

新型コロナウイルス感染症に係るメンタルヘルスに関する調査 概要・結果①

調査概要

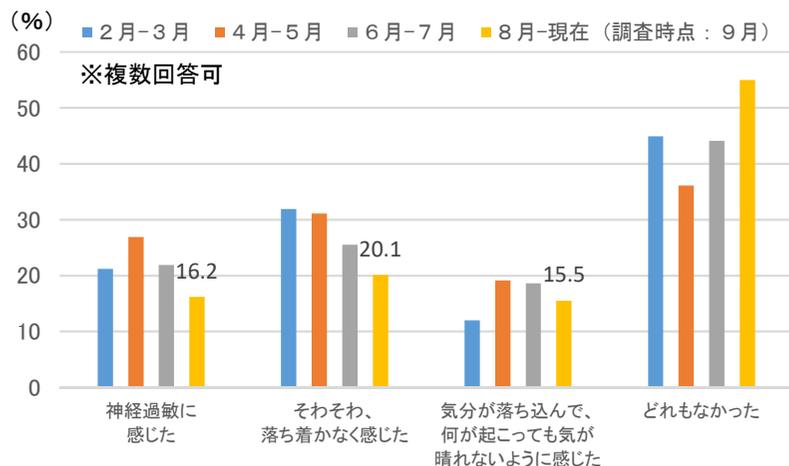
新型コロナウイルス感染症の拡大及びこれに伴う行動制限等の対策により、感染に対する不安や行動変容に伴うストレスなど、国民の心理面に多大な影響が生じている可能性があることから、こうした心理面への影響を把握することを目的に実施。得られた結果は、精神保健福祉センター等における相談対応等の実務や今後の施策に活かしていく。

- ◆調査期間：令和2年9月11日(金)～9月14日(月)
- ◆調査対象：一般の方々(15歳以上)

- ◆調査方法：インターネットによる調査
- ◆回収サンプル：10,981件

主な調査結果 ①

1. いずれの時期も、半数程度の方が何らかの不安等を感じていた(4月～5月では6割)。



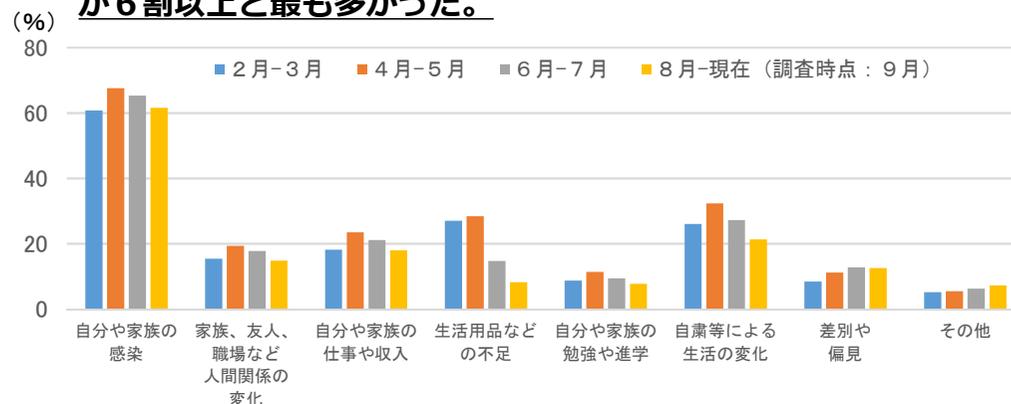
【何らかの不安等を感じた人の割合(時期別)】

2月～3月	4月～5月	6月～7月	8月～現在
55.1%	63.9%	55.9%	45.0%

【性別年代別の特徴】

30歳～49歳の女性は、特に2月～3月及び4月～5月に、「そわそわ、落ち着かなく感じた」人の割合が比較的高かった。

2. 不安の対象としては、いずれの時期も「自分や家族の感染への不安」が6割以上と最も多かった。



【不安の対象(上位3つ)】

時期	1位	2位	3位
2月～3月	自分や家族の感染	生活用品などの不足	自粛等による生活の変化
4月～5月	自分や家族の感染	自粛等による生活の変化	生活用品などの不足
6月～7月	自分や家族の感染	自粛等による生活の変化	自分や家族の仕事や収入
8月～現在	自分や家族の感染	自粛等による生活の変化	自分や家族の仕事や収入

【性別年代別の特徴】

30歳～49歳男性や20歳～49歳女性では、「自分や家族の仕事や収入に関する不安」の割合が高かった。

【産業別の特徴】

「宿泊業、飲食サービス業」「生活関連サービス業、娯楽業」の人は、すべての時期で「自分や家族の仕事や収入に関する不安」の割合が高かった。

新型コロナウイルス感染症に係るメンタルヘルスに関する調査 概要・結果②

主な調査結果 ②

3. 困ったこと・ストレスに感じたこと

- (1) 感染や感染症の情報に関すること
 - …自分や家族が感染するかもしれないこと(75.5%) など
- (2) 生活に関すること
 - …医療用品・衛生用品(マスクなど)が入手困難なこと(57.6%)
 - 旅行やレジャーができないこと(50.4%) など
- (3) 医療・福祉、仕事に関すること
 - …医療機関を受診しづらいなど医療サービスを受けづらくなったこと(43.1%) など
- (4) 家族などに関すること
 - …家族・親戚・友人などに会えないこと(47.9%) など

【産業別の特徴】

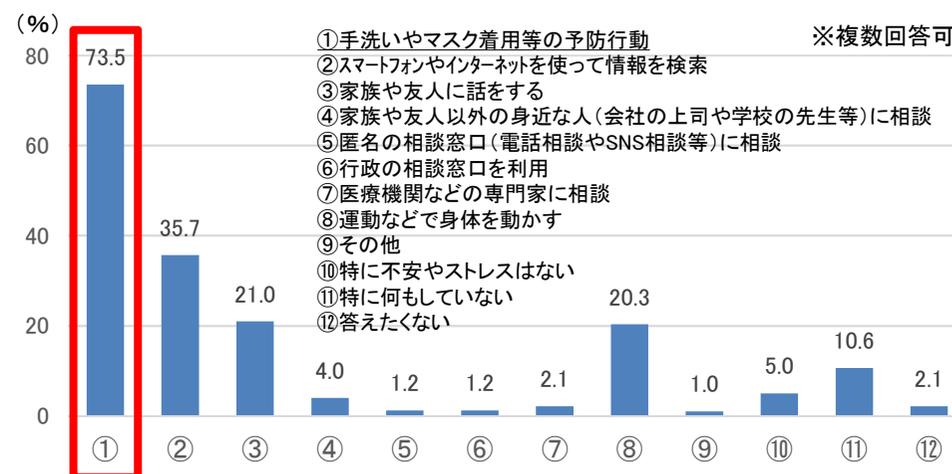
- ◆「宿泊業、飲食サービス業」「生活関連サービス業、娯楽業」では、仕事の先行きや世帯の経済面に関することが多かった。
- ◆「医療、福祉」では、感染に関することが多かった。

4. 日常生活における変化としては、運動量は減少し、ゲーム時間が増加。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大前と比べて、

- ◆ 睡眠時間、飲酒量について、増加した人と減少した人はほぼ同程度。
- ◆ 運動量は、約4割の人が「減少した」と回答。
- ◆ ゲームをする時間は、約2割の人が「増加した」と回答。

5. 不安やストレスの解消方法は、手洗いやマスク着用等の予防行動が最も多かった。



これらの解消方法を行った人の約半数が、不安やストレスをうまく発散・解消できていると回答。

