いですか？

	男性	女性	全体
温度を上げることが多い	45.3% (78)	61.8% (126)	54.3% (204)
温度を下げる人が多い	54.7% (94)	38.2% (78)	45.7% (172)
合計	100% (172)	100% (204)	100% (376)

※Q5-1で夏場、こっそり設定温度を変更したことが「ある」を選んだ376人

- 「黙ってこっそり設定温度を変更したことがある」は、全体で62.1%。
- こっそり変更するのは、男性(54.6%)よりも、女性(70.3%)が大きく上回る。
- 男性(54.7%)は、こっそり温度を“下げる”一方で、女性(61.8%)は、こっそり温度を“上げている”。

変更した温度が元に戻される7割、8割弱が再び希望温度に変更！

■ Q6-1. 変更した温度が元の温度に戻されていた経験はありますか？

	男性	女性	全体
戻されていた経験がある	72.7% (125)	74.5% (152)	73.7% (277)
戻されていた経験がない	15.1% (26)	13.7% (28)	14.4% (54)
わからない	12.2% (21)	11.8% (24)	12.0% (45)
合計	100% (172)	100% (204)	100% (376)

■ Q6-2. 再度、希望温度に設定を変更し直したことがありますか？

	男性	女性	全体
再度、変更したことがある	76.8% (96)	78.9% (120)	78.0% (216)
再度、変更したことがない	23.2% (29)	21.1% (32)	22.0% (61)
合計	100% (125)	100% (152)	100% (277)

※Q6-1で変更した温度が元の温度に戻されていた経験が「ある」を選んだ277人が回答

- 黙ってこっそり設定温度を変更した後、誰かに元に戻された経験がある=73.7%(全体)
- 元に戻された温度をさらに、自分の希望温度に再設定したことがある=78.0%(全体)

男女ともにオフィスの寒さ対策 1 位はカーデガンなど羽織るものを用意！

■ Q7. 夏場の冷房による冷え対策として、どのようなことをしていますか？

	男性	女性	全体
カーデガンなど羽織るものを用意している	39.8% (72)	76.3% (229)	62.6% (301)
膝掛を利用している	17.1% (31)	61.3% (184)	44.7% (215)
温かい機能性下着などを使っている	15.5% (28)	17.0% (51)	16.4% (79)
靴下などを重ねて履いている	7.2% (13)	18.0% (54)	13.9% (67)
足元をあたためる温熱器などを使っている	9.4% (17)	11.7% (35)	10.8% (52)
オフィスでは暖かな靴に履きかえている	8.3% (15)	11.3% (34)	10.2% (49)
使い捨てカイロなどを用意している	6.1% (11)	9.0% (27)	7.9% (38)
その他	4.4% (8)	3.3% (10)	3.7% (18)
特に対策はしていない	29.8% (54)	6.0% (18)	15.0% (72)

※Q3でオフィスの冷房設定について「とても寒い」「やや寒い」を選んだ481人が回答（複数回答）

- 女性の76.3%が羽織るものを用意し、61.3%がひざ掛けを用意している。
- 男性でも39.8%の人が羽織るものを用意している。
- 冷房による冷え対策をしていない男性(29.8%)と女性(6.0%)では23.8ポイントの大差がついた。

3 割弱の人はオフィスの冷房温度の設定希望を言い出せない！

■ Q8-1. オフィスの冷房温度の上げ下げの希望を言い出せますか？

	男性	女性	全体
言い出すことができる	74.9% (236)	70.0% (203)	72.6% (439)
言い出すことができない	25.1% (79)	30.0% (87)	27.4% (166)
合計	100% (315)	100% (290)	100% (605)

■ Q8-2. 冷房温度の上げ下げの希望を言い出すことが出来ない理由は？

※Q8-1でオフィスの冷房温度の上げ下げの希望を「言い出すことができない」166人が回答（自由回答抜粋）

- ・長時間社内に居るために、温度は合わせる慣習があるから(男性・40代)
- ・暑がっている人が優先される風潮がある(女性・30代)
- ・寒がりのベテラン女性社員には逆らえないので(女性・50代)
- ・あとが怖い…(^_^;) (男性・60代)
- ・電気代の事を言われるので、社長に言い出しにくい(女性・40代)
- ・自分勝手と思われたくない(男・30代)

- 男性(25.1%)より女性(30.0%)の方が冷房温度の変更を言い出すことができない。
- 他者への配慮から冷房温度の変更を言い出さない人がいる一方、社内の雰囲気は言い出せない状況をつくりだしているようです。

【終わりに】

本調査から「オフィス内のエアコン」における様々な実態(“体調不良に繋がる”“設定温度の上げ下げ”など)が浮き彫りになりました。特に、頻繁な“設定温度の上げ下げ”は、省エネの観点からお勧めは出来ません。頻繁に設定温度を変更することで、エアコンに余計な負荷がかかってしまい、さらに電力を消費してしまいます。

夏に設定温度を下げなくても、扇風機やサーキュレーターなどを使い、室内に気流をすることで、温度のムラを解消するとともに、体感温度も下げることができ、なおかつ、省エネ効果も期待が出来ます。

【会社概要】

- 社名：三菱電機ビルテクノサービス株式会社
- 設立：昭和29年3月29日
- 資本金：50億円
- 売上高：3,198億円（2015年度）
- 代表：取締役社長 吉川 正巳
- 社員数：9,234名（2016年4月1日現在）
- 本社：東京都荒川区荒川7-19-1
- 事業所数：約280箇所（2016年4月1日現在）
- 事業内容：トータルビルシステム事業（昇降機、空調冷暖機器等ビル設備等の販売、据付、保守、故障修理、改修工事、遠隔監視・制御。ビル診断・コンサルティングやリニューアルなど）

【本件に関するお問い合わせ先】