

厚生労働行政推進調査事業費補助金
循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業

「20 歳未満の喫煙率・飲酒率」の
モニタリングとその対策、
及び「生理の貧困」に係るとりまとめの研究

令和 6 年度 総括・分担研究報告書

研究代表者 竹原 健二

令和 7 (2025) 年 3 月

目 次

I. 総括研究報告

- 「20 歳未満の喫煙率・飲酒率」のモニタリングとその対策、
及び「生理の貧困」に係るとりまとめの研究……………1
竹原 健二

II. 分担研究報告

1. 中高生の喫煙率・飲酒率のモニタリングとその対策に関する研究
全国調査実施について……………5
越智 真奈美
2. 「20 歳未満の喫煙率・飲酒率」のモニタリングとその対策に関する研究…… 11
石塚 一枝
3. 女性の生理に関する実態調査…………… 19
松原 圭子・星野 絵里

III. 研究成果の刊行に関する一覧表

- 研究成果の刊行に関する一覧表…………… 25

令和6年度 厚生労働行政推進調査事業費補助金
(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)
総括研究報告書

「20歳未満の喫煙率・飲酒率」のモニタリングとその対策、
及び「生理の貧困」に係るとりまとめの研究

研究代表者 竹原 健二 (国立成育医療研究センター 研究所 政策科学研究部・部長)

研究要旨

背景：本研究は、中高生の喫煙・飲酒の実態把握(課題1)と、生理に関する実態把握(課題2)をおこなうことを目的に、全国の中学校および高校の協力を得て、大規模な質問票調査をおこなった。中高生の喫煙・飲酒の実態把握は、健康日本21(第三次)の指標のためのデータ収集と、今後の対応策を検討するための基礎資料を得ることを目的とした。生理に関する実態把握では、生理の貧困に加え、中高生における生理の心身への影響、支援へのアクセスなどを把握することを目指した。

結果：調査依頼をおこなった中学校・高等学校のうち、中学校43校、高等学校41校の計84校から協力が得られた。有効回答数は計37,677名であり、生理の実態把握については、62校(中学校30校、高等学校32校)の女子生徒13,469名から有効回答が得られた。

考察：前回の2021年度の調査よりも、調査協力が得られた学校数や回答が得られた対象者数は2倍以上となった。しかし、学校の応諾率は前回の調査を下回っており、次回の調査では協力を得られる学校数・割合を増やすことが重要な課題になると考えられる。そのためにも、事前の文部科学省や教育委員会との連携・調整や、オンライン環境への対応、調査票の内容の精査、倫理的配慮の強化といったことが求められる。今後は、得られた結果をもとに、健康日本21(第三次)の指標としての結果報告や、中高生の喫煙・飲酒、生理の実態に関する対策を検討することを目指して、データ解析を進めていく予定である。

分担研究者：

石塚 一枝 (国立成育医療研究センター 女性の健康総合センター 女性のライフコース疫学研究室・室長)

越智 真奈美 (国立成育医療研究センター 研究所 政策科学研究部 政策開発研究室・室長)

星野 絵里 (国立成育医療研究センター 研究所 政策科学研究部 政策評価研究室・室長)

松原 圭子 (国立成育医療研究センター 研究所 ダイバーシティ研究室 室長)

研究協力者：

嶋根 卓也 (国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 薬物依存研究部 心理社会研究室長)

水野 聡美 (国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 薬物依存研究部 リサーチフェロー)

A. 研究目的

本研究は、以下の2つの社会的な健康課題の実態を明らかにし、その対策を検討するための基本的な資料を提示することを目指している。一つめの課題は、わが国における中高生の喫煙及び飲酒行動の実態を明らかにすることである。もう一つの課題は、中高生の「生理」に関して、生じている問題の内容やその分布、心身の健康状態等の実態を明らかにすることである。これら二つの課題に対して、疫学的なアプローチをおこなう。

課題 1：中高生の喫煙・飲酒の実態把握

中高生の喫煙及び飲酒は発達段階にある子どもにとって、様々な身体的・精神的な影響がある。例えば、喫煙はがんのリスクが高まることに加え、ぜんそくや気管支炎などの呼吸器疾患のリスクも高まることが知られている。また、脳機能の低下による集中力や思考力の低下および学習への影響や喫煙開始年齢が低いほど、ニコチン依存の形成が早まることも指摘されている。飲酒は脳機能の低下やホルモン分泌への影響、アルコール依存症になりやすいなどのリスクが指摘されている。こうした身体的・精神的な問題に加え、タバコやアルコールはいずれもゲートウェイドラッグとなりやすく、将来的により副作用や依存性が強い薬物の乱用や、それに関連する犯罪に巻き込まれやすくなるといった社会的な影響があることも知られている。

そこで、わが国では、2000 年度から始まった健康日本 21（第一次）より、20 歳未満の喫煙・飲酒に関してこれをゼロにするという目標値が掲げられてきた。健康日本 21（第二次）の目標設定時（2010 年度）年の中高生の喫煙率は中学 1 年生男子 1.6%、中学 1 年生女子 0.9%、高校 3 年生男子 8.6%、高校 3 年生女子 3.8%であったが、前回調査の 2021 年度時では、参考値ではあるが中学 1 年生男子 0.1%、中学 1 年生女子 0.1%、高校 3 年生男子 1.0%、高校 3 年生女子 0.6%と改善していることが示唆された。同様に、飲酒では、2010 年度時は中学 3 年生男子 10.5%、中学 3 年生女子 11.7%、高校 3 年生男子 21.6%、高校 3 年生女子 19.9%であったが、2021 年度には中学 3 年生男子 1.7%、中学 3 年生女子 2.7%、高校 3 年生男子 4.3%、高校 3 年生女子 2.9%となっていた。なお、2021 年度の調査が参考値という扱いになっているのは、新型コロナウイルス感染症の影響を受けていることと、それまでの対面式アンケートから、対面式と web アンケートを組み合わせた調査となったからである。

今年度は健康日本 21（第三次）の開始時（2024 年度）における、中高生の喫煙・飲酒行動に関する指標のためのデータ収集をおこなうことを目的とした。さらに、喫煙・飲酒との関連が指摘さ

れる生活習慣（食事や睡眠、身体活動等）やメンタルヘルス等、環境的要因等を把握することで、今後の施策を検討できる資料を得ることを目指した。

課題 2：生理に関する実態把握

近年、女性の健康が社会的に注目されている。女性は男性に比べてホルモンバランスの変化の影響が大きく、女性ホルモンの分泌の変化によって、ライフステージごとにかかりやすい病気や症状が異なることが知られている。女性特有の健康課題の一つに「生理（月経）」がある。国際 NGO が実施した調査をきっかけに「生理の貧困（Period poverty）」が社会的な課題として認識されるようになってきた。厚生労働省は 2022 年に『「生理の貧困」が女性の心身の健康等に及ぼす影響に関する調査』の結果を公表した。内閣府男女共同参画局は 2021 年から「「生理の貧困」に係る地方公共団体の取組」について継続して調査をおこなっている。

「生理」については、生理用品を十分に購入・入手できないといった経済的要因に加え、生理や性に対する忌避感、情報・相談先の不足、男性や社会全体の理解不足といった構造的な要因が存在するとされている。そこで今年度は、中高生における生理の実態や関連した症状や生活などへの影響、周囲の支援状況に関する実態を把握することを目的とした。さらに、今後の家庭・学校・地域における支援体制の構築や、健康教育のあり方を検討するための資料を得ることを目指した。

B. 研究方法

本研究では、ふたつの課題の調査を一つの大規模調査の中にまとめて実施した。実態把握としては全国のすべての中高生を対象にすることが理想的だが実現可能性が低いと、代わりに、対象者をサンプリングする標本調査にて実施した。サンプリングバイアスを小さくするために、調査対象校は 2024 年版の全国学校データを用い、層別一段集落抽出法により抽出した。各都道府県を層とし、中学生および高校生の生徒数に比例して抽出対象校数を決定した。各学校の抽出確率は各学校

の生徒数に応じて定め、生徒数が多い学校ほど抽出確率が高くなるように設計した。

調査は調査協力の意向が得られた中学校・高校を対象に実施され、回答方法は、質問紙調査（質問紙回答）と、学習用端末を用いたオンライン調査（オンライン回答）のどちらかを学校単位で選択できるようにした。いずれの調査方法でも調査項目の表記やその順番は同じとしたが、オンライン回答の場合は、女子生徒のみを対象に、さらに生理の実態調査に関する項目が表示され、回答が得られるような設定とした。この中高生の全国調査は健康日本21の指標とするために、年度内のデータ収集の完了が求められていた。そこで、4月の研究班の活動開始から、大規模な調査を計画・実施してその目標を達成するために、すでに同様の調査の実績が豊富な国立精神・神経医療研究センターの研究チームの知見と協力を得て実施された。

なお、この調査のデザインや詳細な方法については分担研究者の越智の報告書が、喫煙・飲酒の調査項目の策定については分担研究者の石塚の報告書、生理の実態に関する調査項目の策定については分担研究者の松原・星野の報告書に詳細が記載されているので、そちらを参照願いたい。

（倫理面への配慮）

本研究の内容は、中高生の喫煙・飲酒という違法行為に関する内容であることや、生理といった性教育に関連しうる内容であることも考慮し、倫理的配慮や関係機関への事前説明を丁寧におこなった。本調査の実施に先立ち、国立成育医療研究センター倫理審査委員会の承認を得ることに加え（課題番号2024-057）、各学校の学校長をはじめ、文部科学省や各地域の教育委員会などに対して事前に説明をおこなうとともに、各生徒の保護者に対しても理解が得られるような配慮を依頼した。また、調査の実施に際し、調査は無記名で実施することや、学校関係者が個々の回答結果を見ることができない方法を用いるなどの配慮をおこなった。対象者である中高生に対しても、調査への参加・不参加によって生徒や保護者に不利益が生じることはなく、成績や学校評価に影響す

ることがないこと、自由意志による参加、無回答の自由などを書面や画面表示により説明した。

C. 研究結果

調査は2024年11月～12月末に実施された。調査対象校として抽出された中学校244校および高等学校236校の合計480校のうち、調査協力の応諾を得られたのは中学校43校、高等学校41校の計84校であった。調査を実施した84校のうち、郵送調査が22校、オンライン回答が62校であった。有効回答数は計37,677名であった。中学校の学年別回答数は、1年生5,257名、2年生5,142名、3年生4,642名、計15,070名（学年その他14名、無回答15名含む）であった。高等学校では、1年生8,886名、2年生8,133名、3年生5,568名、計22,607名（学年無回答20名含む）であった。性別は、男子18,452名（49.0%）、女子18,974名（50%）、無回答251名（1%）であった。

課題2の生理に関する調査は、オンライン回答を希望した62校（中学校30校、高等学校32校）の女子生徒13,469名が有効回答とみなされた。

D. 考察

本研究を通じて、中学校および高校合わせて84校から調査協力の応諾が得られ、37,677名からの有効回答が得られた。今後、健康日本21（第3次）の指標や、中高生の喫煙・飲酒の背景要因の探索、生理の実態や支援状況の把握と対策の検討などを進めていく。

今回の調査で協力が得られた学校数と対象者数は、前回2021年度の調査の35校からの協力をもとに15,832名を分析対象とした結果と比べると学校数、対象者数ともに2倍以上となった。しかし、調査協力の依頼をおこなった学校480校のうち、協力が得られたのは84校と応諾率は17.5%に留まり、前回調査の22.9%を下回った。そのため、対象校の選定方法ではサンプリングバイアスができるだけ生じない方法を採用しているにもかかわらず、協力が得られたかどうかで偏りが生じていることは否定できない。

次回の調査では協力を得られる学校数・応諾率

を改善することが重要な課題になると考えられる。そのためにも、事前の文部科学省や教育委員会との連携・調整や、オンライン環境への対応、調査票の内容の精査、倫理的配慮の強化といったことが求められる。

E. 結論

今年度は、中学生および高校生の喫煙・飲酒および生理の実態に関して、大規模かつ代表性が高くなるように工夫した調査を実施した。本研究で得られた結果は解析を進め、健康日本 21（第三次）の指標として公表することや、国や自治体、各学校における政策や健康教育に活用できるようなエビデンスの提示を目指す。

謝辞

本調査の実施にあたり、文部科学省、厚生労働省、各自治体教育委員会ならびに協力校の関係者、回答してくださった中高生の皆様に深く感謝申し上げます。

引用文献

厚生労働省. 健康日本21（第二次）最終評価報告書. 2022年. https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_28410.html

F. 研究発表

1. 論文発表 なし
2. 学会発表 なし

G. 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

令和6年度 厚生労働行政推進調査事業費補助金
(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)
分担研究報告書

中高生の喫煙率・飲酒率のモニタリングとその対策に関する研究 全国調査実施について

研究分担者 越智 真奈美 (国立成育医療研究センター 研究所 政策科学研究部
政策開発研究室・室長)

研究要旨

背景：中高生期は多様な生活習慣を形成する重要な時期であり、喫煙・飲酒習慣は発達中の脳機能に悪影響を与える可能性がある。健康日本21（第三次）では、2032年度（令和14年度）時点の目標として20歳未満の喫煙・飲酒をゼロにすることが掲げられており、その達成に向けて実態を把握し、対策を検討することは公衆衛生上極めて重要である。本研究では、全国の中学校・高等学校に在籍する生徒を対象とし、喫煙・飲酒の実態とそれに関連する心理社会的・生活環境的要因を調査することで、今後の予防政策立案に資する科学的基礎資料の収集を目的とする。

結果：調査の設計、対象校の抽出、実施準備を完了し、2024年11月から12月末にかけて調査を実施した。

考察：本調査結果は、健康日本21の指標評価や、青少年への健康教育・予防対策の根拠として活用されることが期待される。

研究協力者

嶋根 卓也 (国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 薬物依存研究部 心理社会研究室長)

水野 聡美 (国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 薬物依存研究部 リサーチフェロー)

校236校、合計480校を対象に、生徒全員を対象とした調査を実施した。対象となった生徒数は約321,014名であった。中学校の内訳は公立222校、私立14校、国立8校、高等学校は公立145校、私立91校、国立0校で構成された。

調査対象校の抽出には、2024年版の全国学校データ（教育ソリューション株式会社提供）を使用し、層別一段集落抽出法によって無作為に学校を選定した。ここでいう「層」とは都道府県を指し、「集落」とは各学校を指す。都道府県ごとに最低1校が選出されるよう、各都道府県を層とし、生徒数に比例して対象校数を割り当てた。割当数の算出には、中学生数が最も少ない鳥取県を基準とした比率を用い、小数点以下は切り上げて校数を決定した。たとえば、埼玉県は13校、高知県は2校が抽出された。また、すべての都道府県で中学校・高等学校それぞれ2校以上が確保されるよう、鳥取県の対象校数は最終的に2校に設定した。

さらに本研究では、同じく令和6年度に、飲酒・喫煙を含む全国中高生調査を実施した国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所薬物依存研究部（以下、NCNP研究班）と連携した。NCNP

A. 研究目的

本研究は、わが国における中学生および高校生の喫煙・飲酒行動の実態を把握し、それらの背景要因や関連する心理社会的・生活習慣的因子を分析することで、青少年の健康的な生活習慣の形成に資するエビデンスを提供することを目的とする。調査は全国規模で行い、健康日本21（第三次）における政策目標の評価にも資するものとする。

B. 研究方法

1. 対象者およびサンプリング

本研究では、全国の中学校244校および高等学

研究班の調査は、本研究とは財源も計画も異なる独立した事業であったが、調査対象が同じ中高生で、一部の内容が似ていたため、同一校に両研究班から調査依頼が届いてしまうことによる混乱や学校側の負担増を避ける必要が生じた。このため、両研究班はサンプリングの段階から協議を行い、必要校数の2倍にあたる学校数（中学校は244校×2＝488校、高等学校は236校×2＝472校）を一括で無作為抽出した。抽出された学校には連番を付与し、偶数番号の学校をNCNP研究班の対象校、奇数番号の学校を本研究（以下、成育研究班）の対象校とすることで、両者の調査対象校が重複しないよう配慮した。

このように、調査の独立性を確保しつつ、学校側の負担軽減と全国調査としての一貫性を両立する体制が整えられた。本研究とNCNP研究班の協働および抽出・配分方法は、2024年5月時点で厚生労働省健康・生活衛生局健康課ならびに文部科学省健康教育・食育課の了承を得て実施された。

なお、本研究の調査設計および運営にあたっては、NCNP研究班が長年にわたり実施してきた調査の知見と実践的蓄積を参考とした。研究協力者である嶋根卓也先生が代表を務めるNCNP研究班では、これまでに飲酒・喫煙・薬物乱用についての全国中学生意識・実態調査を2年おきに実施しており、調査票設計、対象校のサンプリング、文部科学省や教育委員会への事前説明、中学校・高等学校や保護者への調査協力の説明・依頼方法をはじめとする研究デザイン全般に関する方法論が確立されている。今回の調査は、先行するNCNP研究班が積み上げてきた調査資料や実施方法に関する知的資産の共有等、実質的な協働を行った。本研究の設計は、両研究班の協力を基盤として、両研究班の調査対象校の重複の回避と、調査結果の比較可能性を高めることなどを考慮して進められた。

2. 調査に関する事前通知と依頼

2024年8月、文部科学省担当課、対象校を所管する都道府県教育委員会、市区町村教育委員会、全国国立大学附属学校連盟合同事務局に対して、本研究の実施に関する事前通知を文書で行った。

教育委員会への通知後、各対象校に対しては、調査に関する依頼状、アンケート用紙のサンプル、調査協力の意向を確認するための用紙（返答フォーム）を郵送した。なお、返答フォームには、対象校の名称、都道府県名、学校長（あるいは担当教員）の氏名、メールアドレスに加え、調査実施の意向（実施予定、検討中、協力辞退）、実施予定の場合には実施方法（調査用紙への回答、オンライン回答、未定）を記載していただき、意向確認用紙の返送もしくはFAX、あるいは返答フォームにて国立成育医療研究センター・政策科学研究部（以下、研究事務局）まで返答を依頼した。調査は無記名の自記式調査によって実施し、回答方法は、質問紙調査（質問紙回答）と、学習用端末を用いたオンライン調査（オンライン回答）のどちらかを学校単位で選択できるようにした。なお、厚生労働省からの意向により、オンライン回答の場合は、女子生徒のみを対象に、生理の実態調査も併せて実施することを説明した。

調査の内容が飲酒・喫煙という中学生・高校生では違法な行為であることも考慮し、調査実施にあたり、保護者向けの説明文書を作成し、各学校で学校のホームページ等に掲載するか、保護者宛てに通知を行えるよう配慮した。学校長宛ての通知文書では、厚生労働省から各都道府県・市区町村教育委員会、私立学校担当課、附属学校連盟合同事務局へも協力を依頼していることを明記した。

3. 調査の実施

調査実施期間は、2024年11月から12月末までであった。一部例外的に、学校の事情により2024年10月あるいは2025年1月に調査を実施した学校もあった。その際、質問紙回答校には飲酒・喫煙調査、オンライン回答校には飲酒・喫煙調査に加え、生理の実態調査の実施を依頼した。調査の実施はいずれの形式でも原則として学校内でクラス単位での実施を依頼した。

オンライン回答のシステムには、株式会社ジブスタが作成したオンラインアンケートのフォーマットを使用した。なお、万が一アクセスできない場合に備え、予備として別途Google

フォーム形式のアンケートフォームを準備した。

2024 年 10 月以降、対象校の意向に応じて、質問紙回答の場合は全生徒分の調査書類一式を郵送し、オンライン回答の場合は各校専用の接続情報（URL）を郵送およびメールで伝達した。実施マニュアルも併せて送付した。

調査開始に際しては、教員がアンケート冒頭の注意事項を読み上げ、「無記名調査であること」「自由意志による回答であること」「答えたくない項目には答えなくてよいこと」「不参加による不利益がないこと」などを説明した。生徒は冒頭の同意確認欄に○を付けることで調査への同意を示し、同意できない場合は白紙での提出が認められた。無記名であるため、提出後の撤回はできないことも説明された。

質問紙回答では、生徒は記入後に用紙を折りたたみ、個人封筒に封入・封緘して提出した。オンライン回答では、回答後に送信ボタンを押し、その後ブラウザを閉じて終了とした。所要時間は 15～25 分とし、生徒の負担に配慮した。

4. 調査項目

主な調査項目は以下であった。各項目の選定の背景や目的は、分担報告書「「20 歳未満の喫煙率・飲酒率」のモニタリングとその対策に関する研究」に詳しい。

- 基本属性（性別、学年）
- 飲酒に関する設問（飲酒経験の有無、頻度・飲酒の場面・周囲の飲酒状況・飲酒の誘い・飲酒に対する認識）
喫煙に関する設問（紙巻きたばこ・加熱式たばこ・電子たばこの使用歴と頻度・周囲の喫煙状況・喫煙に対する認識）
- メンタルヘルスに関する設問（孤独感、気分など）
- 家族・友人関係
- 学校生活や生活習慣（食事、睡眠、欠席・遅刻等）
- 価値観や将来展望

（倫理面への配慮）

本調査は国立成育医療研究センター倫理審査委員会の承認を得て実施した（課題番号 2024-

057）。調査は無記名で実施され、個人情報の取得は行わない。調査説明文書には、自由意志による参加、無回答の自由、学校・保護者・教員が個々の回答内容を知り得ないことなどを明記した。調査への参加・不参加によって生徒や保護者に不利益が生じることはなく、成績や学校評価に影響することも一切ないことも記した。

保護者への個別同意取得は行わないが、配布される説明文書を通じて調査の目的と方法を家庭で共有し、生徒が調査票冒頭にある同意確認欄へのチェックをすることにより同意の意思を確認する。チェックがない場合はその調査票は使用されず、白紙での提出も可能とした。なお無記名方式のため、提出後の撤回はできないこととした。

5. 回収・集計：

回答された質問紙（回答票）はクラス単位で回収後、各校から研究事務局に返送された。回答票の開封後、電子データ化するために一般財団法人新情報センターに一括送付された。電子化された回答票のデータは、オンライン回答で収集した回答データと統合した。

C. 研究結果

1. 回収結果

調査対象校は、中学校 244 校および高等学校 236 校の合計 480 校であった。このうち、調査協力の応諾を得られたのは中学校 43 校、高等学校 41 校の計 84 校であった（対象校のうち、回収した学校の割合は 17.5%）。調査を実施した 84 校のうち、調査形式として郵送調査を選択したのは 22 校（中学校 13 校、高等学校 9 校）、ウェブ調査を選択したのは 62 校（中学校 30 校、高等学校 32 校）であった。また、調査を実施した 84 校のうち、24 校は学年あるいは学級を限定した形で協力を得た。有効回答数は計 37,677 名であり、これは調査対象校 480 校の在籍生徒の合計（想定生徒数 321,014 名）に対して 11.7%、調査協力校 84 校の在籍生徒の合計（想定生徒数 53,480 名）に対して 70.4%に相当する。方式別の回答数は、オンライン回答 27,417 名（72.8%）、質問紙回答 10,260 名（27.2%）であった。オンライン回答が

全体の約7割を占めており、オンライン調査への移行が一定程度進んでいることが示唆された。

中学校の学年別回答数は、1年生 5,257 名、2年生 5,142 名、3年生 4,642 名、計 15,070 名（学年その他 14 名、無回答 15 名含む）であった。高等学校では、1年生 8,886 名、2年生 8,133 名、3年生 5,568 名、計 22,607 名（学年無回答 20 名含む）であった。性別は、男子 18,452 名（49.0%）、女子 18,974 名（%）、無回答 251 名（%）であった。

調査協力校数が多かった都道府県は、東京都（協力校数 11 校、協力割合 25.0%）、愛知県（協力校数 6 校、協力割合 20.7%）、神奈川県（協力校数 6 校、協力割合 20.0%）であった。調査対象校のうち、協力校の都道府県別割合が高かったのは沖縄県（協力校数 4 校、協力割合 57.1%）、三重県（協力校数 3 校、協力割合 42.9%）、茨城県（協力校数 5 校、協力割合 41.7%）であった。一方、協力校が 1 校もなかった都道府県は 12 自治体あり、回収状況には地域差が見られた。

D. 考察

調査設計にあたっては、学校現場での実施負担を最小化するよう質問票の分量や表現方法に工夫を凝らした。既存の調査枠組みや関連研究との整合性を保ちつつ、日本の中高生における喫煙・飲酒行動の包括的な実態把握とそのリスク要因の可視化を可能とする設計を採用した。

本調査は、全国の中学校および高等学校を対象として、生徒の飲酒・喫煙に関する実態および関連する要因を把握することを目的に実施された。全国の中学校、高等学校を対象に無作為抽出を用い、郵送・オンラインのいずれかの方法により回答を収集する形式をとった。今回の調査はこれまでに NCNP 研究班が積み上げてきた知見と連携・協力が得られたため、短期間の計画・準備による調査が実現できた。今後、本調査と同様の設計で全国調査を継続的に実施していくことを視野に入れる場合、調査協力への応諾率と回答者数を高めていくための工夫が欠かせない。調査運営上の課題として以下のような点を考慮するとともに、調査実施の準備や文部科学省や教育委員会、各学校と十分な連携をとる時間を確保することが要

点になると考えられる。

1. 調査協力校の安定的な確保

毎回新たに無作為抽出によって対象校を決定する方法は、地域の偏りを防ぐという利点を持つ一方で、協力率が不安定になりやすい。今回の調査においても、学校行事等との兼ね合いにより協力を辞退する学校や、当初は協力を応諾していたにもかかわらず後に辞退する学校がみられた。これは、調査対象校への通知時期が夏季休業期間以降となる 8 月以降であったことや、調査実施時期が年度後半の短い期間であったことが一因と考えられる。

また、今回の調査では文部科学省および各教育委員会に対して協力依頼文を送付した。調査に対し、各学校を所管する教育委員会等からも理解と協力をいただくことが、今後より多くの学校からの協力を得るうえでは重要と考える。

2. オンライン環境の差異への対応

GIGA スクール構想の普及などから、中学校や高等学校におけるオンライン調査が技術的には広く実施可能になった。しかし、学校間には依然として通信環境や端末管理体制に差があり、調査実施の円滑さに影響を及ぼすケースがある。今回の調査では、当初の想定以上にオンライン回答の選択率が高く、郵送方式よりも多数を占めた。この傾向は次回以降さらに強まることが予想されるが、すべての学校が同様の ICT 環境を備えているわけではない。したがって、引き続き郵送調査方式も選択肢として確保し、協力しやすい柔軟な調査設計とすることが望まれる。

3. 項目の継続性と社会変化への対応

飲酒・喫煙に関する行動様式やリスク認知は、社会の変化に伴い変動するため、項目内容の継続性と同時に柔軟な更新が求められる。たとえば、加熱式たばこや電子たばこ、SNS 上での飲酒の共有といった新たな行動に対応する設問が必要である。調査項目の設計にあたっては、過去のデータとの連続性を保ちながら、現代的な実態を反映する更新が重要となる。

4. 調査票や案内文の理解可能性の担保

設問内容が対象となる生徒の年齢、発達段階、日本語理解力に応じた表現であるかどうかは、調査結果の質に大きく影響する。今回の対象校には特別支援学級を有する学校も含まれていたが、抽出時には普通級と区別せずに対象としており、支援学級での実施の可否は学校の判断に委ねられた。

今後、特別支援学級の生徒や、多様な文化的・言語的背景をもつ生徒が調査対象に含まれる場合には、「やさしい日本語」の使用、図解、補助教材の活用など、無理なく理解・回答できる調査設計と実施支援体制が求められる。

5. 倫理的配慮の強化

本調査では、無記名形式をとることで個人のプライバシーを保護し、自由な回答環境の確保を図った。しかし、未成年による違法行為（飲酒・喫煙）や、支援ニーズを問う設問に対し、調査対象校の現場教員から一定の懸念が示された。実際に、学校側から「違法行為に関する設問への抵抗感」や「支援の必要性を尋ねておきながら、教員がその情報を得られないことへの不安」を理由に、調査への協力を辞退された学校も存在した。このような懸念への対処としては、調査の目的と倫理的配慮について事前に丁寧に説明し、結果が個別対応ではなく集団傾向の把握を目的とすることを明確に伝えたとともに、学校側での相談体制整備との連動などが検討の余地がある。

E. 結論

本調査は、中学生および高校生の健康関連行動に関する大規模・代表性のあるエビデンスを得るための調査であり、今後の公衆衛生政策や学校教育現場での介入策立案に向けた根拠資料として活用可能である。得られたデータを活用して、具体的な対策の提案と、次年度以降のモニタリング調査設計に資する知見を導出する予定である。

謝辞

本調査の実施にあたり、文部科学省、厚生労働省、各自治体教育委員会ならびに協力校の関係者、回答して下さった中高生の皆様に深く感謝申し上げます。また、オンライン調査システムの提供にご協力いただいた株式会社ジイズスタッフ、および印刷・発送業務をご担当いただいた株式会社ハップ、回答票の電子化およびデータ処理にご協力いただいた一般財団法人新情報センターにも深謝いたします。

引用文献

厚生労働省. 健康日本21（第三次）. 2024

F. 研究発表

なし

G. 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

「20歳未満の喫煙率・飲酒率」のモニタリングとその対策に関する研究

研究分担者 石塚 一枝（国立成育医療研究センター 女性の健康総合センター
女性のライフコース疫学研究室・室長）

研究要旨

背景：20歳未満の喫煙・飲酒に関しては、健康日本21の第一次計画の頃より、中高生の喫煙・飲酒をゼロにするという目標値が掲げられており、令和6年度から開始された健康日本21（第三次）においても、この目標に向けた取り組みが進められているところである。本研究では、健康日本21（第三次）における指標の評価および今後の施策による成果を適切にモニタリングができる設計のもとに中高生の喫煙及び飲酒行動に関する全国調査を実施する。

結果：健康日本21（第三次）の初年度となる令和6年度は、中間・最終評価における施策評価や推移を比較検討するに値する項目を策定した。また、喫煙・飲酒との関連が指摘される生活習慣（食事や睡眠、身体活動等）やメンタルヘルス等、併せてこれらの生活習慣に関連する環境的要因（社会経済的背景、周囲の人間との関係等）を把握する。

考察：これによって、指標の変化に寄与しうる要因の分析を可能とし、中高生の喫煙・飲酒行動の実態把握のみならず、ライフコースアプローチに基づいた社会環境の整備を検討するための基礎資料を得る。

A. 研究目的

中高生は、様々な生活習慣を獲得し、定着させる時期である。そのため、同時期における健康に関連する生活習慣のモニタリングをすることは、将来のわが国の健康対策を考えるうえで重要である。

特に喫煙・飲酒といった健康関連習慣は、発達段階である脳機能の成長に長期的な影響を及ぼすとされ、若年での開始による依存症の増加や健康被害が指摘されている。20歳未満の喫煙・飲酒に関しては、健康日本21の第一次計画の頃より、中高生の喫煙・飲酒をゼロにするという目標値が掲げられており、令和6年度から開始された健康日本21（第三次）においても、この目標に向けた取り組みが進められている。

また喫煙に関しては、たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約（FCTC）第21条において、締約国には「報告及び情報の交換」が求められている。この報告中にある、未成年者の喫煙状況（喫煙率）の項目に関しても調査が必要である。自身

の喫煙の他、受動喫煙に関する項目等、全国的な実態をモニタリングする調査が必要である。

青少年の喫煙・飲酒行動についての全国調査は、厚生労働科学研究による調査結果をデータソースとして、1996年より2023年まで14回にわたるモニタリングが行われてきた。本研究では、これらの社会的な要請を考慮しながら、中高生の喫煙・飲酒とその対策に向けた背景要因の検討に資する調査項目を検討することを目的とした。

B. 研究方法

喫煙・飲酒や生活習慣に関する項目の設定

喫煙・飲酒や生活習慣に関する各項目は、「健康日本21（第三次）」における国民の健康指標の評価・モニタリングを目的として、あらかじめ定められた必須の調査項目に基づいて設定されたものである。そのため、これらの項目は国の健康施策の進捗管理および地域間比較のために重要な指標と位置付けられている。

本研究では、これまでの健康日本 21 の指標に関連した中高生の喫煙・飲酒の調査や、国際的な調査を参照しつつ、項目の選定を進めた。また、喫煙・飲酒に関する背景要因は多様な項目があるが、その中でも、政策的な対策が検討しやすい事柄を中心に調査項目を検討した。学校での調査であることや中高生が対象者であることなどから、調査項目の表現や項目数などについても考慮した。これらの点を踏まえつつ、厚生労働省の担当官との意見交換を繰り返しながら調査項目を確定した。具体的な調査項目は以下のとおりである。飲酒にかかわる事項¹⁾²⁾

- ・ 飲酒頻度、飲酒の状況（誰と飲酒するか、どこで/どんな時に飲酒するか）
- ・ 飲酒している友人
- ・ 飲酒を勧められた経験
- ・ 飲酒を目にする経験
- ・ 飲酒による健康の影響の理解

喫煙にかかわる事項³⁾

- ・ 喫煙経験、頻度（紙巻/加熱式/電子タバコ）
- ・ 喫煙している友人
- ・ 喫煙を勧められた経験
- ・ 喫煙を目にする経験
- ・ 喫煙による健康の影響の理解

生活・メンタルヘルスにかかわる事項⁴⁾

- ・ 孤独感
- ・ 抑うつ感情
- ・ レジリエンス（家族・友人・学校などコミュニティへの参加、コミュニティにおけるサポート等）

喫煙・飲酒や生活習慣に関する分析計画

中高生の飲酒、喫煙の実態を把握し、健康日本 21 の指標となる記述統計をおこなう。中高生の喫煙・飲酒のリスク要因との関連、メンタルヘルスや環境要因との関連について分析をおこなう。さらに、これまでの調査結果との推移、ライフコースアプローチに資する情報を整理する予定である。

（倫理面への配慮）

本研究は、国立成育医療研究センターの倫理審査委員会での承認を得ている。

C. 研究結果

本研究は、研究期間が複数年（令和 8 年度まで）にわたり、本年度はその研究計画初年度にあたる。研究計画に基づき、調査項目を設定し、調査を実施、37,677 人（調査に応諾が得られた想定生徒数 53480 人）からの回答を得ることができた。

調査結果については、現在分析しているところであり、令和 7 年度以降に分析結果の報告を行う予定である。

D. 考察

C.同様、令和 7 年度以降に、調査・分析結果をとりまとめて考察を行う予定である。

引用文献

1. Seekles ML, Briegal E, Biggane AM, Obasi A I. Measuring alcohol use among adolescents in Africa: A systematic scoping review of consumption, screening and assessment tools. Drug Alcohol Rev. 2023 Sep;42(6):1375-1394.
2. Leung RK, Toumbourou JW, Hemphill SA. The effect of peer influence and selection processes on adolescent alcohol use: a systematic review of longitudinal studies. Health Psychol Rev. 2014;8(4):426-57.
3. Joung MJ, Han MA, Park J, Ryu SY. Association between Family and Friend Smoking Status and Adolescent Smoking Behavior and E-Cigarette Use in Korea. Int J Environ Res Public Health. 2016 Nov 25;13(12):1183.
4. Cusack SE, Wright AW, Amstadter AB. Resilience and alcohol use in adulthood in the United States: A scoping review. Prev Med. 2023 Mar;168:107442.

E. 研究発表

1. 論文発表 なし
2. 学会発表 なし

F. 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

中高生の飲酒・喫煙状況、および 生理の実態に関する全国学校調査

このアンケートは、全国の中学生・高校生を対象に、飲酒・喫煙に対する考えや経験を調べることを目的としています。厚生労働省の事業の一環として実施され、中学生・高校生に向けた今後の対策を考えるために活用されます。あなたのプライバシーを守るために、次の項目をご覧ください。

- 各質問に対する回答は、ことわりがない限り、自分の場合に最も近いものの数字を1つだけ、○で囲んでください。
- 本調査は無記名の自記式アンケートです。アンケートには個人情報（氏名・住所・生年月日など）は含まれません。
- あなたの名前や住所などの個人情報は記入しないでください。
- 調査結果は全体をまとめて処理しますので、個人やクラスが特定されることはありません。
- 答えたくない質問には、答えなくてもかまいません。
- アンケートが終わったら、一緒に配られた封筒にアンケート用紙を入れて、封をしてください。

※調査名に含まれる「生理の実態」に関する調査は、ウェブ上での回答を行う学校のみで実施します。

【調査実施機関】国立研究開発法人 国立成育医療研究センター 政策科学研究部（東京都世田谷区大蔵 2-10-1）

アンケートに答えていただける場合は、下記の同意欄（同意する）に○を付けてください。
同意いただけない場合は、白紙のままご提出ください。
無記名のため、アンケート用紙の提出後に同意を取り消すことはできません。

() 同意する

質問 1 あなたの学年をお答えください。 1. 1年生 2. 2年生 3. 3年生

質問 2 あなたの性別をお答えください。 1. 男性 2. 女性

飲酒（お酒を飲むこと）についてお聞きます

このアンケートの質問文にあるお酒とは、ビール、日本酒、缶チューハイなどの焼酎、ワイン、ジン、ウィスキー、ブランデー、ウォッカといったアルコール類をまとめた表現だと思ってください。

質問 3 あなたの友達のうち、お酒を飲んでいる友達はどのくらいいると思いますか？

1. いない 2. わずか 3. 数人 4. ほとんど 5. 全員

質問 4 次の人からお酒をすすめられたことはありますか？あてはまるものすべてに答えてください。

1. 父 2. 母 3. 祖父母 4. 友人・同級生
5. 先輩 6. その他 7. すすすめられたことはない

質問 5 過去 7 日間で、おうちの人、あなたがいる所でお酒を飲んだ日は何日ありましたか？

1. 0 日 2. 1～2 日 3. 3～4 日 4. 5～6 日 5. 7 日

質問 6 お酒を飲むと身体に害があると思いますか？

1. 害があると思わない 2. 多少はあるだろうが大したことはないと思う
3. 害があると思う

質問 7 あなたはお酒をどのくらいの頻度^{ひんど}で飲みますか？

1. 飲まない 2. 年に1、2回 3. 月に1、2回
4. 週末ごとに 5. 週に数回 6. 毎日

1. 以外に○をつけた方は、質問 7-1～質問 7-3 に答えてください

質問 7-1 この30日間に、少しでもお酒を飲んだ日は合計何日になりますか？

1. 0日（一度も飲んでいない） 2. 1～2日 3. 3～5日 4. 6～9日
5. 10～19日 6. 20～29日 7. 毎日

質問 7-2 だれとお酒をのみますか？あてはまるものすべてに答えてください。

1. 両親（父または母） 2. 祖父母または親戚^{しんせき} 3. きょうだい
4. 友人・仲間（同世代、先輩^{せんぱい}、後輩^{こうぱい}含む） 5. ひとりで 6. その他

質問 7-3 どのようなときにお酒を飲みますか？あてはまるものすべてに答えてください。

1. 正月など特別な行事のとき 2. 冠婚葬祭^{かんこんそうさい}（結婚式^{けつこんしき}など）で家族や親戚^{しんせき}と出かけたとき
3. ふだん、家族と自宅にいるとき 4. 友人・仲間と集まったとき
5. ひとりでいるとき 6. その他

喫煙（たばこを吸うこと）についてお聞きます

質問 8 あなたの友達のうち、たばこを吸っている友達がどのくらいいると思いますか？

1. いない 2. わずか 3. 数人 4. ほとんど 5. 全員

質問 9 次の人からたばこをすすめられたことはありますか？あてはまるものすべてに答えてください。

1. 父 2. 母 3. 祖父母 4. 友人・同級生
5. 先輩^{せんぱい} 6. その他 7. すすすめられたことはない

質問 10 過去7日間で、おうちの人、あなたがいる所でたばこを吸った日は何日ありましたか？

1. 0日 2. 1～2日 3. 3～4日 4. 5～6日 5. 7日

質問 11 たばこを吸うと身体に害があると思いますか？

1. 害があると思わない 2. 多少はあるだろうが大したことはないと思う
3. 害があると思う

質問 12 あなたは、今までに紙巻きたばこを一口でも吸ったことがありますか？

紙巻きたばことは、紙を巻いたぼう状のもので、火をつけて吸う普通のたばこのことだと思ってください。

1. ない 2. ある

2. に○をつけた方は、質問 12-1 に答えてください

質問 12-1 この30日間に、何日、紙巻きたばこを吸いましたか？

1. 0日（一度も吸っていない） 2. 1～2日 3. 3～5日 4. 6～9日
5. 10～19日 6. 20～29日 7. 毎日

質問 13 あなたは、今までに加熱式たばこを一口でも吸ったことがありますか？

加熱式たばことは、アイコス(iQOS)、グロー(glo)、プルーム (Ploom)、リルハイブリッド (lil HYBRID) などの商品のことです。

1. ない 2. ある

2. に○をつけた方は、質問 13-1 に答えてください

質問 13-1 この 30 日間に、何日、加熱式たばこを吸いましたか？

1. 0 日 (一度も吸っていない) 2. 1～2 日 3. 3～5 日 4. 6～9 日
5. 10～19 日 6. 20～29 日 7. 毎日

質問 14 あなたは、今までに電子たばこを一口でも吸ったことがありますか？

電子たばことは、ドクターベープ (DR.VAPE)、フレヴォ (FLEVO)、スムーズピップ (SMOOTH VIP)、ピタフル (VITAFUL)、イーゴ (eGO AIO)、ゼロスティック (ZERO STICK)、ペポレッソ (VAPORESSO) などの商品のことです。

1. ない 2. ある

2. に○をつけた方は、質問 14-1 に答えてください

質問 14-1 この 30 日間に、何日、電子たばこを吸いましたか？

1. 0 日 (一度も吸っていない) 2. 1～2 日 3. 3～5 日 4. 6～9 日
5. 10～19 日 6. 20～29 日 7. 毎日

あなたの生活についてお聞きます

質問 15 あなたはクラブ活動 (部活やクラブ) に参加していますか？

1. はい 2. いいえ

質問 16 過去 1 か月間に遅刻・欠席・早退をしましたか？

1. ほとんどなかった 2. ときどきあった 3. けっこうあった

質問 17 それぞれの項目について、あなたはどのくらいの頻度で感じているかお答えください。

1) 自分には人との付き合いがないと感じることがありますか

1. 決してない 2. ほとんどない 3. 時々ある 4. 常にある

2) 自分は取り残されていると感じることがありますか

1. 決してない 2. ほとんどない 3. 時々ある 4. 常にある

3) 自分は他の人たちから孤立していると感じることはありますか

1. 決してない 2. ほとんどない 3. 時々ある 4. 常にある

質問 18 この 7 日間、次のような問題にどのくらい頻繁になやまされていますか？それぞれの症状に対し、あなたの気持ちにもっとも近いものに○をつけてください。

1) 物事に対してほとんど興味がない、または楽しめない

1. まったくない 2. 数日 3. 半分以上 4. ほとんど毎日

2) 気分が落ち込む、憂うつになる、いらいらする、または絶望的な気持ちになる

1. まったくない 2. 数日 3. 半分以上 4. ほとんど毎日

質問 19 それぞれの項目について、あなたにどのくらいあてはまりますか。もっとも近いものに○をつけてください。

	 あてはまらない まったく	 あてはまる わずかに	 あてはまる 少し	 あてはまる かなり	 あてはまる とても
1. 私は周りの人たちと協力することができる	1	2	3	4	5
2. 教育を受けることは重要だと思う	1	2	3	4	5
3. 時や場所によって自分がどのように行動すべきかを知っている	1	2	3	4	5
4. 親（保護者）は、私のことをとても気にかけてくれている	1	2	3	4	5
5. 親（保護者）は、私のことをよく知っている（友だちがだれかや、何が好きかなど）	1	2	3	4	5
6. お腹がすいたら食べるものが十分にある	1	2	3	4	5
7. 他の人が一緒にいると楽しいと思うような子どもである	1	2	3	4	5
8. 自分の気持ちについて家族に話す	1	2	3	4	5
9. 友だちに支えられていると感じている	1	2	3	4	5
10. 自分が学校に溶け込んでいると感じている	1	2	3	4	5
11. つらいときに気にかけてくれる家族がいる（たとえば、具合が悪かったり、何かまちがったことをしてしまったりしたときなど）	1	2	3	4	5
12. つらいときに気にかけてくれる友だちがいる（たとえば、具合が悪かったり、何かまちがったことをしてしまったりしたときなど）	1	2	3	4	5
13. 学校などのコミュニティ（社会・グループのこと）で公平に扱われている	1	2	3	4	5
14. 自分が成長し、責任をもって行動できるようになったことを、他の人に見せる機会がある	1	2	3	4	5
15. 家族と一緒にいると安心する	1	2	3	4	5
16. 将来役立つことを学ぶ機会がある（料理や仕事、人助けなど）	1	2	3	4	5
17. 季節の行事や伝統などを家族と楽しんでいる	1	2	3	4	5

質問はこれで終わります。ご協力ありがとうございました。

女性の生理に関する実態調査

研究分担者 松原 圭子（国立成育医療研究センター 研究所 ダイバーシティ研究室・室長）
星野 絵里（国立成育医療研究センター 研究所 政策科学研究部
政策評価研究室・室長）

研究要旨

背景：本研究は、日本の若年層、特に中高生を対象に、生理（月経）に関する実態とその周辺課題を明らかにすることを目的として実施された。近年、「生理の貧困」が社会課題として注目されており、経済的制約に加えて、生理や性に対する忌避感、情報不足、相談先の不在といった構造的・社会的要因が指摘されている。特に思春期女性におけるこれらの問題は、学業や社会参加、ウェルビーイングに影響を及ぼす可能性がある。

結果：本年度は、多年度にわたる研究計画の初年度として、全国の中学校・高等学校を対象とした無記名ウェブアンケートを実施し、月経経験や初経年齢、症状の有無、生活への支障、月経に関する知識や相談行動、自己管理感などについて網羅的なデータを収集した。調査は令和6年11月～12月末にかけて実施され、62校の協力校の生徒より13,469件の回答が得られた。

考察：現在、分析作業を進めており、結果の詳細は令和7年度以降に報告予定であるが、初期的な知見として、中高生における生理関連の課題が多層的であり、生活や学習環境への影響が無視できないことが示唆されている。今後の分析により、生理の困難がもたらす構造的な障壁を可視化し、学校・地域・政策レベルでの支援や健康教育のあり方を再構築するための基盤を提供することを目指す。

A. 研究目的

本研究の目的は、日本における若年層、特に中高生を対象に、生理に関する実態やその周辺課題を明らかにすることである。近年、「生理の貧困」が社会問題として注目されており、その背景には経済的要因に加え、生理や性に対する忌避感、情報・相談先の不足といった構造的な社会的要因が存在するとされている。「生理の貧困」とは、生理用品の入手困難にとどまらず、生理に関する正確な知識の不足、相談できる環境の欠如、そして不調に対する理解や配慮の不足といった複合的な困難を含み、個人の尊厳や教育機会、日常生活に深刻な影響を及ぼす多面的な社会課題である。

本研究では、令和3年度に厚生労働省によって実施された全国調査との比較も視野に入れつつ、思春期の女性が抱える生理に関する困難の実態、具体的には、生理用品の入手状況、心身の健康への

の影響、学校生活や社会参加への支障、支援へのアクセス状況等を明らかにすることを目的とする。さらに、生理に関する課題が学業や生活の継続性、プレゼンティーイズム（Presenteeism）に及ぼす影響を含め、若年期における女性のウェルビーイングに対する阻害要因としての生理の貧困の特性を探る。本研究成果は、将来的な政策立案や学校・地域における支援体制の整備、さらには健康教育の在り方の見直しにつながる実証的基盤を提供することを目指す。

B. 研究方法

1. 生理の実態に関する調査の実施

（1）本研究のデザイン

本研究は、当研究班で実施した全国の中学生・高校生を対象にした喫煙・飲酒の実態調査と連携

して実施した。喫煙・飲酒の実態調査にウェブ形式で協力すると応諾が得られた学校が調査対象校である。調査の計画立案や実施に向けた手順の詳細は他の分担研究報告書に記載されている。

(2) 研究対象校および対象者

本研究は、飲酒や喫煙に関連する既存調査項目と連携して実施されたものであり、全国から無作為に抽出された中学校244校および高等学校236校のうち、調査協力に同意を得られた学校に所属する生徒を対象とした。調査はウェブ方式にて実施され、各校の判断に基づき、任意の時間および方法で生徒にアンケートを配付・回答していただいた。

(3) 分析方法

調査実施期間は令和6年11月～12月末とした。調査対象校には、専用のウェブフォームURLを送付し、各校の責任のもと、校内の適切な環境において生徒が回答を行えるように依頼した。収集されたデータは匿名化され、集計・分析を通じて生理に関する実態把握を行った。

(4) 調査項目

調査項目(Q1-9)は、月経経験の有無および初経年齢、生理に関連する身体的・精神的症状、日常生活への影響、月経に関する知識の有無、相談先の状況、さらには生理に伴う困りごとの自己管理感(コントロール感)など、多岐にわたる視点から構成されている。これらの項目の設定は、厚生労働省の担当官との複数回の協議・検討を経ておこなわれた。

(倫理面への配慮)

本研究は個人情報を取得しない無記名調査として実施した。調査対象者には目的と方法、自由意志で参加の有無を決定できることを伝えた。調査への参加・不参加によって生徒や保護者に不利益が生じることはなく、個々の回答を学校関係者は見ることができないことや、成績や学校評価に影響することも一切ないことも記した。保護者への個別同意取得は行わないが、配布される説明文書を通じて調査の目的と方法を家庭で共有し、生徒が調査票冒頭にある同意確認欄へのチェックをすることにより同意の意思を確認することと

した。チェックがない場合はその回答データは使用されず、無回答での提出も可能とした。なお無記名方式のため、提出後の撤回はできないこととした。

本研究の計画は、国立成育医療研究センター倫理審査委員会を受審し、承認を得た(倫理課題番号:2024-057)。

C. 研究結果

本研究は、研究期間が複数年(令和8年度まで)にわたり、本年度はその研究計画初年度にあたる。研究計画に基づき、調査項目を設定し、調査を実施した。調査依頼校のうち、調査協力の応諾を得られたのは62校(中学校30校、高等学校32校)であった。有効回答数は計13,469名である。調査結果については、現在分析しているところであり、令和7年度以降に分析結果の報告を行う予定である。

D. 考察

本研究では「生理に関する実態」について、問題を抱える女性の分布や心身の健康状態、日常生活への影響等についての実態を把握することができる項目を選定し、13,469人からの回答を得ることができた。特に、中高生や、比較的情報の少ない若年女性も含めた「生理に関する実態」を把握し、課題や支援ニーズを整理することは、まだ十分に行われておらず、データの解析結果から対策を検討することが期待される。さらに、女性の健康総合センターにおける取組との効果的な連動についても期待できる。

本調査は、同年度に実施された飲酒・喫煙に関する全国調査と同一の抽出枠をもとに実施されており、両調査は連携して学校選定・調査依頼が行われた。生理に関する設問は、オンライン回答方式を選択した協力校の生徒にのみ実施されていることから、回収されたデータはオンライン調査協力校における生徒の実態を反映している。このため、本調査結果は、ICT環境等のオンライン調査の体制が比較的整った学校における生徒の回答を中心として構成されている。生理に関する

困難や支援ニーズについても、調査未実施校に在籍する生徒の実態を反映しきれていない可能性を念頭に置く必要がある。この点を踏まえ、今後の分析では、回答環境や回答様式が結果に及ぼす影響についても留意する。

3. その他 なし

E. 結論

本研究は、日本の若年層、とりわけ中高生を対象として、生理に関する実態や周辺課題を把握することを目的に計画された多年度研究の初年度に位置づけられる。本年度は、調査項目の設計、倫理的配慮の徹底、協力校への調査依頼、実地調査の遂行、回答の収集までを円滑に完了した。これにより、従来十分に可視化されてこなかった中高生における月経経験、症状、支障、知識、相談行動、コントロール感などに関する網羅的なデータを取得することができた。

今後の分析を通じて、本調査が明らかにするのは、単なる「生理の貧困」にとどまらず、月経が若年女性のウェルビーイングや学習・生活に与える影響、支援の届きにくさ、知識の偏在、相談先の不足といった、より構造的かつ社会的な問題の全体像である。

この知見は、学校や地域社会における健康教育や支援体制の在り方を再考し、女性の健康と学びの機会の保障を両立させる施策の基礎資料として活用されることが期待される。令和7年度以降の継続的な分析と発信により、政策提言や教育現場へのフィードバックを通じた社会実装を目指す。

引用文献 なし

F. 研究発表

1. 論文発表 なし
2. 学会発表 なし

G. 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

「生理の状況調査」質問項目（ウェブ回答調査のみ）

※生理の状況調査は、ウェブ回答によるご参加をされる学校でのみ実施します。

また生理に関する質問は、性別について「女性」と回答した者だけに表示されます。そのため「男性」と答えた場合には、以下の質問は表示されません。

右図はサンプル画像につき、実際の調査時のインターフェイスとは異なります。

生理の状況についての調査

※事前の設定で性別について「女性」と回答した者のみを対象とする。

Q1) 月経（生理）に関して、これらのことを知っていましたか？
初めての月経は、10歳から14歳ごろまでに始まることが多い

- ☐ 知っている
☐ 知らなかった

SAMPLE

月経の周期（月経が始まった日から次の月経が始まるまで）は、25～38日程度である

- ☐ 知っている

Q1) 月経（生理）に関して、これらのことを知っていましたか？

- ☐ 初めての月経は、10歳から14歳ごろまでに始まることが多い（知っている ・ 知らなかった）
- ☐ 月経の周期（月経が始まった日から次の月経が始まるまで）は、25～38日程度である（知っている ・ 知らなかった）
- ☐ 1回の月経は、3～7日くらい続く（知っている ・ 知らなかった）
- ☐ 生理用品（ナプキンやタンポンなど）にはいろいろな種類があり、経血の量や使う日の行動などにあわせて使い分ける（知っている ・ 知らなかった）
- ☐ 生理用品の使い方、捨て方（知っている ・ 知らなかった）
- ☐ 生理用品は、適切な頻度で取り替える（ナプキンはだいたい1日5、6回くらい）（知っている ・ 知らなかった）

Q2) 過去に、月経は一度でもありましたか。（はい ・ いいえ）

- ☐ 「はい」 → Q3)
- ☐ 「いいえ」 → 終了

Q3) はじめて月経がきたのは何歳ですか？（○ 歳）

Q4) 月経に関してどのような症状がありますか？あてはまるものすべてにチェックをしてください。

- ☐ 経血量が多いことがある/あった（例えば、夜用のナプキンを使ってももれてしまう、休み時間のたびに生理用品をとりかえないともれてしまう、など）
- ☐ 月経の日数が短い（2日以内）、または長い（8日以上）ことがある/あった
- ☐ 月経の周期が不順（24日以下や45日以上、またはバラバラ）なことがある/あった
- ☐ 月経中にからだや心の不調がある/あった（例えば、腹痛、腰痛、頭痛、吐き気、下痢 など）

- ☐ 月経の前にからだや心の不調がある/あった（例えば、お腹の張り、頭痛、むくみ、イライラ、ゆううつ、不安、だるさ、食欲増加 など）
- ☐ これら以外の症状がある（自由回答）
- ☐ 特に症状はない → Q7)

Q5) 月経に関する症状によって、ふだんの生活に支障がありますか？

- ふだんの生活に支障はない
- ふだんの生活に支障がある（例えば、症状が強く1日中寝込む、学校での授業・課外活動・行事を欠席または早退したことがある など）

Q6) 月経に関する症状をどのように対処していますか。あてはまるものすべてにチェックをしてください。

- がまんしている
- 痛み止めなどの薬を飲んでる
- 周りの人などに相談している
- 病院やクリニックなどに通院している
- これら以外の方法で対処している（自由回答）
- 特に対処をしていない

Q7) 月経に関連した困りごとについて伺います。あてはまるものすべてにチェックをしてください。

- 授業中などに経血がもれてしまわないか不安
- 生理用品を交換するタイミングを作りにくい
- 学校や外出先で生理用品が無い、もしくは足りずに困ったことがある
- 周りの人に、月経による不調などを伝えられなかったことがある
- これら以外の困りごとがある（自由回答）
- 特に困っていない

Q8) 月経に関する症状や困りごとについて、誰か/どこかに相談することがありますか。

- 「はい」 → Q9)
- 「いいえ」 → 終了

**Q9) 月経に関する症状や困りごとの相談は、誰に/どこでしていますか。
あてはまるものすべてにチェックをしてください。**

- 友人
- 部活などの先輩
- 母親、姉などおうちの人
- 学校の先生
- 病院やクリニックの医師や看護師
- 地域の相談センター
- インターネット、SNS
- その他の相談先（自由回答）

研究成果の刊行に関する一覧表

書籍

著者氏名	論文タイトル名	編集者名	書 籍 名	出版社名	出版地	出版年	ページ
該当なし							

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
該当なし					

「厚生労働科学研究費における倫理審査及び利益相反の管理の状況に関する報告について
(平成26年4月14日科発0414第5号)」の別紙に定める様式

令和 7 年 5 月 20 日

厚生労働大臣
~~(国立医薬品食品衛生研究所長)~~ 殿
~~(国立保健医療科学院長)~~

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6年度厚生労働行政推進調査事業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 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業

2. 研究課題名 「20歳未満の喫煙率・飲酒率」のモニタリングとその対策、及び「生理の貧困」に係るとりまとめの研究

3. 研究者名 (所属部署・職名) 研究所 政策科学研究部・部長
(氏名・フリガナ) 竹原 健二・タケハラ ケンジ

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無 有 無	左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
		審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
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	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
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:)	☐ 有 ☒ 無	☐		☐

(※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」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系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。

「厚生労働科学研究費における倫理審査及び利益相反の管理の状況に関する報告について
(平成26年4月14日科発0414第5号)」の別紙に定める様式

令和 7 年 5 月 19 日				
厚生労働大臣 (国立医薬品食品衛生研究所長) 殿 (国立保健医療科学院長)				
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6年度厚生労働行政推進調査事業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 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業				
2. 研究課題名 「20歳未満の喫煙率・飲酒率」のモニタリングとその対策、及び「生理の貧困」に係るとりまとめの研究				
3. 研究者名 (所属部署・職名) 研究所 政策科学研究部 政策開発研究室・室長 (氏名・フリガナ) 越智 真奈美・オチ マナミ				
4. 倫理審査の状況				
	該当性の有無 有 無	左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
		審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
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	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
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:)	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
(※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」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系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。				

「厚生労働科学研究費における倫理審査及び利益相反の管理の状況に関する報告について
(平成26年4月14日科発0414第5号)」の別紙に定める様式

令和 7 年 5 月 19 日				
厚生労働大臣 (国立医薬品食品衛生研究所長) 殿 (国立保健医療科学院長)				
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6年度厚生労働行政推進調査事業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 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業				
2. 研究課題名 「20歳未満の喫煙率・飲酒率」のモニタリングとその対策、及び「生理の貧困」に係るとりまとめの研究				
3. 研究者名 (所属部署・職名) 研究所 政策科学研究部 政策評価研究室・室長 (氏名・フリガナ) 星野 絵里・ホシノ エリ				
4. 倫理審査の状況				
	該当性の有無 有 無	左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
		審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
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	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
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:)	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
(※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」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系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。				

「厚生労働科学研究費における倫理審査及び利益相反の管理の状況に関する報告について
(平成26年4月14日科発0414第5号)」の別紙に定める様式

令和 7 年 5 月 20 日

厚生労働大臣
~~(国立医薬品食品衛生研究所長)~~ 殿
~~(国立保健医療科学院長)~~

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6年度厚生労働行政推進調査事業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 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業

2. 研究課題名 「20歳未満の喫煙率・飲酒率」のモニタリングとその対策、及び「生理の貧困」に係るとりまとめの研究

3. 研究者名 (所属部署・職名) 研究所 ダイバーシティ研究室・室長
(氏名・フリガナ) 松原 圭子・マツバラ ケイコ

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無 有 無	左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
		審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
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	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
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:)	☐ 有 ☒ 無	☐		☐

(※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」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系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。

「厚生労働科学研究費における倫理審査及び利益相反の管理の状況に関する報告について
(平成26年4月14日科発0414第5号)」の別紙に定める様式

令和 7 年 5 月 18 日				
厚生労働大臣 (国立医薬品食品衛生研究所長) 殿 (国立保健医療科学院長)				
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6年度厚生労働行政推進調査事業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 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業				
2. 研究課題名 「20歳未満の喫煙率・飲酒率」のモニタリングとその対策、及び「生理の貧困」に係るとりまとめの研究				
3. 研究者名 (所属部署・職名) 女性の健康総合センター 女性のライフコース疫学研究室・室長 (氏名・フリガナ) 石塚 一枝・イシツカ カズエ				
4. 倫理審査の状況				
	該当性の有無 有 無	左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
		審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
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	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
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:)	☐ 有 ☒ 無	☐		☐
(※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」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系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。				