

厚生労働科学研究費補助金
女性の健康の包括的支援政策研究事業

保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究

(H30-女性-一般-002)

令和2年度 総括・分担研究報告書

研究代表者 荒田 尚子

令和 3 (2021) 年 5 月

目 次

I. 総括研究報告書

保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援に関する研究

荒田 尚子 ----- 1

II. 分担研究報告

1. 保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援に関する研究

荒田 尚子・高松 潔・片井みゆき・小宮ひろみ・井ノ口美香子・辻 真弓・
村嶋 幸代・西岡 笑子----- 8

2. 日本版プレコンセプションケア ポリシーブリーフの作成

前田 恵理・荒田 尚子----- 40

3. 新型コロナウイルス感染症流行が生活習慣や健康に及ぼす影響の実態把握に向
けた研究－女性への健康支援の観点から－

山本 精一郎・山上 須賀・武藤 香織----- 52

III. 研究成果の刊行に関する一覧表

-----127

令和 2 年度厚生労働科学研究費補助金
(女性の健康の包括的支援政策研究事業)
総括研究報告書

保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究

研究代表者 荒田 尚子

国立成育医療研究センター周産期・母性診療センター母性内科 診療部長

研究要旨

本研究では、生涯を通じた女性の健康の保持増進を図れるような環境整備を進めるために、すでに各分野で実施されている女性の健康支援の取組を調査・分析し、リプロダクティブ・ヘルス/ライツの視点等を重視しつつ、女性がその健康状態に応じて的確に自己管理を行うことができるようになるための健康教育、相談体制を確立することを目的としている。

令和元年度に作成した、UNESCO 作成の指針である「International technical guidance on sexuality education 2018」、および「プレコンセプションケア」の国際標準の基本的な理念や方針に基づき、日本の現状に合わせた小児・思春期から 40 歳以降までのライフステージの女性を教育・支援するための教育プログラムを開発し、5～8 歳(レベル1)および 18 歳以降のテキスト、動画、指導案などを開発した。その一部を実証することで、開発したテキストブック(支援者向け、対象者向け)、動画等を、健康教育の教材として、また個人のヘルスリテラシー向上のために広く活用可能と考えられた。また、令和元年 10 月に国立成育医療研究センタープレコンセプションケアセンターと共催した『プレコンセプションケアを考える会』の議論、文献レビュー、および同研究班内での議論を踏まえて日本版プレコンセプションケアのポリシーブリーフを作成した。さらに、20 歳～79 歳以下のネットリサーチ会社に登録しているモニター男女に対し 2021 年 3 月に実施した。約 8 万人の対象者から 10000 人に対してと調査回収を行い、コロナ拡大後に体の健康状態が悪くなかったと答えなかった人に見られた特徴は、コロナにより生活や働き方に変化がない、もしくは変化に対し特に何も感じなかった、ことであり、反対に、コロナ拡大後に体の健康状態が悪くなったと答えた人に見られた特徴は、生活や働き方に変化があった、もしくは変化に対し悪いと感じていることだった。コロナ拡大後に心の健康状態が悪くなったと答えなかった人、悪くなったと答えた人に見られた特徴も、概ね、同様の傾向であった。新型コロナウイルス感染症拡大により、短期的な心身の健康状態の悪化を自覚している属性を把握できた。

研究分担者 高松 潔 東京歯科大学市川総合病院産婦人科 教授

研究分担者 辻 真弓 産業医科大学医学部衛生学講座 教授

研究分担者 片井 みゆき 東京女子医科大学病院 准教授

研究分担者 小宮 ひろみ 福島県立医科大学附属病院性差医療センター 教授

研究分担者 西岡 笑子 防衛医科大学校医学教育部看護学科母性看護学講座 教授

研究分担者 井ノ口 美香子 慶應義塾大学保健管理センター 准教授

研究分担者 前田 恵理 秋田大学大学院医学系研究科衛生学・公衆衛生学講座 准教授

研究分担者 山本 精一郎 国立がん研究センター対策情報センター特任研究部長

研究分担者 山上 須賀 国立がん研究センターがん対策情報センター 特任研究員

研究協力者 本田由佳 国立成育医療研究センター周産期・母性診療センター 母性内科研究員

研究協力者 渡邊尚子 明治安田生命東京診療所所長

研究協力者 中村雅子 帝京大学 教職研究科 准教授

研究協力者 猪狩和子 豊島区学校保健会 会長 医師

研究協力者 佐々木掌子 明治大学文学部心理社会学科臨床心理学専攻 准教授

研究協力者 吉川陽大 桐朋女子中学校・高等学校保健体育科 教員

研究協力者 武藤 香織 東京大学医科学研究所 教授

A. 研究目的

女性の健康は、生涯を通じて身体的・精神的に

女性ホルモンの動態の影響を受ける。月経に伴う心身の不調、子宮や乳房のがん、更年期障害などといった女性特有の疾患、自己免疫疾患などの性差のある疾患、妊娠・出産といったリプロダクティブ・ヘルス / ライツなどの視点を考慮した健康支援をできる人材育成やその組織、仕組みの構築は十分に行われていない。さらに、わが国における女性の健康支援は、団体ごと、診療専門科ごと、職域ごとに疾病治療やスクリーニングを中心に縦割りに展開されていることから、これらの組織をシームレスに繋ぎ、隙間を補充していくことが重要となる。すなわち、月経関連疾患、閉経、加齢により損なわれる女性の健康を把握した上で、これらへのリスク要因をできるだけ早い時期から横断的・予防医学的に教育・支援すること、若い世代の女性にプレコンセプションケア(妊娠や次の世代の健康を考慮したヘルスケア)の概念を浸透させることが重要な課題である。

本研究では、生涯を通じた女性の健康の保持増進を図れるような環境整備を進めるために、すでに各分野で実施されている女性の健康支援の取組を調査・分析し、女性が健康状態に応じた的確に自己管理を行うことができるようになるための健康教育、相談体制を確立することが目的である。

令和2年度においては、令和元年度までに作成した包括的女性の健康支援教育プログラムおよびテキスト、支援体制のガイドラインを完成させ、それらの実践・検証を行うことを目的とした。また、わが国の実情に合ったプレコンセプションケアを普及させるために、令和元年度の議論と文献検索をもとに、ポリシーブリーフ案を作成した。

また、新型コロナウイルス感染症拡大により、短期的な心身の健康状態の悪化を自覚してい

る属性を把握し、就労形態や経済状況、働き方などが、短期的な心身の健康状態悪化に与える影響を明らかにすることを目的とした。

B. 研究方法および C. 結果

1) 包括的女性の健康支援ガイドライン、教育プログラム・テキスト作成

本研究において、国際セクシュアリティ教育ガイダンス(以下、ガイダンス)の概念を取り入れた包括的性教育を日本に取り入れていくために、まず、ガイダンスと日本の文部科学省による小中学校・高等学校の新学習指導要領を比較し、日本の社会的背景、文化等を考慮した Level 1(5歳～8歳)の教材開発を行った。本研究では、Level 2(9歳～12歳)、Level 3(12歳～15歳)、Level 4(15歳～18歳)の教材開発は予定していない。18歳以上の女性を Level 5 とし、18歳～40歳までの性成熟期(プレコンセプション期)と40歳以降～に分け、教材開発を行った。また、ガイダンスの概念を補足するために18歳以上の女性を対象に「ジェンダー」の教材開発を行った。女性の健康支援者、教育者向けのテキストブックのタイトルは、「まるっと 女性の健康支援 女性の健康支援者のためのテキストブック」とし、研究分担者および各専門家に執筆もしくは監修を依頼し、支援者向けのテキスト作成を、平易なことばでわかりやすい文章にすることを優先し行った。

(1) 支援者向けのテキストとwebサイトの企画・制作

序論(女性の健康の包括的支援について、生涯を通じた女性の健康の格差と性差など)、1章 小児・思春期女性の健康支援、2章 性成熟期女性の健康支援、3章 更年期女性の健康支援、4章 老年期女性の健康支援の章立ての上、テキストを作成した。さらに、web サイト上で自己学

習できるようホームページ(テスト版)上で、支援者用の自己学習用の動画をウェブサイト投入した(レベル1:各 10 分×4 本、プレコンセプション期:20 分、40 歳以降(更年期以降):20 分。さらに、教育プログラムの解説用に「動画(各3分×2本)」を作成した。

(2) レベル 1(5～8 歳)の対象者用のテキストおよび短編動画制作、指導者向けの指導案の作成

「からだと心の科学 まるっと まなぶつく」というタイトルでガイダンスの 1～8 のコンセプト(1.人間関係、2.価値・権利・文化・セクシュアリティ、3.ジェンダーの理解、4.暴力と安全の確保、5.健康と幸福のためのスキル、6.人間のからだで発達、7.セクシュアリティと性的健康、8.性と生殖に関する健康)に沿って、4冊のテキスト(プロトタイプ版)を日本の文部科学省による小学校の新学習指導要領および教材(まなぶつく)の対比表を作成しつつ、元小学校教員、助産師、看護師、医師らによって作成した。これらは、ある地域の医師会、小児科医会の担当者、区立小学校教員等より意見を伺いながら、教材を完成させた。小学校教員、校長の経験者でありこの分野の専門家である、帝京大学 教職研究科 中村雅子准教授に指導案を作成していただいた。さらに、授業の復習で活用いただく対象者向け「復習用動画(各3分×4本)」を作成した。

(3) 「ジェンダー」テキストの作成

レベル 1 のテキスト以外に、キーコンセプト 3.ジェンダーの理解、4. 暴力と安全の確保の内容で、レベル 4 の教材の一部としてテキストを 1冊開発した。こちらは、「ひとりひとり違っているのはあたりまえ 性のグラデーション&スペクトラムって知ってる？」というタイトルとした。このテキストは、多様な性(セクシュアリティ)に対する臨床心理学者である、明治大学文学部心

理社会学科臨床心理学専攻 佐々木掌子准教授の助言を受けて作成した。

(4) 性成熟期(プレコンセプション期)女性の健康教育「動画」の制作

18歳以降、性成熟期女性のからだと心を学ぶ動画を制作した(性成熟期 20分)。プレコンセプション期の対象者用のテキストは、令和2年度の厚生労働科学研究費補助金(健やか次世代育成総合研究事業)「生涯を通じた健康の実現に向けた『人生最初の 1000 日』のための、妊娠前から出産後の女性に対する栄養・健康に関する知識の普及と行動変容のための研究(研究代表者 荒田尚子)」で作成された「プレコンノート」にリンクの上活用することにした。

(5) 40代以降の女性を対象者用のテキストおよび短編動画制作、指導者向けの指導案の作成「40代から健康で美しく過ごすための女性のヘルスケア・チェック」という対象者用のテキストと、対象者向け「復習用動画(各 4 分×1 本)」を制作し、指導案を作成した。

(6) まるっと 女性の健康支援 web サイトの開発
国立成育医療研究センターホームページからリンクし閲覧できる「まるっと 女性の健康支援 web サイト」を開発し、上記の教材や動画を格納した。この web サイトは、包括的な女性の健康教育プラットフォームとして今後活用できることも考え「女性の健康ヘルスケアラボ」や「女性アスリート健康支援委員会」等、他の信頼性の高い健康支援 web サイトへのリンクも貼り、このページを訪れた方の不安や悩みが解消できるよう工夫を行った。

(7) まるっと 女性の健康支援教育プログラムの評価に向けたインタビュー調査
モデル施設を設定し、保健、教育機関、産業等の実態把握をインタビューを行った。令和2年度は、関東を中心として、女性の健康支援につい

て関心の高い施設の民生委員、養護教諭、産業分野の医師・看護師などの医療従者、人事部の課長等を対象にインタビューを実施した。各施設における女性の健康支援の実施状況、まるっと 女性の健康支援教育プログラムの効果と、実践において配慮すべき点などについてインタビューを実施した。現在の包括的な女性の健康支援や教育は、十分に実施されていないこと、信頼性のある教材やプログラムを活用したい、男女ともに一緒に男女のからだところを学ぶことを希望するなどが明らかになった。

(8) 某大手企業の人事担当者において、動画を用いた web 研修会の開催と実証。
男性職員を含め約 35 名が参加した。参加者の反応は概ね良好であり、これからの自身の健康維持のみならず、自分の周りの方への波及効果も含めて、効果が認められる結果となった。

2) 日本版プレコンセプションケアのポリシーブリーフ作成

令和元年 10 月に国立成育医療研究センタープレコンセプションケアセンターと共催した『プレコンセプションケアを考える会』の議論、文献レビュー、および同研究班内での議論を踏まえて作成した。「日本版プレコンセプションケア」の定義を「前思春期から生殖可能年齢にあるすべての人々の身体的、心理的および社会的な健康の保持および増進」、目標を「現在から将来にわたる自らの健康のみならず次世代の健康の保持および増進を図り、国民全体の健康を向上すること」とした。我が国の課題として、①計画妊娠、②リプロダクションライフプラン、③やせと肥満、④低栄養と葉酸不足、⑤喫煙・飲酒・薬物、⑥リプロダクティブヘルス全般に対するリテラシー、⑦慢性疾患(メンタルヘルス含む)、⑧感染症、⑨職業性および環境中有害物質暴露 の 9 項

目をあげた。また、プレコンセプションケアに期待できる効果、プレコンセプションケアを推進するための提案を行った。

3) 新型コロナウイルス感染症流行が生活習慣や健康に及ぼす影響の実態把握に向けた研究—女性の健康支援の観点から—

20歳～79歳以下のネットリサーチ会社に登録しているモニター男女に対し2021年3月12日～3月24日に実施した。約8万人の対象者から10000人に対してと調査回収を行い、コロナ拡大後に体の健康状態が悪くなかったと答えなかった人に見られた特徴は、コロナにより生活や働き方に変化がない、もしくは変化に対し特に何もかんじなかった、ことであった。反対に、コロナ拡大後に体の健康状態が悪くなったと答えた人に見られた特徴は、生活や働き方に変化があった、もしくは変化に対し悪いと感じていることだった。さらに、悪くなったと答えた人は、もともと体の不調を訴えている人が多いという特徴があった。コロナ拡大後に心の健康状態が悪くなったと答えなかった人、悪くなったと答えた人に見られた特徴も、概ね、同様の傾向であったが、いくつかの項目について、より強く差が出ている傾向にあった。

(倫理面への配慮)

1) のヒアリング調査と実証研究は、国立成育医療研究センター倫理委員会の承認を、3) のウェブ調査は国立がん研究センター研究倫理委員会の承認を得て、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」を遵守して実施した。

D. 考察

1) 包括的女性の健康支援ガイドライン、教育プログラム・テキスト作成

(1)～(8)について概ね研究計画通りに遂行することができた。開発したテキストブック(支援者向け、対象者向け)、動画については、健康教育の教材として、また個人のヘルスリテラシー向上のために広く活用可能と考えられた。今後、実証を重ねさらに完成度の高いものにしていく必要がある。ガイダンスはレベル1からレベル4までの4段階からなるが、本研究においては、レベル1のみの開発となった。レベル2,3,4のテキストに関しては、令和3年度以降、開発の検討が必要である。また、本研究班では教育プログラム作成を中心に行われたが、今後は女性の健康支援に向けて具体的なガイドラインが必要であろう。

2) 日本版プレコンセプションケアのポリシーブリーフ案作成

今後、産婦人科、小児科、母子保健関係者のみならず、全ての診療科の医療従事者や産業保健・地域保健関係者に関心をもっていただき、一体となった推進していくことが重要である。また、今後、これをもとに議論が日本全体での議論が進むこと、わが国からのプレコンセプションケアのエビデンス創出などにより、ポリシーブリーフ案が定期的に更新されることを望む。

3) 新型コロナウイルス感染症流行が生活習慣や健康に及ぼす影響の実態把握に向けた研究—女性の健康支援の観点から—

コロナ拡大後に体の健康状態が悪くなったと答えなかった人、答えた人。心の健康状態が悪くなったと答えなかった人、答えた人の特徴が明らかになった。今後は、コロナ拡大により、新進の健康状態が悪くなった人へのペルソナをある程度特定できるため、そのような人々へのサポート方法を検討する材料になりえる。

E. 結論

本研究において、わが国の諸問題を解決するための包括的女性の健康支援ガイドライン、教育プログラム・テキストを含めた教育プログラムを開発した。生涯を通じた女性の健康の保持増進を図れるような環境整備を進めるために、まずは、女性が健康状態に応じて的確に自己管理を行うことができるようになるための健康教育体制確立の一助になると思われた。今後は、支援体制の強化が必要である。また、本研究班の作成したポリシーブリーフ案がわが国の実情に合ったプレコンセプションケアの普及に役立つであろう。さらに、新型コロナウイルス感染症拡大により、短期的な心身の健康状態の悪化を自覚している属性を把握できた。

F. 健康危険情報

なし。

G. 研究発表

1. 論文発表

- 1) Maeda Y, Maeda E, Arata N. Preconception folic acid supplementation use and the occurrence of neural tube defects in Japan. Congenit Anom (Kyoto). 2020;60(3):100.
- 2) Tatsumi T, Sampei M, Saito K, Honda Y, Okazaki Y, Arata N, et al. Age-Dependent and Seasonal Changes in Menstrual Cycle Length and Body Temperature Based on Big Data. Obstet Gynecol. 2020;136(4):666-74.
- 3) 前田 恵理. 世界のプレコンセプションケアの動向. 産科と婦人科 87(8) 881- 886. 2020 年 8 月
- 4) 西岡笑子, 今野友美. 妊娠前・妊娠期・育児期に使用するスマホアプリ ―現状と今後の

展望―.保健の科学 62(1),30-37 , 2020.

- 5) 臼井綺海, 西岡笑子.自治体におけるライフプランニング支援の現状. 防衛医科大学校雑誌 44(3.4), 122-137, 2020.
 - 6) 松尾ひな, 西岡笑子. 月経症候群に対する看護介入の有効性についての文献検討. 保健の科学 62(6),421-427, 2020.
 - 7) 西岡笑子. 特集 I 第39回日本思春期学会総会・学術集会. ワークショップ(2)「プレコンセプションケア」 3. 国際基準の科学的健康教育 ―国際セクシュアリティ教育ガイダンスを日本で普及していくために― 思春期学 vol.39(1), 60-65,2021.
 - 8) 荒田尚子. 母性内科学的視点からみたプレコンセプションケア. 日本女性医誌. 2021;28(3):409-14.
 - 9) 荒田尚子. 総論 日本におけるプレコンセプションケア. 東京産婦人科医会誌. 2020(53):15-8.
 - 10) 荒田尚子 プレコンセプションケア概論. 産科と婦人科. 2020;87(8):873-80.
 - 11) 西岡笑子. 国際基準の科学的健康教育 ―国際セクシュアリティ教育ガイダンスを日本で普及していくために―. 思春期学. 2021. 39(1):60-65.
- ### 2. 学会発表
- 1) 西岡笑子. 看護薬理学カンファレンス 2020 in東京. シンポジウム2 プレコンセプションを考える. 生涯にわたる女性の健康とプレコンセプションケア. 抄録集p12、2020.12.20.
 - 2) 西岡笑子. ワークショップ2 「プレコンセプションケア」 国際基準の科学的健康教育―国際セクシュアリティ教育ガイダンスを日本で普及していくために―第39回日本思春期学会総会抄録集P46,2020.
 - 3) 鳴海 覚志,辰巳 嵩征, 三瓶 舞紀子, 齊

藤 和毅, 本田 由佳, 岡崎 有香, 荒田 尚子,
鳴海 加奈子, 森崎 菜穂, 石川 智則, 中村
茜里, 塚原 信, 佐藤 誠, 小林 礼, 日根 麻
綾. 日本人女性の月経周期・基礎体温の年齢
依存的变化と季節性変化「ルナルナ」の600
万周期の解析-日本内分泌学会雑誌, vol96(1)
P.264, 2020

4) 本田由佳. 働く女性の体調不調・月経痛な
どが仕事の生産性(プレゼンティーズム)に与
える影響について-日本女性医学学会抄録集
vol.8(1) P.101、2020.10

5) 佐藤雄一, 本田由佳. 働く男女のプレコンセ
プションケアの知識に関する調査-日本女性医
学学会抄録集 vol.8(1) P.102、2020.10

6) 本田由佳、一宮麻里奈、井ノ口美香子、當
仲香、徳村光昭、荒田尚子. 大学保健管理セ
ンターにおける女子大学生の健康支援の実態
に関する調査. 第57回 全国大学保健管理研
究集会 2020. 6.17 (CAMPUS HEALTH.
2020;57(1):107.)

7) 荒田尚子. 女性のライフステージと健康
～臨床医の立場から～. 第93回日本産業衛
生学会, WEB開催, 2020.5.14

8) 荒田尚子. プレコンセプションケアとは？.
第39回日本思春期学会総会・学術集会,

WEB開催, 2020.8.29

9) 荒田尚子. 糖尿病の視点からプレコンセプ
ションケアを考える. 第36回日本糖尿病・妊
娠学会年次学術集会, WEB開催,
2020.11.13

10) 荒田尚子. リプロダクティブ・ヘルスプレコ
ンセプションケア. 第35回日本女性医学学
会学術集会, WEB開催, 2020.11.22

11) 荒田尚子. 助産師が行うプレコンセプショ
ンケア. 第35回日本助産学会学術集会,
WEB開催, 2021.3.20

H. 知的財産権の出願・登録状況(予定を含 む。)

なし。

1. 特許取得

なし。

2. 実用新案登録

なし。

3. その他

特記すべきことなし。

F. 健康危険情報

なし。

分担研究報告書

保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究

研究分担者 荒田 尚子 国立成育医療研究センター 母性内科診療部長
研究分担者 高松 潔 東京歯科大学 市川総合病院 産婦人科 教授
研究分担者 片井 みゆき 政策研究大学院大学 保健管理センター 教授
研究分担者 小宮 ひろみ 福島県立医科大学 医学部 教授
研究分担者 井ノ口 美香子 慶應義塾大学保健管理センター 准教授
研究分担者 辻 真弓 産業医科大学 医学部 衛生学 教授
研究分担者 村嶋 幸代 公立大学法人大分県立看護科学大学 理事長・学長
研究分担者 西岡 笑子 防衛医科大学校 医学教育部 看護学科 母性看護学講座 教授

研究要旨

本研究では、生涯を通じた女性の健康の保持増進を図れるような環境整備を進めるために、すでに各分野で実施されている女性の健康支援の取組を調査・分析し、リプロダクティブ・ヘルス/ライツの視点等を重視しつつ、女性がその健康状態に応じて的確に自己管理を行うことができるようになるための健康教育、相談体制を確立することを目的としている。令和元年度に作成した、UNESCO 作成の指針である「International technical guidance on sexuality education 2018」、および「プレコンセプションケア」の国際標準の基本的な理念や方針に基づき、日本の現状に合わせた小児・思春期から 40 歳以降までのライフステージの女性を教育・支援するための教育プログラムを開発し、支援者用テキストブック、5～8 歳（レベル1）および 18 歳以降の対象者向けテキスト 6 冊、動画 15 本、指導案 3 本などを開発した。その一部を実証することで、開発したテキストブック（支援者向け、対象者向け）、動画等を、健康教育の教材として、また個人のヘルスリテラシー向上のために広く活用可能と考えられた。

研究協力者

本田由佳 国立成育医療研究センター周産期・母性診療センター 母性内科 研究員
中村雅子 帝京大学 教職研究科 准教授
猪狩和子 豊島区学校保健会 会長 医師
佐々木掌子 明治大学文学部心理社会学科臨床心理学専攻 准教授
吉川陽大 桐朋女子中学校・高等学校保健体育科教員
渡邊尚子 明治安田生命東京診療所所長

心身の不調、子宮や乳房のがん、更年期障害などといった女性特有の疾患、自己免疫疾患などの性差のある疾患、妊娠・出産といったリプロダクティブ・ヘルス/ライツなどの視点を考慮した健康支援をできる人材育成やその組織、仕組みの構築は十分に行われていない。さらに、わが国における女性の健康支援は、団体ごと、診療専門科ごと、職域ごとに疾病治療やスクリーニングを中心に縦割りに展開されていることから、これらの組織をシームレスに繋ぎ、隙間を補充していくことが重要となる。すなわち、月経関連疾患、閉経、加齢により損なわれる女性の健康を把握した上で、これらへのリスク要因をできるだけ早い時期から横断的・予防医学的に教育・支援すること、若い世代の女性にプレコンセプ

A. 研究目的

女性の健康は、生涯を通じて身体的・精神的に女性ホルモンの動態の影響を受ける。月経に伴う

ションケア(妊娠や次の世代の健康を考慮したヘルスケア)の概念を浸透させることが重要な課題である。

本研究では、生涯を通じた女性の健康の保持増進を図れるような環境整備を進めるために、すでに各分野で実施されている女性の健康支援の取組を調査・分析し、女性が健康状態に応じた的確に自己管理を行うことができるようになるための健康教育、相談体制を確立することが目的である。

令和2年度においては、令和元年度までに作成した包括的女性の健康支援教育プログラムおよびテキスト、支援体制のガイドラインの実践・検証し、完成させることを目的とした。

B. 研究方法およびC. 研究結果

研究において、国際セクシュアリティ教育ガイダンス(以下、ガイダンス)の概念を取り入れた包括的性教育を日本に取り入れていくために、まず、ガイダンスと日本の文部科学省による小中学校・高等学校の新学習指導要領を比較し、日本の社会的背景、文化等を考慮したLevel 1(5歳～8歳)の教材開発を行った。本研究では、Level 2(9歳～12歳)、Level 3(12歳～15歳)、Level 4(15歳～18歳)の教材開発は予定していない。18歳以上の女性をLevel 5とし、18歳～40歳までの性成熟期(プレコンセプション期)と40歳以降～に分け、教材開発を行った。また、ガイダンスの概念を補足するために18歳以上の女性を対象に「ジェンダー」の教材開発を行った。女性の健康支援者、教育者向けのテキストブックのタイトルは、「まるっと 女性の健康支援 女性の健康支援者のためのテキストブック」とし、研究分担者および各専門家に執筆もしくは監修を依頼し、支援者向けのテキスト作成を、平易なことばでわかりやすい文章にすることを優先し行った。

(1) 支援者向けのテキストとwebサイトの企画・制作

支援者向けのテキストの構成は以下の通りである。(添付資料1)

・序論(女性の健康の包括的支援について、生涯を通じた女性の健康の格差と性差、地域保健における

女性の健康支援について、思春期・性成熟期の女性の健康支援と教育(プレコンセプションケア)、学校現場における女性の健康教育について、就業女性における女性の健康の包括的支援について、世界基準の女性の健康支援と教育)、

・1章 小児・思春期女性の健康支援

からだの変化、思春期初来と委譲、体温について、貧血、お腹の不調、やせ・ダイエット、肥満・DoHaD仮説、骨、思春期の心の発達、性同一性障害・性別不合・LGBT、性感染症と予防接種、性感染症、ジュニア女子アスリートの健康と支援、健康教育と支援)

・2章 性成熟期女性の健康支援

プレコンセプションケア、(各論1、各論2、各論3)、がん、乳がん検診と乳腺腫瘍、がん、紫外線と健康、月経関連疾患、子宮がん検診、婦人科感染症、月経移動と避妊、性暴力、人工妊娠中絶、不妊治療、加齢と妊孕性、妊娠期からの切れ目ない健康支援、妊娠・分娩・産褥(正常な妊娠編)、妊娠・分娩・産褥(異常な妊娠編)、妊娠・分娩・産褥(周産期メンタル編)、周産期異常(HDP,GDMなど)の後のヘルスケア、自己免疫疾患、ウェアラブルで売値・Femtech

・3章 更年期女性の健康支援

更年期障害、生活習慣病、更年期の健康管理

・4章 老年期女性の健康支援

骨盤臓器脱/下部尿路機能障害、運動器障害、認知症

さらに、webサイト上で自己学習できるようホームページ(テスト版)上(添付資料2)で、支援者用の自己学習用の動画をウェブサイト投入した(レベル1:各10分×4本、プレコンセプション期:20分、更年期:20分。さらに、教育プログラムの解説用に「動画(各3分×2本)」を作成した。

動画の構成は以下の通りである。(添付資料3)

- ・レベル1支援者向け「学習用動画(各10分×4本)」
- ・レベル5支援者向け「学習用動画(各20分×2本)」(プレコンセプション期:20分、40歳以降(更年期以降):20分)
- ・教育プログラム解説用「動画(各3分×2本)」

・まるっと 女性の健康体操「動画(各3分×2本)」

(2)レベル 1(5～8 歳)の対象者用のテキスト(添付資料4)および短編動画制作、指導者向けの指導案の制作

「からだと心の科学 まるっと まなぶつく」というタイトルでガイダンスの1～8のコンセプト(1.人間関係、2.価値・権利・文化・セクシュアリティ、3.ジェンダーの理解、4.暴力と安全の確保、5.健康と幸福のためのスキル、6.人間のからだと発達、7.セクシュアリティと性的健康、8.性と生殖に関する健康)に沿って、4冊のテキスト(プロトタイプ版)を日本の文部科学省による小学校の新学習指導要領および教材(まなぶつく)の対比表を作成しつつ、元小学校教員、助産師、看護師、医師らによって作成した。これらは、ある地域の医師会、小児科医会の担当者、区立小学校教員等より意見を伺いながら、教材を完成させた。小学校教員、校長の経験者でありこの分野の専門家である、帝京大学 教職研究科 中村雅子准教授に指導案を作成していただいた。さらに、授業の復習で活用いただく対象者向け「復習用動画(各3分×4本)」を作成した。医師、保育士、助産師、看護師、小学校教員、祖父母、保護者らの意見を反映し、イラストレーターを選定し、イラスト作成を依頼した。

(3)「ジェンダー」テキストの作成(添付資料4)

レベル1のテキスト以外に、キーコンセプト3.ジェンダーの理解、4.暴力と安全の確保の内容で、レベル4の教材の一部としてテキストを1冊開発した。こちらは、「ひとりひとり違っているのはあたりまえ 性のグラデーション&スペクトラムって知ってる？」というタイトルとした。このテキストは、多様な性(セクシュアリティ)に対する臨床心理学研究者である、明治大学文学部心理社会学科臨床心理学専攻 佐々木掌子准教授の助言を受けて作成した。

(4)性成熟期(プレコンセプション期)女性の健康教育「動画」の制作

18歳以降、性成熟期女性のからだと心を学ぶ動画を制作した(性成熟期20分)。プレコンセプション期の対象者用のテキストは、令和2年度の厚生労働科学研

究費補助金(健やか次世代育成総合研究事業)「生涯を通じた健康の実現に向けた『人生最初の1000日』のための、妊娠前から出産後の女性に対する栄養・健康に関する知識の普及と行動変容のための研究(研究代表者 荒田尚子)」で作成された「プレコンノート」にリンクの上活用することにした。

(5)40代以降の女性を対象者用のテキスト(添付資料4)および短編動画制作、指導者向けの指導案の作成

「40代から健康で美しく過ごすための女性のヘルスケア・チェック」という対象者用のテキストと、対象者向け「復習用動画(各4分×1本)」を制作し、指導案を作成した。

(6)まるっと 女性の健康支援 web サイトの開発(添付資料2)

国立成育医療研究センターホームページからリンクし閲覧できる「まるっと 女性の健康支援 web サイト」を開発し、上記の教材や動画を格納した。この web サイトは、包括的な女性の健康教育プラットフォームとして今後活用できることも考え「女性の健康ヘルスケアラボ」や「女性アスリート健康支援委員会」等、他の信頼性の高い健康支援 web サイトへのリンクも貼り、このページを訪れた方の不安や悩みが解消できるよう工夫を行った。

(7)まるっと 女性の健康支援教育プログラムの評価に向けたインタビュー調査

女性の健康支援者を対象とした対面またはWebによる半構造化インタビュー調査を実施した。

【方法】2021年2月～女性の健康支援を行う養護教諭、教員、民生委員、産業医、人事部健康支援担当者を対象とした健康影響予測評価を用いた対面・Webによる半構造化インタビュー調査を行った(表1、表2)。調査は、地域保健・教育・産業分野の3分野、ライフステージとしては、学童・思春期、性成熟期、更年期の3ステージを対象として実証モデルを4箇所で行った。教育実証モデルのフィールドは、本研究班のメンバーが関わっている豊島区、東京都内私立中・高校、明治安田生命に依頼し実施した。各フィールドにおいて、参加協力・同意が得られた支

援者に対し、健康影響予測評価のインタビューシートを用いた半構造化インタビュー調査を実施した。

【半構造化インタビュー調査】研究者 1 名が聞き手となり、本研究班のメンバー 1 名同席の上、本教育プログラム全体像およびコンテンツのプロトタイプ版についての意見、影響度と配慮すべき点、効果等を調査項目と問いかけ項目に応じ、発言をノートに書き留める方式で実施した。インタビューは 30 分～1 時間で個別またはグループインタビューを実施した。

【結果・考察】インタビュー内容を(表3)に示す。インタビューの結果、現在の包括的な女性の健康支援や教育は、指導者が学ぶ場所がなく、ライフステージごとに何をすれば良いかわからない状況が多く、十分に実施されていないことが明らかとなった。また、現在は、日本のマスメディアのトピックの影響を受け、流行りを取り入れ各分野で実施されていることが多いことも明らかになり、メディアの影響は大きいと考えられた。また、現在、指導ツールがないことから、本研究班で開発した教材やプログラムを活用したいという意見が多かった。

レベル1に該当する児童・生徒などの教育のインタビューでは、支援者に女性の体と心に関する専門的な知識が必要である上に、文部科学省の学習指導要領に沿わないものは、保護者や教育委員会からの苦情や強い要望などの可能性があるため、実施しにくいとの声もあった。実際に、今回、予定していた小学校の授業実証は、包括的な健康教育に積極的な先生の移動によって実施できなくなった。

各分野・ステージごとに共通して配慮すべき点としては、「男女ともに男女の体と心が学べること」であり、特にレベル1・2・3においては、ジェンダー平等の視点から、配慮が必要であり、今後、多様性に配慮・考慮した包括的な健康支援プログラムの構築が必要であると考えられた。

(8) 本健康教育プログラムプロトタイプ教材を活用した介入（事前・事後調査）における体と心に対する意識・態度と知識の変化

【方法】レベル 5(20 才以上)の調査は、教育支援実

証モデルとして協力が得られた産業分野(某大手企業)の従業員 60 名向けに実施した。包括的な女性の健康教育プログラムとして開発した更年期&老年期用(40 才以上)介入教材「40 代から健康で美しく過ごすための女性のヘルスケア・チェック」の解説動画と復習動画をウェブ研修形式で実施し、事前事後自記式質問紙調査を実施した。

【結果・考察】ウェブ研修会を開催し、男性職員を含め約 35 名が参加した。実施・アンケート回収率は、58.3%(35/60 名)であった。「ウェブ研修会を受けて研究更年期女性の健康情報を理解できたと思いますか。」という質問に対し、全体の9割が「理解できた」と回答した(図1)。理解が深まった上位3項目は、「更年期の身体的な特徴」「更年期の心理」「更年期後の身体的変化」であったが、「子宮下垂」「骨粗鬆症」「尿失禁」について理解することは難しい結果であった(図2)。また「今回学んだ更年期女性の健康情報を人に伝えることができますか。」という問いに対し、約 8 割の者が伝えることができると回答した(図3)。以上より、更年期の体と心の基礎的な部分については、参加者の反応は概ね良好であり、これからの自身の健康維持のみならず、自分の周りの方への波及効果も含めて、効果が認められる結果となった。

(倫理面への配慮)

研究実施に関して、国立成育医療研究センター研究倫理委員会の承認を得て、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」を遵守して実施した。(受付番号 2020-324)。

D. 考察

(1)～(8)について概ね研究計画通りに遂行することができたが、(7)のレベル1の実証については、実施できなかった。レベル1に該当する児童・生徒などの教育のインタビューでは、支援者に女性の体と心に関する専門的な知識が必要である上に、文部科学省の学習指導要領に沿わないものは、保護者や

教育委員会からの苦情や強い要望などの可能性があるため、実施しにくいとの声もあった。実際に、今回、予定していた小学校の授業実証は、包括的な健康教育に積極的な先生の移動によって実施できなくなった。しかしながら、公立の学校では、教育委員会や校長会のコンセンサスをとれば、実施できるとの声もあった。さらに、保育園の親子を対象とした家庭教育であれば、学習指導要領に縛られることなく、実施できるのではないかと意見もあり、今後、引き続きアプローチし、レベル1での実証を検討したい。

開発したテキストブック(支援者向け、対象者向け)、動画については、今後健康教育の教材として、また個人のヘルスリテラシー向上のために広く活用していただけることが期待できる。ガイダンスはレベル1からレベル4までの4段階からなるが、本研究においては、レベル1のみの開発となった。レベル2.3.4のテキストに関しては、令和3年度以降、開発の検討が必要である。また、本研究班では教育プログラム作成を中心に行われたが、今後は女性の健康支援に向けて具体的なガイドラインが必要であろう。

E. 結論

本研究において、女性の健康の支援者向けテキストブック1冊(まるっと 女性の健康支援 女性の健康支援者のためのテキストブック)、対象者向けテキスト6冊(ガイダンス レベル1 からだと心の科学 まるっと まなぶつく4冊、レベル4 ひとりひとり違っているのはあたりまえ 性のグラデーション & スペクトラムって知ってる?、40代から健康で美しく過ごすための女性のヘルスケア・チェック)、動画15本(レベル1(学習用動画4本、復習用動画4本)、レベル5(学習用動画2本、復習用動画1本)、教育プログラム解説用動画2本、まるっと 女性の健康体操動画2本)を開発した。開発したテキストや動画は、今後、包括的な女性の健康教育プラットフォームとも位置付けられる「まるっと 女性の健康支援webサイト」に投入し、保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援者だ

けでなく、個人のヘルスリテラシー向上のために広く活用していただけることが期待できる。

F. 健康危険情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表

- 1) Maeda Y, Maeda E, Arata N. Preconception folic acid supplementation use and the occurrence of neural tube defects in Japan. *Congenit Anom (Kyoto)*. 2020;60(3):100.
- 2) Tatsumi T, Sampei M, Saito K, Honda Y, Okazaki Y, Arata N, et al. Age-Dependent and Seasonal Changes in Menstrual Cycle Length and Body Temperature Based on Big Data. *Obstet Gynecol*. 2020;136(4):666-74.
- 3) 西岡笑子, 今野友美. 妊娠前・妊娠期・育児期に使用するスマホアプリー現状と今後の展望ー. *保健の科学* 62(1),30-37, 2020.
- 4) 臼井綺海, 西岡笑子. 自治体におけるライフプランニング支援の現状. *防衛医科大学校雑誌* 44(3.4), 122-137, 2020.
- 5) 松尾ひな, 西岡笑子. 月経症候群に対する看護介入の有効性についての文献検討. *保健の科学* 62(6),421-427, 2020.
- 6) 西岡笑子. 特集 I 第39回日本思春期学会総会・学術集会. ワークショップ(2)「プレコンセプションケア」 3. 国際基準の科学的健康教育ー国際セクシュアリティ教育ガイダンスを日本で普及していくためにー *思春期学* vol.39(1), 60-65,2021.
- 7) 荒田尚子. 母性内科学的視点からみたプレコンセプションケア. *日本女性医誌*. 2021;28(3):409-14.
- 8) 荒田尚子. 総論 日本におけるプレコンセプションケア. *東京産婦人科医会誌*. 2020(53):15-8.
- 9) 荒田尚子. プレコンセプションケア概論. *産科と婦人科*. 2020;87(8):873-80.
- 10) 西岡笑子. 国際基準の科学的健康教育ー国際セクシュアリティ教育ガイダンスを日本で普及

していくためにー. 思春期学. 2021. 39(1):60-65.

1) 西岡笑子. 看護薬理学カンファレンス 2020 in東京. シンポジウム2 プレコンセプションを考える. 生涯にわたる女性の健康とプレコンセプションケア. 抄録集p12、2020.12.20.

2) 西岡笑子. ワークショップ2 「プレコンセプションケア」 国際基準の科学的健康教育-国際セクシュアリティ教育ガイダンスを日本で普及していくためにー 第39回日本思春期学会総会抄録集P46,2020.

3) 鳴海 覚志,辰巳 嵩征, 三瓶 舞紀子, 齊藤 和毅,本田 由佳,岡崎 有香, 荒田 尚子, 鳴海 加奈子, 森崎 菜穂, 石川 智則, 中村 茜里, 塚原 信, 佐藤 誠, 小林 礼, 日根 麻綾.日本人女性の月経周期・基礎体温の年齢依存的変化と季節性変化「ルナルナ」の600万周期の解析-日本内分泌学会雑誌,vol96(1) P.264,2020

4) 本田由佳. 働く女性の体調不調・月経痛などが仕事の生産性(プレゼンティーイズム)に与える影響について-日本女性医学学会抄録集vol.8(1) P.101、2020.10

5) 佐藤雄一,本田由佳.働く男女のプレコンセプションケアの知識に関する調査-日本女性医学学会抄録集vol.8(1) P.102、2020.10

6) 本田由佳、一宮麻里奈、井ノ口美香子、當仲香、徳村光昭、荒田尚子. 大学保健管理センターにおける女子大学生の健康支援の実態に関する調査. 第57回 全国大学保健管理研究集会 2020. 6.17 (CAMPUS HEALTH. 2020;57(1):107.)

7) 荒田尚子. 女性のライフステージと健康 ～臨床医の立場から～. 第93回日本産業衛生学会, WEB開催, 2020.5.14

8) 荒田尚子. プレコンセプションケとは?. 第39回日本思春期学会総会・学術集会, WEB開催, 2020.8.29

9) 荒田尚子. 糖尿病の視点からプレコンセプションケアを考える. 第36回日本糖尿病・妊娠学会年次学術集会, WEB開催, 2020.11.13

2. 学会発表

10) 荒田尚子. リプロダクティブ・ヘルスプレコンセプションケア. 第 35 回日本女性医学学会学術集会, WEB 開催, 2020.11. 22

11) 荒田尚子. 助産師が行うプレコンセプションケア. 第 35 回日本助産学会学術集会, WEB 開催, 2021.3.20

H. 知的財産権の出願・登録状況(予定を含む。)

なし。

1. 特許取得

なし。

2. 実用新案登録

なし。

3.その他

特記すべきことなし。

F. 健康危険情報

なし。

< 支援者向け >

テキストブック

(一部抜粋)



はじめに

女性の健康は生涯を通じて身体的・精神的に女性ホルモンの動態に大きな影響を受けるため、男性とは異なる特徴を持つことを正しく理解することが必要です。一方、近年、女性の社会進出に伴い、就業環境は整備されつつありますが、月経に伴う心身の不調、子宮や乳房のがん、更年期障害などといった女性特有の疾患や、妊娠・出産といったリプロダクティブ・ヘルス/ライツの視点を考慮した健康支援をできる人材育成やその組織、仕組みの構築は十分に行われていません。

日本人女性の平均寿命と健康寿命の差は12.4歳であり、この差を縮めることがとても重要です。しかしながら、わが国における女性の健康支援は、現在、疾病治療やスクリーニングが中心で、団体ごと医療、企業、学校、地域、自治体など、診療専門科ごと(内科、産婦人科、小児科、精神科・整形外科など)、職域ごと医師、看護師、薬剤師、保健師、養護教諭などに縦割りに展開されており、これらの組織をシームレスに繋ぎ、女性の健康を包括的に支援する人材育成と体制をつくるのが大切です。さらには、リプロダクティブ・ヘルス/ライツを考慮しつつ、若い世代の女性にプレコンセプションケア(妊娠や次の世代の健康を考慮したヘルスケア)の概念を浸透させることも、今後の重要な課題の一つです。

まるとっ！女性の健康支援「女性の健康支援をするひとのためのテキストブック」

ク」は、これらの課題を解決すること、生涯を通じて女性の健康の保持増進を図れる人材の育成に貢献することを目的に開発したテキストです。内容は、Q&A方式で、女性のライフステージごと、項目ごとにわかりやすく解説しました。

女性の健康を支援する立場にある専門職の方々が、女性の健康に関する知識を向上させ、女性一人ひとりの健康状態を把握したうえで、できるだけ早い時期から横断的・予防医学的・包括的に女性の健康支援を行うために本テキストブックをご活用いただければ幸いです。

令和元年度厚生労働科学研究費補助金(女性の健康の包括的支援政策研究事業)
保健・医療・教育機関・産業界における女性の健康支援のための研究班
代表研究者 荒田 尚子

【読者対象】

女性の健康を支援する立場にある専門職(小児科医・産婦人科医等の医師、保健師・助産師・看護師、教育(養護教諭・保健体育・栄養教諭等)、産業(人事・保健スタッフ等)

Contents

目次

序論

- 10 女性の健康の包括的支援について
概論
- 12 生涯を通じた女性の健康と性差
概論
- 14 地域保健における女性の健康支援について
概論
- 18 思春期・性成熟期の女性の健康支援と教育（プレコンセプションケア）
概論
- 20 学校現場における女性の健康教育について
学習指導要領における健康教育について
- 22 就業女性における女性の健康の包括的支援について
就業女性における女性の健康の包括的支援について（働く女性、妊婦・不妊治療と就業）
- 24 女性の健康の包括的支援について
女性の健康の包括的支援に関わる各種法律とダイバーシティについて
- 26 世界基準の女性の健康支援と教育
International technical guidance on sexuality education 2018について
世界標準となるInternational technical guidance on sexuality education 2018の解説

1章 小児・思春期女性の健康支援

- 30 からだの変化
子どもから大人へ変わるカラダと心
- 32 思春期発来と異常
女性ホルモンの基礎、第二次性徴、月経について（原発性無月経・思春期の月経異常とその治療）
- 34 体温について
体温と基礎体温
- 36 貧血
貧血
- 38 お腹の不調
便秘と下痢
- 40 やせ・ダイエット
ダイエット・体重・体脂肪率
- 42 肥満・DOHaD仮説
DOHaD仮説・肥満・アディポシティバンドについて
- 44 骨
小児・AYA世代男女のボーンヘルスについて

4

- 46 思春期の心の発達
心の問題
- 48 性同一障害・性別不合・LGBT
性同一障害・性別不合・LGBT
- 50 感染症と予防接種
小児・思春期の感染症と予防（子宮頸がん以外）
- 54 性感染症
性感染症の予防と教育
- 56 ジュニア女子アスリートの健康と支援
ジュニア女子アスリートの身体づくり、女性アスリートの三主徴、女子アスリートに多い障害
- 58 健康教育と支援
小児・思春期における健康支援の実践のポイント

2章 性成熟期女性の健康支援

- 62 プレコンセプションケア
各論1（アルコール、たばこ、薬物乱用）
- 64 各論2（食事、運動、睡眠、ストレス対策、歯周病）
- 66 各論3（感染症、ワクチン、検診、ライフデザイン）
- 68 がん
AYA世代女性のがんと社会的・医療的サポート
- 70 乳がん検診と乳腺腫瘍
乳がん、乳がん検診、HBOC
- 72 乳房チェック
- 74 がん
その他のがん（大腸、胃、肺がんなど）
- 76 紫外線と健康
紫外線の皮膚への影響（ビタミンD欠乏・オゾン層）
- 78 月経関連疾患
性成熟期の月経異常（PMS、PMDD、月経困難症、POF）
- 80 OC/LEPと有害事象の管理
- 82 子宮内腫瘍など
- 84 子宮がん検診
子宮がん検診（HPVの基礎知識とHPVワクチン）
- 86 婦人科感染症
骨盤内炎症性疾患（PID）（性感染症）
- 88 月経移動と避妊
月経移動と避妊法/緊急避妊法

5

Introduction 包括的な女性の健康支援のためのテキストブック 学校現場における女性の健康教育について

05 小児・思春期における「健康教育」について、 新学習指導要領を踏まえた 計画的な進め方を教えてください

Answer

現代の子供たちの成長環境には、健やかな成長を阻む様々な問題があります。例えば、遊ぶ時間、空間、仲間、睡眠の減少、電化された生活様式による身体活動量の低下、健康情報の氾濫、運動する子としない子の二極化などです。こうした背景を踏まえ、新学習指導要領は、単独の教科だけでなく、教育活動全体を通して、子供たちの健やかな体づくりを推進する方向性を示しています。これを踏まえて、各学校では、子供たちの実態に応じて、学校の教育課程（Curriculum）を構成しますが、その際、学校の指導・助言を得ながら、保護者や地域と連携して、地域全体で楽しみながら健康づくりをするよう健康教育の計画を立て、実践することが期待されます。子供たちは、一日の多くの時間を学校で過ごします。学校には、家庭や体育館などの安全な空間があり、仲間がいます。ですから、授業時間の活用はもちろん、それだけでなく、始業前の時間や休み時間、集会や行事の時間などを活用して、子供の遊びや身体活動を増やしていく工夫することも大切です。ここでは、地域と連携し、大人も子供も共に取り組んだ健康教育の小学校の事例を紹介します。この小学校では、「スポーツライフ」「食育」「ライフスキル」の3本を柱として、学校医の指導・助言を得ながら進めるとともに、その効果をできるだけ数値化し、経年的に明らかにしています。

図表 帝京大学教職大学院准教授 中村雅子

【スポーツライフ】

■体育科の授業では

運動の楽しさや喜びを味わえるよう学習過程を工夫しました。子供が自分の健康課題を見付け、進んで解決する活動できるように指導します。また、運動が苦手だと感じている子供に配慮し、友達の手伝いも得ながら、体を動かす楽しさや爽快感を感じられるよう指導します。

新学習指導要領

総則第1章の2の(3)

- ▶ 教育活動全体を通じて、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフの実現を目指す。
- ▶ 家庭や地域社会における日常生活においても、進んで運動を実践する習慣を形成し、生涯を通じて運動に親しむための基礎を培う。
- ▶ 児童が積極的に自身の健康の保持増進を図る習慣・能力を身に付け、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎を培う。

■体育的活動では

登校後、運動場を使って朝遊びができるようにしたり、得意な種目に自由にチャレンジしたりできるようにします。保護者や地域の高齢者にも参加していただき、独自のエクササイズを開発して実施したり、縄跳びのブロー指導のもと、跳ぶことを楽しんだりします。

■地域活動では

校庭を使って、幼児から高齢者まで参加する地域運動会を開催し、自分の体力に応じた競技に参加して楽しむ活動を続けています。また、サッカーや野球などの地域スポーツとの連携をしています。

【食育】

■食育全体計画の見直し

健康づくりに欠かせない食については、一つの教科だけでなく、いろいろな教科で指導しますが、食育の指導内容を相互に関連付けて指導していくと効果的です。

■家庭科の授業では

自分の食生活の課題を見出し解決する実生活に即した学習を通して、食を通して自分や家族の健康づくりができるように指導します。例えば、単元「栄養バランス」を考えた1食分の献立を考えようの授業では、家族の好みや季節を考慮して、栄養バランスの良い

献立をつくり、実際に実習する指導をします。

■給食指導では

健康に良い食事のとり方を、毎日の給食を通して学びます。リザーブ給食やセレクト給食など、選択できる献立や食材なども取り入れて、食と健康について具体的に学べるよう指導します。また、地域の方を招いて、献立の紹介をして会食をし、共に健康について考えていく機会としています。

【ライフスキル】

■健康維持力では

健康な生活、体の発達、心の健康、怪我や病気の予防について具体的に指導します。例えば、「がん教育」について、正しい理解を深めるよう学校医と担任とのチームティーチングで指導します。また、「生活習慣」や「性教育」について、学年に応じて指導します。

■対人関係スキルでは

様々な活動を通して対人関係スキルを学び、健康的な人間関係を築けるよう指導します。

■気持ちのコントロールでは

怒りや不安の解消やストレス解消の必要性を理解し、建設的で効果的に対処できるように導き、運動もその一つであることを指導します。

Introduction 包括的な女性の健康支援のためのテキストブック 生涯を通じた女性の健康と性差

Q2 「性差医療」とは、どんな医療のことでしょうか？

Answer

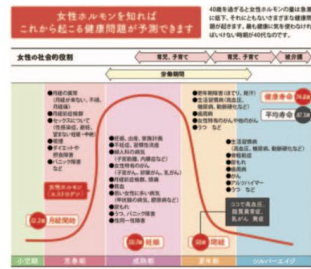
「性差医療」とは、1980年代終わり頃から欧米を中心に提唱されてきた医療で、疾患の背景にある性差(男女差)を考慮した新しい医学・医療のことをいいます。女性の健康の包括的支援を行う場合、女性の疾患の背景、特に性ホルモンに注目し診断、治療、予防措置の知識をもち、支援することが大切です。

2020 東京女子医科大学病院・女性専門外来・准教授 片井みゆき

女性は、生涯を通じて、女性ホルモン分泌状態が劇的に変化することで、ライフサイクルを通じて男性とは異なる健康の問題に直面します。月経、妊娠、出産、閉経など、全て女性ホルモン分泌状態が影響し、健康の問題だけではなく、各種疾患の発症や増悪、寛解も関与しています。すなわち、女性ホルモンを知られば、先に起こる健康問題が予測できるのです。女性のライフステージごとや月経周期に伴って起こる女性ホルモンの変化、すなわち内分泌環境の変化に対する知識を持つことは、女性の健康の包括的支援に関わる全ての支援者にとって大切なことです。さらに、女性の健康の包括的支援は、産婦人科はもちろんのこと、内科、婦人科、精神科、耳鼻科、理学療法、運動療法、など、さまざまな診療科の医師や他分野の専門家と連携して支援すること、で、見落とされがちな女性の疾患の発見や生活の質(QOL)の向上に繋がります。

女性ホルモン(エストロゲン)と男性ホルモン(テストステロン)について

- ① 女性ホルモンは、一生を通じて劇的に変化する。
- ② 女性ホルモンは、月経がある時期は、周期的に(正常:25日~38日)大きく変化する。
- ③ 女性ホルモンは、閉経後、急速に低下し生殖能を失ってしまいます。
- ④ 一方、男性での男性ホルモン(テストステロン)分泌は、①個体差が大きい、②周期性はなく、③年齢と共に緩やかに低下するが、高齢でもある程度保たれます。性差が生じる要因としては、染色体の違いと性ホルモン分泌様式の違いが挙げられます。このような女性ホルモン分泌動態の性差に伴い、生涯において生殖能を保てる年代では、決定的な性差があることを理解しましょう。



閉経前後の心身の変化

閉経前後の各5年にあたる更年期(計10年間)では、エストロゲンの低下により、心とカラダのバランスが不安定になります。尿失禁、ホットフラッシュ、疲れやすい、気力低下、血圧やコレステロールの上昇、骨密度の低下といったさまざまな症状が出現します。更年期症状に対する治療としては、女性ホルモン補充療法(HRT)、漢方薬、エクオールがあります。支援者の方のその時の状態やご希望に応じて検討します。いわゆる更年期障害だけの場合は、これらの治療で改善傾向がみられます。しかし、これらの治療で症状が改善しない場合には、更年期症状ではない、他の病気が隠れている可能性があります。なかでも、甲状腺の病気が女性の発症頻度が高い疾患です。更年期症状の症状と似ているため、見落されることがある可能性のある病気です。不調が続く場合は、女性を専門的かつ総合的に診療する女性専門外来を、ぜひ受診することが大切です。※甲状腺は、いわゆる「喉仏(のどぼとけ)」の下部に喉が羽を広げたような形で存在する臓器です。そこから生体内の新陳代謝を促す働きのある甲状腺ホルモンが分泌されます。甲状腺ホルモンは哺乳類や両生類にも存在し、それらの発育や成長そして生命維持に欠くことの出来ないホルモンであるため、その分泌量には性差や加齢による差はない。

12

13

Introduction 包括的な女性の健康支援のためのテキストブック 就業女性における女性の健康の包括的支援について

Q3 働く女性の健康支援に関する法律はどのようなものがありますか？

Answer

妊娠中・出産後の働く女性を支援する法律や制度としては「男女雇用機会均等法」や「労働基準法」等があります。「男女雇用機会均等法」では勤務時間中の健診時間の確保、妊娠中又は出産後の症状等に対応するための措置、通勤緩和の措置、休憩に関する措置などについて定められています。「労働基準法」では時間外、休日労働、深夜業の制限、家庭労働時間制の適用制限、軽易業務転換、危険有害業務の就業制限などについて定められています。

2020 産業医科大学 衛生学 教授 辻 真弓・助教 田中里枝
株式会社JUMOKU代表取締役 産業医 長井聡里

【妊産婦の措置・制限】 (♥:妊婦)(◆:産婦)

- 勤務時間中の健診時間の確保 ◆◆
- 妊娠中又は出産後の症状等に対応するための措置 ◆◆

♥ 妊娠がわかったら早めに会社に報告し、出産予定日・産後の予定を伝え、休暇制度などを含めた社内制度を確認しましょう。そして妊産婦健診を必ず受けるようにしてください。健康診断等の結果、医師等から指導を受けた場合、事業主に申し出れば、作業の制限、勤務時間の短縮、休業などの措置を受けることができます。◆ 産後休業後に復職する時には、母性健康管理措置として、産後1年を経過しない女性は主治医から指示があったときは、

健康診査に必要な時間の確保を申し出ることができ、指導を受けた場合には必要な措置を受けることができます。

【産前・産後休業】

- 産前休業
出産予定日の6週間前(双子以上の場合には14週間前)から、請求すれば産前休業を取得できます。
- 産後休業
出産の翌日から8週間は就業することができません(ただし、産後6週間を経過後に本人が請求し、医師が認めた場合は就業することができます)。

【主治医等からの指導がなくても請求できる母性保護規定】

■危険有害業務の就業制限 ◆◆

危険有害業務とは、重量物を取り扱う作業、有毒ガスを発生する場所における業務などがあります。これらの業務への就業は禁止されています。

■軽易業務転換 ◆

前屈み作業、長時間の立ち仕事、休憩が取れないなど、現在の担当業務が妊娠中に負担となる場合には、会社に申請すれば、他の軽易な業務に転換することができます。

■時間外労働、休日労働、深夜業の制限 ◆◆

これらの労働の免除を請求できます。

■変形労働時間制の適用制限 ◆◆

1日および1週間の法定労働時間を超過して労働しないことを請求できます。

■育児時間 ◆

生後満1年に達しない児を育てる女性は、1日2回各少なくとも30分の育児時間を請求できます。

【母性健康管理指導事項連絡カード】

医師等からの指導があった場合には、通勤緩和の措置、休憩に関する措置を受けることができます。医師からの指導内容を会社に的確に伝える際のツールとして母性健康管理指導事項連絡カードがあります。

母性健康管理指導事項連絡カードは「女性にやさしい職場づくりナビ」*からダウンロードできます。

*働く女性の妊娠・出産をサポートするサイト「女性にやさしい職場づくりナビ」
URL: <https://www.bosei-navi.mhlw.go.jp/>



22

23

添付資料 2

<Web サイト>

サイトマップとトップページ

<https://marutto-woman.jp/>

添付資料 2

<サイトマップ>

厚生労働省科学研究班（荒田班） 監修



まるっと!
女性の健康教育
プログラム



女性の健康支援・教育について
プログラム
教材
動画
パンフレット
支援者サイトはこちら



<トップページ>

20

添付資料 3

本編動画<レベル1 ①>



1. かぞくってなあに

レベル 1
5歳-8歳の子どもからだところの科学

からだどこも
まなムービー
コース

0:01 / 3:59

本編教材【レベル1 β版 | ①】まなブック! A1中村β 01軽量低画質

限定公開

5 回視聴・2021/01/15

0 0 共有 保存 ...

まるっと!女性の健康教育チャンネル 厚生労働省研究班監修
チャンネル登録者数 4人

A1中村β 01軽量低画質

アナリティクス 動画の編集

本編動画<レベル1 ②>

 検索



0:00 / 5:14

本編教材【レベル1 β版 | ②】まなブック！ | A1中村β 02軽量低画質

限定公開

5 回視聴 • 2021/01/16

0 0 共有 保存 ...



まるっと!女性の健康教育チャンネル 厚生労働省研究班監修
チャンネル登録者数 4人

アナリティクス 動画の編集

添付資料 3

本編動画<レベル 1 ③>

YouTube JP 検索



本編教材【レベル1 β 版 | ③】まなブック! A1中村β 03軽量低画質

限定公開

3 回視聴・2021/01/16

0 0 共有 保存 ...

まるっと!女性の健康教育チャンネル 厚生労働省研究班監修
チャンネル登録者数 4人

アナリティクス 動画の編集

添付資料 3

本編動画<レベル 1 ④>

YouTube JP 検索



本編教材【レベル1 β版 | ④】まなブック！ | A1中村β 04軽量低画質

限定公開

2 回視聴 • 2021/01/16

0 0 共有 保存 ...

まるっと!女性の健康教育チャンネル 厚生労働省研究班監修
チャンネル登録者数 4人

アナリティクス 動画の編集

添付資料 3

本編動画<レベル5 ①>

YouTube JP 検索



まると！女性の
国立成育医療研究
周産期・母性診療
プレコンセプション
平成30年・令和1
女性の健康の包括
「保健・医療・教
女性の健康支援の
荒田 尚子

0:00 / 8:31

本編教材【レベル5 β版 | ①】まなブック！！18-39歳ヘルスケア1 | 荒田先生

限定公開

3 回視聴・2021/01/15

0 0 共有 保存 ...

まると！女性の健康教育チャンネル 厚生労働省研究班監修
チャンネル登録者数 4人

A2荒田β 01軽量低画質

アナリティクス 動画の編集

<https://www.youtube.com/watch?v=2uQ5tvvhM-Q>を新タブで開く

添付資料 3

本編動画<レベル 5 ②>

☰ YouTube^{JP} 検索



本編教材【レベル5 β版 | ③】まなブック！40代からのヘルスケア2 | 西岡先生

☞ 限定公開

3 回視聴 • 2021/01/16

👍 0 💬 0 ➦ 共有 📌 保存 ...

 まるっと!女性の健康教育チャンネル 厚生労働省研究班監修
チャンネル登録者数 4人

アナリティクス 動画の編集

A3西岡β01標準画質

<対象者向け>

テキスト

(一部抜粋)

じぶんが好きなことはなに？

おおかあさんが
いちばん
好き

3人の○○くんが
好き

アイドルが
好き

おとうさんが
大好き!

いろいろな
好きが
あるよ

からだところの科学

まるっとまなブック

1 人間関係

2 価値、権利、文化、セクシュアリティ

まるっと! からだところの科学まなブック (レベル1)

こうどうチェック

このよう	1	じぶんのことかぞくのこと まわりの人のことを大せつにします。	☒
このよう	2	プライベートゾーンを見せないようにします。	☒
このよう	3	からだどうやってせいちょうするかわかりました。	☒
このよう	4	いのちのつながりや大せつさを まわりの人にはなします。	☒
このよう	5	からだところのことでわからないことがあったら ほけんしつの先生にききます。	☒

じぶんで からだところを
しるためになにをしたら
いいかなんかえてみよう

SUSTAINABLE GOALS

み～んなかぞく

どんなかたちのかぞくがあるかな？

おとうさんと
わたしは
3人かぞく

うち
はおかあさんと
2人!

わたし
たちは

ずと
2人よ

わたしは
ひとり
くらしているよ

かのじょと
犬と
くらしているよ

おすめのかぞくと
くらしているよ

さまざまなかたちのかぞくがそんざいするね

かぞくのやくわり

かぞくにはどんなやくわりがあるかな？

わたし

かぞく

おとうさん いつも
ごはんをつくってくれて
ありがとう

ボクは
せんたくものを
たたむ!

おとうさんか
あかちゃん
お世話をするよ

おおかあさんは
かいしゃで
はたらくよ

きつたこと

みんなに大せつなやくわりがあるね

28

どんなことが できるようになったかな?

立った!

小がっこうに
入が!

してんしゃに
のれた!

もう
およげるよ!

ケがしたけど
なおった!

しっかりたべて、たくさんごころ。
これからもっといろいろなことが
できるようになるよ

こんなことを ともだちにしていな!

ほかの人にもかきつきると
びっくするよ

うでのながさくらのい
きよをとることがたせつたよ。
きをつけようね

からだごころを まなぶための こうどうチェック

こうどう 1	じぶんのことかそくのこと まわりの人のかをたせつにします。	☐
こうどう 2	プライベートゾーンをまなぶようにします。	☐
こうどう 3	からだごころやせいのちがわかりました。	☐
こうどう 4	いのちのつながりやたせつを まわりの人にはなします。	☐
こうどう 5	からだごころのこととわかないことがあつたら ほけんしつのかきにききます。	☐

じぶんで さいもん、できるよ なつてうれしかつたことを かいてみよう

からだごころの科学

まるっとまなブック

5 健康と幸福のためのスキル

6 人間のからだと発達

ひとのからだは どんなふう かわつていくの かな

赤ちゃん

たいじゅう やく3kg
さいほうのかす やく3ちようこ

5さい たいじゅう やく20kg
さいほうのかす やく20ちようこ

12さい たいじゅう やく43kg
さいほうのかす やく43ちようこ

からだはどんとかわつていくね

こころ(きもち)も かわつていくよ

5さい 6さい 7さい 8さい 9さい 10さい 11さい 12さい

まだあまとい

かんを
まなしたい

うまれから
どのくらい
のびたかな?

生まれたとき _____ cm
いま () _____ cm

そとからわかるからだのへんか

【女の子】	【男の子】
わきががはえる	こえがわり
ちぶさがふくなる	ひげがこくなる
せいもうがはえる	わきががはえる
せいもうがはえる	せいもうがはえる

20さい くらゐ 人のからだのなかでおこるへんか

たいじゅう やく52kg
さいほうのかす やく52ちようこ

たいじゅう やく60kg
さいほうのかす やく60ちようこ

たいじゅうや
しんしょうがふえると
さいほうのかすもふえて
どんどん大人のからだに
ちかづいていくよ!

女の人のせい
子ぎゅう
(赤ちゃんがすくるところ)
らんかん
ちつ
らんろう
(らんじが
おこるところ)

男の人のせい
はうこう
べんえ
(せい子をつくるところ)

こころとからだは
おなじはやさで
せいちようすると
かぎらない。
ひとそれぞれ
せいちようの
はやさはちがうよ。

からだごころは人それぞれ。おなじぶぶんもあればちがうぶぶんもあるね

まわりの人たちの まもるために できることはなに?



まわりの
人のことを
大事にしよう

からだところを
まなぶための

こうどうチェック

- 1 ☐ じぶんのことがよくわかること
まわりの人のことを大事にしよう。
- 2 ☐ プライベートゾーンを見せないようにしよう。
- 3 ☐ からだがどうやってせいでよくなるかわかりました。
- 4 ☐ いのちのつながりや大事さを
まわりの人には伝えます。
- 5 ☐ からだところのことでわからないことがあったら
ほけんしつのかかりつけ医にききます。

けんこうでじょうぶ なからだをつくるには どうすればいい?



じぶんの
からだを
大事にしよう

- ☐ バランスよくたべよう
- ☐ からだをたくさん動かそう
- ☐ たくさんねよう
- ☐ からだをせいでよくなるようにしよう
- ☐ きちんとしつかり
手をあらおう
(30びょういじよう)

じぶんで
おうちの人と
げんきでけんこうなからだを
つくろう(びょういじよう)

からだところの科学 まなブック

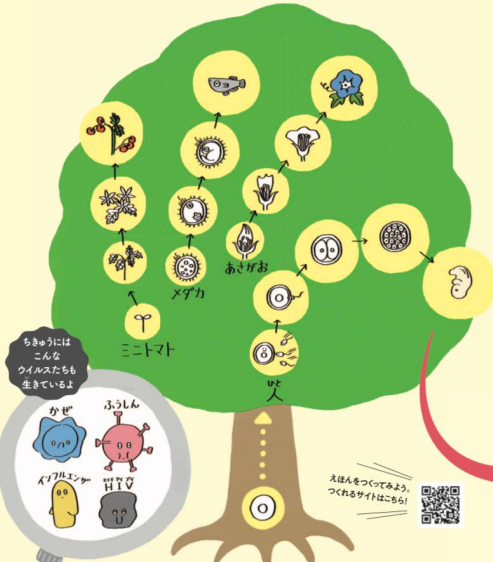
7 セクシュアリティと性的行動

8 性とリプロダクティブヘルス



まるっと! からだところの科学まなブック (レハム)

ちきゅうにすむ生きものは どのようにたん生するのかな?



ちきゅうには
こんな
ウイルスたちも
生きているよ

かぜ
ふうしん
インフルエンザ
HIV

あさがお
メダカ
うなぎ

えんをうつ(つ)てみよう。
つくれるサイトはこちら!

みんな はじめは1このさいぼうからはじまるよ

人の赤ちゃんは どのくらいママの おなかにいるのかな?



赤ちゃんはへそのおからえいようを
もらって大きくなっていくよ。いなくな
ったものはへそのおからおかあさん
にかえします。赤ちゃんは子きゅうの
なかの(ようみ)にまもられているよ。

いろいろな
いのちの
つながりについて
書いてみよう

10ヶ月をすぎると生まれるよ!

じゅせいご9しゅう



しんちゅう 2.5cm
しんぞう、のう、しんけい
などのしくみができる

じゅせいご12しゅう



しんちゅう 12cm
たいげんや手やあしができてる

じゅせいご20しゅう



しんちゅう 30cm
かみのけやはなができて
いそがははじまる

いのちは かこ・げんざい・みらいにつながっているよ

表 1

表1 インタビュー対象者（2分野5名）

	教員	養護教諭	看護師	人事部	民生委員
保健・教育機	○	○			○
産業			○	○	

表 2

表2 女性の健康教育プログラムと指導法の評価に向けた半構造インタビュー調査票

インタビューアー(①) (② 協力者(①))
 実施日 年 月 日
 開始時間(:) 終了時間(:)
 職位・立場()

		①科学的 根拠 ○△×	②わかり やすさ ○△×	③適正性 ○△×	④公開可 否 ○△×	⑤対象者へ の影響 + -	⑥対象者の周辺 への影響 + -	⑦教育への影響・その 他 フリーコメント
1	女性の健康教育の実施状況	○△× 現状	○△× 現状	○△× 現状	○△× 現状	+ -	+ -	
2	女性の健康教育のプログラム (全体)について	○△×	○△×	○△×	○△×	+ -	+ -	
3	女性の健康教育のプログラム (使用する教材)について	○△×	○△×	○△×	○△×	+ -	+ -	
4	女性の健康教育 ロゴについて	○△×	○△×	○△×	○△×	+ -	+ -	
5	女性の健康教育 まるっとの名称について	○△×	○△×	○△×	○△×	+ -	+ -	
6	女性の健康教育 支援者用指導 案について	○△×	○△×	○△×	○△×	+ -	+ -	
7	女性の健康教育 支援者用テキ ストブックについて	○△×	○△×	○△×	○△×	+ -	+ -	
8	女性の健康教育 支援者用ホー ムページについて	○△×	○△×	○△×	○△×	+ -	+ -	
9	女性の健康教育 対象者用テキ ストについて	○△×	○△×	○△×	○△×	+ -	+ -	
10	女性の健康教育 対象者用本編 動画について	○△×	○△×	○△×	○△×	+ -	+ -	
11	女性の健康教育 対象者用復習 アニメーションについて	○△×	○△×	○△×	○△×	+ -	+ -	
12	女性の健康教育 実践の効果 について	○△×	○△×	○△×	○△×	+ -	+ -	
13	女性の健康教育 実践における 配慮すべき点について	○△×	○△×	○△×	○△×	+ -	+ -	

表 3-1

表3-1 女性の健康教育プログラムと指導法の評価に向けた半構造インタビュー調査票

インタビューアー(①本田由佳)(②)		協力者(①B先生)						
yooou								
開始時間(10:00) 終了時間(11:00)								
職位・立場(看護師・人事部)								
		①科学的根拠 ○△×	②わかりやすさ ○△×	③適正性 ○△×	④公開可否 ○△×	⑤対象者への影響 + -	⑥対象者の周辺への影響 + -	⑦教育への影響・その他 フリーコメント
1	女性の健康教育の実施状況	× 現状	△ 現状	△ 現状	○ 現状	+	+	手探りで実施している。健康経営を進めている企業は義務として同じように手探りで実施している。現在は、生活習慣病指導が主体で、4月に女性検診受診に関する啓発のみ実施している状況。
2	女性の健康教育のプログラム(全体)について	○	△	○	○	+	+	厚労省のお墨付きがあれば、取り入れやすい。開発元が国立成育医療センターであれば信頼はできるが、国立がつくとハードルが高いように感じてしまう。また、国立成育医療研究センターがどんなことをしている施設かなど、説明があるといい。
3	女性の健康教育のプログラム(使用する教材)について	○	△	△	○	+	+	ライフステージごとに揃っていて、いいと思う。しかし、専門的な用語が多く、専門職以外だと難しい。
4	女性の健康教育 ロゴについて	○	○	○	○	+	+	可愛い。お尻探値みたいで可愛い。説明があるといい。
5	女性の健康教育 まるっとの名称について	○	○	○	○	+	+	プログラムが全体的にかたい印象なので、柔らかい印象を持てるから良い。
6	女性の健康教育 支援者用指導案について	△	×	×	○	-	-	導入するには、まず、幹部説得が必要なので、説明用のわかりやすい資料が欲しい。
7	女性の健康教育 支援者用テキストブックについて	○	×	△	○	-	-	内容が難しい。
8	女性の健康教育 支援者用ホームページについて	○	○	○	○	+	+	公開されたら、使いたい。
9	女性の健康教育 対象者用テキストについて	○	○	○	○	+	+	わかりやすい。
10	女性の健康教育 対象者用本編動画について	○	×	△	○	+	+	YouTubeだと社内セキュリティで使えない。大人向けのものはボリュームが多い。難しい。子どもの動画は、従業員の家族向けに使える。
11	女性の健康教育 対象者用復習アニメーションについて	○	○	○	○	+	+	わかりやすい。このくらいのボリュームがちょうど良い。
12	女性の健康教育 実践の効果について	○	△	△	○	+	+	難しい。動画の時間が長い。その辺りが改善できると良い。
13	女性の健康教育 実践における配慮すべき点について	○	×	×	○	+	+	男女むけに実施できるようにして欲しい。家族、家庭教育などできるのではないかな。

表 3-2

表3-2 女性の健康教育プログラムと指導法の評価に向けた半構造化インタビュー調査票

インタビューアー(①本田由佳)(②) 協力者(①A先生)							
実施日R3年 4月 5日							
開始時間(10:00) 終了時間(11:00)							
職位・立場(要講義・民生委員)							
	①科学的根拠 ○△×	②わかりやすさ ○△×	③適正性 ○△×	④公開可否 ○△×	⑤対象者への影響 + -	⑥対象者の周辺への影響 + -	⑦教育への影響・その他 フリーコメント
1 女性の健康教育の実施状況	○ 現状	○ 現状	○ 現状	○ 現状	+	+	学習指導要領の範囲で実施している。
2 女性の健康教育のプログラム(全体)について	○	○	△	○	+	+	取り入れたいが、学習指導要領から逸脱すると難しい。地域で親子向け、子育て支援センターなどでは実施できるかもしれない。
3 女性の健康教育のプログラム(使用する教材)について	○	○	○	○	+	+	教育したいことだが、校長の確認が必要。
4 女性の健康教育 ロゴについて	○	○	○	○	+	+	可愛い。子どもたちが喜びそう。
5 女性の健康教育 まるっとの名称について	○	○	○	○	+	+	すこく良いと思う。
6 女性の健康教育 支援者用指導案について	○	○	○	○	+	+	参考になるので、良い。
7 女性の健康教育 支援者用テキストブックについて	○	×	△	○	-	-	内容が難しい。
8 女性の健康教育 支援者用ホームページについて	○	○	○	○	+	+	自己学習用として使いいい。コロナで対面ができない時活用できそう。
9 女性の健康教育 対象者用テキストについて	○	○	○	○	+	+	わかりやすい。
10 女性の健康教育 対象者用本編動画について	○	○	×	○	+	+	コロナでリモートになっても活用できる。復習として、親子で確認できたら良い。
11 女性の健康教育 対象者用復習アニメーションについて	○	○	○	○	+	+	わかりやすい。イラストも可愛い。校長の確認が必要。
12 女性の健康教育 実践の効果について	未実施	未実施	未実施	未実施	未実施	未実施	未実施
13 女性の健康教育 実践における配慮すべき点について	○	○	×	○	+	+	女性というワードのみでは、学校では使用しにくい。男の子の情報も入れて欲しい。

図－1

図1 更年期女性の健康情報を理解できたと思いますか。
(n=35)。

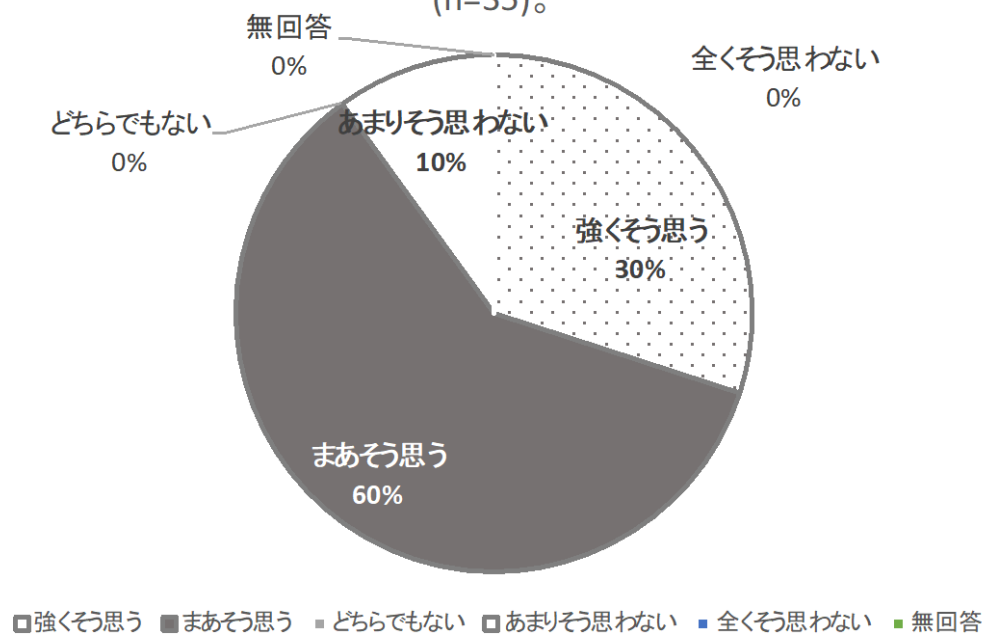


図-2

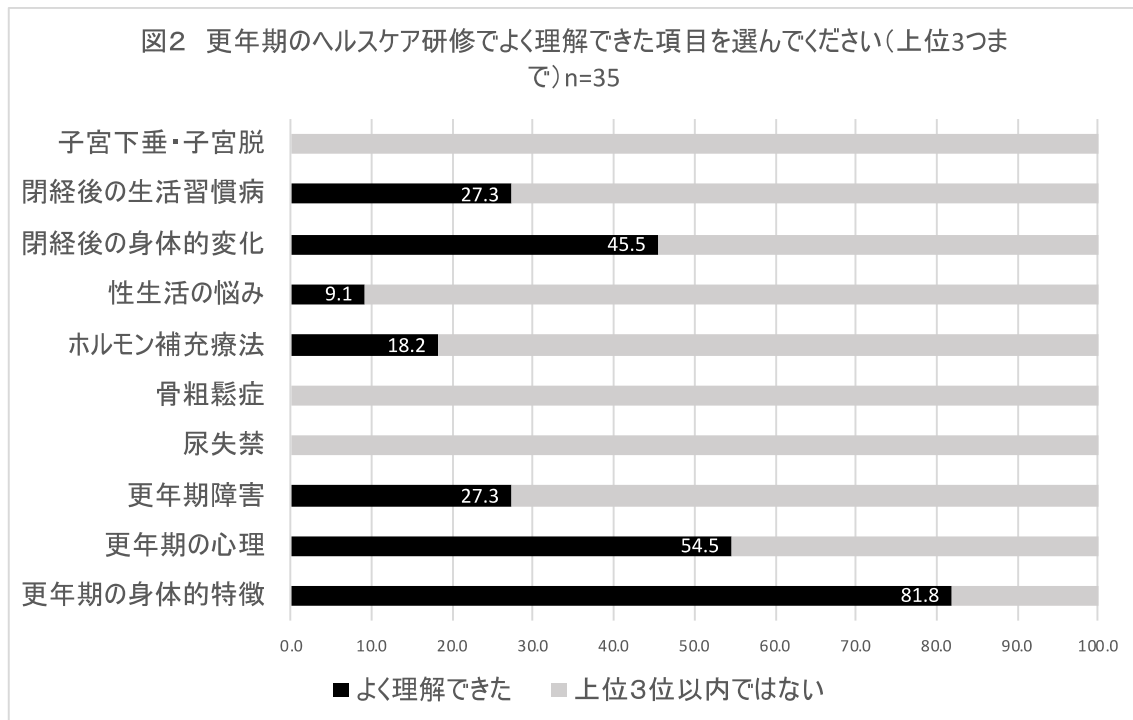
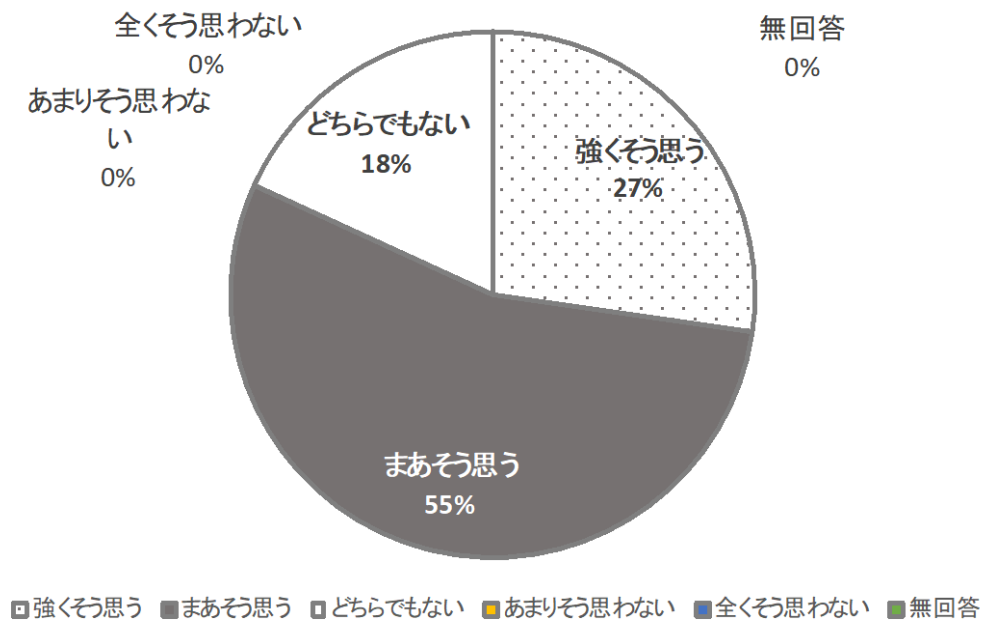


図-3

図3 今回学んだ更年期女性の健康情報を人に伝えることができると思いますか。(n=35)。



令和2年度厚生労働科学研究費補助金（女性の健康の包括的支援政策研究事業）

分担研究報告書

保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究

日本版プレコンセプションケア ポリシーブリーフの作成

研究分担者 前田恵理 秋田大学大学院医学系研究科 衛生学・公衆衛生学講座 准教授

研究分担者 荒田尚子 国立成育医療研究センター 母性内科診療部長

研究要旨：日本は世界で最も安全なレベルの周産期医療体制を提供している一方で、晩産化に伴う不妊症の増加やリプロダクティブヘルス全般に対する低い関心、若い女性の痩せと低出生体重児の割合の高止まり等、特有の多くの問題も抱えている。わが国の実情にあったプレコンセプションケアを普及するため、昨年度は日本版プレコンセプションケアの定義を「前思春期から生殖可能年齢にあるすべての人々の身体的、心理的および社会的な健康の保持および増進」として、目標を「現在から将来にわたる自らの健康のみならず次世代の健康の保持及び増進を図り、国民全体の健康を向上すること」として提案した。今年度は、社会全体を巻き込み、プレコンセプションケアを普及させていくためにポリシーブリーフの作成を行った。わが国のプレコンセプションケアの現状と課題について9項目に分けて整理した上で、プレコンセプションケアの普及で期待できる効果として、周産期医療および母子保健の向上、労働生産性の向上、生活習慣病の予防と健康寿命の延伸、格差是正など広い観点からの記載を行った。プレコンセプションケアを推進するため、教育、保健、医療、職域の各領域へ提案するとともに、社会全体で関係者が一体となった推進のため、「健やか親子21」へプレコンセプションケアの観点からの目標を追加することについても提案を行った。今後は本ポリシーブリーフを活用して、プレコンセプションケア推進の輪を広げていく。

A. 研究目的

わが国は諸外国と比較し、2017年の妊産婦死亡率は出産10万対で3.4人、周産期死亡率は出産千対で3.5人と世界で最も安全なレベルの周産期医療を提供している一方で、日本特有の多くの問題を抱えている。出生数約95万人に対し人工妊娠中絶件数は16万件と多い一方で、晩産化に伴う不妊治療数も増加している。また、性と生殖に関する教育の国際標準への未到達に

も見られるとおり、リプロダクティブヘルス全般に対する低い関心と低ヘルスリテラシーも指摘されている。若い女性の低栄養や2割に上る「やせ」、それに伴うと考えられる低出生体重児数の割合の高止まりは次世代に引き継がれる健康問題として懸念される。

このような諸問題を踏まえると、わが国の実情にあったプレコンセプションケアの導入が不可欠である。そこで昨年度、本研

究班では「日本版プレコンセプションケア」の定義および目標の提案を行い、定義を「前思春期から生殖可能年齢にあるすべての人々の身体的、心理的および社会的な健康の保持および増進」、目標を「現在から将来にわたる自らの健康のみならず次世代の健康の保持及び増進を図り、国民全体の健康を向上すること」とした。

今年度は、社会全体を巻き込みながらプレコンセプションケアを普及する目的で、エビデンスや課題をわかりやすく提示し、政策提案を行うポリシーブリーフを作成した。

B. 研究方法 および C. 研究結果

2019年10月に国立成育医療研究センタープレコンセプションケアセンターと共催した『プレコンセプションケアを考える会』の議論、文献レビュー、および当研究班内での議論を踏まえて作成したポリシーブリーフは別添資料のとおりである。

はじめにプレコンセプションケアの概要を示すと共に『プレコンセプションケアを考える会』で提起されたわが国の課題について、

- (1) 計画妊娠
 - (2) リプロダクティブライフプラン
 - (3) やせと肥満
 - (4) 低栄養と葉酸不足
 - (5) 喫煙・飲酒・薬物
 - (6) リプロダクティブヘルス全般に対するリテラシー
 - (7) 慢性疾患
 - (8) 感染症
 - (9) 職業性および環境中有害物質曝露
- の9項目に分け、文献に基づく現状と課題

の整理を行った。

次に、プレコンセプションケアの普及で期待できる効果として、米国や世界保健機関が示してきた母子保健指標の改善、生活習慣病予防、健康格差の縮小等に加え、労働生産性とQOLの向上や健康寿命の延伸等、行政や職域の関心につながる効果も明記することとした。

最後に、プレコンセプションケアを推進するための提案として、

(1) 教育：わが国の性と生殖に関する学校教育を国際標準へ

(2) 保健：地域ぐるみで切れ目ない保健介入を

(3) 医療：全診療科でプレコンセプションケアの概念を共有し、産婦人科は地域のリプロダクティブヘルス推進拠点に

(4) 職域：プレコンセプションケアで生産性向上を

として、関係する4領域への提案を行った。(5) 社会全体で若者と将来の子どもたちの健康を温かく支援しようとして、関係者が一体となってプレコンセプションケアを推進するために「健やか親子21」にプレコンセプションケアの観点からの目標の追加することを提案した。

D. 考察

日本版プレコンセプションケアでは、近年の多様なライフスタイルを踏まえて、子どもを持つ意思に関わらず、全ての若者の健康の保持増進をプレコンセプションケアと定義し、国民全体の健康の向上を目標としている。本ポリシーブリーフでは、将来の子どもたちの健康や母子保健の向上のみならず、本人の健康増進についても重視した

記載を心がけた。産婦人科、小児科、母子保健関係者のみならず、全ての診療科の医療従事者や産業保健・地域保健関係者に関心を持っていただき、一体となって推進していきたい。

本ポリシーブリーフは専門家の助言と文献レビューに基づき作成したが、プレコンセプションケア領域では観察研究は多い一方、介入研究は世界的にも未だ限られているのが現状である。今後、わが国からもプレコンセプションケアのエビデンス創出を行っていく必要があり、ポリシーブリーフも定期的に更新して行く予定である。

E. 結論

社会全体を巻き込み、プレコンセプションケアを普及させていくためにポリシーブリーフを作成した。わが国のプレコンセプションケアの現状と課題について9項目に分けて整理した上で、プレコンセプションケアの普及で期待できることとして、周産

期医療と母子保健の向上に加えて労働生産性の向上、生活習慣病の予防と健康寿命の延伸、格差是正など広い観点からの記載を行った。プレコンセプションケアを推進するために教育、保健、医療、職域の各領域で検討されうる方策についても提案し、社会全体で推進するために「健やか親子21」へ目標を追加することについても提案を行った。プレコンセプションケア推進の輪を広げるため、本ポリシーブリーフを活用していく。

G. 研究発表

前田 恵理. 世界のプレコンセプションケアの動向. 産科と婦人科 87(8) 881-886. 2020年8月

H. 知的財産権の出願・登録状況

なし

【資料】 日本版プレコンセプションケア ポリシーブリーフ（初案）

1. プレコンセプションケアとは？

プレコンセプションケアは「前思春期から生殖可能年齢にあるすべての人々の身体的、心理的および社会的な健康の保持および増進」と定義される¹。現在から将来にわたる自らの健康のみならず、次世代の健康の保持及び増進を図り、国民全体の健康を向上することを目標としており、次世代までを視野に入れた国民的なヘルスプロモーションの一分野である。

プレコンセプションケアは当初、母子保健の向上を目的として米国の保健医療政策に組み入れられたが、男女を問わず、子供を持つ意思があるか否かに関わらず、すべての人々の健康増進につながる概念である²。国民全体の健康増進には、成育サイクル（図1）を含むあらゆるライフステージを網羅した保健医療施策が欠かせないことから、プレコンセプションケアの考え方を社会全体と共有していくことが必要である。

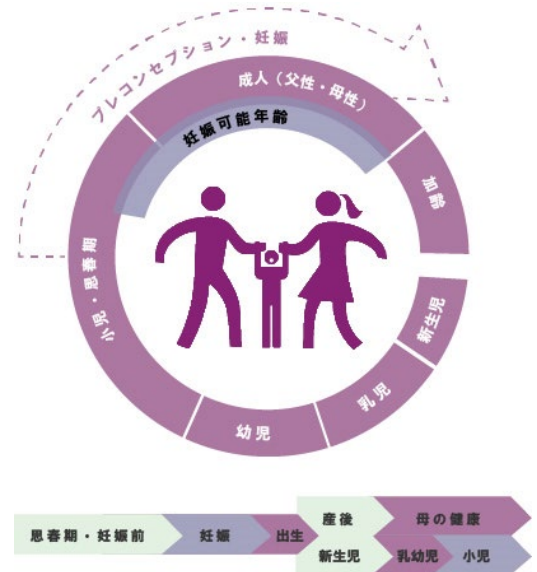


図1 成育サイクルとプレコンセプションケア

（文献2より転載）

2. プレコンセプションケアに関する日本の現状と課題

日本の妊産婦死亡率は出産10万対3.3人、周産期死亡率は出産千対3.4人と³世界で最も安全なレベルの周産期医療を提供している一方で、日本特有の多くの問題も抱えている（図2）。

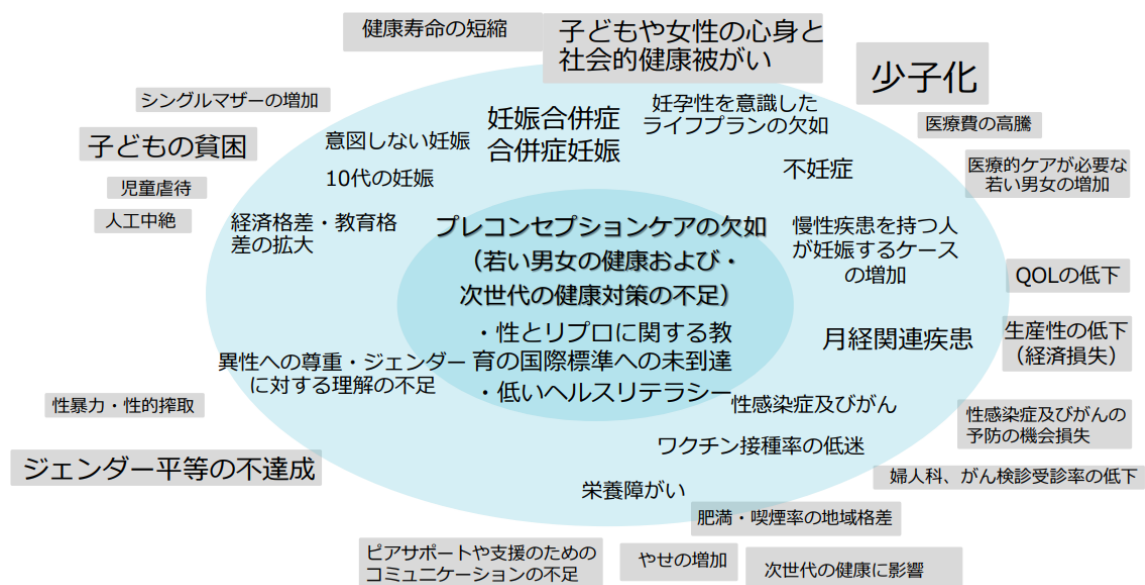


図2 日本のプレコンセプションケアに関する課題

(1) 計画妊娠

わが国の正確な計画外妊娠の割合は不明であるが、4割以上と考えられており⁴、2018年の人工妊娠中絶件数は16万件（同年出生数は約92万）であった⁵。計画外妊娠は母子の健康（自然流産、早産、低出生体重、産後うつ等）や妊娠前～妊娠中の行動（飲酒・喫煙・受診・葉酸摂取）と関連することが知られている⁶。また、経産婦では出産から次の妊娠までの期間が短いほど母体合併症や周産期死亡等が増加する⁷。持病のある女性の妊娠・出産も増加していることから、年齢や婚姻・出産歴の有無を問わず、計画妊娠の重要性について普及啓発を行い、母子の健康を守る必要がある。わが国の主要な避妊方法はコンドーム（83%）で、より確実な避妊効果が得られる経口避妊薬の内服率は低い（3%）⁸、多様な避妊法に対するニーズを満たす保健医療体制も求められる。

(2) リプロダクティブライフプラン（長期的な計画）

晩産化が進行³するとともに妊娠・分娩合併症は増加し、不妊治療のニーズも高まっている。わが国では年間45万件もの生殖補助医療が行われているが⁹、リプロダクティブライフプランを持つことや、婦人科疾患の早期治療をはじめとするプレコンセプションケアの実践により、予防可能な不妊症も存在する。晩産化の時代に生きる若者の選択肢を広げるためにもリプロダクティブライフプランの基礎である医学的情報とプレコンセプションケアの提供が欠かせない。

(3) やせと肥満

低出生体重児の割合（9.4%, 2019年）³はわが国で最も懸念される母子保健指標である。他の先進諸国と比較しても低出生体重児の割合が高い理由として、周産期医療の進歩、多胎分娩の増加、母体年齢の上昇など複合的な要因が指摘されているが¹⁰、妊娠前～妊娠中の母親のやせ・低栄養と低出生体重児の出生の関連が報告されている¹¹。一方で妊娠前の肥満も様々な妊娠分娩合併症と強く関連する¹¹。

1990年以降、20代女性のやせ（BMI<18.5）の割合は20%以上¹²と高水準で推移しており、肥満も8.9%（20代女性）、15.0%（30代女性）と諸外国に比べると少ないものの近年漸増傾向にある¹²。健康な体重は妊娠希望を問わず、生涯の健康に影響することから、若者の健康な体重について注視していく必要がある。

(4) 低栄養と葉酸不足

男女ともリプロダクティブヘルスに健康的な食事は欠かせないが、特に20代女性の摂取エネルギー量の平均値は1600kcal/日と極めて少なく¹²、推定エネルギー必要量に届いていない。また、20～30代女性の約1割は血色素量12g/dL未満であるが¹²、妊婦の鉄欠乏性貧血と早産・低出生体重との関連は多くの研究から

示されており¹³、プレコンセプション期の貧血とも同様の関連が示唆される¹⁴。2000年に厚生省は、およそ妊娠1か月以上前から妊娠3か月まで妊娠の可能性がある女性は、神経管閉鎖障害のリスク低減のために、通常の食事からの葉酸摂取に加えて栄養補助食品から1日400 μ gの葉酸を摂取するよう通知¹⁵を出しているが、エコチル調査によれば適切な葉酸サプリメント摂取を行った妊婦は8%に過ぎない¹⁶。食事からの葉酸摂取量（平均値）も20代女性で226 μ g/日と他の年代以上に不足している¹²ことから、健康な食生活と妊娠前からの葉酸摂取について若い世代への啓発が必要である。

(5) 喫煙・飲酒・薬物

飲酒・喫煙に関する知識の普及啓発により、若い世代の飲酒・喫煙は減少傾向にあり、妊婦の飲酒率は1.2%、喫煙率は2.7%まで減少している¹⁰。一方で父親の喫煙率は減少傾向にあるものの依然高いこと、産後に母の喫煙が再開される傾向にあること、喫煙率の地域差が大きいこと等¹⁰から、プレコンセプション期も含めた一層の啓発の継続が必要である。なお、わが国の違法薬物使用者は諸外国と比べると極めて少ないが¹⁷、諸外国では大麻の生殖機能や妊娠・胎児への影響を含めた危険性について情報発信されており、本邦でも注視する必要がある。

(6) リプロダクティブヘルス全般に対するリテラシー

子宮頸がん予防ワクチンの積極的接種勧奨の差し控え以降、定期の子宮頸がん予防ワクチン接種率は1%未満が続いている¹⁸。20代の子宮頸がん検診受診率は26.5%¹⁹、経口避妊薬の内服率も3%⁸と、若い女性が定期的に婦人科を受診し、リプロダクティブヘルスに関するサービスを受ける機会は極めて少ない。わが国の性と生殖に関する学校教育を国際標準へ引き上げ、リプロダクティブヘルスに対する国民的関心を高めるとともに、リプロダクティブヘルスサービスにアクセスしやすいよう社会的・経済的・心理的障壁を取り除いていく必要がある。

(7) 慢性疾患

晩産化や医療の発展に伴い、慢性疾患を持つ女性の妊娠は増加しているが、プレコンセプション期から疾患をコントロールすることで母児の予後を改善できる可能性がある。例えば、糖尿病を抱える女性では妊娠初期（まだ妊娠に気づかない器官形成期）の血糖コントロールが悪いほど先天奇形の出現率が高くなることが知られている²⁰。慢性疾患を抱える若者には、プレコンセプション期から産後まで一連の介入が必要で、適切なリスク低減には、患者自身と主治医双方がプレコンセプションケアを日頃より理解することが重要である。患者側は妊娠を計画し、主治医と共有すること、主治医は日常的に患者の妊娠希望や意思を確認することが求められる

21。

また、生殖可能年齢男女での精神疾患の有病率は高く、妊娠期の精神疾患は妊娠糖尿病、低出生体重、早産など母児の健康と関連するが、疾患そのものの影響だけでなく、低栄養、喫煙、飲酒、妊婦健診の未受診等のリスク行動、暴力や貧困など社会的支援が必要な環境など、複合的な要因によると考えられている²²。本人と将来の児の健康のため、妊娠前からの医療と行政による総合的な支援が必要である。

(8) 感染症

感染症は妊孕性、流死産、胎児や新生児の健康に大きな影響を及ぼすが、一部は予防や治療が可能である。性感染症の一次・二次予防に加え、プレコンセプション期男女に対する積極的なワクチン接種支援（風疹・麻疹・インフルエンザ・子宮頸がん等）、リステリア感染症や TORCH 症候群等に関する情報提供を行う必要がある^{21, 23, 24}。

(9) 職業性および環境中有害物質曝露

重金属、有機溶媒、農薬等へ曝露する労働者で妊孕性が低下する報告もある。個人防護具の適切な使用方法と、適切に使用しない場合の生殖能力や次世代への健康影響等について全労働者へ教育を行い、特に若い労働者の健康を守る必要がある。環境中の有害物質（殺虫剤、重金属、工業物質、放射性物質、暑熱、騒音等）は個人レベル、国家レベル、国際レベルで低減していくべきで、個人で完全には避けることは困難だが、特にプレコンセプション期から妊娠中は、可能な範囲でも曝露を低減できるよう自ら防御する必要があり、適切な情報提供が必要である^{21, 25}。

3. プレコンセプションケアの普及で期待できること

プレコンセプションケアを普及させることにより、

- ◆ 良好な妊産婦死亡率および周産期死亡率の維持と一層の低下
 - ◆ 計画外妊娠の予防
 - ◆ 妊娠分娩合併症・不妊症の予防
 - ◆ 流死産、早産、低出生体重の予防
 - ◆ 先天性疾患（神経管閉鎖障害・先天性風疹症候群等）の予防
- 等の様々な母子保健指標の改善が期待できるのみならず
- ◆ リプロダクティブヘルスケアの利用による QOL や労働生産性の向上
 - ◆ 将来の生活習慣病の予防
 - ◆ 健康格差の是正
 - ◆ 健康寿命の延伸

等の国民全体の健康増進に直結することが期待される²。

4. プレコンセプションケアを推進するための提案

(1) 教育：わが国の性と生殖に関する学校教育を国際標準へ

包括的セクシュアリティ教育では、8つの教育内容（人間関係、価値観・人権・文化・セクシュアリティ、ジェンダーの理解、暴力と安全確保、健康と幸福のためのスキル、人間のからだと発達、セクシュアリティと性的行動、性と生殖に関する健康）を4つのステップごとにスパイラルに進め、子どもや若者の健康、幸福、尊厳を実現する。わが国でも国際標準である包括的セクシュアリティ教育を推進し、前思春期からプレコンセプションケアの基礎であるリプロダクティブヘルス・ライツを理解し、ヘルスリテラシーを高めることが必要である。青年期には、誰もが自らリプロダクティブライフプランを持ち、実現するための健康管理を行うことができるよう、年齢に応じたカリキュラムの作成を提案する。

(2) 保健：地域ぐるみで切れ目ない保健介入を

概ね健康である若者では、学校卒業から妊娠まで長期間にわたって保健医療と関わる機会が少ない者も多く、プレコンセプションケアを受ける機会が失われている。子宮頸がん検診時の無償プレコンセプション健診、20歳の節目健診など、青年期から自身の健康への関心を高める保健介入を提案する。また、既存の母子保健事業（乳幼児健診や乳児家庭全戸訪問事業）の枠組みを利用した妊娠間（インターコンセプション）ケアを行い、特に妊娠・分娩時の異常を経験した母、社会経済的に厳しい立場にある父母、そして次子の健康を守ることを提案する。

(3) 医療：全診療科でプレコンセプションケアの概念を共有し、産婦人科は地域のリプロダクティブヘルス推進拠点に

産婦人科以外の診療科においても、特に慢性疾患を持つ若い患者にはリプロダクティブライフプランの確認を行い、希望を叶えるための支援を行うことが求められる。全国的全診療科で日常的にプレコンセプションケアが行われるよう、医療関係者全体への啓発が必要である。また、産婦人科医療機関には地域のリプロダクティブヘルス推進拠点としての役割が期待される。例えば、自治体の医療証発行により10代から月経、避妊、性感染症等について無料で相談に行くことができる制度や、保健所によるHIV検査相談のみならず産婦人科診察も受けられる仕組み等を行政と連携して構築することを提案する。

(4) 職域：プレコンセプションケアで生産性向上を

プレコンセプションケアは、不妊や月経関連疾患による労働損失を改善し、健康な妊娠・出産・子育てにより労働生産性を向上させることができる。若い職員の健康を守ることで将来の生活習慣病を予防にもつながり、健康保険組合にとっては医療費の削減にもつながる。プレコンセプションケアを健康経営の一つとして位置づけ、職域でも積極的に推進していただきたい。また、若い消費者が自ずと健康づくりに向き合えるための商品やサービスの開発や、プレコンセプションケアに貢献する企業への投資など経済界からの支援も期待する。

(5) 社会全体で若者と将来の子どもたちの健康を温かく支援しよう

(1)～(4)を各分野が連携しながら進め、社会全体で若者と将来の子どもたちの健康を願い、温かく見守り、支援を惜しまない社会をつくる必要がある。

関係者が一体となって推進する母子保健の国民運動計画として、21世紀の母子保健の取組の方向性と目標や指標を示した「健やか親子21」があるが、健やか親子21の対象は妊産婦、乳幼児、学童期、思春期であり、青壮年保健としての国家的指標は設けられていない。プレコンセプションケアを関係者が一体となって推進するため、わが国の現状と課題を踏まえて、以下の指標を提案する。

- ◆ 妊娠前の妊婦の喫煙率
- ◆ 妊娠前の妊婦の飲酒率
- ◆ 妊娠前に健康な体重であった母親の割合
- ◆ 妊娠の1か月以上前から葉酸（毎日400 μg以上）を強化食品またはサプリメントから取っていた妊婦の割合
- ◆ 計画外妊娠の割合
- ◆ 前回出産から18カ月以内の妊娠の割合
- ◆ HPV予防接種者の割合
- ◆ 妊娠前にプレコンセプションケアを受けた母親の割合
- ◆ 妊娠・分娩時の異常について定期的に診察を受けた母親の割合（産後4か月時点）
- ◆ かかりつけ産婦人科医を持つ女性の割合
- ◆ 不妊に悩む男女の割合

文献

1. 令和元年度厚生労働科学研究費補助金（女性の健康の包括的支援政策研究事業）「保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究」分担研究報告書「日本におけるプレコンセプションケアの定義案と目標案」
2. World Health Organization. "Preconception care to reduce maternal and childhood mortality and morbidity." Meeting Report and Packages of Interventions: WHO HQ, February. 2012.
3. 厚生労働省. 人口動態統計（2019 年）
4. Huynh, S.T., Yokomichi, H., Akiyama, Y., Kojima, R., Horiuchi, S., Ooka, T., Shinohara, R., Yamagata, Z., 2020. Prevalence of and factors associated with unplanned pregnancy among women in Koshu, Japan: cross-sectional evidence from Project Koshu, 2011–2016. BMC Pregnancy and Childbirth 20.. doi:10.1186/s12884-020-03088-3
5. 厚生労働省. 平成 30 年度衛生行政報告例.
6. Gipson, J.D., Koenig, M.A., Hindin, M.J., 2008. The Effects of Unintended Pregnancy on Infant, Child, and Parental Health: A Review of the Literature. Studies in Family Planning 39, 18–38.. doi:10.1111/j.1728-4465.2008.00148.x
7. Schummers, L., Hutcheon, J.A., Hernandez-Diaz, S., Williams, P.L., Hacker, M.R., Vanderweele, T.J., Norman, W.V., 2018. Association of Short Interpregnancy Interval With Pregnancy Outcomes According to Maternal Age. JAMA Internal Medicine 178, 1661.. doi:10.1001/jamainternmed.2018.4696
8. Yoshida, H., Sakamoto, H., Leslie, A., Takahashi, O., Tsuboi, S., Kitamura, K., 2016. Contraception in Japan: Current trends. Contraception 93, 475–477.. doi:10.1016/j.contraception.2016.02.006
9. Ishihara O, Jwa SC, Kuwahara A, Katagiri Y, Kuwabara Y, Hamatani T, Harada M, Osuga Y. Assisted reproductive technology in Japan: A summary report for 2018 by the Ethics Committee of the Japan Society of Obstetrics and Gynecology. Reprod Med Biol. 2020 Nov 20;20(1):3-12. doi: 10.1002/rmb2.12358. PMID: 33488278; PMCID: PMC7812461.
10. 厚生労働省. 「健やか親子 21（第 2 次）」の中間評価等に関する検討会報告書.
11. Enomoto, K., Aoki, S., Toma, R., Fujiwara, K., Sakamaki, K., Hirahara, F., 2016. Pregnancy Outcomes Based on Pre-Pregnancy Body Mass Index in Japanese Women. PLOS ONE 11, e0157081.. doi:10.1371/journal.pone.0157081
12. 国民健康・栄養調査（2019 年）
13. Allen, L.H., 2000. Anemia and iron deficiency: effects on pregnancy outcome. The American Journal of Clinical Nutrition 71, 1280S–1284S..

doi:10.1093/ajcn/71.5.1280s

14. Ronnenberg, A.G., Wood, R.J., Wang, X., Xing, H., Chen, C., Chen, D., Guang, W., Huang, A., Wang, L., Xu, X., 2004. Preconception Hemoglobin and Ferritin Concentrations Are Associated with Pregnancy Outcome in a Prospective Cohort of Chinese Women. *The Journal of Nutrition* 134, 2586–2591.
doi:10.1093/jn/134.10.2586
15. 厚生省「神経管閉鎖障害の発症リスク低減のための妊娠可能な年齢の女性等に対する葉酸の摂取に係る適切な情報提供の推進について」平成 12 年. 児母第 72 号・健医地生発第 78 号 (通知)
16. Ishikawa T, Obara T, Nishigori H, Nishigori T, Metoki H, Ishikuro M, Tatsuta N, Mizuno S, Sakurai K, Nishijima I, Murai Y, Fujiwara I, Arima T, Nakai K, Yaegashi N, Kuriyama S, Mano N. Update on the prevalence and determinants of folic acid use in Japan evaluated with 91,538 pregnant women: the Japan Environment and Children's Study. *J Matern Fetal Neonatal Med.* 2020 Feb;33(3):427-436. doi: 10.1080/14767058.2018.1494712. Epub 2018 Aug 19.
17. 令和元年版犯罪白書. http://hakusyo1.moj.go.jp/jp/66/nfm/n66_2_4_2_1_2.html
18. 厚生労働省. 定期の予防接種実施者数.
<https://www.mhlw.go.jp/topics/bcg/other/5.html>
19. 国民生活基礎調査 (2016 年)
20. 末原 節代, 和栗 雅子, 若林 可奈, 中西 功. 当センターにおける糖代謝異常妊婦の頻度と先天異常に関する検討. *糖尿病と妊娠*. 10 巻 1 号 104-108.
21. Shawe, Jill, Eric AP Steegers, and Sarah Verbiest. *Preconception Health and Care: A Life Course Approach*. Springer International Publishing, 2020.
22. Stein A, Pearson RM, Goodman SH, Rapa E, Rahman A, McCallum M, Howard LM, Pariante CM. Effects of perinatal mental disorders on the fetus and child. *Lancet*. 2014 Nov 15;384(9956):1800-19. doi: 10.1016/S0140-6736(14)61277-0. Epub 2014 Nov 14.
23. Coonrod DV, Jack BW, Stubblefield PG, Hollier LM, Boggess KA, Cefalo R, Cox SN, Dunlop AL, Hunter KD, Prasad MR, Lu MC, Conry JA, Gibbs RS, Hogan VK. The clinical content of preconception care: infectious diseases in preconception care. *Am J Obstet Gynecol*. 2008 Dec;199(6 Suppl 2):S296-309. doi: 10.1016/j.ajog.2008.08.062.
24. Coonrod DV, Jack BW, Boggess KA, Long R, Conry JA, Cox SN, Cefalo R, Hunter KD, Pizzica A, Dunlop AL. The clinical content of preconception care: immunizations as part of preconception care. *Am J Obstet Gynecol*. 2008 Dec;199(6 Suppl 2):S290-5. doi: 10.1016/j.ajog.2008.08.061.

25. McDiarmid MA, Gardiner PM, Jack BW. The clinical content of preconception care: environmental exposures. *Am J Obstet Gynecol.* 2008 Dec;199(6 Suppl 2):S357-61. doi: 10.1016/j.ajog.2008.10.044.

分担研究報告書

新型コロナウイルス感染症流行が生活習慣や健康に及ぼす影響の
実態把握に向けた研究－女性への健康支援の観点から－

研究分担者	山本 精一郎	国立がん研究センターがん対策情報センター 特任研究部長
	山上 須賀	国立がん研究センターがん対策情報センター 特任研究員
研究協力者	武藤 香織	東京大学医科学研究所 教授

研究要旨

本研究では、新型コロナウイルス感染拡大前後の心身の健康状態の悪化傾向を包括的に把握し、悪化傾向がみられる本人・家族の属性（家族構成、就労状況、経済状況）や、新型コロナウイルス感染症拡大による生活・就労面での変化を1万人規模の全国インターネット調査により把握し、健康面での支援が必要な属性の詳細を明らかにすることを目的とする。調査の結果、男女合わせた結果であるものの、コロナ拡大後に体の健康状態が悪くなったと答えなかった人に見られた特徴は、コロナにより生活や働き方に変化がない、もしくは変化に対し特に何も感じなかった、ことであった。反対に、コロナ拡大後に体の健康状態が悪くなったと答えた人に見られた特徴は、生活や働き方に変化があった、もしくは変化に対し悪いと感じていることであった。さらに、悪くなったと答えた人は、もともと体の不調を訴えている人が多いという特徴があった。コロナ拡大後に心の健康状態が悪くなったと答えなかった人、悪くなったと答えた人に見られた特徴も、概ね、同様の傾向であったが、いくつかの項目について、より強く差が出ている傾向にあった。今後は、男女別の解析や、複数要因の解析、心身共に健康状態が悪化した人に焦点を当てた解析などを統計的な手法を用いて行うことによって、より詳細な仮説を検討することにした。

A. 研究目的

【研究の意義】

新型コロナウイルス感染症拡大により、外出自粛などの行動制限、徹底した感染対策の実施、リモートワークなど多様な働き方など、新しい生活様式の実践が進められている。

こうした生活・社会の変化や経済活動の落ち込みなどは、心身の健康状態にも影響があると考えられ、健康関連 QOL の変化や、精神的な健康状態への影響、食事量・回数が変化しているとの報告がある 1-13。特に、女性においては、経済的責任や、就労上の制限、家事負担の影響から心理的負担が増加し、精神的な健康状態が悪化しており、健康面での支援の必要性が指摘されている。

そこで本研究では、新型コロナウイルス感染拡大前

後の心身の健康状態の悪化傾向を包括的に把握し、悪化傾向がみられる本人・家族の属性（家族構成、就労状況、経済状況）や、新型コロナウイルス感染症拡大による生活・就労面での変化を1万人規模の全国インターネット調査により把握し、健康面での支援が必要な属性の詳細を明らかにすることを目的とする。

また、こうした健康面での支援を効果的に実施するために、支援を必要とする属性が、日常的にどのような媒体から情報を得ているのか、公的な支援に対する情報感度などを明らかにし、より効果的なプロモーション方法も合わせて検討することを本研究の目的とする。

【目的】

1. 新型コロナウイルス感染症拡大により、短期的な心身の健康状態の悪化を自覚している属性を把握し、就労形態や経済状況、働き方などが、短期的な

心身の健康状態悪化に与える影響を明らかにする。

2. 短期的な心身の健康状態が悪化していると自覚を持つ属性に対して、必要とされる健康保持・増進、改善に向けた支援策の内容や、健康支援が必要な属性に対して公的な支援情報をどのような媒体などで周知することが有用かを検討する材料を得る。

プライマリ・エンドポイント（もっとも関心のある疾患・症状）：

コロナ下における調査時点の身体的な健康状態（主観的評価及び身体的有訴数の変動）、および精神的な健康状態（ストレス原因の変化）

B. 研究方法

【研究対象者の選定方針】

新型コロナウイルス感染症拡大による生活・社会の変化などは、生活や就労に対して直接的な影響を与える。こうした生活や就労の変化は、心身の健康状態に影響を与えと考えられる。これらの影響は、対象者が置かれた経済的責任や就労上の制限、家事負担といった自身を取り巻く環境により、影響の程度や良い・悪いといった評価の差異につながると予測される。特に、自覚として健康状態が悪化している層に対しては、早急な健康支援が必要である。したがって、全国規模でできるだけ早い時期に本調査を開始することは、具体的な支援策や支援策に関する情報提供を検討するために重要と考える。

そのため、この目的に合致した、幅広い年齢層、全国から対象者を得る現実的な方法として、ネットリサーチ会社のモニターを用いたインターネット調査を行う。ただし、インターネット調査では、インターネットを用いることができ、かつ、モニターとして登録した人のみが対象となる偏りがあることを十分考慮して結果の解釈を行う必要がある。

＜選択規準＞

- 1) ネットリサーチ会社に登録しているモニター
 - 2) 20歳以上79歳以下（学生は除外する）
 - 3) インフォームド・コンセントが得られている
- ＜除外規準＞

1) 研究代表者が対象として不適切と判断した者

【研究の期間及び方法】

＜研究の期間＞

研究許可日から2022年3月31日まで

＜研究のデザイン＞

ネットリサーチ会社モニターを用いたインターネット調査。心身の健康状態が悪くなったものをケース、悪くないものをコントロールとし、インターネット調査のモニターから対象者の属性を比較することにより、心身の健康状態が悪くなった集団の属性の把握を試みる断面研究。断面研究であることから、因果の逆転や因果推論については十分考慮する。

ケース・コントロールサンプリングを行い、10,000名程度を対象とする予定である。

＜調査方法＞

無記名質問票調査：Web入力形式を用いる。質問票調査の回答に要する時間は20分程度を見込んでいる。

＜調査項目＞

インターネット上によるインフォームド・コンセント等

調査への協力意思、さらに調査を行うことになった場合の協力意図、他の機関へのデータ提供

スクリーニングのための質問

- ・性別
- ・年代（5歳刻み）
- ・現在の居住地（都道府県単位）
- ・職業（日本標準産業分類に準拠14。学生は対象外）
- ・新型コロナウイルス感染症拡大の影響による身体的な/精神的な健康状態の悪化有無（主観的評価）

本人・家族の属性

- ・家族構成（同居家族構成、婚姻状況・子ども有無、共働き家庭であるか、家事負担度合、妊娠有無）
- ・本人及び配偶者の就労状況（雇用形態、業種・職

種、勤務場所、勤務時間)

- ・経済状況（個人年収・世帯年収、負債、公的支援申請有無）
- ・最終学歴

コロナ下において生活・就労等での変化

- ・就業上の変化（解雇/転職有無）
- ・生活や働き方に起こった変化と変化に対する評価（月額給料、一日の過ごし方（在宅時間、労働時間等、コミュニケーション量、通院頻度、身体活動量、食事量、睡眠時間・時間帯、外出頻度 等）

客観的な心身の健康状態評価

- ・飲酒頻度、量
- ・喫煙頻度、量
- ・身体的な自覚症状（国民生活基礎調査健康票15を活用）
- ・通院有無
- ・精神的な状態（K6を活用16,17）

特に、女性に対しては、女性特有の症状（月経随伴症状等）や女性に多い症状・疾病（片頭痛等）の状況についても確認

有効な情報提供ツールの探索のための項目

- ・将来への不安（新型コロナウイルス感染症拡大に対する不安、今後の生活への不安）
- ・情報に対する感度（公的な支援に対する認知、普段接する情報）
- ・有効なプロモーションツールの模索（悩みを相談する先、よく利用する情報媒体 等

【統計的事項】

＜必要サンプルサイズの設定根拠＞

割合で評価された曝露属性をケースとコントロール間で比較する場合、最もサンプルサイズが必要となる曝露割合50%で5%の曝露割合の差を検出するためには、 α エラーを両側5%、検出力を90%として、必要なサンプルサイズはケース・コントロール合わせて4000名強程度である。男女で仮説を検証して比較することを想定し

ているため、男女それぞれで4000名必要と考え、回答不備者等を考慮し、目標サンプルサイズを10,000名とする。

【解析対象集団】

解析対象集団は欠損値が多い等、不適切な回答者を除いた有効回答者の集団とする。有効回答者の定義は8割以上の回答および、明らかに不適切な回答（すべて同じ選択肢に回答など）を除いたものとするが、迷う対象については、解析開始前に研究代表者がデータクリーニングの未決定し、データ固定を行う。

【解析方法】

解析方針は以下の通りとする。

1) ケースとコントロールにおける属性比較

主観的に身体的な健康状況が悪化したと答えた群とそうでない群で、各属性を比較する。比較は割合や平均などの代表値で行うとともに、統計量に応じて χ^2 検定やt検定などにより比較を行う。主観的に精神的な健康状態が悪化したもの、客観的な指標にて身体的健康、精神的な健康が悪化したものについても同様の解析を行う。

2) 心身の健康状態が悪化した集団の特定

特に心身の状態が悪化した属性の組み合わせを探索する。属性の組み合わせは、1)の解析により仮説を立て、層別解析や回帰的手法およびその他の多変量解析の手法により、統計的な検討を行う。

なお、本報告書においては、予備的な解析として男女を合わせた解析を行い、関連のある項目を中心に仮説を作成し、次年度に男女差を見るなどより詳細な解析を行う。

（倫理面への配慮）

本研究は、国立がん研究センター研究倫理委員会の承認を受け、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」を遵守して実施した。

【インフォームド・コンセント】

本研究は、介入を行わず人体から取得された試料を

用いないが、要配慮個人情報を取得して研究を実施するため、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」の第12の1(1)イ(イ)②(i)に従い、研究対象者から適切な同意を受ける。具体的には、研究の概要の説明を質問票とともに提示し、調査協力への同意に関するチェックボックスへの記入がされたことをもって適切な同意が取得されたものとする。

【個人情報等の取扱い】

＜匿名化の方法及び安全管理措置＞

本研究はネットリサーチ会社のモニターを用いたインターネット調査であり、研究者は個人を特定する情報を保有しない。継続調査を行う場合についても、ネットリサーチ会社が対象者の連結を行うため、研究者は個人を特定する情報を保有しない。研究結果の報告、発表に関しても個人を特定される形では公表しない。

C. 研究結果

調査は2021年3月12日～3月24日に実施した。調査対象者として60,000人に対してスクリーニングを行い(2021.3.12-2021.3.16)、そのうちの10,000人に対して調査回収を行った(2021.3.22-2021.3.24)。

本報告書では、予備的解析結果として、男女をまとめた形で、新型コロナウイルス下の生活の中で本人主観として、体の健康状態、心の健康状態が悪くなったかどうかに関連する要因について報告する。個別の集計は、付録の結果1、結果2を参照されたい。女性に焦点を当てたより詳細な解析は令和3年度引き続き実施することとする。

本調査では、「新型コロナウイルス下の生活の中で、体の健康状態が悪くなったと感じることはありますか」「新型コロナウイルス下の生活の中で、体の健康状態が悪くなったと感じることはありますか」という設問に対する「はい」「いいえ」の回答でケース・コントロールサンプリングを行い、それに関連する因子を調べた。ここでは、要因を持つ割合が、全体での割合に対して、健康状態が悪くなったと答えた人（はいと答えた人）、もしくは悪くなったと答えなかった人（いいえと答えた人）の割合が5ポイント以上上または5ポイント以上下出会った項目を列挙する。

【体の健康状態と関連する要因】

（Q中の下線部は心の健康状態の結果と異なるものを示す）

体の健康状態が悪くなったと答えた人が、全体に対し多く持っていた要因は、

Q15. 日々の中での支出の中で負担が多いものという問いに対し、コロナ拡大後「食費」「水道・光熱費」

Q20. 生活や働き方に起こった変化という問いに対し、運動量が減った、大幅に減った、座っている時間が増えた、子どもと過ごす時間が増えた、家事をする時間が増えた、自炊することが増えた、外出頻度が大幅に減った

Q21. 生活や働き方に起こった変化をどのように感じているかという問いに対し、運動量の変化をとても悪いと感じている

Q22. コロナ拡大後、生活リズムに変化があったかという問いに対し、就寝時間、外出時間帯が不規則になった

Q23. コロナ拡大後、変化した生活リズムをどう感じているかという問いに対し、お酒を飲む時間帯のリズムの変化について悪い変化と感じている、

Q31. コロナ拡大前に気にしていた体の具合の悪いところについて、体がだるい、眠れない、いろいろなしやすい、頭痛、肩こり、腰痛、手足が冷える

Q31. コロナ拡大後に気にしている体の具合の悪いところについて、体がだるい、眠れない、いろいろなしやすい、もの忘れする、頭痛、目のかすみ、胃のもたれ・むねやけ、便秘、腹痛・胃痛、肩こり、腰痛、手足が冷える

Q34. コロナ拡大後で通院頻度が減った

Q35. 現在、日常生活で悩みやストレスをよく感じる

Q38. 過去1か月に、神経過敏に感じたか、絶望的だと感じたか、そわそわ、落ち着きなく感じたか、気分が沈んだか、何をするのも骨折りと感じたか、という問いに対し、ときどき

Q41. 今後の生活などへの不安について、将来的な収入の見通し、毎月の収入の不安定さ、普段の生活費、医療費・介護費、自分の健康、家族・子どもの健康、自分の仕事についてとても感じている、社会とのつながりの希薄さについて、感じている

体の健康状態が悪くなったと答えなかった人が、全体に対し多く持っていた要因は、

Q14. 日々の中での支出の中で負担が多いものという問いに対し、コロナ拡大前、拡大後ともに「特にない」

Q20. 生活や働き方に起こった変化という問いに対し、月額給料、貯蓄額、在宅時間(在学勤務含む)、労働時間、他者との会話量、運動量、座っている時間、親と過ごす時間、子どもと過ごす時間、配偶者と過ごす時間、家事をする時間、朝食を食べること、食事の量、食事の回数、自炊すること、睡眠時間、外出頻度について、変わらない

Q21. 生活や働き方に起こった変化をどのように感じているかという問いに対し、在宅時間(在宅勤務含む)の変化、他者との会話量の変化、座っている時間の変化、朝食を食べることの変化、食事の量の変化、食事の回数の変化、外出頻度の変化について特に何も感じていない、睡眠時間の変化についてはよい変化と感じている

Q22. コロナ拡大後、生活リズムに変化があったかという問いに対し、労働時間帯、昼食時間帯、間食時間帯、夕食時間帯、起床時間、就寝時間、外出時間帯について変わらない

Q23. コロナ拡大後、変化した生活リズムをどう感じているかという問いに対し、朝食、昼食、間食、夕食、お酒を飲む時間帯、外出時間帯のリズムの変化について特に何も感じていない、就寝時間のリズムの変化についてよい変化と感じている

Q31. コロナ拡大前に気にしていた体の具合の悪いところについて、特にない

Q31. コロナ拡大後に気にしている体の具合の悪いところについて、特にない

Q32. 女性回答者に対し、様々な症状を聞いたところ、月経痛、月経による体調不良・精神不安、貧血、月経前の不調、偏頭痛、腰痛、更年期症状、便秘や下痢などの胃腸障害について、コロナ拡大前も後も症状はない

Q.33 コロナ拡大前後での通院状況について、コロナ前後とも通院はしていない

Q34. コロナ拡大前後で通院の頻度は変わらない

Q35. 現在、日常生活で悩みやストレスをあまり感じない

Q38. 過去1か月に、神経過敏に感じたか、絶望的だと感じたか、それぞれ、落ち着きなく感じたか、気分が沈んだか、何をするのも骨折りと感じたか、自分は価値がないと感じたか、という問いに対し、まったくない

Q39. コロナの拡大を受け、仕事や生活でよくなったと感じることはという問いに対し、特にない

Q41. 今後の生活などへの不安について、将来的な収入の見通し、普段の生活費、医療費・介護費、自分の健康、家族・子どもの健康、自分の仕事についてあまり感じていない、社会とのつながりの希薄さについては、あまり感じていない、感じていない

【心の健康状態と関連する要因】

(Q中の下線部は体の健康状態の結果と異なるものを示す)

心の健康状態が悪くなったと答えた人が、全体に対し多く持っていた要因は、

Q15. 日々の中での支出の中で負担が多いものという問いに対し、コロナ拡大前は「食費」、コロナ拡大後は「食費」「水道・光熱費」「通信費」「日用品にかかる費用」

Q20. 生活や働き方に起こった変化という問いに対し、貯蓄額が減った、運動量が減った、座っている時間が増えた、子どもと過ごす時間が増えた、配偶者と過ごす時間が増えた、家事をする時間が増えた、自炊することが増えた、外出頻度が大幅に減った

Q21. 生活や働き方に起こった変化をどのように感じているかという問いに対し、貯蓄額の変化をとて悪いと感じている

Q22. コロナ拡大後、生活リズムに変化があったかという問いに対し、労働時間帯、起床時間、就寝時間、外出時間帯が不規則になった、

Q23. コロナ拡大後、変化した生活リズムをどう感じているかという問いに対し、労働、朝食、昼食、夕食、お酒を飲む時間帯、起床時間、就寝時間のリズムの変化について悪い変化と感じている、

Q31. コロナ拡大前に気にしていた体の具合の悪いところについて、体がだるい、眠れない、いろいろなしやす、頭痛、肩こり、腰痛、手足が冷える

Q31. コロナ拡大後に気にしている体の具合の悪いところについて、体がだるい、眠れない、いらいらしやうい、もの忘れする、頭痛、目のかすみ、物を見づらい、胃のもたれ・むねやけ、便秘、腹痛・胃痛、肩こり、腰痛、手足が冷える

Q35. 現在、日常生活で悩みやストレスをよく感じる

Q36. 日常生活での悩みやストレスはどのような原因から感じているかという設問に対し、コロナ拡大後について、生きがいに関すること、収入・家計・借金等

Q38. 過去 1 か月に、神経過敏に感じたかに対したいてい、ときどき、絶望的だと感じたか、そわそわ、落ち着きなく感じたかについてときどき、気分が沈んだかについていつも、たいてい、ときどき、何をするのも骨折りと感じたかについてたいてい、ときどき、自分は価値がないと感じたかについていつも、ときどき

Q41. 今後の生活などへの不安について、将来的な収入の見通し、毎月の収入の不安定さ、普段の生活費、医療費・介護費、自分の健康、家族・子どもの健康、自分の仕事、家族の仕事、子どもの教育についてとても感じている、社会とのつながりの希薄さについて、とても感じている、感じている

心の健康状態が悪くなったと答えなかった人が、全体に対し多く持っていた要因は、

Q14. 日々の中での支出の中で負担が多いものという問いに対し、コロナ拡大前、拡大後ともに「特にない」

Q20. 生活や働き方に起こった変化という問いに対し、月額給料が変わらない、貯蓄額が変わらない、在宅時間(在学勤務含む)が変わらない、労働時間が変わらない、他者との会話量が変わらない、運動量が変わらない、座っている時間が変わらない、親と過ごす時間が変わらない、子どもと過ごす時間が変わらない、配偶者と過ごす時間が変わらない、家事をする時間が変わらない、食事の量が変わらない、食事の回数が変わらない、自炊することが変わらない、睡眠時間が変わらない、外出頻度が変わらない

Q21. 生活や働き方に起こった変化をどのように感じているかという問いに対し、在宅時間(在宅勤務含む)の変化、労働時間の変化、他者との会話量の変化、座っている時間の変化、家事をする時間の変化、食事の

量の変化、食事の回数の変化、外出頻度の変化について特に何も感じていない、睡眠時間の変化についてはよい変化と感じている、

Q22. コロナ拡大後、生活リズムに変化があったかという問いに対し、労働時間帯、昼食時間帯、夕食時間帯、起床時間、就寝時間、外出時間帯について変わらない

Q23. コロナ拡大後、変化した生活リズムをどう感じているかという問いに対し、朝食の時間帯についてよい変化と感じている、特に何も感じていない、昼食、間食、夕食、お酒を飲む時間帯、外出時間帯のリズムの変化について特に何も感じていない、起床時間のリズムの変化について、良い変化と感じている、特に何も感じていない、就寝時間のリズムの変化について良い変化と感じている、特に何も感じていない

Q31. コロナ拡大前に気にしていた体の具合の悪いところについて、特にない

Q31. コロナ拡大後に気にしている体の具合の悪いところについて、特にない

Q32. 女性回答者に対し、様々な症状を聞いたところ、月経痛、月経による体調不良・精神不安、無月経、貧血、月経前の不調、偏頭痛、腰痛、更年期症状、便秘や下痢などの胃腸障害について、コロナ拡大前後も症状はない

Q.33 コロナ拡大前後での通院状況について、コロナ前後とも通院はしていない

Q34. コロナ拡大前後で通院の頻度は変わらない

Q35. 現在、日常生活で悩みやストレスをあまり感じない

Q38. 過去 1 か月に、神経過敏に感じたか、絶望的だと感じたか、そわそわ、落ち着きなく感じたか、気分が沈んだか、何をするのも骨折りと感じたか、自分は価値がないと感じたか、という問いに対し、まったくない

Q39. コロナの拡大を受け、仕事や生活でよくなったと感じることはという問いに対し、特にない

Q41. 今後の生活などへの不安について、将来的な収入の見通し、普段の生活費、医療費・介護費、自分の健康、家族・子どもの健康、子供の発育のことについてあまり感じていない、毎月の収入の不安定さについて、あまり感じていない、感じていない、自分の仕事について

あまり感じていない、感じていない、社会とのつながりの希薄さについては、あまり感じていない、感じていない

D. 考察

調査結果より、男女合わせた結果であるものの、ある一定の傾向が見られた。コロナ拡大後に体の健康状態が悪くなったと答えなかった人に見られた特徴は、コロナにより生活や働き方に変化がない、もしくは変化に対し特に何も感じなかった、ことであった。反対に、コロナ拡大後に体の健康状態が悪くなったと答えた人に見られた特徴は、生活や働き方に変化があった、もしくは変化に対し悪いと感じていることであった。さらに、悪くなったと答えた人は、もともと体の不調を訴えている人が多いという特徴があった。コロナ拡大後に心の健康状態が悪くなったと答えなかった人、悪くなったと答えた人に見られた特徴も、概ね、同様の傾向であったが、いくつかの項目について、より強く差が出ている傾向にあった。同様の傾向であったのは、体の健康状態が悪くなった人と、心の健康状態が悪くなった人がかなりオーバーラップしていた(両方が悪いと感じた人が多かった)ためと考えられる。

今回の調査は、健康状態と要因についての質問を同じタイミングで聞いているため、どちらが先かはわからず、要因がある人が健康状態が悪くなったのか、健康状態が悪いから要因をもつようになったのかの時間的順序や因果関係を特定することはできない。しかしながら、コロナ拡大により、心身の健康状態が悪くなった人のペルソナをある程度特定できるため、そのような人々へのサポート方法を検討する材料となりえると考える。

E. 結論

ネット調査により、コロナ拡大後に健康状態が悪くなった人、悪くならなかった人それぞれに特徴のある要因を明らかにすることができた。今後は、男女別の解析や、複数要因の解析、心身共に健康状態が悪化した人に焦点を当てた解析などを統計的な手法を用いて行うことによって、より詳細な仮説を検討することにしたい。

F. 健康危険情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表

なし

2. 学会発表

なし

H. 知的財産権の出願・登録状況

(予定を含む。)

1. 特許取得

なし

2. 実用新案登録

なし

3. その他

なし

結果 1. コロナ下で体の状態が悪くなったかどうかと他の因子の比較

「新型コロナウイルス下の生活の中で、体の健康状態が悪くなったと感じることはありますか」という設問に対する「はい」「いいえ」の回答でケース・コントロールサンプリングを行い、それに関連する因子を検討する。％表示。濃橙は全体より10ポイント上、橙は全体より5ポイント上、青は全体より5ポイント下、濃青は全体より10ポイント下であることを示す。

S1.あなたの性別をお答えください。 [SA]

			Base	男性	女性
Total		％	10000	58.0	42.1
【体の健康状態】	はい	％	5000	54.4	45.6
	いいえ	％	5000	61.5	38.5

S2.あなたの年齢をお答えください。 [SA]

			Base	15歳 ～19 歳	20歳 ～24 歳	25歳 ～29 歳	30歳 ～34 歳	35歳 ～39 歳	40歳 ～44 歳	45歳 ～49 歳	50歳 ～54 歳	55歳 ～59 歳	60歳 ～64 歳	65歳 以上
Total		％	10000	0.0	1.8	6.0	7.4	10.4	12.8	17.2	16.5	15.8	12.3	0.0
【体の健康状態】	はい	％	5000	0.0	2.5	7.7	7.7	10.7	13.2	17.1	16.1	15.1	9.9	0.0
	いいえ	％	5000	0.0	1.0	4.2	7.2	10.0	12.3	17.3	16.8	16.4	14.7	0.0

QuotaAge1.【テスト時のみ表示】年代割付 [SA]

			Base	20代	30代	40代	50～ 64歳
Total		％	10000	7.7	17.8	30.0	44.5
【体の健康状態】	はい	％	5000	10.2	18.4	30.3	41.1
	いいえ	％	5000	5.2	17.2	29.7	47.9

S3.あなたが“現在”住んでいる都道府県をお答えください。 [SA]

			Base	北海道	青森県	岩手県	宮城県	秋田県	山形県	福島県	茨城県	栃木県	群馬県	埼玉県	千葉県	東京都	神奈川県	新潟県
Total		％	10000	4.1	0.6	0.7	1.9	0.6	0.6	1.1	1.9	1.3	1.1	7.1	6.1	16.6	9.7	1.3
【体の健康状態】	はい	％	5000	3.9	0.6	0.7	2.0	0.5	0.6	1.1	1.5	1.2	1.0	6.8	5.9	16.9	9.0	1.1
	いいえ	％	5000	4.4	0.7	0.7	1.8	0.7	0.5	1.1	2.2	1.4	1.2	7.3	6.2	16.3	10.3	1.6

富山県	石川県	福井県	山梨県	長野県	岐阜県	静岡県	愛知県	三重県	滋賀県	京都府	大阪府	兵庫県	奈良県	和歌山県	鳥取県
0.7	0.7	0.5	0.3	1.1	1.1	2.4	5.9	1.1	0.9	2.3	7.4	4.8	0.9	0.7	0.2
0.6	0.7	0.5	0.2	1.0	1.3	2.3	6.1	1.3	0.9	2.6	7.5	5.4	1.0	0.6	0.3
0.7	0.7	0.4	0.4	1.3	0.9	2.4	5.7	0.9	0.9	2.0	7.3	4.2	0.8	0.8	0.2

島根県	岡山県	広島県	山口県	徳島県	香川県	愛媛県	高知県	福岡県	佐賀県	長崎県	熊本県	大分県	宮崎県	鹿児島県	沖縄県
0.3	1.1	2.0	0.9	0.5	0.7	0.9	0.3	3.6	0.4	0.7	0.7	0.5	0.5	0.7	0.7
0.3	1.1	1.9	0.8	0.5	0.8	1.1	0.3	3.7	0.4	0.9	0.8	0.6	0.4	0.7	0.7
0.3	1.1	2.2	1.0	0.5	0.5	0.8	0.3	3.4	0.4	0.5	0.7	0.5	0.5	0.6	0.6

QuotaArea1.【テスト時のみ表示】エリア割付 [SA]

			Base	北海道	東北	関東	北陸	東海	近畿	中国	四国	九州・ 沖縄
Total		％	10000	4.1	5.5	45.1	3.2	10.5	17.0	4.6	2.3	7.7
【体の健康状態】	はい	％	5000	3.9	5.5	43.6	2.9	11.0	18.0	4.3	2.7	8.2
	いいえ	％	5000	4.4	5.5	46.6	3.4	10.0	16.1	4.8	2.0	7.2

S4.あなたの職業をお答えください。 [SA]

			Base	正社員	契約社員	嘱託社員	パート タイマー・ アルバイト	派遣社員	役員	自営業	家族 従事者※	無職	専業主夫・ 主婦	学生	その他 (具体的に)
Total			10000	43.3	4.2	0.7	12.8	2.4	1.1	8.0	0.5	11.9	13.8	0.0	1.4
【体の健康状態】	はい	%	5000	43.3	3.7	0.5	13.7	2.4	0.9	7.1	0.4	12.4	14.1	0.0	1.5
	いいえ	%	5000	43.3	4.6	0.8	11.9	2.3	1.3	8.9	0.6	11.4	13.5	0.0	1.2

※農家や個人商店等で農作業や店の仕事等を手伝っている方を指します

S6.新型コロナウイルス下の生活の中で、心の健康状態が悪くなったと感じることはありますか。 [SA]

			Base	はい	いいえ
Total			10000	50.0	50.0
【体の健康状態】	はい	%	5000	80.0	20.0
	いいえ	%	5000	20.0	80.0

Q1.婚姻状況（法律婚／事実婚双方含みます）についてお聞かせください。お子さん（義理の子どもを含む）の有無もお答えください。 [SA]

			Base	未婚／死別・離別（子どもなし）	未婚／死別・離別（子どもあり）	既婚（子どもなし）	既婚（子どもあり）
Total			10000	40.1	5.1	13.1	41.8
【体の健康状態】	はい	%	5000	42.0	5.5	12.7	39.8
	いいえ	%	5000	38.2	4.6	13.5	43.7

Q2.子どもがいる方にお聞きます。末子の就学状況をお答えください。 [SA]

			Base	乳児（6か月未満）	乳児（6か月以上～1歳未満）	幼児（1歳以上～3歳未満）	幼児（3歳以上～6歳）	小学生	中学生	高校生	短大生	大学生	大学院生	浪人生	社会人	無職	その他（具体的に）
Total			4681	1.9	1.9	5.5	8.8	15.6	8.8	9.3	0.5	10.6	0.9	0.3	33.5	1.8	0.6
【体の健康状態】	はい	%	2262	2.3	1.9	6.3	9.7	16.5	9.6	9.7	0.6	9.5	0.8	0.3	30.6	1.7	0.4
	いいえ	%	2419	1.5	1.9	4.8	8.0	14.7	8.1	8.9	0.5	11.6	0.9	0.3	36.3	1.8	0.7

Q3.あなたは現在妊娠していますか。 [SA]

			Base	はい	いいえ
Total			4205	2.5	97.5
【体の健康状態】	はい	%	2278	2.8	97.2
	いいえ	%	1927	2.1	97.9

Q4.あなたは現在だれと住んでいますか。 [MA]

			Base	なし (一人暮らし)	祖母	祖父	父親	母親	兄弟・姉妹	配偶者 (法律婚)	パートナー (事実婚・婚姻関係なし・同棲)	子ども	孫	友達 (シェアハウスなど)	その他 (具体的に)
Total			10000	18.4	1.4	0.5	18.0	26.8	8.0	51.5	3.1	36.5	0.4	0.1	0.6
【体の健康状態】	はい	%	5000	19.0	1.8	0.6	19.1	27.8	8.4	48.8	3.7	36.0	0.3	0.1	0.7
	いいえ	%	5000	17.7	1.0	0.4	16.8	25.7	7.5	54.2	2.6	37.0	0.4	0.1	0.6

Q5.困ったときに頼れる人が近くに住んでいますか。 [MA]

			Base	親・親族が近くに いる	友人が近くに いる	その他 (具体的に)	いない
Total			10000	57.5	22.2	1.0	33.8
【体の健康状態】	はい	%	5000	58.8	23.0	1.1	32.2
	いいえ	%	5000	56.2	21.3	0.9	35.3

Q6.あなたのお住まいについてお答えください。 [SA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	ご自身の持ち家 (一戸建て) ※共同所有も含む	ご自身の持ち家 (マンション等集合住宅) ※共同所有も含む	配偶者・パートナーの持ち家 (一戸建て)	配偶者・パートナーの持ち家 (マンション等集合住宅)	賃貸 (一戸建て)	賃貸 (マンション・アパート等集合住宅)	社宅・寮	シェアハウス	祖母や両親の家	兄弟の家	親戚宅	友人・知人宅	その他
Total			10000	34.7	11.7	5.2	3.3	2.9	26.6	1.4	0.0	12.6	0.2	0.1	0.1	1.2
【体の健康状態】	はい	%	5000	32.6	11.9	5.0	3.7	2.9	28.3	1.8	0.0	12.4	0.3	0.1	0.1	0.9
	いいえ	%	5000	36.7	11.5	5.3	3.0	2.8	24.9	1.1	0.0	12.7	0.2	0.1	0.1	1.5

Q6.あなたのお住まいについてお答えください。 [SA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	ご自身の持ち家 (一戸建て) ※共同所有も含む	ご自身の持ち家 (マンション等集合住宅) ※共同所有も含む	配偶者・パートナーの持ち家 (一戸建て)	配偶者・パートナーの持ち家 (マンション等集合住宅)	賃貸 (一戸建て)	賃貸 (マンション・アパート等集合住宅)	社宅・寮	シェアハウス	祖母や両親の家	兄弟の家	親戚宅	友人・知人宅	その他
Total			10000	34.8	11.9	5.3	3.4	2.9	26.3	1.3	0.0	12.4	0.3	0.1	0.1	1.3
【体の健康状態】	はい	%	5000	32.7	12.4	5.1	3.6	2.9	27.9	1.6	0.1	12.3	0.3	0.1	0.1	1.0
	いいえ	%	5000	36.9	11.5	5.4	3.1	2.8	24.7	1.0	0.0	12.6	0.2	0.1	0.1	1.6

Q7.あなたのお勤め先の主な業種をお答えください。 [SA]

			Base	農業、 林業	漁業	鉱業、 採石業、 砂利採取業	建設業	製造業	電気・ ガス・ 熱供給・ 水道業	情報 通信業	運輸業、 郵便業 （例 鉄 道業、航 空運輸 業、倉庫 業、郵便 業）	卸売業、 小売業 （例 食 料品、衣 服、機械 器具、医 薬品、化 粧品、無 店舗小 売業）	金融業、 保険業	不動産業、 物品賃貸業	学術研究、 専門・技術 サービス業 （法律事務所、 広告業等含 む）	宿泊業、 飲食サービス業 （例 ホテル、 旅館、食 堂、喫茶 店、持ち 帰り・配 達飲食サービス 業）	生活関連サービス業、 娯楽業 （例 理 美容、旅 行業、家 事サービス 業、冠 婚葬祭 業、映画 館、遊園 地、ス ポーツ施設提供 業）	教育、 学習支援業
Total		%	7239	0.6	0.1	0.2	4.9	20.2	1.0	7.7	5.4	11.1	4.4	2.5	3.4	3.6	3.5	5.1
【体の健康状態】	はい	%	3578	0.6	0.1	0.2	4.9	19.9	1.0	8.0	4.9	10.4	4.9	2.4	3.5	3.7	3.5	5.4
	いいえ	%	3661	0.6	0.1	0.1	4.9	20.5	1.0	7.3	6.0	11.8	3.9	2.6	3.3	3.5	3.6	4.9

医療、 福祉	複合サービス事業 （郵便局、共同組合）	サービス業（他に分類されないもの） （例 廃棄物処理業、自動車整備業、職業紹介・労働者派遣業、政治・経済・文化団体）	公務（他に分類されるものを除く） （国家公務、地方公務）	分類不能の産業 （具体的に）
8.2	1.0	9.5	4.6	3.1
8.8	1.0	9.4	4.4	3.0
7.6	0.9	9.6	4.7	3.2

Q8.あなたのお勤め先での主な職種をお答えください。 [SA]

			Base	管理的職業従事者	専門的・技術的職業従事者	事務従事者	販売従事者	サービス職業従事者	保安職業従事者	農林漁業従事者	生産工程従事者	輸送・機械運転従事者	建設・採掘従事者	運搬・清掃・包装等従事者	分類不能の職業 （具体的に）
Total		%	7239	13.2	20.8	25.3	7.9	12.4	1.1	0.5	7.4	1.9	1.7	3.3	4.5
【体の健康状態】	はい	%	3578	12.0	22.4	26.5	7.9	12.9	0.9	0.4	6.2	1.6	1.7	3.2	4.3
	いいえ	%	3661	14.4	19.4	24.1	7.9	12.0	1.3	0.5	8.7	2.1	1.7	3.4	4.7

Q9.あなたの現在の主な勤務場所について教えてください。 [SA]

			Base	完全在宅勤務・ほぼ在宅勤務（1週間に1回以下出勤）	在宅勤務と出勤を使い分けている	完全出勤	その他（具体的に）
Total		%	7239	14.9	19.1	65.1	0.9
【体の健康状態】	はい	%	3578	16.5	22.8	59.9	0.9
	いいえ	%	3661	13.3	15.6	70.2	0.9

Q10.配偶者（法律婚）・パートナー（事実婚・婚姻関係なし・同棲）の主な働き方について教えてください。[SA]

			Base	完全在宅勤務・ ほぼ在宅勤務（1週間に1回以下出勤）	在宅勤務と出勤を使い分けている	完全出勤	就労していない
Total			5457	7.5	12.0	55.2	25.3
【体の健康状態】	はい	%	2620	8.7	14.1	54.2	23.0
	いいえ	%	2837	6.3	10.1	56.2	27.4

Q11.あなたの平均的な一週間の勤務時間を教えてください [SA]

			Base	10時 間未 満	10時 間以 上～ 20時 間未 満	20時 間以 上～ 30時 間未 満	30時 間以 上～ 40時 間未 満	40時 間以 上～ 50時 間未 満	50時 間以 上～ 60時 間未 満	60時 間以 上～ 70時 間未 満	70時 間以 上～ 80時 間未 満	80時 間以 上～ 90時 間未 満	90時 間以 上～ 100 時間 未満	100 時間 以上
Total		%	7239	5.0	6.9	7.9	22.8	39.5	11.1	3.5	1.5	0.9	0.2	0.6
【体の健康状 態】	はい	%	3578	5.6	7.7	8.4	21.7	38.6	11.1	3.4	1.5	1.0	0.3	0.7
	いいえ	%	3661	4.4	6.1	7.5	23.9	40.5	11.0	3.6	1.5	0.8	0.2	0.6

Q12.あなた個人の税引き前年収はどの程度ですか。[SA]

2019年

			Base	100万円未満	100万円以上 ～150万円未満	150万円以上 ～200万円未満	200万円以上 ～250万円未満	250万円以上 ～300万円未満	300万円以上 ～350万円未満	350万円以上 ～400万円未満	400万円以上 ～450万円未満	450万円以上 ～500万円未満	500万円以上 ～600万円未満	600万円以上 ～700万円未満	700万円以上 ～800万円未満	800万円以上 ～900万円未満	900万円以上 ～1,000万円以上	
					100万円以上 ～150万円未満	150万円以上 ～200万円未満	200万円以上 ～250万円未満	250万円以上 ～300万円未満	300万円以上 ～350万円未満	350万円以上 ～400万円未満	400万円以上 ～450万円未満	450万円以上 ～500万円未満	500万円以上 ～600万円未満	600万円以上 ～700万円未満	700万円以上 ～800万円未満	800万円以上 ～900万円未満	900万円以上 ～1,000万円以上	
Total		%	7239	11.5	6.2	5.6	7.0	6.8	8.0	6.5	6.7	5.8	9.4	7.3	5.5	4.0	3.5	6.2
【体の健康状態】	はい	%	3578	12.4	6.6	5.9	7.4	6.6	8.0	6.5	6.8	5.6	9.2	7.4	5.1	3.5	3.5	5.5
	いいえ	%	3661	10.6	5.8	5.2	6.6	7.0	7.9	6.6	6.6	6.0	9.6	7.2	5.8	4.5	3.6	6.9

Q12.あなた個人の税引き前年収はどの程度ですか。[SA]

2020年

			Base	100万円未満	100万円以上 ～150万円未満	150万円以上 ～200万円未満	200万円以上 ～250万円未満	250万円以上 ～300万円未満	300万円以上 ～350万円未満	350万円以上 ～400万円未満	400万円以上 ～450万円未満	450万円以上 ～500万円未満	500万円以上 ～600万円未満	600万円以上 ～700万円未満	700万円以上 ～800万円未満	800万円以上 ～900万円未満	900万円以上 ～1,000万円以上	
					6.4	6.1	7.0	6.6	7.9	6.7	6.7	5.9	9.1	7.2	5.4	3.8	3.4	6.0
Total	%		7239	11.9	6.4	6.1	7.0	6.6	7.9	6.7	6.7	5.9	9.1	7.2	5.4	3.8	3.4	6.0
【体の健康状態】	はい	%	3578	12.8	7.1	6.2	7.4	6.6	7.8	6.5	6.8	5.8	9.2	7.0	5.0	3.4	3.1	5.3
	いいえ	%	3661	11.0	5.8	5.9	6.7	6.7	8.0	6.8	6.6	6.1	8.9	7.4	5.8	4.2	3.7	6.6

Q13.あなたの世帯の税引き前年収はどの程度ですか。[SA]

2019年

			Base	100万円未満	100万円以上	150万円以上	200万円以上	250万円以上	300万円以上	350万円以上	400万円以上	450万円以上	500万円以上	600万円以上	700万円以上	800万円以上	900万円以上	1,000万円以上
					～150万円未満	～200万円未満	～250万円未満	～300万円未満	～350万円未満	～400万円未満	～450万円未満	～500万円未満	～600万円未満	～700万円未満	～800万円未満	～900万円未満		
Total		%	10000	6.9	2.9	3.9	4.8	5.1	5.8	5.9	5.9	6.0	10.5	9.5	8.4	5.7	5.8	13.0
【体の健康状態】	はい	%	5000	7.9	3.4	4.1	5.0	5.1	6.1	5.8	5.9	6.0	10.3	8.9	8.2	5.6	5.8	11.8
	いいえ	%	5000	5.9	2.3	3.6	4.6	5.1	5.4	6.0	5.9	6.0	10.6	10.1	8.5	5.9	5.8	14.3

Q13.あなたの世帯の税引き前年収はどの程度ですか。 [SA]
2020年

			Base	100万円未満	100万円以上～150万円未満	150万円以上～200万円未満	200万円以上～250万円未満	250万円以上～300万円未満	300万円以上～350万円未満	350万円以上～400万円未満	400万円以上～450万円未満	450万円以上～500万円未満	500万円以上～600万円未満	600万円以上～700万円未満	700万円以上～800万円未満	800万円以上～900万円未満	900万円以上～1,000万円未満	1,000万円以上
Total		%	10000	7.6	3.0	3.9	5.1	5.3	5.9	5.9	6.0	6.0	10.2	9.5	7.9	5.3	5.5	12.9
【体の健康状態】	はい	%	5000	8.7	3.5	4.1	5.4	5.3	6.1	5.7	6.1	6.1	10.1	8.9	7.7	5.2	5.3	11.7
	いいえ	%	5000	6.4	2.4	3.7	4.9	5.3	5.7	6.1	6.0	6.0	10.3	10.1	8.1	5.5	5.6	14.1

Q14.あなたの世帯の日々の生活に係る支出の中で、負担が大きいと感じるものを教えてください。 [MA]
新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	家賃・住宅ローン	食費（会食を除く）	水道・光熱費	通信費（携帯電話代含む）	交際費（会食費含む）	教育費（学校の授業料、給食）	子どもの習い事（学習塾など）	趣味や楽しみにかかる費用	衣服費	日用品にかかる費用	保険料（自動車保険を除く）	自動車等維持費（燃料費・点検費・保険料等）	その他	特にない
Total		%	10000	34.9	33.0	25.8	23.0	9.4	8.0	4.6	9.9	6.4	11.5	19.7	22.5	4.5	23.4
【体の健康状態】	はい	%	5000	38.2	37.9	29.8	26.7	12.6	8.4	5.4	12.7	8.9	15.3	23.0	25.1	5.8	16.0
	いいえ	%	5000	31.6	28.2	21.8	19.3	6.2	7.6	3.8	7.2	3.9	7.7	16.3	19.8	3.3	30.8

Q14.あなたの世帯の日々の生活に係る支出の中で、負担が大きいと感じるものを教えてください。 [MA]
新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	家賃・住宅ローン	食費（会食を除く）	水道・光熱費	通信費（携帯電話代含む）	交際費（会食費含む）	教育費（学校の授業料、給食）	子どもの習い事（学習塾など）	趣味や楽しみにかかる費用	衣服費	日用品にかかる費用	保険料（自動車保険を除く）	自動車等維持費（燃料費・点検費・保険料等）	その他	特にない
Total		%	10000	34.7	35.7	29.9	23.7	3.5	8.0	4.6	6.9	3.9	13.7	20.0	22.8	4.7	22.9
【体の健康状態】	はい	%	5000	37.8	41.5	35.3	27.9	4.6	8.5	5.3	9.0	5.5	18.6	23.5	25.5	5.9	15.4
	いいえ	%	5000	31.6	30.0	24.6	19.6	2.5	7.6	3.9	4.9	2.3	8.8	16.4	20.1	3.4	30.4

Q15.現在、介護の対象となるご家族はいますか。 [SA]

			Base	いる（あなたが主な担い手）	いる（あなたが主な担い手）	いない
Total		%	10000	6.1	6.8	87.0
【体の健康状態】	はい	%	5000	8.7	8.4	82.9
	いいえ	%	5000	3.5	5.2	91.2

Q16.あなた自身と配偶者・パートナーの方などの家事の負担度合いを教えてください。 [SA]

			Base	あなた100%	あなた90%、配偶者・パートナーなど	あなた80%、配偶者・パートナーなど	あなた70%、配偶者・パートナーなど	あなた60%、配偶者・パートナーなど	あなた50%、配偶者・パートナーなど	あなた40%、配偶者・パートナーなど	あなた30%、配偶者・パートナーなど	あなた20%、配偶者・パートナーなど	あなた10%、配偶者・パートナーなど	配偶者・パートナーなど100%
Total		%	8162	19.7	10.7	5.8	4.5	3.2	9.5	3.9	8.4	10.0	14.2	10.1
【体の健康状態】	はい	%	4048	20.7	11.1	6.7	4.6	3.8	9.7	4.2	8.6	9.6	13.0	8.0
	いいえ	%	4114	18.7	10.4	5.0	4.4	2.5	9.3	3.6	8.2	10.5	15.3	12.2

Q17.現在、受けている公的支援があれば教えてください。[MA]

			Base	生活保護	失業給付	就学援助	ひとり親家庭等医療費助成	ひとり親世帯への臨時特別給付金	新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金	トライアル雇用助成金	住宅確保給付金	雇用調整助成金	緊急小口資金・総合支援資金	持続化補助金	事業再構築補助金	IT導入補助金	その他（具体的に）	ない
Total		%	10000	1.2	0.4	1.1	0.8	0.8	1.7	0.3	0.5	1.0	1.0	0.5	0.0	0.0	0.8	92.4
【体の健康状態】	はい	%	5000	1.5	0.5	1.2	1.1	1.1	2.7	0.5	0.8	1.3	1.4	0.6	0.0	0.0	1.0	89.9
	いいえ	%	5000	0.9	0.3	1.0	0.5	0.4	0.8	0.0	0.2	0.7	0.5	0.5	0.0	0.0	0.6	94.8

Q18.新型コロナウイルスの感染拡大によって、多くの方が働き方や就業状況の変化への対応を余儀なくされています。2020年2月以降、あなたやあなたの家族に起こった変化を教えてください。[MA]

			Base	あなたが仕事を解雇され、就業して	あなたが自身が仕事を解雇されたが、新しい職に就いた	あなたが自身が会社の業績等の影響で休業している/休業した	あなたが自身が、自分の意思で転職した	あなたが自身が、他の部署に異動となった	あなたが自身が、自営していたお店/会社を廃業し、特に新しい仕事はしていない	あなたが自身が、自営していたお店/会社を廃業し、新しい職に就いた	あなたが自身が、自営していたお店/会社を休業している/休業した	あなたの配偶者・パートナーが仕事を解雇され、就業していない	あなたの配偶者・パートナーが仕事を解雇されたが、新しい職に就いた	あなたの配偶者・パートナーが会社の業績の影響で休業している/休業した	あなたの配偶者・パートナーが、自分の意思で転職した	あなたの配偶者・パートナーが、他の部署に異動となった	あなたが自身が、配偶者・パートナーとともに就業状況に変化はない
Total		%	10000	2.1	1.5	3.4	3.0	1.3	0.2	0.3	0.5	0.4	0.4	0.9	0.9	0.5	86.1
【体の健康状態】	はい	%	5000	2.8	2.2	4.7	3.9	2.1	0.3	0.5	0.6	0.4	0.7	1.1	1.1	0.8	81.6
	いいえ	%	5000	1.5	0.8	2.0	2.1	0.6	0.2	0.1	0.4	0.4	0.2	0.8	0.6	0.2	90.7

Q19.就業に変化があったと回答いただいた方にお伺いします。新型コロナウイルスの感染拡大"前"の主な業種を教えてください。[SA]

			Base	農業、林業	漁業	鉱業、採石業、砂利採取業	建設業	製造業	電気・ガス・熱供給・水道業	情報通信業	運輸業、郵便業（例 鉄道業、航空運送業、倉庫業、郵便業）	卸売業、小売業（例 食料品、衣服、機械器具、医薬品、化粧品、無店舗小売業）	金融業、保険業	不動産業、物品賃貸業	学術研究、専門・技術サービス業（法律事務所、広告業等含む）	宿泊業、飲食サービス業（例 ホテル、旅館、食堂、喫茶店、持ち帰り・配達飲食サービス業）	生活関連サービス業、娯楽業（例 理容業、美容、旅行業、家事サービス業、冠婚葬祭業、映画館、遊園地、スポーツ施設提供業）	教育、学習支援業
Total		%	684	1.5	0.7	0.9	4.4	16.7	1.6	4.8	4.7	10.1	4.5	1.5	3.4	8.3	4.1	5.6
【体の健康状態】	はい	%	457	1.5	1.1	1.1	5.9	15.5	2.0	3.7	5.5	9.0	4.4	1.3	4.4	8.8	4.8	5.0
	いいえ	%	227	1.3	0.0	0.4	1.3	18.9	0.9	7.0	3.1	12.3	4.8	1.8	1.3	7.5	2.6	6.6

医療、福祉	複合サービス事業（郵便局、共同組合）	サービス業（他に分類されないもの）（例 廃棄物処理業、自動車整備業、職業紹介・労働者派遣業、政治・経済・文化	公務（他に分類されるものを除く）（国家公務、地方公務）	分類不能の産業（具体的に）
8.0	0.9	9.8	3.2	5.4
7.4	1.3	10.1	2.8	4.4
9.3	0.0	9.3	4.0	7.5

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。[SA]
月額の手取り給料

			Base	大幅 に増え た	増えた	変わ らな い	減った	大幅 に減っ た
Total		%	10000	0.6	3.6	67.3	20.4	8.1
【体の健康状 態】	はい	%	5000	0.9	4.5	60.3	24.2	10.1
	いいえ	%	5000	0.3	2.7	74.3	16.7	6.0

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。[SA]
貯蓄額

			Base	大幅 に増え た	増えた	変わ らな い	減った	大幅 に減っ た
Total		%	10000	0.9	10.3	60.7	21.6	6.5
【体の健康状 態】	はい	%	5000	1.2	11.1	52.5	26.3	8.8
	いいえ	%	5000	0.6	9.5	68.9	16.8	4.2

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。[SA]
在宅している時間（在宅勤務時間含む）

			Base	大幅 に増え た	増えた	変わ らな い	減った	大幅 に減っ た
Total		%	10000	14.2	25.3	56.8	2.7	1.1
【体の健康状 態】	はい	%	5000	17.9	28.1	49.1	3.3	1.6
	いいえ	%	5000	10.4	22.4	64.5	2.2	0.6

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。[SA]
労働時間

			Base	大幅 に増え た	増えた	変わ らな い	減った	大幅 に減っ た
Total		%	10000	1.4	6.5	70.7	16.1	5.3
【体の健康状 態】	はい	%	5000	2.1	8.2	63.9	18.7	7.0
	いいえ	%	5000	0.7	4.8	77.5	13.4	3.6

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。[SA]
他者との会話量（メール、SNS等のやり取りも含む）

			Base	大幅 に増え た	増えた	変わ らな い	減った	大幅 に減っ た
Total		%	10000	1.4	8.2	63.4	20.1	7.0
【体の健康状 態】	はい	%	5000	2.2	10.8	53.8	23.4	9.8
	いいえ	%	5000	0.5	5.6	73.0	16.7	4.2

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

運動量

			Base	大幅 に増えた	増えた	変わらない	減った	大幅 に減った
Total		%	10000	1.3	6.7	53.1	27.9	11.1
【体の健康状態】	はい	%	5000	1.6	7.3	41.1	33.7	16.3
	いいえ	%	5000	1.0	6.0	65.1	22.0	5.9

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

座っている時間

			Base	大幅 に増えた	増えた	変わらない	減った	大幅 に減った
Total		%	10000	10.0	31.5	54.7	2.7	1.0
【体の健康状態】	はい	%	5000	14.8	38.1	42.3	3.3	1.4
	いいえ	%	5000	5.3	25.0	67.1	2.1	0.6

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

親と過ごす時間

			Base	大幅 に増えた	増えた	変わらない	減った	大幅 に減った
Total		%	10000	2.8	10.6	66.9	12.1	7.7
【体の健康状態】	はい	%	5000	4.1	13.3	59.3	13.7	9.6
	いいえ	%	5000	1.4	7.9	74.5	10.4	5.9

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

子どもと過ごす時間

			Base	大幅 に増えた	増えた	変わらない	減った	大幅 に減った
Total		%	4681	5.4	25.9	60.1	5.9	2.7
【体の健康状態】	はい	%	2262	7.9	31.0	50.6	6.8	3.7
	いいえ	%	2419	3.1	21.1	69.0	5.0	1.8

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

配偶者と過ごす時間

			Base	大幅 に増えた	増えた	変わらない	減った	大幅 に減った
Total		%	5485	7.1	31.9	56.8	3.1	1.1
【体の健康状態】	はい	%	2625	9.5	35.8	49.4	3.8	1.5
	いいえ	%	2860	5.0	28.4	63.6	2.4	0.7

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

家事をする時間

			Base	大幅 に増え た	増えた	変わら ない	減った	大幅 に減っ た
Total		%	10000	4.8	27.0	65.6	1.9	0.8
【体の健康状 態】	はい	%	5000	6.6	33.3	56.6	2.5	1.1
	いいえ	%	5000	3.1	20.7	74.6	1.3	0.4

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

朝食を食べること

			Base	大幅 に増え た	増えた	変わら ない	減った	大幅 に減っ た
Total		%	10000	1.7	7.1	87.4	2.7	1.1
【体の健康状 態】	はい	%	5000	2.7	9.6	82.4	3.8	1.6
	いいえ	%	5000	0.7	4.5	92.5	1.7	0.6

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

食事の量

			Base	大幅 に増え た	増えた	変わら ない	減った	大幅 に減っ た
Total		%	10000	1.6	11.4	80.8	5.4	0.8
【体の健康状 態】	はい	%	5000	2.7	16.2	72.6	7.4	1.1
	いいえ	%	5000	0.5	6.7	89.0	3.4	0.5

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

食事の回数

			Base	大幅 に増え た	増えた	変わら ない	減った	大幅 に減っ た
Total		%	10000	1.2	7.3	87.0	3.8	0.6
【体の健康状 態】	はい	%	5000	2.1	10.3	81.4	5.3	0.9
	いいえ	%	5000	0.3	4.3	92.7	2.3	0.4

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

自炊すること

			Base	大幅 に増え た	増えた	変わら ない	減った	大幅 に減っ た
Total		%	10000	5.9	22.9	68.4	1.9	0.8
【体の健康状 態】	はい	%	5000	8.1	28.2	60.0	2.6	1.1
	いいえ	%	5000	3.7	17.7	76.9	1.2	0.5

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。[SA]

睡眠時間

			Base	大幅 に増え た	増え た	変わ ら ない	減 っ た	大幅 に減 っ た
Total		%	10000	1.8	13.3	73.8	9.5	1.5
【体の健康状態】	はい	%	5000	2.6	16.4	64.6	13.8	2.6
	いいえ	%	5000	1.1	10.3	83.0	5.2	0.4

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。[SA]

外出頻度

			Base	大幅 に増え た	増え た	変わ ら ない	減 っ た	大幅 に減 っ た
Total		%	10000	0.5	2.1	30.7	39.7	27.1
【体の健康状態】	はい	%	5000	0.6	2.5	23.3	40.0	33.5
	いいえ	%	5000	0.3	1.6	38.1	39.5	20.6

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

月額の手取り給料 Q20表側1の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	3270	3.1	6.8	10.6	37.5	41.9
【体の健康状態】	はい	%	1984	3.6	7.1	9.3	36.5	43.6
	いいえ	%	1286	2.5	6.4	12.8	39.0	39.3

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

貯蓄額 Q20表側2の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	3931	6.5	16.0	11.4	29.3	36.8
【体の健康状態】	はい	%	2375	6.5	14.8	9.9	28.5	40.3
	いいえ	%	1556	6.6	17.9	13.6	30.6	31.3

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

在宅している時間（在宅勤務時間含む） Q20表側3の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	4322	5.8	23.3	41.9	21.7	7.3
【体の健康状態】	はい	%	2546	6.3	23.2	37.2	24.5	8.8
	いいえ	%	1776	5.1	23.5	48.6	17.6	5.2

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
労働時間 Q20表側4の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	2927	4.0	15.9	25.5	34.4	20.2
【体の健康状 態】	はい	%	1803	4.4	15.1	22.7	34.6	23.2
	いいえ	%	1124	3.4	17.1	30.0	34.2	15.4

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
他者との会話量（メール、SNS等のやり取りも含む） Q20表側5の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	3662	3.1	11.1	36.6	35.6	13.5
【体の健康状 態】	はい	%	2311	3.6	11.4	33.7	36.0	15.4
	いいえ	%	1351	2.3	10.7	41.6	35.0	10.4

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
運動量 Q20表側6の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	4690	3.9	10.9	11.0	45.5	28.7
【体の健康状 態】	はい	%	2944	3.5	10.0	9.1	43.7	33.7
	いいえ	%	1746	4.7	12.4	14.1	48.6	20.2

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
座っている時間 Q20表側7の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	4528	1.4	4.2	22.9	51.0	20.6
【体の健康状 態】	はい	%	2884	1.7	4.3	18.9	50.7	24.4
	いいえ	%	1644	0.9	4.0	29.8	51.6	13.8

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
親と過ごす時間 Q20表側8の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	3313	6.3	17.1	28.4	31.5	16.6
【体の健康状 態】	はい	%	2037	7.1	18.3	26.8	29.6	18.3
	いいえ	%	1276	5.2	15.4	31.0	34.6	13.9

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
子どもと過ごす時間 Q20表側9の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	1867	15.3	43.4	22.6	13.4	5.3
【体の健康状 態】	はい	%	1118	16.1	42.8	22.1	12.6	6.4
	いいえ	%	749	14.2	44.2	23.4	14.6	3.7

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
配偶者と過ごす時間 Q20表側10の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	2371	13.5	42.2	31.4	8.7	4.3
【体の健康状 態】	はい	%	1329	14.6	41.6	28.7	9.5	5.6
	いいえ	%	1042	12.0	42.9	34.8	7.7	2.6

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
家事をする時間 Q20表側11の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	3443	5.4	29.8	41.5	17.2	6.1
【体の健康状 態】	はい	%	2172	5.8	29.7	39.1	18.4	7.0
	いいえ	%	1271	4.8	29.9	45.6	15.1	4.6

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
朝食を食べること Q20表側12の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	1256	10.0	35.5	34.3	12.7	7.4
【体の健康状 態】	はい	%	881	10.4	36.2	31.7	13.4	8.3
	いいえ	%	375	9.1	33.9	40.5	11.2	5.3

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
食事の量 Q20表側13の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	1921	3.3	14.4	29.9	37.0	15.4
【体の健康状 態】	はい	%	1372	3.6	12.9	27.2	39.3	17.1
	いいえ	%	549	2.7	18.0	36.8	31.1	11.3

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

食事の回数 Q20表側14の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	1298	4.9	14.9	35.4	32.1	12.7
【体の健康状 態】	はい	%	931	5.6	13.4	33.2	33.3	14.5
	いいえ	%	367	3.3	18.5	40.9	29.2	8.2

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

自炊すること Q20表側15の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	3157	8.0	37.5	38.7	11.5	4.2
【体の健康状 態】	はい	%	2000	8.8	37.7	36.0	12.6	5.0
	いいえ	%	1157	6.7	37.3	43.4	9.6	2.9

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

睡眠時間 Q20表側16の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	2617	10.7	32.9	16.2	23.8	16.5
【体の健康状 態】	はい	%	1769	10.2	29.3	14.6	25.7	20.2
	いいえ	%	848	11.7	40.4	19.5	19.8	8.6

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

外出頻度 Q20表側17の回答内容

			Base	とても 良い 変化と 感じて いる	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる	とても 悪い 変化と 感じて いる
Total		%	6931	1.3	6.4	33.6	44.0	14.7
【体の健康状 態】	はい	%	3835	1.4	6.5	28.4	44.9	18.9
	いいえ	%	3096	1.1	6.4	40.1	42.9	9.5

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

労働する時間帯

			Base	不規 則に なった	変わ らな い	規則 的に なった
Total		%	10000	11.0	85.1	3.9
【体の健康状 態】	はい	%	5000	15.8	79.1	5.1
	いいえ	%	5000	6.2	91.0	2.7

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

朝食を食べる時間帯

			Base	不規則になった	変わらない	規則的になった
Total		%	10000	6.4	88.5	5.1
【体の健康状態】	はい	%	5000	9.6	83.8	6.7
	いいえ	%	5000	3.3	93.3	3.5

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

昼食を食べる時間帯

			Base	不規則になった	変わらない	規則的になった
Total		%	10000	6.8	87.8	5.4
【体の健康状態】	はい	%	5000	10.5	82.4	7.1
	いいえ	%	5000	3.1	93.1	3.8

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

間食を食べる時間帯

			Base	不規則になった	変わらない	規則的になった
Total		%	10000	8.1	88.8	3.1
【体の健康状態】	はい	%	5000	12.2	83.7	4.2
	いいえ	%	5000	4.0	93.9	2.1

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

夕食を食べる時間帯

			Base	不規則になった	変わらない	規則的になった
Total		%	10000	6.8	86.2	6.9
【体の健康状態】	はい	%	5000	10.4	80.7	8.9
	いいえ	%	5000	3.3	91.8	4.9

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

お酒を飲む時間帯

			Base	不規則になった	変わらない	規則的になった
Total		%	10000	5.7	89.9	4.4
【体の健康状態】	はい	%	5000	8.4	85.9	5.7
	いいえ	%	5000	3.0	93.8	3.2

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

起床時間

			Base	不規則になった	変わらない	規則的になった
Total		%	10000	10.7	83.6	5.7
【体の健康状態】	はい	%	5000	15.6	76.8	7.6
	いいえ	%	5000	5.7	90.4	3.9

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

就寝時間

			Base	不規則になった	変わらない	規則的になった
Total		%	10000	13.6	80.8	5.6
【体の健康状態】	はい	%	5000	20.1	72.7	7.2
	いいえ	%	5000	7.1	88.8	4.1

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

外出する時間帯

			Base	不規則になった	変わらない	規則的になった
Total		%	10000	18.5	75.8	5.7
【体の健康状態】	はい	%	5000	26.0	66.9	7.1
	いいえ	%	5000	11.0	84.7	4.3

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]

労働する時間帯 Q22表側1の回答内容

			Base	良い変化と 感じている	特に何も感 じていない	悪い変化と 感じている
Total		%	1494	23.1	25.3	51.6
【体の健康状態】	はい	%	1046	22.9	22.3	54.8
	いいえ	%	448	23.4	32.4	44.2

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]

朝食を食べる時間帯 Q22表側2の回答内容

			Base	良い変化と 感じている	特に何も感 じていない	悪い変化と 感じている
Total		%	1149	33.3	29.2	37.4
【体の健康状態】	はい	%	812	32.4	26.0	41.6
	いいえ	%	337	35.6	37.1	27.3

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]

昼食を食べる時間帯 Q22表側3の回答内容

			Base	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる
Total		%	1224	29.2	32.4	38.3
【体の健康状 態】	はい	%	879	28.0	29.1	42.9
	いいえ	%	345	32.5	40.9	26.7

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]

間食を食べる時間帯 Q22表側4の回答内容

			Base	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる
Total		%	1123	18.2	30.2	51.6
【体の健康状 態】	はい	%	817	17.4	27.1	55.6
	いいえ	%	306	20.3	38.6	41.2

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]

夕食を食べる時間帯 Q22表側5の回答内容

			Base	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる
Total		%	1377	37.4	27.1	35.5
【体の健康状 態】	はい	%	967	36.0	23.6	40.4
	いいえ	%	410	40.7	35.4	23.9

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]

お酒を飲む時間帯 Q22表側6の回答内容

			Base	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる
Total		%	1013	26.9	32.6	40.5
【体の健康状 態】	はい	%	703	25.3	28.4	46.2
	いいえ	%	310	30.6	41.9	27.4

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]

起床時間 Q22表側7の回答内容

			Base	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる
Total		%	1639	26.8	20.4	52.7
【体の健康状 態】	はい	%	1159	25.5	18.7	55.7
	いいえ	%	480	30.0	24.6	45.4

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]
就寝時間 Q22表側8の回答内容

			Base	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる
Total		%	1924	22.3	17.9	59.7
【体の健康状 態】	はい	%	1365	19.9	16.2	64.0
	いいえ	%	559	28.4	22.2	49.4

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]
外出する時間帯 Q22表側9の回答内容

			Base	良い 変化と 感じて いる	特に 何も感 じてい ない	悪い 変化と 感じて いる
Total		%	2419	10.4	44.2	45.4
【体の健康状 態】	はい	%	1654	10.2	40.9	48.9
	いいえ	%	765	10.8	51.4	37.8

Q24.あなたの平日の平均的な起床時間、就寝時間を教えてください。[SA]
起床時間

			Base	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Total		%	10000	0.4	0.3	0.8	3.5	15.3	35.8	26.4	8.7	3.1	2.3	0.9	0.7	0.1	0.2	0.2
【体の健康状 態】	はい	%	5000	0.5	0.3	0.8	3.2	14.4	35.1	27.4	9.0	3.3	2.3	1.1	0.8	0.1	0.2	0.2
	いいえ	%	5000	0.3	0.3	0.7	3.7	16.2	36.5	25.4	8.5	2.9	2.2	0.8	0.5	0.2	0.2	0.2

16	17	18	19	20	21	22	23	24
0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.2	0.3	0.3
0.2	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.2	0.3
0.2	0.1	0.2	0.0	0.1	0.0	0.2	0.3	0.4

Q24.あなたの平日の平均的な起床時間、就寝時間を教えてください。[SA]
起床時間

			Base	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Total		%	10000	0.4	0.4	1.0	3.7	14.3	32.2	25.7	10.9	4.3	2.6	1.1	1.0	0.3	0.2	0.2
【体の健康状 態】	はい	%	5000	0.5	0.5	1.1	3.4	13.1	30.5	26.5	11.8	4.7	2.9	1.3	1.3	0.3	0.3	0.2
	いいえ	%	5000	0.3	0.2	1.0	4.1	15.5	34.0	25.0	10.0	3.8	2.2	0.8	0.8	0.3	0.1	0.2

16	17	18	19	20	21	22	23	24
0.2	0.2	0.2	0.0	0.1	0.0	0.2	0.4	0.4
0.2	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.4	0.4
0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.0	0.4	0.3	0.4

Q24.あなたの平日の平均的な起床時間、就寝時間を教えてください。[SA]
就寝時間

			Base	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Total		%	10000	10.6	5.4	1.9	1.0	0.8	0.9	0.7	0.8	1.3	3.0	5.4	3.7	0.3	0.1	0.1
【体の健康状 態】	はい	%	5000	10.6	5.4	2.1	1.2	0.9	1.0	0.8	1.0	1.4	3.5	6.0	4.0	0.3	0.1	0.0
	いいえ	%	5000	10.7	5.4	1.7	0.9	0.7	0.8	0.7	0.6	1.2	2.6	4.8	3.3	0.3	0.0	0.2

16	17	18	19	20	21	22	23	24
0.1	0.0	0.1	0.2	0.9	3.5	10.7	22.0	26.4
0.1	0.0	0.0	0.1	0.6	2.8	9.7	21.6	26.6
0.1	0.0	0.1	0.2	1.1	4.1	11.6	22.4	26.2

Q24.あなたの平日の平均的な起床時間、就寝時間を教えてください。[SA]

就寝時間			Base	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Total		%	10000	10.4	6.8	2.8	1.4	0.9	1.1	0.8	0.9	1.3	3.3	4.7	3.4	0.4	0.1	0.1
【体の健康状態】	はい	%	5000	10.5	7.6	3.5	1.8	0.9	1.3	1.0	1.1	1.3	3.8	4.8	3.5	0.4	0.1	0.1
	いいえ	%	5000	10.3	6.0	2.1	1.0	0.9	0.9	0.6	0.6	1.3	2.8	4.5	3.2	0.4	0.1	0.2

16	17	18	19	20	21	22	23	24
0.1	0.1	0.1	0.2	1.0	3.7	10.9	20.4	25.3
0.1	0.1	0.0	0.2	0.9	2.8	9.7	19.5	25.0
0.1	0.1	0.1	0.2	1.2	4.5	12.1	21.2	25.6

Q25.あなたの朝食の内容について、加工食品や市販の惣菜をどれぐらい食べたか教えてください。加工食品には持ち帰りの弁当、ピザの宅配、レトルトのカレー、冷凍パスタなども含まれます。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）			Base	ほぼ毎日	週に4～6回	週に2～3回	週に1回以下	食べていない	朝食自体食べなかった
Total		%	10000	22.5	6.0	10.9	17.7	30.3	12.5
【体の健康状態】	はい	%	5000	21.9	7.3	12.8	18.8	27.5	11.7
	いいえ	%	5000	23.2	4.7	9.1	16.6	33.2	13.2

Q25.あなたの朝食の内容について、加工食品や市販の惣菜をどれぐらい食べたか教えてください。加工食品には持ち帰りの弁当、ピザの宅配、レトルトのカレー、冷凍パスタなども含まれます。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）			Base	ほぼ毎日	週に4～6回	週に2～3回	週に1回以下	食べていない	朝食自体食べなかった
Total		%	10000	22.8	6.6	11.3	17.2	30.2	12.0
【体の健康状態】	はい	%	5000	22.4	8.2	13.2	18.1	26.9	11.2
	いいえ	%	5000	23.2	5.0	9.3	16.2	33.5	12.8

Q26.あなたの昼食の内容について、加工食品や市販の惣菜をどれぐらい食べたか教えてください。加工食品には持ち帰りの弁当、ピザの宅配、レトルトのカレー、冷凍パスタなども含まれます。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）			Base	ほぼ毎日	週に4～6回	週に2～3回	週に1回以下	食べていない	昼食自体食べなかった
Total		%	10000	20.8	9.8	18.0	28.5	19.3	3.8
【体の健康状態】	はい	%	5000	20.9	10.4	19.5	29.3	16.4	3.5
	いいえ	%	5000	20.6	9.1	16.4	27.7	22.1	4.0

Q26.あなたの昼食の内容について、加工食品や市販の惣菜をどれぐらい食べたか教えてください。加工食品には持ち帰りの弁当、ピザの宅配、レトルトのカレー、冷凍パスタなども含まれます。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）			Base	ほぼ毎日	週に4～6回	週に2～3回	週に1回以下	食べていない	昼食自体食べなかった
Total		%	10000	20.6	10.0	20.3	27.2	18.2	3.7
【体の健康状態】	はい	%	5000	20.7	11.3	22.6	27.0	15.0	3.4
	いいえ	%	5000	20.6	8.8	18.0	27.3	21.3	3.9

Q27.あなたの夕食の内容について、加工食品や市販の惣菜をどれぐらい食べたか教えてください。加工食品には持ち帰りの弁当、ピザの宅配、レトルトのカレー、冷凍パスタなども含まれます。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	ほぼ毎日	週に4～6回	週に2～3回	週に1回以下	食べていない	夕食自体食べなかった
Total		%	10000	19.0	6.4	19.2	36.4	17.6	1.4
【体の健康状態】	はい	%	5000	18.5	7.4	21.2	36.8	14.9	1.2
	いいえ	%	5000	19.4	5.4	17.2	36.0	20.4	1.6

Q27.あなたの夕食の内容について、加工食品や市販の惣菜をどれぐらい食べたか教えてください。加工食品には持ち帰りの弁当、ピザの宅配、レトルトのカレー、冷凍パスタなども含まれます。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	ほぼ毎日	週に4～6回	週に2～3回	週に1回以下	食べていない	夕食自体食べなかった
Total		%	10000	18.7	7.0	19.9	35.6	17.1	1.6
【体の健康状態】	はい	%	5000	18.0	8.6	22.0	35.9	14.1	1.4
	いいえ	%	5000	19.4	5.4	17.9	35.3	20.2	1.8

Q28.あなたの飲酒の頻度を教えてください。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	毎日	ほぼ毎日	週に数回	週に1回以下	飲んでいない
Total		%	10000	16.3	9.0	18.2	22.4	34.1
【体の健康状態】	はい	%	5000	15.5	10.0	18.3	23.0	33.2
	いいえ	%	5000	17.2	8.1	18.0	21.8	34.9

Q28.あなたの飲酒の頻度を教えてください。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	毎日	ほぼ毎日	週に数回	週に1回以下	飲んでいない
Total		%	10000	16.6	8.7	17.1	21.7	35.9
【体の健康状態】	はい	%	5000	15.9	9.3	16.9	22.3	35.6
	いいえ	%	5000	17.2	8.1	17.3	21.2	36.3

Q29.あなたの飲酒日の1日当たりの飲酒量を教えてください。[SA]
新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	3合以上	2～3合未満	1～2合未満	1合未満
Total		%	6594	12.0	18.4	28.2	41.4
【体の健康状態】	はい	%	3341	11.8	19.2	27.8	41.2
	いいえ	%	3253	12.2	17.6	28.6	41.6

Q29.あなたの飲酒日の1日当たりの飲酒量を教えてください。[SA]
新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	3合以上	2～3合未満	1～2合未満	1合未満
Total		%	6409	12.2	17.7	28.8	41.3
【体の健康状態】	はい	%	3222	12.4	18.2	28.4	41.0
	いいえ	%	3187	12.1	17.1	29.2	41.6

Q30.あなたの喫煙の頻度を教えてください。[SA]
新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	喫煙をしたことがない	吸っていたがやめた	1日5本未満	1日10本程度	1日20本程度	1日30本程度	1日40本程度	1日40本以上
Total		%	10000	58.1	16.3	4.0	9.9	9.5	1.4	0.2	0.6
【体の健康状態】	はい	%	5000	58.7	15.8	4.6	9.9	8.8	1.2	0.3	0.7
	いいえ	%	5000	57.5	16.7	3.4	9.9	10.3	1.5	0.2	0.5

Q30.あなたの喫煙の頻度を教えてください。[SA]
新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	喫煙をしたことがない	吸っていたがやめた	1日5本未満	1日10本程度	1日20本程度	1日30本程度	1日40本程度	1日40本以上
Total		%	10000	58.0	17.2	4.0	9.0	9.3	1.6	0.3	0.6
【体の健康状態】	はい	%	5000	58.5	16.8	4.7	8.6	8.7	1.6	0.4	0.7
	いいえ	%	5000	57.5	17.6	3.4	9.5	9.9	1.6	0.1	0.5

Q31. 新型コロナウイルス感染拡大前に気にしていた体の具体の悪いところ(自覚症状)と、感染拡大後気にしている体の具体の悪いところ(自覚症状)を教えてください。[MA]
新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）に気になっていた

			Base	熱がある	体がだるい	眠れない	いらいらしやすい	もの忘れする	頭痛	めまい	目のかすみ	物を見づらい	耳なりがする	きこえにくい	動悸	息切れ	前胸部に痛みがある	せきやたんが出る
Total		%	10000	2.2	13.0	11.6	14.8	7.0	14.6	6.5	13.0	7.9	6.4	3.1	4.4	3.6	1.9	4.9
【体の健康状態】	はい	%	5000	3.5	20.1	17.5	21.4	10.3	20.6	10.1	17.8	11.2	8.4	4.2	6.7	5.8	3.3	7.2
	いいえ	%	5000	0.8	6.0	5.7	8.2	3.6	8.6	2.9	8.2	4.5	4.3	1.9	2.1	1.5	0.6	2.6

鼻がつまる・鼻汁が出る	ゼイゼイする	胃のもたれ・むねやけ	下痢	便秘	食欲不振	腹痛・胃痛	痔による痛み・出血など	歯が痛い	歯ぐきのはれ・出血	かみにくい	発疹(じんま疹・できものなど)	かゆみ(湿疹・水虫など)	肩こり	腰痛
8.3	1.3	7.7	9.5	13.4	2.4	7.8	3.4	4.2	5.9	1.6	3.3	5.0	26.6	21.6
11.9	2.2	11.6	13.0	17.8	3.8	11.8	4.6	6.1	8.4	2.5	4.9	7.0	33.5	27.5
4.7	0.4	3.9	6.0	8.9	1.0	3.9	2.1	2.4	3.4	0.6	1.8	2.9	19.6	15.6

手足の関節が痛む	手足の動きが悪い	手足のしびれ	手足が冷える	足のむくみやだるさ	尿が出にくい・排尿時痛い	頻尿(尿の出る回数が多い)	尿失禁(尿がもれる)	月経不順・月経痛	骨折・ねんざ・脱臼	切り傷・やけどなどのけが	その他	特にない
6.0	2.1	3.8	15.1	7.1	1.0	5.6	2.2	5.2	0.8	1.5	1.2	38.5
8.5	3.7	5.5	20.4	10.6	1.6	8.0	3.3	7.1	1.4	2.4	1.5	24.1
3.5	0.6	2.1	9.8	3.7	0.4	3.2	1.1	3.2	0.2	0.7	0.8	53.0

Q31. 新型コロナウイルス感染拡大前に気にしていた体の具体の悪いところ(自覚症状)と、感染拡大後気にしている体の具体の悪いところ(自覚症状)を教えてください。[MA]
新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）に気になる

			Base	熱がある	体がだるい	眠れない	いらいらしやすい	もの忘れする	頭痛	めまい	目のかすみ	物を見づらい	耳なりがする	きこえにくい	動悸	息切れ	前胸部に痛みがある	せきやたんが出る
Total		%	10000	2.6	15.3	14.3	19.1	9.7	15.8	7.6	16.1	10.3	7.9	4.0	5.9	4.8	2.7	5.4
【体の健康状態】	はい	%	5000	4.4	24.5	22.5	28.6	14.7	22.9	12.3	22.5	14.9	11.3	5.8	9.6	8.0	4.6	8.2
	いいえ	%	5000	0.9	6.1	6.0	9.6	4.6	8.8	2.8	9.8	5.7	4.4	2.2	2.1	1.6	0.8	2.6

鼻がつまる・鼻汁が出る	ゼイゼイする	胃のもたれ・むねやけ	下痢	便秘	食欲不振	腹痛・胃痛	痔による痛み・出血など	歯が痛い	歯ぐきのはれ・出血	かみにくい	発疹(じんま疹・できものなど)	かゆみ(湿疹・水虫など)	肩こり	腰痛
9.1	1.9	9.5	9.8	14.6	3.5	9.3	3.6	5.1	6.7	2.0	4.1	5.9	28.6	23.7
13.3	3.2	14.6	13.5	19.8	5.9	14.6	5.0	7.6	9.6	3.5	6.4	8.8	36.9	31.0
4.8	0.6	4.3	6.1	9.3	1.1	3.9	2.2	2.5	3.7	0.6	1.9	3.0	20.2	16.3

手足の関節が痛む	手足の動きが悪い	手足のしびれ	手足が冷える	足のむくみやだるさ	尿が出にくい・排尿時痛い	頻尿(尿の出る回数が多い)	尿失禁(尿がもれる)	月経不順・月経痛	骨折・ねんざ・脱臼	切り傷・やけどなどのけが	その他	特にない
7.8	3.4	5.0	15.9	8.3	1.3	6.9	2.5	5.5	0.8	1.8	1.4	37.0
11.5	5.8	7.6	21.9	12.4	2.2	10.2	3.8	8.0	1.4	2.8	2.1	21.6
4.0	1.0	2.3	9.9	4.1	0.4	3.7	1.2	3.1	0.3	0.8	0.8	52.4

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状について教えてください。 [SA]
月経痛（月経に伴う腹痛、腰痛など）

			Base	新型コロナ ナ感染拡大 前より、症状 があり変 わらない	新型コロナ ナ感染拡大 前より、症状 があり、 悪化した	新型コロナ ナ感染拡大 前はな かったが、 症状が現 れた	新型コロナ ナ感染拡大 前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	42.1	3.6	1.6	52.7
【体の健康状態】	はい	%	2278	45.3	5.7	2.4	46.7
	いいえ	%	1927	38.5	1.1	0.7	59.8

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状について教えてください。 [SA]
月経による体調不良・精神不安

			Base	新型コロナ ナ感染拡大 前より、症状 があり変 わらない	新型コロナ ナ感染拡大 前より、症状 があり、 悪化した	新型コロナ ナ感染拡大 前はな かったが、 症状が現 れた	新型コロナ ナ感染拡大 前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	34.2	6.5	2.4	57.0
【体の健康状態】	はい	%	2278	37.1	10.1	3.7	49.2
	いいえ	%	1927	30.8	2.2	0.9	66.1

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状について教えてください。 [SA]
無月経

			Base	新型コロナ ナ感染拡大 前より、症状 があり変 わらない	新型コロナ ナ感染拡大 前より、症状 があり、 悪化した	新型コロナ ナ感染拡大 前はな かったが、 症状が現 れた	新型コロナ ナ感染拡大 前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	15.1	1.7	2.3	81.0
【体の健康状態】	はい	%	2278	16.5	2.7	3.3	77.5
	いいえ	%	1927	13.4	0.5	1.0	85.1

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状について教えてください。 [SA]
貧血

			Base	新型コロナ ナ感染拡大 前より、症状 があり変 わらない	新型コロナ ナ感染拡大 前より、症状 があり、 悪化した	新型コロナ ナ感染拡大 前はな かったが、 症状が現 れた	新型コロナ ナ感染拡大 前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	26.0	2.8	1.8	69.4
【体の健康状態】	はい	%	2278	29.2	4.5	2.6	63.6
	いいえ	%	1927	22.3	0.7	0.8	76.2

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状について教えてください。 [SA]
月経前の不調（PMS※Premenstrual Syndrome など）

			Base	新型コロナ ナ感染拡大 前より、症状 があり変 わらない	新型コロナ ナ感染拡大 前より、症状 があり、 悪化した	新型コロナ ナ感染拡大 前はな かったが、 症状が現 れた	新型コロナ ナ感染拡大 前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	30.8	6.5	1.8	60.8
【体の健康状態】	はい	%	2278	33.9	10.0	2.6	53.5
	いいえ	%	1927	27.2	2.4	0.9	69.5

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状についてお教えてください。 [SA]
片頭痛

			Base	新型コロナ ナ感染拡大 大前より、症状 があり変 わらない	新型コロナ ナ感染拡大 大前より、症状 があり、 悪化した	新型コロナ ナ感染拡大 大前はな かったが、 症状が現 れた	新型コロナ ナ感染拡大 大前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	35.8	6.6	3.2	54.4
【体の健康状態】	はい	%	2278	38.6	10.5	4.7	46.2
	いいえ	%	1927	32.5	2.1	1.4	64.0

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状についてお教えてください。 [SA]
腰痛

			Base	新型コロナ ナ感染拡大 大前より、症状 があり変 わらない	新型コロナ ナ感染拡大 大前より、症状 があり、 悪化した	新型コロナ ナ感染拡大 大前はな かったが、 症状が現 れた	新型コロナ ナ感染拡大 大前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	38.2	8.2	4.5	49.2
【体の健康状態】	はい	%	2278	41.7	12.6	6.9	38.8
	いいえ	%	1927	34.1	3.0	1.6	61.4

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状についてお教えてください。 [SA]
更年期症状（イライラする・ホットフラッシュなど）

			Base	新型コロナ ナ感染拡大 大前より、症状 があり変 わらない	新型コロナ ナ感染拡大 大前より、症状 があり、 悪化した	新型コロナ ナ感染拡大 大前はな かったが、 症状が現 れた	新型コロナ ナ感染拡大 大前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	23.1	6.7	3.1	67.1
【体の健康状態】	はい	%	2278	26.6	10.4	4.8	58.2
	いいえ	%	1927	18.9	2.3	1.1	77.6

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状についてお教えてください。 [SA]
便秘や下痢などの胃腸障害

			Base	新型コロナ ナ感染拡大 大前より、症状 があり変 わらない	新型コロナ ナ感染拡大 大前より、症状 があり、 悪化した	新型コロナ ナ感染拡大 大前はな かったが、 症状が現 れた	新型コロナ ナ感染拡大 大前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	39.2	8.8	3.8	48.3
【体の健康状態】	はい	%	2278	43.4	13.5	5.7	37.4
	いいえ	%	1927	34.2	3.2	1.5	61.2

Q33.あなたは傷病（病気やけが）で病院や診療所（医院、歯科医院）、あんま・はり・きゅう・柔道整復師（施術所）に通っていますか。いつ頃からどのような傷病（病気やけが）で通っているかを教えてください。[MA] 新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）から通っている

			Base	糖尿病	肥満症	脂質異常症(高コレステロール血症等)	甲状腺の病気	うつ病やその他のこの病気	認知症	パーキンソン病	その他の神経の病気(神経痛・麻痺等)	眼の病気	耳の病気	高血圧症	脳卒中(脳出血、脳梗塞等)	狭心症・心筋梗塞	その他の循環器系の病気	急性鼻咽頭炎(かぜ)
Total		%	10000	3.8	1.4	5.1	1.4	6.6	0.2	0.2	0.7	3.6	0.8	8.2	0.7	0.6	0.7	0.6
【体の健康状態】	はい	%	5000	4.5	2.0	5.7	1.9	9.0	0.3	0.3	1.2	4.7	1.0	7.9	0.8	0.7	1.0	1.1
	いいえ	%	5000	3.1	0.8	4.5	0.9	4.2	0.1	0.1	0.2	2.5	0.5	8.6	0.6	0.4	0.5	0.2

アレルギー性鼻炎	慢性閉塞性肺疾患(COPD)	喘息	その他の呼吸器系の病気	胃・十二指腸の病気	肝臓・胆のうの病気	その他の消化器系の病気	歯の病気	アトピー性皮膚炎	その他の皮膚の病気	痛風	関節リウマチ	関節症	肩こり症	腰痛症
4.8	0.2	2.1	0.3	1.4	0.6	1.2	4.5	2.6	1.5	1.1	0.5	0.9	2.8	3.3
6.5	0.3	2.9	0.5	2.1	0.8	1.6	5.9	3.3	1.6	1.1	0.7	1.2	4.2	4.6
3.0	0.1	1.3	0.1	0.6	0.4	0.8	3.0	1.9	1.3	1.1	0.3	0.5	1.4	2.0

骨粗しょう症	腎臓の病気	前立腺肥大症	閉経期又は閉経後障害(更年期障害等)	骨折	骨折以外のけがやけが	貧血・血液の病気	悪性新生物(がん)	妊娠・産褥(切迫流産、前置胎盤等)	不妊症	その他	不明	通院はしていない
0.5	0.4	0.5	0.5	0.3	0.2	0.7	0.8	0.2	0.3	2.8	0.2	62.6
0.8	0.5	0.5	0.7	0.5	0.3	1.0	0.9	0.2	0.5	3.3	0.3	55.7
0.2	0.3	0.4	0.2	0.1	0.1	0.4	0.7	0.1	0.2	2.4	0.0	69.4

Q33.あなたは傷病（病気やけが）で病院や診療所（医院、歯科医院）、あんま・はり・きゅう・柔道整復師（施術所）に通っていますか。いつ頃からどのような傷病（病気やけが）で通っているかを教えてください。[MA] 新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）に通い始めた

			Base	糖尿病	肥満症	脂質異常症(高コレステロール血症等)	甲状腺の病気	うつ病やその他のこの病気	認知症	パーキンソン病	その他の神経の病気(神経痛・麻痺等)	眼の病気	耳の病気	高血圧症	脳卒中(脳出血、脳梗塞等)	狭心症・心筋梗塞	その他の循環器系の病気	急性鼻咽頭炎(かぜ)
Total		%	10000	0.3	0.6	0.8	0.3	1.4	0.1	0.1	0.3	0.8	0.5	0.9	0.1	0.1	0.2	0.1
【体の健康状態】	はい	%	5000	0.5	1.0	1.4	0.5	2.4	0.3	0.2	0.5	1.2	0.8	1.2	0.2	0.2	0.3	0.3
	いいえ	%	5000	0.2	0.1	0.3	0.1	0.4	0.0	0.0	0.1	0.4	0.2	0.6	0.0	0.0	0.1	0.0

アレルギー性鼻炎	慢性閉塞性肺疾患(COPD)	喘息	その他の呼吸器系の病気	胃・十二指腸の病気	肝臓・胆のうの病気	その他の消化器系の病気	歯の病気	アトピー性皮膚炎	その他の皮膚の病気	痛風	関節リウマチ	関節症	肩こり症	腰痛症
0.6	0.0	0.2	0.2	0.5	0.2	0.4	1.7	0.2	0.6	0.2	0.2	0.5	0.9	0.9
1.0	0.0	0.4	0.4	0.8	0.3	0.6	2.6	0.4	1.1	0.2	0.3	0.7	1.4	1.4
0.3	0.0	0.1	0.0	0.2	0.0	0.1	0.9	0.0	0.1	0.1	0.1	0.2	0.5	0.3

骨粗しょう症	腎臓の病気	前立腺肥大症	閉経期又は閉経後障害(更年期障害等)	骨折	骨折以外のけがやけが	貧血・血液の病気	悪性新生物(がん)	妊娠・産褥(切迫流産、前置胎盤等)	不妊症	その他	不明	通院はしていない
0.1	0.2	0.1	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.4	0.2	3.0	0.6	84.9
0.2	0.3	0.2	0.3	0.4	0.4	0.4	0.5	0.4	0.2	3.4	1.0	78.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.2	0.1	0.1	0.3	0.2	2.5	0.3	91.8

Q34.新型コロナウイルス感染拡大（2020年1月以前と2020年2月以降）の前後で通院の頻度は変わりましたか。 [SA]

			Base	新型コロナウイルス感染拡大により通院頻度が増えた	変わらない	新型コロナウイルス感染拡大により通院頻度が減った	新型コロナウイルス感染拡大後は通院をやめた
Total		%	3744	8.5	67.2	20.7	3.6
【体の健康状態】	はい	%	2214	12.6	57.1	25.7	4.6
	いいえ	%	1530	2.5	81.9	13.4	2.2

Q35.あなたは現在、日常生活で悩みやストレスを感じることがありますか。 [SA]

			Base	よく感じる	ときどき感じる	あまり感じない	まったく感じない
Total		%	10000	30.8	45.0	18.7	5.6
【体の健康状態】	はい	%	5000	43.5	44.7	9.3	2.5
	いいえ	%	5000	18.1	45.2	28.1	8.7

Q36.日常生活での悩みやストレスは、どのような原因から感じていますか。新型コロナウイルス感染拡大前と感染拡大以降でお答えください。 [MA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	家族との人間関係	家族以外との人間関係	恋愛・性に関すること	結婚	離婚	いじめ、セクシュアル・ハラスメント	生きがいに関すること	自由にできる時間がない	収入・家計・借金等	自分の病気や介護	家族の病気や介護	妊娠・出産	育児	家事	自分の学業・受験・進学
Total		%	7576	28.2	25.6	7.7	3.6	1.2	3.1	15.8	11.4	29.1	12.2	9.5	1.2	4.3	8.1	1.3
【体の健康状態】	はい	%	4413	31.2	28.6	9.1	4.6	1.6	3.9	18.6	12.9	31.4	15.4	11.7	1.3	4.4	9.3	1.8
	いいえ	%	3163	24.1	21.4	5.6	2.0	0.7	2.1	11.8	9.2	26.0	7.8	6.5	1.0	4.1	6.4	0.6

子どもの教育	自分の仕事	家族の仕事	住まいや生活環境（公害、安全及び交通事情を含む）	その他	わからない
5.0	32.1	3.1	7.6	5.4	13.2
5.5	32.3	3.6	9.3	5.1	11.3
4.4	32.0	2.3	5.3	5.9	15.9

Q36.日常生活での悩みやストレスは、どのような原因から感じていますか。新型コロナウイルス感染拡大前と感染拡大以降でお答えください。 [MA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	家族との人間関係	家族以外との人間関係	恋愛・性に関すること	結婚	離婚	いじめ、セクシュアル・ハラスメント	生きがいに関すること	自由にできる時間がない	収入・家計・借金等	自分の病気や介護	家族の病気や介護	妊娠・出産	育児	家事	自分の学業・受験・進学
Total		%	7576	29.5	23.9	8.1	4.2	1.1	2.8	20.5	12.8	36.2	14.2	11.1	1.6	4.9	10.1	1.3
【体の健康状態】	はい	%	4413	32.8	26.9	9.4	5.5	1.5	3.5	25.3	14.5	40.0	18.9	13.9	2.0	5.1	12.1	1.7
	いいえ	%	3163	24.8	19.7	6.1	2.3	0.7	1.8	13.8	10.3	31.0	7.7	7.2	1.1	4.6	7.3	0.6

子どもの教育	自分の仕事	家族の仕事	住まいや生活環境（公害、安全及び交通事情を含む）	その他	わからない
6.1	35.0	5.2	9.6	6.2	11.6
6.9	36.1	6.4	12.1	5.8	9.8
5.1	33.6	3.6	6.0	6.9	14.2

Q37.あなたが悩み事を相談する先を教えてください。[MA]

			Base	家族に相談している	友人・知人に相談している	職場の上司・学校の先生に相談している	公的な機関(保健所、福祉事務所、精神保健福祉センター等)の相談窓口(電話等での相談を含む)を利用している	民間の相談機関(悩み相談所等)の相談窓口(電話等での相談を含む)を利用している	病院・診療所の医師に相談している	テレビ・ラジオ・新聞等の相談コーナーを利用している	上記以外で相談している(職場の相談窓口等)	相談したいが誰にも相談できないでいる	相談したいがどこに相談したらよいかわからない	相談する必要はないので誰にも相談していない	その他(具体的に)	相談する先がない
Total		%	7576	38.9	24.2	4.6	2.8	1.3	5.9	0.5	0.6	4.0	2.2	8.0	0.6	33.0
【体の健康状態】	はい	%	4413	40.5	25.9	5.2	3.6	1.8	7.6	0.7	0.7	4.9	2.8	6.3	0.8	30.3
	いいえ	%	3163	36.6	21.8	3.9	1.6	0.5	3.6	0.2	0.4	2.8	1.4	10.4	0.3	36.8

Q38.過去1か月の間はどのようであったか、それぞれの項目であてはまるものをお選びください。[SA]
神経過敏に感じましたか

			Base	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく
Total		%	10000	5.9	9.2	24.2	21.3	39.4
【体の健康状態】	はい	%	5000	9.5	13.8	30.5	21.5	24.7
	いいえ	%	5000	2.3	4.6	17.9	21.1	54.1

Q38.過去1か月の間はどのようであったか、それぞれの項目であてはまるものをお選びください。[SA]
絶望的だと感じましたか

			Base	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく
Total		%	10000	6.0	7.6	18.2	18.0	50.3
【体の健康状態】	はい	%	5000	9.3	11.0	23.5	20.4	35.8
	いいえ	%	5000	2.7	4.1	12.9	15.6	64.7

Q38.過去1か月の間はどのようであったか、それぞれの項目であてはまるものをお選びください。[SA]
そろそろ、落ち着きがなくなりましたか

			Base	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく
Total		%	10000	4.3	6.7	20.0	21.9	47.1
【体の健康状態】	はい	%	5000	6.9	9.7	26.2	25.0	32.3
	いいえ	%	5000	1.7	3.8	13.8	18.9	61.8

Q38.過去1か月の間はどのようであったか、それぞれの項目であてはまるものをお選びください。[SA]
気分が沈んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか

			Base	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく
Total		%	10000	7.0	9.7	20.9	23.2	39.3
【体の健康状態】	はい	%	5000	10.6	14.6	26.2	25.1	23.6
	いいえ	%	5000	3.4	4.8	15.5	21.4	54.9

Q38.過去1か月の間はどのようであったか、それぞれの項目であてはまるものをお選びください。[SA]
何をしても骨折りと感じましたか

			Base	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく
Total		%	10000	6.0	9.5	20.1	21.4	43.0
【体の健康状態】	はい	%	5000	9.1	13.9	25.4	23.4	28.1
	いいえ	%	5000	2.9	5.1	14.7	19.3	58.0

Q38.過去1か月の間はどのようであったか、それぞれの項目であてはまるものをお選びください。[SA]
自分は価値がない人間だと感じましたか

			Base	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく
Total		%	10000	8.5	8.3	17.1	17.1	48.9
【体の健康状態】	はい	%	5000	12.0	11.6	21.1	19.3	35.9
	いいえ	%	5000	5.0	4.9	13.1	15.0	61.9

Q39.新型コロナウイルスの感染拡大を受け、仕事や生活の中で良くなったなと感じることはありますか。 [MA]

			Base	家族間のつながりが強くなった	友人・知人等とのつながりが強くなった	人の役に立つことに関心が強くなった	体調を崩すことが減った	健康に対する意識が高まった	仕事の効率が上がった	仕事のストレスが減った	通勤のストレスが減った	時間の使い方の方が自由度が増えた	生活の拠点をこれまでより自由に選べるようになった	出費が減った	生活リズムが規則的になった	人として成長した	生活を見直すきっかけになった	人生や将来を見直すきっかけになった
Total		%	10000	12.5	2.7	3.9	6.0	23.3	2.7	6.0	10.1	11.6	2.5	15.4	8.2	2.8	16.1	12.5
【体の健康状態】	はい	%	5000	13.9	3.3	5.3	6.6	27.3	3.3	7.1	11.9	13.5	3.5	17.1	9.4	3.4	18.5	16.3
	いいえ	%	5000	11.1	2.0	2.5	5.4	19.4	2.0	4.9	8.3	9.7	1.4	13.7	7.1	2.2	13.6	8.6

その他（具体的に）	特にない
0.6	43.0
0.7	35.0
0.6	50.9

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]

生活保護

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	31.6	64.0	4.5
【体の健康状態】	はい	%	5000	34.9	61.2	3.9
	いいえ	%	5000	28.2	66.8	5.0

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]

失業給付

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	32.9	57.5	9.7
【体の健康状態】	はい	%	5000	35.9	56.0	8.1
	いいえ	%	5000	29.8	59.0	11.2

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]

就学援助

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	13.0	52.2	34.8
【体の健康状態】	はい	%	5000	15.0	52.8	32.2
	いいえ	%	5000	11.1	51.5	37.4

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]

ひとり親家庭等医療費助成

			Base	内容 (対象者、支援内容、申請先など)まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	10.0	46.0	44.0
【体の健康状態】	はい	%	5000	12.3	48.1	39.6
	いいえ	%	5000	7.7	43.8	48.5

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]

ひとり親世帯への臨時特別給付金

			Base	内容 (対象者、支援内容、申請先など)まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	9.5	47.5	42.9
【体の健康状態】	はい	%	5000	11.9	49.7	38.4
	いいえ	%	5000	7.2	45.4	47.4

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]

新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金

			Base	内容 (対象者、支援内容、申請先など)まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	16.5	59.2	24.3
【体の健康状態】	はい	%	5000	19.3	59.4	21.3
	いいえ	%	5000	13.7	59.0	27.3

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]

トライアル雇用助成金

			Base	内容 (対象者、支援内容、申請先など)まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	5.0	26.0	69.0
【体の健康状態】	はい	%	5000	6.9	28.8	64.3
	いいえ	%	5000	3.1	23.1	73.7

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]

住宅確保給付金

			Base	内容 (対象者、支援内容、申請先など)まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	5.4	26.4	68.2
【体の健康状態】	はい	%	5000	7.6	28.8	63.6
	いいえ	%	5000	3.3	23.9	72.8

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]

雇用調整助成金

			Base	内容 (対象者、支援内容、申請先など)まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	9.8	45.3	44.9
【体の健康状態】	はい	%	5000	11.7	46.4	41.9
	いいえ	%	5000	7.8	44.2	48.0

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]

緊急小口資金・総合支援資金

			Base	内容 (対象者、支援内容、申請先など)まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	7.5	35.0	57.5
【体の健康状態】	はい	%	5000	9.8	37.1	53.2
	いいえ	%	5000	5.1	33.0	61.9

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]

持続化補助金

			Base	内容 (対象者、支援内容、申請先など)まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	10.4	46.8	42.8
【体の健康状態】	はい	%	5000	12.4	48.4	39.3
	いいえ	%	5000	8.4	45.3	46.3

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]

事業再構築補助金

			Base	内容 (対象者、支援内容、申請先など)まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	4.5	23.1	72.4
【体の健康状態】	はい	%	5000	6.1	24.7	69.1
	いいえ	%	5000	2.8	21.5	75.7

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]

IT導入補助金

			Base	内容 (対象者、支援内容、申請先など)まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	4.4	22.1	73.5
【体の健康状態】	はい	%	5000	6.0	24.4	69.6
	いいえ	%	5000	2.7	19.9	77.4

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
将来的な収入の見通し

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	29.2	40.3	22.0	8.5
【体の健康状態】	はい	%	5000	37.5	40.1	17.1	5.4
	いいえ	%	5000	20.9	40.5	27.0	11.6

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
毎月の収入の不安定さ

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	22.1	32.4	33.2	12.3
【体の健康状態】	はい	%	5000	28.7	34.0	28.8	8.5
	いいえ	%	5000	15.5	30.8	37.6	16.1

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
普段の生活費

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	20.9	39.0	29.8	10.3
【体の健康状態】	はい	%	5000	27.0	41.8	24.5	6.7
	いいえ	%	5000	14.8	36.1	35.2	13.9

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
医療費・介護費

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	18.2	39.3	30.5	12.1
【体の健康状態】	はい	%	5000	24.7	42.7	24.8	7.8
	いいえ	%	5000	11.7	35.8	36.1	16.4

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
ローン返済

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	9.6	18.7	24.5	47.2
【体の健康状態】	はい	%	5000	12.7	20.9	22.4	44.1
	いいえ	%	5000	6.4	16.6	26.6	50.3

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
教育資金

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	8.2	17.4	22.4	52.1
【体の健康状態】	はい	%	5000	10.5	19.3	20.2	50.0
	いいえ	%	5000	5.8	15.4	24.5	54.3

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
自分の健康のこと

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	25.8	44.5	21.3	8.4
【体の健康状態】	はい	%	5000	35.9	45.2	14.1	4.8
	いいえ	%	5000	15.7	43.8	28.4	12.0

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
家族・子どもの健康のこと

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	22.1	44.5	22.1	11.3
【体の健康状態】	はい	%	5000	30.0	45.6	16.7	7.7
	いいえ	%	5000	14.2	43.4	27.5	14.9

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
自分の仕事のこと

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	22.2	36.3	25.5	16.0
【体の健康状態】	はい	%	5000	30.2	37.7	19.7	12.4
	いいえ	%	5000	14.2	34.9	31.3	19.6

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
家族の仕事のこと

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	11.9	29.2	32.4	26.6
【体の健康状態】	はい	%	5000	16.2	31.5	28.7	23.5
	いいえ	%	5000	7.5	26.8	36.0	29.7

Q41.今後の生活などへの不安についていかがいます。 [SA]
子どもの教育のこと

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	4681	12.2	30.8	25.5	31.5
【体の健康状態】	はい	%	2262	16.8	33.9	22.2	27.0
	いいえ	%	2419	7.9	27.8	28.6	35.7

Q41.今後の生活などへの不安についていかがいます。 [SA]
子どもの発育のこと

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	4681	9.0	23.3	31.3	36.4
【体の健康状態】	はい	%	2262	12.5	27.5	28.2	31.7
	いいえ	%	2419	5.7	19.3	34.2	40.7

Q41.今後の生活などへの不安についていかがいます。 [SA]
社会とのつながりの希薄さ

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	10.2	31.5	38.1	20.2
【体の健康状態】	はい	%	5000	14.8	38.0	32.4	14.7
	いいえ	%	5000	5.6	25.0	43.7	25.7

Q42.あなたは、もし必要になったら、病気や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができますか。 [SA]
新聞、本、テレビ、インターネットなど、いろいろな情報源から情報を集められる

			Base	まったく そう思 わない	あまり そう思 わない	どちら でもな い	まあそ う思う	強くそ う思う
Total		%	10000	2.1	5.8	27.5	52.8	11.9
【体の健康状態】	はい	%	5000	2.4	7.3	25.3	52.6	12.4
	いいえ	%	5000	1.8	4.3	29.6	52.9	11.4

Q42.あなたは、もし必要になったら、病気や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができますか。 [SA]
たくさんある情報の中から、自分の求める情報を選び出せる

			Base	まったく そう思 わない	あまり そう思 わない	どちら でもな い	まあそ う思う	強くそ う思う
Total		%	10000	2.1	7.7	39.8	42.4	7.9
【体の健康状態】	はい	%	5000	2.4	9.3	37.9	42.1	8.2
	いいえ	%	5000	1.8	6.2	41.7	42.7	7.7

Q42.あなたは、もし必要になったら、病気や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができると思いますか。 [SA]
情報がどの程度信頼できるかを判断できる

			Base	まったく そう思 わない	あまり そう思 わない	どちら でもな い	まあそ う思う	強くそ う思う
Total		%	10000	2.4	9.0	45.4	36.9	6.3
【体の健康状 態】	はい	%	5000	2.9	10.3	44.2	36.2	6.4
	いいえ	%	5000	1.9	7.7	46.6	37.6	6.1

Q42.あなたは、もし必要になったら、病気や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができると思いますか。 [SA]
情報を理解し、人に伝えることができる

			Base	まったく そう思 わない	あまり そう思 わない	どちら でもな い	まあそ う思う	強くそ う思う
Total		%	10000	2.8	10.5	44.7	36.1	5.9
【体の健康状 態】	はい	%	5000	3.2	12.1	43.3	35.2	6.2
	いいえ	%	5000	2.5	8.9	46.0	36.9	5.6

Q42.あなたは、もし必要になったら、病気や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができると思いますか。 [SA]
情報をもとに健康改善のための計画や行動を決めることができる

			Base	まったく そう思 わない	あまり そう思 わない	どちら でもな い	まあそ う思う	強くそ う思う
Total		%	10000	2.5	8.8	45.9	36.6	6.3
【体の健康状 態】	はい	%	5000	2.9	10.6	44.6	35.3	6.6
	いいえ	%	5000	2.0	7.0	47.2	37.8	5.9

Q43.公的支援の情報に関して、あなたが信頼できると感じる情報媒体や相談窓口を教えてください。 [MA]

			Base	SNS (例 LINE、 Instagr am、 Twitter)	検索エ ンジン (例 Googl e,Ya hoo)	ニュースサ イト(例 Yahoo !ニュー ス、LINE News,S mart News)	動画 サイト (例 YouT ube)	新聞	雑誌	テレビ	口コミ	役所 のホー ムペー ジ	役所 の広 報誌	役所 からの はがき ／封 書	職場 からの 情報 提供	子ども の学 校から の情 報提 供	その他 (具 体的 に)
Total		%	10000	19.0	38.7	37.7	10.9	35.8	6.4	35.8	6.4	42.0	26.6	17.7	10.7	5.4	3.5
【体の健康状 態】	はい	%	5000	21.6	39.9	38.7	12.3	35.8	7.2	34.5	7.0	43.5	28.7	19.0	11.3	5.8	3.8
	いいえ	%	5000	16.3	37.4	36.7	9.5	35.8	5.5	37.2	5.8	40.4	24.5	16.3	10.1	5.0	3.1

Q44.あなたの最終学歴をお答えください。 [SA]

			Base	中学 校卒	高校 卒	高等 専門 学校 卒	専門 学校 卒	短期 大学 卒	大学 卒	大学 院卒	その他 (具 体的 に)
Total		%	10000	2.0	24.8	1.5	11.6	8.9	45.8	5.3	0.1
【体の健康状 態】	はい	%	5000	2.0	23.8	1.6	11.3	9.7	46.0	5.4	0.1
	いいえ	%	5000	2.1	25.7	1.4	11.8	8.2	45.7	5.1	0.0

結果2. コロナ下で心の状態が悪くなったかどうかと他の因子の比較

「新型コロナウイルス下の生活の中で、心の健康状態が悪くなったと感じることはありますか」という設問に対する「はい」「いいえ」の回答でケース・コントロールサンプリングを行い、それに関連する因子を検討する。％表示。濃橙は全体より10ポイント上、橙は全体より5ポイント上、青は全体より5ポイント下、濃青は全体より10ポイント下であることを示す。

S1.あなたの性別をお答えください。 [SA]

			Base	男性	女性
Total		％	10000	58.0	42.1
【心の健康状態】	はい	％	5000	53.3	46.7
	いいえ	％	5000	62.6	37.4

S2.あなたの年齢をお答えください。 [SA]

			Base	15歳 ～19 歳	20歳 ～24 歳	25歳 ～29 歳	30歳 ～34 歳	35歳 ～39 歳	40歳 ～44 歳	45歳 ～49 歳	50歳 ～54 歳	55歳 ～59 歳	60歳 ～64 歳	65歳 以上
Total		％	10000	0.0	1.8	6.0	7.4	10.4	12.8	17.2	16.5	15.8	12.3	0.0
【心の健康状態】	はい	％	5000	0.0	2.3	7.6	8.3	11.2	13.7	16.3	16.4	14.7	9.6	0.0
	いいえ	％	5000	0.0	1.2	4.3	6.5	9.6	11.8	18.2	16.5	16.8	15.0	0.0

QuotaAge1.【テスト時のみ表示】年代割付 [SA]

			Base	20代	30代	40代	50～ 64歳
Total		％	10000	7.7	17.8	30.0	44.5
【心の健康状態】	はい	％	5000	9.9	19.5	29.9	40.7
	いいえ	％	5000	5.6	16.1	30.0	48.4

S3.あなたが“現在”住んでいる都道府県をお答えください。 [SA]

			Base	北海道	青森県	岩手県	宮城県	秋田県	山形県	福島県	茨城県	栃木県	群馬県	埼玉県	千葉県	東京都	神奈川県	新潟県
Total		％	10000	4.1	0.6	0.7	1.9	0.6	0.6	1.1	1.9	1.3	1.1	7.1	6.1	16.6	9.7	1.3
【心の健康状態】	はい	％	5000	3.8	0.6	0.7	1.8	0.5	0.7	1.2	1.6	1.3	1.2	7.1	6.0	17.4	8.8	1.2
	いいえ	％	5000	4.5	0.6	0.7	1.9	0.7	0.4	1.1	2.1	1.3	1.0	7.0	6.1	15.8	10.5	1.5

富山県	石川県	福井県	山梨県	長野県	岐阜県	静岡県	愛知県	三重県	滋賀県	京都府	大阪府	兵庫県	奈良県	和歌山県	鳥取県
0.7	0.7	0.5	0.3	1.1	1.1	2.4	5.9	1.1	0.9	2.3	7.4	4.8	0.9	0.7	0.2
0.7	0.7	0.5	0.2	0.9	1.3	2.3	5.8	1.3	1.0	2.4	7.2	5.2	1.0	0.6	0.3
0.6	0.8	0.4	0.4	1.4	0.9	2.5	5.9	1.0	0.8	2.2	7.6	4.3	0.8	0.9	0.2

島根県	岡山県	広島県	山口県	徳島県	香川県	愛媛県	高知県	福岡県	佐賀県	長崎県	熊本県	大分県	宮崎県	鹿児島県	沖縄県
0.3	1.1	2.0	0.9	0.5	0.7	0.9	0.3	3.6	0.4	0.7	0.7	0.5	0.5	0.7	0.7
0.3	0.9	2.0	0.9	0.6	0.6	1.2	0.3	3.7	0.4	0.7	0.7	0.6	0.4	0.7	0.6
0.3	1.3	2.1	0.9	0.3	0.7	0.6	0.3	3.4	0.4	0.6	0.7	0.5	0.6	0.7	0.7

QuotaArea1.【テスト時のみ表示】エリア割付 [SA]

			Base	北海道	東北	関東	北陸	東海	近畿	中国	四国	九州・ 沖縄
Total		％	10000	4.1	5.5	45.1	3.2	10.5	17.0	4.6	2.3	7.7
【心の健康状態】	はい	％	5000	3.8	5.5	44.5	3.1	10.7	17.5	4.3	2.7	7.8
	いいえ	％	5000	4.5	5.4	45.7	3.2	10.3	16.5	4.8	1.9	7.6

S4.あなたの職業をお答えください。 [SA]

			Base	正社員	契約社員	嘱託社員	パート タイ マー・ア ルバイ ト	派遣社員	役員	自営業	家族従事者※	無職	専業主夫・主婦	学生	その他 (具体的に)
Total		%	10000	43.3	4.2	0.7	12.8	2.4	1.1	8.0	0.5	11.9	13.8	0.0	1.4
【心の健康状態】	はい	%	5000	42.4	3.6	0.5	14.1	2.3	0.9	7.1	0.5	12.7	14.6	0.0	1.3
	いいえ	%	5000	44.2	4.7	0.8	11.5	2.4	1.3	9.0	0.6	11.1	13.0	0.0	1.4

※農家や個人商店等で農作業や店の仕事等を手伝っている方を指します

S5.新型コロナウイルス下の生活の中で、体の健康状態が悪くなったと感じることはありますか。 [SA]

			Base	はい	いいえ
Total		%	10000	50.0	50.0
【心の健康状態】	はい	%	5000	80.0	20.0
	いいえ	%	5000	20.0	80.0

Q1.婚姻状況（法律婚／事実婚双方含みます）についてお聞かせください。お子さん（義理の子どもを含む）の有無もお答えください。 [SA]

			Base	未婚／ 死別・ 離別 (子どもなし)	未婚／ 死別・ 離別 (子どもあり)	既婚 (子どもなし)	既婚 (子どもあり)
Total		%	10000	40.1	5.1	13.1	41.8
【心の健康状態】	はい	%	5000	42.4	5.5	12.7	39.4
	いいえ	%	5000	37.8	4.6	13.5	44.1

Q2.子どもがいる方にお聞きます。末子の就学状況をお答えください。 [SA]

			Base	乳児 (6か月未満)	乳児 (6か月以上～1歳未満)	幼児 (1歳以上～3歳未満)	幼児 (3歳以上～6歳)	小学生	中学生	高校生	短大生	大学生	大学院生	浪人生	社会人	無職	その他 (具体的に)
Total		%	4681	1.9	1.9	5.5	8.8	15.6	8.8	9.3	0.5	10.6	0.9	0.3	33.5	1.8	0.6
【心の健康状態】	はい	%	2245	2.3	2.0	6.6	10.0	17.0	9.5	9.5	0.5	9.6	0.6	0.2	30.3	1.4	0.4
	いいえ	%	2436	1.5	1.8	4.5	7.8	14.3	8.2	9.1	0.5	11.5	1.1	0.4	36.5	2.1	0.8

Q3.あなたは現在妊娠していますか。 [SA]

			Base	はい	いいえ
Total		%	4205	2.5	97.5
【心の健康状態】	はい	%	2334	2.7	97.3
	いいえ	%	1871	2.1	97.9

Q4.あなたは現在だれと住んでいますか。 [MA]

			Base	なし (一人暮らし)	祖母	祖父	父親	母親	兄弟・姉妹	配偶者 (法律婚)	パートナー (事実婚・婚姻関係なし・同棲)	子ども	孫	友達 (シェアハウスなど)	その他 (具体的に)
Total		%	10000	18.4	1.4	0.5	18.0	26.8	8.0	51.5	3.1	36.5	0.4	0.1	0.6
【心の健康状態】	はい	%	5000	19.0	1.8	0.7	19.7	28.3	8.5	48.6	3.4	35.7	0.3	0.1	0.7
	いいえ	%	5000	17.7	1.0	0.3	16.3	25.2	7.4	54.5	2.8	37.3	0.4	0.0	0.6

Q5.困ったときに頼れる人が近くに住んでいますか。 [MA]

			Base	親・親族が近くにいる	友人が近くにいる	その他 (具体的に)	いない
Total		%	10000	57.5	22.2	1.0	33.8
【心の健康状態】	はい	%	5000	57.9	23.1	1.1	33.0
	いいえ	%	5000	57.1	21.2	0.8	34.5

Q6.あなたのお住まいについてお答えください。 [SA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	ご自身の持ち家 (一戸建て) ※共同所有も含む	ご自身の持ち家 (マンション等集合住宅) ※共同所有も含む	配偶者・パートナーの持ち家 (一戸建て)	配偶者・パートナーの持ち家 (マンション等集合住宅)	賃貸 (一戸建て)	賃貸 (マンション・アパート等集合住宅)	社宅・寮	シェアハウス	祖父母や両親の家	兄弟の家	親戚宅	友人・知人宅	その他
Total		%	10000	34.7	11.7	5.2	3.3	2.9	26.6	1.4	0.0	12.6	0.2	0.1	0.1	1.2
【心の健康状態】	はい	%	5000	32.5	11.5	5.2	3.7	3.0	28.2	1.6	0.0	12.9	0.2	0.1	0.1	0.9
	いいえ	%	5000	36.9	11.9	5.1	2.9	2.8	25.0	1.2	0.0	12.3	0.2	0.1	0.0	1.5

Q6.あなたのお住まいについてお答えください。 [SA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	ご自身の持ち家 (一戸建て) ※共同所有も含む	ご自身の持ち家 (マンション等集合住宅) ※共同所有も含む	配偶者・パートナーの持ち家 (一戸建て)	配偶者・パートナーの持ち家 (マンション等集合住宅)	賃貸 (一戸建て)	賃貸 (マンション・アパート等集合住宅)	社宅・寮	シェアハウス	祖父母や両親の家	兄弟の家	親戚宅	友人・知人宅	その他
Total		%	10000	34.8	11.9	5.3	3.4	2.9	26.3	1.3	0.0	12.4	0.3	0.1	0.1	1.3
【心の健康状態】	はい	%	5000	32.5	11.9	5.3	3.7	3.0	28.1	1.5	0.1	12.6	0.3	0.1	0.1	1.0
	いいえ	%	5000	37.1	11.9	5.2	3.0	2.7	24.5	1.2	0.0	12.2	0.2	0.1	0.0	1.7

Q7.あなたのお勤め先の主な業種をお答えください。 [SA]

			Base	農業、 林業	漁業	鉱業、 採石業、砂利採取業	建設業	製造業	電気・ ガス・ 熱供給・水道業	情報通 信業	運輸業、 郵便業 （例 鉄 道業、航 空運輸 業、倉庫 業、郵便 業）	卸売業、 小売業 （例 食 料品、衣 服、機械 器具、医 薬品、化 粧品、無 店舗小売 業）	金融 業、保 険業	不動産 業、物 品賃貸 業	学術研 究、専 門・技術 サービス業 （法律事 務所、広 告業等含 む）	宿泊業、 飲食サー ビス業 （例 ホ テル、旅 館、食 堂、喫茶 店、持ち 帰り・配達 飲食サー ビス業）	生活関連 サービス 業、娯楽 業（例 理美容、 旅行業、 家事サー ビス業、冠 婚葬祭 業、映画 館、遊園 地、スポー ツ施設提 供業）	教育、 学習支 援業
Total		%	7239	0.6	0.1	0.2	4.9	20.2	1.0	7.7	5.4	11.1	4.4	2.5	3.4	3.6	3.5	5.1
【心の健康状態】	はい	%	3545	0.6	0.1	0.2	4.9	20.0	0.9	7.1	5.4	10.2	4.6	2.5	3.3	4.3	3.8	5.3
	いいえ	%	3694	0.5	0.1	0.1	5.0	20.4	1.1	8.3	5.5	11.9	4.3	2.5	3.5	2.9	3.2	4.9

	医療、 福祉	複合 サービス事業 （郵便局、共 同組合）	サービス業 （他に分類され ないもの） （例 廃 棄物処理 業、自動 車整備 業、職業 紹介・労 働者派遣 業、政治・ 経済・文 化団体）	公務（他 に分類さ れるものを 除く） （国家公 務、地方 公務）	分類不 能の産 業（具 体的 に）
	8.2	1.0	9.5	4.6	3.1
	9.0	0.9	9.3	4.3	3.2
	7.4	1.1	9.7	4.8	2.9

Q8.あなたのお勤め先での主な職種をお答えください。 [SA]

			Base	管理的 職業従 事者	専門 的・技 術的職 業従事 者	事務従 事者	販売従 事者	サーピ ス職業 従事者	保安職 業従事 者	農林漁 業従事 者	生産工 程従事 者	輸送・ 機械運 転従事 者	建設・ 採掘従 事者	運搬・ 清掃・ 包装等 従事者	分類不 能の職 業（具 体的 に）
Total		%	7239	13.2	20.8	25.3	7.9	12.4	1.1	0.5	7.4	1.9	1.7	3.3	4.5
【心の健康状態】	はい	%	3545	11.8	21.0	26.5	7.8	13.3	0.9	0.4	6.7	1.7	1.6	3.5	4.6
	いいえ	%	3694	14.6	20.7	24.1	8.0	11.6	1.2	0.5	8.2	2.0	1.7	3.1	4.3

Q9.あなたの現在の主な勤務場所について教えてください。 [SA]

			Base	完全在宅 勤務・ほ ぼほば 在宅勤務 （1週間 に1回以 下出勤）	在宅勤 務と出 勤を使 い分け ている	完全出 勤	その他 （具 体的に）
Total		%	7239	14.9	19.1	65.1	0.9
【心の健康状態】	はい	%	3545	14.8	22.0	62.3	0.9
	いいえ	%	3694	14.9	16.4	67.9	0.9

Q10.配偶者（法律婚）・パートナー（事実婚・婚姻関係なし・同棲）の主な働き方について教えてください。[SA]

			Base	完全在宅勤務・ほぼ在宅勤務（1週間に1回以下出勤）	在宅勤務と出勤を使い分けている	完全出勤	就労していない
Total		%	5457	7.5	12.0	55.2	25.3
【心の健康状態】	はい	%	2595	8.2	14.6	53.8	23.4
	いいえ	%	2862	6.8	9.7	56.5	26.9

Q11.あなたの平均的な一週間の勤務時間を教えてください [SA]

			Base	10時間未満	10時間以上～20時間未満	20時間以上～30時間未満	30時間以上～40時間未満	40時間以上～50時間未満	50時間以上～60時間未満	60時間以上～70時間未満	70時間以上～80時間未満	80時間以上～90時間未満	90時間以上～100時間未満	100時間以上
Total		%	7239	5.0	6.9	7.9	22.8	39.5	11.1	3.5	1.5	0.9	0.2	0.6
【心の健康状態】	はい	%	3545	5.6	8.2	8.5	21.9	38.3	10.6	3.5	1.6	0.8	0.3	0.7
	いいえ	%	3694	4.4	5.7	7.4	23.8	40.8	11.5	3.4	1.3	1.0	0.2	0.6

Q12.あなた個人の税引き前年収はどの程度ですか。 [SA]

2019年

			Base	100万円未満	100万円以上～150万円未満	150万円以上～200万円未満	200万円以上～250万円未満	250万円以上～300万円未満	300万円以上～350万円未満	350万円以上～400万円未満	400万円以上～450万円未満	450万円以上～500万円未満	500万円以上～600万円未満	600万円以上～700万円未満	700万円以上～800万円未満	800万円以上～900万円未満	900万円以上～1,000万円未満	1,000万円以上
Total		%	7239	11.5	6.2	5.6	7.0	6.8	8.0	6.5	6.7	5.8	9.4	7.3	5.5	4.0	3.5	6.2
【心の健康状態】	はい	%	3545	13.1	6.2	6.1	7.8	6.5	8.0	6.4	7.2	5.6	9.2	7.0	5.0	3.5	3.4	5.0
	いいえ	%	3694	9.9	6.1	5.0	6.2	7.0	8.0	6.6	6.3	6.1	9.6	7.6	6.0	4.4	3.7	7.3

Q12.あなた個人の税引き前年収はどの程度ですか。 [SA]

2020年

			Base	100万円未満	100万円以上～150万円未満	150万円以上～200万円未満	200万円以上～250万円未満	250万円以上～300万円未満	300万円以上～350万円未満	350万円以上～400万円未満	400万円以上～450万円未満	450万円以上～500万円未満	500万円以上～600万円未満	600万円以上～700万円未満	700万円以上～800万円未満	800万円以上～900万円未満	900万円以上～1,000万円未満	1,000万円以上
Total		%	7239	11.9	6.4	6.1	7.0	6.6	7.9	6.7	6.7	5.9	9.1	7.2	5.4	3.8	3.4	6.0
【心の健康状態】	はい	%	3545	13.4	6.9	6.4	8.0	6.3	8.1	6.5	7.1	5.6	8.9	6.7	4.9	3.2	3.3	4.6
	いいえ	%	3694	10.4	6.0	5.7	6.1	7.0	7.8	6.8	6.2	6.2	9.3	7.6	5.9	4.4	3.4	7.3

Q13.あなたの世帯の税引き前年収はどの程度ですか。 [SA]

2019年

			Base	100万円未満	100万円以上～150万円未満	150万円以上～200万円未満	200万円以上～250万円未満	250万円以上～300万円未満	300万円以上～350万円未満	350万円以上～400万円未満	400万円以上～450万円未満	450万円以上～500万円未満	500万円以上～600万円未満	600万円以上～700万円未満	700万円以上～800万円未満	800万円以上～900万円未満	900万円以上～1,000万円未満	1,000万円以上
Total		%	10000	6.9	2.9	3.9	4.8	5.1	5.8	5.9	5.9	6.0	10.5	9.5	8.4	5.7	5.8	13.0
【心の健康状態】	はい	%	5000	7.9	3.0	4.3	5.3	5.0	6.2	5.7	6.5	5.9	10.4	9.3	8.0	5.6	5.5	11.4
	いいえ	%	5000	5.9	2.7	3.4	4.2	5.2	5.4	6.1	5.3	6.1	10.5	9.7	8.8	5.8	6.1	14.7

Q13.あなたの世帯の税引き前年収はどの程度ですか。 [SA]
2020年

			Base	100万円未満	100万円以上～150万円未満	150万円以上～200万円未満	200万円以上～250万円未満	250万円以上～300万円未満	300万円以上～350万円未満	350万円以上～400万円未満	400万円以上～450万円未満	450万円以上～500万円未満	500万円以上～600万円未満	600万円以上～700万円未満	700万円以上～800万円未満	800万円以上～900万円未満	900万円以上～1,000万円未満	1,000万円以上
Total		%	10000	7.6	3.0	3.9	5.1	5.3	5.9	5.9	6.0	6.0	10.2	9.5	7.9	5.3	5.5	12.9
【心の健康状態】	はい	%	5000	8.6	3.2	4.2	5.8	5.2	6.3	5.7	6.7	6.0	10.2	9.4	7.3	5.0	5.2	11.2
	いいえ	%	5000	6.5	2.7	3.6	4.4	5.3	5.6	6.0	5.4	6.1	10.2	9.6	8.5	5.6	5.7	14.7

Q14.あなたの世帯の日々の生活に係る支出の中で、負担が大きいとを感じるものを教えてください。 [MA]
新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	家賃・住宅ローン	食費（会食を除く）	水道・光熱費	通信費（携帯電話代含む）	交際費（会食費含む）	教育費（学校の授業料、給食代）	子どもの習い事（学習塾など）	趣味や楽しみにかかる費用	衣服費	日用品にかかる費用	保険料（自動車保険を除く）	自動車等維持費（燃料費・点検費・保険料等）	その他	特にない
Total		%	10000	34.9	33.0	25.8	23.0	9.4	8.0	4.6	9.9	6.4	11.5	19.7	22.5	4.5	23.4
【心の健康状態】	はい	%	5000	38.3	38.9	30.4	27.7	13.1	8.6	5.6	13.2	9.5	15.9	23.5	25.7	5.7	15.5
	いいえ	%	5000	31.4	27.2	21.1	18.3	5.7	7.3	3.5	6.7	3.3	7.1	15.8	19.2	3.4	31.3

Q14.あなたの世帯の日々の生活に係る支出の中で、負担が大きいとを感じるものを教えてください。 [MA]
新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	家賃・住宅ローン	食費（会食を除く）	水道・光熱費	通信費（携帯電話代含む）	交際費（会食費含む）	教育費（学校の授業料、給食代）	子どもの習い事（学習塾など）	趣味や楽しみにかかる費用	衣服費	日用品にかかる費用	保険料（自動車保険を除く）	自動車等維持費（燃料費・点検費・保険料等）	その他	特にない
Total		%	10000	34.7	35.7	29.9	23.7	3.5	8.0	4.6	6.9	3.9	13.7	20.0	22.8	4.7	22.9
【心の健康状態】	はい	%	5000	38.2	43.2	36.4	29.0	4.9	8.7	5.8	9.2	5.8	19.4	24.3	26.3	5.9	14.7
	いいえ	%	5000	31.3	28.3	23.4	18.5	2.2	7.4	3.5	4.7	2.0	8.0	15.6	19.4	3.4	31.1

Q15.現在、介護の対象となるご家族はいますか。 [SA]

			Base	いる（あなたが主な担い手）	いる（あなたが主でないが主な担い手）	いない
Total		%	10000	6.1	6.8	87.0
【心の健康状態】	はい	%	5000	8.2	7.8	84.0
	いいえ	%	5000	4.0	5.9	90.1

Q16.あなた自身と配偶者・パートナーの方などの家事の負担度合いを教えてください。 [SA]

			Base	あなた100%	あなた90%、配偶者・パートナーなど10%	あなた80%、配偶者・パートナーなど20%	あなた70%、配偶者・パートナーなど30%	あなた60%、配偶者・パートナーなど40%	あなた50%、配偶者・パートナーなど50%	あなた40%、配偶者・パートナーなど60%	あなた30%、配偶者・パートナーなど70%	あなた20%、配偶者・パートナーなど80%	あなた10%、配偶者・パートナーなど90%	配偶者・パートナーなど100%
Total		%	8162	19.7	10.7	5.8	4.5	3.2	9.5	3.9	8.4	10.0	14.2	10.1
【心の健康状態】	はい	%	4048	20.9	11.6	6.5	4.9	3.8	9.4	4.1	8.5	10.0	12.1	8.2
	いいえ	%	4114	18.5	9.8	5.2	4.1	2.6	9.6	3.7	8.3	10.1	16.2	12.0

Q17.現在、受けている公的支援があれば教えてください。[MA]

			Base	生活保護	失業給付	就学援助	ひとり親家庭等医療費助成	ひとり親世帯への臨時特別給付金	新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金	トライアル雇用助成金	住宅確保給付金	雇用調整助成金	緊急小口資金・総合支援資金	持続化補助金	事業再構築補助金	IT導入補助金	その他（具体的に）	ない
Total		%	10000	1.2	0.4	1.1	0.8	0.8	1.7	0.3	0.5	1.0	1.0	0.5	0.0	0.0	0.8	92.4
【心の健康状態】	はい	%	5000	1.4	0.4	1.2	1.0	1.1	2.5	0.4	0.8	1.3	1.5	0.5	0.0	0.0	1.1	90.3
	いいえ	%	5000	0.9	0.4	1.0	0.6	0.5	1.0	0.1	0.2	0.6	0.4	0.5	0.0	0.0	0.6	94.5

Q18.新型コロナウイルスの感染拡大によって、多くの方が働き方や就業状況の変化への対応を余儀なくされています。2020年2月以降、あなたやあなたの家族に起こった変化を教えてください。[MA]

			Base	あなたが自身が仕事を解雇され、就業していない	あなたが自身が仕事を解雇されたが、新しい職に就いた	あなたが自身が会社の業績等での影響で休業している/休業した	あなたが自身が、自分の意思で転職した	あなたが自身が、他の部署に異動となった	あなたが自身が営んでいたお店/会社を廃業し、特に新しい仕事はしていない	あなたが自身が営んでいたお店/会社を新しい職に就いた	あなたが自身が営んでいたお店/会社を休業している/休業した	あなたの配偶者・パートナーが仕事を解雇され、就業していない	あなたの配偶者・パートナーが仕事を解雇されたが、新しい職に就いた	あなたの配偶者・パートナーが会社の業績影響で休業している/休業した	あなたの配偶者・パートナーが、自分の意思で転職した	あなたの配偶者・パートナーが、他の部署に異動となった	あなたが自身が、配偶者・パートナーとともに就業状況に変化はない
Total		%	10000	2.1	1.5	3.4	3.0	1.3	0.2	0.3	0.5	0.4	0.4	0.9	0.9	0.5	86.1
【心の健康状態】	はい	%	5000	2.9	2.2	5.0	3.5	1.9	0.3	0.4	0.7	0.5	0.5	1.3	1.0	0.8	81.5
	いいえ	%	5000	1.3	0.8	1.7	2.5	0.8	0.1	0.2	0.3	0.3	0.4	0.5	0.8	0.2	90.7

Q19.就業に変化があったと回答いただいた方にお伺いします。新型コロナウイルスの感染拡大"前"の主な業種を教えてください。[SA]

			Base	農業、林業	漁業	鉱業、採石業、砂利採取業	建設業	製造業	電気・ガス・熱供給・水道業	情報通信業	運輸業、郵便業（例 鉄道業、航空運輸業、倉庫業、郵便業）	卸売業、小売業（例 食料品、衣服、機械器具、医薬品、化粧品、無店舗小売業）	金融業、保険業	不動産業、物品賃貸業	学術研究、専門・技術サービス業（法律事務所、広告業等含む）	宿泊業、飲食サービス業（例 ホテル、旅館、食堂、喫茶店、持ち帰り・配達飲食サービス業）	生活関連サービス業、娯楽業（例 理美容、旅行業、家事サービス業、冠婚葬祭業、映画館、遊園地、スポーツ施設提供業）	教育、学習支援業
Total		%	684	1.5	0.7	0.9	4.4	16.7	1.6	4.8	4.7	10.1	4.5	1.5	3.4	8.3	4.1	5.6
【心の健康状態】	はい	%	445	2.0	1.1	1.1	4.7	14.6	2.0	2.9	5.4	9.9	4.7	1.8	3.8	9.9	4.7	5.4
	いいえ	%	239	0.4	0.0	0.4	3.8	20.5	0.8	8.4	3.3	10.5	4.2	0.8	2.5	5.4	2.9	5.9

医療、福祉	複合サービス事業 （郵便局、共同組合）	サービス業 （他に分類されないもの） （例 廃棄物処理業、自動車整備業、職業紹介・労働者派遣業、政治・経済・文化団体）	公務（他に分類されるものを除く） （国家公務、地方公務）	分類不能の産業（具体的に）
8.0	0.9	9.8	3.2	5.4
6.5	1.1	9.9	3.1	5.2
10.9	0.4	9.6	3.3	5.9

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]
月額の手取り給料

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	0.6	3.6	67.3	20.4	8.1
【心の健康状 態】	はい	%	5000	0.9	4.1	59.4	24.6	10.9
	いいえ	%	5000	0.3	3.1	75.2	16.2	5.2

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]
貯蓄額

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	0.9	10.3	60.7	21.6	6.5
【心の健康状 態】	はい	%	5000	1.1	10.8	51.4	27.4	9.3
	いいえ	%	5000	0.7	9.9	70.0	15.7	3.7

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]
在宅している時間（在宅勤務時間含む）

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	14.2	25.3	56.8	2.7	1.1
【心の健康状 態】	はい	%	5000	17.8	28.8	48.8	3.2	1.5
	いいえ	%	5000	10.6	21.8	64.8	2.3	0.7

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]
労働時間

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	1.4	6.5	70.7	16.1	5.3
【心の健康状 態】	はい	%	5000	2.0	7.9	63.7	19.3	7.2
	いいえ	%	5000	0.8	5.2	77.7	12.8	3.4

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]
他者との会話量（メール、SNS等のやり取りも含む）

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	1.4	8.2	63.4	20.1	7.0
【心の健康状 態】	はい	%	5000	2.2	10.7	53.6	23.6	9.9
	いいえ	%	5000	0.6	5.6	73.2	16.5	4.1

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

運動量

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	1.3	6.7	53.1	27.9	11.1
【心の健康状 態】	はい	%	5000	1.6	7.5	42.3	33.2	15.4
	いいえ	%	5000	1.0	5.8	63.9	22.5	6.8

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

座っている時間

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	10.0	31.5	54.7	2.7	1.0
【心の健康状 態】	はい	%	5000	14.0	37.9	43.4	3.2	1.5
	いいえ	%	5000	6.1	25.2	66.1	2.2	0.5

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

親と過ごす時間

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	2.8	10.6	66.9	12.1	7.7
【心の健康状 態】	はい	%	5000	4.0	13.2	59.1	13.8	9.9
	いいえ	%	5000	1.5	8.0	74.6	10.3	5.6

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

子どもと過ごす時間

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	4681	5.4	25.9	60.1	5.9	2.7
【心の健康状 態】	はい	%	2245	7.8	31.4	50.3	6.9	3.7
	いいえ	%	2436	3.2	20.9	69.2	4.9	1.8

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

配偶者と過ごす時間

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	5485	7.1	31.9	56.8	3.1	1.1
【心の健康状 態】	はい	%	2602	9.4	37.0	48.8	3.6	1.3
	いいえ	%	2883	5.1	27.4	64.0	2.6	0.9

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

家事をする時間

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	4.8	27.0	65.6	1.9	0.8
【心の健康状 態】	はい	%	5000	7.1	33.1	56.6	2.2	1.0
	いいえ	%	5000	2.6	20.8	74.6	1.5	0.5

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

朝食を食べること

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	1.7	7.1	87.4	2.7	1.1
【心の健康状 態】	はい	%	5000	2.3	9.5	82.7	3.8	1.6
	いいえ	%	5000	1.0	4.6	92.1	1.6	0.6

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

食事の量

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	1.6	11.4	80.8	5.4	0.8
【心の健康状 態】	はい	%	5000	2.6	15.3	73.7	7.2	1.2
	いいえ	%	5000	0.6	7.6	87.9	3.5	0.5

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

食事の回数

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	1.2	7.3	87.0	3.8	0.6
【心の健康状 態】	はい	%	5000	1.9	10.0	82.0	5.3	0.9
	いいえ	%	5000	0.5	4.7	92.1	2.4	0.4

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。 [SA]

自炊すること

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	5.9	22.9	68.4	1.9	0.8
【心の健康状 態】	はい	%	5000	8.2	28.2	60.0	2.4	1.1
	いいえ	%	5000	3.6	17.6	76.9	1.4	0.5

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。[SA]

睡眠時間

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	1.8	13.3	73.8	9.5	1.5
【心の健康状 態】	はい	%	5000	2.5	16.3	65.2	13.6	2.4
	いいえ	%	5000	1.1	10.3	82.5	5.4	0.6

Q20.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／変わらない／減った）を教えてください。[SA]

外出頻度

			Base	大幅に 増えた	増えた	変わら ない	減った	大幅に 減った
Total		%	10000	0.5	2.1	30.7	39.7	27.1
【心の健康状 態】	はい	%	5000	0.6	2.4	22.9	39.9	34.1
	いいえ	%	5000	0.3	1.7	38.4	39.5	20.1

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

月額の手取り給料 Q20表側1の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	3270	3.1	6.8	10.6	37.5	41.9
【心の健康状 態】	はい	%	2028	3.5	6.2	7.8	36.2	46.3
	いいえ	%	1242	2.6	7.7	15.2	39.6	34.9

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

貯蓄額 Q20表側2の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	3931	6.5	16.0	11.4	29.3	36.8
【心の健康状 態】	はい	%	2430	5.8	13.7	9.1	28.5	42.9
	いいえ	%	1501	7.7	19.7	15.1	30.6	26.8

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

在宅している時間（在宅勤務時間含む） Q20表側3の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	4322	5.8	23.3	41.9	21.7	7.3
【心の健康状 態】	はい	%	2560	5.2	21.4	37.1	26.4	9.8
	いいえ	%	1762	6.7	26.0	48.8	14.8	3.7

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
労働時間 Q20表側4の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	2927	4.0	15.9	25.5	34.4	20.2
【心の健康状 態】	はい	%	1814	3.7	14.4	22.1	35.4	24.4
	いいえ	%	1113	4.5	18.3	31.0	32.8	13.4

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
他者との会話量（メール、SNS等のやり取りも含む） Q20表側5の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	3662	3.1	11.1	36.6	35.6	13.5
【心の健康状 態】	はい	%	2320	3.3	10.7	33.4	36.2	16.4
	いいえ	%	1342	2.8	11.8	42.1	34.6	8.6

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
運動量 Q20表側6の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	4690	3.9	10.9	11.0	45.5	28.7
【心の健康状 態】	はい	%	2885	3.4	10.5	9.2	44.1	32.9
	いいえ	%	1805	4.8	11.5	13.9	47.9	21.9

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
座っている時間 Q20表側7の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	4528	1.4	4.2	22.9	51.0	20.6
【心の健康状 態】	はい	%	2831	1.3	4.0	19.7	51.0	24.0
	いいえ	%	1697	1.5	4.5	28.2	51.0	14.8

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
親と過ごす時間 Q20表側8の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	3313	6.3	17.1	28.4	31.5	16.6
【心の健康状 態】	はい	%	2044	6.6	17.5	27.1	30.4	18.4
	いいえ	%	1269	5.9	16.5	30.7	33.3	13.6

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
子どもと過ごす時間 Q20表側9の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	1867	15.3	43.4	22.6	13.4	5.3
【心の健康状 態】	はい	%	1116	15.1	42.5	23.0	13.4	6.1
	いいえ	%	751	15.7	44.7	22.0	13.4	4.1

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
配偶者と過ごす時間 Q20表側10の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	2371	13.5	42.2	31.4	8.7	4.3
【心の健康状 態】	はい	%	1332	13.5	42.0	28.9	10.4	5.1
	いいえ	%	1039	13.4	42.3	34.6	6.4	3.2

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
家事をする時間 Q20表側11の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	3443	5.4	29.8	41.5	17.2	6.1
【心の健康状 態】	はい	%	2171	5.4	28.8	38.5	19.9	7.4
	いいえ	%	1272	5.5	31.4	46.7	12.6	3.9

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
朝食を食べること Q20表側12の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	1256	10.0	35.5	34.3	12.7	7.4
【心の健康状 態】	はい	%	863	9.3	35.6	33.6	13.4	8.1
	いいえ	%	393	11.7	35.4	35.9	11.2	5.9

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]
食事の量 Q20表側13の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	1921	3.3	14.4	29.9	37.0	15.4
【心の健康状 態】	はい	%	1314	3.1	12.8	27.1	39.2	17.8
	いいえ	%	607	3.8	17.8	36.1	32.1	10.2

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

食事の回数 Q20表側14の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	1298	4.9	14.9	35.4	32.1	12.7
【心の健康状態】	はい	%	902	5.1	13.3	32.4	34.9	14.3
	いいえ	%	396	4.5	18.4	42.2	25.8	9.1

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

自炊すること Q20表側15の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	3157	8.0	37.5	38.7	11.5	4.2
【心の健康状態】	はい	%	2000	8.5	36.5	36.4	13.5	5.2
	いいえ	%	1157	7.3	39.4	42.7	8.0	2.6

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

睡眠時間 Q20表側16の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	2617	10.7	32.9	16.2	23.8	16.5
【心の健康状態】	はい	%	1742	10.1	29.9	14.2	25.8	20.1
	いいえ	%	875	11.8	39.0	20.1	19.9	9.3

Q21.2020年2月以降、生活や働き方に起こった変化（増えた／減った）をどのように感じていますか。[SA]

外出頻度 Q20表側17の回答内容

			Base	とても 良い変 化と感 じてい る	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る	とても 悪い変 化と感 じてい る
Total		%	6931	1.3	6.4	33.6	44.0	14.7
【心の健康状態】	はい	%	3853	1.3	6.2	27.7	45.7	19.2
	いいえ	%	3078	1.2	6.8	41.0	41.9	9.1

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

労働する時間帯

			Base	不規則 になっ た	変わら ない	規則的 になっ た
Total		%	10000	11.0	85.1	3.9
【心の健康状態】	はい	%	5000	16.0	79.5	4.5
	いいえ	%	5000	6.1	90.6	3.3

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

朝食を食べる時間帯

			Base	不規則 になっ た	変わ らな い	規則的 になっ た
Total		%	10000	6.4	88.5	5.1
【心の健康状 態】	はい	%	5000	9.8	83.9	6.2
	いいえ	%	5000	3.0	93.1	3.9

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

昼食を食べる時間帯

			Base	不規則 になっ た	変わ らな い	規則的 になっ た
Total		%	10000	6.8	87.8	5.4
【心の健康状 態】	はい	%	5000	10.7	82.6	6.7
	いいえ	%	5000	3.0	92.9	4.1

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

間食を食べる時間帯

			Base	不規則 になっ た	変わ らな い	規則的 になっ た
Total		%	10000	8.1	88.8	3.1
【心の健康状 態】	はい	%	5000	12.3	83.8	3.9
	いいえ	%	5000	3.9	93.7	2.4

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

夕食を食べる時間帯

			Base	不規則 になっ た	変わ らな い	規則的 になっ た
Total		%	10000	6.8	86.2	6.9
【心の健康状 態】	はい	%	5000	10.4	81.2	8.4
	いいえ	%	5000	3.3	91.3	5.5

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

お酒を飲む時間帯

			Base	不規則 になっ た	変わ らな い	規則的 になっ た
Total		%	10000	5.7	89.9	4.4
【心の健康状 態】	はい	%	5000	8.5	86.1	5.4
	いいえ	%	5000	2.9	93.6	3.5

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

起床時間

			Base	不規則 になっ た	変わ らな い	規則的 になっ た
Total		%	10000	10.7	83.6	5.7
【心の健康状 態】	はい	%	5000	15.8	77.3	6.8
	いいえ	%	5000	5.5	89.9	4.6

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

就寝時間

			Base	不規則 になっ た	変わ らな い	規則的 になっ た
Total		%	10000	13.6	80.8	5.6
【心の健康状 態】	はい	%	5000	20.5	73.0	6.4
	いいえ	%	5000	6.7	88.5	4.8

Q22.2020年2月以降、生活リズムに変化があったか（不規則になった／変わらない／規則的になった）を教えてください。[SA]

外出する時間帯

			Base	不規則 になっ た	変わ らな い	規則的 になっ た
Total		%	10000	18.5	75.8	5.7
【心の健康状 態】	はい	%	5000	25.9	67.6	6.5
	いいえ	%	5000	11.1	84.0	4.8

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]

労働する時間帯 Q22表側1の回答内容

			Base	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る
Total		%	1494	23.1	25.3	51.6
【心の健康状 態】	はい	%	1026	21.1	21.3	57.6
	いいえ	%	468	27.6	34.0	38.5

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]

朝食を食べる時間帯 Q22表側2の回答内容

			Base	良い変 化と感 じてい る	特に何 も感じ ていな い	悪い変 化と感 じてい る
Total		%	1149	33.3	29.2	37.4
【心の健康状 態】	はい	%	804	31.1	25.5	43.4
	いいえ	%	345	38.6	38.0	23.5

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]
 昼食を食べる時間帯 Q22表側3の回答内容

			Base	良い変化と 感じている	特に何も感 じていない	悪い変化と感 じている
Total		%	1224	29.2	32.4	38.3
【心の健康状態】	はい	%	870	27.4	29.2	43.4
	いいえ	%	354	33.9	40.4	25.7

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]
 間食を食べる時間帯 Q22表側4の回答内容

			Base	良い変化と 感じている	特に何も感 じていない	悪い変化と感 じている
Total		%	1123	18.2	30.2	51.6
【心の健康状態】	はい	%	809	17.1	26.7	56.2
	いいえ	%	314	21.0	39.2	39.8

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]
 夕食を食べる時間帯 Q22表側5の回答内容

			Base	良い変化と 感じている	特に何も感 じていない	悪い変化と感 じている
Total		%	1377	37.4	27.1	35.5
【心の健康状態】	はい	%	940	35.6	23.2	41.2
	いいえ	%	437	41.2	35.5	23.3

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]
 お酒を飲む時間帯 Q22表側6の回答内容

			Base	良い変化と 感じている	特に何も感 じていない	悪い変化と感 じている
Total		%	1013	26.9	32.6	40.5
【心の健康状態】	はい	%	694	26.1	28.1	45.8
	いいえ	%	319	28.8	42.3	28.8

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]
 起床時間 Q22表側7の回答内容

			Base	良い変化と 感じている	特に何も感 じていない	悪い変化と感 じている
Total		%	1639	26.8	20.4	52.7
【心の健康状態】	はい	%	1133	23.9	17.7	58.3
	いいえ	%	506	33.4	26.5	40.1

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]
就寝時間 Q22表側8の回答内容

			Base	良い変化を感じている	特に何も感じていない	悪い変化を感じている
Total		%	1924	22.3	17.9	59.7
【心の健康状態】	はい	%	1349	18.4	15.2	66.4
	いいえ	%	575	31.7	24.3	44.0

Q23.2020年2月以降、変化した生活リズムを（不規則になった／規則的になった）をどのように感じていますか。[SA]
外出する時間帯 Q22表側9の回答内容

			Base	良い変化を感じている	特に何も感じていない	悪い変化を感じている
Total		%	2419	10.4	44.2	45.4
【心の健康状態】	はい	%	1621	9.9	39.8	50.3
	いいえ	%	798	11.4	53.3	35.3

Q24.あなたの平日の平均的な起床時間、就寝時間を教えてください。[SA]
起床時間

			Base	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Total		%	10000	0.4	0.3	0.8	3.5	15.3	35.8	26.4	8.7	3.1	2.3	0.9	0.7	0.1	0.2	0.2
【心の健康状態】	はい	%	5000	0.5	0.3	0.8	3.3	14.2	35.8	27.0	8.8	3.4	2.4	1.2	0.7	0.1	0.2	0.1
	いいえ	%	5000	0.3	0.3	0.8	3.7	16.4	35.8	25.7	8.6	2.8	2.1	0.7	0.6	0.2	0.2	0.3

16	17	18	19	20	21	22	23	24
0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.2	0.3	0.3
0.2	0.2	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.3	0.3
0.2	0.1	0.2	0.1	0.0	0.0	0.3	0.2	0.3

Q24.あなたの平日の平均的な起床時間、就寝時間を教えてください。[SA]
起床時間

			Base	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Total		%	10000	0.4	0.4	1.0	3.7	14.3	32.2	25.7	10.9	4.3	2.6	1.1	1.0	0.3	0.2	0.2
【心の健康状態】	はい	%	5000	0.5	0.4	1.0	3.5	13.0	31.0	26.4	11.4	4.6	3.1	1.3	1.4	0.3	0.2	0.2
	いいえ	%	5000	0.3	0.3	1.0	4.0	15.6	33.5	25.0	10.4	3.9	2.1	0.8	0.7	0.3	0.2	0.2

16	17	18	19	20	21	22	23	24
0.2	0.2	0.2	0.0	0.1	0.0	0.2	0.4	0.4
0.2	0.2	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.4	0.5
0.2	0.1	0.3	0.1	0.1	0.0	0.4	0.3	0.3

Q24.あなたの平日の平均的な起床時間、就寝時間を教えてください。[SA]
就寝時間

			Base	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Total		%	10000	10.6	5.4	1.9	1.0	0.8	0.9	0.7	0.8	1.3	3.0	5.4	3.7	0.3	0.1	0.1
【心の健康状態】	はい	%	5000	10.1	5.4	1.9	1.2	0.9	0.8	0.8	0.9	1.3	3.6	5.9	4.2	0.3	0.1	0.0
	いいえ	%	5000	11.1	5.5	1.9	0.9	0.6	1.0	0.7	0.7	1.3	2.5	5.0	3.1	0.3	0.1	0.2

16	17	18	19	20	21	22	23	24
0.1	0.0	0.1	0.2	0.9	3.5	10.7	22.0	26.4
0.1	0.0	0.0	0.2	0.6	2.9	10.0	22.3	26.4
0.1	0.0	0.1	0.2	1.2	4.0	11.3	21.7	26.5

Q24.あなたの平日の平均的な起床時間、就寝時間を教えてください。[SA]

就寝時間			Base	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Total		%	10000	10.4	6.8	2.8	1.4	0.9	1.1	0.8	0.9	1.3	3.3	4.7	3.4	0.4	0.1	0.1
【心の健康状態】	はい	%	5000	10.1	7.6	3.3	1.8	0.9	1.1	0.9	1.1	1.4	3.5	4.9	3.8	0.3	0.1	0.1
	いいえ	%	5000	10.7	5.9	2.3	1.1	0.9	1.1	0.7	0.6	1.2	3.1	4.5	2.9	0.5	0.1	0.2

16	17	18	19	20	21	22	23	24
0.1	0.1	0.1	0.2	1.0	3.7	10.9	20.4	25.3
0.0	0.1	0.0	0.2	0.9	3.1	9.9	19.7	25.2
0.1	0.0	0.1	0.2	1.2	4.2	11.9	21.1	25.4

Q25.あなたの朝食の内容について、加工食品や市販の惣菜をどれぐらい食べたか教えてください。加工食品には持ち帰りの弁当、ピザの宅配、レトルトのカレー、冷凍パスタなども含まれます。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）			Base	ほぼ毎日	週に4～6回	週に2～3回	週に1回以下	食べていない	朝食自体食べなかった
Total		%	10000	22.5	6.0	10.9	17.7	30.3	12.5
【心の健康状態】	はい	%	5000	21.5	6.9	12.6	19.2	27.6	12.1
	いいえ	%	5000	23.5	5.1	9.2	16.2	33.1	12.8

Q25.あなたの朝食の内容について、加工食品や市販の惣菜をどれぐらい食べたか教えてください。加工食品には持ち帰りの弁当、ピザの宅配、レトルトのカレー、冷凍パスタなども含まれます。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）			Base	ほぼ毎日	週に4～6回	週に2～3回	週に1回以下	食べていない	朝食自体食べなかった
Total		%	10000	22.8	6.6	11.3	17.2	30.2	12.0
【心の健康状態】	はい	%	5000	22.0	7.7	13.2	18.1	27.3	11.7
	いいえ	%	5000	23.6	5.5	9.3	16.2	33.2	12.2

Q26.あなたの昼食の内容について、加工食品や市販の惣菜をどれぐらい食べたか教えてください。加工食品には持ち帰りの弁当、ピザの宅配、レトルトのカレー、冷凍パスタなども含まれます。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）			Base	ほぼ毎日	週に4～6回	週に2～3回	週に1回以下	食べていない	昼食自体食べなかった
Total		%	10000	20.8	9.8	18.0	28.5	19.3	3.8
【心の健康状態】	はい	%	5000	20.2	10.6	19.6	29.5	16.8	3.3
	いいえ	%	5000	21.3	8.9	16.4	27.5	21.7	4.2

Q26.あなたの昼食の内容について、加工食品や市販の惣菜をどれぐらい食べたか教えてください。加工食品には持ち帰りの弁当、ピザの宅配、レトルトのカレー、冷凍パスタなども含まれます。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）			Base	ほぼ毎日	週に4～6回	週に2～3回	週に1回以下	食べていない	昼食自体食べなかった
Total		%	10000	20.6	10.0	20.3	27.2	18.2	3.7
【心の健康状態】	はい	%	5000	20.1	11.2	22.5	27.5	15.2	3.4
	いいえ	%	5000	21.2	8.8	18.1	26.9	21.1	4.0

Q27.あなたの夕食の内容について、加工食品や市販の惣菜をどれぐらい食べたか教えてください。加工食品には持ち帰りの弁当、ピザの宅配、レトルトのカレー、冷凍パスタなども含まれます。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	ほぼ毎日	週に4～6回	週に2～3回	週に1回以下	食べていない	夕食自体食べなかった
Total		%	10000	19.0	6.4	19.2	36.4	17.6	1.4
【心の健康状態】	はい	%	5000	18.2	7.0	21.2	37.2	15.1	1.2
	いいえ	%	5000	19.7	5.8	17.2	35.6	20.1	1.6

Q27.あなたの夕食の内容について、加工食品や市販の惣菜をどれぐらい食べたか教えてください。加工食品には持ち帰りの弁当、ピザの宅配、レトルトのカレー、冷凍パスタなども含まれます。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	ほぼ毎日	週に4～6回	週に2～3回	週に1回以下	食べていない	夕食自体食べなかった
Total		%	10000	18.7	7.0	19.9	35.6	17.1	1.6
【心の健康状態】	はい	%	5000	17.9	8.1	21.9	36.3	14.4	1.4
	いいえ	%	5000	19.5	5.9	18.0	35.0	19.9	1.8

Q28.あなたの飲酒の頻度を教えてください。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	毎日	ほぼ毎日	週に数回	週に1回以下	飲んでいない
Total		%	10000	16.3	9.0	18.2	22.4	34.1
【心の健康状態】	はい	%	5000	15.1	9.8	18.8	23.4	33.0
	いいえ	%	5000	17.6	8.3	17.5	21.5	35.2

Q28.あなたの飲酒の頻度を教えてください。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	毎日	ほぼ毎日	週に数回	週に1回以下	飲んでいない
Total		%	10000	16.6	8.7	17.1	21.7	35.9
【心の健康状態】	はい	%	5000	15.6	9.2	17.5	22.6	35.2
	いいえ	%	5000	17.5	8.2	16.7	20.8	36.7

Q29.あなたの飲酒日の1日当たりの飲酒量を教えてください。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	3合以上	2～3合未満	1～2合未満	1合未満
Total		%	6594	12.0	18.4	28.2	41.4
【心の健康状態】	はい	%	3352	11.4	18.9	28.2	41.5
	いいえ	%	3242	12.6	18.0	28.2	41.3

Q29.あなたの飲酒日の1日当たりの飲酒量を教えてください。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	3合以上	2～3合未満	1～2合未満	1合未満
Total		%	6409	12.2	17.7	28.8	41.3
【心の健康状態】	はい	%	3242	12.0	18.3	28.7	41.0
	いいえ	%	3167	12.4	17.0	29.0	41.6

Q30.あなたの喫煙の頻度を教えてください。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	喫煙をしたことがない	吸っていたがやめた	1日5本未満	1日10本程度	1日20本程度	1日30本程度	1日40本程度	1日40本以上
Total		%	10000	58.1	16.3	4.0	9.9	9.5	1.4	0.2	0.6
【心の健康状態】	はい	%	5000	59.0	15.7	4.8	9.8	8.7	1.2	0.2	0.6
	いいえ	%	5000	57.2	16.9	3.3	10.0	10.4	1.5	0.3	0.6

Q30.あなたの喫煙の頻度を教えてください。[SA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	喫煙をしたことがない	吸っていたがやめた	1日5本未満	1日10本程度	1日20本程度	1日30本程度	1日40本程度	1日40本以上
Total		%	10000	58.0	17.2	4.0	9.0	9.3	1.6	0.3	0.6
【心の健康状態】	はい	%	5000	58.8	16.7	4.7	8.6	8.6	1.5	0.4	0.6
	いいえ	%	5000	57.1	17.7	3.4	9.4	10.0	1.6	0.2	0.6

Q31.新型コロナウイルス感染拡大前に気にしていた体の具体の悪いところ(自覚症状)と、感染拡大後気にしている体の具体の悪いところ(自覚症状)を教えてください。
[MA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）に気になっていた

			Base	熱がある	体がだるい	眠れない	いろいろしやすい	もの忘れする	頭痛	めまい	目のかすみ	物を見づらい	耳なりがする	きこえにくい	動悸	息切れ	前胸部に痛みがある	せきやたんが出る
Total		%	10000	2.2	13.0	11.6	14.8	7.0	14.6	6.5	13.0	7.9	6.4	3.1	4.4	3.6	1.9	4.9
【心の健康状態】	はい	%	5000	3.2	20.2	18.0	23.5	10.4	21.0	10.0	17.9	11.3	8.5	4.6	6.6	5.4	2.9	7.1
	いいえ	%	5000	1.1	5.8	5.2	6.1	3.5	8.1	3.0	8.1	4.4	4.2	1.5	2.2	1.8	1.0	2.7

鼻がつまる・鼻汁が出る	ゼイゼイする	胃のむたれ・むねやけ	下痢	便秘	食欲不振	腹痛・胃痛	痔による痛み・出血など	歯が痛い	歯ぐきのはれ・出血	かみにくい	発疹（じんま疹・できものなど）	かゆみ（湿疹・水虫など）	肩こり	腰痛
8.3	1.3	7.7	9.5	13.4	2.4	7.8	3.4	4.2	5.9	1.6	3.3	5.0	26.6	21.6
11.8	2.1	11.6	13.1	18.4	3.7	11.8	4.8	6.3	8.2	2.3	4.6	6.9	33.7	27.0
4.7	0.5	3.9	5.9	8.3	1.1	3.9	1.9	2.1	3.7	0.8	2.1	3.0	19.4	16.1

手足の関節が痛む	手足の動きが悪い	手足のしびれ	手足が冷える	足のむくみやだるさ	尿が出にくい・排尿時痛い	頻尿（尿の出る回数が多い）	尿失禁（尿がもれる）	月経不順・月経痛	骨折・ねんざ・脱臼	切り傷・やけどなどのけが	その他	特にない
6.0	2.1	3.8	15.1	7.1	1.0	5.6	2.2	5.2	0.8	1.5	1.2	38.5
7.9	3.3	5.3	20.6	10.6	1.5	8.1	3.2	7.3	1.3	2.3	1.6	24.1
4.1	1.0	2.3	9.7	3.7	0.5	3.2	1.2	3.1	0.3	0.7	0.8	53.0

Q31.新型コロナウイルス感染拡大前に気にしていた体の具体の悪いところ(自覚症状)と、感染拡大後気にしている体の具体の悪いところ(自覚症状)を教えてください。
[MA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）に気になる

			Base	熱がある	体がだるい	眠れない	いろいろしやすい	もの忘れする	頭痛	めまい	目のかすみ	物を見づらい	耳なりがする	きこえにくい	動悸	息切れ	前胸部に痛みがある	せきやたんが出る
Total		%	10000	2.6	15.3	14.3	19.1	9.7	15.8	7.6	16.1	10.3	7.9	4.0	5.9	4.8	2.7	5.4
【心の健康状態】	はい	%	5000	4.1	24.5	23.3	31.7	15.3	23.4	12.3	22.6	15.3	11.4	6.2	9.7	7.5	4.4	8.1
	いいえ	%	5000	1.2	6.0	5.2	6.5	4.0	8.3	2.9	9.7	5.3	4.4	1.8	2.0	2.1	1.0	2.7

鼻がつまる・鼻汁が出る	ゼイゼイする	胃のむたれ・むねやけ	下痢	便秘	食欲不振	腹痛・胃痛	痔による痛み・出血など	歯が痛い	歯ぐきのはれ・出血	かみにくい	発疹（じんま疹・できものなど）	かゆみ（湿疹・水虫など）	肩こり	腰痛
9.1	1.9	9.5	9.8	14.6	3.5	9.3	3.6	5.1	6.7	2.0	4.1	5.9	28.6	23.7
13.2	3.1	14.5	14.0	20.6	6.0	14.5	5.2	8.0	9.3	3.1	6.1	8.5	37.0	30.5
4.9	0.7	4.4	5.6	8.5	1.0	4.1	2.0	2.2	4.0	1.0	2.2	3.3	20.1	16.9

手足の関節が痛む	手足の動きが悪い	手足のしびれ	手足が冷える	足のむくみやだるさ	尿が出にくい・排尿時痛い	頻尿（尿の出る回数が多い）	尿失禁（尿がもれる）	月経不順・月経痛	骨折・ねんざ・脱臼	切り傷・やけどなどのけが	その他	特にない
7.8	3.4	5.0	15.9	8.3	1.3	6.9	2.5	5.5	0.8	1.8	1.4	37.0
10.8	5.4	7.4	22.0	12.5	2.2	10.2	3.7	8.0	1.3	2.8	2.0	21.8
4.7	1.4	2.6	9.8	4.0	0.4	3.7	1.3	3.0	0.4	0.8	0.9	52.3

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状についてお教えてください。 [SA]
月経痛（月経に伴う腹痛、腰痛など）

			Base	新型コロナ感染拡大前より、症状が あり変わらない	新型コロナ感染拡大前より、 症状があり、悪化した	新型コロナ感染拡大前はな かったが、症状が現 れた	新型コロナ感染拡大前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	42.1	3.6	1.6	52.7
【心の健康状態】	はい	%	2334	46.8	5.7	2.1	45.4
	いいえ	%	1871	36.3	1.0	1.0	61.8

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状についてお教えてください。 [SA]
月経による体調不良・精神不安

			Base	新型コロナ感染拡大前より、症状が あり変わらない	新型コロナ感染拡大前より、 症状があり、悪化した	新型コロナ感染拡大前はな かったが、症状が現 れた	新型コロナ感染拡大前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	34.2	6.5	2.4	57.0
【心の健康状態】	はい	%	2334	39.1	10.4	3.5	47.0
	いいえ	%	1871	28.1	1.5	1.0	69.4

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状についてお教えてください。 [SA]
無月経

			Base	新型コロナ感染拡大前より、症状が あり変わらない	新型コロナ感染拡大前より、 症状があり、悪化した	新型コロナ感染拡大前はな かったが、症状が現 れた	新型コロナ感染拡大前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	15.1	1.7	2.3	81.0
【心の健康状態】	はい	%	2334	17.8	2.7	3.1	76.4
	いいえ	%	1871	11.7	0.5	1.2	86.6

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状についてお教えてください。 [SA]
貧血

			Base	新型コロナ感染拡大前より、症状が あり変わらない	新型コロナ感染拡大前より、 症状があり、悪化した	新型コロナ感染拡大前はな かったが、症状が現 れた	新型コロナ感染拡大前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	26.0	2.8	1.8	69.4
【心の健康状態】	はい	%	2334	30.5	4.6	2.5	62.4
	いいえ	%	1871	20.5	0.5	0.9	78.1

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状についてお教えてください。 [SA]
月経前の不調（PMS※Premenstrual Syndrome など）

			Base	新型コロナ感染拡大前より、症状が あり変わらない	新型コロナ感染拡大前より、 症状があり、悪化した	新型コロナ感染拡大前はな かったが、症状が現 れた	新型コロナ感染拡大前も、 現在も症 状はない
Total		%	4205	30.8	6.5	1.8	60.8
【心の健康状態】	はい	%	2334	34.9	10.3	2.7	52.1
	いいえ	%	1871	25.8	1.8	0.6	71.8

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状についてお教えてください。 [SA]
片頭痛

			Base	新型コロナ感染拡大前より、症状があり変わらない	新型コロナ感染拡大前より、症状があり、悪化した	新型コロナ感染拡大前はなかったが、症状が現れた	新型コロナ感染拡大前も、現在も症状はない
Total		%	4205	35.8	6.6	3.2	54.4
【心の健康状態】	はい	%	2334	40.1	10.2	4.6	45.1
	いいえ	%	1871	30.5	2.2	1.3	66.0

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状についてお教えてください。 [SA]
腰痛

			Base	新型コロナ感染拡大前より、症状があり変わらない	新型コロナ感染拡大前より、症状があり、悪化した	新型コロナ感染拡大前はなかったが、症状が現れた	新型コロナ感染拡大前も、現在も症状はない
Total		%	4205	38.2	8.2	4.5	49.2
【心の健康状態】	はい	%	2334	42.7	12.0	6.3	39.0
	いいえ	%	1871	32.6	3.4	2.2	61.8

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状についてお教えてください。 [SA]
更年期症状（イライラする・ホットフラッシュなど）

			Base	新型コロナ感染拡大前より、症状があり変わらない	新型コロナ感染拡大前より、症状があり、悪化した	新型コロナ感染拡大前はなかったが、症状が現れた	新型コロナ感染拡大前も、現在も症状はない
Total		%	4205	23.1	6.7	3.1	67.1
【心の健康状態】	はい	%	2334	27.3	10.6	4.5	57.5
	いいえ	%	1871	17.9	1.8	1.3	79.0

Q32.次のものについて、新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）の症状についてお教えてください。 [SA]
便秘や下痢などの胃腸障害

			Base	新型コロナ感染拡大前より、症状があり変わらない	新型コロナ感染拡大前より、症状があり、悪化した	新型コロナ感染拡大前はなかったが、症状が現れた	新型コロナ感染拡大前も、現在も症状はない
Total		%	4205	39.2	8.8	3.8	48.3
【心の健康状態】	はい	%	2334	43.9	13.3	5.7	37.1
	いいえ	%	1871	33.3	3.1	1.3	62.3

Q33.あなたは傷病（病気やけが）で病院や診療所（医院、歯科医院）、あんま・はり・きゅう・柔道整復師（施術所）に通っていますか。いつ頃からどのような傷病（病気やけが）で通っているかを教えてください。[MA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）から通っている

			Base	糖尿病	肥満症	脂質異常症(高コレステロール血症等)	甲状腺の病気	うつ病やその他のこころの病気	認知症	パーキンソン病	その他の神経の病気(神経痛・麻痺等)	眼の病気	耳の病気	高血圧症	脳卒中(脳出血、脳梗塞等)	狭心症・心筋梗塞	その他の循環器系の病気	急性鼻咽頭炎(かぜ)
Total		%	10000	3.8	1.4	5.1	1.4	6.6	0.2	0.2	0.7	3.6	0.8	8.2	0.7	0.6	0.7	0.6
【心の健康状態】	はい	%	5000	4.3	2.0	5.7	1.9	9.9	0.3	0.2	1.0	4.4	1.0	7.7	0.7	0.5	0.8	1.0
	いいえ	%	5000	3.3	0.8	4.5	0.9	3.2	0.2	0.1	0.4	2.8	0.6	8.8	0.7	0.6	0.6	0.2

アレルギー性鼻炎	慢性閉塞性肺疾患(COPD)	喘息	その他の呼吸器系の病気	胃・十二指腸の病気	肝臓・胆のうの病気	その他の消化器系の病気	歯の病気	アトピー性皮膚炎	その他の皮膚の病気	痛風	関節リウマチ	関節症	肩こり症	腰痛症
4.8	0.2	2.1	0.3	1.4	0.6	1.2	4.5	2.6	1.5	1.1	0.5	0.9	2.8	3.3
6.4	0.2	2.7	0.5	1.9	0.8	1.5	5.9	3.2	1.7	0.9	0.6	1.1	4.0	4.4
3.1	0.2	1.5	0.1	0.8	0.4	1.0	3.1	2.1	1.2	1.3	0.4	0.6	1.7	2.3

骨粗しょう症	腎臓の病気	前立腺肥大症	閉経期又は閉経後障害(更年期障害等)	骨折	骨折以外のけが・やけど	貧血・血液の病気	悪性新生物(がん)	妊娠・産褥(切迫流産、前置胎盤等)	不妊症	その他	不明	通院はしていない
0.5	0.4	0.5	0.5	0.3	0.2	0.7	0.8	0.2	0.3	2.8	0.2	62.6
0.7	0.4	0.5	0.7	0.4	0.3	0.9	0.7	0.2	0.4	3.2	0.3	56.5
0.3	0.4	0.4	0.2	0.2	0.1	0.5	0.9	0.1	0.2	2.5	0.1	68.6

Q33.あなたは傷病（病気やけが）で病院や診療所（医院、歯科医院）、あんま・はり・きゅう・柔道整復師（施術所）に通っていますか。いつ頃からどのような傷病（病気やけが）で通っているかを教えてください。[MA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）に通い始めた

			Base	糖尿病	肥満症	脂質異常症(高コレステロール血症等)	甲状腺の病気	うつ病やその他のこころの病気	認知症	パーキンソン病	その他の神経の病気(神経痛・麻痺等)	眼の病気	耳の病気	高血圧症	脳卒中(脳出血、脳梗塞等)	狭心症・心筋梗塞	その他の循環器系の病気	急性鼻咽頭炎(かぜ)
Total		%	10000	0.3	0.6	0.8	0.3	1.4	0.1	0.1	0.3	0.8	0.5	0.9	0.1	0.1	0.2	0.1
【心の健康状態】	はい	%	5000	0.5	0.9	1.1	0.4	2.5	0.3	0.2	0.5	1.2	0.8	1.1	0.1	0.2	0.3	0.2
	いいえ	%	5000	0.2	0.2	0.5	0.1	0.3	0.0	0.0	0.1	0.4	0.2	0.6	0.0	0.0	0.1	0.0

アレルギー性鼻炎	慢性閉塞性肺疾患(COPD)	喘息	その他の呼吸器系の病気	胃・十二指腸の病気	肝臓・胆のうの病気	その他の消化器系の病気	歯の病気	アトピー性皮膚炎	その他の皮膚の病気	痛風	関節リウマチ	関節症	肩こり症	腰痛症
0.6	0.0	0.2	0.2	0.5	0.2	0.4	1.7	0.2	0.6	0.2	0.2	0.5	0.9	0.9
0.9	0.1	0.3	0.3	0.8	0.3	0.6	2.4	0.3	0.9	0.2	0.3	0.6	1.3	1.3
0.3	0.0	0.1	0.0	0.2	0.0	0.2	1.0	0.1	0.3	0.2	0.1	0.3	0.5	0.5

骨粗しょう症	腎臓の病気	前立腺肥大症	閉経期又は閉経後障害(更年期障害等)	骨折	骨折以外のけが・やけど	貧血・血液の病気	悪性新生物(がん)	妊娠・産褥(切迫流産、前置胎盤等)	不妊症	その他	不明	通院はしていない
0.1	0.2	0.1	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.4	0.2	3.0	0.6	84.9
0.2	0.2	0.2	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.5	0.2	3.3	0.8	79.5
0.0	0.1	0.0	0.0	0.2	0.2	0.1	0.2	0.3	0.2	2.7	0.4	90.3

Q34.新型コロナウイルス感染拡大（2020年1月以前と2020年2月以降）の前後で通院の頻度は変わりましたか。 [SA]

			Base	新型コロナウイルス感染拡大により通院頻度が増	変わらない	新型コロナウイルス感染拡大により通院頻度が	新型コロナウイルス感染拡大後は通院をやめた
Total		%	3744	8.5	67.2	20.7	3.6
【心の健康状態】	はい	%	2175	11.8	59.0	25.2	4.0
	いいえ	%	1569	3.9	78.6	14.4	3.1

Q35.あなたは現在、日常生活で悩みやストレスを感じることがありますか。 [SA]

			Base	よく感じる	ときどき感じる	あまり感じない	まったく感じない
Total		%	10000	30.8	45.0	18.7	5.6
【心の健康状態】	はい	%	5000	48.1	44.3	5.9	1.6
	いいえ	%	5000	13.5	45.6	31.4	9.5

Q36.日常生活での悩みやストレスは、どのような原因から感じていますか。新型コロナウイルス感染拡大前と感染拡大以降でお答えください。 [MA]

新型コロナウイルス感染拡大前（2020年1月以前）

			Base	家族との人間関係	家族以外との人間関係	恋愛・性に関すること	結婚	離婚	いじめ、セクシュアル・ハラスメント	生きがいに関すること	自由にできる時間がない	収入・家計・借金等	自分の病気や介護	家族の病気や介護	妊娠・出産	育児	家事	自分の学業・受験・進学
Total		%	7576	28.2	25.6	7.7	3.6	1.2	3.1	15.8	11.4	29.1	12.2	9.5	1.2	4.3	8.1	1.3
【心の健康状態】	はい	%	4621	32.0	29.1	9.3	4.9	1.4	4.0	19.7	13.3	32.2	15.0	11.4	1.3	5.0	9.9	1.7
	いいえ	%	2955	22.4	20.0	5.0	1.4	0.8	1.7	9.6	8.3	24.4	7.9	6.5	1.0	3.0	5.2	0.8

子どもの教育	自分の仕事	家族の仕事	住まいや生活	その他	わからない
5.0	32.1	3.1	7.6	5.4	13.2
5.8	32.8	3.7	9.5	5.0	11.0
3.8	31.1	2.0	4.7	6.1	16.7

Q36.日常生活での悩みやストレスは、どのような原因から感じていますか。新型コロナウイルス感染拡大前と感染拡大以降でお答えください。 [MA]

新型コロナウイルス感染拡大後（2020年2月以降）

			Base	家族との人間関係	家族以外との人間関係	恋愛・性に関すること	結婚	離婚	いじめ、セクシュアル・ハラスメント	生きがいに関すること	自由にできる時間がない	収入・家計・借金等	自分の病気や介護	家族の病気や介護	妊娠・出産	育児	家事	自分の学業・受験・進学
Total		%	7576	29.5	23.9	8.1	4.2	1.1	2.8	20.5	12.8	36.2	14.2	11.1	1.6	4.9	10.1	1.3
【心の健康状態】	はい	%	4621	34.0	27.3	9.9	5.5	1.5	3.6	26.8	15.7	41.8	18.0	13.7	1.9	5.9	12.8	1.6
	いいえ	%	2955	22.3	18.6	5.2	2.1	0.5	1.6	10.5	8.2	27.6	8.4	7.0	1.2	3.4	5.9	0.6

子どもの教育	自分の仕事	家族の仕事	住まいや生活環境	その他	わからない
6.1	35.0	5.2	9.6	6.2	11.6
7.2	36.7	6.7	12.1	5.7	9.6
4.4	32.5	2.9	5.7	7.1	14.8

Q37.あなたが悩み事を相談する先を教えてください。[MA]

			Base	家族に 相談している	友人・ 知人に 相談している	職場の 上司・ 学校の 先生に 相談している	公的な機 関（保健 所、福祉 事務所、 精神保健 福祉セン ター等） の相談窓 口（電話 等での相 談を含む） を利用している	民間の相 談機関 （悩み相 談所等） の相談窓 口（電話 等での相 談を含む） を利用している	病院・ 診療所 の医師 に相談 している	テレビ・ ラジオ・ 新聞等 の相談 コー ナーを 利用し ている	上記以 外で相 談して いる （職場 の相談 窓口等）	相談し たいが 誰にも 相談で きない でいる	相談し たいが どこに 相談し たらよ いかわ らない	相談す る必要 はない ので誰 にも相 談して いない	その他 （具 体的に）	相談す る先が ない
Total		%	7576	38.9	24.2	4.6	2.8	1.3	5.9	0.5	0.6	4.0	2.2	8.0	0.6	33.0
【心の健康状態】	はい	%	4621	39.3	25.1	4.8	3.4	1.7	7.1	0.6	0.7	5.3	2.9	6.2	0.6	31.7
	いいえ	%	2955	38.2	22.8	4.4	1.8	0.5	4.1	0.3	0.4	2.0	1.2	10.8	0.5	35.1

Q38.過去1か月の間はどのようであったか、それぞれの項目ではまるものをお選びください。[SA]

神経過敏に感じましたか

			Base	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく
Total		%	10000	5.9	9.2	24.2	21.3	39.4
【心の健康状態】	はい	%	5000	10.3	15.1	32.8	22.1	19.6
	いいえ	%	5000	1.5	3.3	15.6	20.5	59.1

Q38.過去1か月の間はどのようであったか、それぞれの項目ではまるものをお選びください。[SA]

絶望的だと感じましたか

			Base	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく
Total		%	10000	6.0	7.6	18.2	18.0	50.3
【心の健康状態】	はい	%	5000	10.4	12.3	24.9	22.1	30.3
	いいえ	%	5000	1.7	2.8	11.5	13.8	70.2

Q38.過去1か月の間はどのようであったか、それぞれの項目ではまるものをお選びください。[SA]

そわそわ、落ち着きがなくなりましたか

			Base	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく
Total		%	10000	4.3	6.7	20.0	21.9	47.1
【心の健康状態】	はい	%	5000	7.4	10.8	28.4	26.0	27.4
	いいえ	%	5000	1.1	2.6	11.6	17.9	66.7

Q38.過去1か月の間はどのようであったか、それぞれの項目ではまるものをお選びください。[SA]

気分が沈んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか

			Base	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく
Total		%	10000	7.0	9.7	20.9	23.2	39.3
【心の健康状態】	はい	%	5000	12.0	16.1	28.3	25.6	18.0
	いいえ	%	5000	1.9	3.2	13.4	20.9	60.6

Q38.過去1か月の間はどのようであったか、それぞれの項目ではまるものをお選びください。[SA]

何をするのも骨折りだと感じましたか

			Base	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく
Total		%	10000	6.0	9.5	20.1	21.4	43.0
【心の健康状態】	はい	%	5000	10.1	15.3	27.1	23.6	23.8
	いいえ	%	5000	1.9	3.7	13.0	19.1	62.2

Q38.過去1か月の間はどのようであったか、それぞれの項目ではまるものをお選びください。[SA]

自分は価値がない人間だと感じましたか

			Base	いつも	たいてい	ときどき	少しだけ	まったく
Total		%	10000	8.5	8.3	17.1	17.1	48.9
【心の健康状態】	はい	%	5000	13.6	12.9	22.5	19.9	31.1
	いいえ	%	5000	3.5	3.6	11.8	14.4	66.8

Q39.新型コロナウイルスの感染拡大を受け、仕事や生活の中で良くなったなと感じることはありますか。 [MA]

			Base	家族間のつながりが強くなった	友人・知人等とのつながりが強くなった	人の役に立つことに関心が強くなった	体調を崩すことが減った	健康に対する意識が高まった	仕事の効率が上がった	仕事のストレスが減った	通勤のストレスが減った	時間の使い方の自由度が増えた	生活の拠点をこれまでより自由に選べるようになった	出費が減った	生活リズムが規則的になった	人として成長した	生活を見直すきっかけになった	人生や将来を見直すきっかけになった
Total			10000	12.5	2.7	3.9	6.0	23.3	2.7	6.0	10.1	11.6	2.5	15.4	8.2	2.8	16.1	12.5
【心の健康状態】	はい	%	5000	13.9	3.4	5.0	6.2	27.0	2.6	6.6	10.9	12.6	2.8	16.1	8.9	3.0	18.9	16.4
	いいえ	%	5000	11.1	1.9	2.8	5.8	19.6	2.7	5.4	9.3	10.6	2.1	14.7	7.5	2.6	13.2	8.5

その他（具体的に）	特にない
0.6	43.0
0.6	36.0
0.6	49.9

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]
生活保護

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total			10000	31.6	64.0	4.5
【心の健康状態】	はい	%	5000	33.9	62.5	3.6
	いいえ	%	5000	29.2	65.5	5.3

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]
失業給付

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total			10000	32.9	57.5	9.7
【心の健康状態】	はい	%	5000	35.5	56.6	7.9
	いいえ	%	5000	30.2	58.4	11.4

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]
就学援助

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total			10000	13.0	52.2	34.8
【心の健康状態】	はい	%	5000	14.3	53.8	32.0
	いいえ	%	5000	11.8	50.5	37.7

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]
ひとり親家庭等医療費助成

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	10.0	46.0	44.0
【心の健康状態】	はい	%	5000	11.9	48.3	39.8
	いいえ	%	5000	8.1	43.7	48.2

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]
ひとり親世帯への臨時特別給付金

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	9.5	47.5	42.9
【心の健康状態】	はい	%	5000	11.5	50.0	38.5
	いいえ	%	5000	7.5	45.1	47.4

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]
新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	16.5	59.2	24.3
【心の健康状態】	はい	%	5000	18.7	59.7	21.6
	いいえ	%	5000	14.2	58.8	27.0

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]
トライアル雇用助成金

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	5.0	26.0	69.0
【心の健康状態】	はい	%	5000	6.6	28.6	64.8
	いいえ	%	5000	3.5	23.3	73.2

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]
住宅確保給付金

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	5.4	26.4	68.2
【心の健康状態】	はい	%	5000	7.3	29.0	63.7
	いいえ	%	5000	3.6	23.7	72.7

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]
雇用調整助成金

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	9.8	45.3	44.9
【心の健康状態】	はい	%	5000	11.0	46.4	42.5
	いいえ	%	5000	8.5	44.2	47.3

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]
緊急小口資金・総合支援資金

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	7.5	35.0	57.5
【心の健康状態】	はい	%	5000	9.5	37.1	53.4
	いいえ	%	5000	5.4	33.0	61.6

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]
持続化補助金

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	10.4	46.8	42.8
【心の健康状態】	はい	%	5000	11.6	48.8	39.5
	いいえ	%	5000	9.1	44.9	46.1

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]
事業再構築補助金

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	4.5	23.1	72.4
【心の健康状態】	はい	%	5000	5.9	24.6	69.5
	いいえ	%	5000	3.1	21.6	75.3

Q40.あなたは、以下の公的な支援について知っていますか。 [SA]
IT導入補助金

			Base	内容（対象者、支援内容、申請先など）まで理解している	聞いたことはある	知らない
Total		%	10000	4.4	22.1	73.5
【心の健康状態】	はい	%	5000	5.9	23.5	70.7
	いいえ	%	5000	2.9	20.7	76.4

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
将来的な収入の見通し

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	29.2	40.3	22.0	8.5
【心の健康状態】	はい	%	5000	39.9	39.8	15.7	4.6
	いいえ	%	5000	18.4	40.8	28.4	12.4

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
毎月の収入の不安定さ

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	22.1	32.4	33.2	12.3
【心の健康状態】	はい	%	5000	31.5	34.6	26.8	7.1
	いいえ	%	5000	12.7	30.2	39.6	17.5

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
普段の生活費

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	20.9	39.0	29.8	10.3
【心の健康状態】	はい	%	5000	29.4	42.2	22.9	5.5
	いいえ	%	5000	12.4	35.7	36.8	15.1

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
医療費・介護費

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	18.2	39.3	30.5	12.1
【心の健康状態】	はい	%	5000	26.1	43.1	23.8	7.0
	いいえ	%	5000	10.2	35.5	37.1	17.2

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
ローン返済

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	9.6	18.7	24.5	47.2
【心の健康状態】	はい	%	5000	13.5	21.0	22.3	43.3
	いいえ	%	5000	5.6	16.5	26.7	51.1

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
教育資金

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	8.2	17.4	22.4	52.1
【心の健康状態】	はい	%	5000	11.3	19.6	19.9	49.1
	いいえ	%	5000	5.0	15.1	24.8	55.1

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
自分の健康のこと

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	25.8	44.5	21.3	8.4
【心の健康状態】	はい	%	5000	36.1	45.3	14.3	4.3
	いいえ	%	5000	15.4	43.8	28.3	12.5

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
家族・子どもの健康のこと

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	22.1	44.5	22.1	11.3
【心の健康状態】	はい	%	5000	31.1	46.0	15.9	7.0
	いいえ	%	5000	13.1	43.1	28.3	15.6

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
自分の仕事のこと

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	22.2	36.3	25.5	16.0
【心の健康状態】	はい	%	5000	32.5	38.0	18.4	11.0
	いいえ	%	5000	11.9	34.6	32.5	21.0

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
家族の仕事のこと

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	11.9	29.2	32.4	26.6
【心の健康状態】	はい	%	5000	17.5	32.5	27.7	22.2
	いいえ	%	5000	6.3	25.8	37.0	30.9

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
子どもの教育のこと

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	4681	12.2	30.8	25.5	31.5
【心の健康状態】	はい	%	2245	18.0	34.9	20.8	26.2
	いいえ	%	2436	6.9	26.9	29.8	36.4

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
子どもの発育のこと

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	4681	9.0	23.3	31.3	36.4
【心の健康状態】	はい	%	2245	13.5	28.2	27.5	30.8
	いいえ	%	2436	4.9	18.8	34.9	41.5

Q41.今後の生活などへの不安についてうかがいます。 [SA]
社会とのつながりの希薄さ

			Base	とても 感じて いる	感じて いる	あまり 感じて いない	感じて いない
Total		%	10000	10.2	31.5	38.1	20.2
【心の健康状態】	はい	%	5000	15.9	39.9	31.5	12.7
	いいえ	%	5000	4.6	23.1	44.6	27.7

Q42.あなたは、もし必要になったら、病気や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができますか。 [SA]
新聞、本、テレビ、インターネットなど、いろいろな情報源から情報を集められる

			Base	まったく そう思 わない	あまりそ う思わ ない	どちらで もない	まあそう 思う	強くそう 思う
Total		%	10000	2.1	5.8	27.5	52.8	11.9
【心の健康状態】	はい	%	5000	2.4	7.2	25.4	53.5	11.6
	いいえ	%	5000	1.8	4.4	29.5	52.1	12.2

Q42.あなたは、もし必要になったら、病気や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができますか。 [SA]
たくさんある情報の中から、自分の求める情報を選び出せる

			Base	まったく そう思 わない	あまりそ う思わ ない	どちらで もない	まあそう 思う	強くそう 思う
Total		%	10000	2.1	7.7	39.8	42.4	7.9
【心の健康状態】	はい	%	5000	2.5	9.3	38.8	41.7	7.7
	いいえ	%	5000	1.7	6.2	40.8	43.1	8.2

Q42.あなたは、もし必要になったら、病気や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができると思いますか。 [SA]
情報がどの程度信頼できるかを判断できる

			Base	まったく そう思 わない	あまりそ う思わ ない	どちらで もない	まあそう 思う	強くそう 思う
Total		%	10000	2.4	9.0	45.4	36.9	6.3
【心の健康状 態】	はい	%	5000	2.9	10.4	44.5	36.0	6.1
	いいえ	%	5000	2.0	7.6	46.3	37.8	6.4

Q42.あなたは、もし必要になったら、病気や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができると思いますか。 [SA]
情報を理解し、人に伝えることができる

			Base	まったく そう思 わない	あまりそ う思わ ない	どちらで もない	まあそう 思う	強くそう 思う
Total		%	10000	2.8	10.5	44.7	36.1	5.9
【心の健康状 態】	はい	%	5000	3.2	12.4	43.5	35.3	5.7
	いいえ	%	5000	2.4	8.6	45.9	36.9	6.2

Q42.あなたは、もし必要になったら、病気や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができると思いますか。 [SA]
情報をもとに健康改善のための計画や行動を決めることができる

			Base	まったく そう思 わない	あまりそ う思わ ない	どちらで もない	まあそう 思う	強くそう 思う
Total		%	10000	2.5	8.8	45.9	36.6	6.3
【心の健康状 態】	はい	%	5000	2.9	10.8	45.1	35.2	6.0
	いいえ	%	5000	2.1	6.7	46.7	37.9	6.5

Q43.公的支援の情報に関して、あなたが信頼できると感じる情報媒体や相談窓口を教えてください。 [MA]

			Base	SNS (例 LINE、 Insta gram 、 Twitt er)	検索エ ンジン (例 Googl e,Yah oo)	ニュー スサイ ト (例 Yahoo !、 ニュー スLIN e)	動画サ イト (例 YouT ube)	新聞	雑誌	テレビ	口コミ	役所の ホーム ページ	役所の 広報誌	役所か らのハ ガキ／ 封書	職場か らの情 報提供	子ども の学校 からの 情報提 供	その他 (具体 的に)
Total		%	10000	19.0	38.7	37.7	10.9	35.8	6.4	35.8	6.4	42.0	26.6	17.7	10.7	5.4	3.5
【心の健康状 態】	はい	%	5000	21.9	40.4	38.6	12.6	35.7	7.2	34.9	7.2	43.4	28.2	18.9	10.8	5.9	3.7
	いいえ	%	5000	16.0	37.0	36.8	9.1	35.9	5.5	36.8	5.6	40.6	24.9	16.4	10.7	4.9	3.3

Q44.あなたの最終学歴をお答えください。 [SA]

			Base	中学校 卒	高校卒	高等専 門学校 卒	専門学 校卒	短期大 学卒	大学卒	大学院 卒	その他 (具体 的に)
Total		%	10000	2.0	24.8	1.5	11.6	8.9	45.8	5.3	0.1
【心の健康状 態】	はい	%	5000	2.1	24.2	1.6	11.1	9.6	46.2	5.2	0.1
	いいえ	%	5000	2.0	25.3	1.5	12.1	8.3	45.5	5.3	0.1

研究成果の刊行に関する一覧表レイアウト (参考)

書籍

著者氏名	論文タイトル名	書籍全体の編集者名	書 籍 名	出版社名	出版地	出版年	ページ
高松 潔		高松 潔, 小川真里子	女性更年期外 来診療マニユ アル -TDCメ ソッド-	日本医事 新報社	東京	2020	
高松 潔	リスク低減卵管卵 巣摘出術 (RRSO) 後のHRT	日本婦人科 腫瘍学会, 日本産婦人 科乳腺医学 会、日本女 性医学学会	婦人科がんサ バイバーのヘ ルスケアガイ ドブック	診断と治 療社	東京	2020	113-119
高松 潔	更年期障害	福井 次矢, 高木 誠, 小室 一成	今日の治療指 針	医学書院	東京	2020	1789-179 0
村嶋幸代	新型コロナウイルス 感染症対応の窓 口が「保健所」であ る理由と意味：保 健所保健師の役割 と重要性	日本看護協 会出版会編 集部	書籍『ナース 発 新型コロナ ウイルス現 場レポート』	日本看護 協会出版 会	東京都	2020	326-333
村嶋幸代		一般社団法 人日本公衆 衛生協会 (分担事業 者)	令和元年度地 域保健総合推 進事業 市町 村保健師の人 材育成体制構 築支援事業報 告書	一般社団 法人日本 公衆衛生 協会	東京都	2020	
村嶋幸代		公益社団法 人日本看護 協会 (座長)	令和元年度厚 生労働省先駆 的保健活動交 流推進事業地 域包括ケアシ ステム推進に むけた保健医 療福祉の連携 強化に関する 検討委員会報 告書～行政保 健師の機能強 化にむけて～	公益社団 法人日本 看護協会	東京都	2020	

齋藤いずみ, 西岡笑子他.	思春期女性の健康問題と看護 成熟期女性の健康問題と看護 母性看護学における倫理的課題	齋藤いずみ	母性看護学	放送大学 教育振興会	東京	2020	76-109 110-142 290-314
---------------	--	-------	-------	---------------	----	------	------------------------------

雑誌

発表者氏名	論文タイトル名	発表誌名	巻号	ページ	出版年
Takamatsu K, et al.	A multicenter, randomized, double-blind, placebo-controlled trial to investigate the effects of kamishoyosan, a traditional Japanese medicine, on menopausal symptoms: The KOSMOS study	Evid Based Complement Alternat Med		8856149	2021
片井みゆき	生活習慣病：性差とライフステージによる内分泌環境, 加齢を考慮する必要性	Geriatr. Med	59(1)	1161-1166	2021
片井みゆき	「内科医」からみる女性診療	総合診療	31(3)	285-287	2121
西岡笑子	国際基準の科学的健康教育- 国際セクシュアリティ教育ガイダンスを日本で普及していくために-	思春期学	39 (1)	60-65	2021
鈴木佳子, 西岡笑子	青年期女性によるライフコース選択の影響要因; 文献検討	防衛医科大学校雑誌	in press		2021
荒田 尚子	プレコンセプションケア概論	産科と婦人科	87(8)	873-80	2020
荒田 尚子	日本におけるプレコンセプションケア	東京産婦人科医会誌	53	15-8	2020
Tatsumi T, Sampai M, Saito K, Honda Y, Okazaki Y, Arata N et al.	Age-Dependent and Seasonal Changes in Menstrual Cycle Length and Body Temperature Based on Big Data	Obstet Gynecol	136(4)	666-74	2020

Sasaki H, <u>Arata N</u> , Tomotaki A, Yamamoto-Hanada K, Mezawa H, Konishi M et al.	Time course of metabolic status in pregnant women: The Japan Environment and Children's Study	Journal of diabetes investigation	11(5)	1318-25	2020
Mo X, Tobe RG, Takahashi Y, <u>Arata N</u> , Liabsuetrakul T, Nakayama T et al.	Economic evaluations of gestational diabetes mellitus screening: A systematic review	J Epidemiol	31(3)	220-230	2020
Maeda Y, Maeda E, <u>Arata N</u> , Sakamoto N, Osamura A, Sato S, Ogawa Y	Preconception folic acid supplementation use and the occurrence of neural tube defects in Japan	Congenit Anom (Kyoto)		100	2020
Kawasaki M, <u>Arata N</u> , Sakamoto N, Osamura A, Sato S, Ogawa Y et al.	Risk factors during the early postpartum period for type 2 diabetes mellitus in women with gestational diabetes	Endocrine Journal	32(10)	803-806	2020
<u>Takamatsu K</u> , et al	Effect of Kamishoyosan, a traditional Japanese medicine, on menopausal symptoms: a randomized, placebo-controlled, double-blind clinical trial	Evid Based Complement Alternat Med	60(3)	9285317	2020
片井みゆき	甲状腺機能異常-不妊・不育症女性と甲状腺機能コントロールの重要性-	産婦人科の実験	69(13)	1597-1603	2020
Furukawa Y, Takahashi T, Suganuma R, Ohara M, Ota K, Kyojuka H, Yamaguchi A, Soeda S, Watanabe T, <u>Komiyama H</u> , Mizunuma H, Fujimori K	Successful planned pregnancy through vitrified-warmed embryo transfer in a woman with chronic myeloid leukemia: case report and literature review	Mediterr J Hematol Infect Dis	12	e202005, DOI:http://dx.doi.org/10.4084/MJHID	2020

Ono Y, Goto A, Maejima Y, Maruyama I, Suzuki T, Shikama Y, Yoshida-Komiya H	Work-life conflict, gender-based discrimination, and their associations among professionals in a medical university and affiliated hospitals in Japan: A cross-sectional study Fukushima	J. Med. Sci.	66	25-36	2020
小宮ひろみ, 鈴木朋子, 海老潤子, 中野裕子, 北村拓哉, 安齋圭一, 三潁忠道	精神疾患を有する患者の月経随伴症状に対して漢方治療が長期間有効であった3例	日本東洋医学会雑誌	71	41-47	2020
小宮ひろみ	不妊治療女性の冷え症に対する漢方	漢方と最新治療	29	243-248	2020
松尾ひな, 西岡笑子	月経症候群に対する看護介入の有効性についての文献検討	保健の科学	62 (6)	421-427	2020
西岡笑子, 今野友美	妊娠前・妊娠期・育児期に使用するスマホアプリー現状と今後の展望ー	保健の科学	62 (1)	30-37	2020
臼井綺海, 西岡笑子	自治体におけるライフプランニング支援の現状	防衛医科大学校雑誌	44 (3.4)	122-137	2020
大石時子, 西岡笑子, 三上由美子他	助産師が子宮頸がん検査者になるためのモデル研修	防衛医科大学校雑誌	45 (3)	87-94	2020
大石時子, 西岡笑子, 三上由美子他	助産師が子宮頸がん検査者になるためのモデル研修の紹介	助産雑誌	74 (11)	864-866	2020
西岡笑子, 三上由美子他	スマートフォンのアプリケーションによる産後うつ病予防プログラムの開発	日本健康学会誌	86	96-97	2020
西岡笑子	女性の生涯にわたる健康を見据えたプレコンセプションケア	医学界新聞	3400号for Nurses	3	2020
西岡笑子	ライフサイクルを通じたSRHR. 小児期からの包括的性教育の必要性	家族と健康	800	4-5	2020

前田 恵理	世界のプレコンセプションケアの動向	産科と婦人科	87 (8)	881-886	2020
小宮ひろみ, 鈴木朋子, 海老順子, 中野裕子, 北村拓也, 安齋圭一, 三瀧忠道	精神疾患を有する患者の月経随伴症状に対して漢方治療が長期間有効であった3例	日本東洋医学雑誌	71 (1)	41 - 47	2020
臼井綺海, 西岡笑子	自治体におけるライフプランニング支援の現状	防衛医科大学校雑誌	44 (3)		2020
西岡笑子, 今野友美	妊娠前・妊娠期・育児期のスマホアプリの現状と今後の展望	保健の科学	62 (1)	30-37	2020
松尾ひな, 西岡笑子	月経前症候群に対する看護介入の有効性についての文献検討	保健の科学	63 (6)		2020

厚生労働大臣 殿

機関名 国立研究開発法人
国立成育医療研究センター

所属研究機関長 職 名 理事長
氏 名 五十嵐 隆



次の職員の令和2年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 女性の健康の包括的支援政策研究事業
2. 研究課題名 保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究
3. 研究者名 (所属部局・職名) 周産期・母性診療センター母性内科・診療部長
(氏名・フリガナ) 荒田 尚子 ・ アラタ ナオコ

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針	☐	☒	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐	☒	☐		☐
人を対象とする医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☒	☐	☒	国立成育医療研究センター	☐
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	☐	☒	☐		☐
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	☐	☒	☐		☐

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。
(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」や「臨床研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 ☒ 未受講 ☐
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 ☐ 無 ☒ (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

令和 3年 4月 1日

厚生労働大臣 殿

機関名 東京歯科大学
所属研究機関長 職 名 学長
氏 名 井出 吉信



次の職員の令和2年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 女性の健康の包括的支援政策研究事業
2. 研究課題名 保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究
3. 研究者名 (所属部局・職名) 市川総合病院産婦人科・教授
(氏名・フリガナ) 高松 潔・タカマツ キヨシ

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針	☐	☒	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐	☒	☐		☐
人を対象とする医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☐	☒	☐		☐
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	☐	☒	☐		☐
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	☐	☒	☐		☐

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。
(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」や「臨床研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 ☒ 未受講 ☐
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 ☐ 無 ☒ (無の場合はその理由: 文献検索と総説作成のみであるため)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 ☐ 無 ☒ (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

令和 3 年 4 月 7 日

厚生労働大臣 殿

機関名 公立大学法人大分県立看護科学大学

所属研究機関長 職 名 学長

氏 名 村 嶋 幸 代 印



次の職員の令和 2 年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 女性の健康の包括的支援政策研究事業

2. 研究課題名 保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究

3. 研究者名 (所属部局・職名) 理事長兼学長

(氏名・フリガナ) 村嶋 幸代 ・ ムラシマ サチヨ

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針	☐	☒	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐	☒	☐		☐
人を対象とする医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☐	☒	☐		☐
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	☐	☒	☐		☐
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	☐	☒	☐		☐

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」や「臨床研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 ☒ 未受講 ☐
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 ☐ 無 ☒ (無の場合はその理由: 利益相反がないため。)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 ☐ 無 ☒ (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

令和 3年 4月 12日

厚生労働大臣 殿

機関名 政策研究大学院大学

所属研究機関長 職 名 学長

氏 名 田中 明彦



次の職員の令和2年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 女性の健康の包括的支援政策研究事業
2. 研究課題名 保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究
3. 研究者名 (所属部局・職名) 保健管理センター 所長・教授
- (氏名・フリガナ) 片井 みゆき (カタイ ミユキ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入(※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査(※2)
ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針	☐	☒	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐	☒	☐		☐
人を対象とする医学系研究に関する倫理指針(※3)	☐	☒	☐		☐
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	☐	☒	☐		☐
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	☐	☒	☐		☐

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他(特記事項)

(※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」や「臨床研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 ☒ 未受講 ☐
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 ☐ 無 ☒ (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

令和3年4月1日

厚生労働大臣 殿

機関名 産業医科大学
所属研究機関長 職 名 学 長
氏 名 尾 辻 豊



次の職員の令和2年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 女性の健康の包括的支援政策研究事業
2. 研究課題名 保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究
3. 研究者名 (所属部局・職名) 産業医科大学・教授
(氏名・フリガナ) 辻 真弓 (ツジ マユミ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針	☐	☒	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐	☒	☐		☐
人を対象とする医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☐	☒	☐		☐
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	☐	☒	☐		☐
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称：)	☐	☒	☐		☐

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。
(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」や「臨床研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 ☒ 未受講 ☐
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由：)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合は委託先機関：)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由：)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 ☐ 無 ☒ (有の場合はその内容：)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

令和 3年 4月 1日

厚生労働大臣 殿

機関名 慶應義塾大学
所属研究機関長 職 名 学長
氏 名 長谷山 彰 印

次の職員の令和2年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 女性の健康の包括的支援政策研究事業
2. 研究課題名 保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究
3. 研究者名 (所属部局・職名) 保健管理センター・准教授
(氏名・フリガナ) 井ノ口 美香子 (イノクチ ミカコ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針	☐	☒	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐	☒	☐		☐
人を対象とする医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☐	☒	☐		☐
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	☐	☒	☐		☐
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称：)	☐	☒	☐		☐

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」や「臨床研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 ☒ 未受講 ☐
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由：)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合は委託先機関：)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由：)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 ☐ 無 ☒ (有の場合はその内容：)

(留意事項) ・該当する口にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

令和3年4月27日

厚生労働大臣 殿

機関名 公立大学法人福島県立医科大学

所属研究機関長 職 名 理事長

氏 名 竹之下 誠一



次の職員の令和2年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 女性の健康の包括的支援政策研究事業

2. 研究課題名 保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究

3. 研究者名 (所属部局・職名) 医学部・教授

(氏名・フリガナ) 小宮 ひろみ・コミヤ ヒロミ

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針	☐	☒	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐	☒	☐		☐
人を対象とする医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☐	☒	☐		☐
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	☐	☒	☐		☐
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	☐	☒	☐		☐

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」や「臨床研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 ☒ 未受講 ☐
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 ☐ 無 ☒ (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

令和 3年 4月 1日

厚生労働大臣 殿

機関名 防衛医科大学校
所属研究機関長 職 名 学校長
氏 名 四ノ宮 成祥 印

次の職員の令和2年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 女性の健康の包括的支援政策研究事業
2. 研究課題名 保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究
3. 研究者名 (所属部局・職名) 医学教育部 看護学科 母性看護学講座 教授
(氏名・フリガナ) 西岡 笑子 ニシオカ エミコ

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針	☐	☒	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐	☒	☐		☐
人を対象とする医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☒	☐	☒	国立成育医療研究センター	☐
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	☐	☒	☐		☐
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	☐	☐	☐		☐

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。
(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」や「臨床研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 ☒ 未受講 ☐
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 ☐ 無 ☒ (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

令和3年4月1日

厚生労働大臣 殿

機関名 国立大学法人秋田大学

所属研究機関長 職 名 学長

氏 名 山本 文雄

印



次の職員の令和2年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 女性の健康の包括的支援政策研究事業

2. 研究課題名 保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究

3. 研究者名 (所属部局・職名) 大学院医学系研究科・准教授

(氏名・フリガナ) 前田 恵理 (マエダ エリ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針	☐	☒	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐	☒	☐		☐
人を対象とする医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☐	☒	☐		☐
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	☐	☒	☐		☐
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	☐	☒	☐		☐

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」や「臨床研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 ☒ 未受講 ☐
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 ☐ 無 ☒ (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。

・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣 殿

機関名 国立がん研究センター

所属研究機関長 職 名 理事長

氏 名 中金 斉

次の職員の令和2年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 女性の健康の包括的支援政策研究事業
2. 研究課題名 保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究
3. 研究者名 (所属部局・職名) がん対策情報センター 特任研究部長
(氏名・フリガナ) 山本精一郎 ヤマトセイイチロウ

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針	☐	☒	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐	☒	☐		☐
人を対象とする医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☒	☐	☒	国立がん研究センター	☐
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	☐	☒	☐		☐
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	☐	☒	☐		☐

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

- (※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。
- (※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」や「臨床研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 ☒ 未受講 ☐
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 ☐ 無 ☒ (有の場合はその内容:)

- (留意事項)
- ・該当する□にチェックを入れること。
- ・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣 殿

機関名 国立がん研究センター

所属研究機関長 職 名 理事長

氏 名 中釜 斉

次の職員の令和2年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 女性の健康の包括的支援政策研究事業
2. 研究課題名 保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究
3. 研究者名 (所属部局・職名) がん対策情報センター 特任研究員
(氏名・フリガナ) 山上 須賀 ヤマガミ スガ

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針	☐	☒	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐	☒	☐		☐
人を対象とする医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☒	☐	☒	国立がん研究センター	☐
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	☐	☒	☐		☐
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称：)	☐	☒	☐		☐

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

- (※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。
- (※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」や「臨床研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 ☒ 未受講 ☐
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 ☒ 無 ☐ (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 ☐ 無 ☒ (有の場合はその内容:)

- (留意事項)
- ・該当する□にチェックを入れること。
- ・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。