

ビジネスパーソン 1,000 名に聞く、夏のオフィス環境に関する意識と実態調査

～クールビズ 28℃は“エアコンの設定温度”ではなく“室内温度”～ 7割以上がクールビズを勘違いしていた！

「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クールビズや空調機器(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(70 代を含む)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。

主な調査結果として、7 割以上(75.5%)の職場がクールビズやスーパークールビズを実施している一方で、環境省が推奨するクールビズが『衣服を軽装にして、室内温度(冷房時)を 28℃に調整すること』であると、正しく理解している人は 23.8%でした。

クールビズを勘違いしている人の多くが、衣服を軽装にしたうえで『エアコンの設定温度を 28℃で設定』(38.2%)、『エアコンの設定温度を 25℃～28℃の間で設定』(25.4%)と回答。6 割以上がクールビズは“室内温度”ではなく“エアコンの設定温度”と誤解しているようです。さらに、エアコンの設定温度を 28℃にしているオフィスは約 20%を占め、その過半数が暑いと感じている結果となりました。

オフィスのエアコンの設定温度(冷房時)は 26℃が最多(24.8%)！

2P

オフィスのエアコンの設定温度(冷房時)は 26℃が最も多く(24.8%)、次いで 28℃(19.9%)、27℃(19.3%)、25℃(16.3%)の順となりました。

28℃設定のオフィスでは、全体の過半数(51.8%)が暑いと感じている！

2P

男性の約 6 割(58.7%)、女性の約 4 割(39.7%)は、エアコンの設定温度(冷房時)が 28℃では“暑い”と感じており、男女合計すると全体の過半数(51.8%)が暑いと感じている結果となりました。また、「ちょうど良い」と回答した中で最も多いエアコンの設定温度は、男女ともに「26℃」でした。

女性の約 8 割(79.5%)は、オフィスの冷房で体調不良になったことがある！

4P

夏のオフィスが寒いと感じている人の中で、女性の 79.5%、男性でも 70.8%の人がオフィスの冷房が“体調不良に結びつくことがある”と回答しました。

6 割以上(63.9%)が、空調の設定温度を“黙ってこっそり”変更していた！

5P

黙ってこっそり空調の設定温度を変更したことがある女性は 67.8%、男性では 60.0%、全体で 63.9%となりました。また、設定温度を変更する際、女性の 60.2%は“温度を上げる”、男性の 66.7%は“温度を下げる”結果となりました。

7 割以上(75.5%)の職場がクールビズ・スーパークールビズを実施！

6P

クールビズを実施している職場は 64.6%、スーパークールビズは、10.9%で合計 75.5%。ノーネクタイ・ノージャケットは一般化しつつありますが、ポロシャツ・チノパンなどの軽装には壁が高いようです。

環境省が推奨するクールビズを正しく理解しているのは 23.8%！

7P

環境省の推奨するクールビズは『衣服を軽装にして、室内温度(冷房時)を 28℃にすること』であると正しく理解していた人は 23.8%でした。多くがエアコンの設定温度と室内温度を間違えている結果となりました。

調査実施概要

- ◆調査手法：WEB 調査 ◆調査機関：ジャストシステム ◆実施日時：2017年6月30日～7月16日
- ◆調査対象：オフィス勤務者で、空調の設定温度を変更できる人
- ◆対象内訳：20代から60代(70代を含む)の男女各100サンプル(合計1,000サンプル)

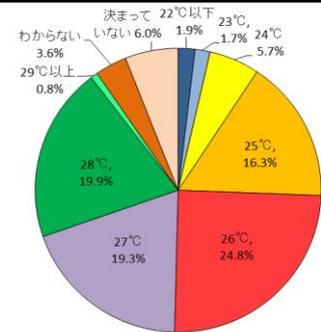
【本件に関するお問い合わせ先】 三菱電機ビルテクノサービス(株) 広報室：開発、内田
Tel：03-5810-5280 FAX：03-5810-5277 Mail：a_meltec-kouhou@meltec.co.jp

オフィスのエアコンの設定温度（冷房時）は 26℃が最多（24.8%）！

■Q1. 夏場、あなたが勤めるオフィスの冷房の設定温度は、通常何℃に設定していますか？

22℃以下	1.9% (19)
23℃	1.7% (17)
24℃	5.7% (57)
25℃	16.3% (163)
26℃	24.8% (248)

27℃	19.3% (193)
28℃	19.9% (199)
29℃以上	0.8% (8)
わからない	3.6% (36)
決まっていない	6.0% (60)
合計	100% (1000)

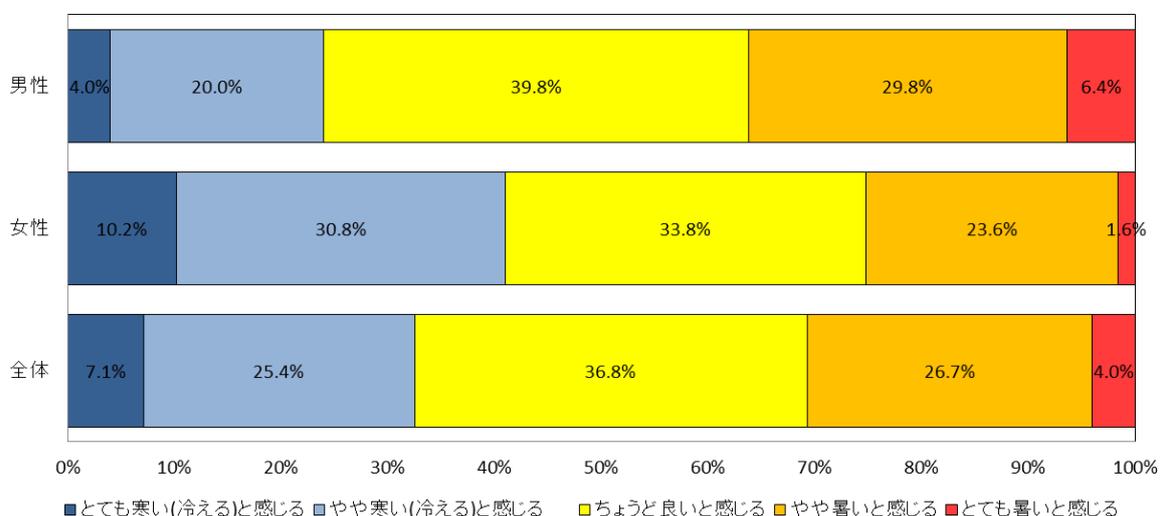


- オフィスのエアコンの設定温度（冷房時）で最も高い割合は“26℃”の 24.8%でした。
- 25℃～28℃が全体の 8 割以上（80.3%）を占めています。

28℃設定のオフィスは、全体の過半数（51.8%）が暑いと感じている！

■Q2. 夏場、あなたが勤めるオフィスの冷房の設定温度は、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	4.0% (20)	10.2% (51)	7.1% (71)
やや寒い(冷える)と感じる	20.0% (100)	30.8% (154)	25.4% (254)
寒い(冷える)と感じる/合計	24.0% (120)	41.0% (205)	32.5% (325)
ちょうど良いと感じる	39.8% (199)	33.8% (169)	36.8% (368)
やや暑いと感じる	29.8% (149)	23.6% (118)	26.7% (267)
とても暑いと感じる	6.4% (32)	1.6% (8)	4.0% (40)
暑いと感じる/合計	36.2% (181)	25.2% (126)	30.7% (307)
合計	100% (500)	100% (500)	100% (1000)



■クロス集計表

Q1. 夏場、あなたが勤めるオフィスの冷房の設定温度は、通常何℃に設定していますか？

Q2. 夏場、あなたが勤めるオフィスの冷房の設定温度は、どのように感じる事が最も多いですか？

Q2. 夏場、あなたが勤めるオフィスの冷房の設定温度は、どのように感じる事が最も多いですか？

				とても寒い(冷える)と感じる	やや寒い(冷える)と感じる	ちょうど良いと感じる	やや暑いと感じる	とても暑いと感じる
男性 50.0% (500)	Q1. 夏場、あなたが勤めるオフィスの冷房の設定温度は、通常何℃に設定していますか？	22℃以下	1.6% (8)	25% (2)	25% (2)	12.5% (1)	0.0% (0)	37.5% (3)
		23℃	1.2% (6)	0.0% (0)	33.3% (2)	50.0% (3)	16.7% (1)	0.0% (0)
		24℃	5.6% (28)	14.3% (4)	25.0% (7)	50.0% (14)	10.7% (3)	0.0% (0)
		25℃	13.4% (67)	3.0% (2)	20.9% (14)	53.7% (36)	16.4% (11)	6.0% (4)
		26℃	25.0% (125)	3.2% (4)	26.4% (33)	36.8% (46)	31.2% (39)	2.4% (3)
		27℃	19.2% (96)	0.0% (0)	19.8% (19)	43.8% (42)	34.4% (33)	2.1% (2)
		28℃	25.2% (126)	4.8% (6)	9.5% (12)	27.0% (34)	44.4% (56)	14.3% (18)
		29℃以上	0.6% (3)	66.7% (2)	0.0% (0)	33.3% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)
		わからない	3.4% (17)	0.0% (0)	29.4% (5)	58.8% (10)	5.9% (1)	5.9% (1)
		決まっていない	4.8% (24)	0.0% (0)	25.0% (6)	50.0% (12)	20.8% (5)	4.2% (1)
		男性合計	100% (500)	4.0% (20)	20% (100)	39.8% (199)	29.8% (149)	6.4% (32)
女性 50.0% (500)	Q1. 夏場、あなたが勤めるオフィスの冷房の設定温度は、通常何℃に設定していますか？	22℃以下	2.2% (11)	72.7% (8)	18.2% (2)	0.0% (0)	9.1% (1)	0.0% (0)
		23℃	2.2% (11)	36.4% (4)	45.5% (5)	9.1% (1)	9.1% (1)	0.0% (0)
		24℃	5.8% (29)	10.3% (3)	24.1% (7)	44.8% (13)	17.2% (5)	3.4% (1)
		25℃	19.2% (96)	9.4% (9)	32.3% (31)	30.2% (29)	26.0% (25)	2.1% (2)
		26℃	24.6% (123)	5.7% (7)	38.2% (47)	35.8% (44)	19.5% (24)	0.8% (1)
		27℃	19.4% (97)	10.3% (10)	29.9% (29)	36.1% (35)	23.7% (23)	0.0% (0)
		28℃	14.6% (73)	4.1% (3)	16.4% (12)	39.7% (29)	35.6% (26)	4.1% (3)
		29℃以上	1.0% (5)	0.0% (0)	0.0% (0)	80.0% (4)	20.0% (1)	0.0% (0)
		わからない	3.8% (19)	5.3% (1)	52.6% (10)	5.3% (1)	31.6% (6)	5.3% (1)
		決まっていない	7.2% (36)	16.7% (6)	30.6% (11)	36.1% (13)	16.7% (6)	0.0% (0)
		女性合計	100% (500)	10.2% (51)	30.8% (154)	33.8% (169)	23.6% (118)	1.6% (8)
合計		100% (1000)	7.1% (71)	25.4% (254)	36.8% (368)	26.7% (267)	4.0% (40)	
オフィスの冷房の設定温度 28℃	合計	100% (199)	4.5% (9)	12.1% (24)	31.7% (63)	41.2% (82)	10.6% (21)	

●オフィスが“寒い”と感じている男性は 24.0%、女性は 41.0%でした。

●オフィスが“暑い”と感じている男性は 36.2%、女性は 25.2%でした。

●冷房の設定温度の感じ方で、最も高い割合は男性“ちょうど良い”39.8%、女性“寒い” 41.0%。

●「ちょうど良い」と回答した中で最も多い冷房の設定温度は、男女ともに「26℃」。

●男性の約 6 割 (58.7%) と、女性の約 4 割 (39.7%) は、冷房の設定温度が 28℃では“暑い (やや暑い、とても暑いを含む)”と感じている。男女合計すると全体の過半数 (51.8%) が暑いと感じている。

女性の約 8 割 (79.5%) は、オフィスの冷房で体調不良になった！

■Q3. 夏場、あなたが勤める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？ n=325

	男性	女性	全体
よくある	20.8% (25)	25.9% (53)	24.0% (78)
たまにある	50.0% (60)	53.7% (110)	52.3% (170)
体調不良に結びついたことがある/合計	70.8% (85)	79.5% (163)	76.3% (248)
あまりない	25.8% (31)	18.5% (38)	21.2% (69)
まったくない	3.3% (4)	2.0% (4)	2.5% (8)
体調不良に結びついたことはない/合計	29.2% (35)	20.5% (42)	23.7% (77)
合計	100% (120)	100% (205)	100% (325)

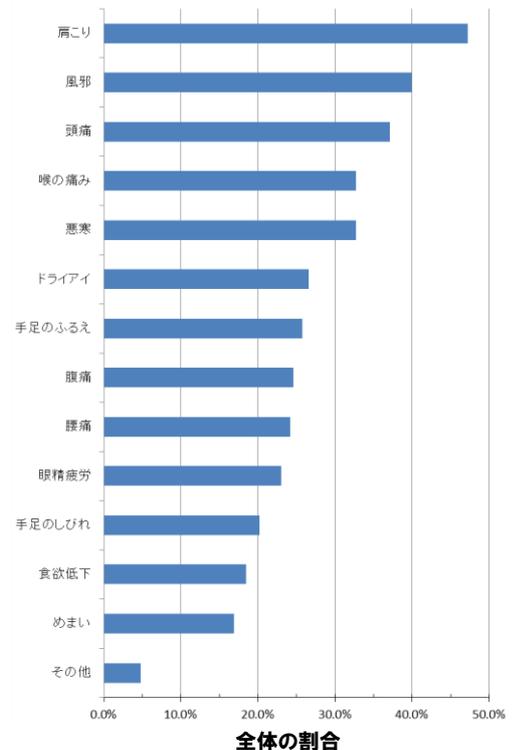
※Q2 でオフィスの冷房の設定温度が「とても寒い」「寒い」を選んだ男性 120 人、女性 205 人、合計 325 人が回答

- 全体の 76.3% が、オフィスの冷房が体調不良に結びつくことがある。(Q2 で寒いと回答した人)
- 男性は 70.8%、女性は 79.5% で、ともに 7 割を超える結果となりました。

冷房のせいで男性は「風邪」、女性は「肩こり」の症状を感じている！

■Q4. どのような体調不良になりましたか？ (複数回答) n=248

	男性	女性	全体
肩こり	42.4% (36)	49.7% (81)	47.2% (117)
風邪	45.9% (39)	36.8% (60)	39.9% (99)
頭痛	41.2% (35)	35.0% (57)	37.1% (92)
喉の痛み	34.1% (29)	31.9% (52)	32.7% (81)
悪寒	38.8% (33)	29.4% (48)	32.7% (81)
ドライアイ	30.6% (26)	24.5% (40)	26.6% (66)
手足のふるえ	29.4% (25)	23.9% (39)	25.8% (64)
腹痛	25.9% (22)	23.9% (39)	24.6% (61)
腰痛	25.9% (22)	23.3% (38)	24.2% (60)
眼精疲労	23.5% (20)	22.7% (37)	23.0% (57)
手足のしびれ	21.2% (18)	19.6% (32)	20.2% (50)
食欲低下	24.7% (21)	15.3% (25)	18.5% (46)
めまい	18.8% (16)	16.0% (26)	16.9% (42)
その他	7.1% (6)	3.7% (6)	4.8% (12)



※Q3 で夏場、あなたが勤めるオフィスの冷房が体調不良に結びつくことが「よくある」「たまにある」を選んだ男性 85 人、女性 163 人、合計 248 人が回答

- オフィスが寒いことにより、男性は風邪 (45.9%)、女性は肩こり (49.7%) を感じる人が多いようです。
- その他の回答として、だるさや関節の痛みという回答がありました。

オフィス内の1番の不満は、室内温度のムラ (44.6%) !

■Q5. 夏場のオフィス内で最も長く過ごされる場所 (自席など) の環境について、不満なことで当てはまるものをお選びください。(複数回答) n=1000

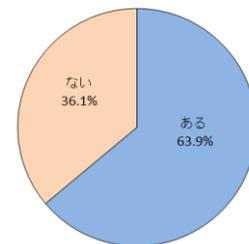
	男性	女性	全体
オフィスの中で暑い場所と寒い場所がある (室内温度にムラがある)	41.4% (207)	47.8% (239)	44.6% (446)
空気の乾燥	21.2% (106)	31.0% (155)	26.1% (261)
OA機器 (コピー機、パソコン、TVなど) の排熱	23.4% (117)	22.6% (113)	23.0% (230)
エアコンの風が直接当たり寒い	20.6% (103)	24.8% (124)	22.7% (227)
顔のあたりと足元とで温度が違う	14.6% (73)	27.0% (135)	20.8% (208)
日差しが当たり、暑い	24.0% (120)	15.6% (78)	19.8% (198)
エアコンの性能が悪く、オフィス全体のエアコンの効きが悪い	17.6% (88)	13.4% (67)	15.5% (155)
構造上、社内の他の場所よりエアコンの効きが悪い	14.0% (70)	13.2% (66)	13.6% (136)
その他	1.6% (8)	1.0% (5)	1.3% (13)
不満はない	17.2% (86)	10.6% (53)	13.9% (139)

- 男女ともに、“オフィスの中で暑い場所と寒い場所がある”事が最も不満 (男性 41.4%、女性 47.8%)
- 次いで、男性は“日差しが当たり、暑い” (24.0%)、女性は“空気の乾燥” (31.0%) が不満。

6割以上 (63.9%) が、空調の設定温度を“黙ってこっそり”変更している!

■Q6-1. 夏場、黙ってこっそり空調の設定温度を変更したことはありますか?

	男性	女性	全体
ある	60.0% (300)	67.8% (339)	63.9% (639)
ない	40.0% (200)	32.2% (161)	36.1% (361)
合計	100% (500)	100% (500)	100% (1000)



■Q6-2. 空調の設定温度は上げる場合と下げる場合どちらが多いですか?

	男性	女性	全体
温度を上げることが多い	33.3% (100)	60.2% (204)	47.6% (304)
温度を下げる人が多い	66.7% (200)	39.8% (135)	52.4% (335)
合計	100% (300)	100% (339)	100% (639)

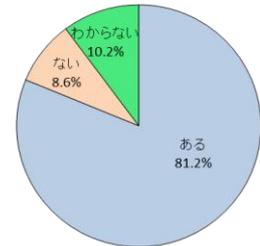
※Q6-1で夏場、黙ってこっそり空調の設定温度を変更したことが「ある」を選んだ男性 300人、女性 339人、合計 639人が回答

- 空調の設定温度を黙ってこっそり変更したことが“ある”63.9%、“ない”36.1%。
- 設定温度を変更する場合、男性は“温度を下げる” (66.7%) 一方、女性は“温度を上げる” (60.2%)。

約 7 割が、設定温度を元に戻した人の目星がついてる！

■Q7-1. 変更したはずの温度が元の設定温度に戻されていた経験はありますか？

	男性	女性	全体
ある	85.3% (256)	77.6% (263)	81.2% (519)
ない	7.0% (21)	10.0% (34)	8.6% (55)
わからない	7.7% (23)	12.4% (42)	10.2% (65)
合計	100% (300)	100% (339)	100% (639)



全体の割合

※Q6-1 で夏場、黙ってこっそり空調の設定温度を変更したことが「ある」を選んだ男性 300 人、女性 339 人、合計 639 人が回答

■Q7-2. 自分が変更した設定温度を元に戻したと思われる人の目星はついてますか？

	男性	女性	全体
目星がついている	64.5% (165)	74.9% (197)	69.7% (362)
目星がついていない	17.6% (45)	13.3% (35)	15.4% (80)
わからない	18.0% (46)	11.8% (31)	14.8% (77)
合計	100% (256)	100% (263)	100% (519)

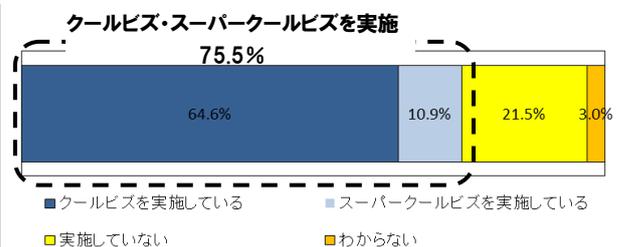
※Q7-1 で変更したはずの温度が元の設定温度に戻されていた経験が「ある」を選んだ男性 256 人、女性 263 人、合計 519 人が回答

- 設定温度を変更した後、誰かに元に戻された経験がある 81.2%。(Q6-1 であると回答した人)
- 約 7 割 (69.7%) は、設定温度を元に戻した人の目星がついているようです。

7 割以上 (75.5%) の職場がクールビズ・スーパークールビズを実施！

■Q8. あなたの職場ではクールビズ、またはスーパークールビズを実施していますか？

	全体
クールビズを実施している	64.6% (646)
スーパークールビズを実施している	10.9% (109)
クールビズ・スーパークールビズを実施している/合計	75.5% (755)
実施していない	21.5% (215)
わからない	3.0% (30)
合計	100% (1000)



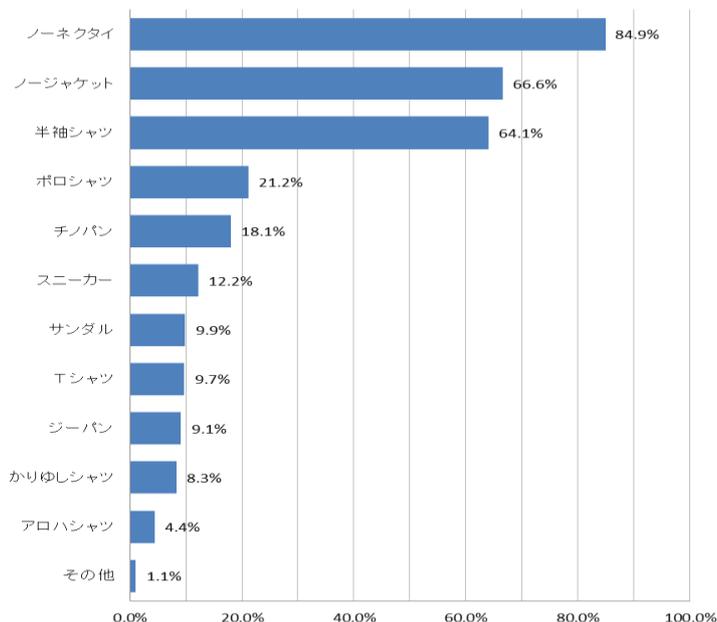
※クールビズ(衣服を軽装にして、室内温度(冷房時)を 28℃になるように調整すること)、スーパークールビズ(クールビズよりもさらに軽装(ポロシャツ、チノパン、スニーカー等)にするなど)の定義を提示した上で質問

- “クールビズを実施している”は 64.6%で、過半数でした。
- “スーパークールビズを実施している”を合わせると 75.5%で、8 割近くになります。

8割がノーネクタイOK！しかしポロシャツ、チノパン、スニーカーの壁は高い

■Q9. あなたの職場ではどのようなクールビズまたはスーパークールビズを実施していますか。以下の中からお選びください。(複数回答)

	全体
ノーネクタイ	84.9% (641)
ノージャケット	66.6% (503)
半袖シャツ	64.1% (484)
ポロシャツ	21.2% (160)
チノパン	18.1% (137)
スニーカー	12.2% (92)
サンダル	9.9% (75)
Tシャツ	9.7% (73)
ジーパン	9.1% (69)
かりゆしシャツ	8.3% (63)
アロハシャツ	4.4% (33)
その他	1.1% (8)



※Q8で「クールビズを実施している」「スーパークールビズを実施している」を選んだ755人が回答

- クールビズの取り組みとして“ノーネクタイ”が最多(84.9%)となりました。
- ポロシャツ、チノパン、スニーカー、Tシャツなどのスーパークールビズの壁はまだ高いようです。

環境省が推奨するクールビズを正しく理解しているのは23.8%！

■Q10. 環境省が推奨する夏場の軽装や取組を促すライフスタイル「クールビズ」として正しいと思っていたものを一つお選びください。

	全体
衣服を軽装にして、エアコン(冷房時)の設定温度を28℃に設定すること	38.2% (382)
衣服を軽装にして、エアコン(冷房時)の設定温度を25℃～28℃の間で設定すること	25.4% (254)
衣服を軽装にして、室内温度(冷房時)を28℃になるように調整すること	23.8% (238)
衣服を軽装にして、夏の間はエアコン(冷房時)の設定温度を変更しないようにすること	6.9% (69)
その他	0.3% (3)
わからない	5.4% (54)
合計	100% (1000)

※環境省が推奨する「クールビズ」は、「冷房時の室温を28℃で快適に過ごせる軽装や取組を促すもの」であるということを提示した上で質問

※「衣服を軽装にして、室内温度(冷房時)を28℃になるように調整すること」が正しい選択

- クールビズについて、環境省の推奨するものを正しく理解している人は23.8%でした。
- 環境省が推奨するクールビズを誤認、またはわからないと回答した人は76.2%になります。

室内の温度ムラや気流循環の対策などが今後の課題！

- Q11. あなたが働いているオフィス内で実施されている「省エネや快適な室内環境」に繋がる取り組みを以下の中からお選び下さい。(複数回答) n=1000

	全体
ブラインドを設置し、日射を防いでいる	46.6% (466)
使用していないパソコン、OA機器はなるべくスリープ状態にする	31.6% (316)
扇風機やサーキュレーターを使って、気流を作り循環させている	31.4% (314)
昼休みはオフィス内の照明を OFF にする	31.4% (314)
エアコンの吹き出し口にファンをつけて、気流を循環させている。	15.2% (152)
遮熱シートを窓に張り、室内が暖まるのを防いでいる	10.7% (107)
職場のレイアウトを工夫して温度ムラを少なくなるようにしている	13.1% (131)
その他	0.5% (5)
実施していない	4.6% (46)

- 最も実施されている取り組みは“ブラインドを設置し、日射を防いでいる”46.6%。
- 温度ムラや気流循環の対策がまだまだ取り組まれていない(扇風機やサーキュレーター／31.4%、エアコンの吹き出し口にファン 15.2%、職場レイアウトの工夫 13.1%)

【終わりに】

今回の調査によって、多くの企業がクールビズに取り組んでいる一方で、環境省が推奨するクールビズは“エアコンの設定温度 28℃”と勘違いしている人が多いことが明らかになりました。また、設定温度が28℃では、“暑い”という意見が過半数を占め、オフィス内の室内温度のムラをはじめ室内環境に対して様々な不満がありながらも、改善する取り組みがまだまだ進んでいないようです。

エアコンの設定温度は、冷房時の外気温、オフィスレイアウト(OA 機器や人の数)や日射・気流など建物内の状況、空調機器の能力などの影響により、設定温度を 28℃にしても、室内が必ずしも均一に28℃になるとは限らないため、職場環境や個々の体調に応じて無理のない範囲内で快適な室内環境を作ってもらう意識作りが大切です。

衣服の軽装をベースに、オフィス内のレイアウトを工夫しながら、ブラインドの設置や LED 電球への交換、扇風機・サーキュレーター・ファンなどの併用、エアコンのドライ運転の利用などちょっとした対策を行うことで、室内環境の不満の解消や省エネ効果も期待できます。

【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：3,252 億円(2016 年度)
- 代 表：取締役社長 吉川 正巳
- 社 員 数：9,496 名(2017 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(2017 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、空調冷熱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)