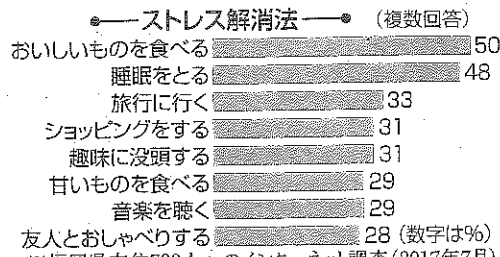


**ストレス解消は「食事」「睡眠」**



福岡県在住の20歳以上の男女にストレスの解消法(複数回答)を聞いたところ、トップは「おいしいものを食べる」、次いで「睡眠をとる」だった。

1位と2位はそれぞれほぼ半数を占めており、3位以下との間に大きな差がある。比較的实现しやすいと思われる食欲と睡眠

欲が上位だったことは、基本的な欲求を満たせていない現代社会の状況を表していると考えられる。

3位以下では「旅行」「ショッピング」「趣味」など、費用が必要な項目が目立った。

市場調査会社シーコムまとめ、随時掲載